

# 大会程序

- 一、广播操运动员入场
- 二、宣布教工运动会开幕式开始
- 三、升国旗、唱国歌（全体运动员向后转）
- 四、校领导讲话
- 五、校领导宣布 2015 年上海师范大学教工运动会开幕
- 六、第九套广播体操展示
- 七、开幕式结束，各项比赛开始

## 2015 年上海师范大学教工运动会竞赛规程

为了贯彻落实《全民健身计划纲要》，更好地提高教职工的身体素质、丰富教职工的业余生活，本着趣味性、集体性的原则，动员、激发全校教职工的健身热情，营造校园全民健身的良好氛围，特举办本届教工运动会。

一、比赛日期：2015 年 10 月 28 日(星期三)下午 13：30

二、比赛地点：徐汇校区西部田径场、西部球类馆（室内项目）

三、项目设置：

1、展示类项目：

第九套广播操：每队 20 人（运动员 18 人、领导 1 人、引导员 1 人）

2、田径类项目：

青年组（40 周岁以下，1975 年 1 月 1 日以后出生）：

男子 100 米、跳远、铅球（5KG）

女子 100 米、跳远、铅球（4KG）

中老年组（40-60 周岁，1975 年 1 月 1 日以前出生）：

男子 60 米、跳远、铅球（5KG）

女子 60 米、跳远、铅球（4KG）

3、趣味类项目（不设年龄限制）：

(1) 穿梭接力（50 米）：每队 10 人（6 男 4 女）。

(2) 乒乓板托球接力跑：每队 6 人，（3 女 3 男）。

(3) 篮球投篮：每队 5 人（3 男 2 女）。

(4) 排球发球：每队 5 人，（3 女 2 男）。

(5) 足球射门：每队 5 人，（男女不限）。

(6) 集体呼啦圈：每队 5 人，（男女不限）。

(7) 跳长绳：每队 12 人，（男女不限，其中 2 名甩绳员）

(8) 双人踢毽子：每队 6 人，（男女不限，每组 2 人）。

(9) 投掷飞镖：每队 5 人，（男女不限）。

(10) 仰卧起坐：每队 5 人，（3 女 2 男）

#### 四、组队办法:

- 1、各学院、各单位由部门工会组队参加。
- 2、各参赛单位已注册的工会会员身体健康者，均可报名参赛。

#### 五、报名办法:

- 1、各代表队设领队（联系人）1人。
- 3、趣味项目除了注明项目以外，每项各队限报1队。
- 4、各代表队按规定报名,报名表一律按规定格式填写（报名表格可从工会网上下载），请于10月9日前将报名表（电子版）送交校工会办公室或发送到电子邮箱：[songcz@shnu.edu.cn](mailto:songcz@shnu.edu.cn)。

#### 六、比赛办法:

- 1、所有比赛项目均不设预赛。一律按成绩录取名次。
- 2、趣味项目比赛办法和规则，详见特定规则。
- 3、为保障安全，各项目比赛时，请运动员穿着运动服和运动鞋。

#### 七、录取名次和奖励办法:

- 1、广播操名次取前八名，发给奖状，给予鼓励。
- 2、田径项目、趣味项目取前六名，均发给奖品，给予鼓励。

#### 八、本届教工运动会竞赛规程的解释权和修改权属校工会。

#### 九、其他

- 1、如遇雨天，比赛日期顺延一周举行。
- 2、未尽事宜，另行通知。

## 趣味类项目竞赛规程细则

### 一、穿梭接力

- 1、每队 10 人参赛，其中男 6 人，女 4 人。
- 2、场地距离：两端线各设立一标旗，标旗间距为 50 米，道宽 2.4 米。
- 3、每队分两组，分别位于两端标旗的起跑线后，在标旗的左侧排成一路纵队，男女顺序不限，参加穿梭接力的运动员每人跑 50 米。
- 4、起跑两次犯规，取消全队比赛资格。
- 5、接棒者必须用右手臂绕标旗右侧接棒，运动员以顺时针方向赛跑。
- 6、运动员掉棒时，必须就地捡起，继续比赛，否则作犯规论。
- 7、运动员不得扔棒，不得越出规定的跑道线(2.4 米)，否则作犯规论。
- 8、每犯规一次，罚总时间加 10 秒钟，如严重影响其他运动员的比赛，取消该队比赛资格。
- 9、计时取名次，成绩优者名次列前，如两队或两队以上成绩相等时，犯规次数多者名次列后。

### 二、乒乓板托球蛇形跑

- 1、每队 6 人参赛，其中男 3 人，女 3 人。
- 2、场地距离：两端线各设立一标旗，标旗间距为 30 米，道宽 2.4 米，当中等距设立 5 个圆锥桶。
- 3、每队分两组，分别位于两端标旗的起跑线后，在标旗的左侧排成一路纵队，男女顺序不限，参加托球接力的运动员每人跑 30 米。
- 8、球每落地一次，罚总时间加 5 秒钟；少绕圆锥桶一个，罚总时间加 5 秒钟，如严重影响其他运动员的比赛，取消该队比赛资格。
- 9、计时取名次，成绩优者名次列前，如两队或两队以上成绩相等时，犯规次数多者名次列后。

### 三、篮球投篮

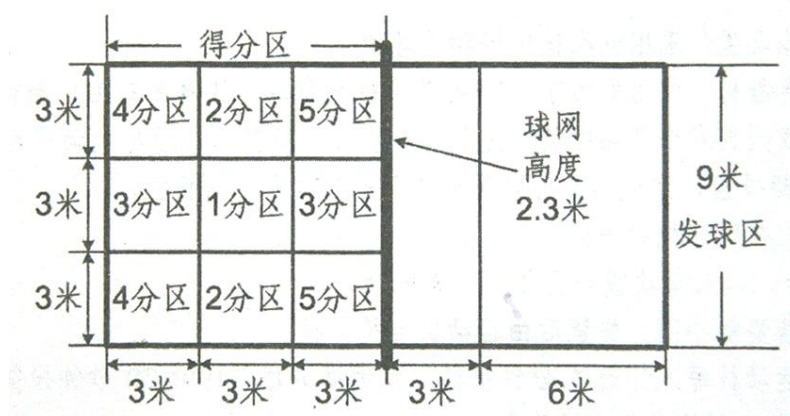
- 1、每队 5 人参赛，其中男 3 人，女 2 人。
- 2、场地设置：采用标准篮球场和篮球架。
- 3、从裁判员发令开始投篮计时，先从罚球线位置投篮，投篮后由运动员自行捡球。
- 4、此后男运动员可在限制区线外不断投篮，女运动员可以任意选择投篮位置不

断投篮。

- 5、每人计时一分钟投篮，姿势不限
- 6、首次在罚球线位置投进得 2 分，以后每次投进得 1 分，累积计分。
- 7、违反投篮规定（踩线、越线、超时等）的投篮入球无效。
- 8、比赛采用皮制篮球，由大会提供。
- 9、以成绩决定名次，总分高者，名次列前，如两队或两队以上总分相等，则以个人最好成绩决定名次，分数高者，名次列前。

#### 四、排球发球

- 1、每队 5 人参赛，其中女 3 人，男 2 人。
- 2、采用标准排球场，排球网. 高 2.3 米。得分区划为 9 个 3 米×3 米的方格，各方格的得分分别为 1 分到 5 分。
- 3、比赛使用皮质排球，比赛用球由大会提供。
- 4、从裁判员发令开始，每人发球 5 次，计 5 次总成绩。
- 5、运动员站在发球区发球，以落地点所在的得分区计分，出界或下网不得分，球压线时以高分一侧计算。
- 6、按照排球规则进行发球，发球时要将球抛起，不准抡球、掷球和投球。
- 7、男运动员的发球姿势不准用下手发球，女运动员的发球姿势不限。
- 8、每人计时 1 分钟发球，裁判员发出结束令之前出手的发球有效。
- 9、超时或违反规定的得分无效。



#### 五、足球射门

- 1、每队 5 人参赛，男女不限。
- 2、球门使用 7 人制标准球门，在距离球门 15 米处设置 5 个射球区，每个射球区

的间距为 1 米。

- 3、比赛开始前，在射球区上平行放置 5 只足球。
- 4、每人射门时间为一分钟，按入门成功次数计算成绩，每次入门得 1 分，计 5 次射门得分的总成绩，踩线或越线者、超时或违反规定的入球无效
- 5、从裁判员发令开始比赛，运动员可以按任何顺序射门，射门脚法不作规定。
- 6、足球必须直接从空中进门，球触横梁或立柱后弹入球门有效，地滚球或反弹球进门无效。
- 7、比赛采用 5 号足球，比赛用球由大会提供。
- 8、以成绩决定名次，次数高者，名次列前，如两队或两队以上成绩相等时，以个人最高成绩决定名次，次数高者，名次列前。

## 六、呼啦圈

- 1、每队 5 人参赛，男女不限。
- 2、5 人同时参赛，比赛时间 2 分钟，采用原地腰部转动呼啦圈。
- 3、运动员在指定地点采用腰部转动呼啦圈的方式开始比赛，比赛开始后不得用身体其他部位碰呼啦圈，中途掉落，可以拿起来继续转。
- 4、以 5 人成绩决定名次，次数高者名次列前，如两队或两队以上成绩相等时，则看各队个人最好成绩，次数高者名次列前。

## 七、跳长绳

- 1、每队 12 人参赛，男女不限，其中 2 人甩绳。
- 2、参赛队员依次进入且必须一人一次跳过绳，方计次数一次（2 人或以上人数同时跳过只计次数一次，不得一人连跳）。比赛中途不得更换，也不得与摇绳者更换，否则取消比赛成绩。
- 3、在规定的 3 分钟时间内，跳过次数多少决定名次。若两队最终成绩一样，则看失误的次数，失误次数少的队成绩领先。比赛用绳由组委会提供。

## 八、双人踢毽子

- 1、每队 6 人参赛，分三组，男女不限。
- 2、踢毽时除手臂、手掌和手背外，其它部位接球均有效。
- 3、每组 2 人对踢，对踢一个来回记一次，没有踢到一个来回则不计。
- 4、每队在计时 2 分钟内以三组累计总数多少决定名次。

## 九、投掷飞镖

- 1、每队 5 人参赛，男女不限，年龄不限。
- 2、投镖时每位选手投掷 3 镖，选手必须在不借助其他任何设备的情况下用手投掷飞镖。选手在投镖过程中双脚严禁同时离地，如双脚同时离地，则为犯规，此镖不计分。选手在每轮投镖过程中，双脚不能以任何方式踩踏或超越投镖线，如踩踏投镖线，此镖不计分，不得重投。
- 3、按每队 5 人的总环数记分。

## 十、仰卧起坐

- 1、每队 5 人参赛，3 女 2 男。
- 2、参赛队员仰卧于垫上，两脚屈膝稍分开，大小腿成直角，两手十指交叉贴于脑后。按压者压住参赛队员两踝关节处。起坐时，以双肘触及或超过两膝为完成一次。仰卧时两肩胛必须触垫。
- 3、各队在计时一分钟内以 5 人的总次数多少决定名次。

## 展示类项目评比办法

### 第九套广播操

1、各代表队在比赛中的位置采用抽签方法决定，并根据大会安排的区域排成一路纵队进行比赛。

2、广播操的参赛人数为 20 人，（运动员 18 人、领导 1 人、引导员 1 人），领导的参赛位置不作规定

### 3、评分办法

(1) 全套动作，共 8 节操，每节 10 分，共 80 分，领导参与分 20 分，满分为 100 分。

(2) 每节动作包括正确分为 5 分，整齐分为 5 分。

准确为：动作正确、到位、有力度、精神饱满。

整齐为：整体动作、队形、服装等方面的整齐。

(3) 评分中根据完成动作的错误程度，按严重、显著、轻微、进行扣分。



# 大会须知

- 一、 全体运动员、裁判员和工作人员必须团结一致，讲文明、守纪律，为保证大会顺利进行而共同努力。
- 二、 各单位参加入场式队伍应于 13: 15 之前在田径场西面跑道的指定地点集合完毕，13: 30 入场。
- 三、 运动员必须在赛前 20 分钟做好一切准备活动，到比赛地点报到。
- 四、 运动员凡遇到径赛项目与田赛项目同时比赛而发生冲突时，应向田赛裁判请假，但必须在田赛结束前参加补赛。
- 五、 参加比赛的运动员要注意安全，不随便穿越运动场。赛前须做好准备活动，以免发生伤害事故。
- 六、 为保证大会顺利、安全进行，非大会工作人员不要进入场地，运动员比赛完毕立即离开场地。
- 七、 本届运动员对各项目获得名次的运动员当场发奖，请各单位领队或运动员及时领奖。

## 主席团名单

滕建勇	朱自强	杨卫武	秦莉萍	葛卫华
康 年	高建华	柯勤飞	刘晓敏	张峥嵘
曹光明	胡志民	潘国建	蔡 皓	贾铁飞
石慧敏	金国忠	康 文	李 凤	徐继耀
庄 雷	沈学军	张红英	宋石平	张 华
任 荣	吴 钢	冯立平	张 健	唐雪莲
张玉华	肖 农	丁 梅	安 磊	赵振清
连 颖	姜民群	郭长江	陈兴凡	茅红伟
陈春霞	何 剑	阎英华	陆美玉	范 莉

## 大会工作组名单

- 组长：柯勤飞
- 副组长：胡志民 潘国建 蔡皓 李凤
- 秘书长：宋晨祖
- 宣传组：徐志欣 李萧萧
- 指挥组：汤寿桂 马菲菲 郑凤珍
- 竞赛组：姜民群 汤寿桂
- 编排组：薛原 王美华
- 评分组：潘慧萍 陆怡敏 夏海燕 肖婷婷
- 奖品组：李凤 王涛 孙辰隽
- 后勤组：杨培卿 龚铭伟
- 医务组：宋石平

## 裁判员名单

- 仲裁委员会： 胡志民 潘国建 蔡 皓 汤寿桂  
宋晨祖
- 总裁判长： 吴 斌
- 副总裁判长： 沈 越 姜民群
- 径赛裁判长： 姜民群（兼）
- 检录裁判长： 沈 琳
- 发 令 长： 缪伟良
- 发 令 员： 朱永刚
- 计时裁判长： 池伟国
- 计时裁判员： 潘慧萍 陆怡敏 丁励翼  
高希彬 陈正林 胡 影
- 终点裁判长： 董纪文
- 终点裁判员： 胡慧婷 丰立范
- 终点记录员： 成 红 沈建华
- 田径裁判长： 沈 越
- 跳远裁判长： 费烈烈
- 跳远裁判员： 陆遵义 卢 薇 张家喜 夏菊锋  
徐 箐 陆 乐 王 莹 王自清
- 铅球裁判长： 胡新民

铅球裁判员： 郭玉平 罗瑶文 田 旭 张元文  
陈伟民 韩燕莉 谢 晨 马忠臣

记录公告： 王美华

场地器材组组长： 翁黎俊

场地器材组成员： 张菊明 张瑞琴 朱宝生

## 趣味项目裁判员名单

总裁判长： 汤寿桂

### 一、50米穿梭接力

裁判长： 陈莲蕙

裁判员： 冯耀君 潘京晟 徐湘萍

### 二、乒乓板托球接力

裁判长： 龚 敏

裁判员： 李 彬 田恩庆 袁凌燕

### 三、足球射门

裁判长： 唐志明

裁判员： 刘汉平 高幕峰 王文渊

### 四、排球发球

裁判长： 褚根英

裁判员： 辛爱平 吴振伟 张元梁

### 五、跳长绳

裁判长： 陈莲蕙

裁判员： 冯耀君 潘京晟 徐湘萍 田恩庆

### 六、篮球投篮

裁判长： 刘汉平

裁判员： 唐志明 高幕峰 王文渊 李 彬

七、呼啦圈

裁判长： 褚根英

裁判员： 辛爱平 吴振伟 张元梁 龚 敏

八、双人踢毽

裁判长： 韩 雪

裁判员： 袁凌燕

九、投掷飞镖

裁判长： 吉洪林

十、仰卧起坐

裁判长： 张 钧

裁判员： 郦悦晨

## 竞赛时间表

### 径赛:

	项目	组别	人数	赛次	组数	时间	地点
1	60 米	女中老年	26	决	5	1:50	东跑道
2	60 米	男中老年	15	决	3	2:05	东跑道
3	100 米	女青	28	决	5	2:15	东跑道
4	100 米	男青	30	决	5	2:35	东跑道

### 田赛:

	项目	组别	人数	赛次	组数	时间	地点
1	跳远	女青	23	决	1	1:50	南东侧
2	跳远	男青	22	决	1	1:50	北东侧
3	铅球	女中老年	20	决	1	1:50	南西侧
4	铅球	男中老年	18	决	1	1:50	南东侧
5	跳远	女中老年	23	决	1	2:50	南东侧
6	跳远	男中老年	18	决	1	2:50	北东侧
7	铅球	女青	21	决	1	2:45	南西侧
8	铅球	男青	27	决	1	2:45	南东侧

### 集体趣味:

	项目	队数	赛次	组数	时间	地点
1	穿梭接力	18	决	6	1:50	西跑道
2	乒乓板托球	20	决	7	1:50	田径场南侧草坪
3	足球射门	20	决	7	1:50	田径场北侧草坪
4	排球发球	16	决	6	1:50	排球场
5	跳长绳	16	决	6	2:50	西侧排球场
6	篮球投篮	20	决	7	2:50	西侧篮球场
7	呼啦圈	19	决	7	2:50	田径场西侧草坪
8	双人踢毽	16	决	6	1:55	篮球馆
9	投掷飞镖	22	决	8	1:55	篮球馆
10	仰卧起坐	20	决	7	1:55	篮球馆



## 径 赛 分 组

女子 中老年组		60M	决赛					共 5 组
道次	一	二	三	四	五	六	七	
第 1 组		冯海芹	张艳辉	武向农	许梅	杨东铮		
第 2 组		王红梅	开翠升	熊青娟	朱频	泮秀芬		
第 3 组		周叶	潘芹	殷正红	徐颖	龚永娟		
第 4 组		谢靖	张勤	谈亦红	朱新妹	童华春	周月芳	
第 5 组		谢亦贤	仇虹豪	张云	夏海燕	曹多萍		

女子 青年组		100M	决赛				共 5 组
道次	一	二	三	四	五	六	七
第 1 组		李方圆	袁莉丽	杨一祎	叶蔚蓝	乔丹	许迪声
第 2 组		叶婷	徐钊华	刘琪	盛义岚	周文	赵晓英
第 3 组		Chloe	吴濛豪	毛春华	陈瑶	徐梦迪	
第 4 组		高丽	郭飒飒	王俊莉	黄玉梅	王姬文	李斯斯
第 5 组		王姬文	史萍	徐昕	陆中玉	沈言蓓	

男子 中老年组		60M	决赛					共 3 组
道次	一	二	三	四	五	六	七	
第 1 组		桑万有	汪诚华	刁迎春	李玉栓	杨专		
第 2 组		吴杰	张建军	富正华	郭长江	舒敬华		
第 3 组		吴连明	王礼鑫	龚铭伟	邵强	董冰		

男子 青年组		100M	决赛					共 5 组
道次	一	二	三	四	五	六	七	
第 1 组		朱金祥	汪强	戴泽伟	陈涛	房勇	徐志博	
第 2 组		朱夏骏	李刚	石路明	吴赞	蒋杰	王岩	
第 3 组		刘宗耀	成晨	高振华	蒋方闻	赵韬顺	童炼	
第 4 组		程景琦	张欣健	陆凯	赵杰	齐庆龙	何宝林	
第 5 组		张鼎逆	范聪	何海燕	穆卫国	王俊杰	陈玉坤	

## 田 赛 分 组

### 女子青年组跳远决赛共 23 人

翁 娜 杨一祎 王 桦 李方圆 黄玉梅 贾琼玲 陈 瑶 叶 婷  
朱燕华 史 萍 胡雯婷 张希琼 郭飒飒 王晓燕 施 惠 王佳梅  
肖桂娜 高 丽 Chloe 王逸群 姚 萍 孙雅艳 陆中玉

### 女子中老年组跳远决赛共 22 人

殷正红 冯海芹 谢亦贤 潘 芹 沈亚芳 泮秀芬 沈文娟 王红梅  
龚永娟 周 叶 仇虹豪 谢 靖 陆美玉 张 瑶 夏海燕 熊青娟  
李 莉 童华春 武向农 徐 颖 顾瑶琴 张 云

### 女子青年组铅球决赛共 21 人

叶 婷 朱燕华 刘利艾 卢 茜 郭飒飒 杨 谦 文 志 沈言蓓  
贾琼玲 史 萍 成亚慧 张海霞 汪 蓉 王晓燕 翁 娜 杨一祎  
王海蓉 Chloe 张 红 施 惠 陆中玉

### 女子中老年组铅球决赛共 20 人

章红遵 谢亦贤 潘 芹 泮秀芬 丁敏芳 许 梅 顾 红 谢 靖  
丁 玮 开翠升 朱新妹 盛 娜 周 叶 杨 华 夏海燕 Jana  
于金兰 武向农 孙 瑾 顾瑶琴

**男子青年组跳远决赛共 22 人**

夏纪森 朱夏骏 王 岩 成 晨 张 玮 陈国康 何海燕 徐 俊  
李 刚 王国栋 吴 波 赵 杰 吕 东 程景琦 王 展 陈玉坤  
吴 赟 李书苇 张鼎逆 陈 涛 陆品军 陆 凯

**男子中老年组跳远决赛共 18 人**

倪同峰 黄良明 黄 成 王兴华 杨 专 杨和平 郭长江 富正华  
王 强 吴连明 刁迎春 杨程和 任沙金 张志高 王 曦 丁 晨  
龚铭伟 吴 杰

**男子青年组铅球决赛共 27 人**

李 舟 张 玮 戴泽伟 卢 晓 张志强 崔 启 张欣健 李 刚  
王国栋 吴 迪 任 荣 吴 波 赵 杰 房 勇 张金成 朱世杰  
刘 毅 秦 帅 张小波 王 童 杨志杰 鲍 盛 仓乃胜 吕隶文  
岳利民 朱从庆 陆 凯

**男子中老年组铅球决赛共 18 人**

施 宏 吴 杰 张 伟 马世良 将贤为 张志高 倪琛宏 陈 敏  
吴连明 刁迎春 王 强 应国虎 高龙法 李伟国 任沙金 王 曦  
张爱良 张庆生

## 趣味项目分组

### 穿梭接力（6男4女）

	一	二	三
第1组	法政	马克思学院	谢晋
第2组	商学院	生环	数理
第3组	四附中	图书馆	实验学校
第4组	外语	后勤实业	音乐
第5组	机关	旅游	附中
第6组	体育	信机	资产经营

### 乒乓板托球接力（3男3女）

	一	二	三
第1组	校医院	旅游	信机
第2组	机关	资产经营	后勤实业
第3组	实验学校	人文	附中
第4组	数理	谢晋	外语
第5组	生环	商学院	法政
第6组	四附中	图书馆	体育
第7组	音乐	马克思学院	

### 篮球投篮（3男2女）

	一	二	三
第1组	人文	数理	实验学校
第2组	谢晋	外语	四附中
第3组	继续教育	法政	音乐
第4组	附中	校医院	马克思学院
第5组	资产经营	后勤实业	机关
第6组	旅游	信机	生环
第7组	商学院	体育	

排球发球（2男3女）

	一	二	三
第1组	旅游	资产经营	附中
第2组	后勤实业	信机	生环
第3组	音乐	商学院	机关
第4组	体育	四附中	继续教育
第5组	数理	实验学校	
第6组	法政	谢晋	

足球射门（5人）

	一	二	三
第1组	商学院	附中	后勤实业
第2组	生环	信机	谢晋
第3组	四附中	法政	旅游
第4组	数理	教育	体育
第5组	资产经营	音乐	机关
第6组	马克思学院	人文	继续教育
第7组	实验学校	校医院	

呼啦圈（5人）

	一	二	三
第1组	资产经营	人文	音乐
第2组	生环	信机	谢晋
第3组	机关	马克思学院	实验学校
第4组	数理	图书馆	商学院
第5组	后勤实业	附中	法政
第6组	旅游	四附中	
第7组	体育	继续教育	

长绳（12人 男女不限）

	一	二	三
第1组	实验学校	四附中	数理
第2组	后勤实业	旅游	资产经营
第3组	人文	信机	图书馆
第4组	附中	商学院	机关

第5组	法政	生环
第6组	音乐	体育

## 双人踢毽（6人）

	一	二	三
第1组	商学院	附中	生环
第2组	体育	继续教育	法政
第3组	四附中	音乐	资产经营
第4组	旅游	后勤实业	数理
第5组	实验学校	机关	
第6组	人文	谢晋	

## 飞镖（6人）

	一	二	三
第1组	后勤实业	实验学校	四附中
第2组	图书馆	建工	旅游
第3组	外语	谢晋	资产经营
第4组	马克思主义	人文	体育
第5组	数理	商学院	附中
第6组	生环	信机	机关
第7组	法政	继续教育	
第8组	音乐	校医院	

## 仰卧起坐（3女2男）

	一	二	三
第1组	马克思学院	数理	实验学校
第2组	谢晋	校医院	四附中
第3组	商学院	法政	音乐
第4组	附中	生环	后勤实业
第5组	资产经营	体育	机关
第6组	旅游	信机	人文
第7组	建工	图书馆	

