**2023年全国青少年传统体育项目比赛竞赛规程**

**（跳绳）**

**一、比赛内容**

1. 个人打卡积分赛

2. 团体打卡积分赛

3. 60秒个人竞速赛

4. 60秒团体竞速赛

**二、比赛组别**

跳绳项目分设男子组、女子组，具体年龄段分组如下：

中学甲组（16-18岁组）

2004年9月1日—2007年8月31日出生

中学乙组（13-15岁组）

2007年9月1日—2010年8月31日出生

小学甲组（11-12岁组）

2010年9月1日—2012年8月31日出生

小学乙组（9-10岁组）

2012年9月1日—2014年8月31日出生

小学丙组（6-8岁组）

2014年9月1日—2017年8月31日出生

**三、竞赛办法**

**（一）打卡积分赛**

1. 个人打卡积分赛：

（1） 计数方法：双脚并跳法，每日参加1次，按教育部《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（详见附件）男生、女生一分钟跳绳单项评分获得相应积分。

（2） 比赛周期：10天

（3） 比赛赛制：积分赛，每日所得积分累加，若该学生同时参加“团体打卡积分赛”，则积分通用。

（4） 积分规则：积分由“基础积分”“奖励积分”构成。

基础积分：

当日参加1次，每个参赛年龄组别按教育部《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（详见附件）男生、女生一分钟跳绳单项评分表获得相应积分，每天完成基础任务后所得积分；每个参赛组别跳绳积分选取组别中最低年级标准进行，即小学丙组选取一年级标准，小学乙组选取三年级标准、小学甲组选取五年级标准、初中及高中选取六年级标准。

奖励积分：

当第一天完成跳绳后可额外获得10积分，连续第二天完成后可获得20积分，连续第三天完成可获得30积分，以此类推。连续≥7天时，每天可获得100积分，直至赛程结束；若比赛周期内且一直连续打卡，但某一天没有进行打卡，则后续积分根据第一天积分数开始重新计算连续打卡天数和积分。

**2.**团体打卡积分赛：

（1） 计数方法：双脚并跳法，每日只能参加1次，按教育部《国家学生体质健康标准（2014年修订）》男生、女生一分钟跳绳单项评分表获得相应积分。

（2） 团队人数：5+2人（5名正式队员加2名替补队员）

（3） 比赛周期：10天

（4） 比赛赛制：积分赛，团队内所有成员每日所得积分累加，若团队内运动员同时参加“个人打卡积分赛”，则积分通用。

（5） 积分规则：积分由“基础积分”“团队积分”构成。

基础积分：积分规则与“个人打卡积分赛”相同，团队成绩为队内所有人员积分累加。

团队积分：团队积分分为基础打卡奖励积分与奖励积分。当日5位团队成员全部完成跳绳后额外奖励1000积分。

**（二）60秒竞速赛**

**1.**60秒个人竞速赛：

计数方法：双脚并跳，男生、女生60秒跳绳数量做相应排名。

**2.**60秒团体竞速赛：

（1） 计数方法：双脚并跳法男生、女生60秒跳绳数量。

（2） 团队人数：5+2人（5名正式队员加2名替补队员）

（3） 团队积分：根据团队人员60秒内跳绳数量进行相加，按数量多少进行排序，每个组别前9名的团队晋级总决赛。

**四、报名方式及其他要求**

1. 各地小学、初中、高中适龄青少年自愿参加，全程免费。参加活动的未成年人需身体健康、本人身体条件适合参加比赛并经监护人同意。

2. 参赛学生须为中小学校在籍学生，持有有效的学生电子学籍卡。

3. 每名参加比赛人员只能代表少年宫、青少年活动中心或学校单位完成线上注册、报名。若一名学生已以其中任一单位名义进行注册、报名成功，则不能再以其他单位名义进行注册、报名。

4. 每名参加比赛人员只允许报名一组团体赛，不允许参与报名多个。且团队赛所有成员，只允许来自一个报名单位，不允许来自多个单位。

5. 参加比赛人员根据自身情况适当运动，不得过量运动，如遇身体不适立刻停止，就近就医。

6. 本规程解释修改权属协会，未尽事宜，另行通知。

**五、比赛器材**

跳绳设备为有绳跳绳，自选。

**六、异议处理机制**

1. 全国青少年传统体育项目比赛接受社会的监督。

2. 任何单位或者个人对全国青少年传统体育项目比赛结果提出质疑的，应当在成绩公示期内向协会提出，逾期不予受理。

3. 协会在接到质疑时应积极对成绩进行复核，核查后对异议者进行解释说明，如发现提出异议确实属实积极改正并纠正比赛成绩，重新公示。

**七、免责声明**

1. 未经协会书面授权，任何单位和个人以本赛事名义开展的活动均属假冒、侵权。

2. 未经当地教育部门和本会批准，任何单位和个人不得以本赛事名义组织线下聚集。

3. 协会不会以本赛事名义向学生收取任何费用，更不会以本赛事名义举办夏冬令营、培训班，捆绑销售器材商品、书籍材料等。本赛事也不存在任何指定器材、指定培训机构、指定教材等。

**八、其他**

1. 关于比赛规则的任何补充、修订，将在中国青少年宫协会网站及微信公众号上发布。

2. 协会对凡是规则中未说明及有争议的事项拥有最后解释权、补充权和决定权。

中国青少年宫协会

联系人：缑芮

电  话：（010）67018100；15710018256

技术支持：上海燃境科技有限公司

联系人：董玉静、李林清

联系方式：15511363738、18501652957

