

专业加试说明

上海市2025年事业单位工作人员公开招聘浦东新区部分专业性较强的岗位在面试阶段进行专业加试，有关事项告知如下：

一、考试岗位

本次招聘的专业加试分为**国土空间规划设计**、**教练**2个科目，需要进行专业加试的岗位详见《上海市2025年事业单位工作人员公开招聘简章》中的“备注”栏。

二、考试方式

（一）**国土空间规划设计**：主要考察报考人员岗位所需专业知识的掌握程度，采取闭卷形式，包括问答题和绘图题，考试时限150分钟，满分100分。

（二）**教练**：由《专项技能测试》及《带训能力测试》两部分组成，总分100分，其中《专项技能测试》采取完成考试大纲规定的技能测试的方式，考试时限30分钟，满分30分；《带训能力测试》采取当场抽取考试大纲中任一课题进行专项训练课带训的方式，考试时限90分钟，满分70分（其中45分钟完成教案，占20分；45分钟开展训练课，占50分）。

三、考试大纲

（一）国土空间规划设计

重点考察考生对国土空间规划设计理论知识的掌握程度和应用能力。考试内容将涵盖国土空间规划的基本概念、原则、技术

方法以及相关法律法规。要求考生掌握国土空间规划的基础知识，包括规划体系、规划编制、实施监督、政策法规及技术标准。同时，考生能够在规定时间内完成对某区域国土空间规划的理论概念方案设计，独立运用理论知识，提出创新的规划方案，并以书面形式清晰、准确地表述其规划设计的理论和实践依据。

(二) 教练

1、教练员(撑竿跳高项目)岗位

专项技能测试

- (1) 12-14步持竿助跑
- (2) 4-6步助跑起跳直竿摆体
- (3) 8-10步助跑起跳弯竿摆体过杆

带训能力测试

- (1) 持竿助跑的训练方法与手段
- (2) 直竿2-4-6步助跑举竿起跳的训练方法与手段
- (3) 6-8步持竿助跑弯竿的训练方法与手段
- (4) 利用体操学习和改进运动员摆体动作训练方法与手段
- (5) 专项力量的训练方法与手段

2、教练员(跨栏项目)岗位

专项技能测试

- (1) 短距离1步栏测试(栏高0.762, 栏距2.5)
- (2) 110米栏能力测试(栏高1.0, 栏距8.5)
- (3) 起跑过3栏测试(栏高1.0, 栏距8.5)

带训能力测试

- (1) 跨栏起跨腿提拉摆动的训练方法与手段

- (2) 跨栏摆动腿攻栏下压的训练方法与手段
- (3) 跨栏摆臂与上身压栏的训练方法与手段
- (4) 髋关节力量与灵活性强化的训练方法与手段
- (5) 脚踝支撑与高重心维持的训练方法与手段

3、教练员(拳击项目)岗位

专项技能指标

- (1) 1分钟拳击手靶---速度、灵敏、反应
- (2) 1分钟拳击沙袋---力量、爆发力、协调
- (3) 1分钟双摇跳绳---协调、灵敏、连贯性
- (4) 实战---拳台上技战术展示

带训能力测试

- (1) 拳击基本动作训练方法和手段
- (2) 拳击手靶技战术训练方法和手段
- (3) 拳击台上进攻技战术训练方法和手段
- (4) 拳击台上防守技战术训练方法和手段

4、教练员(棋类国际跳棋项目)岗位

专项技能测试

- (1) 国际跳棋古典局面战术组合题专项测试
- (2) 国际跳棋施压战术组合题专项测试(高级)
- (3) 国际跳棋残局题专项测试

带训能力测试

- (1) 国际跳棋棋协八级棋士-七级棋士(100格开放局面战术组合)训练教案
- (2) 青少年国际跳棋棋协六级棋士五级棋士(100格古典局

面战术组合)训练教案

(3) 青少年国际跳棋棋协四级棋士及以上(100格捕捉王棋技战术)训练教案

(4) 三步杀训练方法与手段

(5) 运用牵制法打击训练方案与手段

(6) 运用封锁法打击训练方法与手段

5、教练员(手球项目)岗位

专项技能测试

(1) 1分钟双摇跳绳---协调、灵敏、连贯性

(2) 折返跑 20米*5

(3) 手球掷远

(4) 移动中射门

带训能力测试

(1) 提高传接球能力训练方法和手段

(2) 提高移动中的射门能力训练方法和手段

(3) 提高个人的及时应变能力训练方法和手段

(4) 个人攻防技术训练方法和手段

(5) 提高综合技术应用能力训练方法和手段

(6) 阵地防守阵形的训练方法和手段

四、考试时间

2025年5月中旬，具体时间和地点面试时通知。

五、综合成绩计算方法

笔试总成绩占40%，面试阶段总成绩占60%(其中，面试成绩占30%，专业加试成绩占30%)。笔试总成绩、面试成绩、专业加试成绩

均按百分制折算。

进入体检人员的面试、专业加试成绩均不得低于60分。