

广东外语外贸大学南国商学院

“承全运激情 展南国风采”第二十九届运动会竞赛规程

一、主办单位：广东外语外贸大学南国商学院体育运动委员会

二、承办单位：广东外语外贸大学南国商学院体育部

三、协办单位：校工会、学生处及各学院

四、比赛时间、地点：

1、时间：2025年11月13至14日

2、地点：田径运动场

五、参加单位

（一）学生组（参赛单位需提供不超过4个汉字的单位名称缩写）

英语语言文化学院、东方语言文化学院、西方语言文化学院、文化与传播学院、管理学院、经济学院、教育学院、计算机学院、国际学院、艺术学院。

（二）教工组（参赛单位需提供不超过4个汉字的单位名称缩写）

英语语言文化学院工会、东方语言文化学院与国际学院联合工会、西方语言文化学院工会、文化与传播学院工会、管理学院工会、经济学院工会、教育学院与艺术学院联合工会、计算机学院工会、大学英语教学部工会、马克思主义学院与体育部工会、网络与信息技术中心工会、机关工会、图书馆工会、保卫处工会、后勤一工会、后勤二工会。

六、比赛项目

（一）学生组

1. 男子项目（12项）

100米、200米、400米、800米、1500米、5000米、4×100米接力、4×400米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球。

2. 女子项目（12 项）

100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、3000 米、4×100 米接力、4×400 米接力、跳高、跳远、三级跳远、铅球。

3. 集体趣味竞赛项目（5 项）

（1）30 人×60 米男女混合迎面接力（10 男 20 女参赛，顺序不限）。

（2）呼啦圈（15 人参赛，其中男生不少于 5 人，见附 4）

（3）龙卷风（20 人参赛，其中男生不多于 5 人，见附 2）。

（4）趣味跳绳（12 人参赛，其中男生不少于 4 人，见附 3）

（5）10×400 米男女混合接力（6 女 4 男参赛，顺序不限，各单位可派一名旗手擎院旗在内场随跑助威）

4. 开幕式入场式

开幕式由入场式组成，由引导员引导，起点设在田径场100米起点处，有学生的代表队（学生+教工），不少于64人，组成8×8队伍；其他教工组代表队则根据本单位实际情况确定入场和队形，入场前在田径场跑道上集中（按入场顺序，以引导牌为基准）。入场式的组织情况将列为体育道德风尚奖的重要评比条件。评分内容及比重：服装统一程度10%；队列队形20%；精神面貌20%；表演50%（每个单位表演时间不得超过3分钟）详情请见附件3。

5. 第29届校运会会徽设计大赛

要求：突显校运会主题和南国校园文化，简洁深刻。

（二）教工组（10 项）

- （1）趣味跳绳 （2）呼啦圈 （3）珠行万里 （4）迎面接力
（5）定点投篮 （6）投飞镖 （7）鱼跃龙门 （8）鸳鸯背瓜
（9）无敌风火轮 （10）4×100M 混合接力

七、参赛办法

(一) 学生组

1. 参赛条件

参赛运动员为广东外语外贸大学南国商学院全日制在校学生。

2. 报名规定

(1) 各单位限报领队一人（学院党政领导）、教练员二人。

(2) 所有比赛项目（含学生组趣味比赛项目）各单位限报 1 队。

男子竞赛项目每项限报运动员 3 名，女子竞赛项目每项限报运动员 4 名，每人限报两项。接力项目不受上述限制。

(3) 报名参加趣味项目的运动员不得参加其他项目的比赛，趣味项目若男生或者女生不足的代表队可由老师补足；4×100 米、4×400 米接力项目各单位男女组各限报一队。

(4) 接力赛（包括 4×100 米、4×400 米、趣味竞赛项目，各单位服装应统一）。

(5) 报名人数少于 3 人（队）的项目取消该项目比赛（编排组会提前通知报名单位，可在规程允许的条件下改报项目）。

(6) 运动员报名参赛的项目，一经报名不得更改和增报，报名人数超过或兼项超项者，编排软件自动去掉超过的人或项目，不再征求报名单位的意见。

(7) 体育部将于 2025 年 11 月 6 日（13:00-17:30），在体育部办公室统一组织参加 1500 米及以上比赛项目的运动员进行心电图检测，请上述参加项目的运动员依时参加体检。逾期则需自行前往相关医院自费完成心电图检测。在比赛检录时，须向裁判员提交于赛前 15 天以内心电图检查正常报告单原件及复印件，无心电图检测报告或心电图检测报告异常者不得参赛。

3. 报名办法

各单位报名时须在体育部网站下载统一的电子报名表格(自制表格不受理),按表格要求认真填写和录入各项内容,打印一份并加盖参赛单位公章,于**2025年11月4日(星期二)17:00**前把纸质报名表交至体育部陈接华老师处,同时将电子版的报名表发至邮箱410062980@qq.com。逾期报名按弃权处理。纸质报名表与电子报名表必须一致,不一致则以电子报名表为准。报名表一经上交,除经总裁判长同意外,不得随意更改参赛运动员名单和项目。

(二) 教工组

1. 参赛条件:身体健康在校在编教职工,以部门工会为单位报名参赛,外教隶属所在单位工会。

2. 报名规定:按照项目要求进行报名。报名人数超过规定人数者,从报名表末尾去掉超过的人或项目,不再征求报名单位的意见。

八、竞赛办法

(一) 比赛采用中国田径协会审定的最新《田径竞赛规则》。

(二) 运动员比赛号码布由竞赛委员会统一提供。

(三) 400米(不含400米)以下项目进行预、决赛,按预赛成绩取前8名参加决赛;如遇成绩相等则抽签决定参加决赛人选。

(四) 田赛(远度)项目,取参赛者三次试跳最好成绩排序,取前八名进行决赛。

(五) 田赛(远度)项目在比赛中必须超过该项目的起量线,才开始测量成绩;否则判为该次试跳失败。

(六) 趣味竞赛项目按该项目比赛规则要求进行比赛(每队可报3名候补人员)。

(七) 教工趣味项目竞赛办法见附件2。

(八) 第 29 届校运会会徽设计大赛设计说明及参赛具体要求详见附件 4:《第 29 届校运会会徽设计大赛规程》。

九、计分办法

(一) 学生组

1. 各单项前八名按 9、7、6、5、4、3、2、1 计分；学生组参赛人（队）数在 8 人（队）以下的项目，则减一录取（如有 8 人（队）参赛，取前七名按 9、7、6、5、4、3、2 计分，依此类推）。

2. 4×100 米、4×400 米接力项目 2 倍计分，趣味竞赛项目 2 倍计分。破学校田径运动会最高纪录加 9 分；若 1 人（队）在该项目比赛中屡破纪录，只加分一次；趣味竞赛项目不设纪录；所有加分计入该组别团体总分。

3. 比赛名次并列者，得分平均计算并取消下一获奖名次。

4. 学生组开幕式入场式由学校领导及体育运动委员会委员评分，取前 8 名按集体项目 2 倍计算获奖队团体总分。

5. 校运会会徽设计大赛根据获奖等级按 9、7、6、5 分记入获奖学院团体总分，且各学院此项累计得分最高不超过 18 分。

(二) 教工组

1. 各项目按 20、18、17、16、15、14、13、12、11、10、9、8、7、6、5、4 计分，所有项目均设 10 分的组织参赛基础分。

2. 团体总分按部门工会运动员参赛积分和各单项比赛得分的总和计分。

3. 按照团体总分排名进行奖励（若总分相等则按取得第一名多者名次列前，其他依此类推）。

十、录取名次与奖励

（一）学生组

1. **单项奖：**各项目按成绩录取前八名，分别给予证书奖励（获前三名的运动队或运动员，在该项目比赛成绩公布后马上进行颁奖；4-8名奖项在运动会结束后按单位统一领取）。

2. **团体奖：**设男子团体和女子团体总分奖取前三名（给予奖杯奖励）；综合团体总分奖取前八名，给予奖杯和奖金奖励（奖金分别为1500元、1300元、1100元、1000元、900元、800元、700元、600元），如总分相等则按取得第一名多者名次列前，其他依此类推。

3. **优秀组织奖：**校运会设开幕式“优秀组织奖”，奖励前八名。

4. **破纪录奖：**凡破学校或以上纪录的运动员给予证书和200元奖励。

5. **优秀个人奖：**优秀裁判员和先进工作者（含裁判员、礼仪、广播员、学生会干部和志愿者、仪仗队等）按40%评选。

6. **宣传报道奖：**以学院为单位进行评比，取前八名。（参考投稿数、入稿率）

7. **体育道德风尚奖：**学生组设“体育道德风尚奖”四名，具体评选标准如下：

（1）、参加运动会开幕式、闭幕式的精神面貌以及各项组织宣传工作（40%）；

（2）、大本营的布置及本学院学生的出席率（20%）；

（3）、参赛运动员遵守竞赛规则，服从裁判，勇敢拼搏，文明比赛（20%）；

（4）、非参赛学生能够遵守纪律，服从指挥，做好本单位参赛运动员的服务工作，加油助威气氛热烈（20%）。

(二) 教工组

1. 按团体总分排名，奖励前八名。

2. 体育道德风尚奖六名，奖励牌匾和奖金。

3. 道德风尚奖评选标准如下：

(1) 开幕式表演饱满热情，统一着装，组织有序。(40%)

(2) 按要求参加赛前有关会议（领队教练联席会议），遵守竞赛规则，服从裁判，勇敢拼搏，文明比赛，气氛热烈。

(3) 积极参加运动会开幕式和闭幕式。(10%)

(4) 部门工会教工积极参赛，取得良好的比赛成绩。(50%)

4. 有下列情形之一的，取消道德风尚奖评选资格：

(1) 缺席赛前领队教练联系会议或安排学生代替参加。

(2) 在参赛过程中，一发现有弄虚作假、冒名顶替的情况，取消参评资格及该项目的比赛成绩。

(3) 不遵守比赛规则，不尊重裁判员和对方运动员。

十一、申诉与抗议

凡对某项比赛的成绩及相关问题的抗议，应在正式宣告该项成绩后 30 分钟内向仲裁组提出。申诉应采用书面形式，由领队签名方予受理。

十二、本规程由体育运动委员会负责解释。其他未尽事宜，另行通知。

广东外语外贸大学南国商学院

体育运动委员会

2025 年 10 月 17 日

附件 1:

第 29 届运动会学生组趣味项目竞赛规则

1. 30 人×60 米男女混合迎面接力（10 男 20 女参赛，顺序不限）。

比赛办法：

参赛队员（10 男 20 女）按要求迎面站位，完成交接棒后依次出发，禁止穿钉鞋。以最后一棒运动员通过终点用时少者名次列前。

2. 趣味跳绳

比赛方法：

各队选派 12 人参赛，其中男生不少于 4 人。2 人负责摇绳，其余 10 人站成 1 排。裁判鸣哨比赛即开始，每名队员以成功完成两次连跳视为一次计分，其它参赛队员依此依序轮流进行跳绳。每队两次比赛机会，在限时 3 分钟内以完成两次连跳人数多者队伍为优胜。

3. 呼啦圈

比赛方法：（比赛场地设在足球场）

每队 15 人（男生不少于 5 人，若男女生人数不足可由教师补足），手拉手站立围成一个圈，将呼啦圈套在第一名队员手臂上，比赛开始，队员们通过身体做出各种动作让呼啦圈通过每个队员的身体，当呼啦圈第二次回到第一名队员手臂时计时停止，耗时最少者为胜。

罚则：脱手一次加 5 秒；用手抓呼啦圈加 5 秒。

4. 10×400 米男女混合接力

比赛方法：

参赛队员（6 女 4 男），按 4×400 米规则执行，出发顺序不限，禁止穿钉鞋。以最后一棒运动员通过终点用时少者名次列前。

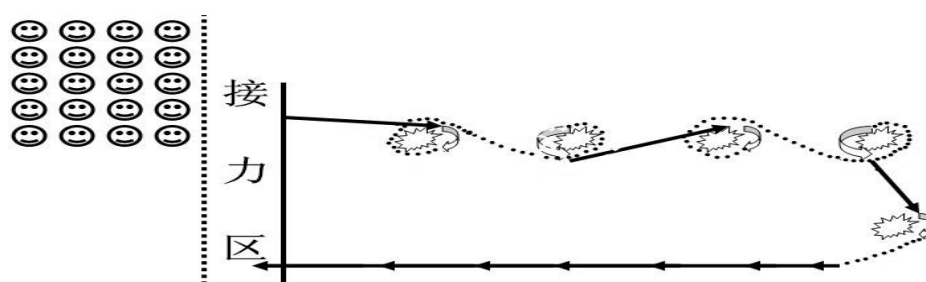
5. 龙卷风

比赛方法：（比赛场地设在足球场）

1. 每队20 人（其中男生不得多于5 人），每5 人为一排。手握横竿进行60米绕障碍跑, 障碍间隔15米, 接力区为3米。每组比赛回到终点中间三名队员必须在接力区内离开横竿排回队尾, 此时横竿经过所有队员脚下再经头上后交下一组。当所有队员进入安全区后下一组出发，总时间最少者获胜。

2. 罚则：从持长杆出发至把长杆放回原位期间队员须保持双手持杆，违者加罚5 秒。如前进过程中碰倒障碍物须将障碍物恢复原状，加罚5 秒。前一组队员未完成进入安全区下一组队员出发加罚5 秒。

（附场地简略示意图）



附件 2：

第 29 届运动会教工组趣味项目竞赛规则

1. 趣味跳绳

(1) 各队选派12人参赛，其中男运动员不少于4 人。

(2) 2 名参赛队员负责摇绳，其余10名参赛队员站成1排。裁判鸣哨比赛即开始，每名队员以成功完成两次连跳视为一次计分，其它参赛队员依此依序轮流进行跳绳。

(3) 每队两次比赛机会，在限时3分钟内以完成两次连跳人数多者队伍为优胜。

2. 呼啦圈

(1) 每队 12 人，男女不限。

(2) 参赛队员手拉手围成一个圆圈，当呼啦圈套在裁判指定的队员手臂上时比赛即为开始，参赛队员们通过各种动作让呼啦圈依次通过每个队员的身体，当呼啦圈再次回到起始队员手臂时，比赛计时停止，耗时最少者为胜。

(3) 计分规则：参赛过程中，参赛队员必须始终保持手拉手的初始状态，出现如下情况即视为犯规并累积处罚：每脱手一次加时 5 秒；每用手抓呼啦圈一次加时 5 秒。

3. 珠行万里

(1) 每队 12 人参赛，男女不限。

(2) 整个团队每个队员手拿一根半圆形的球槽，将球连续传动（滚动）到下一个队员的球槽中，并迅速地排到队伍的末端，继续传送前方队员传来的球，直到球安全的到达指定的目的地为止。按比赛完成时间少者获胜。

(3) 所有参赛队员的手禁止触碰球，选出一名放球的队友，如

球掉地只能允许放球的那个人来捡起，同时回到起点重新放球开始。

(4) 参赛队员每人只能拿一根球槽。运球的顺序每位队友交替进行，不允许堵住 PVC 管尾和管头进行跑动。

4. 迎面接力：

12 人×60 米男女混合迎面接力（至少 3 名女老师），每少 1 名女老师增加 1 秒，最终按时间排名（运动员年龄不超过 60 周岁）。

5. 4×100M 混合接力

(1) 每部门工会限报一支参赛队，男运动员≤2 人，接力顺序女-男(女)-女-男。

(2) 采用一次决赛的方法，按决赛完成时间少者获胜。（运动员年龄不超过 60 周岁）。

6. 投飞镖

(1) 每队各派 8 名队员参赛，男女不限。

(2) 每人五镖，距离 3.5m，压线的就高环计，合计环数。

(3) 以本队实际参赛队员成绩总环数计名次。

7. 鱼跃龙门

(1) 每队各派 5 名队员参赛，男女不限。

(2) 每人 3 次机会，在距离为 12 米处进行点球，按各队进球总数排名。

8. 鸳鸯背瓜

(1) 每队各派 12 名队员参赛（男女不限），分六组。

(2) 男女队员背对背夹着一个排球，双手抱一个排球，侧着身体在 15 米长的场地上进行接力赛，从起点开始到终点将球交给下一组进行比赛。

(3) 参赛者在比赛进行中必须背对背夹着球进行比赛，比赛进

行中如球掉地，必须由工作人员把球捡回放好才可继续进行比较，交接球时，接球一方必须站在端线后。

(4) 六组都比赛完后以用时少者成绩前列。

9. 无敌风火轮

(1) 每队每组别可派 8 名运动员参赛，男女不限，每参赛 1 人积 1 分计入总分。

(2) 团队成员使用彩色布条进行比较，布条类似一个可以滚动的“履带式风火轮”。所有参赛人员站立在布条内，同时移动，使整个风火轮向前滚动，目标是在最短时间内到达终点。以每队先后抵达终点计名次，速度快者获胜。

10. 定点投篮 (3 男 2 女且参赛顺序不限)

比赛方法：

参赛队伍排成一列纵队站在比赛场地罚球线后准备；每名队员可投篮 5 次，按中球个数计入该队团体总分；男队员的投篮出手点在罚球线后，女队员的投篮出手点在罚球线前 1 米处；每队必须在 5 分钟内完成所有队员的投篮动作，逾时视为放弃剩余的投篮次数。

比赛规则

(1) 所有参赛队员投篮技术动作不限，但必须在规定出手点后完成投篮。

(2) 当参赛队员站在出手点后准备投篮时球从手中滑落或出手时踩线。均视为违例，并计该队员完成投篮一次，该次计 0 分。

(3) 该比赛以全队中球数量多者为优胜。

附件 3:

入场式评分标准

一、服装统一（10 分）

服装应该整洁大方，给人一种整齐一致的感觉。有学生的代表队（学生+教工）人数统一为 64 人以上，否则应适当扣分。

二、队形队列（20 分）

- （1）行进队伍是否保持横排、纵列整齐划一；（10 分）
- （2）齐步动作规范，行进节奏准确、到位，两臂摆动有力。（10 分）

三、精神面貌（20 分）

- （1）精神饱满，动作有力，朝气蓬勃，充满活力。（10 分）
- （2）过主席台时要喊口号，声音洪亮、整齐。（10 分）

四、队列行至主席台，进行方阵队表演（50 分）

- （1）形式新颖、活泼，富有创意并能体现本单位特色。
- （2）音乐的选择要与动作风格协调统一。
- （3）动作整齐统一，舒展大方。
- （4）方阵队表演时间不得超过 3 分钟，超时扣分，每超时 5 秒扣 2 分（不足 5 秒按 5 秒计算），依此类推。

四、计分

（1）满分为 100 分，评分由学校领导及体育运动委员会评选委员会完成，在入场式结束后，将打分表统一交至编排记录组。按照去掉一个最高分，去掉一个最低分，取平均值后得出最终排名。

（2）学生组取前八名按 18、14、12、10、8、6、4、2，计入团体总分。教工组按教工项目计分方法计分。