

北京师范大学 2016 年教职工运动会通知

各部门工会：

为促进广大教职工积极投身到体育运动当中，为建设世界一流大学贡献力量，经报请学校批准，教职工运动会时间调整为 5 月 6 日（周五）13:00—17:00、5 月 7 日（周六）8:00—11:30 在西操场举行。现将具体事项通知如下：

一、比赛时间、地点

4 月 25 日—29 日，教职工体质测试（体育馆地下一层，师生健康评价与促进中心）

5 月 7 日早 8:00，开幕式（东操场）

5 月 6 日 13:00—17:00、5 月 7 日 8:00—11:30（11:00 停止检录），教职工体能达标、趣味赛、集体健身操（西操场）

5 月 8 日 16:30，闭幕式（东操场）

二、比赛内容

1. 教职工体质测试（综合体能、健康风险、运动风险、亚健康）
（各部门按规定时间）

2. 教职工体能达标

1) 男子甲组（20～39 岁）：

1500 米跑 坐位体前屈

30 秒跳绳 象限跳 双手前投实心球

2) 男子乙组（40 岁以上）：

3000 米健身走 30 秒跳绳 坐位体前屈

双手前投实心球 左右横跨

3) 女子甲组 (20~39 岁) :

2 分钟跳绳 25 米往返跑 象限跳
坐位体前屈 仰卧起坐

4) 女子乙组 (40 岁以上) :

30 秒跳绳 3000 米健身走 坐位体前屈
左右横跨 双手前投实心球

3. 教工自助趣味项目 (年龄不限)

1) 男子项目:

投掷飞镖 摸石头过河 足球射门 自行车慢骑 (自备)

2) 女子项目:

沙包掷准 摸石头过河 托球跑 踢毽子

3) 混合项目:

螃蟹背西瓜 (1 男 1 女) 珍珠球 (1 男 1 女)

两人三足跑 (1 男 1 女) 同舟共济 (1 男 1 女)

4. 集体健身操学习 (每半小时一次)

三、计分及奖励规则

1. 完成成绩记录卡上必选的所有项目并交回成绩记录卡方可获得参与奖。

2. 必选项目和自选个人项目取前 8 名按照 9、7、6、5、4、3、2、1 分记入团体总分并给予名次奖; 自选混合项目取前 6 名, 按照 14、10、8、6、4、2 分计入团体总分并给予名次奖, 混合项目参赛者必须为同一部门工会教职工, 否则成绩无效。

3. 按会员人数分成甲、乙组计算团体总分, 80 人以上的单位为甲组, 80 人以下的单位为乙组。甲、乙组团体前 6 名分别给予奖励。

4. 综合各部门工会运动会组织情况, 设 10 个“优秀组织奖”单

位给予奖励，评选标准见附件 2。

四、注意事项

1. 请遵守体育场管理的相关规定和大会组委会的相关决定，服从大会统一指挥。遵守比赛时间，按时检录、参赛。

2. 参加活动教职工须为我校工会正式会员(非事业编会员以正式办理入会手续为准)，参加混合项目的教职工须为同一部门工会会员。请携带校园卡入场检录。

五、其他

1. 4 月 27 日（周三）15:30 在东操场第一次彩排，要求旗手、护旗手、运动会负责人务必准时到场。

2. 5 月 4 日（周三）15:30 在东操场第二次彩排，要求旗手、护旗手、运动会负责人务必准时到场。

3. 5 月 7 日（周六）7:30 参加入场式的队伍准时在西操场集合。

4. 5 月 8 日（周日）16:30 运动会闭幕式，请获得甲、乙组前 6 名和“优秀组织奖”的单位到东操场参加闭幕式并领奖。

5. 比赛现场不发放奖品，5 月 9 日后以部门工会为单位到校工会领取，具体时间请待通知。

6. 2016 年教职工运动会通知以此为准。

附件：

1. 混合趣味项目比赛规则
2. 教职工运动会“优秀组织奖”评分标准

校工会

2016 年 4 月 25 日

附件 1:

混合趣味项目比赛规则

1. 珍珠球（1 男 1 女）

1 名队员腰间两侧绑纸篓，另 1 名队员站在规定的区域内向纸篓投网球，共投 10 次球，投中次数多者为胜。

2. 螃蟹背西瓜（1 男 1 女）:

2 名队员同时站在起跑线后，共同用背部夹住球前行，在规定距离内，用时少者胜出。途中背部离球，用其他部位碰球，或球掉落，皆为犯规，成绩无效。

3. 两人三足跑（1 男 1 女）:

参赛队员 2 人一组参赛，2 人并排站在起跑线后，把相邻的脚绑在一起，听到起跑发令后，同时起跑，在规定距离内，先到终点线者为胜。

4. 同舟共济（1 男 1 女）:

参赛队员 2 人一组，通过两块地垫交叉移动的方式，把队员从起跑线运送到终点，运送过程中队员的脚不能触地，在规定距离内，用时少者胜出。

附件 2:

教职工运动会“优秀组织奖”评分标准

“优秀组织奖”依照如下内容进行评选，总分排名前 10 名的可获得“优秀组织奖”：

1. 体质测试：按规定人数参加的，计 10 分。
2. 体能达标：
 - 1) 参加人数达到本单位会员数 30%的，计 10 分。
 - 2) 参加人数达到本单位会员数 40%的，计 20 分。
 - 3) 参加人数达到本单位会员数 50%的，计 30 分。
 - 4) 参加人数达到本单位会员数 60%及以上的，计 40 分。
3. 开幕式：获得“入场式优秀队列”奖的，计 20 分。
4. 获得团体总分前 6 名的单位依次按 20，15，12，10，7，5 计分。