**关于举办北京师范大学2021年教职工运动会的通知**

**各部门工会：**

为推进健康和谐校园建设，喜迎中国共产党百年华诞，按照学校统一部署，校工会承办4月23日举行的北京师范大学2021年教职工运动会。现将有关事项通知如下：

一、**比赛报名**

沿用2020年部门工会赛前网上预报名，选择不同时间段集中检录入场的方式。请各部门工会将准确填好的报名信息表及参赛时段，于4月9日前发送到校工会邮箱**（2021年教职工报名表见附件1）**。

**二、入场式、闭幕式安排**

**按时参加入场式。**4月23日（周五）上午8点在东操场举行入场式，请各单位按照规定时间在指定位置集合并参加入场式。

**按时参加闭幕式。**4月24日（周六）下午4点左右在东操场举行闭幕式。请获得甲、乙组前6名和优秀组织奖的单位代表准时参加。

**三、比赛时间、地点**

时间：4月23日（周五）8:30—11:30（11：00停止检录）；13:00—17:00（16:00停止检录）（**实行分段检录、分批次入场**）。

地点：西操场。

**四、比赛内容**

**1.集体健身操学习（必选项目，约每半小时一次）。**

**2.教职工体能测试（至少选三项）**

**（1）男子甲组：（20-39岁）**

2000米健身走；1200米跑；

坐位体前屈；双手前投实心球；

象限跳；左右横跨。

**（2）男子乙组：（40岁及以上）**

2000米健身走；1200米跑；

坐位体前屈；双手前投实心球；

象限跳；左右横跨。

**（3）女子甲组：（20-39岁）**

2000米健身走；800米跑；

坐位体前屈；仰卧起坐；

象限跳；左右横跨。

**（4）女子乙组：（40岁及以上）**

2000米健身走；800米跑；
坐位体前屈；仰卧起坐；

象限跳；左右横跨。

**3.趣味比赛项目（自选项目，年龄不限）**

**（1）男子项目：**

投掷飞镖；摸石头过河；足球射门。

**（2）女子项目：**

摸石头过河；保龄球；踢毽子。

**（3）混合项目**（须为同一部门工会会员）（**比赛规则见附件2**）：

螃蟹背西瓜（1男1女）；珍珠球（1男1女）；同舟共济（1男1女）（注：也可同一部门工会两女或两男参加混合项目，但乘以相应系数计算成绩。两男×1.9，一男一女×2，两女×2.1）。

**五、计分及奖励规则**

1.完成成绩记录单上**集体健身操学习（必选）+6个自选项目的任意3项，**并交回成绩记录单，在部门工会回收表上签字方可获得参与奖。

2.除集体健身操学习和2000米健身走两项按达标记录外，其他自选个人项目取前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.比赛设10个“优秀组织奖”，综合各部门工会运动会组织情况进行评选（**具体标准见附件3）**。

 **六、注意事项**

1.参加比赛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。

2.请参赛事业编及校聘教职工务必携带校园卡，部处聘及附校会员务必携带身份证入场，在检录处刷卡认证后，方为有效。认证失败，谢绝参加比赛。

3.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，尊重裁判员。自觉遵守比赛时间，按时检录、参赛。

4.请严格按照比赛疫情防控要求，检录和参加比赛活动时，保持适当距离，不要扎堆聚集。教工运动会具体疫情防控和学生运动会相同。请参考北京市大学生体育协会2020年颁布的**《首都高校体育竞赛相关风险及防疫要求》（见附件4）。**

5.比赛现场不发放奖品，具体发放时间另行通知。

联系人：郝玉朋 58807413 13141217538

邮 箱：xgh@bnu.edu.cn

办公地点：北京师范大学南院A座102室

**校工会**

**2021年3月31日**

**附件：**

1.2021年教职工运动会报名表

2.混合趣味项目比赛规则

3.教职工运动会“优秀组织奖”评分标准

4.首都高校体育竞赛相关风险告知及防疫要求（**仅作参考**）

 **附件1： 2021年教职工运动会报名表**

**一、确定是否参加学校运动会开幕式入场式并注明单位全称**

格式： 单位全称+是（否）参加开幕式入场式

（**注：各部门工会主席务必与院系领导确认后再报是否参加开幕式入场式，确实不能参加的需说明原因**）

**二、选择参加体能测试和趣味项目的时间段**

根据疫情防控需要，结合往年实际，本次教职工运动会检录时间实行分段检录入场的模式，各单位可根据工作实际选择相应时间段检录入场。

|  |  |
| --- | --- |
| 上午 | 下午 |
| 8：00—9：30 | 单位名称 | 13：00—14：30 | 单位名称 |
| 9：30—11：00 | 单位名称 | 14：30—16：00 | 单位名称 |

**三、统计报送参加运动会教职工（工会会员）信息**

根据疫情防控和成绩核查的需要，2021年教职工运动会继续实行网上报名和现场检录同时进行的办法，请各部门工会做好参加运动会教职工（工会会员）信息登记工作。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **部门工会** | **姓名** | **性别** | **出生年月** | **手机号** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **备注：**属于合并或多部门组成的部门工会必须填写大部门工会名称，如：总务部、资产经营公司、机关一、机关二等所属下级单位或职能部处应在部门工会栏填写总务部、资产经营公司、机关一、机关二等。 |

因时间紧，任务重，请各部门工会主席在4月7日（周三）下午5:00前将上面三项工作报表发送到校工会邮箱xgh@bnu.edu.cn

联系人：郝玉朋

联系电话：58807413 13141217538

**附件2：**

**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15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.** **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3：教职工运动会“优秀组织奖”评分标准**

按以下内容评选“优秀组织奖”，总分排名前 10 名为获奖单位：

**1.体能达标：**

（1）参加人数达到本单位会员数不足20%的，计 20 分。

（2）参加人数达到本单位会员数20%-30%的，计 30 分。

（3）参加人数达到本单位会员数30%-40%的，计 40 分。

（4）参加人数达到本单位会员数40%以上的，计 50 分。

**2.获得团体总分前 6 名的单位，**依次按 20，15，12，10，7，5 计分。

**附件4： 首都高校体育竞赛相关风险告知及防疫要求**

# 风险告知

为确保首都高校体育竞赛的安全、防止运动意外的发生，凡患以下疾病的教职工不能参加体育竞赛活动。

1.凡有心脏疾患的。

2.有其它慢性疾患的（高血压、糖尿病、结核、肝炎、肾病、内分泌疾病等）。

3.进行过脏器移植的。

4.术后恢复期。

5.以上未包含的不能参加体育竞赛的疾病。

# 注意事项

1.参加比赛前每天生活要规律，要保证充足的睡眠。一般睡眠时间 8 小时以上。

2.合理安排饮食，在比赛开始前 2 小时前完成最后一餐。

3.准备活动不仅可以使人的体温升高，使肌肉的粘滞性下降，而且加大了肌肉的柔韧性，避免了运动损伤的出现。一般不少于 20 分钟。

4.充分的赛前心理准备，可以增强运动员的自信心，消除各种心理障碍，从而形成最佳的心理状态，使身体的各项肌能处于积极备战状态，创造出最佳的运动成绩。

5.拉伤韧带处置：应及时停止活动,以便减少创面出血,避免加重拉伤程度。应立即冷敷止血并迅速使用绷带包扎好受伤部位，预防肌肉肿胀，及时就医。

6.骨折处置：闭合性骨折的特点是伤口不明显,而开放性骨折的特点是骨头断裂的尖端穿过皮肤,在外部就能看到伤口。用消过毒的纱布对伤口做简单的包扎,固定受伤部位的关节。如果受伤者是脊柱骨折,就必须使用担架或者木板固定伤者，及时送到医院治疗,移动的过程中,不能移动伤者的头部，及时就医。

7.赛事现场医务保障组应该有明显的标识，提供紧急联系电话。

大型赛事现场准备 120、999 急救车。

8.赛事如遇极端天气，如暴雨、雾霾、高温等主办方应有应急预案。

9.参赛单位应统一组织学生前往参赛，赛后须统一组织回校。

# 疫情防控

1.比赛实行网上报名。所有参与人员进行实名制管理，并且查验“北京健康宝”。

2.严格落实所有入场人员检测体温、信息登记措施，实行“绿码”准入制。未戴口罩和体温 37.3 以上者禁止入场。

3.除运动员处于比赛、裁判员处于场上执裁期间以外，所有人员进入比赛场馆须全程科学佩戴口罩，赛场内禁止饮食。

4.严格落实保持社交距离一米以上，在各区域安排引导员做好现场管理。

5.在比赛场馆各区域间隔就坐。如需就餐，实行分餐制，就餐期间禁止交谈。

#  北京市大学生体育协会

2020 年 9 月 16日