**目 录**

1、[百米定向越野](#_百米定向越野比赛规程)

2、[跳长绳接力](#_跳长绳比赛)

3、[滚铁环比赛](#_滚铁环比赛)

4、[篮球投篮比赛](#_篮球投篮比赛)

5、[迎面对垫排球](#_迎面对垫排球比赛)

6、[花球啦啦操](#_2019年体育文化节花球啦啦操竞赛规程)比赛

7、[体育摄影作品评比](#_体育摄影作品评比)

8、[体育文化节计分与奖励办法](#_体育文化节计分与奖励办法)

## 百米定向越野比赛规程

一、活动宗旨

阳光体育传递正能量，活力青春展现新风采。南京信息工程大学一年一度的校园体育文化节即将拉开帷幕，本次校园体育文化节将新增百米定向赛，期待为各院运动员创造更加优质的竞技体育项目，同场竞技的同时也能增进友谊、增强交流。

定向越野作为一种新兴的，利用地图和指北针导航的运动，是一项非常健康的智慧型体育项目，是智力与体力并重的运动。定向越野运动不仅能强健体魄，还能培养参与者独立思考、独立解决所遇到困难的能力及在体力和智力受到压力下做出迅速反应，果断决定的能力。定向运动被称为“在跑步的时候下国际象棋”。

二、比赛组织体系

主办单位：南京信息工程大学体育运动委员会

承办单位：南京信息工程大学体育部

赛事运营：江苏省无线电和定向运动协会

三、比赛时间和地点

时间：4月10日，下午13：00

地点：中苑主田径场

四、活动项目

百米定向个人计时赛

五、报名要求

各学院组织30名学生参加，要求男、女各15人；参赛者必须身体健康，能为本人在活动中的个人健康和安全负责。

六、活动日程

4月10日下午

12：30－13：00 由学院负责人报到并领取各院运动员指卡

13：00－13：30 开幕式、讲解注意事项

13：30－15：30 百米定向个人计时赛

15：30 比赛结束

七、比赛要求

比赛为百米定向个人计时赛。运动员从起点出发按照地图上的指引，依次按顺序找到标定的检查点并打卡。

八、竞赛办法

1、借助地图，按照规定的顺序依次寻找图面上若干个点位并打卡，错打、漏打成绩无效。

2、竞赛按照《中国徒步定向运动竞赛规则（2016年修订）》进行。

3、运动员所在组别及出发顺序由组委会编排决定。

九、录取名次

院团体名次以本院所有参赛队员成绩综合评定，全院队员实际参与人数多者列前；如实际参与人数相同，则成绩有效人数多者列前；如有效人数相同，则用时之和少者列前。

十、未尽事宜，另行通知。

## 跳长绳接力

1. 比赛时间：2019年4月14日,14:00

二、比赛地点：中苑主田径场。

三、参赛人数：每个单位18名学生参与。参赛运动员必须携带校园一卡通，以备资格审查。

四、比赛方法：

1、采用排序单人循环跳的方法。每队队员18名，其中男女各9名。任选其中2人摇绳(中途可以替换)，其他16名跳绳队员排成一排，待裁判员宣布比赛开始后，跳绳队员按次序依次跳过。每人每次限跳1次，多跳次数不计。如一名队员跳绳失败，须待重新跳过后，其后队员方可继续进行。

2、比赛时间为5分钟，计集体成功跳过绳的次数做为一组比赛成绩。两支参赛队成绩相加为团体成绩。

3、比赛分为四组，参赛队按照抽签顺序依次进行比赛，按成绩排名，如出现成绩相同，则按失败次数少者名次列前，如仍相等则进行附加赛。未按规定人数参赛的单位，不计名次。

五、裁判安排：三名裁判，一名计时裁判，一名计数，一名检查是否犯规并辅助计数与记录。

六、录取名次与奖励：

取前八名成绩按计分办法计入团体总分。本规程解释权归体育部。

## 滚铁环比赛

一、比赛时间：2019年4月14日，14:00

二、比赛地点：中苑主田径场。

三、器材需求：铁环、铁钩、计时器（手机）

四、参赛人数：每个单位12人参赛，携带校园一卡通，以备资格审查。

五、比赛规则：

1、可同时进行三组，将每队12人均分为两小组，分别站至两端，两端点距离50米；参赛者手持铁钩推着铁环在跑道上由起点端向前50米到达对面终点端，由对面终点端参赛者接力，推着铁环在跑道上向回50米回到起点端，以此类推，直至完成往返接力。

2、比赛前可一手扶铁环，一手持钩，比赛开始后，不得手持铁环；若铁环失控离开铁钩倒地，则必须回到失控点方能继续；除比赛开始前、接力交换铁环时以及铁环倒地，其余时间均不得用手触碰铁环。

3、比赛中必须保持铁环在本跑道内前行，若铁环滚出跑道，则必须回到“滚出点”方能继续比赛；

4、评判标准：比赛以计时成绩为依据，取前八名成绩按计分办法计入团体总分。本规程解释权归体育部。

六、裁判安排：

每局比赛队伍配四名裁判，一名主裁判，三名助理裁判。

七、注意事项

参赛人员有故意妨碍其他人进行比赛的属于违规行为，取消其比赛资格。时刻避免过程中出现绊倒等紧急情况，主裁判最后统计得分情况，做到公平公正。

## 篮球投篮比赛

一、比赛时间：2019年4月21日,14:00

二、比赛地点：东苑篮球场

三、参赛人数：每个学院派10名学生参加比赛(其中5名男生、5名女生)。参赛运动员必须携带学生证，以备资格审查。

四、比赛办法：

1、比赛时间：5分钟

2、投篮距离：男生从罚球线投篮，女生从罚球线前90厘米处投篮。

3、投篮方式：一轮比赛可以有4个学院参与，各学院比赛时10名学生排成一路纵队，以自投自抢的方式投篮，即前者投篮后立即抢篮板球传给后者，然后回到队伍的最后一位，等待下一轮投篮。

4、投篮要求：投篮者在球离手前，不得超越投篮限制线

5、计分方法：男生投中一球得1分，女生投中一球得2分

5、排名方法：投篮得分多者名次列前。如果成绩相同，则按女生得分多者列前。

五、裁判方法：每个场地配3名裁判，1名计时裁判，1名计数，1名检查是否犯规并辅助计数与记录。

六、录取名次与奖励：

取前八名成绩按计分办法计入团体总分。本规程解释权属体育部。

## 迎面对垫排球比赛

一、比赛时间：2019年5月12日，14:00

二、比赛地点：中苑排球场

三、参赛人数：每个学院10名参赛队员(其中5名男队员、5名女队员)。参赛运动员必须携带学生证，以备资格审查。我校排球高水平运动员不得参加此项比赛。

四、比赛办法：

1、比赛时间：5分钟

2、垫球距离：3米以上，允许一只脚踏进划线区内垫球。

3、10人平均分成两组，面对面间隔3米站立，垫球后跑到本组后面依次循环进行。

4、计数方法：1次有效垫球计个数1次。击球不计个数，双脚踏进划线区域内垫球不计个数，比赛继续进行。

5、球落地，队员持球归位后(在线后指定位置)比赛继续进行。

6、比赛成绩以累计个数为依据，多者名次列前。如果成绩相同，则按失误次数少者列前。

五、裁判方法：3名裁判，1名计时裁判，1名计数，1名检查是否犯规并辅助计数与记录。

六、录取名次与奖励：

取前八名成绩按计分办法计入团体总分。本规程解释权属体育部。

## 2019年体育文化节花球啦啦操竞赛规程

一、比赛时间：预赛2019年5月22日，13:00

决赛2019年6月5日，13:30

二、比赛地点：体育馆一楼主馆

三、报名办法：

1、以学院为单位组队参加比赛，每队30—40人，性别不限。（如有男生参赛，则每队每名男生在最后得分中增加1分）

2、参赛运动员必须携带校园一卡通，以备资格审查。

3、身体健康者均可参赛。

四、比赛内容：

以《啦啦操姐妹花》示范套路为参考，要求各学院进行动作的全部自编，且必须以花球啦啦操特征的操化动作进行编排。自编动作要求如下：

（1）内容上，健康向上、节奏感强；

（2）速度上，在动作标准的前提下，速度尽量比原曲快一些；

（3）风格上，可添加创意，尽量丰富多样。

五、竞赛办法：

1、入场编排6×8拍的花球操化动作（包括进出场动作），按比赛顺序从左侧进场，右侧退场，并编写介绍本学院代表队简短的前导词。另外，每个学院进场时要有30秒的口号同时场外要有啦啦队助阵(所用道具自己准备)。

2、比赛出场顺序各院派一名代表抽签决定。

3、执行《啦啦操姐妹花》的评分办法。同时在比赛的套路中至少应出现5次队形，自编开始、结束造型。

4、比赛场地为体育馆主馆的地板。

5、比赛音乐用自选音乐，自选音乐时间不少于2分20秒并且速度不能慢于规定音乐，音乐由大会统一播放。

6、参赛队员需穿着男女分别同样款式花球啦啦操服装，男、女服装颜色分别要统一，运动鞋以白色为主。

7、参加比赛的运动员可申报由国家体育总局体操管理中心颁发的啦啦操等级证书。

六、奖励办法

本届啦啦操比赛进行两场比赛，分预赛和决赛，预赛前十进入决赛，设一等奖2名，二等奖3名，三等奖5名。

七、本规程解释权属体育部。

## 体育摄影作品评比

一、提交截止时间：2019年5月31日

二、报名方法：

以学院为单位参赛，征集以运动员为对象的摄影作品。要求体现体育文化节主题，体现体育精神，展现运动员风采。各单位先对投稿作品进行自评，从提交的摄影作品中推选一篇作品参加比赛。

三、评选办法：通过微信公众号“南京信息工程大学学生会”，邀请全校师生对所有参赛摄影作品进行公开投票，并邀请相关专业教师对所有作品进行评审。

注意：每张电子照片边长像素不低于7000，照片为jpg 格式。另外每张参赛照片请处理成边长像素为640的jpg格式照片用于公众号评审工作。所有参赛作品（包括处理后的边长像素为640的照片）以附件形式投至指定邮箱nxdwybyx@163.com，并在主题中注明学院名称、每张电子照片须按照（学院+作者+联系电话）形式命名。

1. 奖项设置：

摄影比赛取前十名进行奖励，团体第一、二名为一等奖，团体第三、四、五名为二等奖，团体第六、七、八、九、十名为三等奖，并按计分办法计入体育文化节团体总分。

五、以上活动解释权归属体育部。

## 体育文化节计分与奖励办法

1、体育文化节各单项积分为排名分与对应系数的乘积。

2、各单项系数与排名分分配如下：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目类别** | **项目名称** | **排名方式** | **系数** | **排名分值** |
| 拓展运动 | 定向越野 | 取前8名 | 3 | 9、7、6、5、4、3、2、1 |
| 趣味运动 | 篮球投篮比赛 | 取前8名 | 2 | 9、7、6、5、4、3、2、1 |
| 跳长绳接力 | 取前8名 | 2 | 9、7、6、5、4、3、2、1 |
| 迎面排球对垫 | 取前8名 | 2 | 9、7、6、5、4、3、2、1 |
| 滚铁环比赛 | 取前8名 | 2 | 9、7、6、5、4、3、2、1 |
| 体育文化 | | 体育摄影比赛 | 取1-3等奖 | 1 | 9、6、3 |
| 体育艺术 | | 花球啦啦操比赛 | 取1-3等奖 | 4 | 9、6、3 |

3、体育文化节团体总分为各单项积分之和，积分高者列前，若积分相等则以参考花球啦啦操比赛的排名，名次靠前的列前。校体育运动委员将会对前八名的单位进行表彰，并对积极组织参赛的学生进行表彰并颁发“先进个人奖”。

4、体育文化节的成绩将与本年度体育各项工作成绩一并计入各单位体育工作的评分，在校田径运动会闭幕式上宣布名次，对获得总分第一名的单位颁发流动“校长杯”和授予年度体育工作先进单位。