

青海大学第四十五届田径运动会竞赛规程

一、比赛宗旨

坚定不移贯彻党的教育方针，落实《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》。以运动会为契机，弘扬“更高、更快、更强——更团结”及坚韧拼搏的体育精神，激励师生走出教室与办公室，促进身心健康。让青春活力在赛场上尽情释放，通过接力、团队项目等培养合作精神，以公平竞争激发竞争意识与自我成长。营造积极向上的校园体育文化氛围，凝聚师生力量、增进友谊，共创美好校园。

二、比赛时间：拟定于2025年5月21—23日

三、比赛地点：校田径运动场

四、参赛单位与运动员资格：

（一）参赛单位：

1. 学生组：医学院、农牧学院、化工学院、财经学院、机械工程学院、能源与电气工程学院、土木水利学院、生态环境工程学院、藏医学院、地质工程学院、计算机技术与应用学院、研究生院、昆仑学院共十三支代表队。

2. 教工组：医学院、农牧学院、化工学院、财经学院、机械工程学院、土木水利学院、生态环境工程学院、地质工程学院、计算机技术与应用学院、藏医学院、能源与电气工程学院、数理学院、外国语学院、马克思主义学院、人文学院、昆仑学院、继续教育学院、附属医院、农林科学院、畜牧兽医科学院、图书馆（含学报）、附中（含附小、幼儿园）、国家重点实验室、后勤保障处、校机关（含校党政办、机关

党委、组织人事部、宣传部、工会、纪委、保卫处、计财处、教务处、成教基教处、研究生院、教育教学评估中心、督导室、科研院、实验室管理处、学生处、团委、基建处、巡察办、外事办、老干办、教师工作部、信息化技术中心、发展规划处、国有资产管理中心、产业发展研究院、教育基金会（校友办）、三江源研究院、新农村发展研究院、科教集团、学生就业指导服务中心）共二十五支代表队。

（二）运动员参赛资格：凡青海大学在校学生、教职工，身体健康者均可代表本单位报名参加比赛（各单位参赛队员均应经校医院体检），各单位由男女运动员共同组成一支代表队。

五、组别：

（一）大学生组

男子组、女子组

（二）教工组

青年组：29周岁以下（96年4月30日以后出生）。

壮年组：30~39周岁（96年4月30日以前至86年4月30日以后）。

中年组：40~49岁周（86年4月30日以前至75年4月30日以后）。

老年组：50周岁以上（75年4月30日以前出生）。

六、比赛项目：

（一）大学生组

1、大学生男子组（13项）：100米、200米、400米、800米、1500米、10000米、跳高、跳远、三级跳远、铅球（7.26kg）、30米蚂蚁搬家、铺板过河、1分钟花毽竞赛。

2、大学生女子组（12项）：100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、跳高、跳远、铅球（4kg）、30米蚂蚁搬家、铺板过河、1分钟花毽竞赛。

3、大学生集体项目（5项）：男女4×100米接力、男女4×400米接力、学院接力赛、水到渠成、背球接力。

（二）教工组

1、青年组

男子7项：100米、跳远、30米蚂蚁搬家、铅球、50米抱球跑、4×100米接力、1500米。

女子7项：100米、跳远、50米抱球跑、1分钟跳绳、铅球、4×100米接力、1500米。

2、壮年组

男子5项：立定跳远、30米蚂蚁搬家、50米抱球跑、50米端乒乓球跑、铺板过河。

女子5项：立定跳远、一分钟跳绳、50米抱球跑、50米端乒乓球跑、铺板过河。

3、中年组

男子4项：50米抱球跑、50米端乒乓球跑、篮球投准、立定跳远

女子4项：50米拾珍珠、50米端乒乓球跑、立定跳远、1分钟跳绳

4、老年组（4项）：保龄球、投镖、50米拾珍珠、篮球投准

5、教工集体项目：

（1）老、中、壮、青8×50m混合接力（四男四女，男女人员组成分别为：1青—1壮—1中—1老）。

（2）百发百中（三男两女组成，年龄不限）。

（3）鼓动人心（由九人组成，年龄、性别不限）。

（4）十人男女混合集体跳绳（五男五女，两人摇绳，八人跳绳，不限年龄）。

（5）水到渠成（四男四女组成，年龄不限）。

（三）青海大学校园体育“吉尼斯”。

七、参加办法：

（一）学生组：

1、运动员每人限报2项，可兼报一项接力，各单位每项限报3人。

2、集体项目各单位限报一队。

（二）教工组：

1、教工青、壮、中年组运动员每人限报2项，可兼报一项接力，各单位每项限报3人；

2、教工老年组各单位男女报名人数不限，但每人限报2项；

3、集体项目各单位限报一队；

4、各队报领队1人，教练员1人。

八、比赛办法：

(一) 大学生组 100m、200m、400m、4×100m 接力、4×400m 接力进行预、决两赛；其他项目均为预决一赛。

(二) 教工组各项目均为预决一赛，项目不设并列名次，如遇成绩相同需加赛决出名次。

(三) 凡参加比赛的运动员必须佩带号码布，否则不准参加比赛；教职工应持身份证参加比赛，凡冒名顶替者，除取消该队员该项目比赛成绩外并从该单位团体总分中扣 10 分。

(四) 100m、200m、400m、4×100m、4×400m 比赛时起跑抢跑一次后将对所有运动员（队）出示黄牌，任何队员再次抢跑将取消该队员（队）的比赛资格。

(五) 采用国际田联审定的田径竞赛规则以及大会制定的趣味项目规则。

九、录取名次及计分奖励办法：

(一) 学生组男女各取前六名，按 7、5、4、3、2、1 计分，十人以下的集体项目按 2 倍计分，十人以上的集体项目按 3 倍计分，二十人以上的集体项目按 4 倍计分；破省高校记录另加 14 分，破校记录另加 7 分，破纪录轮次不限。若某项参赛不足六人（队）时，取消该项比赛，若有六人（队）参赛取前三名，按 7、5、4 计分。

(二) 教工组男女各取前六名，按 7、5、4、3、2、1 计分，接力加倍计分，若某项参赛不足六人（队）时，取消该项比赛，若有六人（队）参赛取前三名，按 7、5、4 计分。

(三) 团体名次：大学生组每队男女合计团体总分，按

积分取前三名，教工组每队青年组、壮年组、中年组、老年组男女合计团体总分，按积分取前三名。

（四）如遇两队以上积分相等，则以破记录多者名次列前，如仍相等，以第一名多者列前，依次类推。

（五）青海大学校园体育“吉尼斯”项目不计入单位团体总分。

（六）奖励办法：

1、大学生组由体育部颁发证书和奖牌；凡坚持跑完10000m者给予纪念奖。

2、本次大会对学生组团体总分第一单位颁发“校长杯”（校长杯为流动奖杯，每届运动会颁发给学生组团体总分第一单位，连续三年获得该奖杯者可永久保留复制版一座）。

3、为实现精神文明和竞技水平双丰收，本届运动会特设：优秀组织奖六名、道德风尚奖六名、青海大学“校园体育之星”等奖项。评选条件：（1）优秀组织奖和道德风尚奖依据参赛单位在赛前准备工作、开幕式及比赛期间各方面表现突出；各学院参赛人员及观众遵守赛会各项规定，尊重对手、尊重裁判、尊重观众；观众文明观赛，观众与队员均体现较好的体育修养且组织良好。（2）青海大学“校园体育之星”依据《青海大学第二届大学生“校园体育之星”评选活动的通知》有关条件评选。

十、比赛项目规则说明

（一）奥运项目参照国际田联审定的田径竞赛规则执行。

(二) 学院 20×200m 接力：每队参赛运动员由师生共同组成，共 20 名，其中 7 名男生、7 名女生、3 名男教工、3 名女教工共同完成比赛，每名运动员跑 200 米，全长 4000 米，以学院吉祥物为交接工具（吉祥物由各学院自行准备，吉祥物规格长度：20cm---40cm），先完成比赛者为胜（参照接力项目规则执行）。

(三) 教工组 50m 抱球跑：在 30m 处放置排球四个，从起点跑到放球处将球抱起后继续跑至终点，身体先通过终点者为胜。

(四) 教工组 50m 端乒乓球跑：运动员持乒乓球拍上置乒乓球，跑完 50 米，不得人为固定乒乓球，否则视为犯规，以身体通过终点为完成比赛，同时用时短者为胜。

(五) 教工组 50m 拾珍珠跑：在 30m 处放置两个杯子和一双筷子，其中一只杯子中放置 10 个玻璃球，另一只是空杯，从起点跑到放杯处，用筷子将所有玻璃球从有球杯中转移到空杯中，完成后跑至终点。以身体通过终点为完成比赛，同时用时短者为胜。

(六) 教工组篮球投准：在篮球场罚球区投篮 10 次，以进球数多者为胜，若进球数相同，则采用加赛，在同一轮次中以进球数多者为胜。

(七) 1 分钟跳绳：计时一分钟，以跳绳次数多者为胜。

(八) 平板支撑：以小臂和双足为支撑点，使身体成一直线并保持静止状态，以支撑时间长者为胜。

(九) 引体向上：直臂正握悬垂，身体引至下颌过杠为

一次，不限时，以完成次数多者为胜。

（十）教工组集体跳绳：计时 1 分钟，以跳绳次数多者为胜。

（十一）百发百中：每队 5 人，3 男 2 女，年龄不限。每队 30 支箭，每人 6 支箭，射程为 10 米；以击落白靶的累积数量排出名次，积分相同的团队进入附加赛，直至决出胜负。

（十二）鼓动人心：参赛队员 9 人，其中一人置排球于鼓面，另八名队员合力用绳拉起一面大鼓并以鼓面垫排球，比赛中排球掉落则需重新置于鼓面之上继续比赛，一分钟之内垫球次数多者为胜。

（十三）蚂蚁搬家：分道进行，队员仰面，以四肢撑地，腹部放置一个排球行进，以时间短者为胜，行进间排球不得滚落，若滚落则重新放置继续比赛，影响他人视为犯规。以身体通过终点为完成比赛。

（十四）花键竞赛：一分钟单踢，失误后可继续，累计完成次数。

（十五）背球接力：团队成员 6 人（3 男 3 女，两人一组），每组选手以背对背的方式夹住排球，队员双手环抱于胸前，通过协作完成 30 米赛跑交至下一组选手，依次交接排球完成 90 米赛程，以身体通过终点为完成比赛，用时短者为胜。。

（十六）水到渠成：团队成员 8 名（4 男 4 女组成，年龄不限），手持 PVC 材质半圆形轨道，将网球从赛道起点滚

动至下一位成员轨道内,8人依次交替进行,完成50米接力,期间掉落者取消该队成绩,用时最短者为胜。

(十七)铺板过河:先在地板上铺一张木板,脚踩上后再向前方铺另外一张木板,双脚迈向前方的木板上;再拿起后面的木板摆放到前方。两张木板交替排列,双脚依次向前,直至到达终点,以身体通过终点为完成比赛,用时短者为胜。

(十八)青海大学校园体育“吉尼斯”。校园体育吉尼斯为青海大学创纪录比赛,项目第一名颁发青海大学校园体育吉尼斯证书,运动会期间为纪录挑战期,每次挑战期全体师生亦可提出新的项目创纪录。

十一、注意事项:

(一)运动会竞赛规程下载网址:<https://tyb.qhu.edu.cn/kjxz/index.htm>。

运动会参赛报名网址:<http://bm.ydh800.cn/TQQH>。

联系人:张老师 电话:17794732430

注:报名密码请各单位相关负责人4月28-30日到体育部(地址:综合体育中心体育馆一楼113室)领取。5月9日下午17:00报名系统自动关闭。

(二)报名表必须按规程要求,认真填写。凡不符合要求者,编排组按编排原则处理。(由于采用软件编排,报名数据上传以后不可以再次更改,请各单位务必认真填写)。

(三)参赛队员凡使用跑鞋者必须使用塑胶跑道专用短钉(鞋钉突出部分不能超过9毫米)。

(四)凡参赛教工比赛时必须携带本人身份证参加比赛。

（五）届时组委会将安排相关领导为获奖学生现场颁奖，请给予积极配合。

（六）大会遇雨顺延。

（七）未尽事宜另行通知。