山东第二医科大学关于开展2025年

阳光健身运动暨第二届中华传统体育文化节的通知

各学院：

为扎实推进大学生体质健康促进工作，打造“一校一案”实施方案；进一步弘扬中华体育精神、坚定文化自信，深化传统体育与现代体育融合创新，形成“一校多品”体育特色，使青年学生沉浸式体验中华传统体育魅力，促进学生德智体美劳全面发展，经研究决定，举办2025年阳光健身运动暨第二届中华传统体育文化节，现将具体事宜通知如下：

一、活动主题

运动激扬青春，传统引领未来

二、活动日期

2025年10月18日—11月16日

三、参赛单位

临床医学院 2023级代表队、临床医学院 2024级代表队、临床医学院 2025级代表队、第一临床医学院代表队、基础医学院代表队、康复医学院代表队、公共卫生学院代表队、管理学院代表队、护理学院代表队、口腔医学院代表队、药学院代表队、生命科学与技术学院代表队、麻醉学院代表队、医学影像学院代表队、外国语学院代表队、心理学院代表队、医学检验学院代表队、中医学院代表队、国际教育学院代表队

四、项目时间

**（一）阳光健身运动项目**

1. 校园定向越野比赛10月18日

2.“昌盛杯”篮球比赛9月28日— 10月19日

3.“青春杯”排球比赛10月14日—11月9日

4. 男子11人制足球比赛10月18日—11月16日

5.“飞羽杯”羽毛球比赛10月25—26日

6.“阳光健身运动杯”网球比赛11月1日—9日

7. 健身操舞比赛11月16日

8. 乒乓球比赛11月10—14日

**（二）传统体育运动项目**

1. 投壶比赛10月18日

2. 飞镖比赛10月26日

3. 八段锦比赛11月1日

4. 24式太极拳比赛11月1日

5.棋类（象棋、围棋、五子棋）比赛11月8日-9日

6. 拔河比赛 10月25-26日

**（三）中华传统体育体验活动**

11月中旬，文体活动中心综合馆开展舞狮、太极拳、八段锦、武术、投壶等现场展演和体验活动，沉浸式感受中华传统体育魅力。

五、组织形式

竞赛项目由“班级比赛”“院级比赛”“校级比赛”三部分组成。

1.班级比赛：健康状况良好的学生可自愿参加，组建班级运动队。

2.院级比赛：采用主客场双循环制。主场学院要浓厚联赛氛围，创新激励措施，组织啦啦队、健美操或文艺表演。班级比赛、院级比赛由各学院体育部负责组织选拔，推选优胜队伍进行校级比赛。

3.校级比赛由校体育部具体组织比赛。

六、活动要求

1.本着“健康第一、安全第一”原则，各学院加强赛事管理和学生安全教育，确保赛事安全和学生身体健康。

2.二级学院要发挥主体作用，打造学院体育特色项目，做到人人有项目、班班有团队、院院有比赛，建立二级学院优质群体赛事体系。

附：各项目比赛规程

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**校园定向越野比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会 校户外运动协会

三、竞赛时间：

2025年10月18日上午

四、比赛地点：

山东第二医科大学浮烟山校区校园内

五、比赛项目设置

1）本次比赛共设置**百米定向**和**短距离定向赛**两个项目，设置5个组别：

新生男子组：大一或研一男生

新生女子组：大一或研一女生

公开男子组：非大一或研一男生

公开女子组：非大一或研一女生

体验组：本校师生或教职工子女，不按照年龄或性别分组。

**2）短距离定向赛：**距离1.5-2.5公里

**百米定向赛：**距离小于1公里

3）**报名资格：**参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的本校师生或教职工子女，12岁以下儿童需有家长陪同。

4）赛前培训

10月12日下午14：30-18：00进行分项目分批培训，因设备限制，每个项目每批培训限45人，多出人员稍作等待，跟随下一批进行。赛前培训除了进行培训也可协助各院系选拔运动员，想参加赛前培训或选拔的学院负责人需先**进群**（QQ群号： 693926068 ），根据学院情况提前安排好参训人员人数和时间。

六、报名时间和人数

1）报名方式及人数：

新生组：以各学院为参赛单位报名，限报3男3女，每人参加短距离和百米两个项目，两个项目均录取前8名；

公开组：只有短距离赛，不分院系，采用抢名额方式，额满为止，录取前8名，信息以群内（QQ群号： 693926068 ）发布为准。

体验组：只有短距离赛，不分年龄和性别，不计名次，采用公开抢名额方式，额满为止，信息以群内（QQ群号： 693926068 ）发布为准。

2）报名时间

各参赛队伍须于10月15日下午16:00前将盖有该学院公章的报名表电子版发送到邮箱jqxlove2003@163.com，邮件名称备注：“\*\*学院校园定向报名表”。纸质版报名表于10月16日11点前送交文体中心201办公室姜老师（联系电话15689813880），未提交纸质版报名表视为放弃报名。

七、比赛规则：

参赛运动员实名制报名，一经报名，不能调换。

1. 先打卡“清除”，从打卡 “起点”开始计时，全程约有10-18个打卡点，按照地图顺序依次打卡，顺序错误未纠正情况下成绩无效，顺序错误纠正时需要从错误的点纠正后再继续，例：打完1-2-3号后应该打4，如果达成不小心打了10号，则需要忽略10号，继续从4号开始依次5-6-7-8-9-10-11按照顺序完成全部打卡后，打卡“终点”计时结束，到成绩统计出导出成绩。

（2）个人参赛成员的指卡成绩有效时，以用时长短作为成绩，进行排名；若成绩无效，则无成绩。

九、奖励办法：

各组各项目前八名分别颁发奖杯和证书，获奖运动员同时可参加校定向队员选拔。

十、裁判：

裁判长：姜芹先老师

裁判员：由校学生定向越野队和户外协会共同选派。

十一、注意事项：

1、各单位认真组织，积极准备，做好队员的思想和训练工作。

2、赛前培训进行地图信息讲解，指北针使用，比赛规则讲解，熟悉指卡和设备使用。请各学院及时通知有兴趣的同学于10月9日中午12:00前先行进群（QQ群号： 693926068 ），具体事宜将在群内进行通知，请及时关注群内相关通知。

3、各参赛队伍和个人文明参赛，遵守体育道德，如出现比赛期间使用通讯设备，换人等不文明现象，已经举报或发现直接取消参赛资格，进行全校通报。

4、各代表队和个人需保证参赛运动员身体健康，无伤病，以保证比赛的顺利进行。报名后，主办方默认参赛人员身体健康能参加相关运动。在比赛中过程中出现任何意外，主办方不负任何责任。参赛前应提前最好准备活动，注意自身安全。若参赛过程中出现参赛者受伤等问题，主办方仅负责能力范围之内的紧急医疗救援，如送往校医院等，其余不承担任何责任，另行责任由参赛者自行承担。

5、参赛运动员比赛时，出示学生证或工作证。

6、最终成绩仅以指卡对应的成绩单为准，若出现个人原因导致的失误，由个人负责。

7、保存好参赛过程中的指卡等工具，如若丢失或损坏，需照价赔偿。

十二、本规则的解释权归院体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动校园定向赛报名表**

参赛单位：

参赛办法：以学院系为参赛单位报名，各学院新生组限报3男3女。公开组抢到名额后可填表，体验组不填报名表。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **新生男子组** | **姓名** | **院系班级** | **学号** | **新生女子组** | **姓名** | **院系班级** | **学号** |
| 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  | 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  | 3 |  |  |  |
| **公开男子组** | **姓名** | **院系班级** | **学号** | **公开女子组** | **姓名** | **院系班级** | **学号** |
| 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  | 2 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

教练：

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章:

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动篮球赛暨“中国移动咪咕杯”动感地带山东省大学生篮球海选赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位：

校篮球协会

四、比赛时间：

2025年9月28日— 10月19日

五、比赛地点：

浮烟山校区篮球场、文体活动中心

六、比赛设制：

男、女学生五人制篮球赛，每队限报15名队员。

七、比赛服装要求：

必须穿着篮球背心短裤，有条件的队伍可准备两套（一套深色，一套浅色）双方比赛队伍必须提前进行沟通，避免穿顺色，引起比赛中不必要的麻烦。

八、报名要求：

参赛队员必须是有我院正式学籍且身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。女篮抽签时间请联系王老师（贺老师：15165362535王老师：13396361313）

注意：1、过期视为自动放弃本次比赛

2、报名表一旦上交不再做任何更改。

九、比赛方法、计分及名次确定办法：

1、比赛方法：共分成ABCD组进行单循环小组赛，八强进入交叉淘汰赛

2、计分及名次确定办法: 每队胜一场得2分，负一场得1分，弃权得0分（比分为20：0），积分多者名次列前。若两队积分相等，则看净胜球。

十、比赛规则

1、比赛开始十分钟前，各队队员需由教练员或队长到纪录员处进行登记与核实参赛队员名单。赛后，需队长在记录单上确认签字。

2、除比赛开始时的跳球，在随后所有涉及争球情况都采用球权交替拥有规则。

3、比赛时间：分为上下半场各20分钟毛时（换人、违例、犯规、罚篮、进球等均不停表，只有遇有球员受伤情况下方可停表），上下半场各暂停一次（时长1分钟停表）；中场休息5分钟。决赛（1-4名时）为净时（暂停、换人、违例、犯规、罚篮、受伤均停表）。加时的决胜期有一次暂停。参赛队伍未按照比赛时间到达场地或少于五名队员，视为弃权。

4、计分办法：在三分线内投球中篮计2分，在三分线外投球中篮计3分，在罚球线罚球中篮计1分。在下半场比赛结束时，如果两队出现比分相等则需要一个或几个五分钟的决胜期来打破平局，直到决出胜负。

5、犯规判罚：半场全队累计7次犯规后，如再发生犯规由对方罚球两次。个人犯规累计5次被罚出场，并在30秒之内完成替换。

6、比赛中队长是场上唯一发言人。

7、比赛中参赛队员应服从裁判员判罚，如有不服从判罚者，裁判员有权判罚技术犯规或判罚取消比赛资格。

补充说明：换人时应在死球的情况下进行。

十一、奖励办法：团体奖励男、女前八名，并颁发证书。

十二、裁判员及记录员

裁判长：贺齐颖老师

副裁判长：王儒涛

裁判员：体育部选派

记录员：校学生篮球协会选派（建议比赛时双方参赛队推选一名同学协助记录员，以保顺利进行）

十三、注意事项

1、各学院认真组织，积极准备，做好队员的思想和训练工作。

2、对阵双方前面的队为主队，主队应穿着浅色球服，客队应穿着深色球服。如果两队同意，可以互换背心颜色。

3、各参赛队文明参赛，遵守体育道德，如出现参赛队员与名单不符，冒名顶替，打架，攻击裁判等不文明现象直接取消参赛资格，进行全校通报。

4、各代表队需保证参赛运动员身体健康，无伤病，并签订安全责任书，以保证比赛的顺利进行。建议购买运动意外伤害险。

5、为防止发生意外，参赛运动员不许佩戴硬物比赛（例如眼镜，发卡），运动眼镜除外。

6、如遇雨天，比赛延迟进行。

十四、本规则的解释权归院体委，未尽事宜另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

参赛单位：

参赛办法：男、女学生五人制篮球赛，每队限报15名队员

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 男队员 | | 女队员 | |
| 姓名 | 班级、学号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**“青春杯”排球比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位：

校排球协会

四、竞赛时间：

2025年10月14日—11月9日

五、比赛地点：

浮烟山校区排球场

六、参赛办法：本次比赛分学生男子组、女子组

报名资格：参赛队员必须是身心健康、品行端正、尊纪守法的在校学生。

报名人数：以各学院为参赛单位报名，每参赛单位报领队1人，男、女教练各1人，男、女运动员各10—12人。

装备：全队上衣的颜色必须统一，比赛服必须整洁，队员上衣必须有号码，序号为1—99号，运动鞋必须柔软轻便。队长服装需有标识。

七、报名时间

各参赛队须于10月10日下午4:00前将报名表送到器材室曲老师（联系电话15153680724）。10月13日中午12点体育教学楼二楼会议室进行比赛抽签。

八、竞赛办法

比赛采用国家体育总局审定的最新排球竞赛规则（附：取消技术暂停和自由人），比赛采用3局2胜制。第一、二阶段每局15分，每局暂停1次。第三阶段比赛1-4名采用3局2胜制每局25分，每局暂停1次，4-8名每局15分，每局暂停1次。每队必须领先两分。

第一阶段：学生男、女组均分为A、B、C、D四组进行单循环比赛。小组前两名进入分组交叉赛。（注：16支队伍以上分4个组，不足16支队伍分2个组）

第二阶段：16支队伍取小组前两名进入分组交叉赛（抽签决定对阵）不足16支队伍取小组前4名，决定名次办法：

每队2：0胜一场得3分，2：1胜一场得2分，负一场得1分，弃权为0分。积分多者名次列前。

如两队积分相等，则按照C值计算法决定名次：

A（胜局总数）

C = ———————— C值高者名次列前

B（负局总数）

如C值仍然相等，则按照Z值计算法决定名次：

X（总得分数）

Z= ———————— Z值高者名次列前

Y（总失分数）

九、奖励办法：

团体奖励男、女前八名，并颁发成绩证书。

十、裁判

裁判长：王丹老师

15053613239

裁判员：由校排球协会负责选调

十一、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**“青春杯”排球比赛报名表**

参赛单位：

参赛办法：以各学院为参赛单位报名，每参赛单位报领队1人，男、女教练各1人，男、女运动员各10—12人。

领队： 教练：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子队 | | | 女子队 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |
| 4 |  |  | 4 |  |  |
| 5 |  |  | 5 |  |  |
| 6 |  |  | 6 |  |  |
| 7 |  |  | 7 |  |  |
| 8 |  |  | 8 |  |  |
| 9 |  |  | 9 |  |  |
| 10 |  |  | 10 |  |  |
| 11 |  |  | 11 |  |  |
| 12 |  |  | 12 |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**学生男子11人制足球赛规程**

一、主办单位

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位

校学生足球协会

四、竞赛时间：

2024年10月18日—11月16日

五、比赛地点：浮烟山校区足球场

六、参赛运动员资格

参赛运动员必须是全日制在校就读，遵守学校各项纪律和有关规定，参加医疗保险，并经检查证明身体健康者。

七、参加办法

各代表队限报1队，每队限报领队1人、教练1人、运动员20人。

八、比赛规定及竞赛规则

1.除八人制场地和人数特殊规定外，参照执行国际足联最新审定的《十一人制足球竞赛规则》；

2.由裁判长从足球协会内部选定裁判员，实行关门比赛法，必须服从裁判员判罚，否则取消比赛资格；

3.比赛场地：新校区足球场；

4.全队服装必须统一，否则将穿分队背心比赛；

5.比赛时间：全场比赛时间为70分钟，分为上下半场各35分钟；上下半场之间休息时间不得超过10分钟；

6.比赛用球由体育教研室提供；

7.运动员出场规定：每队上场队员不得多于11人，其中1人必须为守门员。如果任何1队少于7人则比赛不能开始。在比赛中任何1队场上队员人数少于7人（包括守门员），比赛将被终止。列入替补名单的队员不得超过9人，全场可替换9人，比赛可换人次数为4次；

8.如遇不可抗力造成比赛中断且无法恢复比赛的情况，当时比赛成绩有效。如有不可抗拒的原因需更改比赛日期，由组委会提前通知相关球队。

九、报名

各参赛队须于10月10日中午12:00前将报名表报体育教研室107室曲乃艺老师（联系电话15153680724）。具体比赛抽签、赛程等事宜各队报名后在比赛群内通知。

十、奖励办法

奖励前八名，并颁发成绩证书。

十一、裁判

裁判长：刘东进

裁判员和仲裁委员由体育教研室负责选调。

十二、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**男子11人制足球赛报名表**

参赛单位：

领队1人: 教练1人:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 场上号码 | 学院、班级、学号 |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |
| 11 |  |  |  |
| 12 |  |  |  |
| 13 |  |  |  |
| 14 |  |  |  |
| 15 |  |  |  |
| 16 |  |  |  |
| 17 |  |  |  |
| 18 |  |  |  |
| 19 |  |  |  |
| 20 |  |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动“飞羽杯”羽毛球比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、承办单位：

校羽毛球球协会

四、竞赛时间：

2025年10月25—26日

五、比赛地点：

浮烟山校区文体活动中心

六、比赛设制：

男子单打、女子单打、男子双打。各代表队男子单打、女子单打各限报3人，男子双打限报3组。

七、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于10月22日下午4:00前将报名表发送至电子邮箱xuy202020@163.com，纸质版报名表交到文体中心羽毛球馆徐老师处（联系电话13220730073，每周一至周三10：00-17：00）。

八、比赛规则：

本次比赛参赛运动员必须是在校学生。为了使比赛井然有序的进行，参赛运动员参加本次比赛，一经报名，不能中途调换。根据报名情况确定比赛赛制。

九、奖励办法：

各项比赛奖励前八名，并颁发成绩证书。

十、裁判：

裁判长：徐艳老师

裁判员：由校学生羽毛球协会选派。

十一、注意事项：

1、参赛队员须遵守比赛纪律，听从裁判员判罚及工作人员指挥。

2、比赛须提前到场、按时参加，迟到10分钟以弃权处理。

3、运动员须穿不掉色运动鞋进入场地，球拍各人自备。

十二、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动“飞羽杯”学生羽毛球比赛报名表**

参赛单位：

参赛办法：男、女学生单打及男、女双打比赛。各代表队男、女单打各限报3人，男双限报3组

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子单打 | | | 女子单打 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |

男 子 双 打

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 男双队员1 | 班级、学号 | 男双队员2 | 班级、学号 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动“阳光健身运动杯”第八届学生网球比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、承办单位：

校网球协会

四、竞赛时间：

2025年11月1日—9日

五、比赛地点：

浮烟山校区网球场

六、比赛设制：

男、女学生单打及男双比赛。各代表队男、女单打各限报4人，男双限报2组。

七、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于10月28日下午4:00前将报名表报体育教研室307室吴正国老师（联系电话15666560560）。10月30日中午12点体育教学楼二楼会议室进行比赛抽签。

八、比赛规则：

本次比赛共设男子单打，男子双打，女子单打三个项目，参赛运动员必须是在校学生。为了使比赛井然有序的进行，参赛运动员参加本次比赛，一经报名，不能中途调换。

1、按抽签决定分组情况，男子N人将分成上、下两个半区，女子N人将分成上、下两个半区。

2、根据报名情况确定比赛赛制。

3、每场比赛实行6局为1盘，单打、双打均无占先制，一球决胜。

4、比赛中均使用“无发球擦网”规则。即：在比赛中，如果发球方发出的球擦网、擦网带或者中心带之后落入有效区域，被视为发球有效。

5、比赛其他细则以网球比赛规则为准。

九、奖励办法：

男女单打奖励前八名，男双比赛励前八名。并颁发成绩证书。

十、裁判：

裁判长：吴正国老师

裁判员：由校学生网球协会选派。

十一、注意事项：

1、各单位认真组织，积极准备，做好队员的思想和训练工作。

2、各单位须统一上场服装，并且各单位服装区分明显。

3、各参赛队文明参赛，遵守体育道德，如出现打架，攻击裁判等不文明现象直接取消参赛资格，进行全校通报。

4、各代表队需保证参赛运动员身体健康，无伤病，以保证比赛的顺利进行。

5、参赛运动员比赛时，出示学生证。

十二、本规则的解释权归院体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月26日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动“阳光健身运动杯”第八届学生网球比赛报名表**

参赛单位：

参赛办法：男、女学生单打及男双比赛。各代表队男、女单打各限报4人，男双限报2组

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子单打 | | | 女子单打 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |
| 4 |  |  | 4 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男双1队 | | | 男双2队 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**健身操舞比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、比赛时间：

2025年11月16日 上午9:30

四、比赛地点：

浮烟山校区文体活动中心

五、比赛设制：

各代表队限报1队。每队上场8-16人，缺少或超过一名队员扣1分。

六、报名要求：

参赛队员必须是有我院正式学籍且身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于11月9日下午15:00前将电子版报名表发至xyr062400@qq.com邮箱并将纸质版交于健美操队罗涔轩（联系电话15377495077）。

注意：报名表一旦上交不做更改。

七、评分内容及标准（10分制）

评分因素与分值

表演和团队精神 4分

动作的完成 6分

1、表演和团队精神

①表现力与热情

运动员在完成动作时应展示内心的激情，表现出热情、活力与自信，并体现出一种健康向上的情绪，否则扣0.1-0.5分。

②服饰复合舞蹈风格，美观协调，健康向上，不可过分暴露，禁止宣传暴力、种族歧视、宗教信仰及性爱等，否则酌情扣分。

③队形变换及造型

动作清晰、流畅，队形变换的过渡动作要整齐、顺畅，体现集体的配合与默契，队形新颖、大方，否则扣0.1-0.5分。

2、动作的完成

①动作的正确性

身体姿态要舒展，动作技术规范，动作范围适当。对于偏离正确动作的完成，将视情节予以减分，减分标准如下：

一般：稍偏离正确完成，每次扣0.1- 0.2分

较差：严重偏离正确完成，每次扣0.3分

失误：失去平衡（跌倒）等，每次扣0.5分或更多

②动作的熟练性

动作熟练，流畅自如。

一般扣0.1-0.2分

较差扣0.3-0.4分

不可接受扣0.5分或更多

③动作与音乐

动作和音乐节奏配合要准确：

若干动作不吻合扣0.1-0.2分

半套动作不吻合扣0.3-0.4分

整套动作不吻合扣0.5分或更多

④一致性

集体动作整齐，运动员完成动作时如果在时间、空间、能力、表现力等方面出现不一致则视情节予以减分：

一般扣0.1-0.2分

较差扣0.3-0.4分

不可接受扣0.5分或更多

⑤动作的强度

完成成套动作应自始至终能展示出动作的力度、幅度、爆发力和运动员的耐久力，要表现出良好的体能。否则视情节予以0.1-0.5的减分。

⑥整套动作中要求髋位以上的托举动作不得少于一次，开始和结束动作可包含其中，否则将予以减分。

3、裁判长减分

裁判长对比赛的过程进行组织和监控，并对下列情况进行减分。

①运动员被叫到后后20秒内未出场扣0.2分

②运动员着装不符合规定扣0.2分

③运动员比赛时装束散落扣0.2分

八、出场顺序与、场地

比赛的出场顺序在赛前统一抽签决定，场地：文体活动中心。

九、比赛套路与音乐

本次比赛套路为自选动作，音乐时长2分15秒±15秒。

十、特殊情况

出现特殊情况，运动员应立即停止动作。根据裁判长的决定，运动员可重新做动作，先前的动作无效。以下情况可视为特殊情况：

1、由于音响设备出现的音乐问题。

2、其他异物进入比赛场（影响到运动员完成动作）。

3、运动员责任外的情况所引起的弃权。

十一、奖励办法：

奖励团体男、女前八名并颁发成绩证书。

十二、裁判员及记录员

裁判长：王国娇老师

裁判员：体育部选派

记录员：校学生健美操队选派

十三、注意事项

1、各院系认真组织，积极准备，做好队员的思想和训练工作。

2、各参赛队文明参赛，遵守体育道德，如出现参赛队员与名单不符，冒名顶替，攻击裁判等不文明现象直接取消参赛资格，进行全校通报。

3、各代表队需保证参赛运动员身体健康，无伤病，并签订安全责任书，以保证比赛的顺利进行。

4、参赛运动员比赛时，出示学生证。

十四、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**健身操舞报名表**

参赛单位：

参赛办法：以各学院为参赛单位报名，每队上场8—16人，男女不限。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 班级 | 学号 | 序号 | 姓名 | 班级 | 学号 |
| 1 |  |  |  | 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  | 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  | 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  | 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  | 10 |  |  |  |
| 11 |  |  |  | 12 |  |  |  |
| 13 |  |  |  | 14 |  |  |  |
| 15 |  |  |  | 16 |  |  |  |

填表人：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动乒乓球比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、承办单位：

校乒乓球协会

四、竞赛时间：

2025年11月10—14日

五、比赛地点：

浮烟山校区体育教学楼二楼乒乓球教室

六、比赛设制：

男子团体、女子团体、男子单打、女子单打。各代表队男、女团体各限报4人，男、女单打各限报3人。

七、比赛规则：

1、本次比赛参赛运动员必须是在校学生。为了使比赛井然有序的进行，参赛运动员参加本次比赛，一经报名，不能中途调换。团体比赛采用世乒赛的比赛方法，五盘三胜制，每一盘都采用三局二制。主队ABC,客队XYZ,主客队由赛前抽签决定。

对阵情况

1、A------X

2、B------Y

3、C------Z

4、A------Y

5、B------X

2、男、女团体第一阶段分组循环，取小组前两名进入第二阶段比赛，第二阶段采用单淘汰制，决出1—8名，男、女单打均采取三局两胜单淘汰制，决出1—8名。

3、团体比赛根据报名队数抽签决定分组，单打比赛采用电脑抽签。上届比赛团体和单打前八名的作为种子进行抽签。

八、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。报名团体比赛的队员可以兼报单打。各参赛队须于10月25日下午4:00前将报名表报体育教研室210室李峰老师（联系电话13395360278）。

九、奖励办法：

男、女团体奖励前八名，男、女单打奖励前八名，并颁发成绩证书。

十、裁判：

裁判长：李峰老师

裁判员：由校学生乒乓球协会选派。

十一、注意事项：

1、参赛队员须遵守比赛纪律，听从裁判员判罚及工作人员指挥。

2、比赛须提前到场、按时参加，迟到10分钟以弃权处理。

3、运动员须穿不掉色运动鞋进入场地，球拍自备。

十二、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学2025年阳光健身运动**

**乒乓球比赛报名表**

参赛单位：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子团体 | | | 女子团体 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |
| 4 |  |  | 4 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子单打 | | | 女子单打 | | |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**投壶比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、竞赛时间：

2025年10月18日 上午9:00

四、比赛地点：

浮烟山校区田径场

五、参赛办法

（1）以各学院为参赛单位报名，每队限报1队，每队10人（男女不限）。

（2）比赛分为三组同时进行，每队在2米投掷线后放置1个投壶，参赛者站在投掷线以外，每人10只羽箭，投进中心圆计1分，投进两边的双耳计2分。

（3）比赛结果以每队投进的累计总数为最后成绩。如比赛成绩相同则进行附加赛直至决出名次。

六、报名时间：

各参赛队须于10月15日16:00前将报名表报体育综合楼307办公室李得国老师（联系电话16622060276）。

七、奖励办法

团体奖励前八名，并颁发成绩证书。

八、裁判

裁判长：李得国老师

裁判员：由体育教研室负责选调

九、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**投壶报名表**

参赛单位：

参赛办法：以学院系为参赛单位报名，每队限报1队，每队10人（不限男女）。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**投壶样例：**



中心圆

双耳

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**飞镖比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、竞赛时间：

2025年10月26日 上午9:00

四、比赛地点：

浮烟山校区网球场西侧

五、参赛办法

（1）以各学院为参赛单位报名，每学院限报1队，每队10人，其中教练1人，男生5人，女生5人，教练负责指挥和协调，其余10名队员则负责投掷飞镖。

（2）每队每人投掷10支飞镖。

（3）比赛结果以将每个队员的得分相加，得到团队的总分。团队总分高者获胜。如比赛成绩相同则进行一轮附加赛。

六、报名时间：

各参赛队须于10月21日下午4:00前将报名表提交至文体活动中心305室刘文烁老师（联系电话16622060530）。

七、奖励办法

男、女团体奖励前八名，并颁发成绩证书。

八、裁判

裁判长：刘文烁老师

裁判员：由体育教研室负责选调

九、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**飞镖比赛报名表**

参赛单位：

参赛办法：以学院系为参赛单位报名，每队限报1队，每队10人，其中教练1人，男生5人，女生5人。

教练：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号  （男） | 姓名 | 班级、学号 | 序号  （女） | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 1 |  |  |
| 2 |  |  | 2 |  |  |
| 3 |  |  | 3 |  |  |
| 4 |  |  | 4 |  |  |
| 5 |  |  | 5 |  |  |

填表人：

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节健身气功 八段锦比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位：

校武术协会

四、竞赛时间：

2025年11月1日 上午9:00

五、比赛地点：

浮烟山校区文体活动中心

七、比赛设制：

各代表队限报1队，每队限报40—50人。

八、比赛配乐：均采用国家体育总局健身气功管理中心发行缩短版无口令词伴奏音乐。

九、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于10月28日下午4:00前将报名表报文体中心一楼林秋平老师（联系电话18553648602）。10月31日中午12点文体中心一楼进行比赛抽签。

比赛采用10分制计分方法。

1、着装（1分）

衣着整洁，颜色、款式统一（包括运动鞋），符合比赛的要求。

2、进出场（1分）

参赛队自行设计进出场形式，要求动作迅速、整齐。时间不得超过1分钟。

3、动作要求（8分）

（1）精神面貌：神态自然、意识集中、速度适宜、整个参赛过程要自然流畅，团体精神面貌好。

（2）动作的准确性：动作姿态正确、协调。

（3）动作的熟练性：动作熟练、流畅连贯。

（4）动作的力度：动作运劲顺达，速度适宜。

（5）动作的一致性：团体动作姿态、方向、节奏要协调统一，整齐一致，比赛中出现不整齐、不协调、节奏不一致，酌情扣分。

（6）动作的优美性：整套动作要协调、优美、动作舒展，自然洒脱，突出八段锦的气功风格。

（7）没有明显的遗漏、遗忘和严重失误。

4、中途退场不给予评分。

十、评分方法：

裁判员评分

裁判员根据参赛队现场发挥的技术水平，按照竞赛项目的评分标准在各类分值中减去错误动作的扣分，即为参赛队所得分数。

应得分数的确定

五名裁判员评分时，取中间三个分数的平均值为参赛队的应得分；四名裁判员评分时，取中间两个分数的平均值为参赛队的应得分；三名裁判员评分时，取中间的分数为参赛队的应得分。

参赛队的应得分数取到小数点后面二位，小数点后面第三位数不作四舍五入。

裁判长的加减分

（1）如果裁判员的评分出现明显不合理现象时，在未宣布参赛队的最后得分前，裁判长有权加分或减分。有效分的平均值在9分以上（包含9分）加减的分值不得超过0.05分；有效分的平均值在9分以下时，加减的分值不得超过0.1分。

（2）参赛人数不得少于40人，每少一人扣0.5分。

十一、奖励办法

团体奖励前八名，并颁发成绩证书。

十二、裁判

裁判长：林秋平老师

裁判员：由体育教研室负责选调

十三、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**健身气功 八段锦比赛报名表**

参赛单位： 填表人：

参赛办法：各参赛单位限报1队，每队限报40—50人。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 26 |  |  |
| 2 |  |  | 27 |  |  |
| 3 |  |  | 28 |  |  |
| 4 |  |  | 29 |  |  |
| 5 |  |  | 30 |  |  |
| 6 |  |  | 31 |  |  |
| 7 |  |  | 32 |  |  |
| 8 |  |  | 33 |  |  |
| 9 |  |  | 34 |  |  |
| 10 |  |  | 35 |  |  |
| 11 |  |  | 36 |  |  |
| 12 |  |  | 37 |  |  |
| 13 |  |  | 38 |  |  |
| 14 |  |  | 39 |  |  |
| 15 |  |  | 40 |  |  |
| 16 |  |  | 41 |  |  |
| 17 |  |  | 42 |  |  |
| 18 |  |  | 43 |  |  |
| 19 |  |  | 44 |  |  |
| 20 |  |  | 45 |  |  |
| 21 |  |  | 46 |  |  |
| 22 |  |  | 47 |  |  |
| 23 |  |  | 48 |  |  |
| 24 |  |  | 49 |  |  |
| 25 |  |  | 50 |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**二十四式太极拳比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位：

校武术协会

四、竞赛时间：

2025年11月1日 下午14:00

五、比赛地点：

浮烟山校区文体活动中心

七、比赛设制：

各代表队限报1队，每队限报40—50人。

八、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于10月22日中午12点在田径场主席台现场缴纳报名表并进行比赛抽签（联系人：房敏志老师，电话13455698865）。

九、评分标准：

比赛采用10分制计分方法。

1、着装（1分）

衣着整洁，颜色、款式统一（包括运动鞋），符合比赛的要求。

2、进出场（1分）

参赛队自行设计进出场形式，要求动作迅速、整齐。时间不得超过1分钟。

3、动作要求（8分）

（1）手型、手法、步型、步法、身型、身法、腿法与规格要求相符。

（2）动作正确、圆活、连贯、协调、运劲顺达、力点准确、手眼身法步配合协调。

（3）太极拳风格突出、舒展大方、周身中正、虚实分明、柔中有刚，熟练完成全套动作。

（4）全套动作与音乐相配合，动作流畅、圆润、舒缓、连绵不断，无明显停顿等音乐现象。

（5）太极拳路线、方向准确。

（6）没有明显的遗漏、遗忘和严重失误。

4、中途退场或超过半数动作不符合标准的不给予评分。

十、评分方法：

裁判员评分

裁判员根据参赛队现场发挥的技术水平，按照竞赛项目的评分标准在各类分值中减去错误动作的扣分，即为参赛队所得分数。分数应取到小数点后两位，小数点后面第二位数必须是0或5。

应得分数的确定

五名裁判员评分时，取中间三个分数的平均值为参赛队的应得分；四名裁判员评分时，取中间两个分数的平均值为参赛队的应得分；三名裁判员评分时，取中间的分数为参赛队的应得分。

参赛队的应得分数取到小数点后面二位，小数点后面第三位数不作四舍五入。

裁判长的加减分

（1）如果裁判员的评分出现明显不合理现象时，在未宣布参赛队的最后得分前，裁判长有权加分或减分。有效分的平均值在9分以上（包含9分）加减的分值不得超过0.05分；有效分的平均值在9分以下时，加减的分值不得超过0.1分。

（2）参赛人数不得少于40人，每少一人扣0.5分。

十一、奖励办法

团体奖励前八名，并颁发成绩证书。

十二、裁判

裁判长：房敏志老师

裁判员：由体育教研室负责选调

十三、本规则的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**二十四式太极拳比赛报名表**

参赛单位： 填表人：

参赛办法：各参赛单位限报1队，每队限报40—50人。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 班级、学号 | 序号 | 姓名 | 班级、学号 |
| 1 |  |  | 26 |  |  |
| 2 |  |  | 27 |  |  |
| 3 |  |  | 28 |  |  |
| 4 |  |  | 29 |  |  |
| 5 |  |  | 30 |  |  |
| 6 |  |  | 31 |  |  |
| 7 |  |  | 32 |  |  |
| 8 |  |  | 33 |  |  |
| 9 |  |  | 34 |  |  |
| 10 |  |  | 35 |  |  |
| 11 |  |  | 36 |  |  |
| 12 |  |  | 37 |  |  |
| 13 |  |  | 38 |  |  |
| 14 |  |  | 39 |  |  |
| 15 |  |  | 40 |  |  |
| 16 |  |  | 41 |  |  |
| 17 |  |  | 42 |  |  |
| 18 |  |  | 43 |  |  |
| 19 |  |  | 44 |  |  |
| 20 |  |  | 45 |  |  |
| 21 |  |  | 46 |  |  |
| 22 |  |  | 47 |  |  |
| 23 |  |  | 48 |  |  |
| 24 |  |  | 49 |  |  |
| 25 |  |  | 50 |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**棋类比赛规程**

一、主办单位：

山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：

学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、协办单位：

大学生棋类运动协会

四、竞赛时间：

2025年11月8日-9日

五、比赛地点：

浮烟山校区文体活动中心

七、比赛项目：

象棋、围棋、五子棋，各代表队男女生每项限报2人。

八、报名：

参赛队员必须是身心健康、品行端正、遵纪守法的在校学生。各参赛队须于10月22日中午12点在田径场主席台现场缴纳报名表（联系人：房敏志老师，电话13455698865）。

九、本次比赛的解释权归校体委，未尽事宜，另行通知。

附：竞赛细则及报名表

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

**第二届中华传统体育文化节围棋竞赛细则**

**一、执行规则**

执行中国围棋协会审定的《中国围棋竞赛规则（2002年版）》。

**二、比赛形式**

采用积分编排制， 由电脑软件编排。电脑代抽签，确定先后手，黑棋贴3又3 /4子。比赛赛制和轮次视参赛人数确定。

**三、计时规则**

全程使用计时钟，每方基本用时35分钟后，3次20秒读秒，超时判负。

**四、名次计算**

采用比较积分来区分名次，积分高者名次列前；如积分相同则依次比较对手分、中间对手分、胜局来区分名次，均为高者列前。

**第二届中华传统体育文化节象棋竞赛细则**

**一、执行规则**

执行《象棋竞赛规则（2020版）》。

**二、比赛形式**

采用积分编排制，由电脑软件编排。比赛赛制和轮次视参赛人数确定。

**三、计时规则**

每方20分钟，每步加5秒，超时判负。

**四、名次计算**

采用比较积分来区分名次，积分高者名次列前；如积分相同则依次比较对手分、中间对手分、胜局来区分名次，均为高者列前。

**第二届中华传统体育文化节五子棋竞赛细则**

**一、执行规则**

执行国家体育总局棋牌运动管理中心《中国五子棋竞赛规则》（2013版）。采用指定开局，执行三手交换，五手两打，禁手规则（详见附录）

**二、比赛形式**

根据实际报名人数确定比赛赛制和轮次，原则上采用积分编排制，轮次不超过7轮。

**三、比赛时限**

双方共用时20分钟，然后每方10分钟包干，超时判负。

**四、名次计算**

积分编排制首先比较积分来区分名次，积分高者名次列前；如积分相同则依次比较对手分、中间对手分、胜局来区分名次，均为高者列前。

**附录：**

**1. 指定开局**

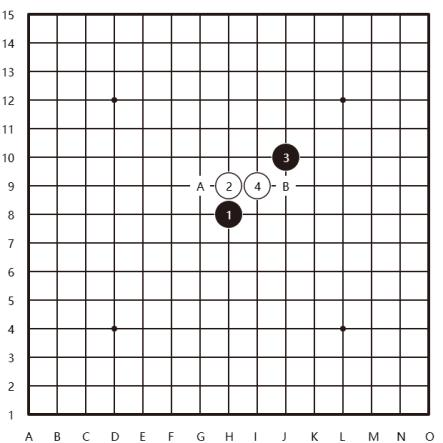
《中国五子棋竞赛规则》规定，黑指定开局：黑先行连行两黑一白子，按规定摆出 26种开局之一（黑1必须天元；白2只能紧贴黑1；黑3最远只能距黑1隔一个子。由此三子组合，除去对称的，共有26种符合规定的开局）。

**2. 三手可交换**

在采用指定开局的对局中，在黑3之后，白方在应白4之前，可选择黑棋或白棋，每盘棋只有一次选择机会，如提出交换黑、白方，则黑方必须同意交换。

**3. 五手两打**

黑方在落第五手时需要同时在盘面上的空白交叉点上落下两颗棋子，且位置不可同形，白方只能在这两颗黑子中留下一个黑子作为黑5。然后白方继续行棋。见下图中A和B两个点就是此时黑棋的两打点。白棋留下任意一个，把另一个拿走，然后继续走棋就可以了。



**4. 禁手**

对局中如果使用将被判负的行棋手段。

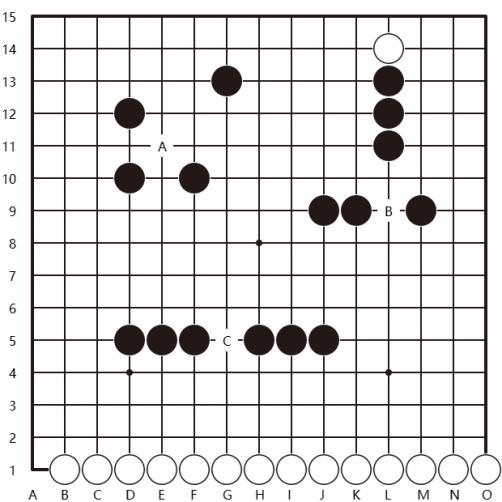
三三禁手：黑棋一子落下同时形成两个或两个以上的活三，此子必须为两个活三共同的构成子，见下图，图中A点为三三禁手点。

四四禁手：黑棋一子落下同时形成两个或两个以上的冲四或活四，见下图，图中B点为四四禁手点。

长连禁手：黑棋一子落下形成一个或一个以上的长连。见下图，图中C点为长连禁手点。

黑方一旦落子在禁手点就形成了禁手，如果此时没有同时形成五连，那么白棋就不要再继续行棋了，应立刻指出禁手，并通知裁判。如果白棋没有立刻指出，而是继续走棋，那么黑棋的禁手（长连禁手除外）就不会在被承认，也不会因为刚才的禁手被判负了。

禁手是一个比较复杂的概念，如果在比赛中你发现对方走出禁手或被对方指出走了禁手，最好请裁判来判定。



**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**棋类比赛报名表**

参赛单位： 填表人：

参赛办法：各参赛单位男女生每项限报2人，最后项目下方画“√”。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 性别 | 班级 | 学号 | 围棋 | 象棋 | 五子棋 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：

**山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节**

**学生拔河比赛规程**

一、主办单位：山东第二医科大学体育运动委员会

二、承办单位：学生工作处 团委 体育部 校学生会

三、竞赛日期

2025年10月25日—26日

四、竞赛地点

山东第二医科大学浮烟山校区体育场

五、参赛单位及资格

1、以学院为单位组队参赛，参赛运动员必须是本学院学生且是全日制在校就读，遵守学校各项纪律和有关规定，参加医疗保险，并经检查证明身体健康适合参加体育竞赛者。

2、本次比赛分男子组和女子组，每学院各组别限报1队，每队可报领队1人，教练1人、运动员10人（领队和教练可参加比赛）。

六、报名

各参赛队须于10月16日中午12:00前将加盖公章的报名表报至体育综合楼107室（西田径场器材室）曲乃艺老师（联系电话15153680724）。逾期未报名者，视为自动放弃。具体比赛抽签、赛程等事宜各队报名后在比赛群内通知。

七、竞赛办法

1、比赛分为两个阶段进行。比赛第一阶段采用抽签方式进行分组，并进行小组循环计分赛，第一阶段比赛计分办法：每场比赛两局，比分为2：0时，胜方得 3 分，负方得0分，比分为1：1时，各得1分。按积分进行排名，如积分相等，则胜场次多者名次列前。

比赛第二阶段采用交叉淘汰加附加赛方式进行，赛制为三局两胜制。

2、比赛距离3米，每局比赛开始与结束均以裁判员指令为准。

3、每局比赛中不得换人，如特殊原因换人需经对方同意方可换人。

4、每局比赛时间限制为2分钟。若时间结束仍未决出胜负，则中心标志带所在的一方获胜。

5、如遇不可抗力造成比赛中断且无法恢复比赛的情况，当时比赛成绩有效。如有不可抗拒的原因需更改比赛日期，由组委会提前通知相关队伍。

6、下列情况出现时，即判该队该局失败：

(1)比赛时运动员严禁用手和身体任何部位缠绳，故意坐地或躺地，双脚完全离开地面，非参赛人员在比赛中接触拔河或参赛队员任何部位时；

(2)该队在比赛中人数超出规定时；

(3)违反换人规定当局换人时;

(4)比赛未开始或裁判未鸣哨前，提前用力；

(5)邀请非本参赛队的其他人员进行比赛时。

八、注意事项

1、参赛队员须遵守比赛纪律，听从裁判员判罚及工作人员指挥。

2、比赛须提前到场、按时参赛，迟到10分钟以弃权处理。

九、奖励办法

奖励前八名，并颁发成绩证书。

十、裁判

裁判长：崔思磊

裁判员和仲裁委员由体育教研室负责选调。

十一、本规程由体育部负责解释,未尽事宜，另行通知。

附件:山东第二医科大学第二届中华传统体育文化节学生拔河比赛报名表

山东第二医科大学体育运动委员会

2025年9月25日

附件

2025年第二届中华传统体育文化节

学生拔河比赛报名表

领队： 联系方式：

教练： 组别：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **姓名** | **学院、班级** | **学号** |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |

联系人电话：

负责人签字： 学院盖章：