

北京工业大学 2019 年

秋季体育团队健身趣味赛规程

为推动北京工业大学群众体育工作的全面开展，增强健身意识，培养学生终身体育锻炼的良好习惯，培养学生团队精神和责任感，特举办 2019 年北京工业大学秋季体育团队健身趣味赛。

一、主办单位

北京工业大学体育运动委员会

二、承办单位

体育教学部

三、协办单位

党委办公室、校长办公室、宣传部、学生处、校团委、场馆管理中心、信息化建设与管理中心、后勤保障处、保卫处、通州校区管理中心、校医院及各院、部、所、直属单位。

四、竞赛时间、地点、参加单位

比赛时间：2019 年 10 月 16 日（周三）下午 13:30--16:30

比赛地点：校南田径场

参加单位：各院、部、所。

五、参赛资格

1. 以学院为单位，凡本学院注册学生均可报名参赛，各单位每个项目可以报 1 支队伍参赛，每名学生可参加多项比赛。请各院主管体育的副书记担任领队。

2. 学生参赛保险：每名参赛的学生必须有短期意外伤害保险，由各学院（单位）在比赛前自行办理。

六、报名时间及方法

1. 报名时间截止 10 月 11 日（周五）17:00 止

2. 纸质版报名表在网上下载报名表（附件 1），一式两份，由所在学院主管领导签字、盖章，

3. 各参赛队伍成员的体育比赛保险（复印件）；

4. 保险（复印件）、报名表请于 10 月 10 日中午 12:20 领队会交给郑剑晖老师。

七、领队会日期

2019 年 10 月 10 日中午 12: 20 游泳馆二层体育部会议室。

八、比赛项目

1、有轨电车（共 10 人，异性不少于 3 人），周三下午 13:30--14:45，南田径场；

2、团队战鼓（共 11 人，异性不少于 3 人），周三下午 14:45--16:00，南田径场；

3、仰卧起坐接力（女生 4 人），周三下午 13:30--14:30，南田径场；

4、团队平板支撑（男生 4 人），周三下午 14:30--16:00，南田径场；

5、快乐奔跑(定向越野)（学生 8 人，其中异性不能少于 3 人），周三下午 13:30--16:00，南田径场；

6、颁奖仪式，周三下午 16:00--16:30，南田径场；

九、比赛项目规则说明

1、有轨电车（共 10 人，异性不少于 3 人）

所有队员两脚必须踩着木板，手提两根与木板连接的绳子，统一口令，步调一致，在规定的时间内走完一段 50 米长的距离，时间短者获胜。

2、团队战鼓（共 11 人，异性不少于 3 人）

小组 10 名成员双手持同心鼓的拉手尾端，1 人负责放球和捡球；合力让球在鼓面上颤动在 90 秒钟的时间内累计完成垫球的次数计分，完成次数多者名次列前。球在鼓面上颤起高度低于 15cm 无效；球颠飞捡球及放球不停表。

3、仰卧起坐接力（女生 4 人）

每次一人，以接力的方式在垫子上仰卧起坐，比赛中间换人不停表，以 4 分钟完成个数获得成绩，仰卧起坐动作必须规范。

4、团队平板支撑（男生 4 人）

每队 4 个男生，同时开始计时，平板支撑动作必须规范，以 4 人累计（4

人用时之和) 记入团队成绩。单人成绩超过 15 分钟的不再计时, 按 15 分钟计入团队成绩。比赛中间不能换人, 腹部着地停表。

5、快乐奔跑(定向越野)(学生 8 人, 其中异性不能少于 3 人)

A. 快乐奔跑竞赛规则:

1). “快乐奔跑”即: 校园团队定向越野比赛, 各队根据地图指示, 按标号顺序到达各点标位置, 并合力完成点标任务获得积分; 在规定时间内(60 分钟) 回到终点, 早到加分(每早到 2 分钟加 1 分, 最多加 20 分), 迟到减分(每迟到 2 分钟减 1 分, 最多减 20 分), 关门时间 100 分钟, 总计积分多者获胜。

2). 名次根据总积分排名; 总积分相同时, 比赛用时短者名次靠前。

3). 额外加分: 凡是参赛队伍邀请校级领导加入队伍参与并完成部分比赛(南操场跑步任务) 则总成绩加 8 分, 凡是参赛队伍邀请院级领导加入队伍参与并完成部分比赛则(南操场跑步任务) 总成绩加 5 分, 凡是参赛队伍邀请本学院教师加入队伍参与并完成比赛则总成绩加 5 分, 以上各项邀请参与的领导和老师不可超过 2 名, 加分分值最高为双倍。

B. 快乐奔跑竞赛要求:

1). 每队所有人到达点标, 并小组 8 人以点标为背景合影(自备手机) 后即可获得积分, 请保留每个标点的小组合影, 到终点待查。

2). 根据点标任务完成情况可获得相应的积分, 比赛过程中, 小组必须共同行动, 中途不得换人, 不得使用任何交通工具, 如出现分头跑点、中途换人、使用交通工具的取消比赛资格。

3). 注意安全, 不得翻越围墙、建筑物、栅栏等危险区域, 注意车辆和脚下井盖。

十、各项目和团体总分计算方法

以上各项目均按以下方法记取总分:

1. 各项目积分, 团队跳绳、团队战鼓、仰卧起坐、团队平板支撑四个项目前八名得分按照 9、7、6、5、4、3、2、1 计算; 快乐奔跑(定向越野) 项目前八名得分按照 18、14、12、10、8、6、4、2 计算。各参赛队的四项比赛成绩得分总和进行团体总分前八名排序。

2. 团体积分，每个参赛队团体得分按权重为 15 确定名次积分（按田径竞赛规则前八名基本得分为 9、7、6、5、4、3、2、1），即按照所取得名次基本得分×15。该分计入年度体育先进学院评分积分中。

3. 体育道德风尚奖积分 10 分，该分计入年度体育先进学院评分积分中。

4. 团体总分以各学院和单位的各项目得分累积，决定前八名。

八. “体育道德风尚奖”评比办法：

1、认真参加开幕式，组织好各院队秩序，充分体现工大人的精神风貌。

2、严格遵守大会的有关规定，服从领导，听从指挥，做到令行禁止。

3、遵守赛场纪律，端正赛风，尊重对方，尊重裁判，尊重观众。

4、认真对待每项比赛，准时参赛，不得无故弃权。参赛队员应奋力进取，顽强拼搏，赛出风格，赛出水平。

5、遵守社会公德，讲文明，讲礼貌，讲卫生。

6、各参赛单位的领导积极支持，现场指导与参与。

7、体育道德风尚奖由体育道德风尚奖评选小组评选。

“体育道德风尚奖”评比小组名单

组 长：刘振卿、吴勇

组 员：李鑫、张楠、罗勇民、郑剑晖、咸峰

十一、比赛奖惩办法

1、按团体总分奖励团体前八名，设体育道德风尚奖 10 名。

2、出现违反比赛纪律的情况，该学院或单位取消体育道德风尚奖评选资格，在年度体育先进学院评分积分中扣 20--100 分。

3、出现弃权参赛的情况，该学院或单位在年度体育先进学院评分积分中扣 10 分/队次。

十二、其他规定，未尽事宜，另行通知。

十三、本竞赛规程解释权属北京工业大学体育运动委员会。

体育教学部

2019. 9. 27