**2019年东华大学教工运动会竞赛规程**

**一、主办单位：**东华大学体育运动委员会

**二、承办单位：**体育部、校工会、学生处、校团委

**三、协办单位：**各学院、各职能部处、教工各单项体育协会

**四、比赛项目：**田径、趣味类（运动会）: 跳长绳、踢毽子、抱球接力、赶球接力、足球射门、篮球投篮、排球发球、软排垫球、飞镖、高尔夫定点推杆、高尔夫击远等趣味类项目；羽毛球、篮球、扑克牌八十分、乒乓球、游泳、攀岩、龙舟（体育节）。

**五、比赛时间：**

2019年5月14日10:00—16:00（趣味类项目）

2019年5月21日13:00—16:00（田径比赛）

2019年4月-11月（体育节比赛项目）

**六、比赛地点：**东华大学松江校区东面体育场、松江校区体育馆等

**七、运动员参赛资格**

1、各参赛单位在职在岗（以各单项比赛报名截止期为准）、身体健康的本校教职员工，均可报名参赛，团体项目以参赛代表团为单位。

2、博导、特级教师、正副书记校长报名时，年龄放宽至65岁。

3、男子组年龄分组规定：

A组（青年组）：35岁以下。

B组（中年组）：36－50岁。

C组（老年组）：51－60岁。

4、女子组年龄分组规定：

A组（青年组）：35岁以下。

B组（中年组）：36－45岁。

C组（老年组）：46－60岁。

5、运动员的参赛年龄组认定以各单项比赛所在年份为准。

6、所有规定年龄组的比赛项目均不得跨组参赛。

**八、竞赛项目参赛方法**

**（一）田径**

1、男子组

A组（7项）： 100米、400米、3000米、跳高、跳远、铅球（7.26KG）、4X100米接力。

B组（6项）： 100米、1500米、跳高、跳远、铅球（5KG）、4X100米接力。

C组（3项）： 60米、立定跳远、实心球（2KG）。

2、女子组

A组（7项）： 100米、400米、1500米、跳高、跳远、铅球（4KG）、4X100米接力。

B组（6项）： 100米、800米、跳高、跳远、铅球（4KG）、4X100米接力。

C组（3项）： 60米、立定跳远、实心球（2KG）。

**（二）趣味类项目**

**1、跳长绳**：2分钟，每队10人，4男4女跳绳，2名摇绳，不分年龄组。

1. 场地设置：摇绳线相距为3.5米。
2. 比赛器材：每队使用一根8号腊旗绳，长度为4.8米。比赛用绳由大会提供。
3. 服装规定：不准穿钉鞋，不准戴手套。
4. 计时规定：裁判员发出预备令，摇绳运动员可以开始摇绳，裁判员发正式令开始计时2分钟跳绳。
5. 跳绳顺序：8名跳绳运动员按1号到8号编号，男女运动员顺序任意，并且按序以8字形行进路线跳绳。
6. 计跳规定：以2分钟内成功的跳绳次数为总次数。失误者不计数也不得重跳。每一轮次每人限跳一次，连跳者只计一次，漏跳或逃跳者作犯规论。
7. 摇绳规定：摇绳运动员必须站在摇绳线后摇绳，不得踩线或越线，否则作犯规论。
8. 违例规定：每犯规一次，罚总次数减3次。



**2、踢毽子**：1分钟，每队5人（2男3女），不分年龄组。

（1） 每人连续踢毽子1分钟计次数。

（2） 以5人总次数高者胜，次数相同者总失误少者胜。

**3、抱球接力**： 每队5人，女子C组。

1. 场地设置：两端线各设立一标旗，标旗间距为15米，赛道宽为2.4米，往返道宽各为1.2米。起跑线后的1米内为交接区。
2. 比赛器材：每队使用三个橡皮排球，比赛用球由大会提供。
3. 服装规定：不准穿钉鞋，不准戴手套。
4. 跑球规定：运动员必须从赛道右侧的起跑线开始起跑，到折返点后绕标旗杆返回，从赛道左侧回到交接区。每人完成30米跑步。
5. 抱球规定：运动员必须抱三个排球跑步。如果球落地，只限本人拣球，其他人不得帮助，否则作犯规论。
6. 交接规定：跑球运动员必须在交接区内将球传给下一个运动员。只有等待接球的下一运动员可以进入交接区。在交接球时，若球落地，只限传球和接球的二人可以拣球。否则作犯规论。
7. 赛道规定：运动员必须在自己的赛道内比赛，无论运动员或者排球越出赛道，均作犯规论。如严重影响其他运动队的比赛，则取消该队比赛成绩。
8. 违例规定：每犯规一次，罚总时间加2秒钟。

 

**4、赶球接力**： 每队5人，男子C组。

1. 场地设置：两端线各设立一标旗，标旗间距为15米，赛道宽为2.4米，往返道宽各为1.2米。起跑线后的1米内为交接区。
2. 比赛器材：每队使用一个橡皮篮球和一根赶球棒。赶球棒为木质直棍形，不得带弯头或把手，直径为3厘米，长度为1米，上段40厘米和下段60厘米部分用不同的颜色区分。运动员只能握上段，不得握下段。比赛用球和赶球棒由大会提供。
3. 服装规定：不准穿钉鞋，不准戴手套。
4. 跑球规定：运动员必须从赛道右侧的起跑线开始起跑，到折返点后绕标旗杆返回，从赛道左侧回到交接区。每人完成30米跑步。
5. 赶球规定：运动员只能握住赶球棒的上段，用赶球棒的下段赶球，运动员在跑球和交接过程中均不得用身体的任何一部分触球(如拿球、按球、踩球、踢球、停球等)，否则作犯规论。
6. 交接规定：跑球运动员必须在篮球也回到交接区，并且在交接区内将赶球棒和篮球传给下一个运动员。只有等待接球的下一运动员可以进入交接区。否则作犯规论。
7. 赛道规定：运动员必须在自己的赛道内比赛，无论运动员或者篮球越出赛道，均作犯规论。如严重影响其他运动队的比赛，则取消该队比赛成绩。
8. 违例规定：每犯规一次，罚总时间加2秒钟。



**5、足球射门**： 每队5人，不分性别、年龄组。

1. 场地设置：球门内径宽2.45米，高1.45米。射门线距离球门15米。
2. 比赛器材：使用七个火车头牌5号足球。比赛用球由大会提供。
3. 计分规定：每位运动员射门7次。足球从空中直接进门、足球从空中触横梁或立柱后弹入球门者为有效得分。地滚球或在球门前着地反弹进门者不得分。每次进球得1分，以5人总得分高者胜，得分相同者总用时少者胜。
4. 计时规定：从裁判员发令开始，运动员每人计时90秒钟射门，裁判员发出结束令之前射出的足球有效。超时射门的进球无效。
5. 射门规定：运动员必须将足球放在射门线后射门。足球越线者射门无效。



**6、篮球投篮**： 每队5人（3男2女），不分年龄组。

1. 场地设置：采用标准篮球场和篮球架。男女运动员的起投线分别离端线5.8米和4米处，男运动员的限制区为三分禁区，女运动员的限制区为4米线与禁区包含的区域。
2. 比赛器材：使用斯伯丁皮质篮球。比赛用球由大会提供。
3. 计分规定：运动员必须先从起投线投篮，投进得2分。此后必须在限制区外不断投篮，投进得1分,以5人总得分高者胜，得分相同者总失误少者胜。
4. 计时规定：从裁判员发令开始，运动员每人计时1分钟投篮。裁判员发出结束令之前出手的投篮有效。超时投篮的进球无效。
5. 投篮规定：运动员必须在限制区外投篮。踩线或越线者投篮无效。
6. 拣球规定：运动员投篮时，可指定同队一名运动员协助拣篮球。违例者投篮无效。



**7、排球发球**： 每队5人（3男2女），不分年龄组。

1. 场地设置：采用标准排球场。排球网高2.3米。得分区划为9个3米x 3米的方格，各方格的得分分别为1分到5分。
2. 比赛器材：使用五个兰华皮质排球。比赛用球由大会提供。
3. 计分规定：每位运动员发球5次，以排球落点所在得分区计分，出界或下网不得分，球压线时以高分一侧计算。以5人总得分高者胜，得分相同者总用时少者胜。
4. 计时规定：从裁判员发令开始，运动员每人计时1分钟发球，裁判员发出结束令之前出手的发球有效。超时的发球无效。
5. 发球规定：运动员必须按照排球规则发球，发球时要将球抛起，不准抡球、掷球和投球。男运动员不准用下手发球，女运动员的发球姿势不限。违例、踩线或越线者发球无效。



**8、软排垫球**：每队5人（3男2女），不分年龄组。

（1） 每人连续垫球2分钟计次数。

（2） 垫球要求高过头顶，否则无效。

（3） 以5人总次数高者胜，次数相同者总失误少者胜。

**9、飞镖**：每队5人（3男2女），不分年龄组。

1. 场地设置：从镖盘表面正中心点到地面垂直线顶点至投镖线的正中心距离为2.44米，是选手的最短投掷距离。
2. 比赛器材：飞镖靶和飞镖由大会提供。
3. 计分规定：每位运动员投3镖，以5人总得分高者胜。每位运动员可以选择试投3镖，不计成绩。
4. 计时规定：从裁判员发令开始，运动员每人计时30秒钟投3镖，裁判员发出结束令之前投出的飞镖有效。超时的投镖无效。
5. 投镖规定：踩投掷线或越投掷线者投镖无效。

**10、高尔夫：**每队5人（3男2女），不分年龄组。比赛项目包括：高尔夫定点推杆比赛、高尔夫7号铁杆击远比赛。

（1）比赛地点：

 ①东华大学松江校区高尔夫球模拟器室（西面乒乓球房内）。

 ②东华大学松江校区体育馆外推杆果岭（原游泳池）

（2）录取名次

①团体名次：以3男2女部门工会参赛队为单位，以个人参赛每个项目总分相加录取。

②个人名次：如果部门工会参赛人数不满5人，则按项目比赛得分录取个人名次。

个人和团体都只取两个项目总分之和由高到低前八名；若有分数相同，则铁杆击远项目分数高的名次为高，如再相同，距离远者为高。

（3）比赛规则：

①高尔夫定点推杆比赛。

A、参赛人员按分组站到指定位置向规定球洞推球，每人5个球。

 1杆推进球洞得5分，

 2杆推进球洞得3分，

 3杆推进球洞得1分，

 3杆未推进球则回到原指定位置推下一个球，工作人员记录每个球的分数，并计算5个球的总分数。

B、若有多人分数相同，按最后1球推进洞杆数少的为前，如再相同，按最后第二洞，以此类推，决出名次。

②高尔夫7号铁杆击远比赛。

A、参赛人员按分组站到指定位置用规定的高尔夫球杆（七号铁）向规定方向击球，每人5次机会。

男子组

 100—109码，得1分

 110—119码，得2分

 120—129码，得3分

 130—139码，得4分

 140码（含140码）以上，得5分

女子组

 50—59码，得1分

 60—69码，得2分

 70—79码，得3分

 80—89码，得4分

 90码（含90码）以上，得5分

 B、若有多人分数相同，则可根据具体情况进行加赛。

（4）特定规则

①、比赛前 15 分钟选手签到；

②、比赛顺序一经排定，不得随意更改，比赛迟到 5 分钟做弃权论；

③、比赛中绝对服从裁判不得与裁判争论，如有疑问，赛后以书面报告形式交于裁判处理；如有辱骂、挑衅等情况出现，相关选手将被警告，如再次违纪，则取消其比赛资格。

**（三）游泳**

1. 个人项目

40米蛙泳、40米自由泳、80米蛙泳、80米自由泳

2. 接力项目

4×40米混合接力，参赛队员需为个人项目参赛者，每组参赛队4名队员中至少有一名女性教职工。

**（四）乒乓球**

1、A组： 7场单打团体对抗赛，各场比赛为男A、女A、男B、女B、男C、女C、党政领导。

2、B组： 5场单打团体对抗赛，各场比赛为男A、女A、男BC、女BC、党政领导。

3、预赛阶段为分组循环赛，决赛阶段采用淘汰赛。

4、采用三局二胜、11分制。

**（五）羽毛球**

1、A组：男单、女单、男双、女双和混双5场团体对抗赛。

2、B组：男单、女单和混双3场团体对抗赛。

3、预赛阶段为分组循环赛，决赛阶段采用淘汰赛。

4、采用每球得分、三局二胜、21分制。

**（六）扑克牌八十分**

1、采用复式团体赛制。不分性别，不分年龄组。

2、每队4人（开室2人，闭室2人）。

3、以8副牌为一场比赛，预赛阶段为分组循环赛，决赛阶段采用淘汰赛。

**（七）攀岩**

1、设人工岩壁难度、人工岩壁速度等项目进行预、决赛。

2、男女分年龄组别进行比赛（中年组：45岁以上，青年组：45岁以下）。

3、各参赛单位报名参赛男、女运动员分别不超过6人次。

**（八）篮球**

1、由校教工篮球协会具体负责比赛的组织与编排。

2、本年度只设男子组比赛。

3、比赛分预赛和决赛两个阶段进行。

**（九）龙舟**

1、竞赛项目：教工龙舟赛，小龙舟（12人）200米直道竞速赛。

2、运动员参赛条件及参赛要求：

（1）各参赛队运动员，须体检合格，符合健康标准。

 （2）各参赛队运动员须熟悉水性，身着服装能游泳100米以上。

 （3）教工龙舟赛报名以学院和部门工会为单位。每队可报领队1人、正式运动员13名（包括鼓手1名、舵手由东华大学水上运动队提供，划手10名，预备划手2名）共计14人。

 （4）根据国家体育总局最新审定的龙舟竞赛规程规定、各参赛队运动员的健康状况、游泳能力、安全问题由领队负责。领队必须签署全队参赛人员的安全责任书。

 （5）所有竞赛器材由大会提供。比赛设四航道、采用预赛(计时赛)、决赛(排位赛)决出名次。参赛运动员服装款式、颜色必须一致。运动员只能采取坐姿参加比赛。为确保比赛安全，全体参赛队员必须穿着救生衣参加比赛。

**九、运动会报名办法**

1、教工运动会比赛报名以学院和部门工会为单位。

2、各单位可报领队1名，教练2名。每个运动员限报2项（接力与趣味除外）；田径项目教工每单位、每单项限报2人；团体趣味项目每单位限报1队。

3、采用网上报名，网上报名时间：2019年4月8日---4月23日12点前,具体操作详见报名程序。各单位填写报名单一式两份（必须从报名系统汇总表中打印）加盖单位公章，一份自留，另一份送交体育部竞赛办公室113。截止时间4月23日（周二）16:30之前，未按规定时间送交报名单的单位，作自动放弃，逾期不予补报。

**十、竞赛办法**

1、田径比赛采用中华人民共和国体育运动委员会审定的最新田径竞赛规则；趣味比赛采用上海市第八届教职工运动会趣味竞赛规则和校体育运动委员会制定的有关规则。

2、径赛项目，包括4×100米接力，均按分组比赛成绩决定名次（无预赛）。

3、田径运动员必须提前20分钟到检录处点名，方可进入比赛场地，检录三次未到者，取消比赛资格。趣味项目具体见趣味竞赛办法。其它项目时间和规则待定。

4、田径运动员比赛号码簿由体育部统一编号和制作，参加比赛者必须佩戴号码簿。

**十一、计分办法**

1、个人项目：取前八名计分，得分依次为9，7，6，5，4，3，2，1；少于10人时，取参赛人数减一计分。

2、集体项目（接力比赛、趣味类团体项目等）：取前八名计分，得分按个人项目加倍计分，依次为18、14、12、10、8、6、4、2。少于10队时，取参赛队数减一计分。

3、如果名次并列，按有关名次得分之和平均分配。

4、团体总分为以上所有得分之和，如总分相同则以最高名次多者名次列前。

**十二、奖励办法**

由校工会统一奖励。

**十三、仲裁委员会**

规程中的未尽事宜，由仲裁委员会决定。

仲裁委员会成员：

金海燕 陆湘群 廖丽金 沈洁 朱江华 杨伟春 袁浩

联系人：王喆 电话：67792378 13681906676

Email： wz@dhu.edu.cn

**东华大学体育运动委员会**

**2019年4月2日**