附件1

# 苍南县女教职工健美操比赛规程

一、主办单位：苍南县教育工会

二、承办单位：苍南县职业中等专业学校

1．比赛时间及地点：2018年11月（具体时间另行通知），地点在县职业中等专业学校。

2．参赛对象：参赛队员必须是本单位正式在编教职工且身体健康者，不得外聘人员参赛。

3．参加办法：以学校为单位组队，各代表队报运动员8—12名，领队、教练各1名。领队和教练可以兼任运动员。主办单位根据报名情况再决定是否分高中、初中和小学（幼儿园）组进行比赛。

4．参赛资格：

⑴参赛队员必须是本单位正式在编教职工，不得外聘人员参赛。

⑵对在报名或参加比赛中违反资格规定者，一经查实，取消本人及所在代表队的参赛资格和已获奖项，并对派出单位给予通报批评。

5．竟赛办法：比赛执行《2015-2017全国全民健身评分细则》和《2017全国校园健身操规定动作—踩踩踩》，其中：

⑴ 比赛场地：12M\*12M，标记带为5厘米宽，标记带为场地的一部分；

⑵着装仪容：运动员比赛服装、鞋子统一。着装款式不限，适合运动均可。可适量添加服饰，如：飘带、亮片、适宜的设计图案等。运动员着装要求整洁美观，头发不遮脸，允许化淡妆，但不得佩戴任何首饰和手表。必须着合适内衣，不得过于暴露，不得纹身，不得造型怪异；服装上禁止描绘战争、暴力、宗教信仰的元素。颁奖时，着比赛服领奖。

⑶比赛规定动作创编要求：尊重原创，成套开始的4\*8拍、中间过渡的4\*8拍、最后结束造型1\*8拍、队形与方向的变化均为可创编空间和变化因素（其他动作内容不得改变）；改编内容要求设计巧妙、造型优美、完成流畅、要与成套动作风格吻合，连接流畅、自然，鼓励创新，突出个性特点和风格；

⑷成套开始与结束，允许出现托举动作，托举动作次数为1-2次（托举不超过两人上举直立高度）；

⑸成套动作中，顺序不得调换，队形变化不得少于8次；

⑹成套中不得出现任何运动员之间的抛接动作，动作选择不得超出运动员的能力范围，不得编排可能造成运动员伤害的动作内容。

6．评分办法：比赛采取一轮赛制，最后得分＝评委平均分（去掉最高分、去掉最低分，取其他评委的平均分)。出场队员鞋子、服装的颜色，款式必须一致。

7．各队报到时须交县级以上医院健康证明、领队签字的自愿参赛责任书。

8．未尽事宜，另行通知。

附件2：

# 苍南县女教职工健美操参赛报名表

|  |  |
| --- | --- |
| 参赛单位（盖章） |  |
| 节目名称 |  | 节目时间 |  | 参赛人数 |   |
| 领 队 |  | 联系电话 |  | 备 注 |  |
| 参赛人员名单（写不下请另附纸） |
| 序号 | 姓 名 | 性 别 | 年 龄 | 单 位 | 身份证号码 | 联系电话 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |