

# 关于举办洛阳职业技术学院 “悦动青春 健康洛职”第二届跳绳比赛的 通知

各二级学院：

按照《洛阳职业技术学院体育运动委员会 2026 年度工作计划》和洛阳职业技术学院《大学生体质提升专项行动“一校一策”实施方案》的要求，经研究，定于 6 月 4 日举办洛阳职业技术学院“悦动青春 健康洛职”第二届跳绳比赛。现将竞赛规程印发给你们，请积极组织学生报名参加，并做好赛前各项准备工作。

洛阳职业技术学院体育运动委员会

2026 年 5 月 21 日

# 洛阳职业技术学院

## “悦动青春 健康洛职”第二届跳绳比赛

### 竞赛规程

#### 一、主办单位

洛阳职业技术学院体育运动委员会

#### 二、承办单位

体育教学部

#### 三、协办单位

课程中心、学生中心、后勤保卫处、校医院、各二级学院

#### 四、竞赛日期和地点

时间：2026年6月4日下午14:30

地点：伊滨校区运动场

#### 五、参加单位

洛阳职业技术学院各二级学院

#### 六、竞赛项目设置

1. 个人项目：

男子组：1分钟单摇跳。

女子组：1分钟单摇跳。

2. 集体项目：2分钟12人长绳8字跳。

## 七、运动员参赛资格

参赛运动员必须为洛阳职业技术学院正式录取的全日制在校生，参赛运动员必须持有学生证方能参赛。

## 八、竞赛方法

1. 评分规则参照国家体育总局社会运动管理中心审定的《2025-2028年全国跳绳竞赛规则》。

2. 个人项目按照规则的要求，在1分钟的时间内完成次数多者获胜；2分钟12人长绳8字跳，2名运动员同步摇长绳，其它10名运动员依次以“8”字路线绕摇绳队员，并尽可能多的完成跑跳进出绳，2名摇绳运动员间距不小于3.6米。

3. 所有计数赛项目都不允许抢跳，在“预备”口令发出后，比赛“跳”或哨音口令未下达前，运动员身体和绳子未保持静止状态，比赛将继续进行，比赛结束后，在应得次数中扣除10个。

## 九、报名及赛前联席会

1. 第一阶段以班级为单位，各项目由各二级学院组织进行选拔赛（各学院需在5月28日前完成选拔）；

2. 第二阶段以各二级学院为单位进行报名，须报领队1名，教练1名。领队为各学院副书记，教练员由辅导员或教师担任；比赛开始时若本学院代表队的领队、教练员未到场，该学院代表队不得参加比赛。

个人项目：每个项目每个学院限报 10 人。每组别报名后一律不得更改、调整、增加和补充。

集体项目：2 分钟 12 人长绳 8 字跳每个学院限报一组(除 2 名摇绳队员外，剩余 10 名队员按照 6: 4 的性别比例自行安排)，人数不足不得参赛。个人项目与集体项目不得兼报。

3. 各二级学院将本单位参赛学生名单(盖公章)于 2026 年 5 月 28 日下班前报至体育教学部赵老师处。电子版发送邮箱至 912090456@qq.com。咨询电话：17629756830。

报名表详见附件，请登录体育教学部官方网站“下载专区”(<https://tyb.lypt.edu.cn/main.htm>)自行下载。

4. 定于 5 月 29 日(周五)下午 15:00 在体育教学部教研室(地点：大学生活动中心二楼 220 室)召开赛前联席会，请各学院领队按时参加。

## 十、录取名次与计分奖励办法

1. 积分方法依据洛阳职业技术学院全民健身活动实施管理办法执行。

2. 单项奖：个人项目前 8 名，(按 25、22、20、18、16、14、12、10 计分)，若单项比赛不足 8 人(含 8 人)，减一录取。集体项目按照个人项目名次积分翻倍。

## 十一、仲裁委员会名单

张志友、刘晨艳、王莉、李少沛、孔阳

## 十二、本规程解释权属体育教学部