

浙江外国语学院

院办〔2025〕18号

浙江外国语学院院长办公室关于举行学校 第十六届运动会暨体育文化节的通知

各部门、学院（部）、单位：

浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节将于2025年10月30日至31日举行。现将组织机构名单、竞赛规程等印发给你们，请认真组织实施。

- 附件：1. 组织机构名单
2. 竞赛规程（教工）
3. 竞赛规程（学生）

浙江外国语学院院长办公室
2025年9月30日

附件 1

浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节组织机构

一、组织委员会

主 任：姚 旻（副校长）

副 主 任：柴改英（副校长）

委 员：办公室、宣传部、学工部/学生处、安保部、教务处、国际处、计财处、工会、团委主要负责人，后勤中心党总支书记，艺术学院、体育部党政主要负责人，各二级学院院长或党总支副书记、教师代表、校学生会主席。

总 协 调（以姓氏笔画为序）：吴 炜、陆卫斌、陈超、胡晓红、黄 莺

总裁判长：刘钰峰

艺术秘书长：李 晨

二、仲裁委员会

主 任：姚 旻

委 员（以姓氏笔画为序）：李 宁、吴 炜、陆卫斌、屠立达、黄 莺

三、工作小组

（一）宣传组

负 责 人：张佩丽、范剑秋

宣 传：姚祥燕

奖 品：邹 蕾

（二）竞赛组

负 责 人：李志良、刘钰峰

编排记录：童 杰、郑 成

裁判组织：各项目负责人

场地器材：戴亚尧

（三）后勤组

负 责 人：丰翔龙

维 修：祝浩楠

医 务：陆晓微

（四）保卫组

负 责 人：朱丽华

（五）礼仪组

负 责 人：陈 超

颁 奖：吴宗笋

附件 2

浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节

竞赛规程(教工)

一、名称：浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节

二、宗旨：团结、奋进、文明、育人

三、竞赛日期和地点：2025 年 10 月 30 日至 10 月 31 日
在体育场馆举行。

四、参加单位：以二级工会为单位组队。

五、竞赛项目：

(一) 竞赛类

羽毛球（已完赛）、乒乓球（已完赛）、气排球、健步走、高尔夫、集体八段锦。

(二) 趣味类

同心鼓（10 人，至少 3 女）、毛毛虫竞速（6 人，至少 2 女）、投壶团体赛（8 人）、同舟共济比赛（4 人，至少 2 女）、夹气球折返跑接力赛（6 人，至少 4 女）

(三) 田径类（田径项目分为青年组 45 岁以下含 45 岁、中年组 45 岁以上）

1. 青年组：100m、800m（女子）、1500m（男子）、铅球（男子 5kg、女子 4kg）、跳远（男子）

2. 中年组：800m（女子）、1500m（男子）、铅球（男子 5kg、女子 4kg）、立定跳远（女子）

六、竞赛办法：

(一) 组队

各学院(部)、机关和直属单位组建教工代表队，各报领队 1 名、教练 2 名。

(二) 报名办法

1. 报名办法：

(1) 田径项目：每个项目限报 4 人，请登入以下报名系统：<https://www.tjydh.net/bmv20/index.asp?id=8535>

(2) 非田径项目：健步走、集体八段锦项目，填写非田径类项目报名表（体育部网站下载表格），并将运动员报名表电子稿上传到体育教研部 jszx@zisu.edu.cn 邮箱。田径类项目和非田径类项目书面报名表一份加盖所在单位公章后于 10 月 23 日下午四点前交工会办公室。

2. 气排球、高尔夫报名表和比赛具体时间由校工会另行通知。

3. 团体项目报名不足 3 个单位、田径项目不足 3 人时，则取消该项比赛。

4. 各项目采用各国际单项协会审定的最新竞赛规则。

5. 裁判员由本校教工、学生担任。

(三) 羽毛球比赛（已完赛）

1. 比赛时间：2025 年 3 月 27 日—4 月 3 日

2. 比赛地点：羽毛球馆

3. 参赛资格：以二级工会为单位组队参赛。浙外所有教职员工包括外籍教师均可报名参赛。允许每支代表队借用最多不超过 2 名外援（男女均可，体育部不得外借），外援必

须是本校工会会员，被借外援不能同时代表本单位或其他队参赛。

（1）混合团体：每队可报名 12 人。要求上场 10 人中必须有各二级学院现任副处级领导及以上 1 名，其余为教职员工，其中女运动员不得少于 2 名。每轮比赛中，本队球员可兼项 1 次（外援只能上场 1 次）参赛选手不得同配手，同时上场 2 次。

（2）参赛运动员必须是身体健康者；并遵循“安全、参与、分享、合作”的参赛原则。

4. 竞赛办法：

（1）运动员必须按照抽签、编排定的比赛日期、场序到指定的场地参加比赛，每场比赛提前 15 分钟到场，每队以书面的形式确定本次所有比赛的上场人员名单，即确定每个出场顺序的比赛队员，并递交给裁判，递交后不得更改。迟到 10 分钟则以弃权处理。所有参赛选手必须遵守大会组委会制定的竞赛安排和竞赛规则，如有违反者将被取消参赛资格。

（2）计分办法：

①每项比赛 1 局，采用每球得分制的羽毛球竞赛规则进行比赛，先得 15 分者为胜，一方比分先到 8 分时，双方交换场区。每场团体赛根据 5 局比赛（男双、混双、女双、男双、混双）每局得分相加总得分决定胜负，总得分多者获胜；如果出现总得分相同，则 5 局比赛中获得局数多的球队获胜。

②各小组根据比赛胜次排定名次，胜次多者名次靠前。

如果两支球隊勝次相同，則兩隊比賽時的勝者名次列前。

③若三隊及三隊以上勝次相同，則比較彼此間勝負關係，勝次多者排名靠前；若三隊及三隊以上彼此間勝負關係相同，則優先看淨勝局情況，淨勝多者排名靠前；若三隊及三隊以上勝次和淨勝局數均一致，則取總得分（勝次相同隊伍間比賽）高者排名靠前。若總得分依然相同，則以抽簽定名次。

（3）比賽中選手如突發傷病，允許有不超過 5 分鐘的治療時間，如超過 5 分鐘還不能參加正常比賽的，則作為該場比賽棄權處理，不得換人（對方以 15-棄權方當時已得分數取勝）。

（4）比賽為校運動會分項目，沒有特殊原因不得棄權。

5. 其他事項：

（1）2024 年教工羽毛球比賽獲得前兩名分別設為 AB 種子隊。

（2）比賽用球：YY3 號球。

（3）比賽服裝：雙打（含混雙）同伴必須穿著同色系款式相近的運動服，參賽對手盡量不要穿同一顏色服裝比賽。

（4）其餘採用中國羽毛球協會審定的《2023 羽毛球競賽規則》相關規定。

6. 比賽錄取名次：

比賽按團體賽成績取前六名。

報名與報到：請於 2025 年 3 月 24 日（周一）前將組隊

参赛名单上报校工会以便及时安排对阵表（报名表附后）。

联系人：邹蕾老师，联系电话：13575717922，范骅老师，联系电话：13136146960，潘向阳老师，联系电话13605709871

（四）乒乓球比赛（已完赛）

1. 比赛时间：2025 年 4 月 7 日—4 月 16 日

2. 比赛地点：小和山乒乓球室

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：二级工会为单位组队参赛，浙外所有教职员工包括外籍教师均可报名参赛。允许每支代表队借用 1 名外援（男女均可，体育部不得外借），外援必须是本校工会会员，被借外援不能同时代表本单位或其他队参赛。每位队员（包括外援）每场比赛最多上场 2 次。

（2）本次比赛采用分组循环的方式，根据 2024 年校运动会乒乓球比赛前两名的代表队分别设 AB 两组种子队（机关、英文学院）。其余代表队通过抽签分组。

（3）比赛前 20 分钟到达场地，并以书面的形式确定本次所有比赛上场人员名单，确定其参赛项目，并递交给裁判，递交后不得更改。超时 20 分钟作弃权处理。

4. 比赛规则：

（1）本次比赛为团体赛，每场比赛包括男单、女单、男双、女双、混双 5 盘比赛。除双方单位有相互认可的特别约定外，比赛的出场顺序按男单、女单、男双、女双、混双执行。每场比赛五盘三胜制，当一方领先三盘后即结束比赛。

每位队员每场比赛最多上场 2 次。

(2) 每盘比赛采用 3 局 2 胜，每局 11 分。当单局比分为 10:10 后，领先两分一方获胜，无最高限分。

(3) 第一局比赛由裁判投掷硬币决定双方选手的场地选择，随后的比赛每局交换场地。比赛至第 3 局决胜局时，一方比分达到 5 分，需交换场地。双打比赛决胜局到达 5 分后交换场地并交换接发球选手。

(4) 每场比赛前 5 分钟，每队以手写的形式确定本次所有比赛的上场人员名单，即确定每个单项的比赛队员，并递交给裁判，递交后不得更改。

(5) 比赛为校运动会分项目，没有特殊原因不得弃权

(6) 比赛用球：红双喜 D40+乒乓球

(7) 其余有关内容参照国家最新版本乒乓球比赛规则执行。

5. 比赛录取名次：比赛按团体赛取前六名。

6. 报名与报到：2025 年 3 月 30 日前将组队参赛名单上报体育部，邮箱：847735186@qq.com。

如有疑问，请致电咨询项铖老师：13685708129。

(五) 气排球比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月—12 月 10 日(各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏)

2. 比赛地点：行健馆气排球场。

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

(2) 本次比赛根据报名情况决定赛制（单循环或分组循环）。

(3) 决定名次办法：2-0（胜队记 3 分，负队记 0 分）2-1（胜队记 2 分，负队记 1 分）弃权得 0 分，积分高者名次列前。如果 2 个队或 2 个队以上积分相等，则采用下列办法决定： A （胜局总数）/ B （负局总数）= C 值， C 值高者名次列前。如 C 值仍相等，则采用： X （总得分数）/ Y （总失分数）= Z 值， Z 值高者名次列前。

4. 比赛规则：

(1) 参赛者年龄不限，每队至少保证两名女队员（女队员不限人数）球网高度为 2 米。

(2) 开始阵容，每队场上必须始终保持 5 名队员比赛阵容。

(3) 记分方法：比赛采用三局两胜制，胜两局的队为胜一场。如果 1: 1 平局时，进行决胜局。第 1、2 局先得 21 分同时超过对方 2 分为胜一局，当比分为 20: 20 时，比赛继续进行至某队领先 2 分（22: 20、23: 21....）为胜一局。决胜局为 15 分，超过 2 分的队获胜。

(4) 每局比赛中，每队最多请求两次暂停和 5 人次换人，所换队员不受位置限制。

(5) 当发球队胜一球时，必须轮转发球。（若发球轮次错误扣 1 分）

(6) 进攻线后（后场区），队员可以对任何高度的球完成进攻性击球（本次比赛可允许踩线起跳进攻，但不能整

只脚过线)。

(7) 每场比赛可迟到 15 分钟，若迟到 15 分钟以后，需队员们自己和对手协商，如若对手不同意，迟到队伍将以 0: 2 的成绩输给对手。

(8) 网前球，只允许球从对方场区往我方场区来时，进行拦网压腕（单手或双手都可以）不可用肩膀和大臂发力按压，不可打探头球。

(9) 本次比赛不可联合组队

5. 如有疑问，请致电咨询吴浩老师 17858610474。

(六) 同心鼓比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日

2. 比赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

(2) 报名方法：每个代表队限报 1 队，每队 10 人（至少三女）。

(3) 各单位比赛顺序由组委会随机抽取，在赛前 2-3 天通知到各单位。

4. 比赛规则：

(1) 规定时间内每队齐心合力击球数多者为胜。

(2) 每队 10 人牵拉同心鼓引绳，将一个排球在同心鼓上颠起，不少于 30 厘米即为一次。

(3) 在 2 分钟内颠球数量最多的队获胜，排球落地后迅速捡起继续，可另安排一人捡球。

（七）毛毛虫竞速比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日

2. 比赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

（2）报名方法：每个代表队限报 1 队，每队 6 人（至少 2 女）。

（3）各单位比赛顺序由组委会随机抽取，在赛前 2-3 天通知到各单位。

4. 比赛规则：

（1）6 名队员骑在毛毛虫上通过协调配合使毛毛虫在跑道上行进，赛程 50 米。

（2）6 名队员骑在毛毛虫上，双手抓住固定把手，位于起跑线后。裁判员发令后，双手将毛毛虫拉起，毛毛虫不得与地面接触，以各队的毛毛虫尾部触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

（八）投壶团体赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日。（各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏）。

2. 比赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

报名要求：以二级工会为单位报名参加，每队需报 8 人。

4. 比赛规则：

（1）每个团队 8 人，每人 5 支箭进行投壶，投进壶内

得 2 分，进壶耳得 1 分，未中或 10 分钟内未投判为 0 分，投中得分总和多者胜。

（2）必须将箭镞投入壶内，才算有效；若箭尾先入壶，则无效。

（3）各团队要按运动员顺序依次投掷，抢先或超时者，即便投中，也将判为无效。

（4）比赛时，运动员必须站在起射线后，超出指定范围投壶判为无效。

（5）比赛时，除轮到进行投射的运动员外，其他人一律不得进入发射区。

（6）所有判分、报分、计分均应在取箭前进行。

5. 竞赛办法：

（1）本次赛事采取团体积分制。

（2）比赛投壶线距离为 1 米。

（3）每队比赛时间为 10 分钟，比赛时间终了后，以投出箭数所得的分数计算。

（4）如积分相同者，采取并列排名。

（九）健步走比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日

2. 比赛地点：浙江外国语学院田径场 50 米起点。

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

（2）各单位比赛统一出发

（3）比赛从田径场 50 米起点出发，按既定路线比赛，

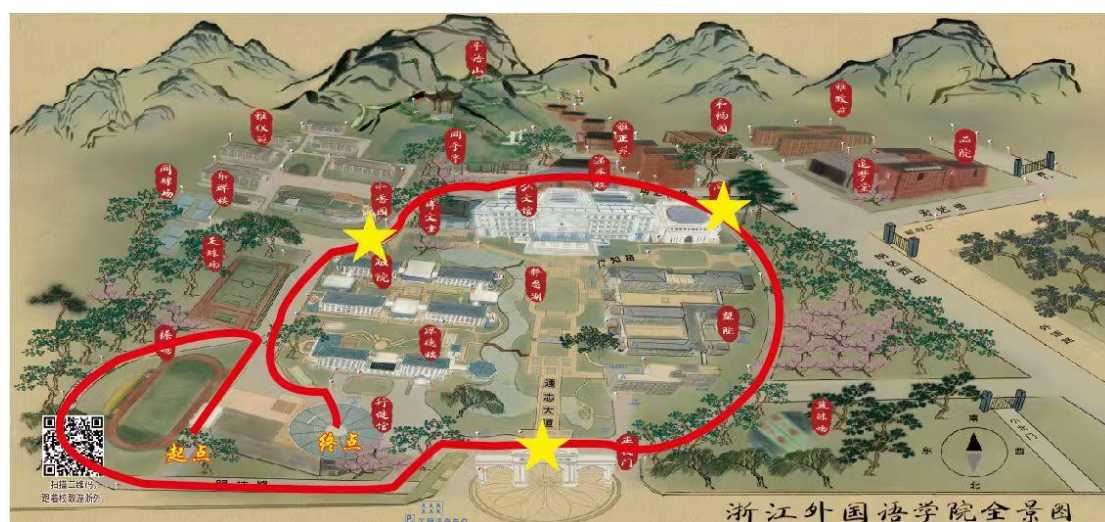
参赛队员在途中必须在五个确认点进行盖章，集齐五个确认章比赛成绩方为有效，到达比赛终点处上交盖章卡。全程大约 3 公里左右。队员在开始比赛 40 分钟内必须完赛。40 分钟后关门，关门后到达的队员成绩将不被认证。

4. 比赛规则：

- (1) 比赛期间严格按照健步走规则要求来执行。
- (2) 在比赛途中不许打闹，如有发现将取消成绩。
- (3) 在比赛途中不准抄小路，如被发现将判罚取消成绩。
- (4) 比赛途中严禁冒名顶替，如有发现将取消成绩。

5. 比赛路线图（黄色实现线为比赛路线，蓝色五角星为打卡点）

6. 如有疑问，请致电咨询项铖老师 13685708129。



途径：主田径场北门-明达东路-通志大道（校训牌前）-明达南路-最后返回行健馆走廊

（十）集体八段锦（竞赛版）

- 1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日
- 2. 参赛地点：田径场

3. 竞赛办法:

(1) 报名要求: 以二级工会为单位组队参赛。

(2) 报名方法: 每个代表队限报 1 队, 每队 20 人。

(3) 各单位比赛顺序由组委会随机抽取, 在赛前 2-3 天通知到各单位。

4. 比赛规则:

(1) 本次比赛为集体项目。采用八段锦(竞赛版)套路。

(2) 参赛队员服装统一。比赛进退场服装、秩序、列队表演均在评分范围内。

(3) 成套动作完成必须与音乐节奏相符。

(4) 比赛于运动会开幕式统一进行, 比赛站位由现场抽签决定。参赛前各学院派选 2 名负责人, 由体育部崔文娟老师进行统一培训。

(5) 比赛采用国家体育总局健身气功运动管理中心最新审定的《八段锦竞赛规则》和有关补充规定。

(6) 比赛音乐由大会统一播放。

(7) 计分办法: 整套动作满分 100 分。

(8) 录取办法: 按比赛成绩录取名次, 分数相等, 则名次并列。

(9) 本次集体八段锦比赛按集体项目得分的 3 倍计分加入团体总分。

(10) 如有疑问, 请致电咨询崔文娟老师 18667039666。

(十一) 同舟共济比赛

1. 比赛时间: 2025 年 10 月 30 日

2. 比赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

（2）报名方法：每个代表队限报 1 队，每队 4 人（至少 2 女）。

（3）各单位比赛顺序由组委会随机抽取，在赛前通知到各单位。

4. 比赛规则：

（1）队员 4 人要全部站在一块充气垫子上，用两块充气筏交替进行到终点标志物。

（2）比赛场地长 20 米，队员需要利用两块充气筏完成比赛，通过交替站在两块竹筏上，在赛道上行进到终点，注意在过程中队员身体任何部位不能触碰到地面。4 人全部通过一块气筏后，才可以搬取后面气筏。

（3）每队完成用时最少的队获胜，队员落地后迅速回到竹筏上继续并增加用时 2 秒，不可串道影响其他队伍。

（十二）夹气球折返跑接力赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日

2. 比赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：以二级工会为单位组队参赛。

（2）报名方法：每个代表队限报 1 队，每队 6 人（至少 4 女）。

（3）各单位比赛顺序由组委会随机抽取，在赛前当天

通知到各单位。

4. 比赛规则:

(1) 规定时间内每队完成背靠背折返跑速度快者为胜。比赛场地长 10 米。

(2) 每队 2 人将气球背靠背夹住为准备动作, 听到开始口令后横向步伐移动, 两人躯干和四肢均超过标志杆后, 原路返回, 与下一组两人均完成击掌算完成一组, 共完成三组。

(3) 每队三组队员完成总计用时最少的队获胜, 气球落地后迅速捡起继续并增加用时 2 秒, 不可串道影响其他队伍。

(十三) 高尔夫比赛(9 洞比杆赛、推杆赛)

1. 比赛时间: 2025 年 11 月—12 月 10 日

2. 比赛地点: 田径场九洞场地。

3. 竞赛办法:

(1) 报名要求: 以二级工会为单位组队参赛, 每单位限报 5 人, 男女不限; 各单位提交报名后, 原则上不得更换选手。

(2) 比赛内容: 本比赛为团体赛, 比赛包括高尔夫 9 洞比杆赛和推杆赛两项。高尔夫 9 洞比杆赛: 每参赛单位必须派 2 名选手参加, 每人独立完成 9 洞比赛, 杆数少者获胜, 累计各单位 2 名选手的杆数, 按总杆数从低到高录取名次并积分; 推杆赛: 每参赛单位派 3 名选手参加, 每人独立完成推杆, 得分多者获胜, 累计各单位 3 名选手的得分, 按得分从高到低录取名次并积分。

(3) 比赛分组: 高尔夫 9 洞比杆赛, 由不同单位选手

组成 3-4 人为一组，在相应发球台发球开赛；推杆赛，根据报名人数数量开 3-5 个洞杯同时进行比较，同一单位在不同洞杯完成推杆。

（4）比赛顺序、位置：由组委会随机抽取决定，并在赛前 2-3 天通知到各单位。

（5）录取：总名次按总积分从高到低录取。

总积分=9 洞比杆赛名次积分+推杆赛名次积分

4. 比赛规则：

（1）高尔夫 9 洞比杆赛，采用国家体育总局颁布的最新《高尔夫竞赛规则》。

（2）推杆赛，每人限推 9 球，限时 5 分钟完成。

推杆杆面触球即为完成 1 球的推送。比赛设置离洞杯 5 码、3 码、2 码距离各推 3 球，不同距离每球推进洞分别按 5 分、3 分、2 分计，不进洞按 0 分计，累计 9 球得分作为每位选手推杆赛的最终成绩，具体得分在比赛现场确认、公布；其余未提及内容以最新版的高尔夫竞赛规则为准。

5. 比赛器材：比赛器材由体育教研部提供，允许自备合规器材。

6. 赛前培训：赛前体育教研部为参赛单位提供高尔夫规则及技术培训，时间、地点另行通知。

7. 联系咨询：体育教研部童杰老师 13336010197。

（十四）比赛注意事项

1. 参赛队员必须提前 10 分钟入场，迟到 10 分钟视为弃权。

2. 参赛队员必须尊重和服从裁判判罚，如有问题，要在

不影响比赛的情况下，有礼貌的向裁判咨询。

3. 在比赛过程中，出现运动员受伤的突发状况，应立即停止比赛，给予 5 分钟的紧急处理。如不能继续参赛，则视为弃权。

4. 在比赛过程中，如果运动员不服从裁判判罚，裁判有权取消运动员参赛资格。如果运动员发生违反体育道德行为或者其他严重等行为，裁判可根据情节轻重给予判罚，甚至取消比赛资格。

七、录取名次和奖励办法

1. 所有单项比赛取前 6 名，按 7、5、4、3、2、1 计分，团体总分取前 3 名。报名参赛不足 6 队或 6 人参赛时，名次减 1 名录取，计分方法不变。

2. 本次比赛设体育道德风尚奖，具体评比标准参照浙江外国语学院体育文化节体育道德风尚奖评分办法。

八、竞赛时间安排表

项目	比赛时间	比赛场地	备注
羽毛球	3 月 27 日—4 月 3 日	羽毛球馆	已完赛
乒乓球	4 月 7 日—4 月 16 日	乒乓球室	已完赛
高尔夫	11 月-12 月 10 日	田径场	具体见高尔夫比赛规程及时间安排
气排球	10 月—12 月 10 日	体育馆	具体见气排球比赛规程及时间安排
同心鼓	10 月 30 日	田径场	
投壶团体赛	10 月 30 日	田径场	
毛毛虫竞速	10 月 30 日	田径场	

健步走	10月30日	校区内	
同舟共济	10月30日	田径场	
夹气球折返跑接力赛	10月30日	田径场	

九、其它

（一）本届运动会暨体育文化节有开、闭幕式及颁奖仪式，相关方案另行通知。

（二）请各参赛单位在比赛期间每天关注体育教研部和工会网站，比赛进程和结果将及时公布。

（三）各项目报名表从体育教研部网站下载。

（四）校第十六届运动会暨体育文化节各项活动的具体安排按照秩序册统一制定和规划，请各单位积极配合和参与。如遇到实际问题，请提前与体育教研部和校工会协商。

（五）报名日期：各参赛单位于2025年10月23日下午四点前完成所有项目的报名，逾期未报作自动弃权处理。所有名单一经报出不得更改。各工会网上报名账号密码，田径项目请登入 <https://www.tjydh.net/bmv20/index.asp?id=8535>。如有疑问，请致电咨询郑成老师 18667122036。

用户名	密码	用户名	密码	用户名	密码
英文教工	2a6t2r	东语教工	2a6t2r	西语教工	2a6t2r
中文教工	2a6t2r	国商教工	2a6t2r	教育教工	2a6t2r
文旅教工	2a6t2r	艺术教工	2a6t2r	马院教工	2a6t2r
国际教工	2a6t2r	应外教工	2a6t2r	继教教工	2a6t2r
图书馆教工	2a6t2r	后勤教工	2a6t2r	月刊社教工	2a6t2r
机关教工	2a6t2r				

附件 3

浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节

竞赛规程(学生)

一、名称：浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节

二、宗旨：团结、奋进、文明、育人

三、竞赛日期和地点：2025 年 10 月 30 日至 10 月 31 日
在体育场馆举行。

四、参加单位

英语语言文化学院，东方语言文化学院，西方语言文化学院，中国语言文化学院，国际商学院、创业学院，教育学院，文化和旅游学院，艺术学院，“一带一路”学院、华侨学院、国际学院，继续教育学院、培训学院共 10 支代表队。

五、竞赛项目

1. 田径：100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、3000 米、4*100 米接力、4*400 米接力、跳高、跳远、三级跳远(男)、铅球。

2. 非田径类项目：乒乓球、羽毛球、气排球、篮球(男子、女子)、足球(男子、女子)、太极拳、健美操、操舞大赛、网球、高尔夫。

六、竞赛办法

(一) 各学院为代表团

报团长 1 名(由相关领导担任)、领队 1 名、教练员 2 名。

(二) 报名办法

1. 各学院代表团于 2025 年 10 月 23 日下午 16 点前完成所有报名工作。

2. 非田径类项目：乒乓球、羽毛球、网球、高尔夫、气排球、篮球(男女已完赛)、足球(男子已完赛、女子)、操舞大赛(已完赛)、太极拳、健美操，将报名表电子稿上传到体育教研部 jszx@zisu.edu.cn (报名表请于体育部网站下载)，书面报名表一份加盖所在学院公章后交体育教研部 101 办公室，逾期未报作自动弃权处理。

3. 田径：100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、3000 米、4*100 米接力、4*400 米接力、跳高、跳远、三级跳远(男)、铅球项目采用网上报名，登入地址 <https://www.tjydh.net/bmv20/index.asp?id=8535> 详细说明请参照附件。请在完成网上报名后打印纸质稿加单位盖章送至体育部 101 办公室。如有疑问，请致电咨询郑成老师 18667122036。

(三) 田径比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日—31 日(各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏)。

2. 比赛地点：田径场。

3. 竞赛办法：

(1) 学生运动员每人限报 2 项，可兼报接力；每项径赛限报 6 人，每项田赛限报 6 人；接力项目限报男女各 1 队。

(2) 项目不足 4 人时，则取消该项比赛。

(3) 采用国际田联最新《田径竞赛规则》。

(4) 裁判员由本校教工、学生担任。

(四) 羽毛球比赛

1. 竞赛日期及时间：2025 年 10 月 21（周四），比赛时间，除周四 14:00 点开赛之外、其余工作日 16:40-17:40。（各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏）。

2. 比赛地点：小和山羽毛球馆

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：以学院为单位报名参加，每队限报 8 人，每位队员最多上场 2 次。

(2) 团体赛参赛数如 6 队及以上，采用两个阶段比赛方法。第一阶段根据实际报名队分成小组，采用单循环赛决出小组名次，取小组前 4 名进入第二阶段。第二阶段采用单淘汰赛决出 1-8 名成绩。

4. 比赛规则：

(1) 本次比赛为混合团体赛，每场比赛包括男单、女单、男双、女双、混双 5 项。比赛的出场顺序按男单、女单、男双、女双、混双执行。第一阶段小组赛打满 5 局。第二阶段淘汰赛，5 场 3 胜制，当一方领先 3 场后即结束比赛。

(2) 第一阶段比赛采用一局 25 分制。当单局比分为 24:24 后，先获得 25 分一方为胜（不采用净胜 2 分制）。第二阶段比赛采用 3 局 2 胜 15 分制为一场。当单局比分为 14:14 后，先获得 15 分一方为胜（不采用净胜 2 分制）。

(3) 第一阶段两队在第 1 局比赛前由裁判投掷硬币决

定双方选手的场地及发球权选择，随后的比赛每局交换场地。第 5 局比赛中，当有一方获得 13 分时，双方需交换场地。第二阶段团体赛采用五场三胜制，按照正规比赛进行每场的挑边，局与局间交换场区，决胜局比赛 8 分交换场区。

（4）每场比赛提前 10 分钟到场，每队以书面的形式确定本次所有比赛的上场人员名单，即确定每个单项的比赛队员，并递交给裁判，递交后不得更改。超时 10 分钟，按照弃权处理。

（5）尊重裁判、尊重对手，一切听从大会安排，如发现藐视规则、不服从组织等或顶撞现象，视情节取消比赛资格。

（6）其余有关内容参照中国羽毛球协会审定的 2023 年《羽毛球竞赛规则》。

（7）比赛用球：待定（可自备）

5. 其他：

所有参赛运动员需着软底运动鞋，不得穿黑胶底鞋入场，各学院于 2025 年 10 月 14 号，上交一张 12 寸球队集体照至一楼 10101 体育部竞赛办公室，电子稿于 10 月 13 日前上传至 3232930488@qq.com。不交照片的队伍，取消比赛资格。

（五）乒乓球比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 23 日—10 月 26 日（各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏）

2. 比赛地点：乒乓球馆

3. 竞赛办法：

（1）报名要求：每学院以团队报名参加，队员不限，

每位队员最多上场 2 次。每个学院限报 8 人。

(2) 比赛采用单循环积分赛，详见乒乓球竞赛规程。

4. 比赛规则：

(1) 本次比赛为团体赛，每场比赛包括男单、女单、男双、女双、混双 5 盘比赛。除双方队伍有相互认可的特别约定外，比赛的出场顺序按男单、女单、男双、女双、混双执行。每场比赛五盘三胜制，当一方领先三盘后即结束比赛。

(2) 比赛每盘比赛采用 3 局 2 胜，每局 11 分。当单局比分为 10:10 后，领先两分一方获胜，无最高限分。

(3) 第一盘比赛由裁判投掷硬币决定双方选手的场地选择，随后的比赛每局交换场地。比赛至第 3 局决胜局时，一方比分达到 5 分，需交换场地。双打比赛决胜局 5 分以后交换场地并交换接发球选手。

(4) 每场比赛前 5 分钟，每队以手写的形式确定本次所有比赛的上场人员名单，即确定每个单项的比赛队员，并递交给裁判，递交后不得更改。

(5) 其余有关内容参照国家最新版本乒乓球比赛规则执行。

(6) 如有疑问，请致电咨询项钺老师 13685708129。

(六) 气排球比赛

1. 比赛时间：2025 年 11 月—12 月 10 日(暂定)

2. 比赛地点：行健馆气排球场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：本校学生（不限年级）以学院为单位

组队比赛。

(2) 本次比赛根据报名情况决定赛制（单循环或分组循环）。

(3) 决定名次办法：2-0（胜队记 3 分，负队记 0 分）2-1（胜队记 2 分，负队记 1 分）弃权得 0 分，积分高者名次列前。如果 2 个队或 2 个队以上积分相等，则采用下列办法决定： $A（胜局总数）/B（负局总数）=C$ 值，C 值高者名次列前。如 C 值仍相等，则采用： $X（总得分数）/Y（总失分数）=Z$ 值，Z 值高者名次列前。

4. 比赛规则：

(1) 参赛者年龄不限，每队至少保证两名女队员（女队员不限人数）球网高度为 1.9 米。

(2) 开始阵容，每队场上必须始终保持 5 名队员比赛阵容。

(3) 记分方法：比赛采用三局两胜制，胜两局的队为胜一场。如果 1: 1 平局时，进行决胜局。第 1、2 局先得 21 分同时超过对方 2 分为胜一局，当比分为 20: 20 时，比赛继续进行至某队领先 2 分（22: 20、23: 21...）为胜一局。决胜局为 15 分，超过 2 分的队获胜。

(4) 每局比赛中，每队最多请求两次暂停和 5 人次换人，所换队员不受位置限制。

(5) 当发球队胜一球时，必须轮转发球。

(6) 进攻线后（后场区），队员可以对任何高度的球完成进攻性击球，但击球起跳时脚不得踏及或越过进攻线。

(7) 网前球，只允许球从对方场区往我方场区来时，进行拦网压腕（单手或双手都可以）不可用肩膀和大臂发力按压，不可以打探头球。

5. 如有疑问，请致电咨询吴浩老师，电话：17858610474。

(七) 男子篮球比赛（已完赛）

1. 比赛时间：2025 年 5 月 6 日（拟）起，各学院具体比赛时间详见篮球赛竞赛时间表（发送至篮球比赛微信群）。

2. 比赛地点：行健馆篮球场

3. 竞赛办法：

(1) 各参赛队（以各学院为单位）于 4 月 24 日晚 9 点前提交报名表（具体见篮球队长群内通知），每队限报 15 人，每场比赛前确认 12 人名单，报名后队员不得更改，并统一服装上场比赛。

(2) 本次比赛赛制与分组视报名情况另行通知，详见附件（具体见篮球队长群内通知）。

(3) 各参赛队均需派出至少两名人员参与裁判组工作，包括但不限于临场值裁，技术台工作等等。且参与人员需听从裁判长安排，积极工作。拒绝派出人员或派出人员不足两人的参赛队伍将取消参赛资格。具体人员需在 4 月 24 日前报给裁判长周子瀚。

4. 比赛规则：

(1) 本次比赛规则采用四节制度，每节 10 分钟，每节之间休息 2 分钟。前两节每队两次暂停机会，后两节每队三次暂停机会，每次暂停时间为 60 秒。上半场暂停机会不可

累计到下半场使用。

(2) 比赛过程中除暂停与比赛最后 120 秒停表(裁判哨响即停表)，其余情况不停表。

(3) 除以上规则外，执行 2018 年 10 月 1 日国际篮联篮球规则。

(4) 比赛严格按照对阵时间表执行，如遇特殊情况(如学院实践周、周末自学考试)造成比赛时间更改，由学生会体育部另行通知各学院负责人。

(5) 本次比赛规则争议最终解释权归属当值主裁判。

(6) 本次篮球赛裁判长为周子瀚同学: 13958872813(微信同号)，副裁判长为侯云问同学，如有疑问可咨询。负责老师: 马敏航 17757107181(微信同号)

(八) 女子篮球比赛(已完赛)

1. 比赛时间: 2024 年 5 月 6 日(拟)起，具体比赛时间详见篮球队长群。

2. 比赛地点: 行健馆篮球场

3. 竞赛办法:

(1) 各参赛队(以各学院为单位)于 4 月 24 日晚 9 点前提交报名表(以学院为单位)，每队 6-12 人，报名后队员不得更改。如发现报名外的队员上场参赛，则取消该队比赛资格。

(2) 本次比赛赛制与分组视报名情况另行通知，详见附件(具体见篮球队长群内通知)。

4. 比赛规则:

(1) 本次比赛规则采用四节制度，每节 10 分钟，每节之间休息 2 分钟。前两节每队一次暂停机会，后两节每队两次暂停机会，每次暂停时间为 60 秒。上半场暂停机会不可累计到下半场使用。

(2) 比赛过程中除暂停与比赛最后 120 秒停表（裁判哨响即停表），其余情况不停表。

(3) 除以上规则外，执行 2018 年 10 月 1 日国际篮联篮球规则。

(4) 比赛严格按照对阵时间表执行，如遇特殊情况（如学院实践周、周末自学考试）造成比赛时间更改，由学生会体育部另行通知各学院负责人。

(5) 本次比赛规则争议最终解释权归属当值主裁判。

(6) 本次篮球赛裁判长为吴逸凡同学，副裁判长为周雅玲同学，如有疑问可咨询马敏航老师 17757107181（微信同号）

(九) 男子足球比赛（已完赛）

1. 比赛时间：2025 年 4 月（各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏）

2. 比赛地点：小足球场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：每学院以团队报名参加，每队不超过 17 人。

(2) 比赛赛制为锦标赛赛制，分为小组赛阶段与淘汰赛阶段，详见赛事秩序册。

4. 比赛规则:

(1) 本次比赛参赛队共 9 队, 由分档抽签决定分为两个小组。

分档抽签依据: 第十五届校运会足球比赛排名。

(2) 第一阶段: 小组单循环积分制

每组 4 或 5 支球队进行单循环小组赛, 每场比赛胜者积 3 分, 平局双方各积 1 分, 负者不积分。三场比赛后小组前二名晋级淘汰赛; 两个小组第三名进行五六名排位赛; 两个小组第四名进行七八名排位赛; A 组第五名直接获得本届比赛第 9 名 (本届比赛成绩将作为第十五届校运会团体项目加分参考标准, 因此需要进行排位赛)

积分相同情况下排名判定标准:

如遇两队或两队以上积分相同时, 依下列顺序排列名次:

- ① 积分相等队在全部比赛中净胜球多者, 名次列前;
- ② 积分相等队在全部比赛中进球数多者, 名次列前;
- ③ 积分相等队在互相比赛中积分多者, 名次列前;
- ④ 积分相等队在全部比赛中红牌数少者, 名次列前;
- ⑤ 积分相等队在全部比赛黄牌数少者, 名次列前;
- ⑥ 积分相等队进行抽签决定名次。

(依照 2022 国际足联世界杯小组积分及出线判定标准)

(4) 第二阶段: 淘汰赛

半决赛:

A 组第一对阵 B 组第二

A 组第二对阵 B 组第一

决赛:

半决赛中胜者决出冠、亚军

半决赛中败者决出季、殿军

(5) 一场比赛应由两队参加，每队上场队员不得多于 8 人，其中必须有 1 人为守门员。若比赛前任何一队队员少于 5 人或在比赛中队员被罚出场致使场内队员少于 5 人时，该场比赛队员少的队视为弃权，判对方 3:0 胜。

(6) 每场比赛常规时间内准许换三个人，若进入加时赛允许双方额外多一个换人名额，且换下的队员可以再次换上。赛前裁判核对上场及替补队员名单，若有名单外人员或报名表中有外院人员，则判该队 0:3 负，同时责罚队长黄牌一张。

(7) 除不可抗力因素外，若参赛队伍超出开球时间 5 分钟未到达场地，则视为本场比赛弃权，判对方 3:0 胜。

(8) 其余有关内容参照 IFAB 足球竞赛规则 2022/2023 规则。

(9) 如有疑问，请致电咨询郑老师：15715788594。

(十) 女子足球比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月(各学院具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏)

2. 比赛地点：小足球场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：每学院以团队报名参加，每队不超过 17 人。

(2) 比赛赛制为锦标赛赛制，分为小组赛阶段与淘汰赛阶段，详见赛事秩序册。

4. 比赛规则:

(1) 所有参赛队在竞赛中均能相遇一次, 最后按各队在竞赛中的得分多少、胜负场次来排列名次; 胜一场积 3 分, 平局积 1 分, 输球不积分。最后按照积分高低进行排名。积分相同情况下排名判定标准:

如遇两队或两队以上积分相同时, 依下列顺序排列名次:

- ①积分相等队在全部比赛中净胜球多者, 名次列前;
- ②积分相等队在全部比赛中进球数多者, 名次列前;
- ③积分相等队在互相比赛中积分多者, 名次列前;
- ④积分相等队在全部比赛中红牌数少者, 名次列前;
- ⑤积分相等队在全部比赛黄牌数少者, 名次列前;
- ⑥积分相等队进行抽签决定名次。

(依照 2022 国际足联世界杯小组积分及出线判定标准)

(2) 一场比赛应由两队参加, 每队上场队员不得多于 8 人, 其中必须有 1 人为守门员。若比赛前任何一队队员少于 5 人或在比赛中队员被罚出场致使场内队员少于 5 人时, 该场比赛队员少的队视为弃权, 判对方 3: 0 胜。

(3) 每场比赛常规时间内准许换三个人, 若进入加时赛允许双方额外多一个换人名额, 且换下的队员可以再次换上。赛前裁判核对应上场及替补队员名单, 若有名单外人员或报名表中有外院人员, 则判该队 0: 3 负, 同时责罚队长黄牌一张。

(4) 除不可抗力因素外, 若参赛队伍超出开球时间 5 分钟未到达场地, 则视为本场比赛弃权, 判对方 3: 0 胜

(5) 其余有关内容参照 IFAB 足球竞赛规则 2022/2023 规则。

(6) 如有疑问，请致电咨询郑老师：15715788594。

(十一) 集体太极拳比赛

1. 比赛时间：2025 年 10 月 30 日

2. 参赛地点：田径场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：以学院为单位组队参加(限报一队)，每队人数 50 人(男、女不限)。

(2) 竞赛内容：浙江外国语学院 2023 年太极扇竞赛套路。

4. 比赛规则：

(1) 本次比赛为集体项目。

(2) 参赛队员服装统一。比赛进退场服装、秩序、列队表演均在评分范围内。

(3) 成套动作完成必须与音乐节奏相符。

(4) 比赛于运动会开幕式统一进行，比赛站位由现场抽签决定。参赛前各学院派选 2 名负责人，由体育部崔文娟老师进行统一培训。

(5) 比赛采用国家体育总局武术运动管理中心最新审定的《武术套路竞赛规则》和有关补充规定。

(6) 比赛音乐由大会统一播放。

(7) 计分办法：整套动作满分 100 分。

(8) 录取办法：按比赛成绩录取名次，分数相等，则名次并列。

(9) 本次太极拳比赛按集体项目得分的 3 倍计分加入团体总分。

(10) 如有疑问, 请致电咨询崔文娟老师: 18667039666。

(十二) 健美操比赛

1. 比赛时间: 10 月 30 日

2. 比赛地点: 田径场

3. 竞赛办法:

(1) 报名要求: 以学院为单位组队参加(限报一队)。每队人数 50 人(男、女不限)。

(2) 竞赛内容: 《校园健身操--花球》

4. 比赛规则:

(1) 本次比赛为集体项目。

(2) 要求参赛队员服装统一。比赛进退场、服装、秩序、列队表演均在评分范围内。

(3) 成套动作完成必须与音乐节奏相符。

(4) 比赛于运动会开幕式统一进行, 比赛站位由现场抽签决定。参赛前各学院派选 2 名负责人, 由体育部傅金芬、马超老师进行统一培训。

(5) 比赛采用国家体育总局体操运动管理中心审定的《2017—2020 健身操竞赛规则》和有关补充规定。

(6) 比赛音乐由大会统一播放。

(7) 计分办法: 整套动作满分 100 分。

(8) 录取名次: 按比赛成绩录取名次, 分数相等, 则名次并列。

(9) 本次健美操比赛按集体项目得分的 3 倍计分加入团体总分。

(10) 如有疑问, 请致电咨询傅金芬老师 15268546844; 马超老师 18636718818。

(十三) 操舞比赛 (已完赛)

1. 比赛时间: 2025 年 6 月 5 日

2. 比赛地点: 行健馆

3. 竞赛项目:

操类项目:

① 女子单人操 (可根据竞赛示范套路参赛)

② 男子单人操

③ 双人操 (女子/男子/混合)

④ 5-8 人小集体 (徒手操/器械操)

⑤ 啦啦操: 8-16 人

舞类项目:

体育舞蹈: (伦巴、恰恰、牛仔、桑巴)

① 单人拉丁舞: 自选音乐、自选 2 个舞种

② 双人拉丁舞: 自选音乐、自选 1-2 个舞种

③ 六人拉丁舞: 自选音乐、自选 2-3 个舞种

④ 排舞 (蓝色婚礼): 6-10 人

⑤ 街舞 (齐舞): 5-16 人

⑥ 中国舞: 2-6 人

表演类项目:

啦啦操 (表演)、体育舞蹈 (表演)、爵士舞、排舞组

队人数不限（要求本学期体育课程报修健美操或体育舞蹈选项课的大二学生，积极参加 此项目比赛）。

4. 竞赛要求:

①参赛者以学院为单位，操、舞类项目不得跨学院报名，表演类项目可跨学院自由组队，各学院需报领队 1 人，教练员 1-2 人。

②竞技健美操单人操、双人操项目可报 2 队，其他项目限报 1 队，单项报名不足 3 队的，该项目取消。

③所有参赛运动员凭学生证参加比赛，允许运动员兼项，限报 3 项。

④本次比赛采用线上线下相结合的报名方式，运动员通过体测联赛小程序系统报名，各学院负责人则以学院为单位，填写《浙江外国语学院第三届操舞大赛 报名表》盖章。

⑤线上线下报名时间均为 5 月 20 日-6 月 2 日，各学院负责人在规定期限内将线下报名表交至体育部 10101 办公室。

⑥参赛队如遇特殊原因需临时更换队员时，须在赛前出具书面证明，并加盖学院公章。

⑦报名与竞赛过程中如遇疑义之处可咨询相关负责老师。

总负责人：傅金芬老师 15268546844

操类负责人：马超老师 18636718818

舞类负责人：李宁远老师 15811222286

5. 竞赛办法:

①所有项目:

成套时间: 健美操 1 分 20 ± 10 秒;

啦啦操 1 分 45 ± 15 秒;

体育舞蹈 1 分 10 ± 25 秒;

排舞 4 分 08 秒;

街舞 1 分 45 ± 15 秒

音乐要求: 自编成套须根据项目特点、舞蹈风格自行提供音乐, 规定成套由大会提供。

场地空间: 场地大小 12×12 , 队形变化不少于 5 次。

②竞技健美操: 成套中需展示出 4 个难度动作/技巧动作。

③比赛规则: 成套动作评分总分 100 分, 其中包括动作编排 50 分, 动作完成 50 分, 裁判长减分三部分内容。

(1) 动作完成 50 分

根据成套动作所出现的所有内容进行完成质量的评判。其包括: 主体内容的规范性, 运动员在完成动作的一致性, 所有动作均需运动员在场上准确无误的进行展示。

(2) 动作编排 (艺术评定) 50 分

A. 音乐: 应该反映该项目的运动特点。

B. 艺术性: 是一种运动员将一套完整的成套动作转换成具有艺术性表演的能力, 团队所有成员除了完美完成动作以外, 还必须展示表现力以及团队合作精神。

C. 空间运动: 竞赛场地的合理运用、行进路线, 完成成

套动作的空间位置以 及在成套中的分配情况。

（3）裁判长减分

A. 超出规定时长 5 秒内由裁判长进行 5 分的减分；超 5 秒以上的套路动作 将由裁判长进行 10 分的减分。

B. 由裁判长对服装进行 1-5 分的减分。

C. 比赛人数不符合要求的，每缺/多一人减 5 分，由裁判长减分。

④所有项目比赛进行一次决赛。

⑤竞赛出场顺序由各学院抽签决定，具体时间待定。

⑥运动员须着与项目特性相符的服装参加比赛，集体项目要求服装统一。

6. 录取名次与奖励

①竞赛类操、舞各单项分别录取前 8 名按 9、7、6、5、4、3、2、1 计分，颁发证书，并按照校体育文化节规程中对应的分值加入到各学院团体总分。表演类项目按照比例录取名次，一等奖 20%，二等奖 30%，三等奖 50%，颁发证书。

②所有参加本次比赛的运动员，可根据体育部阳光长跑现行规定进行相应的里程奖励。

③获得单项前三名的运动员须参加最终颁奖仪式，并颁发奖品。

④获得单项冠军的各学院比赛队伍将作为代表参加校第十五届体育文化艺术节开幕式。

（十四）网球比赛

1. 比赛时间：2025 年 11 月—12 月 10 日。（各学院具体

比赛时间详见体育部网站运动会专栏)。

2. 比赛地点：网球场

3. 竞赛办法：

(1) 报名要求：以学院为单位报名参加(不允许联队)，每个学院限报 4 人

(2) 第一阶段根据实际报名队分成小组，采用单循环赛决出小组名次，取小组前 2 名进入第二阶段。小组前 2 名采用单淘汰赛决出相关名次，小组第 3 名争夺 5、6 名，小组第四争夺 7、8 名。

4. 比赛规则：

团体赛：团体赛每个队伍出场顺序为：单打、单打、双打，比赛采取三场两胜制，允许运动员兼项。

5. 比赛办法：

(1) 本次赛事采取七分决胜制，决赛采用 4 局无占先。比赛采用信任制，裁判监督。

(2) 团体赛：团体赛每个队伍出场顺序为：单打、单打、双打，比赛采取三场两胜制。第一阶段比赛采取小组单循环，3 场比赛必须完成，第二阶段的交叉淘汰比赛(2:0 后第 3 场可以不打，具体分组依参赛队伍数量而定)。

(3) 每场比赛提前 10 分钟，每队以书面的形式确定本次所有比赛的上场人员名单，即确定每个单项的比赛队员，并递交给裁判，递交后不得更改。超时 15 分钟，按照弃权处理。

(5) 其余有关内容参照国家最新版本网球比赛规则执行。

(5) 如有疑问, 请致电咨询郑成老师 18667122036。

(十五) 高尔夫比赛(9洞比杆赛)

1. 比赛时间: 2025年11月—12月1日。(具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏)

2. 比赛地点: 田径场九洞场地

3. 竞赛办法:

(1) 报名要求: 以各学院为单位报名参赛, 每单位限报5人, 男女不限; 各单位提交报名后, 原则上不得更换选手。

(2) 比赛内容: 本比赛为团体赛。高尔夫9洞比杆赛: 每参赛单位派5名选手参加, 少于4名不计最终成绩, 每人独立完成9洞比赛, 杆数少者获胜。

(3) 比赛分组: 高尔夫9洞比杆赛, 由不同单位选手组成3-4人为一组, 在相应发球台发球开赛。

(4) 比赛顺序、位置: 由组委会随机抽取决定, 并在赛前2-3天通知到各单位。

(5) 录取: 累计各学院成绩列前4名选手的杆数, 按总杆数从低到高录取名次。

4. 比赛规则:

高尔夫9洞比杆赛, 采用国家体育总局颁布的最新《高尔夫竞赛规则》。

5. 比赛器材: 比赛器材由体育教研部提供, 允许自备合规器材。

6. 赛前培训: 赛前体育教研部为参赛单位提供高尔夫规

则及技术培训，时间、地点另行通知。

7. 联系咨询：体育教研部童杰老师：13336010197。

本规程最终解释权归浙江外国语学院体育教研部。规程中未尽事宜，由体育教研部另行通知。

八、录取名次和奖励办法

（一）所有单项取前 8 名，按 9、7、6、5、4、3、2、1 计分，集体项目 4*100 米接力、4*400 米接力、3000 米、乒乓球、羽毛球、网球、篮球、高尔夫、足球**双倍**积分，太极拳、健美操项目**三倍**积分。代表学校参加教育部、教育厅举办的赛事，获得前三名的学生所在学院团体总分加 10 分，获得 4-8 名的学生所在学院团体总分加 5 分。单项报名不足 8 人，减 1 名录取名次，计分方法不变。

（二）3000 米作为校运动会的特殊项目，按集体项目录取名次，凡顺利完成比赛的运动员都计 1 分。（温馨提示：项目对于体能、耐力要求较高，请各参赛队员提前进行锻炼；严禁有心血管系统疾病的学生参与，注意安全。）

（三）田径项目破校运动会记录加 10 分，个人（队）在同一项目中不论破几次记录，均不重复加分。

（四）学生团体总分取前 8 名，如积分相等，以破运动会记录多者名次列前；再相等以第一名多者名次列前，依次类推。

（五）本次比赛设体育道德风尚奖，具体评比标准参照浙江外国语学院体育艺术文化节体育道德风尚奖评分办法。

九、竞赛时间安排表

项目	比赛时间	场地	备注
太极拳	10月30日	田径场	具体时间见运动会秩序册
健美操	10月30日	田径场	具体时间见运动会秩序册
操舞比赛	6月5日	篮球馆(已完赛)	具体时间见运动会秩序册
男子、女子 篮球	5月6日—5月30日	篮球场(已完赛)	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
男子足球	4月6日—5月30日	足球场(已完赛)	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
女子足球	10月—11月30日	足球场	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
乒乓球	10月23—10月26日	乒乓球馆	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
羽毛球	10月21日—10月25日	羽毛球馆	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
气排球	11月—12月10日	行健馆	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
网球	11月—12月10日	网球场	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
高尔夫	11月—12月10日	田径场	对照表和具体比赛时间详见体育部网站运动会专栏
田径比赛	10月30日—10月31日	田径场	具体时间见运动会秩序册

备注：具体时间请按照比赛对阵表执行，详见体育教研部网站。

十、其它

(一) 各代表团(队)可自带代表团(队)队旗一面(旗杆自备)

(二) 本届运动会暨体育文化节将举行开幕式、闭幕式

及颁奖仪式，具体方案另行通知。

（三）请各参赛学院在比赛期间每天关注体育教研部网站，比赛进程和结果将及时公布。

（四）各项目报名表从体育教研部网站下载。

（五）各项目详细竞赛时间表请咨询各项目负责人。

（六）校第十六届运动会暨体育文化节各项活动的具体安排按照秩序册统一制定和规划，请各学院积极配合和参与。如遇到实际问题，请提前与体育教研部取得联系。

附： 登录网上报名系统方法访问地址：
<https://www.tjydh.net/bmv20/index.asp?id=8535>

运动会名称：浙江外国语学院第十六届运动会暨体育文化节各参赛单位用户名、初始密码(登录后必须修)。

用户名	密码	用户名	密码	用户名	密码
英文学院	2a6t2r	东语学院	2a6t2r	西语学院	2a6t2r
中文学院	2a6t2r	国商学院	2a6t2r	教育学院	2a6t2r
文旅学院	2a6t2r	艺术学院	2a6t2r	国际学院	2a6t2r
继教学院	2a6t2r				