**第一届大学生体质健康达标赛竞赛规程**

——第十六届校园体育文化节系列活动之五

**一、目的任务**

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实党的二十大精神，为“促进群众体育和竞技体育全面发展，加快建设体育强国”，广泛开展全民健身活动，切实增强大学生的健身意识和身体素质，努力帮助大学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，特制定此规程。

**二、主办单位、协办单位**

徐州工业职业技术学院体艺部、校团委

**三、竞赛名称**

第一届大学生体质健康达标赛

**四、竞赛日期和地点**

2023年4月26日14:00 田径场北侧沙坑处

**五、参加办法**

（一）参加资格：以二级学院为单位报名参加比赛，人数不限，凡本校在籍学生，思想品德好，努力学习，身体健康者均可参加。

（二）报名日期：报名表纸质稿加盖公章，各学院学生体育部长于4月19日下午5点前交至体艺部（体育馆208）李文明老师处，电子版发至邮箱54794386@qq.com，报名表一经上报，不得更改，过期不交以弃权处理（报名表附件3）。

**六、竞赛办法**

（一）以国家学生体质健康标准身体素质得分表为依据（见附件1、2）。

（二）各参赛人员提前15分钟到达比赛现场，迟到10分钟以弃权处理。

（三）组别：男子组、女子组。

（四）计分办法：分别参照男子、女子身体素质得分表，需完成三项比赛（男子：引体向上、立定跳远、1000米；女子：仰卧起坐、立定跳远、800米），三项累加积分多者名次列前。

**七、比赛服装和鞋**

各参赛人员穿着运动服、运动鞋。

**八、录取名次和奖励办法**

（一）名次：按照参赛人数比例录取名次，一等奖10%、二等奖15%、三等奖20%。

（二）奖励：获奖同学颁发证书。

**九、处罚条例**

为树立良好的比赛风气，严禁弄虚作假、冒名顶替，如发现违纪现象，取消该队员比赛资格，并报相关二级学院予以严肃处理。

1. **其他**

（一）每个参赛队员必须加入比赛QQ群（697486197），确保比赛信息畅通。

（二）参赛学生赛前做好准备活动，预防损伤发生。

（三）本规程未尽事宜另行通知。

体艺部、团委

2023年3月18日

**附件：1 男子得分表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | **得分** | **性别** | **立定****跳远** | **引体****向上** | **1000米跑** | **加分** | **引体****向上** | **1000米跑** | **备注** |
| 优秀 | 100 | 男 | 273 | 19 | 3’17 | 10 | 10 | -35’’ |  |
| 95 | 268 | 18 | 3’22 | 9 | 9 | -32’’ |  |
| 90 | 263 | 17 | 3’27 | 8 | 8 | -29’’ |  |
| 良好 | 85 | 256 | 16 | 3’34 | 7 | 7 | -26’’ |  |
| 80 | 248 | 15 | 3’42 | 6 | 6 | -23’’ |  |
| 及格 | 78 | 244 |  | 3’47 | 5 | 5 | -20’’ |  |
| 76 | 240 | 14 | 3’52 | 4 | 4 | -16’’ |  |
| 74 | 236 |  | 3’57 | 3 | 3 | -12’’ |  |
| 72 | 232 | 13 | 4’02 | 2 | 2 | -8’’ |  |
| 70 | 228 |  | 4’07 | 1 | 1 | -4’’ |  |
| 68 | 224 | 12 | 4’12 |  |  |  |  |
| 66 | 220 |  | 4’17 |  |  |  |  |
| 64 | 216 | 11 | 4’22 |  |  |  |  |
| 62 | 212 |  | 4’27 |  |  |  |  |
| 60 | 208 | 10 | 4’32 |  |  |  |  |
| 不及格 | 50 | 203 | 9 | 4’52 |  |  |  |  |
| 40 | 198 | 8 | 5’12 |  |  |  |  |
| 30 | 193 | 7 | 5’32 |  |  |  |  |
| 20 | 188 | 6 | 5’52 |  |  |  |  |
| 10 | 183 | 5 | 6’12 |  |  |  |  |

**附件：2 女子得分表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | **单项****得分** | **性别** | **立定****跳远** | **1分钟仰卧起坐** | **800米跑** | **加分** | **引体****向上** | **800米跑** | **备注** |
| 优秀 | 100 | 女 | 207 | 56 | 3’18 | 10 | 13 | -50’’ |  |
| 95 | 201 | 54 | 3’24 | 9 | 12 | -45’’ |  |
| 90 | 195 | 52 | 3’30 | 8 | 11 | -40’’ |  |
| 良好 | 85 | 188 | 49 | 3’37 | 7 | 10 | -35’’ |  |
| 80 | 181 | 46 | 3’44 | 6 | 9 | -30’’ |  |
| 及格 | 78 | 178 | 44 | 3’49 | 5 | 8 | -25’’ |  |
| 76 | 175 | 42 | 3’54 | 4 | 7 | -20’’ |  |
| 74 | 172 | 40 | 3’59 | 3 | 6 | -15’’ |  |
| 72 | 169 | 38 | 4’04 | 2 | 4 | -10’’ |  |
| 70 | 166 | 36 | 4’09 | 1 | 2 | -5’’ |  |
| 68 | 163 | 34 | 4’14 |  |  |  |  |
| 66 | 160 | 32 | 4’19 |  |  |  |  |
| 64 | 157 | 30 | 4’24 |  |  |  |  |
| 62 | 154 | 28 | 4’29 |  |  |  |  |
| 60 | 151 | 26 | 4’34 |  |  |  |  |
| 不及格 | 50 | 146 | 24 | 4’44 |  |  |  |  |
| 40 | 141 | 22 | 4’54 |  |  |  |  |
| 30 | 136 | 20 | 5’04 |  |  |  |  |
| 20 | 131 | 18 | 5’14 |  |  |  |  |
| 10 | 126 | 16 | 5’24 |  |  |  |  |

附件：3 报名表

**第一届大学生体质健康达标赛报名表**

学院： 班级： 领队： 手机：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **性别** | **班级** | **姓名** | **学号** | **备注** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

注：报名表可以增加行数，请各二级学院于4月19日下午5点前将参赛名单汇总交至体艺部（体育馆208）李文明老师处（15205201639），电子版发至邮箱54794386@qq.com,过期不交以弃权处理.