**哈尔滨工业大学第56届田径运动会**

**竞 赛 规 程**

**一、本届田径运动会主题**

全民健身 享受乐趣 增强体质 锻炼意志

**二﹑竞赛时间与地点**

**2019年5月24日至25日**，一校区田径场

**三﹑田径项目**

**1.学生组**

**男子（甲、乙）（18项）**

100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、5000米竞走、10000米、110米栏、400米栏、4×100米接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球、铁饼、标枪。

**女子（甲、乙）（17项）**

100米、200米、400米、800米、1500米、3000米、3000米竞走、100米栏（乙）、400米栏（乙）、4×100米接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球、铁饼、标枪。

**2.教工青年组**

**男子（9项）**

100米、200米、1500米、4×100米接力、跳高、跳远、铅球、铁饼、标枪。

**女子（8项）**

100米、200米、800米、4×100米接力、跳高、跳远、铅球、铁饼。

**3.教工中年组**

**男子（6项）**

100米、400米、800米、跳远、铅球、铁饼。

**女子（4项）**

100米、200米、跳远、铅球。

**4.教工老年组**

**男子（4项）**

60米、800米、跳远、铅球。

**女子（2项）**

60米、铅球。

**四、趣味项目**

**(一)项目名称**

**学生趣味项目（12项）**拔河、1分钟原地跳绳、呼啦圈、篮球技巧、同舟共进、2人踢毽子、2人3足、宝贝新娘、20米挪砖过河、袋鼠接力赛、趣味夹球比赛、曲线运球射门比赛。

**教工趣味项目（12项）**

拔河、1分钟原地跳绳、踢毽子（个人1分钟）、自行车慢骑、2人3足、可乐保龄球、赶金猪、呼啦圈、背球前进、袋鼠接力赛、趣味夹球比赛、曲线运球射门比赛。

**(二)比赛方法与规则**

**1.拔河**（教工组、学生组）

**比赛方法:**每队男生8名，女生4名，三局二胜制，掷币选方位，决胜场重选方位。如一方队绳的记号点从中线点被拉入2米以外本方的区域内为胜。比赛时间不限，主裁判可视赛场状况做出判定。

**2.原地跳绳** （教工组、学生组）

**比赛方法：**左、右手各持一根绳的两端，分别向前依次摇绳。当跳绳摇起来后，以1分钟内跳绳次数多者列前。

**3.踢毽子**（教工组）

**比赛方法：**参赛者将毽子抛起（教工组）开始倒计时，计次数，如毽子落地可拾起继续比赛，在1分钟内以踢毽次数多者名次列前。

**4.背球前进**（教工组）

**比赛方法：**每单位报2个队，每队2人（男、女各1人）。距离30米，两人背对背，背部中间夹一只排球，侧向前进跑，以触击终点线先后，时间少者名次列前。在跑动中球掉地上，运动员要在原地迅速捡起球放在两背中继续比赛。如用肘夹球犯规，取消比赛资格。

**5.呼拉圈**（教工组、学生组）

**比赛方法：**运动员原地听裁判哨声计时，开始比赛时间为1分30秒，在规定的时间内运动员所转圈数多者为胜。（注：①当呼啦圈掉到地上可捡起再转 ②呼拉圈可自带）。

**6.篮球技巧**（学生组）

**比赛方法：**每队6名队员（4男2女），每人胯下摆球前进20米，到折返点后队员运球回来交给下一名参赛队员，依此类推，最先回来的队为胜。

**7.同舟共进**（学生组）

**比赛方法：**每队10名队员参赛, 2人摇长绳 ,8名队员可以同时或依次进绳（男女各4人）, 如有其中一名队员绳绊脚,立刻中止比赛,队员不可进入，需重新摇绳后继续进行比赛。以全部队员进入长绳内开始计算跳绳次数,累积次数多的队名次列前，比赛时间为2分钟。

**8.20米自行车慢骑**（教工组）

**比赛方法:**各单位派2名队员,男女不限，自行车统一准备。运动员在指定的20米赛道上骑自行车慢行,由裁判员计时,到达终点最慢者为胜，如某运动员中途自行车压线或脚落地者判犯规，中止比赛。

**9.2人踢毽子**（学生组）

**比赛方法:**参赛队员面面相对，毽子踢出后传给对方为一次，互踢毽子2分钟，次数多的队为胜。

**10.2人3足**（教工组、学生组）

**比赛方法：**2名运动员用绳子将自己的一条腿(膝关节以下,踝关节以上)互相捆绑向前奔跑,全程为30米。发令枪响计时开始,运动员冲过终点比赛结束，时间短者为胜。跑动过程中,如果有队员摔倒或绳子脱落,则必须回到原地系好绳子，继续跑完剩下的距离。

**11.可乐保龄球**（教工组）

**比赛方法：**在一个圆圈内，放10瓶水，参赛者在离圆圈8米处出球（手持篮球），击倒一个瓶子为1分，每人连续抛球5次，累计分数多者名次列前。

**12.20米挪砖过河**（学生组）

**比赛方法：**运动员利用三块木砖，边用手移动木砖，边移动脚步，使脚步始终落在被移动的砖上。在移动过程中运动员手脚不能落地，落地一次，加0.5秒，身体躯干部份与三块木砖均通过终点线后停表，按最快到达终点的成绩判定名次。

**13. 赶金猪** （教工组）

**比赛方法：**1名运动员，占一条跑道，手持木棒，将自己脚下的金猪（气球）赶30米，先到终点者为胜利。注：①不准击球；②把金猪赶出自己跑道者，应判违规，取消比赛资格。

**14.宝贝新娘**（学生组）

**比赛方法：**每队3人，2名选手双手交叉搭成“花轿”，另一名选手坐在“花轿”上，完成30米赛段，到达终点用时少者为胜。选手如果落地，在落地处重新坐上“花轿”前进。

**15.袋鼠接力赛**（教工组、学生组）

**比赛方法：**每单位限报1队，每队5人，3男2女，参赛距离学生100米，教工50米，女队员在二、四棒。学生在100米起点起跑后，双脚在袋中跳跃20米，教工在50米起点起跑后双脚在袋中跳跃10米后，将口袋交给下个队员，穿着好后，继续向前比赛，以到达终点时间少者为胜。

**16.趣味夹球比赛**（教工组、学生组）

**比赛方法：**每单位限报名1队，每队8人，比赛全长距离30m，30m处设装有10个乒乓球的盒子1个，跑到的队员，用筷子将乒乓球夹入另外空盒子中，夹完10个球后返回至起点后将筷子交给下一名队员，另1名队员开始重复以上比赛内容。最先完成所有比赛的队伍为优胜。

**17.曲线运球射门比赛**（教工组、学生组）

**比赛方法：**每单位限报名1队，每队10人，比赛全长距离12.5m，路中设有6个标志杆。参赛队员用脚曲线运球必须绕过全部标志杆，运球到所设标志线前完成射门，下一队员接上一队员射回的球，重复以上比赛内容，最先完成所有比赛的队伍为优胜。没有射进球门者，没有射进球门者，必须本人补射进门，然后回传给下一个队员。

1. **身体素质项目**

男生：50米、引体向上、立定跳远

女生：50米、1分钟仰卧起坐、立定跳远

比赛方法：

（1）50米跑：每单位男、女各报4人，取四人平均成绩排名。

（2）引体向上/1分钟仰卧起坐/立定跳远：每单位男女各报4人，分别累加成绩排名，多者列前。

 引体向上：预备时，比赛者站在单杠下面，两手用宽握距正握（掌心向前）单杠，两脚离地，两臂身体自然下垂两臂伸直。然后两臂用力拉引，用背阔肌的收缩力量将身体往上拉起，使下颚超过杠面，静止一秒，之后逐渐放松背阔肌，让身体徐徐下降，直到回复完全下垂为完成一次。当上拉时身体摆动，下颚未能超过杠面，下垂时脚触及地面均作比赛结束，记录单杠引体向上的次数。

 仰卧起坐：比赛者全身仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝呈90度角左右，两手指交叉脑后。另一同伴压住其踝关节，以便固定下肢。仰卧时两肩胛必须触垫。发出“开始”口令的同时开表计时，记录1分钟内完成次数。1分钟到时，比赛者虽已坐起但肘关节为达到双膝者不计该次数。

**六、表演项目：**8人扛旗800米学生混合接力

**比赛方法：**以院为单位，每单位限报1个队，6男2女，以学院旗为接力棒，女队员在第2、6棒，8位队员每人跑100米。以裁判员计时为准，最先到达终点的参赛队为胜。注：在奔跑过程中院旗必须展开，院旗底沿超过头顶，让观众看到，否则取消比赛成绩。请参赛的队伍在5月11日前将院旗的图案发到hitjingsai@163.com信箱，大会为各学院统一制作院旗，过期不候。

**录取办法：**如参赛队超过9队，录取前8名；不足9队，减1录取，不计团体总分，凡被录取的队均颁发纪念奖。

**七﹑参加单位及资格**

1.学生以学籍注册所在的学院为单位报名；教职工以基层工会为单位报名。学生分甲、乙组。乙组为体育田径特长生组，其他同学参加甲组比赛，两组不能兼报，分组审核权归体育部负责。教工分三个年龄组，84年以后出生（含84年）为青年组；83年—69年之间出生（含69年）为中年组；68年以前出生（含68年）为老年组。低年龄组不能参加高年龄组比赛，高年龄组可以参加低年龄组比赛，但两组不能兼报，参赛资格审核权归校工会负责。

2.学生甲组每项限报3人，每人限报2项（接力及身体素质项目除外）；学生乙组每项限报4人，每人限报4项；教工组每项限报4人，每人限报2项（接力除外）。单人和双人、三人娱乐项目每项限报2人或2队，娱乐集体项目（3人以上）每单位限报1队，娱乐项目的比赛不分年龄组。身体素质比赛项目所有通过高水平单招的学生不得报名参赛。学生参加田径项目的运动员不允许参加娱乐项目的比赛。

3.学生组和教工组报名时每队需交200元报名抵押金，如报名项目全部参加，赛后报名抵押金如数退回，如无故弃权，每人次扣抵押金10元。

**八、竞赛与录取办法**

1.学生甲组和教工组男、女录取前8名，按9、7、6、5、4、3、2、1计分；学生乙组男、女录取前6名，按7、5、4、3、2、1计分；破校记录另加10分。学生甲组、教工组比赛不足8名，学生乙组比赛不足6名，按参赛人数录取，按8、6、5、4、3、2、1和6、4、3、2、1计分，以此类推。接力项目双倍积分。10000米双倍积分，凡是参加10000米的运动员跑完全程未取得名次均计1分。娱乐项目、校定向越野的比赛（只限学生定向越野比赛）录取与田径项目相同。身体素质项目计分方法如下：每个单项录取前八名，按照9、7、6、5、4、3、2、1计分，6个单项所有得分之和来进行最终排名，按照实际参赛队伍数量双倍积分，如20支队伍报名，第一名计40分、第二名38分、第三名36分，以此类推，记入各院团体总分。

2.学生甲组、乙组、教工组各项目5月24日进行及格赛和决赛，各单位不组织观众。如果报名人数过多,个别项目提前进行。及格赛径赛录取前8名，田赛录取前12名参加5月25日的决赛，径赛报名不足8人，田赛报名不足12人的项目直接决赛，以报名单为准。学男5000米、10000米、5000米竞走和学女3000米、3000米竞走项目，只采用一个赛制，一次决胜负。娱乐项目采取一个赛制，按成绩录取前8名。

3.各组均设团体总分，录取前6名。团体积分如遇相等，按破纪录人次，多者列前，如再相等按单项第1名，多者列前，再相等按第2名，以此类推。

4.跳高起跳高度：学生甲组男子1.45米，女子1.10米；学生乙组男子1.75米，女子1.40米；教工男子1.30米，女子1.00米。

5.学生男子甲组栏高设定：110米栏高91.4厘米，400米栏高84厘米。

6.各学院报记者1人、领队1人、教练1人，配有一张一寸照片，在5月15日前上传至hitjingsai@163.com信箱，制作胸卡用，没有胸卡禁止进入场地。

7、比赛采用国家体育总局审定最新田径竞赛规则。

**九﹑奖励办法**

1.对获得各组团体总分前3名的颁发奖杯，4-6名颁发奖状。

2.对获得学生田径项目及娱乐项目甲组前8名、乙组前6名的给予物质奖励，获得学生田径项目甲组前3名的运动员颁发奖牌。获得身体素质项目前八名的运动员颁发获奖证书。

3.对获得教职工各组单项前8名的给予物质奖励。

**十、体育道德风尚奖评比条件**

1.领导重视，管理严格，到场观众队伍讲文明、讲礼貌、讲卫生，秩序井然，热情饱满，宣传稿件不再使用纸质投稿，采用短信或微信方式投稿。

2.勤俭办会，场地布置简洁整齐，注重节约环保，杜绝一次性宣传用品的使用，不提倡使用彩喷等不环保宣传用品。

3.遵守竞赛规则、规程及大会的有关规定，禁止使用高音喇叭，服从领导，听从指挥。

4.组织纪律性强，非临场运动员不进入比赛场地。

5.尊重对手，服从裁判，赛出风格，赛出水平，胜不骄，败不馁。

 6.比赛期间运动员和观众队伍有弄虚作假的、严重违反校规校纪等情况的，取消本单位参评资格。

**十一、其它规定**

1.参加径赛项目比赛运动员必须使用平底胶鞋或塑胶跑道专用钉鞋（即：鞋钉在鞋掌和鞋跟外突出部分，其长度不得超过9mm。跳高与标枪项目鞋钉的突出部分，长度不得超过12mm。鞋钉的最大直径为4mm。）

2.参赛运动员资格：参加学生组比赛的运动员必须是在籍学生、研究生（不包括留校任职保留学籍的教工）、留学生；参加教工组比赛的运动员必须是我校在职教职工，且为工会会员；在职研究生一律参加教工组比赛。

3.凡是冒名顶替或超项者、两组兼报者，除取消该成绩外，另扣除团体总分10分，取消体育道德风尚奖评选资格。

4.报名单提交后，不得更改。因特殊情况需要更改或补报名，要经本届运动会主管领导批准。运动员因事因病不能参加比赛时，不得由他人顶替。

5.参加比赛的运动员，需经校医院体检（由各报名单位负责），合格者允许参赛。参加教工老年组比赛的运动员必须是身体健康，平时经常参加锻炼者（由各报名单位负责）。如在比赛中出现健康意外情况由本人承担。

6.凡是准备参加学生男子组5000米及10000米，女子组3000米的运动员，请将名单于5月5日前上传到hitjingsai@163.com信箱，我们安排校医院进行体检（费用自理），体检合格者体育部安排老师进行统一训练。

7.各单位由分别主管教工和学生体育工作的领导负责填报名单，确认好参赛组别，报名单一经提交不能更改。

8.运动员必须带本人“号码布”参加比赛，田赛运动员准备一个“号码布”，径赛运动员准备两个“号码布”，分别缝在胸前和背后；参加娱乐项目比赛的运动员，需佩带本院系特制的号码。教职工运动员需本人持参赛卡参加各类比赛，经检录后方准参加比赛。

9.“号码布”由各单位自行准备，必须是白布制作的，规格为16×22cm，学生甲组白底黑字，乙组白底红字；教工白底蓝字。学生娱乐项目号码为白底黄字。学生身体素质项目白底绿字。教工娱乐项目为白底粉字。（如图所示）

22cm

|  |
| --- |
| 人文——娱乐（素质）001  |

运动员序号

单位名称

 16cm

10.**2019年5月25日**（周六）开幕式，请各学院、基层工会组织好观众和运动员检阅队伍，安排好交通、午餐、休息等事项。

11.各参赛单位准备前导词一份，200字左右，请于**5月20日中午14：30**前发至校团委秘书处，邮箱hgdgqt@163.com，联系人：李佳杰，联系电话：86413889。

12.各参赛单位要认真贯彻中央八项规定，遵循勤俭节约，反对铺张浪费，平安高效的原则。

13.领队会定于**2019年5月21日14：30**在体育部会议室召开。同时上交加盖公章及主管领导签字的纸质版报名单。

14.拟在校运会开幕式上进行团体操表演的教职工及学生团体，请于**5月14日前**将表演的内容、形式、人数等情况上报校工会文体部（联系人：陈博杰 电话：**86412426**），以便统一安排，报名要求及办法详见校工会通知。

**十二、报名方法**

本届运动会采用网上报名，报名网站开通日期为**2019年5月12日**，届时请访问（http:\\cme.hrbmu.edu.cn\hit）各单位的网站登录名和密码见附表1，网上报名截止日期定于**2019年5月15日17时**，逾期作弃权论。如有变更，请随时关注体育部新闻。

咨询电话： **86416204（体育部） 86413078（校工会）**

**十三、本规程未尽事宜解释权归大会竞赛委员会。**

**附表1：哈工大56届运动会报名网站登录名和密码**

**哈尔滨工业大学体育部**

**哈尔滨工业大学工会**

**哈尔滨工业大学团委**

**2019年4月29日**