**趣味灭火比赛竞赛规程**

以安全单位参评单位和机关为单位报名，每个单位只能报1组，每组3男2女5名教工组成。

1. 比赛规则：
2. 参赛队员（男）在起点处听到发令后穿好消防服、戴好消防头盔、背好氧气罐，奔向灭火区，绕过灭火桶，回到起点后计时结束。（消防服不能敞开、头盔必须戴在头上、氧气罐必须双肩背）
3. 参赛队员（男）在起点处听到发令后穿好消防服、戴好消防头盔，把两个水枪头分别接到两根水带上，然后手持两根接好水枪头的水带奔向灭火区，绕过灭火桶，回到起点后计时结束。（全过程水枪头不能与水带脱离）
4. 参赛队员（男、2人）在起点处听到发令后携带担架奔向灭火区，在灭火区将模拟受伤人员【参赛队员（女）】抬上担架，扣上安全扣，然后将模拟受伤人员抬回起点后计时结束。
5. 参赛队员（女）在起点处拿好灭火器听到发令后迅速起跑，直至油桶火被扑灭，并把灭火器带回起点为结束，火没灭掉的加5秒。
6. 参赛队员（女）在起点处拿好灭火毯听到发令后迅速起跑，直至把火扑灭回到起点结束，火没灭掉的加5秒。
7. 比赛成绩为所有队员用时的累计，以用时长短排名。所用时间最少的队为第一名，依次类推，所用时间最多的队为最后一名。单位正职参加比赛的用时减8秒，单位副职参加比赛的用时减少5秒
8. 奖项设置：一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名。
9. 注意事项：比赛不分先后秩序，先报到检录先比赛，过时不参加比赛的视为自动放弃。参赛队员一定要穿着适合灭火比赛的衣服和鞋子，比赛时注意安全，谨防受伤。