附件1：

中国人民大学第六十一届教职工田径

运动会竞赛规程

一、竞赛时间

2021年4月7日（星期三）14:00

注:提前20分钟到检录处检录。

二、竞赛项目安排

**(一)个人项目**

1.男子A组（45岁以上，含45岁）

 立定跳远、掷实心球、60米、100米、200米、1500米、4×100米接力、铅球（7.26kg）、跳高

2.男子B组（45岁以下）

立定跳远、60米、100米、200米、1500米、跳远、4×100米接力、铅球（7.26kg）、跳高

3.女子A组（45岁以上，含45岁）

立定跳远、掷实心球、60米、100米、200米、800米、4×100米接力、铅球（4kg）、跳高

4.女子B组（45岁以下）

 立定跳远、60米、100米、200米、800米、跳远、4×100米接力、铅球（4kg）、跳高

**（二）集体项目**

3分钟集体8字跳绳

三、报名办法

1．凡我校教职工，身体健康者，均可以分工会为单位报名参加竞赛。

2．各分会每项项目限报两人，每人限报两项（可兼报接力和集体八字跳绳），每个分会限报男、女接力各一队，3分钟集体8字跳绳限报12人（其中2人摇绳，另外10人跳绳，跳绳的队员必须为5男5女）。

3.报名截止后，不能变更。

4.报名截止后，生成《报名信息确认表》，请各单位确认。

三、竞赛办法

1．所有项目均由一次决赛决定名次，竞赛项目分组分道，田径项目中的比赛顺序均由大会抽签排定。

2.各项目均需提前20分钟到检录处检录。再由各项目组裁判员带领入场。

 3.所有竞赛项目原则上采用国家田协审定的最新田径规则。

四、录取名次及奖励办法

 1.个人名次：各单项均取前八名给予奖励，按9、7、6、5、4、3、2、1计分（接力加倍），报名不足8人（队）的项目，按实际参加人（队）数减一录取。参加人（队）数少于6人（队）时，则取消该项比赛。

 2.团体名次：按各单位运动员在单项中所获得分数总和排列，设男女团体名次，录取前六名并颁发奖状，如积分相等，冠军多者名次列前，其余类推。

五、其他注意事项

1.请按时参赛。比赛开始前，组织统一热身，请各位教职工注意保暖并做好热身活动，提高肌肉力量和提高韧带的弹性和伸展性，防止肌肉和关节的损伤。

2.在比赛过程中，量力而行，安全第一。
 3.竞赛规程如有未尽事宜，由竞赛组酌情处理。