**曲阜师范大学2016年春季运动会竞赛规程**

**（日照校区）**

**一、竞赛时间、地点**

2016年5月中旬（周四）、（周五），日照校区西田径场

**二、参加单位**

日照校区各院系、研究生处、教辅单位

**三、竞赛分组**

学生男子组、学生女子组、教工组

**四、竞赛项目**

1.学生男子组：

100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、110米栏（100cm）、400米栏、4×100接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球（7.26kg）、

2.学生女子组：

100米、200米、400米、800米、1500米、3000米、100米栏、400米栏、4×100接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球（4kg）；

3.趣味项目：

齐心协力赛、脚背颠足球（女）、运球过杆射门（男）、混合多项赛、混合投篮挑战赛、排球垫球入筐比赛、足球吊圈（男、女）。踢毽子（男、女）、立定跳远（男、女）、男子引体向上、女子仰卧起坐；

（竞赛规则附后）。

4.教工项目

教工男、女4×100米和铅球、趣味接力赛（1棒女：抱球跑；2棒男：吊瓶跑；3棒女：托球跑；4棒男：摸石头过河）。

**五、报名资格**

凡具有我校日照校区正式学籍的学生（含正式学籍非在职研究生）和各院系正式教职工，思想进步、身体健康者，均可报名。

**六、报名人数及办法**

1.每单位限报领队1人，教练2人，运动员80人。

2.运动员每人限报2项，每项限报3人，可兼报接力，学生组各项接力每单位限报1队，（趣味项目以规则为准，报名参加全能项目比赛的运动员，不可兼报其他单项（接力项目除外），各项接力每单位限报1队）。

3.教工组接力及趣味项目以日照校区分工会为单位报名，无独立分工会的，以本单位组织报名，每单位每项限报1队。

4.2015年我校（日照校区）有正式学籍的非在职研究生可代表院系参加比赛。

**七、计分方法**

1.竞赛项目

普通学生组各单项取前八名，按9、7、6、5、4、3、2、1计分；接力项目加倍计分。每项参加比赛人数普通组不足八名者减一录取，每项参加比赛人数不足两名者，不计得分；若遇名次并列者得分平均分配，如两人并列第一，则无第二，第一与第二得分之和被二除，依次类推。凡破校记录者加10分，一人在同一比赛中多次破同一记录者，只按最高得分计一次，但统计其破记录次数。

2.趣味项目

普通学生组趣味项目各单项取前8名，按竞赛项目相同名次的50%计分，例如：第一名4.5分；第二名3.5分；第三名3分，依此类推。

3.团体总分按各单位男、女竞赛项目、趣味项目各单项得分之和计分，积分多者名次列前，如积分相等则以破记录多者在前；如再相等则以获第一名多者列前，依次类推。

4.2014年我校（日照校区）有正式学籍的非在职研究生可代表院系参加比赛，其得分计入本院系总分。

5.教工项目单独计分，计分方法（田径和趣味）同学生组。

6.关于代表我校参加“**2015年第十五届全国大学生田径锦标赛（广西·桂林）**”的相关运动员在本年度运动会中的加分：

（1）.参赛运动员根据其所参加项目在比赛中的实际名次得分，计入其学院本年度运动会团体总分。

（2）.接力项目根据实际名次得分，每名运动员各得成绩分数的四分之一，计入学院本年度团体总分。

（3）.在第**2015年第十五届全国大学生田径锦标赛（广西·桂林）**比赛中，凡破校记录者计入学院本年度团体总分10分，一人在同一比赛中多次破同一记录者，只按最高得分计一次，接力项目破校最高纪录者加分同上，破校普通组纪录者不计分。

**八、高水平运动员参赛办法**

1.在各单项比赛中（按成绩录取），与普通学生组预赛成绩相比，进入前三名者与普通学生名次并列，得分按其名次得分的50%计算，未进入前三名者，不计分。若破校最高纪录按破纪录办法执行。

2.接力项目的计分，按各队参加预决赛的人数最多的一次计算，每参加一名高水平运动员减2分，其破校最高纪录方可承认。

3.高水平运动员不得报名参加与自己专项相关的趣味项目比赛，否则成绩取消。

**九、奖励办法**

1.学生团体总分前三名，颁发流动奖杯。

2.普通学生组各单项前八名，给予奖励。

3.破纪录者获破纪录奖，一人在同一项目多次破纪录，只按最高奖励一次。

4.教工组单项奖励前8名，团体奖励前3名。

**十、报名日期及方法**

各单位将报名单填写清楚，**于2016年4月23日（周六）下午5：:00前**将打印稿（加盖公章）和电子稿一并送交校体委办公室（校区体育教研部JC10s20室），逾期不报者以弃权论。（**因今年报名时间紧，请大家务必按照时间及时上报，过期不候！！！**）

**十一、竞赛规则依据**

1.本次运动会竞赛项目执行国家体委最新审定的《田径竞赛规则》。

2.趣味项目执行各单项比赛规则（附后）。

**十一、其它事宜**

1.运动员参加比赛须携带学生证，无学生证者不允许参加比赛。

2.参赛运动员号码布要求统一尺寸、牢固、正确的佩带于胸前，比赛时所佩戴的号码不能遮挡、涂改，否则责任自负。

3.举行开幕式，请各单位组织40人的方队（4列×10人），要求统一服装。入场顺序按各院系首字字母顺序排列。

4.各院系号码分配为：

地理与旅游学院 0301～0400

工学院 0601～0700

翻译学院 1501～1600

法学院 1301～1400

管理学院 0801～0900

信息科学与工程学院 0501～0600

经济学院 1401～1500

美术学院 0101～0200

传媒学院 0701～0800

音乐学院 0201～0300

马克思主义学部 0001～0100

国际文化交流学院 0901～1000

日照校区机关 2001～2100

图书馆 2101～2200

5.本规程未尽事宜，另行通知。

 校 体 委

 2016年4月10日

**趣味运动竞赛规程**

**1、齐心协力赛**

六人一组，前边的队员搭后边队员的同侧腿，同时腿伸直，手扶前边队员的肩，成一队，单腿集体向前跳，中间不能断开，男生50米，女生30米，先到终点者为胜者。

**2、运球过杆射门（只限男生）**

将足球放在起点上，脚触球即开表，运球过杆后射门，球越过球门线停表，射门不中、碰倒杆及漏杆均无成绩，每人两次机会，取最佳成绩为比赛成绩。成绩相同者加赛一次。（如图）

**3、排球垫球入筐比赛（男女各一组）**

比赛时间1分钟，参赛运动员站在限制弧（以目标圈圆心为圆心，4.5米为半径画弧线，线宽0.05米）后，**自抛**（抛球高度至少离手0.5米）**自垫后**，**再传球至目标圈**（直径0.8米，距地面2.6米的圆圈）内（如图1）。

比赛规则：

A、传球垫球必须符合规则规定。

B、击球时脚不得踏及或越过限制弧线，否则无效。

C、进入目标圈的每球得2分，未进圈的不得分。

D、参赛队员可申请一名队友在目标圈附近检送球。

**4、混合多项赛**

A、男子两人从起点开始，一男生背另一男生30米到终点杆返回两人交换背回来；

B、另一男生起点准备，等两男生返回交接，用双腿膝关节夹一排球跳到终点，然后抱球跑回；

C、两女生绑腿在起点准备，与跑回男生交接后双人跑到终点后折回；

D、一男生在起点等女生折回交接后，单腿跳至终点比赛结束。

要求：

A、背人跑时不允许被背的人落地，到终点换人，然后中途不能换人。

B、夹球跳时，球不能落地，如果落地回到终点重新做。

C、单腿跳30米，不能换腿。

D、比赛过程中a、b、c、d 4个程序的顺序不能打乱。

E、以全队完成所有4个阶段的比赛所用的时间作为评判标准，用时少的名次列前。

**5、混合投篮挑战赛**

A、每队在规定时间（三分钟）内，按从①-②-③-④-⑤-⑥-①顺序循环投篮。并且在每个投篮点（一共六个投篮点）两名队员也要循环投篮，直到该点投中篮球为止。男生投中根据国际篮联规则计算得分，女生投中则在原基础上“+1”，计分别为3分或4分。最后根据总得分排列名次。

B、如果出现平局则进行加赛，直至决出胜负。

C、两名选手分别投射，前一个人投篮之后下一个人才能投篮。

D、六个投篮点分别是：①右侧（面向球篮）0度限制区边缘处，②左侧0度3米处，③左侧45度3米处，④罚球线处，⑤右侧45度3分球，⑥正面三分球。

E、每院系限报一队，每队有一名男队员、一名女队员组成。

**6、足球吊圈（男、女）**

以1.5米、2.5米、3.5米为半径的三个同心圆套在一起，参赛队员距圆心男25米、女20米开始踢球。击中小圆得5分；击中中圆得3分；击中大圆得1分。每人踢5个球。以总分由高往低排名，若成绩相等，采用单球单轮淘汰法。

**7、趣味接力**：

1）2男2女，1棒女：抱球跑；2棒男：吊瓶跑；3棒女：托球跑；4棒男：摸石头过河。所有教工均从起点开始起跑，比赛直线距离30米，本队总用时少者名次列前。

2）**抱球跑**：a.第一棒（女）站在起点，抱住三个篮球做好起跑准备。b.跑到30米标志线后抱球返回。C.中间出现球脱落，必须**从起点**重新开始。

3）**吊瓶跑：**赛程为60米，即第二棒（男）在起点处拿好钓竿，在30米标志线处放置吊瓶，完成时间最短者获胜。**要求：**不得用手将钓竿塞到瓶中，吊瓶中途脱落应在脱落处重新吊起。

4）**托球跑：**a.第三棒（女）从起点用大会提供的球拍托一只乒乓球在指定跑道内跑一个来回。b. 整个跑进过程不准用手触及球。C.如出现球脱落球拍现象应从30米标志线处重新开始。

5）**摸石头过河：**a.第四棒（男）从起点处开始起跑至30米标志线处，双脚踩住“石头”返回。b.返回过程中双脚如出现脚触地现象应从30米标志线处重新开始。

**8、女子颠足球：**

每人最多两次机会（每次颠5个以上开始计数），取其中最好成绩。若比赛中涉及到第8名录取，则所涉及的运动员进行一次决胜制（即涉及运动员再进行一次比赛）。

1. **仰卧起坐：**

 参赛选手身体后仰，双腿伸直，双手放在两耳侧触及躺板，上身用力向上，身体的折角等于或小于90度，然后身体后仰，双手触及躺板，为一个完整动作。时间为1分钟，起始和终止以裁判员口令为准，计算该选手规范动作次数，不符合规范的，不计算个数。若比赛中涉及到第8名录取，则所涉及的运动员进行一次决胜制（即涉及运动员再进行一次比赛）。

1. **引体向上：**

 参赛选手须双手正握横杠，直臂悬垂，身体呈静止状态后，开始做第一次动作，屈臂向上引体至下颚超过横杠上沿，恢复直臂悬垂后，为一个完整动作，身体不得摇晃。时间为1分钟，起始和终止以裁判员口令为准，计算该选手规范动作次数，不符合规范的，不计算个数。若比赛中涉及到第8名录取，则所涉及的运动员进行一次决胜制（即涉及运动员再进行一次比赛）。

1. **踢毽子：**

参赛选手须在半径1米的场地内进行，单踢双踢均可，膝盖以下任何部位接触毽子均有效，比赛过程中如毽子落地，除该次不计外，可继续比赛，连续记数。时间为1分钟，起始和终止以裁判员口令为准，计算该选手规范动作次数，不符合规范的，不计算个数。每人两次试踢机会，踢5个以上即开始正式比赛计数。若比赛中涉及到第8名录取，则所涉及的运动员进行一次决胜制（即涉及运动员再进行一次比赛）。

**12、立定跳远：**

 每人两次试跳机会。第一次试跳预赛后，按成绩取前16名进入第二次试跳决赛，第二次试跳决赛后按成绩记取前8名。若预、决赛中涉及到第16名和第8名录取，则所涉及的运动员进行一跳决胜制（即涉及运动员再进行一次试跳）。

**对“曲阜师范大学春季运动会”流动奖杯的说明**

一、对获得学校春季运动会前三名的院系,颁发“曲阜师范大学春季运动会”流动奖杯.

二、各院系在下届运动会前两周将流动奖杯交回校体委办公室(设在体育教研部),流动奖杯将颁发给下届运动会中过获得前三名的院(系)。

三、对符合以下条件的院（系），将颁发“曲阜师范大学春季运动会优胜杯”，由院（系）永久保留。

 1、院（系）领导重视体育运动的开展，积极组织、精心准备参加学校春季运动会。

 2、连续三年获学校春季运动会前三名，并在学校春季运动会中运动员无冒名顶替、违反体育道德发生的院（系）。