关于举办曾都区第二届社区运动会的通知

各街道、管委会：

为深入贯彻《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》《健康中国“2030”规划纲要》等文件精神，认真落实《湖北省人民政府关于加快转变发展方式推进体育强省建设的意见》《湖北省影响群众健康突出问题“323”攻坚行动方案（2021—2025年）》《湖北省第二届社区运动会总体方案》《随州市第二届社区运动会总体方案》等有关文件要求，进一步丰富社区全民健身公共服务供给，倡导文明健康的生活方式，发挥体育的健康促进作用，推动我区全民健身活动广泛开展，激活社区在全民健身运动中的“细胞”作用，切实让广大社区居民更好地在“家门口”享受体育健康服务，增强全民参与体育健身意识，促进我区体育事业健康有序发展，计划举办曾都区第二届社区运动会，具体方案如下。

一、竞赛时间和地点

曾都区第二届社区运动会拟定于10月在随州市齐星健身村举行（具体时间待定）。

二、举办单位

曾都区文化和旅游局、曾都区卫生健康局、曾都区总工会

三、活动主题

崇尚人人体育 共创美好生活

四、主题口号

爱社区 爱运动 爱健康

五、参赛要求

具有曾都区户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的社区居民，必须无运动性疾病。

六、项目设置

（一）竞赛项目

三人制篮球、乒乓球、羽毛球、气排球、广场舞、健身气功、太极拳等。

（二）趣味项目

踢毽子、平板支撑、足球九宫格射门、投掷飞镖、集体拔河、集体跳绳、旱地龙舟、龟兔赛跑等。

（三）科学健身指导项目

1.国民体质监测。对社区居民在运动会期间进行体质检测，开出运动指导意见，指导群众开展科学健身活动。

2.“323”攻坚行动健康科普。通过摆放宣传展板、发放宣传资料、免费测量血压、设立健康咨询台、健康体检等形式，向行人和社区居民宣传心脑血管病、癌症、慢性呼吸系统病三类重大疾病，高血压、糖尿病两种基础疾病以及出生缺陷、儿童青少年近视、精神卫生三类突出公共卫生问题的防治知识。

3.社会体育指导员健身指导。开展展演、示范教学、公益培训等健身指导活动。

（四）组织形式和内容

（1）所有参加体育竞赛、趣味运动项目的运动员必须参加《国家体育锻炼标准》达标测试活动，测试不合格者不得参加体育竞赛和趣味运动项目。

（2）普遍赛前三名优胜队伍参加随州市第二届社区运动会（市域选拔赛）。

（3）市域选拔赛内容包括：体育竞赛、趣味运动、科学健身指导项目等。

（4）市域选拔赛每个单项赛事中前三名优胜队伍参加“襄十随神”城市片区赛。

七、参赛办法

以社区为单位组队参赛，各单位限报总领队、工作人员各1名。

1.三人制篮球限报领队或教练1名（可兼运动员），运动员5名。

2.乒乓球限报领队、教练各1名（可兼运动员），每支代表队各单项限报2对（男双、女双、混双）。

3.羽毛球限报领队、教练1名（可兼运动员），每支代表队各单项限报2对（男双、女双、混双）。

4.气排球限报领队、教练各1名，运动员8名，教练员可兼运动员。

5.广场舞限报领队1名、教练1名（参赛运动员可兼领队、教练），每支参赛队不得超过18人，上场比赛队员12-16人（其中替补队员仅限1人）。

6.健身气功限报领队、教练各1名，运动员6名（男女不限），教练员可兼运动员。

7.太极拳限报领队、教练各1名，运动员6-12名（男女不限），教练员可兼运动员。

8.趣味项目限报领队或教练员1名，运动员不超过20名（其中女队员不少于5人，个人项目每项每队限报5人）。

八、奖励名次及奖励办法

（一）每个单项取前8名给予奖励。

（二）每个单项评选“道德风尚奖”1—2名（队）。

（三）优秀组织奖评选10名。

九、报名时间：

即日起至10月13日。各单位报参赛项目及运动员名单，运动员一经正式报名后不得更改。报名时篮球项目附带运动员近期一寸彩照1张。

联 系 人：周丙烨

联系电话：18702772428（微信同号） QQ：1250044217

十、其他事项

（一）各单位要充分认识我区举办社区运会的重要意义。区社区运动会是对各社区竞技体育运动水平和单位凝聚力、组织力、战斗力的大展示，是对团结拼搏精神和对外整体形象的一次大检阅，也是对全区全民健身运动的一次大促进。

（二）各单位要精心组织，周密部署，积极做好各项筹备工作，要按照本届社区运动会竞赛总规程和各单项规程的要求积极组队报名参赛，充分挖掘体育人才，认真组织，力争赛出风格，赛出水平，赛出成绩。

（三）参赛人员须经医务部门检查证明身体健康，由各代表队负责自行审查，并购买比赛期间的人身意外保险。组委会对比赛期间的人身意外伤害免责。

（四）参赛运动员开幕式入场时要统一着装，以体现各单位精神风貌。

（五）比赛采用国家体育总局审定的最新比赛规则。

（六）未尽事宜另行通知。

附件：1.曾都区第二届社区运动会报名表

2.曾都区第二届社区运动会各单项竞赛规程

3.曾都区第二届社区运动会赛事安全责任书

4.曾都区第二届社区运动会疫情防控承诺书

随州市曾都区文化和旅游局 随州市曾都区卫生健康局

随州市曾都区总工会

2022年9月28日

附件1

曾都区第二届社区运动会报名表

单位名称（盖章）： 领队： 联系电话：

教练员： 联系电话：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 参赛队名称 | | \_\_\_\_\_\_\_\_\_（街道）\_\_\_\_\_\_\_\_\_（社区）代表队 | | | |
| 序号 | 队员姓名 | 性别 | 年龄 | 身份证号 | 参赛项目 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

附件2

曾都区第二届社区运动会三人制篮球比赛

竞 赛 规 程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

男子三人制篮球;

七、参赛对象

具有曾都籍或在随州城区居住、工作超过6个月的18周岁至50周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每队最多可报5名运动员，领队或教练1人(可兼运动员)。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在18周岁至50周岁(1972年7月1日至2004年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.参赛者原则上不超过50岁，经常参加篮球运动的，允许适当放宽年龄，但必须经三级以上医院体检、开具健康证明。

3.参赛选手要求身体健康、无影响中高强度运动的疾病。

4.每名运动员只能代表一支队伍参赛。在国家、省、市注册的现役篮球运动员和篮球专业的在校学生，不得参加比赛。

5.各参赛队必须准备深、浅两种不同颜色的比赛服装。(深色为：明显与白色有区别的其他颜色，浅色为：白色),上衣前后必须有明显的号码。

九、竞赛办法

(一)执行中国篮球协会审定的最新《三人篮球规则》和相关补充规定。

(二)各阶段比赛由承办单位根据报名球队数量和场地条件，决定竞赛办法和抽签办法，原则采用分组循环赛+交叉淘汰赛的赛制。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群。

3.三人篮球比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

录取前八名予以奖励，不足8队减1录取授予前三名金、银、铜奖牌及荣誉证书，其他名次奖励荣誉证书。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会乒乓球比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

比赛设男子双打、女子双打、混合双打三个单项，年龄设置为组合年龄(两人年龄相加之和)。

(一)男子双打(组合年龄不低于75周岁);

(二)女子双打(组合年龄不低于75周岁);

(三)混合双打(组合年龄不低于80周岁)。

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的22

周岁至65周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每支代表队各单项限报2对，可报领队、教练各1人(可兼运动员)。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在22周岁至65周岁(1957年7月1日至2000年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.要求身体健康、无影响中高强度运动的疾病。

3.每名运动员只能代表一支队伍参赛。在国家、省、市注册的现役乒乓球运动员和乒乓球专业的在校学生，不得参加比赛。报名截止后不得更换运动员。

4.比赛服装需统一款式和颜色。

九、竞赛办法

(一)比赛执行中国乒乓球协会最新审定的《乒乓球竞赛规则》和补充通知。

(二)比赛均分为两个阶段进行。第一阶段根据报名队数分成若干组进行单循环比赛，第二阶段采用淘汰附加赛决出录取名次。

(三)所有比赛均采用5局3胜，每局11分制。

(四)比赛使用组委会指定用球。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系

3.乒乓球比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

录取前八名予以奖励，不足8队减1录取授予前三名金、银、铜奖牌及荣誉证书，其他名次奖励荣誉证书。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会羽毛球比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会、随州市曾都区羽毛球协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

比赛设男子双打、女子双打、混合双打三个单项，年龄设置为组合年龄(两人年龄相加之和)。

(一)男子双打(组合年龄不低于75周岁);

(二)女子双打(组合年龄不低于80周岁);

(三)混合双打(组合年龄不低于85周岁)。

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的22周岁至65周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每支代表队各单项限报2对，可报领队、教练各1人(可兼运动员)。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在22周岁至65周岁(1957年7月1日至2000年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.参赛选手要求身体健康、无影响中高强度运动的疾病。

3.每名运动员只能代表一支队伍参赛。在国家、省、市注册的现役羽毛球运动员和羽毛球专业的在校学生，不得参加比赛。报名截止后不得更换运动员。

4.比赛服装需统一款式和颜色。

九、竞赛办法

(一)竞赛采用中国羽毛球协会最新审定的《羽毛球竞赛规则》和世界羽联的最新规定。

(二)比赛均分两个阶段进行。第一阶段根据报名队数分成若干组进行单循环比赛，第二阶段采用淘汰附加赛决出录取名次。

(三)比赛采用采用3局2胜制，每局21分。

(四)比赛使用组委会指定用球。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群

3.羽毛球比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

录取前八名予以奖励，不足8队减1录取授予前三名金、银、铜奖牌及荣誉证书，其他名次奖励荣誉证书。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会气排球比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会、随州市曾都区气排球协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

五人制男女混合气排球（3男+2女）

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的22

周岁至65周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

（一）报名人数：每支代表队可报领队1名，教练员1名，运动员8名（领队、教练员可兼运动员）。

（二）参赛资格：

1.参赛运动员应年满18周岁，且必须持有由公安机关颁发的本人第二代居民身份证原件，是随州籍或者在随州居住半年以上。

2.参赛运动员必须遵循本人自愿、亲属支持原则，并签订《自愿参赛免责责任书》（附件2，不签订责任书不予参赛）。

3.同一单位报名参赛队数不限，但同一名运动员只能代表一个队参赛。

九、竞赛办法

(一)比赛按照中国排球协会2017年审定的《气排球竞赛规则（2017-2020）》执行。

(二)赛制：根据报名运动队的队数决定比赛赛制。

(三)比赛人数：采用5人制。

(四)比赛场地：6M×12M。在距端线后1米处画一条平行于且与端线长度相等的平行线为跳发球限制线；跳发球必须在该线后完成起跳动作。起跳踏及限制线即为犯规。

(五)比赛网高：网高2.0M。

(六)比赛用球：KWT6001宇生富牌气(轻)排球。

(七)比赛服装：各队自备2套颜色不同的统一比赛服装。

(八)对在报名或参加比赛中违反资格规定者，一经查实，将取消本人及所在代表队全部人员的参赛资格和已获奖项，并对派出单位给予通报批评。

（九）比赛队：只有登记在记录表上的球队成员，方可进入场地和参加比赛。一经教练员和队长在记录表上签名确认后，即不得更换。

（十）弃权与阵容不完整：

1.某队被召唤后拒绝比赛，则宣布该队为弃权。对方以每局21:0的比分和2:0的比局获胜。

2.某队无正当理由在规定比赛时间10分钟内未到达比赛场地，则宣布该队为弃权。对方以每局21:0的比分和2:0的比局获胜。

3.某队被宣布一局或一场比赛阵容不完整时，则输掉该局或该场比赛，判给对方胜该局或该场比赛所必要的分数和局数。阵容不完整的队保留其所得分数和局数。

（十一）换人和暂停：

1.换人：每局比赛每队允许换5人次(一下一上为一人次)；可以同时替换一人或多人，换人时不得进行指导。

2.暂停：每局比赛每队请求暂停限两次。

（十二）申诉办法：各参赛队如对运动员资格、裁判员判罚有异议，需在比赛结束20分钟内，填写气排球项目竞赛仲裁申诉表，提供内容详实的举证材料，并交纳500元申诉金，否则不予受理。如胜诉退还申诉金，败诉不予退还。

（十三）计分和排名：

1.计分方式：比赛采用3局2胜制。胜一场得2分，负一场得1分，弃权为0分（局分按21:0计算），按积分多少决定名次，积分高者名次列前。

2.胜一场：比赛采用每球得分制，胜两局的队为胜一场。如果1：1平局时，进行决胜局。

3.胜一局：第1、2局先得21分同时超过对方2分的队为胜一局，当比赛20：20时，比赛继续进行至某队领先2分（22：20、23：21……）为止。第3局(决胜局)，先得15分同时超过对方2分的队获胜（8分时交换场地），当比分14：14时，比赛继续进行至某队领先两分(16：14、17：15……)为止。

4.如遇两队积分相等，则以该两队相互间比赛胜者名次列前。

5.如遇三队及以上积分相等，则计算其相互间С值：

C值＝A（胜局总数）/B（负局总数），C值高者名次列前。

6.如С值仍相等，则计算相互间Z值：

Z值＝X（得分总数）/Y（失分总数），Z值高者名次列前。

7.如Z值仍相等，则采用抽签的办法决定名次。

十、录取名次与奖励

录取前三名并颁发冠军、亚军、季军奖杯和荣誉证书。

十一、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群

3.气排球比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会广场舞比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会、随州市曾都区广场舞协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

(一)规定套路

(1)2015年国家体育总局、原文化部推广的12套广场舞;

(2)2017年全国广场舞健身活动推广委员会推广的12套广场舞;

(3)2021年国家体育总局社会中心广场舞示范套路的2套广场舞。

\*参赛队可在以上26个规定套路中选取其中1个，未按要求执行，该队规定套路得分为0分。

(二)自选套路

参赛队自编或选编的一套广场舞(以上规定套路除外)。

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的18周岁至65周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每支参赛队总人数不得超过18人，可报领队、教练各1人，上场比赛队员12至16人(其中替补队员仅限1人),参赛人员可兼领队、教练。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在18周岁至65周岁(1957年7月1日至2004年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.参赛选手性别不限，要求身体健康、无影响中高强度运动的疾病。

3.每名运动员只能代表一支队伍参赛，专业(职业)舞蹈演员、高校艺术舞蹈类专业学生等不得参赛。报名截止后不得更换运动员，各参赛队可自行冠名或命名。

4.比赛服装需统一款式和颜色。

九、竞赛办法

(一)评判规则：比赛执行由国家体育总局社会体育指导中心审定的《广场舞竞赛规则》(2018年1月人民体育出版社出版发行)。

(二)出场顺序：由大赛组委会抽签确定。

(三)评分办法：采取裁判现场评分方式、现场亮分的方式。

(四)比赛音乐：规定套路音乐由组委会提供。

(五)比赛场地：不小于16×14米，要求平整，不涩不滑。

(六)比赛服装：服装不限，可佩带饰品，比赛用鞋符合健身要求。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群。

3.广场舞比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

按参赛队得分总分高低排列名次，录取前八名代表队予以奖励，不足8队减1名录取。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会健身气功比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

(一)健身气功•易筋经集体赛

(二)健身气功•五禽戏集体赛

(三)健身气功•八段锦集体赛

每队在3个竞赛项目中任选1个项目参赛，每队限报1项。

七、参赛对象

具有曾都区户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的25周岁至70周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每支参赛队可报队员6名，领队、教练各1人，男、女运动员人数不限，教练员可兼运动员。6名运动员须同时上场参赛。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在25周岁至70周岁(1952年7月1日至1997年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.要求参赛选手身体健康、无影响中高强度运动的疾病。

3.每名运动员只能代表一支队伍参赛。在国家、省、市注册的现役运动员和体育专业的在校学生，不得参加本人从事专业的比赛项目。报名截止后不得更换运动员。

4.比赛服装需统一款式和颜色。

九、竞赛办法

(一)比赛执行国家体育总局健身气功管理中心2022年《健身气功竞赛规则与裁判法》。

(二)参赛队员上场队形为“一”字形排列。

(三)竞赛项目为国家体育总局健身气功管理中心改编推广的缩短版普及功法，功法动作规范以中国健身气功协会编印的功法教材为技术规范。

(四)比赛音乐采用国家体育总局健身气功管理中心发行的《健身气功比赛展演音乐》无口令的伴奏音乐，音乐由组委会提供。

(五)参赛队员服装应符合健身气功项目特点，服装款式、颜色须统一，鞋为健身运动类鞋。

(六)评分方法：采取裁判现场评分方式，各项目均按得分高低排列名次。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群。

3.健身气功比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

按参赛队得分总分高低排列名次，录取前八名代表队予以奖励，不足8队减1名录取。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜另行通知。

曾都区第二届社区运动会太极拳比赛竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

比赛只设集体项目。

(一)二十四式简化太极拳

(二)四十二式太极拳竞赛套路

(三)四十二式太极剑竞赛套路

(四)其它太极拳(规定或传统)

(五)其它太极器械(传统)

注：每队限报二项(拳术、器械不限)。

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的25周岁至70周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

每支参赛队总人数在6-12人之间，可报领队、教练各1人，参赛人员可兼领队、教练。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在25周岁至70周岁(1952年7月1日至1997年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

2.参赛运动员少于6人或超出12人时按照规则规定扣分。

3.每名运动员只能代表一支队伍参赛。在国家、省、市注册的现役运动员和体育专业的在校学生，不得参加本人从事专业的比赛项目。报名截止后不得更换运动员。

4.比赛服装需统一款式和颜色。

九、竞赛办法

(一)本次比赛执行中国武术协会印制的最新版《武术套路竞赛规则》及有关补充规定。

(二)比赛顺序赛前按由组委会抽签决定。

(三)比赛项目的有关规定：

1.集体项目内容和形式不限，拳术和器械不限，男女不限。可配乐(请自备音乐CD或U盘)。音乐中不得出现说唱等内容，若出现说唱总裁判长扣0.1分，未配乐者总裁判长扣0.1分。

2.时间规定：6分钟以内。

3.参赛队员服装应符合太极拳项目特点，服装款式、颜色须统一，鞋为健身运动类鞋。

(四)评分方法：采取裁判现场评分方式，两项参赛项目得分之和为参赛队最终得分，按得分高低排列名次。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群。

3.太极拳比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

按参赛队得分总分高低排列名次，录取前八名代表队予以奖励，不足8队减1名录取。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

曾都区第二届社区运动会趣味运动会竞赛规程

一、主办单位

随州市曾都区文化和旅游局、随州市曾都区卫生健康局、随州市曾都区总工会

二、承办单位

随州市齐星健身村体育文化发展有限公司。

三、协办单位

随州曾都区社会体育指导员协会。

四、冠名单位

黄鹤楼酒业

五、时间、地点

1.时间：具体时间待定。

2.地点：随州市齐星健身村。

六、竞赛项目

(一)个人项目：踢毽子、平板支撑、足球九宫格射门、投掷飞镖。

(二)集体项目：集体跳绳、集体拔河、旱地龙舟、龟兔赛跑。

七、参赛对象

具有曾都户籍或在随州城区居住、工作超过6个月的22

周岁至70周岁人士均可以社区为单位组队报名参赛。

八、参赛办法

(一)报名人数

男女人数不限，每队限报20名队员、领队或教练1名。

(二)资格要求

1.运动员年龄要求在6周岁至70周岁(1952年7月1日至2016年6月30日之间出生),以第二代居民身份证信息为准。

3.参赛选手要求身体健康、无影响中高强度运动的疾病。4.每名运动员只能代表一支队伍参赛。

九、竞赛办法

(一)踢毽子

1.比赛道具：建子、秒表、口哨。

2.比赛场地：直径为3米圆的平整地面。

3.比赛规则：裁判长鸣哨后开始计数，以2分钟内踢建个数多少记成绩，中途停顿可继续进行。连续脚不落地触毽两次为犯规，犯规次数不计数，可在规定时间内再踢，次数累加。

4.比赛成绩：以2分钟内踢建个数多少记成绩，如遇两人次数相等，则以中断次数少者名次列前，如遇两人中断次数相同，则以第一次踢建个数多者名次列前。

(二)平板支撑

1.比赛道具：瑜伽垫、秒表。

2.比赛场地：不小于长10米，宽3米的平整地面。

3.比赛规则：参赛者肘卧地面，两脚前掌着地，两肘屈肘支撑在地面上，肩膀和肘关节垂直于地面，裁判员第一声鸣哨，参赛者身体离开地面，躯干伸直，身体与头、腿形成水平面，第二声鸣哨开始计时，以参赛者坚持时间记成绩;肚子下塌、臀部翘的过高、头部上扬或低垂、肘间距与肩不同宽视为违规，裁判有权将其罚下。标准姿势外，如果身体有落地部分，比赛结束。如果出现姿势不规范，提醒一次，并扣除时间5秒。

4.比赛成绩：以参赛者一次坚持最长时间记成绩。

(三)投掷飞镖

1.比赛道具：飞镖盘、飞镖架、飞镖。

2.比赛场地：不小于长5米，宽5米的正方形平整地面。要求飞镖盘后侧设置2米缓冲区域，并拉绳隔开。

3.比赛规则：①投掷人距投掷点相距2.44米，标心距地面1.73米。②每人投掷5次，以投掷飞镖投入区域得分总数为本人得分，脱靶计0分。

4.比赛成绩：以5次投掷投入区域得分总数为本人得分，累计得分高者名次列前，如遇两人得分相同，以单次分高者名列前列，如两人最高分相同，以次高分高者名列前列，依

此评出名次，如两人5次投掷分数均一样，取并列名次。

(四)足球九宫格射门

1.比赛道具：九宫格球门、4号足球、秒表、口哨。

2.比赛场地：场区长13米、宽2米的平坦地面，场区内设长1米、宽2米起点区，射程10米，终点区设2米宽\*1.5米高球门。

3.比赛规则：参赛人员位置于起点区正中间射门，每位参赛人员1分钟内有3次射门机会，射门分数累积相加为本人得分。

4.比赛成绩：个人得分高者名次列前。如遇两人分数相等，则以速度最快者名次列前，如遇两人速度相等，则进行30秒加时赛，直至区分胜负。

(五)集体跳绳

1.比赛道具：10米长绳、秒表、口哨。

2.比赛场地：场区长15米、宽5米的长方形平坦地面。

3.比赛规则：参赛每队出场队员8人(不限男女),2人摆绳、6人跳绳，听到口令后开始，以6人齐跳开始计数，不足6人不计数，每局3分钟。每次中断重新开始，累计所跳次数为本队总数。

4.比赛成绩：每局3分钟，累计所跳次数为本队成绩，次数多的为胜。如遇两队次数相等，则进行1分钟加时赛，直至区分胜负。

(六)集体拔河

1.比赛道具：15米长绳、口哨。

2.比赛场地：场区长20米、宽3米的长方形平整、防滑的地面。地面上画中线和河界共三条线，居中间隔为2米。

3.比赛人数：每队上场人数为8人，其中女队员不少于2人。

4.比赛规则：裁判员发出“预备”口令，双方队员站好位置，拿起拔河绳，拉直做好准备。待裁判鸣哨后，双方各自一齐用力拉绳，以拔河绳中间标志带拉过本队河界的队为胜。

5.比赛成绩：比赛采取三局两胜、单败淘汰制。

(七)旱地龙舟

1.比赛道具：旱地龙舟、口哨。

2.比赛场地：场区长30米、宽8米的长方形平整、防滑的地面。

3.比赛人员：每支队伍由8名队员组成;

4.比赛规则：比赛开始前，8名队员骑在比赛器材上，双手握住固定把手立于起跑线后。裁判发令后，8名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程25米。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止。赛程中，不得在地上拖拉器械前进，否则根据拖拉情况裁判酌情处罚，加时10秒。行进中每名队员都必须手持把手，任何人不得脱离器械前行，否则每次加时5秒。

5.比赛成绩：以各参赛队所用比赛器材触及终点线用时少者名次列前。

(八)龟兔赛跑接力赛

1.比赛道具：龟兔赛跑、口哨。

2.比赛场地：场区长30米、宽8米的长方形平整、防滑的地面。

3.比赛人员：每支队伍由10名队员组成(5男5女);

4.比赛规则：比赛开始前，5名队员站在充气的龟兔气模道具里，双手握住固定把手立于起跑线后，5名队员站立折返先后(男女自由组合)。裁判发令后，5名队员通过协调配合持比赛器材在跑道上行进，单程15米，抵达折返点换人接力折返至终点线(起点线),以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止。行进中每名队员都必须手持把手，任何人不得脱离器械前行，否则每次加时5秒。

5.比赛成绩：此项目以计时方法判别，计时最短的队伍名次列前。

十、报名和报到

1.各参赛队必须认真填写报名表，于10月13日前将报名名单加盖单位公章，报送到齐星健身村区第二届社区运动会组委会。联系人：周丙烨；电话：18707222428（微信同号）；QQ:1250044217,逾期报名将不受理，报名截止后，参赛队和运动员一经确认，不得无故更改和调整。

2.报名后添加联系人微信，加入本次比赛微信联系群。

3.趣味运动会比赛专题会议时间及地点另行电话通知各单位，届时请各队领队和教练按时参加。

十一、录取名次与奖励

(一)录取各单项前八名，颁发成绩证书。

(二)设团体名次奖，颁发奖牌。

十二、本规程解释权归属主办单位，未尽事宜，另行通知。

附件3

曾都区第二届社区运动会赛事安全责任书

一、我完全了解自己的健康状况良好，没有任何身体不适或疾病(包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、血糖过高或过低及其它不适合本人所报名运动项目的疾病)。因此我郑重声明，可以正常参加“崇尚人人体育 共创美好生活”曾都区第二届社区运动会比赛。

二、我充分了解本次比赛期间的训练或比赛有潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤或事故，我会竭尽所能，以对自己安全负责任的态度参赛。

三、我本人愿意遵守本次比赛的所有规则规定;如果本人在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止参赛或告之赛会官员。

四、我本人以及我的继承人、代理人、个人代表或亲属将放弃追究所有导致伤残、损失或死亡的权利。

五、我同意接受主办方在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

本人已认真阅读全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应法律责任，本人签署此责任书纯属自愿。

参赛者签字：

签字日期： 年 月 日

附件4

曾都区第二届社区运动会疫情防控承诺书

根据疫情防控总体要求以及本次赛事实际情况，为切实履行疫情防控措施，确保自身及他人安全，在曾都区第二届社区运动会比赛期间，本人承诺做到以下事项。如有违反，

自愿承担一切后果，接受大会组委会处理。

一、遵守组委会各项疫情防控措施，确保执行到位。

二、14天内无中、高风险地区旅居史。

三、如实向组委会提交健康码、行程码。

四、如实向组委会提交报到前48 小时内所在地的核酸检测证明。

五、比赛场地佩戴口罩，做好个人卫生。

六、接触公共物品及时洗手、消毒。

七、进入比赛场馆接受体温检测。

八、休息期间不串门、不聚餐、不饮酒、不聚会、不扎堆。

九、主动服从配合大会对赛区的管控，不违背、不冲撞。

十、主动服从配合驻地宾馆管控措施，出现疑似症状，不恐慌、不侥幸，早就医。

特此承诺!

选手签名：

日 期： 年 月 日