

附件

2025 年上海建桥学院活力体育文化节 工作方案

为贯彻国家《健康中国 2030 规划纲要》，坚持课堂教学与课外活动相衔接，坚持培养兴趣与提高技能相促进，坚持群体活动与运动竞赛相协调，坚持全面推进与分类指导相结合，促进我校群众性体育活动的蓬勃开展。拟于 2025 年 4 月至 5 月举办 2025 年上海建桥学院活力体育文化节。为做好本次活动各项工作，在总结过往经验基础上，结合学校工作实际，特制定本方案。

一、活动主题

青春爱运动、健康强中国

二、指导思想

全面贯彻落实习近平总书记关于教育的系列讲话精神和党的教育方针，立足“立德树人”根本任务，积极践行“健康第一”理念，强化体育育人功能，营造良好育人氛围，促进我校全员健身和体育运动技术水平全面提升，整合校内群体性体育活动如篮球、足球、夜跑、排球、学校运动会，打造具有建桥特色的活力体育文化节，并将其办成全面展现我校师生员工团结、拼搏、奋斗、创新的全校性盛会。

三、责任单位

主办单位：上海建桥学院体育运动委员会

承办单位：体育教学部、校团委、校工会

参与单位：各二级分工会、分团委

四、时间和地点

2025 年 4 月-5 月，学校运动场。

五、组织与实施

（一）组织机构

成立上海建桥学院第一届活力体育文化节组委会，组成如下：

主 任：赵雷洪

副主任：夏雨、陈伟、陈年生

执行副主任：张宁、张巍、徐皓刚、杨真真、潘秀玲、桑正、钟涛

委 员：刘爱香、吴国政、徐磊、周智明、王晨岑、杜鹃、王加宁、胡家俊、胡兆燕、周英芬、周荣玲、葛凤、黄晓星、王苇、张莉、高雅、孙鹏、郁豪庭、张晓寅、岳志强

组委会下设竞赛组织组、综合组、宣传组、学生活动组、教工活动组、后勤保卫组等。

（二）组织筹备进程安排

3 月 26 日召开运动会筹备会议，布置首届活力体育文化节筹备相关工作：

1. 夜跑活动

- 第一场：2025 年 4 月 2 日（周三）18:30-20:00
- 第二场：2025 年 4 月 16 日（周三）18:30-20:00
- 第三场：2025 年 5 月 14 日（周三）19:00-20:30

2. 三对三篮球比赛

- 4 月 11 日中午 12:00 前提交电子报名表、纸质盖章报名表。
- 4 月 15 日中午 12:00 各参赛队负责人至体育馆会议室 226 抽签。
- 4 月 15 日前完成场地和器材检查、裁判员人员确定。
- 2025 年 4 月 17 日下午 14:30 举办比赛。

3. 气排球比赛

- 4月11日中午12:00前提交师生混合组电子报名表、纸质盖章报名表,4月18日中午12:00前提交教工组电子报名表、纸质盖章报名表。
- 4月14日下午18:00师生混合组各参赛队负责人至体育馆一楼145办公室抽签。4月21日中午12:00教工组各参赛队负责人至体育馆二楼226会议室抽签。
- 4月22日前完成场地和器材检查、裁判员人员确定。
- 4月24日下午14:30举办师生混合组比赛。
- 5月8日下午13:30举办教工组比赛。

4. 校运动会

- 4月8日将运动会各项赛事报名表发到各二级学院、各分工会;
- 4月19日下午16:00前落实各项目裁判员;
- 4月25日中午12:00前提交电子报名表、纸质盖章报名表;
同时上交各方队入场式解说词(150字)、学院展演名称及音频资料(以学院为备注名);
- 5月7日之前完成参赛运动员体检和保险购买;
- 5月7日下午16:00前完成各竞赛项目编排工作;
- 5月9日上午11:00前完成运动会各项竞赛记录表单;
- 5月9日下午15:00前完成运动会竞赛秩序册打印;
- 5月12日、5月14日16:30,第一、第二次运动会彩排。
- 5月15日、16日举办比赛。

六、内容安排

(一) 开幕式

开始时间:5月15日(周四)上午9:00(8:30之前各代表队方阵在

指定地点集合);

地点: 运动场。

1. 入场式安排: (时间: 9:00-11:00)

(1) 主持人: 两位学生主持人。

(2) 入场要求: 各运动员方队由引导员、旗手、学生和教职工组成, 每个方队按不少于4列编队(学生为36人、教职工按实际情况为20-36人), 统一着装, 各方阵入场展示控制在30秒以内(注: 经过主席台前规定区域时间, 如有展示器材, 在进入弯道时安排专门人员进行回收)。

(3) 入场顺序:

国旗、校旗护卫队、红旗队、二级学院方阵(1. 学生方阵, 2. 教师方阵)、机关教职工方阵、继续教育学院方阵(学生)、建桥融高方阵(学生)。

2. 开幕式安排: 活力体育文化节开幕式安排详见附件5。

(二) 比赛项目和时间

1. 夜跑活动: 2025年4月2日、4月16日、5月14日(夜跑活动具体通知详见附件1);

2. 三对三篮球比赛: 2025年4月17日(三比三篮球比赛竞赛规程及安排详见附件2);

3. 气排球比赛: 2025年4月24日(师生混合组)

2025年5月8日(教工组)

气排球比赛竞赛规程及安排详见附件3;

4. 校运动会: 2025年5月15日-16日(校运会竞赛规程及具体项目安排详见附件4)。

(三) 颁奖仪式

运动会组织进行期间, 将根据比赛项目的进行, 适时组织3-4次单项颁奖仪式。(注: 届时将邀请相关校领导、单位部门负责人作为颁奖嘉宾,

具体安排另行通知)

(四) 活力体育文化节开幕式最佳表演奖评选

评选开幕式最佳表演奖代表队 6 支，一等奖 1 支，二等奖 2 支，三等奖 3 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

(五) 体育道德风尚奖评选

评选运动会“体育道德风尚奖”代表队 6 支，其中学生代表队 3 支，教工代表队 3 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

评选体育节“体育道德风尚奖”代表队 4 支，其中学生代表队 2 支，教工代表队 2 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

“体育道德风尚奖”评选办法详见附件 6。

(六) 优秀组织奖评选

评选运动会“优秀组织奖”代表队 6 支，其中学生代表队 3 支，教工代表队 3 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

评选体育节“优秀组织奖”代表队 4 支，其中学生代表队 2 支，教工代表队 2 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

“优秀组织奖”评选办法详见附件 7。

(七) 闭幕式

2025 年 5 月 16 日下午 16:00，运动场主席台前方。

1. 入场：(初定 16:00)

(1) 主持人：两位学生，男女各一人。

(2) 各代表队组织人员参加，学生代表队不少于 36 人、教职工代表队不少于 10 人。

(3) 主持人介绍出席闭幕式的领导。

2. 闭幕式安排及颁奖仪式详见附件 8。

(八) 学生及教职工组织

1. 观众组织：要求各二级学院在运动会期间组织安排好学生观众队伍与啦啦队，各二级工会尽量组织教职工踊跃观赛，此项工作纳入运动会体育道德风尚奖与优秀组织奖评选条件。

2. 各二级学院志愿者组织：要求各二级学院组织比赛场地上的志愿者服务队，运动会期间要求统一着装，服从现场管理，此项工作纳入运动会体育道德风尚奖与优秀组织奖评选条件。

3. 旗手、引导员组织：要求各代表队方阵准备旗手 1 名（2 号院旗）、引导员 1 名，旗手、引导员及各开幕式方阵精神状态、综合表现纳入运动会体育道德风尚奖与优秀组织奖评选条件。

4. 大本营设置：要求各学院在运动场周边指定区域设置大本营（联络处），做好各项后勤保障和竞赛协调工作，各代表队组织协调、宣传报道等纳入运动会体育道德风尚奖与优秀组织奖评选条件。

七、任务分工及要求

（一）竞赛组织组 组长：钟 涛

1. 协调体育文化节组织工作和有关文件起草；
2. 制订竞赛工作计划；
3. 做好体育文化节前期的准备工作；
4. 主持开、闭幕式；
5. 配合做好体育文化节后期的宣传等工作。

（二）综合组 组长：徐皓刚

1. 协调领导和相关部门的工作安排；
2. 印发体育文化节的相关重要文件；
3. 核对开、闭幕式议程和秩序册；
4. 审定开幕式领导讲话稿；
5. 协调开、闭幕式场地、会务；

6. 协调主席台出席和颁奖的领导。

(三) 宣传组 组长：桑 正

1. 负责体育文化节摄影摄像、新闻报道、学生记者安排、记者证印制；
2. 体育文化节场地布置、视觉和手册封面设计及氛围营造；
3. 专题网站宣传、赛事集锦、赛后冠军特辑。

(四) 学生活动组 组长：张 巍

1. 组织安排开、闭幕式主席台两侧看台学生观众；
2. 组织安排志愿者协助维持赛场秩序；
3. 做好体育文化节期间相关学生工作；
4. 播音员选拔和培训，主席台音响控制，入场解说词审议。

(五) 教工活动组 组长：潘秀玲

1. 组织教职工报名工作；
2. 教职工奖金及奖品的发放；
3. 协助体育教学部做好教职工运动会各项协调工作。

(六) 后勤保卫组 组长：杨真真

1. 主席台、看台等布置（绿化、标语、小红旗）；
2. 保证大会用电与茶水及遮阳帐篷的供应；
3. 负责维持比赛场地及周边的秩序；
4. 负责开、闭幕式入场、退场及看台安全管理工作；
5. 安排大会医务人员等保障措施；
6. 借用对讲机（十部），协助搬运体育器材物品（海绵垫、矿泉水等）。

八、其它事项

（一）各工作组要在活力体育文化节各项活动赛事前进一步细化工作计划，确保各项工作任务落实到位。

(二) 未尽事宜另行通知。

- 附件：1. 关于开展“校园夜跑活动”的通知
2. 三对三篮球比赛竞赛规程
 3. 气排球比赛竞赛规程（师生混合组、教工组）
 4. 上海建桥学院第二十三届运动会竞赛规程(学生组、教工组)
 5. 开幕式安排
 6. “体育道德风尚奖”评选办法
 7. “优秀组织奖”评选办法
 8. 闭幕式安排
 9. 参赛告知书、参赛者声明
 10. 三对三篮球比赛报名表（学生男子组、女子组）
 11. 气排球比赛报名表（师生混合组、教工组）
 12. 运动会报名表(学生组、教工组)
 13. 体育运动比赛申诉表

附件 1

关于开展“校园夜跑活动”的通知

各学院、全体同学：

为丰富校园文化生活，倡导健康运动理念，学校开展首届上海建桥学院活力体育文化节——校园夜跑系列活动；本次活动共安排三场，现将具体安排通知如下：

一、活动详情

1. 主办单位：上海建桥学院体育运动委员会

2. 承办单位：体育教学部、校团委

3. 参赛单位：各二级学院分团委

4. 活动时间：

第一场：2025 年 4 月 2 日（周三）18:30-20:00

第二场：2025 年 4 月 16 日（周三）18:30-20:00

第三场：2025 年 5 月 14 日（周三）19:00-20:30

如遇极端天气，活动顺延至下一周同一时间。

5. 活动地点：

上海建桥学院田径场（集合点：田径场主席台处集合）

6. 活动形式：

采用运动世界校园 APP “自由跑” 模式，需完成田径场 5 圈（约 2 公里），限时 30 分钟内完成，参与者需通过“运动世界校园”APP 记录跑步轨迹，并提交至指定端口完成签到。

7. 参与奖励：

每参加一次校园夜跑活动，可抵扣校园记分跑 4 次或校园纪念品一份（二选一，校园跑次数仅限抵扣本学期）。纪念品在运动会期间凭本人有效学生证件领取。

二、报名方式

1. 报名时间：

第一场：2025 年 3 月 31 日 12:00 前

第二场：2025 年 4 月 14 日 12:00 前

第三场：2025 年 5 月 12 日 12:00 前

2. 报名范围：

上海建桥学院大一至大四在校学生，以学院为单位进行报名，各学院报名人数为 50-100 人（具体名额由各学院统筹分配）。

3. 报名途径：

通过所在学院学生会报名，填写《夜跑活动报名表》，电子表格及纸质盖章报名表须在截止日期前提交。电子表格发送至邮箱 17073@gench.edu.cn，纸质报名表加盖学院公章提交至体育馆 246 办公室张杨老师处。

三、健康要求

1. 参与者应确保自身健康状况适合参加跑步活动；
2. 患有心脏病、高血压、哮喘等疾病或近期有重大手术史者不建议参加；
3. 活动当天如感身体不适，请立即停止跑步并向工作人员求助。

四、安全注意事项

1. 跑步前：请充分做好热身运动，包括关节活动和肌肉拉伸；避免空腹或饱腹状态下跑步，建议提前 1 小时适量进食。
2. 跑步中：注意保持适当呼吸节奏，如感不适请立即减速或停止；注意避让其他跑者和行人，保持安全距离。
3. 跑步后：不要立即停下休息，应继续慢走使心率逐渐恢复；及时补充水分和电解质。

五、其他注意事项

1. 各学院活动当天需携带 2 号院旗一面。
2. 参赛人员保险由主办方统一购买。
3. 活动当天学校统一提供荧光背心，提前 15 分钟到达集合点签到。
4. 跑步过程中需遵守秩序，不得抄近道或代跑，违规者取消奖励资格。
5. 活动结束后可凭 APP 记录至学院工作人员处领取饮用水一瓶。

让运动点亮校园之夜，用脚步丈量青春热情！

欢迎同学们积极报名，共同践行健康生活理念！

附件 2

三对三篮球比赛竞赛规程

一、主办单位

上海建桥学院体育运动委员会

二、承办单位

体育教学部、校团委

三、参赛单位

各二级学院分团委

四、比赛时间、地点

比赛时间：4 月 17 日下午 14:30（冠亚军决赛拟在运动会周进行）

（如比赛当天下雨，则顺延一天或一周，以组委会提前通知为准）

比赛地点：上海建桥学院风雨篮球场（体育馆旁）

五、竞赛组别

男子组、女子组

六、运动员资格

（1）学生参赛运动员必须是我校在读全日制本、专科学生。思想品德良好，遵守运动员相关规定，经医务部门检查证明身体健康，适合参赛。

（2）各院学生仅可代表本学院参加比赛。

（3）参加 3V3 篮球比赛的运动员须持学生证和第二代身份证参加比赛。

七、报名办法

（一）每校可报男女各两支队伍，领队 1 名、教练员 1 名。每队可报队员 5 名。一经报名，不得更改。

（二）参赛运动员的保险由组委会统一办理。

（三）所有参赛运动员一律凭学生证和第二代身份证报名参赛。

（四）参赛运动员只能代表一个队参赛。

（五）各参赛单位按表格规定准确填写并加盖学院公章制成书面材料一式二份，一份自留，另一份请于 2025 年 4 月 11 日中午 12:00 前交至体育馆 246 办公室张杨老

师处，电子版一份发送至邮箱 17073@gench.edu.cn。

（六）参赛队在教练员、领队会议当天必须将该队所有运动员的身份证复印件（全部队员 1 张 2 张 A4 纸）并盖上本院公章（以界别运动员资格）上交。

（七）本次三对三篮球比赛不接受现场报名。

（八）报名截止日期为 2025 年 4 月 11 日。

八、竞赛办法

（一）根据报名情况各组别采用抽签落位。

（二）小组赛采用单循环赛决出各小组排名，决赛采用小组交叉淘汰赛制，最终决出各组别 1-8 名次。

（三）竞赛规则采用国家体育总局最新审定的《三人制篮球竞赛规则》执行及本项赛事的特点制定的补充规则。

（四）分组、抽签于领队教练员会议时进行（时间另行通知）。

九、录取名次

决出各组别 1-8 名次。

十、奖励办法

第一至第三名，发放奖牌、奖杯；第四至八名发放证书；并计入活力体育文化节总成绩，1-8 名按 18、14、12、10、8、6、4 记分。

十一、各类违纪违规的处罚

（一）凡对运动员参赛资格进行申诉的，需将经参赛单位盖章的申诉书、详细的举报和证明材料提交组委会处理，逾期不予受理。

（二）比赛期间如需申诉的，可在当场比赛结束 24 小时内以书面方式提交至竞赛委员会，并随同交付 300 元保证金，逾期不予受理。

如果申诉成功，保证金将予以退还。

录像、影响、照片或任何光学的、电子的、数字或者其他的设备，都只能用于在比赛结束后，为确定违纪事件的责任。

（三）资格问题的处罚：

1. 赛前发现运动员资格有问题，证据确凿，立即取消当事人的参赛资格，不得更

换，全队少于3人时，按规则规定不得参赛。

2. 若在比赛中发现运动员资格有问题，经调查、取证、核实后，视确认、核实的时间及对比赛造成的影响大小，分别给予以下处罚：

（1）在比赛开始后，若查出运动员资格不符，则立即取消该队的参赛资格和所有比赛成绩，并处罚该队（学院）停止参加本届和下一届比赛。

（2）在比赛结束后，若查出运动员资格不符，则取消该队的所有比赛成绩和名次，处罚该队（学院）停止参加下两届比赛。

（四）赛风赛纪问题的处罚：

1. 各参赛队教练员临场指挥时不得大声喊叫，干扰比赛的正常进行。经裁判警告无效时，判罚该队教练员技术犯规一次。

2. 教练员临场指挥时不得辱骂裁判员，不得辱骂队员，经警告无效时，判教练员技术犯规。若重犯，则立即取消该教练员该场比赛的临场指挥资格。

3. 凡在比赛场内、场外打架或动手打人的运动员、教练员将被给予严厉的处罚，即取消当场及之后比赛资格及临场的指挥资格，并取消该运动员或教练员下一届比赛的参赛资格。

4. 凡在比赛中闹事、罢赛及打假球的队一律处以通报批评并取消该队或队员下一届比赛的参赛资格。

5. 若一个队连续出现“队员资格”违反规定或违纪受处分屡教不止，将根据情况对该队的领队和教练员予以停赛1—2届的处罚。

6. 若已完成比赛报名但无故不出席参赛的队伍，通报学院批评并且处罚该队（学院）停止参加本届和下一届比赛。

若在比赛中无故退赛的队伍，通报学院批评并且处罚该队（学院）停止参加下两届比赛。

十二、未尽事宜，另行通知。

十三、本规程的解释权和修改权属本届比赛组委会。

附件 3

气排球比赛竞赛规程（师生混合组）

一、主办单位

上海建桥学院体育运动委员会

二、承办单位

体育教学部、校团委

三、参赛单位

各二级学院分团委

四、比赛时间、地点

比赛时间：4 月 24 日（冠亚军决赛拟在运动会周进行）

比赛地点：体育馆二楼羽毛球场

五、竞赛组别

师生混合组

六、运动员资格

（一）教职工参赛运动员必须是在职教职工（专职）；学生参赛运动员必须是我校在读全日制本、专科学生。思想品德良好，遵守运动员相关规定，经医务部门检查证明身体健康，适合参赛。

（二）各院学生及教职工仅可代表本学院参加比赛。

（三）参加气排球比赛的运动员须持本人有效身份证件和学生证件（学生）参加比赛。

七、报名办法

（一）以各学院为单位报名 1-2 支代表队，队员必须是本学院在校师生，本次比赛为教职工、学生男女师生混合组队，场上五名队员中男生 3 人、女生 2 人（比赛中场上必须始终有一位教职工），男生不足 3 人时，可以由女生替换。每队可报领队 1 人（领队需为学院领导）、教练员 1 人、运动员 10 人，共 12 人。

（二）参赛运动员的保险由组委会统一办理。

(三) 所有参赛运动员一律凭本人有效身份证件(身份证、护照、港澳台通行证)参赛, 学生还需携带本人有效学生证件(学生证、印有本人信息的校园卡)。

(四) 参赛运动员只能代表一个队参赛。

(五) 各参赛单位按表格规定准确填写并加盖学院公章制成书面材料一式二份, 一份自留, 另一份请于 2025 年 4 月 11 日中午 12:00 前交至体育馆 246 办公室张杨老师处, 电子版一份发送至邮箱 17073@gench.edu.cn。

(六) 参赛队在教练员、领队会议当天必须将该队所有运动员的身份证复印件(全部队员 1 张 2 张 A4 纸) 加盖学院公章(以界别运动员资格) 提交。

(七) 报名截止日期为 2025 年 4 月 18 日。

八、竞赛办法

(一) 根据报名情况各组别采用抽签落位。

(二) 小组赛采用单循环赛决出各小组排名, 决赛采用小组交叉淘汰赛制, 最终决出各组别 1-8 名次。胜一场得 2 分, 负一场得 1 分, 弃权得 0 分, 积分多者排名列前。当两队或两队以上积分相等时, 比赛总胜局数与总负局数比值(C 值) 大者排名在前。 $C \text{ 值} = \text{总胜局数} / \text{总负局数}$ 。当两队或两队以上 C 值相等时, 比赛总得分数与总失分数比值(Z 值) 大者排名在前。 $Z \text{ 值} = \text{总得分数} / \text{总失分数}$ 。如仍相等, 则采用抽签的办法决定名次。

(三) 竞赛规则采用执行中国排协审定的最新《气排球竞赛规则》。

(四) 比赛规定

1. 采用 5 人制。

2. 比赛采用三局两胜制, 第一、二局每局为 21 分, 当 20:20 时, 直至胜 2 分为胜该局。第三局为 15 分, 当 14:14 时, 直至胜 2 分为胜该场。

3. 比赛场地: 体育馆室内羽毛球场。

(五) 分组、抽签于领队教练员会议时进行(时间另行通知)。

九、录取名次

决出各组别 1-6 名次。

十、奖励办法

第一至第三名，发放奖牌、奖杯；第四至六名发放证书；并计入活力体育文化节总成绩，1-6 名按 18、14、12、10、8、6 记分。

十一、各类违纪违规的处罚

（一）凡对运动员参赛资格进行申诉的，需将经参赛单位盖章的申诉书、详细的举报和证明材料提交组委会处理，逾期不予受理。

（二）比赛期间如需申诉的，可在当场比赛结束 24 小时内以书面方式提交至竞赛委员会，并随同交付 300 元保证金，逾期不予受理。

如果申诉成功，保证金将予以退还。

录像、影响、照片或任何光学的、电子的、数字或者其他的设备，都只能用于在比赛结束后，为确定违纪事件的责任。

（三）资格问题的处罚：

1. 赛前发现运动员资格有问题，证据确凿，立即取消当事人的参赛资格，不得更换，全队少于 3 人时，按规则规定不得参赛。

2. 若在比赛中发现运动员资格有问题，经调查、取证、核实后，视确认、核实的时间及对比赛造成的影响大小，分别给予以下处罚：

（1）在比赛开始后，若查出运动员资格不符，则立即取消该队的参赛资格和所有比赛成绩，并处罚该队（学院）停止参加本届和下一届比赛。

（2）在比赛结束后，若查出运动员资格不符，则取消该队的所有比赛成绩和名次，处罚该队（学院）停止参加下两届比赛。

（四）赛风赛纪问题的处罚：

1. 各参赛队教练员临场指挥时不得大声喊叫，干扰比赛的正常进行。经裁判警告无效时，判罚该队教练员技术犯规一次。

2. 教练员临场指挥时不得辱骂裁判员，不得辱骂队员，经警告无效时，判教练员技术犯规。若重犯，则立即取消该教练员该场比赛的临场指挥资格。

3. 凡在比赛场内、场外打架或动手打人的运动员、教练员将被给予严厉的处罚，即取消当场及之后比赛资格及临场的指挥资格，并取消该运动员或教练员下一届比赛的参赛资格。

4. 凡在比赛中闹事、罢赛及打假球的队一律处以通报批评并取消该队或队员下一届比赛的参赛资格。

5. 若一个队连续出现“队员资格”违反规定或违纪受处分屡教不止，将根据情况对该队的领队和教练员予以停赛1—2届的处罚。

6. 若已完成比赛报名但无故不出席参赛的队伍，通报学院批评并且处罚该队（学院）停止参加本届和下一届比赛。

若在比赛中无故退赛的队伍，通报学院批评并且处罚该队（学院）停止参加下两届比赛。

十二、未尽事宜，另行通知。

十三、本规程的解释权和修改权属本届比赛组委会。

气排球比赛竞赛规程（教工组）

一、主办单位

上海建桥学院体育运动委员会

二、承办单位

体育教学部、上海建桥学院工会

三、参赛单位

各二级学院分工会、马克思主义学院分工会、机关分工会

四、比赛时间、地点

比赛时间：5月8日

比赛地点：体育馆二楼羽毛球场

五、竞赛组别

教教职工组

六、运动员资格

（1）教教职工参赛运动员必须是在职教教职工（专职），思想品德良好，遵守运动员相关规定，经医务部门检查证明身体健康，适合参赛。

（2）各分工会教教职工仅可代表本工会参加比赛。

（3）参加气排球比赛的运动员须持第二代身份证参加比赛。

七、报名办法

（一）以分工会为单位报名1支代表队，队员必须是本工会在校教教职工，场上五名队员中男生3人、女生2人，男生不足3人时，可以由女生替换。每队可报领队1人（领队需为分工会主席）、教练员1人、运动员10人，共12人。

（二）参赛运动员的保险由组委会统一办理。

（三）所有参赛运动员一律凭第二代身份证报名参赛。

（四）参赛运动员只能代表一个分工会参赛。

（五）各参赛单位按表格规定准确填写并加盖分工会公章制成书面材料一式二份，一份自留，另一份请于2025年4月18日中午12:00前交至体育馆228办公室张

迎雪老师处，电子版一份发送至邮箱 17072@gench.edu.cn。

（六）参赛队在教练员、领队会议当天必须将该队所有运动员的身份证复印件（全部队员 1 张 2 张或 A4 纸）并盖上分工会公章（以界别运动员资格）上交。

（七）报名截止日期为 2025 年 4 月 18 日。

八、竞赛办法

（一）根据报名情况各组别采用抽签落位。

（二）小组赛采用单循环赛决出各小组排名，决赛采用小组交叉淘汰赛制，最终决出各组别 1-8 名次。胜一场得 2 分，负一场得 1 分，弃权得 0 分，积分多者排名列前。当两队或两队以上积分相等时，比赛总胜局数与总负局数比值（C 值）大者排名在前。C 值=总胜局数/总负局数。当两队或两队以上 C 值相等时，比赛总得分数与总失分数比值（Z 值）大者排名在前。Z 值=总得分数/总失分数。如仍相等，则采用抽签的办法决定名次。

（三）竞赛规则采用执行中国排协审定的最新《气排球竞赛规则》。

（四）比赛规定

1. 采用 5 人制。

2. 比赛采用三局两胜制，第一、二局每局为 21 分，当 20:20 时，直至胜 2 分为胜该局。第三局为 15 分，当 14:14 时，直至胜 2 分为胜该场。

3. 比赛场地：体育馆室内羽毛球场。

（五）分组、抽签于领队教练员会议时进行（时间另行通知）。

九、录取名次

决出各组别 1-6 名次。

十、奖励办法

第一至第三名，发放奖牌、奖杯；第四至六名发放证书；并计入活力体育文化节总成绩，1-6 名按 18、14、12、10、8、6 记分。

十一、各类违纪违规的处罚

（一）凡对运动员参赛资格进行申诉的，需将经参赛单位盖章的申诉书、详细的举报和证明材料提交组委会处理，逾期不予受理。

（二）比赛期间如需申诉的，可在当场比赛结束 24 小时内以书面方式提交至竞赛委员会，并随同交付 300 元保证金，逾期不予受理。

如果申诉成功，保证金将予以退还。

录像、影响、照片或任何光学的、电子的、数字或者其他的设备，都只能用于在比赛结束后，为确定违纪事件的责任。

（三）资格问题的处罚：

1. 赛前发现运动员资格有问题，证据确凿，立即取消当事人的参赛资格，不得更换，全队少于 3 人时，按规则规定不得参赛。

2. 若在比赛中发现运动员资格有问题，经调查、取证、核实后，视确认、核实的时间及对比赛造成的影响大小，分别给予以下处罚：

（1）在比赛开始后，若查出运动员资格不符，则立即取消该队的参赛资格和所有比赛成绩，并处罚该队（学院）停止参加本届和下一届比赛。

（2）在比赛结束后，若查出运动员资格不符，则取消该队的所有比赛成绩和名次，处罚该队（学院）停止参加下两届比赛。

（四）赛风赛纪问题的处罚：

1. 各参赛队教练员临场指挥时不得大声喊叫，干扰比赛的正常进行。经裁判警告无效时，判罚该队教练员技术犯规一次。

2. 教练员临场指挥时不得辱骂裁判员，不得辱骂队员，经警告无效时，判教练员技术犯规。若重犯，则立即取消该教练员该场比赛的临场指挥资格。

3. 凡在比赛场内、场外打架或动手打人的运动员、教练员将被给予严厉的处罚，即取消当场及之后比赛资格及临场的指挥资格，并取消该运动员或教练员下一届比赛的参赛资格。

4. 凡在比赛中闹事、罢赛及打假球的队一律处以通报批评并取消该队或队员下一届比赛的参赛资格。

十二、未尽事宜，另行通知。

十三、本规程的解释权和修改权属本届比赛组委会。

附件 4

上海建桥学院第二十三届体育运动会 竞 赛 规 程 (学生组)

一、比赛时间

2025 年 5 月 15、16 日

二、比赛地点

学校运动场

三、比赛项目

1. 田径比赛：

男子组（学生组）：60 米、100 米、200 米、400 米、1500 米、4×100 米、4×400 米接力、跳高、跳远、立定跳远。

女子组（学生组）：60 米、100 米、200 米、400 米、800 米、4×100 米、4×400 米接力、跳高、跳远、立定跳远。

2. 集体项目：

- (1) 八段锦（36 人）
- (2) 3 分钟跳长绳（5 男 5 女，另摇绳 2 人，共 12 人）
- (3) 无敌风火轮（5 男 5 女）
- (4) 集体拔河（8 男 4 女）
- (5) 急速毛毛虫（5 男 5 女）
- (6) 投壶（5 男 5 女）
- (7) 不倒森林（每队 12 人，男女不限）
- (8) 翻山越岭（4 男 4 女）
- (9) 一鼓作气（每队 11 人，男女不限）
- (10) 30 秒定点投篮（5 男 5 女）

四、参赛单位

商学院、机电学院、新闻传播学院、艺术设计学院&国际设计学院、信息技术学院、外国语学院、职业技术学院、珠宝学院、健康管理学院、国际教育学院、教育学院、继续教育学院；上海建桥融高（单列）。

五、参赛方法

1. 以学院为单位统一报名，各学院设领队 1 人、教练 1~3 人，凡取得我校学籍在校的学生均可代表本院参加比赛（上海建桥融高单列）。

2. 田径比赛各单项每队限报 5 人，每人限报 2 项（可兼报接力项目，但不得兼报集体项目，八段锦比赛除外）。

3. 集体项目各学院每项只可报一队参加，队员不可兼报其它任何项目，包括田径项目（八段锦比赛除外）。

4. 各学院报名表田径与集体项目、男女生分开填写，电子报名表和打印报名表（学院盖章）必须于 4 月 25 日中午 12:00 前报送指定地点和邮箱，逾期不予受理。报名表请登录校园网—机构设置—教学单位—教育学院（通识教育学院）—体育教学部—下载专栏，电子报名表发送到：17073@gench.edu.cn 邮箱，纸质报名表盖学院章送交体育馆 246 办公室张杨老师处。递交报名表后，一律不得更改项目。

六、竞赛办法

1. 田径比赛规则参照最新国家体育总局审定的“田径比赛规则”。

2. 集体项目比赛规则根据大会规定（规则附后）。

3. 径赛男、女 60 米、100 米、200 米项目进行预赛、半决赛、决赛，取得预赛成绩前十六名进入半决赛，半决赛成绩前八名进入决赛，以决赛成绩决定名次，其它径赛项目直接进行决赛，按成绩决定名次；田赛的跳高、跳远和立定跳远项目按规则规定决定名次（上海建桥融高单列）。

七、取名记分及奖励办法

1. 各单项均取前 8 名，按 9、7、6、5、4、3、2、1 记分；4×100 米、4×400 米接力，取前 6 名按 18、14、12、10、8、6 记分；集体项目取前 6 名按 18、14、12、10、8、6 记分。

2. 凡名次并列按相关名次得分之和平均记分。

3. 各项比赛不足 8 人（6 队），按实际参赛人（队）数减一的办法取名次。

4. 打破校田径最高记录者（按体育部公布的校记录成绩）加 10 分；破上海市高校记录者加 20 分。

5. 田径比赛单项前 3 名（包括接力项目）分别按 300 元、200 元、100 元颁发奖金，4-8 名颁发奖品；集体项目取前三名颁发奖品。

6. 设团体奖 4 个：男子团体成绩（田径）、女子团体成绩（田径）、集体项目团体和团体总成绩，分别前三名颁发奖杯。团体名次录取时（排名时）如总分相同，则以第一名多者名次列前，再相等则以第二名多者名次列前，以此类推。

7. 设体育道德风尚奖三名，分别颁发奖杯。

8. 设优秀组织奖三名，分别颁发奖杯。

八、注意事项

1. 参加比赛（田径）的运动员必须在各项比赛开始前 15 分钟到比赛场地运动员检录处报到。各项比赛开始而未报到的运动员视作自动弃权（报到时带好号码布、学生证）。

2. 参加比赛的运动员必须在胸前佩戴学校统一下发的“号码布”，不佩戴“号码布”的运动员，由此引起的成绩错记，责任自负。各学院的号码布于今年运动会前统一发下。

3. 参加比赛的运动员不得冒名顶替，如经发现取消该运动员该项目的成绩，并通报批评。

4. 比赛中如对裁判判决有异议，应由领队以书面形式向该项目裁判长提交“体育运动比赛申诉表”，该比赛项目结束后一小时内，对裁判的判决有异议可向仲裁组提出，并服从仲裁组仲裁，过时不受理。

5. 如对裁判判决有异议，不按申诉程序进行申诉或经总裁判判决和仲裁组仲裁不服而扰乱比赛继续进行或影响其他项目按序比赛者，除进行规劝、批评外，将以扣除该学院团体总分 10--15 分，情节严重者将交学校行政部门处理。

九、未尽事宜，另行通知

附件：1. 3 分钟跳长绳（5 男 5 女，另摇绳 2 人）

2. 无敌风火轮（5 男 5 女）

3. 集体拔河（8 男 4 女）

4. 急速毛毛虫（5 男 5 女）

5. 投壶（5 男 5 女）

6. 不倒森林（每队 12 人，男女不限）

7. 翻山越岭（4 男 4 女）

8. 一鼓作气（每队 11 人，男女不限）

9. 30 秒定点投篮（5 男 5 女）

项目 1

3 分钟跳长绳

每队 5 男 5 女，另摇绳 2 人

地 点：篮球场（南区 1）

时 间：待定

1. 参赛运动员在规定的 3 分钟内以集体跳绳的方式连续进行，记录成功累计次数和失败次数，以总成绩计算名次，总次数多的队名次列前。
2. 摇绳者 2 名不参与跳绳。
3. 若总次数相同则以失败次数少的队名次列前。
4. 各学院限报一个队。
5. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 2

无敌风火轮

每队 5 男 5 女

地 点：小足球场

时 间：待定

1. 小足球场两侧大禁区线为起始点和终点。
2. 队伍需在起始线内整装待发，风火轮必须完全放置在起始线内。
3. 全队队员需站在风火轮内部，通过协调一致的步伐滚动风火轮前进；队员的身体任何部分不得接触地面，否则视为犯规，计一次违例（加时 2 秒）；风火轮在行进过程中不得破损，否则同样视为犯规，需立即停止前进并立即修复风火轮再出发。
4. 当风火轮和最后一名队员全部通过终点线时，视为完成比赛，以完成比赛的时间为准，用时最短者获胜。出现用时相同时，看违例次数少的一方为胜。
5. 各学院限报一个队。
6. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 3

集体拔河

每队 8 男 4 女

地 点：大足球门北侧

时 间：待定

1. 两队分别站在标志线的两端，以绳子中间悬垂标志先过本方一侧标志线（1 米）为胜。裁判员以 1 分钟计时，如果两队在此赛开始后相持超过 1 分钟，中间悬垂标志

在中线一侧方为胜。

2. 比赛开始后，双方不得更换队员（面对同一对手时），比赛中不得使用“外援”（不属于本院的学生），如有违例则取消该队比赛成绩。

3. 比赛采用淘汰制，赛前进行抽签落位。

4. 各学院限报一个队。

5. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 4

急速毛毛虫

每队 5 男 5 女

地 点：小足球场内

时 间：待定

1. 小足球场两侧大禁区线为起始点和终点。

2. 队伍需在起始线内整装待发，毛毛虫必须完全放置在起始线内。

3. 全队队员竖列跨在毛毛虫上，通过协调一致的步伐前进。

4. 当毛毛虫和最后一名队员全部通过终点线时，视为完成比赛，以完成比赛的时间为准，用时最短者获胜。

5. 各学院限报一个队。

6. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 5

投 壶

每队 5 男 5 女

地 点：篮球场 1（田径场东南侧）

时 间：待定

1. 两人以投壶为中心相对，在距离投壶 1.8 米处投掷箭杆，每人 5 箭，30 秒内投出，超过时间未投出的箭作废，记录投进总箭数，最后以全队投中数计算成绩，投中多者队伍获胜。

2. 如遇总分相同，则进行“金球制”加赛。

3. 各学院限报一个队。

4. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 6

不倒森林

每队 12 人（男女不限）

地 点：篮球场 1（田径场东南侧）

时 间：待定

1. 参与者在篮球场中圈围成一个圆圈，每人右手掌心向下按住一根立杆，垂直立于地面，开始计时后，由同组人发口令按统一方向同时移动，并用一只手掌心按住前面队友的立杆。

2. 杆子全程保持直立，无人用手抓握（仅用一只手掌心轻触）、未倒地，成功计数 1 个；若某根杆子倒地，或有人未按口令移动、用手抓杆，则记违规 1 次；成功完成 10 个数后停止计时，以用时少者获胜。

3. 如遇时间相同，违规次数少者获胜。

4. 各学院限报一个队。

5. 全程视频录像计时。

项目 7

翻山越岭

每队 4 男 4 女

地 点：大足球场内

时 间：待定

1. 参赛队分为四组，每次两男（或两女）双人参赛，赛道为足球场两个底线间距离。

2. 比赛开始前一人俯身做“山”。听到开始信号后，另一人双手撑队友背部越过队友并跑到下一个标记点做“岭”，再由队友翻过。如此往复，直至到达终点，再换本队另一组选手进行比赛，总共设置 10 个标志点（包括起点终点两个标志点）

3. 中途有未翻过障碍者，需再重新翻越

4. 全队累计时间最短的获胜。

5. 各学院限报一个队。

6. 如遇时间相同，则男生进行“金球制”加赛。

7. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 8

一鼓作气

每队 11 人（男女不限）

地 点：小足球场

时 间：待定

1. 自行确定两个角色：颠球人员 10 人、捡球人员（指挥人员）1 人，确定人员后不得更换。

2. 要求颠球人员 10 人各双手执一根绳子，且执绳位置距离为绳子的伸展开来的距离；比赛开始后捡球人员的职责为放球（将球放置于鼓面）、捡球（球跌落地面后捡回）。哨声响起后球接触鼓面弹起为一次有效计数后面以此类推，规定时间 1 分钟，一分钟内累计有效击球的总数为该队成绩。

3. 有效次数的衡量标准为：当排球在脱离人体接触后，以及在跌落地面前在鼓面颠动的次数。

4. 颠球总数出现相同，失误少一方为胜；颠球总数出现相同，失误次数相同时，以单次击球有效个数多得一方为胜。

5. 全程视频录像计时。

6. 各学院限报一个队。

项目 9

30 秒定点投篮

每队 5 男 5 女

地 点：篮球场 1（田径场东南侧）

时 间：待定

1. 在规定线内定点使用 3 只篮球投篮，不得踩线，否则以失败次数计，每人计 30 秒内篮球投中个数，最后计全队 10 名队员总投中数来计算排名；可有四名同队队员帮助捡球（男生按标准罚球线，女生以合理冲撞区标志线为投球线）。

2. 各学院限报一个队。

3. 如遇进球数相同，则男生进行“金球制”加赛。

4. 如男队员不足，女队员可替男队员。

上海建桥学院第二十三届体育运动会

竞赛规程

(教工组)

一、比赛时间

2025 年 5 月 15、16 日

二、比赛地点

学校运动场

三、比赛项目

1. 田径比赛：

男子组（45 周岁以下）： 100 米、400 米、4×100 米。

女子组（40 周岁以下）： 100 米、400 米、4×100 米。

2. 集体项目：

(1) 八段锦（20 人-36 人）

(2) 急速毛毛虫（5 男 5 女）

(3) 30 秒定点投篮（5 男 5 女）

(4) 集体拔河（8 男 4 女）

(5) 投壶（5 男 5 女）

(6) 无敌风火轮（每队 10 人，男女不限）

(7) 一鼓作气（每队 11 人，男女不限）

(8) 不倒森林（每队 12 人，男女不限）

(9) 足球射门（3 男 2 女）

(10) 麻辣滚烫疯狂甩脂赛（4 男 2 女）

四、参赛单位

各二级学院分工会，马克思主义学院分工会，机关一、二、三、四分工会。

五、参赛方法

1. 以工会为单位统一报名，各工会设领队 1 人、教练 1~3 人，凡是我校工会会员均可代表其所在工会参加比赛。

2. 田径比赛各单项每队限报 2 人、接力比赛限报 1 队。

3. 集体项目各工会每项只可报一队参加。

4. 各工会报名表田径与集体项目分开填写，电子报名表和打印报名表（各分工会

盖章)必须于4月25日中午12:00前报送指定地点和邮箱,逾期不予受理(电子表格体育教学部张迎雪老师统一发在分工会主席群)。电子报名表发送到:邮箱17072@gench.edu.cn,打印报名表盖工会章送交体育馆228办公室张迎雪老师处。递交报名表后,一律不得更改项目。

六、竞赛办法

1. 田径比赛规则参照最新国家体育总局审定的“田径比赛规则”。
2. 集体项目比赛规则根据大会规定(规则附后)。
3. 径赛男、女100米项目进行预、决赛,取得预赛成绩前八名进入决赛,以决赛成绩决定名次。

七、取名记分及奖励办法

1. 各单项均取前8名,按9、7、6、5、4、3、2、1记分;4×100米取前6名按18、14、12、10、8、6记分;集体项目取前6名按18、14、12、10、8、6记分。
2. 凡名次并列按相关名次得分之和平均记分。
3. 各项比赛不足8人(6队),按实际参赛人(队)数减一的办法取名次。
4. 田径比赛单项1-8名(包括接力项目)颁发奖品;集体项目取前三名颁发奖品。
5. 设团体奖4个:男子团体成绩(田径)、女子团体成绩(田径)、集体项目团体和团体总成绩,分别前三名颁发奖杯。团体名次录取时如总分相同,则以第一名多者名次列前,再相等则以第二名多者名次列前,依此类推。
6. 设体育道德风尚奖三名,分别颁发奖杯。
7. 设优秀组织奖三名,分别颁发奖杯。

八、注意事项

1. 参加比赛(田径)的运动员必须在各项比赛开始前15分钟到比赛场地运动员检录处报到。各项比赛开始而未报到的运动员作自动弃权。
2. 参加比赛的运动员必须在胸前佩戴学校统一下发的“号码布”,不佩戴“号码布”的运动员,由此引起的成绩错记,责任自负。各工会的号码布于今年运动会前统一发下。
3. 参加比赛的运动员不得冒名顶替,如经发现取消该运动员该项目的成绩,并通报批评。
4. 比赛中如有对裁判判决有异议,应由领队用书面形式向该项目裁判长提交“体育运动比赛申诉表”,该比赛项目结束后一小时内,对总裁判的判决有异议可向仲裁组提出,并服从仲裁组仲裁。过时不予受理。

5. 如对裁判判决有异议，不按申诉程序进行申诉或经总裁判判决和仲裁组仲裁不服而扰乱比赛继续进行或影响其他项目按序比赛者，除进行规劝、批评外，将扣除该工会团体总分 10~15 分，情节严重者将交学校行政部门处理。

九、未尽事宜，另行通知

- 附件：1. 急速毛毛虫（5 男 5 女）
2. 30 秒定点投篮（5 男 5 女）
3. 集体拔河（8 男 4 女）
4. 投壶（5 男 5 女）
5. 无敌风火轮（每队 10 人，男女不限）
6. 一鼓作气（每队 11 人，男女不限）
7. 不倒森林（每队 12 人，男女不限）
8. 足球射门（3 男 2 女）
9. 麻辣滚烫疯狂甩脂赛（4 男 2 女）

项目 1

急速毛毛虫

每队 5 男 5 女

地 点：大足球场内

时 间：待定

1. 小足球场两侧大禁区线为起始点和终点。
2. 队伍需在起始线内整装待发，毛毛虫必须完全放置在起始线内。
3. 全队队员竖列跨在毛毛虫上，通过协调一致的步伐前进。
4. 当毛毛虫和最后一名队员全部通过终点线时，视为完成比赛，以完成比赛的时间为准，用时最短者获胜。
5. 各单位限报一个队。
6. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 2

30 秒定点投篮

每队 5 男 5 女

地 点：篮球场（南区 2）

时 间：待定

1. 在规定线内定点投篮，不得踩线，否则以失败次数计，每人计 30 秒内篮球投中个数，最后计全队 10 名队员总投中数来计算排名；可有四名同队队员帮助捡球（男生按标准罚球线，女生以合理冲撞区标志线为投球线）。
2. 各单位可选报一队参加
3. 如遇进球数相同，则男生进行“金球制”加赛。
4. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 3

集体拔河

每队 8 男 4 女

地 点：田径场主席台前

时 间：待定

1. 两队分别站在标志线的两端，以绳子中间悬垂标志先过本方一侧标志线（1 米）为胜。裁判员以 1 分钟计时，如果两队在此赛开始后相持超过 1 分钟，中间悬垂标志在中线一侧方为胜。
2. 比赛开始后，双方不得更换队员（面对同一对手时），比赛中不得使用“外援”

(不属于本工会的老师), 如有违例则取消该队比赛成绩。

3. 比赛采用淘汰制, 赛前进行抽签落位。
4. 各单位限报一个队。
5. 如男队员不足, 女队员可替男队员。

项目 4

投 壶

每队 5 男 5 女

地 点: 篮球场 1 (田径场东南侧)

时 间: 待定

1. 两人以投壶为中心相对, 在距离投壶 1.8 米处投掷箭杆, 每人 5 箭, 30 秒内投出, 超过时间未投出的箭作废, 记录投进总箭数, 最后以全队投中数计算成绩, 投中多者队伍获胜。
2. 如遇总分相同, 则进行“金球制”加赛。
3. 各单位限报一个队。
4. 如男队员不足, 女队员可替男队员。

项目 5

无敌风火轮

每队 10 人男女不限

地 点: 小足球场

时 间: 待定

1. 小足球场两侧大禁区线为起始点和终点。
2. 队伍需在起始线内整装待发, 风火轮必须完全放置在起始线内。
3. 全队队员需站在风火轮内部, 通过协调一致的步伐滚动风火轮前进; 队员的身体任何部分不得接触地面, 否则视为犯规, 计一次违例 (加时 2 秒); 风火轮在行进过程中不得破损, 否则同样视为犯规, 需立即停止前进并立即修复风火轮再出发。
4. 当风火轮和最后一名队员全部通过终点线时, 视为完成比赛, 以完成比赛的时间为准, 用时最短者获胜。出现用时相同时, 看违例次数少的一方为胜。
5. 各单位限报一个队。

项目 6

一鼓作气

每队 11 人男女不限

地 点：篮球场（南区 1）

时 间：待定

1. 自行确定两个角色：颠球人员 10 人、捡球人员（指挥人员）1 人，确定人员后不得更换。

2. 要求颠球人员 10 人各双手执一根绳子，且执绳位置距离为绳子的伸展开来的距离；比赛开始后捡球人员的职责为放球（将球放置于鼓面）、捡球（球跌落地面后捡回）。哨声响起后球接触鼓面弹起为一次有效计数后面以此类推，规定时间 1 分钟，一分钟内累计有效击球的总数为该队成绩。

3. 有效次数的衡量标准为：当排球在脱离人体接触后，以及在跌落地面前在鼓面颤动的次数。

4. 颠球总数出现相同，失误少一方为胜；颠球总数出现相同，失误次数相同时，以单次击球有效个数多得一方为胜。

5. 全程视频录像计时。

6. 各单位限报一个队。

项目 7

不倒森林

每队 12 人男女不限

地 点：篮球场 1（田径场东南侧）

时 间：待定

1. 参与者在篮球场中圈围成一个圆圈，每人右手掌心向下按住一根立杆，垂直立于地面，开始计时后，由同组人发口令按统一方向同时移动，并用一只手掌心按住前面队友的立杆。

2. 杆子全程保持直立，无人用手抓握（仅用一只手掌心轻触）、未倒地，成功计数 1 个；若某根杆子倒地，或有人未按口令移动、用手抓杆，则记违规 1 次；成功完成 10 个数后停止计时，以用时少者获胜。

3. 如遇时间相同，违规次数少者获胜。

4. 各单位限报一队。

项目 8

足球射门

每队 3 男 2 女

地 点：小足球场

时 间：待定

1. 参赛运动员在罚球点射门，将球门分为 6 个区域，上下各三个区域，分值分别为中下 1 分，下左、下右 2 分，中上 3 分，上左、上右 4 分；根据足球射进区域得分。

记录每队十人的总分数，以总成绩计算名次。

2. 脚碰到球即为射门一次，每人 3 次射门机会。
3. 本队十人顺序自定，每人一球，以最先进入最高分值区域的队伍获胜。
4. 各单位限报一个队。
5. 如遇分值相同，则男生进行“金球制”加赛。
6. 如男队员不足，女队员可替男队员。

项目 9

麻辣滚烫疯狂甩脂赛

每队 4 男 2 女

地 点：小足球场内

时 间：待定

1. 参赛队员腰上绑紧盒子，每个盒子里装 25 个乒乓球，哨声响队员开始扭动身体使乒乓球（脂肪）掉落地上，计时 30 秒，掉落地上的乒乓球个数为有效得分（1 球 1 分）。时间未结束球已全部掉落+1 分。
2. 6 人全部完成后累加总和为该队最终得分。
3. 如遇分值相同，则女生进行“金球制”加赛。
4. 参赛队员必须是该单位人员，否则成绩无效，后果该队自行承担。
5. 各单位限报一个队。
6. 如男队员不足，女队员可替男队员。

附件 5

2025 年上海建桥学院活力体育文化节开幕式 暨第二十三届运动会开幕式安排

（注：后续将根据工作实际相应调整）

时 间：2025 年 5 月 15 日（星期四）上午 9:00

地 点：校田径运动场

一、参加人员

1. 校领导：在校全体校领导。
2. 其他：校活力体育文化节组委会成员、学校各单位（部门）负责人，各代表队领队、教练、运动员以及运动会裁判员、工作人员。

二、具体流程

1. 领导、嘉宾主席台入座（8:40 之前）
2. 2025 年上海建桥学院首届活力体育文化节暨第二十三届体育运动会入场式开始，运动员入场（奏运动员进行曲）（钟涛）
3. 介绍主席台就座的领导和来宾（校办提供名单顺序，广播员）
4. 奏、唱中华人民共和国国歌（钟涛，全体起立，面向国旗）
5. 宣布“2025 年上海建桥学院首届活力体育文化节暨第二十三届体育运动会开幕”（赵雷洪副校长）
6. 领导讲话（朱瑞庭校长）
7. 运动员宣誓
8. 裁判员宣誓
9. 八段锦比赛（调整队形）（钟涛）
10. 运动员退场（钟涛）
11. 表演开始（体育教学部及各学院）
12. 表演结束，拔河比赛开始。（预计 11:00 开始）

（注：主席台两侧观众席将由各二级工会、各学院组织一定人数师生按划分区域于 8:35 前入座。）

附件 6

“体育道德风尚奖”评选办法

一、评选范围

参加本次比赛的各二级学院代表队、各分工会。

二、评选条件

1. 认真执行大会相关规定，严格遵守大会纪律。
2. 服从大会统一指挥，遵守赛场纪律，比赛作风端正，尊重对手，尊重裁判，尊重观众。
3. 认真对待每一场比赛，奋力进取，顽强拼搏，赛出水平，赛出风格。
4. 组织报名积极，参赛项目齐全，准备工作充分，参赛人员覆盖面广。
5. 赛前认真组织训练，并通过各种形式选拔组队参赛。
6. 组织学生、教师有序观看比赛，为所有运动员加油助威，增添运动会氛围。

三、评选办法

校运会组委会成立评选小组负责评选活动。

四、评选名额及奖励

评选运动会“体育道德风尚奖”代表队 6 支，其中学生代表队 3 支，教工代表队 3 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

评选活力体育文化节“体育道德风尚奖”代表队 4 支，其中学生代表队 2 支，教工代表队 2 支，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

附件 7

“优秀组织奖”评选办法

一、评选范围

参加本次比赛的各二级学院代表队、各分工会。

二、评选条件

1. 认真执行大会相关规定，严格遵守大会纪律。
2. 服从大会统一指挥，按时完成各项任务，学院工作人员尽职尽责，现场秩序良好。
3. 参与人数多，覆盖面广，且表现突出。
4. 展现团结协作、拼搏进取的精神，学院体育活动氛围热烈。
5. 开幕式、口号、服装等设计有特色，或组织方式有创新。
6. 竞赛成果显著（如破纪录、媒体报道等）。

三、评选办法

校运会组委会成立评选小组负责评选活动。

四、评选名额及奖励

评选运动会“优秀组织奖”代表队 6 支，其中学生代表队 3 支，教工代表队 3 只，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

评选活力体育文化节“优秀组织奖”代表队 4 支，其中学生代表队 2 支，教工代表队 2 只，获奖代表队由大会组委会在闭幕式上授予奖杯。

附件 8

2025 年上海建桥学院活力体育文化节闭幕式 暨第二十三届体育运动会闭幕式安排

时 间：2025 年 5 月 16 日（星期五）16:00 左右。

地 点：校田径运动场

主 持：钟 涛

参加人员：

1. 校领导：建议由学校办公室统一协调至少 3 名校领导出席。
2. 其他：校活力体育文化节组委会成员、各代表队领队、教练、运动员以及运动会裁判员、工作人员。

具体流程：

1. 各代表队入场；领导、嘉宾主席台入座（15:45 之前）；
2. 主持人宣布闭幕式开始，并介绍主席台领导及嘉宾；
3. 全体起立，奏唱国歌；
4. 运动会总裁判长宣布竞赛团体成绩及获奖名单；
5. 出席校领导为获得学生和教职工团体总分前 3 名的代表队颁奖；
6. 学生处团委负责人宣布学生组体育道德风尚奖及优秀组织奖评选结果；
7. 出席校领导为学生组体育道德风尚奖及优秀组织奖颁奖；
8. 校工会负责人宣布教工组体育道德风尚奖及优秀组织奖评选结果；
9. 出席校领导为教工组体育道德风尚奖及优秀组织奖颁奖；
10. 出席校领导致辞并宣布 2025 年上海建桥学院首届活力体育文化节闭幕；
11. 各代表队退场。

颁奖仪式

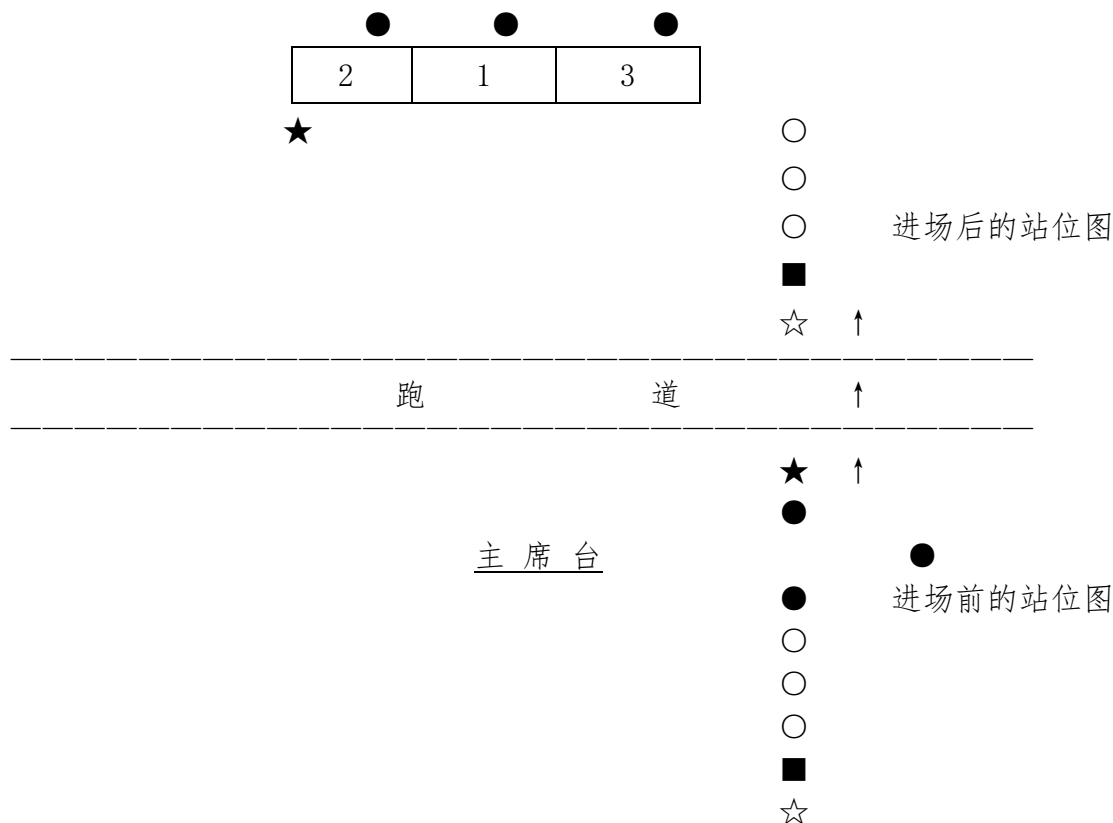
5月16日下午16:00分

一、参加颁奖仪式联动人员

- | 1. 进场队伍: | 人 员 | 人 数 | 符 号 | |
|----------|-------------|------|-----|---------------|
| | 1) 引领女生 | 1 名、 | ★ | (礼仪学生需 3-5 名) |
| | 2) 运动员 | 3 名; | ● | |
| | 3) 托奖牌盘女生 | 3 名、 | ○ | |
| | 4) 颁奖官员 | 1 名、 | ■ | |
| | 5) 引导领导颁奖女生 | 1 名、 | ☆ | |
2. 场外人员：赛后控制中心负责人、播音员、音控。

二、仪式进行过程

1. 参加颁奖队伍按顺序一路纵队在主席台前站好，指挥者与广播员联系好，由音控人员先放专为颁奖用的前导音乐，播音员广播：“各位观众，场地上将进行学生女子团体总分前三名颁奖仪式，有请获奖运动员和颁奖官员入场”，音乐继续放，队伍进场，待队伍在颁奖台前站好。



2. 音乐停；播音员：**例如**：“有请上海建桥学院×××校长（书记）为获得×××比赛前三名的学院（生）颁奖。第三名：××学院（生）（引导领导颁奖女生☆上前示意领导颁奖，下同；颁奖时音乐为背景音乐）；第二名：××学院（生）；冠军是：××学院（生），”待三名运动员代表都站上领奖台颁完奖后，稍放音乐并待运动员拍照一会。
3. 播音员：“恭喜获奖运动员及学院，颁奖仪式结束，请获奖运动员和颁奖官员退场”，音乐起，引领女生★示意运动员下台排好队（不允许走散掉）一路纵队依次退场至队伍走至主席台前止。

三、颁奖轮次

1. 运动会××单项一、二、三名
2. 运动会女子团体一、二、三名（学生组、教工组）
3. 运动会男子团体一、二、三名（学生组、教工组）
4. 运动会集体项目一、二、三名（学生组、教工组）
5. 运动会体育道德风尚奖学生组 3 名、教工组 3 名
6. 运动会优秀组织奖学生组 3 名、教工组 3 名
7. 运动会团体总分一、二、三名（学生组、教工组）
8. 2025 上海建桥学院活力体育文化节体育道德风尚奖学生组 2 名、教工组 2 名
9. 2025 上海建桥学院活力体育文化节优秀组织奖学生组 2 名、教工组 2 名
10. 2025 上海建桥学院活力体育文化节团体总分一、二、三名（学生组、教工组）

四、领导宣布 2025 年上海建桥学院首届活力体育文化节暨第二十三届运动会闭幕

附件 9

参赛告知书

2025 年上海建桥学院活力体育文化节开设学生组及教师组田径比赛、集体项目竞赛，其中不乏中大强度运动项目，对参加者身体状况有较高的要求，参赛者应身体健康，有以下身体状况者不能参加此次校运会比赛：

1. 新冠或甲流康复未到六周者；
2. 先天性心脏病和风湿性心脏病患者；
3. 高血压和脑血管疾病患者；
4. 心肌炎和其他心脏病患者；
5. 冠状动脉病患者和严重心律不齐者；
6. 血糖过高或过少的糖尿病患者；
7. 竞赛日前两周以内患感冒；
8. 其他不适合运动的疾病患者。

在校运会竞赛中，因个人身体及其他个人原因导致的人身损害和财产损失，由测试者个人承担责任。所有测试者进行自我评估，确认自己的身体及精神状况能够适应于此次校运会竞赛项目。

上海建桥学院体育运动委员会
2025 年 5 月

参赛者声明

本人自愿报名参加 2025 年上海建桥学院活力体育文化节运动项目竞赛，在此已经清楚地了解并同意组委会对报名参赛的规则、规程及须知的各项要求，特别是对报名参赛者身体和精神健康状况方面的要求，并确认自身情况完全符合参加比赛的各项条件。本人对参赛可能发生的各种风险和意外已作了审慎地评估，并清楚在发生意外时自己须承担的责任；对于参赛期间发生的意外，本人不追究组织单位和组队单位责任。本人保证在参赛过程中服从裁判和赛事工作人员的管理和指导，服从裁判员对本人参赛资格及状态的判断。

特此声明。

身份证号码：

参赛者签名：

2025 年 月 日

附件 10

2025 年上海建桥学院活力体育文化节
三对三篮球比赛报名表

学院			组别	男子组或女子组
领队		联系方式:	邮箱	
教练员		联系方式:	邮箱	
队名				
姓名	球衣号码	身份证号	学号	备注
注:				
1. 队名统一为 (XXX 学院男子或女子 1 或 2 队);				
2. 请参赛队报名表以学院为单位, 通过电子邮件的方式发至竞委会 (通知邮箱中);				
3. 纸质报名表学院盖章后, 领队会当天上交;				
4. 报名截止时间: 2025 年 4 月 11 号 12: 00;				
5. 请将身份证复印件装订于该纸质表之后;				
6. 如正在上学校体育课程的, 请再备注中写上周几第几节课某某老师 (例: 周三 1、2 节, 张三);				
7. 不接受现场报名。				

附件 11

2025 年上海建桥学院活力体育文化节
气排球比赛报名表

学院/工会：			组别：	混合组或教工组
领队：		联系方式：	邮箱：	
教练员：		联系方式：	邮箱：	
队名：				
姓名	球衣号码	身份证号	学号	备注

注：1. 队名统一为（XXX 学院/XXX 工会）；

2. 请参赛队报名表以学院为单位，通过电子邮件的方式发至竞委会（通知邮箱中）；

3. 纸质报名表学院盖章后，领队会当天上交；

4. 报名截止时间：2025 年 4 月 11 号 12：00（混合组）、4 月 18 号 12：00（教工组）；

5. 请将身份证复印件装订于该纸质表之后；

6. 如正在上学校体育课程的，请再备注中写上周几第几节课某某老师（例：周三 1、2 节，张三）；

7. 不接受现场报名。

附件 12

运动会报名表（学生组）
田径项目报名表（男子组）

单位（盖章）：

领队：

教练：

序号	号码	姓 名	60 米	100 米	200 米	400 米	1500 米	4 × 100 米	4 × 400 米	跳高	跳远	立定跳远	备注
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													

14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													
小计													
备注	1. 1500 米比赛每队报名 2—5 人，其他每个单项限报 5 人，每人限报 2 项（可兼报接力项目）； 2. 报名表号码自*01 号—*50 号填写； 3. 参赛项目请在项目栏内填“√”作记号，接力项目限报一队，并于 4 月 25 日中午 12：00 前报送指定地点和邮箱； 4. 电子表请发送到邮箱：17073@gench.edu.cn；纸质报名表学院盖章后送交体育馆 246 办公室，逾期不予受理； 5. 如正在上学校体育课程的，请再备注中写上周几第几节课某某老师（例：周三 1、2 节，张三）。												

田径项目报名表（女子组）

单位（盖章）：

领队：

教练：

序号	号码	姓 名	60 米	100 米	200 米	400 米	800 米	4×100 米	4×400 米	跳高	跳远	立定跳远	备注
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													

16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													
小计													
备注	1. 800 米比赛每队报名 2—5 人，其他每个单项限报 5 人，每人限报 2 项（可兼报接力项目）； 2. 报名表号码自*51 号—*99 号填写； 3. 参赛项目请在项目栏内填“√”作记号，接力项目限报一队，并于 4 月 25 日中午 12: 00 前报送指定地点和邮箱； 4. 电子表请发送到邮箱：17073@gench.edu.cn；纸质报名表学院盖章后送交体育馆 246 办公室，逾期不予受理； 5. 如正在上学校体育课程的，请再备注中写上周几第几节课某某老师（例：周三 1、2 节，张三）。												

集体项目报名表

单位（盖章）：

领队：

教练：

序 号	项 目	参与打 “√”	序 号	项 目	参与打 “√”
一	3 分钟跳长绳 (男 5 人女 5 人, 另 摇绳 2 人, 共 12 人)		六	不倒森林 (12 人男女不限)	
二	30 秒篮球定点投篮 (男 5 人女 5 人)		七	急速毛毛虫 (男 5 人女 5 人)	
三	拔 河 (男 8 人女 4 人)		八	翻山越岭 (男 4 人女 4 人)	
四	无敌风火轮 (男 5 人女 5 人)		九	一鼓作气 (11 人男女不限)	
五	投 壶 (男 5 人女 5 人)		十	八段锦 (男女不限, 总共 36 人, 并参加开幕式)	

各学院请在参赛项目栏后填“√”作记号, 并于 4 月 25 日中午 12:00 前报送指定地点和邮箱。电子表请发送到邮箱: 17073@gench.edu.cn; 纸质报名表学院盖章后送交体育馆 246 办公室, 逾期不予受理。

运动会报名表（教师组）

教工组田径项目报名表（男子组）

单位（盖章）：

领队：

教练：

序号	号码	姓名	100 米	400 米	4×100 米	备 注
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						

22						
23						
24						
25						
小计						
备注	1. 每个单项限报 2 人，每人限报 2 项（可兼报接力项目），接力项目限报一队； 2. 报名表号码自 01 号—50 号填写； 3. 参赛项目请在项目栏内填“√”作记号，并于 4 月 25 日中午 12:00 前报送指定地点和邮箱； 4. 电子表请发送到邮箱：17072@gench.edu.cn；纸质报名表学院盖章后送交体育馆 228 办公室，逾期不予受理。					

教工组田径项目报名表（女子组）

单位（盖章）：

领队：

教练：

序号	号码	姓名	100 米	400 米	4×100 米	备注
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						

23						
24						
25						
26						
27						
小计						
备注	1. 每个单项限报 2 人，每人限报 2 项（可兼报接力项目），接力项目限报一队； 2. 报名表号码自 51 号 99 号填写； 3. 参赛项目请在项目栏内填 “✓” 作记号，并于 4 月 25 日中午 12:00 前报送指定地点和邮箱； 4. 电子表请发送到邮箱：17072@gench.edu.cn；纸质报名表学院盖章后送交体育馆 228 办公室，逾期不予受理。					

集体项目报名表

单位（盖章）：

领队：

教练：

序 号	项 目	参与打“√”	序 号	项 目	参与打“√”
一	急速毛毛虫 (男 5 人女 5 人)		六	一鼓作气 (11 人男女不限)	
二	30 秒篮球定点投篮 (男 5 人女 5 人)		七	无敌风火轮 (10 人男女不限)	
三	拔 河 (男 8 人女 4 人)		八	足球射门 (男 3 人女 2 人)	
四	投 壶 (男 5 人女 5 人)		九	麻辣滚烫疯狂甩脂 (男 4 人女 2 人)	
五	不倒森林 (12 人男女不限)		十	八段锦 (男女不限， 20--36 人，并参加 开幕式)	

各工会请在参赛项目栏后填“√”作记号，并于 4 月 25 日中午 12:00 前报送指定地点和邮箱。电子表请发送到邮箱：17072@gench.edu.cn；纸质报名表学院盖章后送交体育馆 228 办公室，逾期不予受理。

附件 13

体育运动比赛申诉表

赛事名称：2025 年上海建桥学院 活力体育文化节	级 别：校 级	组委会：上海建桥学院 体育运动委员会
申诉单位：	申诉人（领队）：	
组 别：	比赛时间：	项 目：
诉求事项：		
详细情况（可附页）：		
项目裁判长意见：		
仲裁结果：		

仲裁员：

申诉人：

年 月 日