

# 中国大学生体育协会

---

大体协[2019]320号

## 关于举办第15届中国大学生健康活力大赛的通知

各省、自治区、直辖市教育厅（教委）、学生体育协会：

由中国大学生体育协会主办，中国大学生体育协会健美操艺术体操分会执行的“第15届中国大学生健康活力大赛”，计划于2019年11月12日-18日在江苏南京举行。现将竞赛规程印发于你们，请按照竞赛规程的相关规定组织执行。

- 附件：1. 第15届中国大学生健康活力大赛竞赛规程  
2. 《自愿参赛责任及风险告知书》  
3. 竞赛日程安排表



抄送：江苏省教育厅体育卫生与艺术教育处、中国大学生体育协会健美操艺术体操分会、江苏省学生体协高校工作委员会、江苏省学生体协高校工作委员会健美操分会、中国药科大学

---

附件 1:

## 第 15 届中国大学生健康活力大赛竞赛规程

### 一、组织单位

1. 主办单位：中国大学生体育协会
2. 执行单位：中国大学生体育协会健美操艺术体操分会
3. 承办单位：中国药科大学
4. 支持单位：江苏省教育厅体育卫生与艺术教育处
5. 协办单位：江苏省学生体协高校工作委员会

江苏省学生体协高校工作委员会健美操

分会

### 二、比赛时间及地点

1. 比赛时间：2019 年 11 月 12 日--18 日
2. 比赛地点：中国药科大学

### 三、参赛运动员条件

1. 具有中华人民共和国国籍的公民，并按照教育部关于全国普通高等学校招生、录取的有关规定，经考生（户口）所在地高等学校招生委员会（办公室）审核录取，且已进入教育部高校学生司“全国高校新生录取及在校学生学籍管理系统（数据信息库）”中的在校全日制学生（含 2019 应届毕业生），在 1991 年 9 月 1 日后出生的全日制大学专科、本科、研究生（博士生不受限制）。

2. 思想政治进步，遵守运动员守则，文化课考试合格。参赛运动员须身体健康，经县级以上医院体检合格，并在报名表加盖医院公章。

3. 在教育部学生体育协会联合秘书处正式履行中国大学生运动员注册手续，并经审核通过者。

4. 属于进修班、干训班、专修班、短训班、培训班、代培班和电视大学、函授大学、夜大学、职工大学、自修大学、远程教育学院等所有属于成人高等教育系列的学生均不得参加比赛。

5. 香港、澳门、台湾地区的参赛运动员不受上述 1、3 条限制。

6. 为加强监督，参赛运动员名单将于报名截止后 5 个工作日在中国学生体育网 (<http://www.sports.edu.cn>) 予以公示。

#### 四、注册办法

1. 参赛运动员必须以运动员所在学校为单位在《中国学生体育竞赛管理系统》 ([www.nssc.org.cn](http://www.nssc.org.cn)) 中进行网上注册，否则不允许参加比赛。

2. 参赛运动员所在学校的学校管理员需登录《中国学生体育竞赛管理系统》 ([www.nssc.org.cn](http://www.nssc.org.cn)) 进行运动员和教练员网上注册。参赛运动员在完成网上注册成功后进行报名

（详见《中国学生体育竞赛管理系统》首页的“系统使用者必看”和“IE 浏览器调整”中的先关规定。

3. 注册时，需按要求填写教练员信息、运动员信息、上传参赛运动员本人的学生证（电子版）、第二代身份证件（电子版）、近期免冠一寸照片及队伍的全家福照片（照片需根据网站要求调整尺寸大小）等有关材料。

4. 注册工作联系人：孙变丽、李阳；联系电话：010-66093753、010-66093749（周一至周五9:00—16:30）。

## 五、报名办法

### （一）报名

1. 各参赛单位每项目比赛限报领队 1 人，教练员 1-2 人，随队裁判 1 人（具体要求见第七条，第 2 点）。

2. 比赛将实行网络一次报名（[www.natsports.net](http://www.natsports.net)），报名截止时间：2019 年 10 月 18 日，逾期不予受理。联系人：杨老师，联系电话：0755-83590311，随队裁判请在姓名后**注明执裁项目**。报名流程请自行在两操分会官网/微信公众号中下载（[csara.pku.edu.cn](http://csara.pku.edu.cn)）。

3. 报名咨询：总咨询：邱建钢 028-85071081。

健美操项目：唐红斌 18611120713；排舞项目：杨萍 13810969693；中国风项目：袁睿超 139191994886；瑜伽项目：张菁 18910010800。

5. 各队在上交报名表时，需一并提交《自愿参赛责任及风险告知书》（附件3），没有提交的单位不得参赛。

（二）网上报名信息将在参赛手册、证书等各类比赛文件中出现，确认提交后，不得擅自修改，如有修改，请与工作人员联系；如出现信息漏报、错报、多报等，由参赛单位自行负责。

（三）参加本届比赛的所有人员须由所在单位在当地保险公司办理“人身意外保险”（含往返赛区途中和比赛期间），未办理者不得参加比赛。各单位报到时，须向组委会交验的运动员证件有：身份证、学生证、保险公司保险单据。

（四）网上查询：本次大赛竞赛规程、报名表请到中国大学生体育协会官方网站 <http://www.sports.edu.cn> 查阅下载。

（五）报名日期至2019年10月18日截止，逾期报名，不予受理。

（六）具体比赛日程安排：待报名时间截止后在网站（[csara.pku.edu.cn](http://csara.pku.edu.cn)）和微信公众号（csara2012）发布。

（七）食宿费于赛前报到时现场收取。

## 六、仲裁与资格审查

1. 在中国大学生体育协会领导下，仲裁委员会全权负责对运动员的资格进行审查，对运动队的赛纪赛风、技术代表、

临场裁判的工作进行监督和评议等。竞赛监督委员会主任及委员人选由中国大学生体育协会聘任。

2. 为体现比赛的育人宗旨，请各校对本单位报名参赛的运动员资格进行严格、认真的审查，按照本规程有关规定，严格把关，杜绝违反运动员资格的规定、弄虚作假、冒名顶替等不良行为。各队领队、教练要对运动员资格确实负责。

3. 为了本届比赛工作的顺利进行，仲裁委员会负责本届参赛运动员的资格审查工作。

## 七、临场裁判工作

1. 由裁判长、副裁判长领导小组负责管理。正、副裁判长、竞赛长、记录长、检录长和裁判员由中国大学生体育协会选派。

2. 各参赛队可提前申报一名随队裁判员，但必须经 CSARA 专业裁判培训，并持有 CSARA（2019-2022）周期执裁资格证书的人员，最终随队裁判人员经 CSARA 各项目专项委员会审核上报 CSARA 竞赛裁判委员会确认后，方可参与裁判工作。（随队裁判员往返交通和食宿费用自理）。

3. 凡担任本次大赛的裁判员必须参加赛前学习和考试，经考试通过后，抽签决定是否上场进行评判工作。

4. 裁判员须自带裁判装备（装备不规范者，自动放弃执裁资格）：

男士：白衬衣，深蓝色西服套装，领带，佩戴徽章；

女士：白衬衣、深蓝色西服套装（裙），佩戴徽章。

## 八、报到日期、地点、联席会议及参赛证

### （一）运动员报到日期：

1. 各项目参赛队领队、教练员、运动员于11月12日（早上9点至晚上22点）报到，11月17日17:00之后离会。

2. 健康活力大赛开幕式彩排于11月14日晚上19:30进行；15日下午14:00开幕式正式举行（所有项目运动队、裁判员及团体操领奖代表参加）。

### （二）裁判员报到日期：

各项目裁判员于11月12日20:00前报到，裁判员会议在11月13日上午9:00举行，11月18日离会。

### （三）报到地点：中国药科大学体育馆

### （四）赛前技术联席会议：

1. 时间：11月13日上午11:00召开赛前技术联席会。

2. 参会成员：中国大学生体育协会、两操分会、承办单位有关人员、各队领队、教练员、仲裁委员、竞赛长、裁判长等参加。

（五）参赛证佩戴要求：凡领队、教练员、运动员在参赛期间必须佩戴由大会组委会统一制作的参赛证方可入场。

## 九、竞赛纪律与规定

执行由教育部学生体育协会联合秘书处制定的《全国学生体育竞赛纪律处罚规定》

1. 对违反资格规定的运动员、运动队，将依据《全国学生体育竞赛纪律处罚规定》的有关规定给予处罚。

2. 为端正赛风，防止发生非体育道德行为，体现公平竞争的原则，各运动队报到时须缴纳保证金 3000 元，对无违反竞赛纪律规定的运动队，赛后归还保证金。

3. 关于申诉：各运动队对于有违反资格规定的运动员，运动队享有申诉权，申诉时，须写正式书面材料由领队签名并缴纳申诉费 2000 元，经资格审查委员会审查认定者，归还其申诉费。

## 十、经费规定

1. 所有人员的往返差旅费自理。

2. 参赛费：各参赛学校每人每项 80 元。

3. 食宿费：各参赛单位领队、教练员、运动员及随队裁判员食宿、交通由组委会统一安排，标准为：200 元/人/天，交通费 50 元/人（所有参赛单位承办方负责从宾馆到比赛场地往返交通）。

4. 以上费用请于报到时向承办单位支付（提供刷卡服务）。

5. 各参赛单位报到前告知达到南京的交通信息，以便大赛会务组安排。联系人：陈老师，联系电话：13770637200。

## 十一、评选特别奖项

1. 大赛评选“体育道德风尚运动队奖”20个（其中健美操10个、校园健身操舞10个），颁发奖牌；

2. 大赛评选“优秀教练员奖”40个（其中健美操20个、校园健身操舞20个），颁发荣誉证书；

3. 大赛评选“优秀裁判员奖”24个（其中健美操12个、校园健身操舞12个），颁发荣誉证书。

## 十二、其他

1. 开幕式及颁奖仪式要求选手必须身着比赛服装。报到时请自备上交校旗或队旗一面，规格为3号，两面印刷，一面用于开幕式，一面用于赛场悬挂。

2. 各队自选音乐请在报到时自备高质量U盘两个(备用)。每个U盘只可存放参赛音乐，并以单位名称、参赛项目命名（单人项目须注明姓名）。

3. 为响应国家节约办公号召，本次大赛通知采用网上通知，如需要红头通知请和分会秘书处办公室联系。

(010-62755800 或 15650708579 车磊老师)

4. 为进一步改善和加强普通高等学校高水平运动员培养工作，促进普通高等学校体育竞技水平不断提高，根据教育部《关于在部分普通高等学校试办高水平运动员的通知》精神和《教育部关于开展普通高等学校高水平运动队建设评估工作的通知》（教体艺[2005]5号）精神，要求具有高水平健美操运动队招生资格的院校必须报名参加比赛。

5. 中国大学生体育协会健美操艺术体操分会首届团体操编训成果视频评奖活动经过 1 个多月专家严格评审，在报送的 50 多个作品中分别评出多场操和单场操各一、二、三等奖。为表彰和鼓励优秀团体操作品和团体操教师，决定在 2019 年中国大学生健康活力大赛开幕式上对获奖单位和个人分别颁发奖杯和证书。请接到通知的学校届时派代表于 11 月 14 日下午 19:30 参加开幕式彩排，16 日下午 14:00 参加领奖仪式。

十三、本规程未尽事宜，由中国大学生体育协会负责补充、修订和解释。

# 2019 年中国大学生健美操锦标赛规程

## 一、分组及设项

### (一) 高水平组

1. 教育部颁布的高水平健美操运动队招收的全日制在校大学生运动员；
2. 普通院校组参加自选项目比赛的运动员；
3. 设 16 个自选项目。

具体设项如下表 1：

项目编号	组别项目	备注
1	高水平组自选-男子单人操	
2	高水平组自选-女子单人操	
3	高水平组自选-混合双人操	
4	高水平组自选-男子三人操	
5	高水平组自选-女子三人操	
6	高水平组自选-混合三人操	
7	高水平组自选-男子五人操	
8	高水平组自选-女子五人操	
9	高水平组自选-混合五人操	
10	高水平组自选-男子有氧舞蹈	8人
11	高水平组自选-女子有氧舞蹈	8人
12	高水平组自选-混合有氧舞蹈	8人，性别不限
13	高水平组自选-男子有氧踏板	8人
14	高水平组自选-女子有氧踏板	8人
15	高水平组自选-混合有氧踏板	8人，性别不限
16	高水平组团体赛	

**注：**1. 单人操、混合双人操、三人操每个参赛单位每项目限报运动员/运动队 2 名/队；五人操、有氧舞蹈、有氧踏板项目每参赛单位限报一组；每名运动员可兼报 3 项。

2. 同类项目运动员不可兼报的规定：

- (1) 男三、女三、混三组竞技项目为同类；
- (2) 男五、女五、混五组竞技项目为同类；
- (3) 男、女、混合组有氧舞蹈项目为同类；
- (4) 男、女、混合组有氧踏板项目为同类。

(二) 体育院校 A 组：

- 1. 独立建制的专业体育院校全日制在校大学生；
- 2. 设 16 个自选项目和 19 个规定项目。

自选项目具体如下表 2：

项目编号	组别项目	备注
17	体育院校A组自选-男子单人操	
18	体育院校A组自选-女子单人操	
19	体育院校A组自选-混合双人操	
20	体育院校A组自选-男子三人操	
21	体育院校A组自选-女子三人操	
22	体育院校A组自选-混合三人操	
23	体育院校A组自选-男子五人操	
24	体育院校A组自选-女子五人操	
25	体育院校A组自选-混合五人操	
26	体育院校A组自选-男子有氧舞蹈	8人
27	体育院校A组自选-女子有氧舞蹈	8人

28	体育院校A组自选-混合有氧舞蹈	8人，性别不限
29	体育院校A组自选-男子有氧踏板	8人
30	体育院校A组自选-女子有氧踏板	8人
31	体育院校A组自选-混合有氧踏板	8人，性别不限
32	体育院校A组自选团体赛	

规定项目具体如下表 3:

项目编号	组别项目	备注
33	体育院校A组规定-男子单人操	
34	体育院校A组规定-女子单人操	
35	体育院校A组规定-混合双人操	
36	体育院校A组规定-男子三人操	
37	体育院校A组规定-女子三人操	
38	体育院校A组规定-混合三人操	
39	体育院校A组规定-男子五人操	
40	体育院校A组规定-女子五人操	
41	体育院校A组规定-混合五人操	
42	体育院校A组规定-男子有氧舞蹈	5-8人
43	体育院校A组规定-女子有氧舞蹈	5-8人
44	体育院校A组规定-混合有氧舞蹈	5-8人，性别不限
45	体育院校A组规定-男子有氧踏板	5-8人
46	体育院校A组规定-女子有氧踏板	5-8人
47	体育院校A组规定-混合有氧踏板	5-8人，性别不限
48	体育院校A组规定-中国大学生初级校园健美操	9-12人，性别不限
49	体育院校A组规定-中国大学生中级校园健美操	9-12人，性别不限
50	体育院校A组规定-中国大学生高级校园健美操	9-12人，性别不限
51	体育院校A组规定团体赛	

注：1. 单人操、混合双人操、三人操每个参赛单位每项目限报运动员/运动队 2 名/队；五人操、有氧舞蹈、有氧踏板以及校园健美操项目每参赛单位限报一组；每名运动员可兼报 3 项。

2. 同类项目运动员不可兼报的规定：

- (1) 男三、女三、混三组竞技项目为同类；
- (2) 男五、女五、混五组竞技项目为同类；
- (3) 男、女、混合组有氧舞蹈项目为同类；
- (4) 男、女、混合组有氧踏板项目为同类；
- (5) 初、中、高级组校园健美操为同类。

(三) 体育院校 B 组：

1. 综合类高校体育院（系）全日制在校大学生；
2. 设 16 个自选项目和 19 个规定项目。

自选项目具体如下表 4：

项目编号	组别项目	备注
52	体育院校B组自选-男子单人操	
53	体育院校B组自选-女子单人操	
54	体育院校B组自选-混合双人操	
55	体育院校B组自选-男子三人操	
56	体育院校B组自选-女子三人操	
57	体育院校B组自选-混合三人操	
58	体育院校B组自选-男子五人操	
59	体育院校B组自选-女子五人操	
60	体育院校B组自选-混合五人操	

61	体育院校B组自选-男子有氧舞蹈	8人
62	体育院校B组自选-女子有氧舞蹈	8人
63	体育院校B组自选-混合有氧舞蹈	8人，性别不限
64	体育院校B组自选-男子有氧踏板	8人
65	体育院校B组自选-女子有氧踏板	8人
66	体育院校B组自选-混合有氧踏板	8人，性别不限
67	体育院校B组自选-团体赛	

规定项目具体如下表 5:

项目编号	组别项目	备注
68	体育院校B组规定-男子单人操	
69	体育院校B组规定-女子单人操	
70	体育院校B组规定-混合双人操	
71	体育院校B组规定-男子三人操	
72	体育院校B组规定-女子三人操	
73	体育院校B组规定-混合三人操	
74	体育院校B组规定-男子五人操	
75	体育院校B组规定-女子五人操	
76	体育院校B组规定-混合五人操	
77	体育院校B组规定-男子有氧舞蹈	5-8人
78	体育院校B组规定-女子有氧舞蹈	5-8人
79	体育院校B组规定-混合有氧舞蹈	5-8人，性别不限
80	体育院校B组规定-男子有氧踏板	5-8人
81	体育院校B组规定-女子有氧踏板	5-8人
82	体育院校B组规定-混合有氧踏板	5-8人，性别不限
83	体育院校B组规定-中国大学生初级校园健美操	9-12人，性别不限
84	体育院校B组规定-中国大学生中级校园健美操	9-12人，性别不限

85	体育院校B组规定-中国大学生高级校园健美操	9-12人，性别不限
86	体育院校B组规定团体赛	

注：1. 单人操、混合双人操、三人操每个参赛单位每项目限报运动员/运动队 2 名/队；五人操、有氧舞蹈、有氧踏板项目以及校园健美操每参赛单位限报一组；每名运动员可兼报 3 项。

2. 同类项目运动员不可兼报的规定：

- (1) 男三、女三、混三组竞技项目为同类；
- (2) 男五、女五、混五组竞技项目为同类；
- (3) 男、女、混合组有氧舞蹈项目为同类；
- (4) 男、女、混合组有氧踏板项目为同类；
- (5) 初、中、高级组校园健美操为同类。

(四) 普通院校 A 组：

1. 普通本科院校全日制在校大学生；
2. 设 19 个规定项目。

具体设项如下表 6：

项目编号	组别项目	备注
87	普通院校A组规定-男子单人操	
88	普通院校A组规定-女子单人操	
89	普通院校A组规定-混合双人操	
90	普通院校A组规定-男子三人操	
91	普通院校A组规定-女子三人操	
92	普通院校A组规定-混合三人操	
93	普通院校A组规定-男子五人操	

94	普通院校A组规定-女子五人操	
95	普通院校A组规定-混合五人操	
96	普通院校A组规定-男子有氧舞蹈	5-8人
97	普通院校A组规定-女子有氧舞蹈	5-8人
98	普通院校A组规定-混合有氧舞蹈	5-8人, 性别不限
99	普通院校A组规定-男子有氧踏板	5-8人
100	普通院校A组规定-女子有氧踏板	5-8人
101	普通院校A组规定-混合有氧踏板	5-8人, 性别不限
102	普通院校A组规定-中国大学生初级校园健美操	9-12人, 性别不限
103	普通院校A组规定-中国大学生中级校园健美操	9-12人, 性别不限
104	普通院校A组规定-中国大学生高级校园健美操	9-12人, 性别不限
105	普通院校A组规定团体赛	

(五) 普通院校 B 组:

1. 普通高职高专院校全日制在校大学生;
2. 设 19 个规定项目。

具体设项如下表 7:

项目编号	组别项目	备注
106	普通院校B组规定-男子单人操	
107	普通院校B组规定-女子单人操	
108	普通院校B组规定-混合双人操	
109	普通院校B组规定-男子三人操	
110	普通院校B组规定-女子三人操	
111	普通院校B组规定-混合三人操	
112	普通院校B组规定-男子五人操	
113	普通院校B组规定-女子五人操	
114	普通院校B组规定-混合五人操	

115	普通院校B组规定-男子有氧舞蹈	5-8人
116	普通院校B组规定-女子有氧舞蹈	5-8人
117	普通院校B组规定-混合有氧舞蹈	5-8人, 性别不限
118	普通院校B组规定-男子有氧踏板	5-8人
119	普通院校B组规定-女子有氧踏板	5-8人
120	普通院校B组规定-混合有氧踏板	5-8人, 性别不限
121	普通院校B组规定-中国大学生初级校园健美操	9--12人, 性别不限
122	普通院校B组规定-中国大学生中级校园健美操	9--12人, 性别不限
123	普通院校B组规定-中国大学生高级校园健美操	9--12人, 性别不限
124	普通院校B组规定团体赛	

注：1. 单人操、混合双人操、三人操每个参赛单位每项目限报运动员/运动队 2 名/队；五人操、有氧舞蹈、有氧踏板以及校园健美操项目每参赛单位限报一组；每名运动员可兼报 3 项。

2. 同类项目运动员不可兼报的规定：

- (1) 男三、女三、混三组竞技项目为同类；
- (2) 男五、女五、混五组竞技项目为同类；
- (3) 男、女、混合组有氧舞蹈项目为同类；
- (4) 男、女、混合组有氧踏板项目为同类；
- (5) 初、中、高级组校园健美操为同类。

## 二、竞赛办法

1. 竞技健美操自选组采用《2017 版 FIG 国际体操联合会竞技健美操评分规则》进行评分；

2. 竞技健美操规定组采用《2017 版 FIG 国际体操联合会竞技健美操评分规则》及《2018 版中国大学生竞技健美操规定项目评分规则补充说明》进行评分；

3. 规定有氧类套路评判采用《2018 版中国大学生健美操规定有氧项目评分规则》；

4. 校园健美操评判采用《2018 版中国大学生校园健美操评分规则》；

5. 各同类项目参赛队伍，如两组相加不足 6 组（队）时，采用项目组合并，按照得分高低排名录取。

6. 竞技自选套路比赛采用预赛和决赛，参赛队伍不足 8 队时，采用一场决赛制；规定套路采用一场预决赛制。

7. 预赛及决赛的任何名次一旦出现分数相同的情况，请依次参照以下标准进行排名：

--完成分的最高总分

--艺术分的最高总分

--难度分的最高总分

如果分数依然相同，则名次并列。

### **三、录取与奖励**

（一）自选组别各单项录取前 8 名进入决赛；各组别前 3 名授予奖牌，前 8 名颁发成绩证书。如名次并列，下一名次轮空。

（二）各组别分别设团体总分奖。

(三) 团体赛计分办法：团体总分执行《2017 版国际体联竞技健美操评分规则》中五项预赛最好名次相加组成。

1. 高水平组、体育院校 A 组自选、体育院校 B 组自选：各单项最好名次 4 项自选竞技项目单人操（男、女单人操任选 1 项）+混合双人操+三人操+五人操+自选有氧项目（有氧舞蹈、有氧踏板任选 1 项）名次为团体赛最后得分。例如：  
团体分=自选男子单人操名次+自选混合双人操名次+自选男子三人操名次+自选混合五人操名次+自选女子有氧舞蹈名次。

团体赛最后名次相加得分，得分小者名次列前，若成绩相同，则名次并列，下一名次空额。前 3 名颁发奖杯，前 8 名授予成绩证书。

2. 体育院校 A 组规定、体育院校 B 组规定、普通院校 A 组、普通院校 B 组：各单项最好名次 4 项规定竞技项目（单人操二选一）+规定有氧项目（有氧舞蹈、有氧踏板、校园健美操规定套路三选一）名次为团体赛最后得分。例如：团体分=规定女子单人操+规定混合双人操名次+规定男子三人操名次+规定女子五人操名次+校园健美操中级名次。

团体赛最后名次相加得分，得分小者名次列前，若成绩相同，则名次并列，下一名次轮空。

**注：如团体赛项目不足 5 项，不进行名次总分排名。**

# 2019 年中国大学生校园健身操舞锦标赛规程

## 一、健身排舞项目

### （一）竞赛分组与设项

#### 1. 比赛分组

（1）专业院校组：体育院校体育、艺术（舞蹈）专业，普通院校体育专业（包括高水平学生运动员）的在校大学生；

（2）普通院校组：普通院校的在校大学生；

（3）高职院校组：高职院校的在校大学生。

#### 2. 比赛设项

（1）单人项目：规定单曲

（2）小集体项目（5-8 人，性别不限）：自选单曲

（3）大集体项目（9-16 人，性别不限）规定单曲、自选串烧

### （二）比赛曲目

#### 1. 规定曲目

（1）专业院校组：《大自然》

（2）普通院校组：《环球旅行》

（3）高职院校组：《巨人》

#### 2. 自选串烧

（1）在已推出的 70 首曲目中，除规定动作外，任选 2 首连续完成；

(2) 音乐时间不超过 4 分钟；

(3) 连接流畅，两首乐曲之间不得停顿。

### (三) 竞赛办法

1. 评分采用 CSARA 审定的《中国大学生校园健身操舞竞赛评分规则》；

2. 单人比赛每个学校限报 3 人，其他项目参赛队数不限；规定单曲时长为 2 分 30 秒，到时音乐淡出，比赛结束；参赛者必须按原舞码的方向完成所有动作，不能改变。比赛采用淘汰制；

3. 小集体自选单曲和大集体规定单曲比赛，全体队员必须从第一个方向开始，面向裁判同时完成一个全向原舞码动作或分段排舞的全组合动作之后，方可做队形或方向的变化；

4. 大集体自选串烧比赛，全体队员必须在每首曲目里，面向裁判同时完成一次单向原舞码动作或分段排舞的一段动作后，方可做队形或方向的变化；

5. 规定动作音乐由大会提供，串烧音乐自备，MP3 格式，文件名注明比赛组别、参赛队名称和曲目名称，赛前收集。

### (四) 录取与奖励

1. 各组别各项目设一等奖 3 名、二等奖 5 名、三等奖若干；集体项目一等奖颁发奖杯和证书，个人奖项颁发成绩证书。

2. 设最佳团队奖、最具人气奖、最佳表演奖各 1 名，颁发荣誉证书、奖杯。

## 二、中国风健身舞项目

### （一）竞赛分组与设项

#### 1. 竞赛分组

（1）专业院校组：体育院校体育艺术（舞蹈）专业，普通院校体育专业（包括高水平学生运动员）在校大学生；

（2）普通院校组：普通院校的在校大学生；

（3）高职院校组：高职院校组的在校大学生；

（4）俱乐部组

#### 2. 比赛设项

（1）规定集体项目（按套路单独设项进行比赛）：

①民族舞蹈系列——花儿

②民族舞蹈系列——神秘雪山

③民族舞蹈系列——草原雄鹰

④民族舞蹈系列——彩云之南

⑤民族舞蹈系列——琴飞墨舞

⑥民族健身系列——茉莉花

⑦民族健身系列——梦桃仙

⑧轻器械系列——响扇

⑨轻器械系列——弹力绳之水

⑩中国经典系列——芳华

(2) 个人全能项目 (A、B 两项运动员不得兼项)

①民族舞蹈系列个人全能项目 (单人参赛, 每单位限报 3 名运动员。)

②中国风健身系列个人全能项目 (单人参赛, 每单位限报 3 名运动员。)

(3) 自选动作项目

轻器械系列: 响扇

(4) 派对系列项目

①派对系列: 吉祥歌舞

②派对系列: 土家阿哥苗家妹

③派对系列: 大秧歌

④派对系列: 铃儿

⑤派对系列: 奔腾

(二) 参赛人数

1. 规定集体项目: 参赛人数 6-24 人;

2. 个人全能项目: 单人参赛。每单位限报 3 名运动员;

3. 自选集体项目: 参赛人数 6-24 人;

4. 派对系列项目: 参赛人数 12-24 人。

(三) 竞赛办法

1. 评分按照 CSARA 审定的《中国大学生校园健身操舞竞赛评分规则 (2016 试行版)》执行。

2. 比赛方式:

## (1) 规定集体项目、自选集体项目、派对系列项目

①中国风健身舞规定集体动作项目（民族舞蹈系列、民族健身系列、轻器械系列、经典系列）、自选动作项目、派对系列项目的比赛均按照套路单独进行设项与比赛；

②规定动作在不改变成套动作的同时，队形变化不少于5次，前奏部分和结束造型可以自行创编，经典系列芳华的前奏部分、中间过度部分和结束部分可以自行创编，规定动作音乐由大会统一提供；

③响扇自选动作编排中必须要有2×8拍的连续开扇组合（完整开合扇动作不得少于8次）。自选动作音乐时长为2分30秒—3分，从音乐开始到音乐结束，由参赛队自备，MP3格式，文件名需注明：组别、项目、单位，随报名表上传至指定邮箱，另须备份1份CD播放光盘；

④派对系列动作不得改变基本动作、必须有双人动力性配合、每个动作在2×8拍之内必须做出变化，其中必须有“十字形”旋转（不得少于5人）和“S形（不得少于5人）”流动，派对系列音乐由大会统一提供。

参赛人员：同组别同项目中，运动员不得兼项。

参赛服装：服装需适宜运动且体现该项目的风格特点。

## (2) 个人全能项目

比赛方式：同组项运动员参赛人数少于3人情况下（包括3人）取消本组项比赛。同组项运动员参赛人数4-10人

情况下直接进入决赛。同组项运动员参赛人数 11 人以上情况下将进行预赛、决赛两轮比赛。

①民族舞蹈系列个人全能项目：

预赛：参赛选手按大会分组多人同时上场，按照 01-04 的顺序连续完成民族舞蹈系列四套规定动作，音乐由大会统一提供。（比赛前每人可有 15 秒以内的个人展示，展示音乐需自行提供，并准备 2 份，其中 MP3 格式音乐于报名时提交，CD 播放光盘于比赛报到时上交）。

决赛：进入决赛的运动员将按照号码顺序依次上台进行比赛。比赛内容为自编动作。比赛时间为 1 分 15 秒—1 分 30 秒。音乐需自行提供，并准备 2 份，其中 MP3 格式音乐于报名时提交，CD 播放光盘于比赛报到时上交）。

②中国风健身系列个人全能项目：

预赛与决赛：参赛选手按大会分组多人同时上场，按照指定顺序连续完成两套规定比赛套路所相对应的动作，（响扇、茉莉花）音乐由大会统一提供。（比赛前每人可有 15 秒以内的个人展示，展示音乐需自行提供，并准备 2 份，其中 MP3 格式音乐于报名时提交，CD 播放光盘于比赛报到时上交）。

（四）录取与奖励

1. 中国风健身舞规定动作、自选动作和派对系列动作各组别、各项目分别录取一等奖 3 名（其中第一名为一等奖第

一名，其余均为一等奖)、二等奖 5 名、三等奖若干；一等奖颁发奖杯及成绩证书，其余等奖颁发成绩证书；

2. 中国风健身舞个人全能各组别项目分别录取一等奖 3 名（其中第一名为一等奖第一名，其余均为一等奖）、二等奖 5 名、三等奖若干，颁发成绩证书；

3. 设最佳团队奖、最具活力奖、最具人气奖、最佳表演奖各 1 名，颁发荣誉证书、奖杯。

### 三、健身瑜伽项目

#### （一）竞赛设项与分组

##### 1. 比赛项目

（1）双人：男双、女双、混双。

（2）集体：4 人和 8 人，两个项目。

##### 2. 竞赛分组

（1）专业院校组：体育院校体育、艺术(舞蹈)专业，普通院校体育、舞蹈专业（包括高水平学生运动员）在校大学生；

（2）普通院校组：普通院校的在校大学生；

（3）高职院校组：高职院校的在校大学生；

（4）每个组别分别设有一级组、二级组、三级组，三个等级组。

#### （二）比赛内容

##### 1. 双人项目

预决赛内容：规定音乐，自编套路，成套体式必须满足规则中的全部编排要求。

## 2. 集体项目

(1) 规定套路：集体 4 人一级、二级、三级；

(2) 自选套路：集体 8 人一级、二级、三级。

### (三) 竞赛办法

1. 评分执行 CSARA 审定的《中国大学生校园健身操舞竞赛评分规则（2016 试行版）》。

2. 参赛项目采用预、决赛一场制；

3. 八人自编套路时间在 2 分 10 秒以内；

4. 参赛选手只可参加一个级别内的比赛项目(双人项目任选一个参赛)，不可跨级别参赛。

### (四) 比赛服装要求

1. 参赛选手需穿紧身比赛服，上衣为半袖或无袖，也可以是单侧无袖（为不对称式）；

2. 如果选择吊带式上衣，应为运动式女士紧身内衣；

3. 裤子可以是短裤或长裤，不可以是其大腿根部的游泳短裤；

4. 颜色、图案自选，不可以有配饰。集体项目服装应统一。

### (五) 录取与奖励

1. 健身瑜伽不同院校组别的三个级别，各个项目分别录取一等奖 3 名、二等奖 5 名、三等奖若干；一等奖颁发奖杯及成绩证书，其余奖项颁发成绩证书；

2. 特别奖：最佳人气团队奖、最佳表演团队奖各 1 个，颁发荣誉证书、奖杯。

附件 2:

## 自愿参赛责任及风险告知书

一、本人(队)自愿报名参加\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_赛比赛并签署本责任书。

二、本人(队)已全面了解并同意遵守大会所制订的各项竞赛规程、规则、要求及采取的安全措施。

三、本人已完全了解自己的身体状况,确认自己身体健康状况良好,具备参赛条件,已为参赛做好充分准备,并在比赛前购买了“人身意外伤害保险”;监护人经审慎评估,确认被监护人身体状况符合参赛条件,并自愿承担相应风险。

四、本人(队)充分了解本次比赛可能出现的风险,且已准备必要的防范措施,以对自己(学生)安全负责的态度参赛。

五、本人(队)愿意承担比赛期间发生的自身意外风险责任,且同意对于非大会原因造成的伤害等任何形式的损失大会不承担任何形式的赔偿。

六、本人(队)同意接受大会在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗,但在离开现场后,在医院救治等发生的相关费用由本队(人)负担。

七、本人(队)承诺以自己的名义参赛,决不冒名顶替,否则自愿承担全部法律责任。

八、本人(队)及家长(监护人)已认真阅读并全面理解以上内容,且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任。

参赛项目: \_\_\_\_\_(签名请用楷体字填写,务必清晰可辨)。

运动员姓名: \_\_\_\_\_

运动员家长(监护人)签名: \_\_\_\_\_

运动队领队签名: \_\_\_\_\_

参赛单位(盖章): \_\_\_\_\_

20 年 月 日

**备注:**本《告知书》为每名运动员单独 1 份,先由运动员本人及其监护人签字,然后由领队签字,加盖学校公章,最后将所有参赛运动员的《告知书》装订成册,并在领队、教练员会议时交给组委会。

## 附件 3:

## 竞赛日程安排表

	上午 (8:30---12:00)	下午 (13:00---18:00)	晚上 (18:30---22:00)	备注
11月12日	参赛队报到 (9:00至22:00)。各项目裁判员报到 (20:00前)。			
11月13日	1、全体裁判员大会及各项目裁判组业务学习 (9:00); 2、健美操项目试场地。(8:00-20:00); 3、校园健身操舞集体项目试场地 (20:00-22:30); 4、大赛技术联席会议 (11:00) (各代表队领队、教练、竞赛组、裁判长、仲裁委员参加)。			
11月14日	1、健美操 (男、女子五人操) 项目预决赛; 2、健美操 (校园系列规定动作) 项目预决赛 3、校园健身操舞 (中国风派对系列) 项目预决赛;	4、健美操 (混合有氧) 项目预决赛; 5、健美操 (男子三人操) 项目预决赛; 6、校园健身操舞 (健身排舞集体) 项目预决赛;	19:30 开幕式彩排	
11月15日	1、健美操 (混合五人操) 项目预决赛; 2、校园健身操舞 (健身瑜伽四人、八人) 项目预决赛;	3、12:40---13:45 开幕式联排; 4、14:00---15:20 开幕式暨团体操颁奖仪式; 5、15:30 健美操 (混合双人操) 预决赛;	6、健美操 (女子单人操) 项目预决赛; 7、校园健身操舞 (中国风系列规定动作) 项目预决赛;	
11月16日	1、健美操 (女子、男子有氧) 项目预决赛; 2、健美操 (混合三人、女子三人操) 项目预决赛;	3、校园健身操舞 (健身瑜伽双人) 项目预决赛; 4、健美操 (男子单人操) 项目预决赛;	5、校园健身操舞 (健身排舞单双人) 项目预决赛; 6、校园健身操舞 (中国风个人全能) 项目预决赛;	
11月17日	1、健美操项目决赛	2、15:00 健美操决赛项目领奖; 3、全体成员离会。		

注: 1. 以上日程仅供参考, 具体请以报名截止后两操分会官网 ([csara.pku.edu.cn](http://csara.pku.edu.cn)) 和微信官方公众号 ([csara2012](https://www.weixin.com/csara2012)) 发布的日程安排为准;

2. 关于领奖: 每个单元的比赛需在下一单元比赛开始后 1 小时进行, 大赛不提供奖项寄送服务, 未在比赛期间领奖的单位或个人责任自负;

3. 各项目赛事费用: (1) 健美操: 6 天 5 晚; (2) 健身排舞: 6 天 5 晚; (3) 中国风: 6 天 5 晚; (4) 健身瑜伽: 6 天 5 晚。