**竞** **赛** **规** **程**

一、运动会主题

教育强国 奋斗有我

二、主办单位

中南财经政法大学

三、竞赛日期和地点

1. 时间：2025年 10月 30日-11月 1日

2.地点：南湖校区新体中心（如有调整，另行通知）

四、参加单位

马克思主义学院、哲学院、经济学院、财政税务学院、金融学院、经济贸易学院、文澜学院、法学院、刑事司法学院、纪检监察学院（国家治理学院）、知识产权学院、国际法学院、法与经济学院、工商管理学院、会计学院、公共管理学院、外国语学院、 新闻与文化传播学院、 中韩新媒体学院、统计与数学学院、信息工程学院、校直机关、首义校区、后勤保障部、国际教育学院、图书馆、校医院，共 27个单位。

五、竞赛项目

**（一）学生组**

1学生男子组（18项）

100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、110米栏、 4×100米接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、立定跳远、铅球、实心球后抛、体测四项全能（1000米、50米、立定跳远、引体向上）、3000米障碍、夹球跑

2 学生女子组（18项）

100米、200米、400米、800米、1500米、3000米、100米栏、4×100米接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、立定跳远、铅球、实心球后抛、体测四项全能（800米、50米、立定跳远、仰卧起坐）、2000米障碍、夹球跑

3 学生组混合项目（12项）

（1）4×100米混合接力（参加 4×100米接力的不可报名）

（2）4×400米混合接力（参加 4×400米接力的不可报名）

（3）迎面接力：40人×60米（男女各 20人）

（4）同心协力跑：15人×30米（10男5女）

（5）拔河比赛：每队 20人（男女各 10人）

（6）时代列车：10人×100 米（男女各 5人）

（7）龙凤戏珠：2人×30 米（男女各 1人）

（8） 绕“ 8” 字跳绳：每队 20人（男女各 10人）

（9）旋转背投：每队 10人（男女各 5人）

（10） 足球射门：每队 10人（男女各 5人）

（11）冠军射箭：每队5人（女3人，男2人）

（12）模拟骑行：每队5人（女2人，男3人）

**（二）教工组**

1. 教工男子甲组（年龄在 45周岁以下）：（2项）

50米、立定跳远

2. 教工女子甲组（年龄在 40周岁以下）：（2项）

50米、跳绳

1. 教工男子乙组（年龄在 45周岁以上）：（2项）

立定跳远、冠军射箭

1. 教工女子乙组（年龄在 40周岁以上）：（2项）

立定跳远、冠军射箭

5. 教工组集体项目：（5项）

拔河（男女各 8人）、篮排足趣味三项赛、羽毛球比赛、气排球比赛、乒乓球比赛

六、竞赛办法

1.报名人数

（1）各单位可报领队一人，教练员二人。

（2）运动员每人限报两项（集体项目除外）；各单位每项限报 5人，集体项目限报一队。

（3）人数超过 200人的分工会可按两个单位名额报名参赛。

2. 比赛采用中国田径协会审定的最新田径竞赛规则。

3 .除 100米、200米和直道上进行的跨栏项目比赛设预、决赛外，其它径赛项目均采用分组决赛进行（教工组除外）。

4.4×100 米、4×400 米接力和混合接力项目的比赛，各参赛队运动员必须统一服装（上、 下装），其它集体项目上装必须一致，违者以犯规论处。

5.各分工会运动员须统一服装。

6. 学生组各参赛单位按所分配的号码段进行报名。马克思主义学院（0001—0500）、哲学院（0501—1000）、经济学院（1001—1500）、财政税务学院（1501—2000）、金融学院（2001—2500）、法学院（2501—3000）、刑事司法学院（3001—3500）、外国语学院 （3501—4000）、新闻与文化传播学院（4001—4500）、工商管理学院（4501—5000）、 会计学院（5001—5500）、公共管理学院（5501—6000）、统计与数学学院（6001—6500）、 信息与安全工程学院（6501—7000）、国际教育学院（7001—7200）、法与经济学院（7201—7500）、文澜学院（7501-8000）、中韩新媒体学院（8001－8500）、经济贸易学院（8501-8700）、纪检监察学院（国家治理学院）（8701-8900）、知识产权学院（8901-9100）、国际法学院（9101-9300）。

七、参赛资格

1. 报名参赛的学生运动员必须是我校在籍的预科生、本科生、研究生、留学生及港澳台侨学生，且身体健康者。

2 .报名参赛的教工运动员必须是中南财经政法大学工会在册会员，且身体健康者。

3. 严禁不适合运动的疾病患者报名参赛，各参赛单位须严格把关。

4. 凡参赛运动员无故弃权者，则取消后续所有项目之比赛资格。

5.比赛时，运动员必须携带本人《校园一卡通》及号码布，否则不得参加比赛。凡弄 虚作假，不符合参赛资格的运动员，一经查证，取消该单位团体总分，并通报批评。

6. 参赛队员需有中南财经政法大学学生商业医疗险和武汉市大学生医疗险外，还需购 买比赛期间的运动意外险。

八、录取名次

**（一）单项**

1. 男女取前 8名，按 9 、7 、6 、5 、4 、3 、2 、1 记分。

2. 4×100米接力、4×400米接力项目记分加倍。按 18 、14 、12 、10 、8、6、4、2记分。

3 . 学生组混合项目，按 18 、14 、12 、10 、8 、6 、4 、2 记分，男女各记 50%分。

1. 体测四项全能取一、二、三等奖，一等奖 1-3名，二等奖 4-8名，三等奖 9-16名，若参赛人数未达到30人则三等奖取消。按一等奖 18 ，二等奖 14 ，三等奖 12 记分。

5. 教工组集体项目录取前八名，按 18 、14 、12 、10 、8 、6、4、2 记分。若参赛单位有 两支代表队同时参加一个集体项目且都取得名次，在记录团体总分上，按两队取得名次较 好一队的得分进行计算团体总分。

6. 遇某些项目报名运动员未超过录取名次时，则减一录取，参赛人数以秩序册正式编排人数为准；报名人数不足 3人或两队，则取消该项比赛。

**（二）团体总分**

1.学生组男子团体取前八名，女子团体取前八名。

2.学生组男女团体总分取前八名。

3.教工组团体总分取前八名。

4.遇积分相等，以获得第一名多者名次列前，以此类推。

5 .破纪录积分加倍（按该项目所取名次得分加倍记分）。

九、报名

各单位将报名单和《自愿参赛责任及风险告知书》一式两份（加盖单位公章），于 2025 年 10月20日 17:00前报送南湖校区艺体中心 A105办公室熊钢老师，逾期不报按自动弃权论，报名后一律不得更改。

1. 学生组和教工组电子版报名表（**不能修改电子表格格式**）于 2025年 10月 20日 17:00 前发至邮箱：929405510@qq.com；

2. 学生组电子版报名表、《自愿参赛责任及风险告知书》PDF 版、参赛运动员的运动意外险购买截图发送到校学生会体育部邮箱：zuelxty@163.com。

3. **报名表文件命名 XX学院+ 学生/教工组报名表；**

《自愿参赛责任及风险告知书》文件命名为 XX学院+告知书；

参赛运动员运动意外险截图命名为 XX学院+ 学号+姓名+保险，并制成压缩包，压缩文件命名为 XX学院+保险。

报名如有问题，可加 QQ群：1065470607 进行咨询。

十、自甘风险

《民法典》中确立了文体活动中的“ 自甘风险 ”条款其第一千一百七十六条规定：自愿参加具有一定危险的文体活动，因其他参加者的行为受到损害的，受害人不得请求其他 参加者承担侵权责任，但是其他参加者有对损害的发生有故意或者重大过失的除外；活动组织者的责任适用安全保障责任的规定。

十一、其他相关事宜

1.大会设体育道德风尚奖，评选条件和办法由校团委另定。

2 .报名单送交后一律不得更改。如运动员遇特殊情况，须经大会赛事总管批准，方可 换人但不更换项目（替换队员须遵守单项报名要求）。

3.申诉：提出申诉者必须在成绩公告后 30 分钟内向仲裁委员会以书面形式提出，否 则不予受理。

4 .器材规格:铅球（男子 7.26公斤、女子 4公斤），实心球（男子 2公斤、女子 1公斤），110 米栏（栏高 0.914米），100 米栏（栏高 0.76米），3000米障碍（栏高 0.762米）， 2000米障碍（栏高 0.762米）。

5 .安全要求。为统筹做好体育竞赛工作，坚持将广大师生生命安全和身体健康放在首 位，各单位要严格落实竞赛相关要求，把健康教育、安全教育、体育训练和参赛工作等有 机结合起来，做好宣传发动、赛前组队和报名参赛等各项工作。

本规程解释权属中南财经政法大学体育、美育、劳育工作领导小组。未尽事宜，另行 通知。

附件

**自愿参赛责任及风险告知书**

一、本人（队） 自愿报名参加比赛并签署本责任书。

二、本人（队）已全面了解并同意遵守大会所制订的各项竞赛规程、规则、要求及采取的安全措施。

三、本人已完全了解自己的身体状况，确认自己身体健康状况良好，具备参赛条件，已为参赛 做好充分准备，并在比赛前购买了“人身意外伤害保险”， 自愿承担相应风险。

四、本人（队）充分了解本次比赛可能出现的风险，且已准备必要的防范措施，以对自己（学 生）安全负责的态度参赛。

五、本人（队）愿意承担比赛期间发生的自身意外风险责任，且同意对于非大会原因造成的伤 害等任何形式的损失大会不承担任何形式的赔偿。

六、本人（队）同意接受大会在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在离开现场后， 在医院救治等发生的相关费用由本队（人）负担。

七、本人（队）承诺以自己的名义参赛，决不冒名顶替，否则自愿承担全部法律责任。

八、本人（队）已认真阅读并全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法 律责任。

参赛项目：

（签名请用楷体字填写，务必清晰可辨）。

运动员姓名：

运动队领队签名：

参赛学院（盖章）： 年 月 日

备注：《告知书》为每名运动员单独 1 份，先由运动员本人签字，然后由领队签字，加盖学院 公章，最后将所有参赛运动员《告知书》装订成册，并在报到时交给组委会。

**运动会补充规则**

**⒈** **时代列车竞赛规则**

⑴ 场地器材

① 比赛距离 100米

② 道宽 1.22米

⑵ 比赛方法

① 每队由 10名运动员组成（男、女各 5人）。

② 比赛前，各队参赛选手分别于本赛道的起点线后成一路纵队依次排好，车头运动员 手持本队队名牌，其他运动员将双手依次搭放于前位选手的双肩之上，当各队串接完毕处 于稳定的一列待发之“ 车” 时，即可等待裁判员发令；

③ 比赛开始，各队选手在车头的带引指挥下，步调一致，结队前行，直至全队成功通过终点。

④ 以最后一名队员躯干触及终点线内沿垂直面瞬间为完成比赛。

⑶ 比赛规则

1. 行进过程中，除“ 车头” 首位选手外，其他队员的双手必须搭扶在前位运动员的双肩 之上，若前行节奏失控出现脱手断档情况，视为违例。
2. 比赛过程中，每队所有队员必须成一列纵队，在自己的分道内跑进，否则视为违例。
3. 若队中选手摔绊在地，以 自动退出比赛之判罚予以论定。

**2.龙凤戏珠竞赛规则**

⑴ 场地器材

① 距离 30米，道宽 2.44米。

② 软式排球。

⑵ 比赛方法

①每队由2名队员组成（男女各 1）。

②开赛前，各队选手分别面对面的侧向（侧对前进方向）站立于各自赛道的起点线后， 并分别将排球顶夹于彼此前额之间。

③ 发令后，采用走或跑的形式在本跑道内侧行（跑），直至抵达终点。

④ 终止计时以两人顶夹的球体前沿触及终点线后沿垂直面瞬间为准。

⑶ 比赛规则

① 行进过程中，应始终将球顶夹于两人前额和头面部之间，球滑落于头部以下或行进 过程中若球滑脱落地，均应视为违例。

② 以手托球或相互把扶对方，均应视为违例。

③ 必须始终在各自的赛道内前行，如进入邻道影响邻道道选手的比赛，视为违例。

④ 比赛中，运动员头部不允许佩戴任何有助于稳定球的物品（包括眼镜）

**3.** **绕“8”字跳绳竞赛规则**

⑴ 场地器材：

田径场开阔地，长绳 1根（7米以上）。

⑵ 比赛方法：

① 在 3分钟时间内，2名运动员同步摇单长绳，其他 18名运动员依次以“8” 字路线绕摇绳队员，并尽可能多地完成跑跳进出绳。

② 比赛结果以三分钟内通过绳子的累计总数为最后成绩。次数多者名次列前；如成绩 相等，以失误少者名次列前；如仍相等，则名次并列。

⑶ 比赛规则：

① 2名摇绳运动员间距不小于 5.0米。

② 运动员无论采用何种方式，均须依次以“8”字路线跑入绳中跳跃，再成功跃出长绳， 计数 1 次。

③ 失误不扣分，失误次数将被记录。

**4.旋转背投竞赛规则**

⑴ 场地器材

① 场地：比赛专用场地（如图）。标志杆距离投掷线 3 米，绕杆圆圈半径为 0.5 米， 投掷线距离投掷区 8.6 米，投掷区由外到内依次为：1号投掷区为 2.8米的正方形、2号区为 2 米长的正方形，在 1.2米长的正方形内依次为：左下 3 号区、右下 4号区、左上 5号区、右上 6号区、下中 7号区、右中 8号区、左中 9号区、上中 10号区、 中心 11号区；放球筐距离标志杆左侧 1.5米。

② 器材：标准重量实心球，标志竿；每个比赛场地球筐内摆放 4 个实心球，男运动员比赛用 2公斤实心球、女运动员比赛用 1公斤实心球。



⑵ 竞赛方法

① 男女团体项目，运动员在规定时间内依次完成绕圈和背向投球动作。

② 每队参赛 10 人，5 男 5 女，按男女顺序站位。

③ 预备阶段，除参赛选手外，其余队员站立于指定安全区域；比赛选手进入比赛场 地，并示意裁判员；裁判员示意开始后，1 号队员双手持实心球绕竿逆时针转 5 圈，然后到 投掷区，双手背向抛实心球击准，抛完后走回起点，2 号队员重复以上比赛过程，在规定时 间内绕圈和背向双手投球，3 号、4 号 … … 依次进行，直到本队队员比赛结束。

⑶ 竞赛要求

① 开赛前，本队 10人成一列纵队站位于限制线旁边。听到发令后，比赛开始，第一 名参赛运动员进入比赛圆圈，在 25 秒内完成围绕标志杆逆时针旋转 5圈及背投动作，以球离开双手的一刹那停表。超过 25秒视为犯规，不记成绩。当运动员退出比赛圆圈，下一个运动员接着比赛，依次进行，直到本队队员比赛结束。

② 如队员出现投掷出分数圈外，视投掷有效，得分为零。如果球入界看落点给于相 应分值；如遇落点在分值线上则取两个分值的平均值，或落点在多个分值线上，则取多个 分值的平均值。

③ 每名队员从绕圈开始至投掷结束总时间为 25 秒。以球最后离开手的一瞬间停表。

④ 每队 10 名参赛选手投掷分数之和为该队总成绩，分数多者名次列前，如涉及成绩 相等则用时少者名次列前。

⑤ 运动员双手持球正面逆时针前行，并在以标志杆为圆心，0.5 米为半径画的圆外绕 竿，绕杆转圈时身体或脚不得触及或超过限制线，否则违例，取消成绩。

**5.** **足球射门**

竞赛规则

⑴ 场地器材

① 场地：足球场，球门为标准跨栏架（宽 1.22 米、高 1.06 米）三个“球门” ，“球门” 间距为 1 米（如图）。中间为 1 号“ 球门” ，分值 1 分；左边为 2 号“ 球门” ，分值 2 分；右边 为 3 号“ 球门” ，分值 3 分。放球筐距离点球点侧后方 1.5 米。

② 器材：足球、标准跨栏架



⑵比赛方法

① 男女团体项目，10 名运动员在规定时间（3:30.00）内依次完成射门动作。

② 每队参赛 10 人，5 男 5 女，按报名顺序站位。

③ 比赛选手进入比赛场地并报告裁判员已准备就绪，待裁判员示意开始后，队员将足 球放到点球点上，完成射门，每人三次机会。后面队员重复以上比赛过程，直到本队队员 比赛结束。

⑶ 比赛规则

① 开赛前，本队 10 名队员成一路纵队站位于限制线后。比赛开始，第一位参赛运动 员进入比赛场地，从球筐中取足球放到点球点上（且球处于静止状态），进行射门，完成 三次射门后，回到限制线同第二位参赛者进行击掌交接，此时第二位参赛者才能进入比赛 场地进行比赛。按报名顺序依次进行，直到本队队员比赛结束。超过（3:30.00）视为犯规， 不再记取成绩。

② 时间：第一位参赛者触球，开表；以第十位参赛者第三次踢球后，停表。

③ 队员以三次射门的分值之和为最后得分。

④ 每队 10 名参赛选手射门分数之和为该队总成绩，分数多者名次列前。若积分相等， 以用时少者名次列前；仍相等，执行 1+1 点球决胜。

**6.四项全能之引体向上**

（1）比赛方法

①双手正握单杠悬垂处于静止状态。

②比赛开始后，双臂向上拉起，下颌骨超过单杠完成一次引体向上。

③下落后手臂必须瞬间伸直，然后再次拉起。

④在连续拉起过程中身体不允许有明显前后摆动。

（2）比赛规则

①运动员下颌骨没有超过单杠该次成绩无效。

②运动员下落后手臂没有瞬间伸直再向上拉则该次成绩无效。

③运动员在连续拉起中若身体有明显摆动则成绩无效。

**7. 四项全能之仰卧起坐**

（1）比赛方法：

①运动员双手抱头，双腿弯曲（躯干与大腿成 135 度角）平躺在体操垫上成静止状态

②比赛开始后，运动员迅速抬起上体用肘关节触及自己大腿或膝盖

③后躺时后背肩胛骨处必须接触垫子

④在一分钟的比赛时间内双手始终抱头不允许松开

（2）比赛规则：

①运动员抬起上体时肘关节没有触碰到大腿或膝盖该次成绩无效

②运动员后躺时肩背没有触碰垫子该次成绩无效

③运动员双手松开该次成绩无效

1. **夹球跑**

（1）比赛方法

①每队选派6名队员。

②各队队员成一列纵队，相邻两人胸对背，用背部将球夹住。

③距离30米，从起点线出发，全队以“夹球”的方式向终点线行进，过程中不得用手触碰球，若球掉落，需在掉落处将球重新夹好后才能继续前进。

（2）比赛规则

①以最后一名队员通过终点线的时间为准，用时最短的队伍获胜。

② 行进过程中需保持队形，不得故意推挤其他队伍。

③若出现违规行为（如用手碰球、故意干扰他人等），将取消比赛资格。

1. **冠军射箭**
2. 比赛方法

①每队5人，三女两男参赛。

②每人每轮发射3支。

③在规定的距离外，向靶纸发射箭支，尽可能射中中心的高分区域。

1. 比赛规则

根据总环数进行排名，分数高者胜。若总分相等则10环数量多者获胜，若仍相等则比较9环数量，依此类推。

1. **模拟骑行**
2. 比赛方法

①每队5人，三男两女参赛。

②每人每轮骑行30秒。

（2）比赛规则

根据总公里数进行排名，距离数高者胜。若相等看个人最高公里数，若仍相等则看次高公里数，依此类推。

**11.** **篮球投篮竞赛规则**

⑴ 场地器材：艺体中心篮球场

器材：篮球（7 号球）20 个

⑵ 比赛办法

① 男女团体项目，10 名运动员在规定时间（4:00.00）内依次完成投篮。

② 每队参赛 10 人，5 男 5 女，按报名顺序站位。

③ 比赛选手进入比赛场地并报告裁判员已准备就绪，待裁判员示意开始后，队员开始 投篮，每人连续投 5 个球，每投中 1 球计 2 分。后面队员重复以上比赛过程，直到本队队 员比赛结束。

⑶ 比赛规则

① 开赛前，本队 10 名队员成一路纵队站位于三分线后。比赛开始，第一位参赛运动员进入比赛场地（罚篮线），从球筐中取球开始投篮，完成五次投篮后，回到三米线同第 二位参赛者进行击掌交接，此时第二位参赛者才能进入比赛场地进行比赛。按报名顺序依 次进行，直到本队队员比赛结束。超过（4:00.00）视为犯规，不再记取成绩。

② 时间：第一位参赛者触球，开表；以第十位参赛者第五次投篮后，停表。

③ 队员以五次投篮的分值之和为最后得分。

④ 每队 10 名参赛选手分数之和为该队总成绩，分数多者名次列前。若积分相等，以 用时少者名次列前。

**12.气排球发球游戏规则**

在气排球场地上划出一个九宫格的区域，以发球落点的区域来进行计分，在规定的次 数内依照总分排定名次。

⑴参赛人数：每个学院各派出 5 男 5 女参加。

⑵发球数量：每个学院每人有两次机会，全队共计二十次，累计全队所获分数。

⑶比赛场地为艺体中心气排球场，将半场区域平均分成九片区域，每个区域有各自的 分数。（如图）



⑷击球出界、发球踩线都记零分。

⑸以球落点来进行评分。（如果击打在交叉线上就按照击打区域的分数总和除以几个 区域数，得到最后的得分。如击打到 1.2.4.5 中间的十字交叉线上，就把四个区域的分数相 加等于 12 分除以 4 区域，得到 3 分）