

2026년도 제3회 의령우체국 시행 상시계약집배원(공무직) 채용시험 서류전형 합격자 안내

2026년도 제3회 상시계약집배원(공무직) 채용시험 서류전형 합격자에 대하여 실기시험 및 면접시험 일시를 아래와 같이 공고합니다.

2026년 8월 10일

의령우체국장

1. 서류전형 합격자 발표

의령-01 김*남 의령-02 신*범 의령-04 박*진

2. 실기시험 및 면접시험

가. 실기시험

- 일시: 2026. 08. 12.(수) 10:00 ~
- 장소: 의령우체국 2층 회의실
(당일 09:30까지 2층 대기실 도착 요망)
- 준비물: 신분증(운전면허증)
- 시험종목: 윗몸일으키기, 팔굽혀펴기(간소복 준비)
- 평가방법 및 합격기준표: 【붙임1】 참조
- 복장 : 체육복 등 실기시험에 필요한 복장

나. 면접시험

- 일시: 2026. 08. 12.(수) 10:30~
- 복장: 단정한 평상복
- 실기시험 완료 후 실기시험 합격자 대상으로 실시

3. 최종합격자 발표

- 2026. 08. 12.(수), 15시 이후 홈페이지 게시

【붙임 1】

■ 실기시험 종목 및 평가 방법

종 목	평 가 방 법
윗 몸 일으키기	○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 똑바로 누운 상태에서 다리를 30cm 간격으로 벌리고 무릎은 직각으로 굽혀 세우고 두 손은 머리 뒤로 깎지 껴서 잡는다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 복근력만을 이용 몸을 위로 일으켜 굽힌다. ○ 양 팔꿈치가 무릎에 닿으면 다시 누운 상태로 돌아간다. ○ 누운 자세에서는 깎지 긴 양손, 어깨 등이 반드시 매트와 접촉되어야만 한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다.
팔굽혀 펴 기	[남 자] ○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 양손을 어깨넓이로 벌려 양발을 모아붙인 자세에서 팔 이 지면에 대하여 직각이 되도록 하고, 머리, 어깨, 허리, 엉덩이, 다리 등이 일직선이 되도록 한다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 팔이 90도 이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔 다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다. [여 자] ○ 시험관의 "준비" 구령에 따라, 양팔을 어깨넓이로 벌리고 무릎을 마루에 대고 머리, 어깨, 허리 엉덩이가 일직선이 되도록 한다. ○ 시험관의 "시작" 구령과 함께 팔이 90도 이상 굽혀 가슴이 봉에 닿을 정도까지 굽혔 다가 다시 완전히 편 상태를 1회로 간주한다. ○ 1분 동안 정확하게 실시한 횟수만 기록한다.

■ 실기시험 합격기준표

성 별	연령대 (만 나이)	합 격 기 준	
		윗몸일으키기	팔굽혀펴기
남 자	10~20대	25회 이상	21회 이상
	30대	22회 이상	18회 이상
	40대	20회 이상	16회 이상
	50대	12회 이상	11회 이상
여 자	10~20대	20회 이상	15회 이상
	30대	14회 이상	14회 이상
	40대	10회 이상	13회 이상
	50대	5회 이상	10회 이상
※ 기준시간 : 종목별 1분 ※ 1종목 이상 합격기준에 미달하는 경우에는 실기시험 불합격 처리 ○ 윗몸일으키기 합격, 팔굽혀펴기 합격 ⇒ 합격 ○ 윗몸일으키기 합격, 팔굽혀펴기 불합격 ⇒ 불합격 ○ 윗몸일으키기 불합격, 팔굽혀펴기 합격 ⇒ 불합격 ○ 윗몸일으키기 불합격, 팔굽혀펴기 불합격 ⇒ 불합격			