长沙商贸旅游职业技术学院文件

长商职院通〔2026〕4号

关于印发《长沙商贸旅游职业技术学院2026年健康运动月暨第二十二届学生体育节实施方案》的通知

各部门（二级学院）：

现将《长沙商贸旅游职业技术学院2026年健康运动月暨第二十二届学生体育节实施方案》印发给你们，请认真组织实施。

长沙商贸旅游职业技术学院

2026年4月29日

长沙商贸旅游职业技术学院
2026年健康运动月暨第二十二届
学生体育节实施方案

根据“双高建设”方案，为打造“六爱教育”育人品牌，深入贯彻“健康第一”教育理念，全面落实我校《大学生体质提升专项行动方案（2026—2030年）》部署要求，坚持多方协同、资源整合，将日常教学、群体活动、训练竞赛、体质测试与保障支持有机贯通，充分激发体育赛事在检验教学改革成效、点燃学生运动热情、展示体质提升成果中的独特作用，进一步丰富校园体育文化内涵，助力“一高一本”战略目标落地，特举办健康运动月暨第二十二届学生体育节，制定本实施方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，牢固树立“健康第一”教育理念。紧扣我校学生体质提升专项行动目标，以体育节为平台载体，坚持“以赛促练、以体育人”，通过分层分类的赛事设计和全员参与的竞赛体系，检验体育教学改革成果，激发学生体育锻炼内生动力，推动形成“人人参与、班班组织、院院联动”的校园体育新格局，为培养德智体美劳全面发展的高素

质技术技能人才奠定坚实基础。

二、活动主题

燃梦赛场，闪耀商贸

三、活动目标

本届健康运动月暨第二十二届学生体育节，以我校《大学生体质提升专项行动方案（2026—2030 年）》为引领，充分发挥体育赛事在检验改革成效、激发运动热情中的载体作用，着力实现以下目标：

1. 检验教学改革成效，展示体育育人成果：通过开幕式体艺教学成果展演、田径运动会和球类联赛的全面开展，集中展示我校体育课程教学、社团训练、阳光跑活动的阶段成果，体现学生运动技能掌握和体质健康提升的实战水平。

2. 构建三级竞赛体系，扩大学生参与覆盖：以体育节为载体，全面运行“班—院—校”三级竞赛机制。田径运动会以班级为单位组队参赛，球类联赛以学院为单位组队参赛，引导各层级开展选拔和训练，形成“班班有队伍、院院有比赛、人人都参与”的浓厚氛围，稳步提升年度体育赛事参与比例。

3. 丰富赛事项目设置，满足多元运动需求：兼顾竞技性与群众性，设置田径项目（跑、跳、投等）满足竞技需求，设置趣味项目（接力、团体协作等）降低参与门槛，设置篮球、排球、羽毛球、乒乓球等球类联赛满足专项爱好者需求，让不同体质基础、不同兴趣特长的学生都能找到展示自我的舞台。

4.营造校园体育氛围，培育终身锻炼习惯：利用为期一个月的体育节周期，通过开幕式展演、赛事组织、赛场氛围、榜样宣传等多种形式，引导更多学生走下网络、走出宿舍、走向操场，将体育锻炼融入日常学习生活，为终身运动习惯养成注入持久动力。

5.健全赛事激励机制，强化体育育人功能：建立体育节荣誉表彰体系，将参赛成绩、组织表现纳入班级评优、学院考核和综合素质评价，发挥体育赛事在培养规则意识、团队协作、拼搏精神和抗压能力方面的独特育人作用，实现“以赛促练、以赛育人”的双重目标。

四、活动时间、地点

体育节赛事时间：2026 年 4 月 28 日—5 月 28 日

体育节赛事地点：学校运动场、阳光体育馆、乒乓球室等

体艺教学成果展时间：2026 年 5 月 14 日（周四）8：30

体育节闭幕式时间：2026 年 5 月 28 日（周四）14：30

体艺教学成果展地点：学校运动场

五、组织单位

主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

承办单位：公共课教学部

协办单位：教务处、学生工作处、团委、各二级学院

六、参加对象

1.体艺教学成果展：全体在校学生、各二级学院节目队伍

2.田径运动会：全体2024、2025级在校学生

3.其它赛项：全体在校学生

七、组织机构

（一）领导小组

顾　问：崔德明

组　长：金立槟

副组长：胡湘梅、杨淑岚、曹立村、曾永强、谢军、韩燕平

成　员：门利娟、杨毅、李凤、欧巍、党伟华、彭湘萍、谢路奇、 张鹏、伍永智、彭英姿、李元敏、韩金涛、刘锦峰、杨子武、陈莉（湘旅）、陈依鹏、施颖、朱明松、杜启平、吴笑、彭建华

领导小组全面负责展演及体育节的组织领导工作，督促各工作组有序开展相关工作。

领导小组下设办公室

主　任：门利娟

副主任：王莉、胡兰、胡思平、刘晓寒、寻丽琴、彭歆宸、李峥嵘、杨洛、杨思、郑和斌、夏波、陈明、章懿、徐亮、周智韬

成　员：毛锋、刘秋荷、张越、李卓、李思浩、李婷、伍帅、邹胜亮、陈菓、徐可人

职　责：负责展演及体育节的日常组织和学生管理、课程

安排等工作。

（二）工作机构及成员、职责

1.综合协调组

组　长：门利娟

组　员：公共课教学部相关人员

职　责：

（1）统筹协调体艺教学成果展及体育节筹备工作各项事宜。

（2）制订《实施方案》。

（3）统筹经费使用与报账。

（4）综合协调各工作组及各项工作的开展。

（5）完成领导小组交办的其它任务。

2.策划导演组

组　长：王莉

副组长：赵刚、吴洁、李玲

组　员：展演组、开幕式组相关负责老师

职　责：

（1）策划展演活动形式及内容，制定实施日程表。

（2）审核展演节目，确定演出形式及节目单。

（3）整合节目资源，形成脉络清晰的演出顺序。

（4）选拔节目主持人，审核节目解说词。

（5）统筹设计好展演与开幕式的衔接。

（6）组织展演彩排及正式演出。

（7）展演区域的布点、安排。

3.展演组

组　长：吴洁

组　员：毛锋、赵刚、李玲、陈飞燕、刘霞、张梦俏、卢志滢、毛洁、傅威威、吴稳、姚鑫、舒娜、李文欢、各展演节目学生

职　责：

（1）负责节目人员的选拔与排练。

（2）负责节目音乐伴奏、撰写解说词。

（3）负责节目服装的选择与租赁。

（4）负责节目的彩排与演出。

4.开(闭)幕式组

组　长：韩燕平、门利娟

副组长：鄢嫦、王莉

组　员：毛锋、体艺教研室相关老师

职　责：

（1）负责领导的邀请和迎送，开（闭）幕式议程的制定、报批。

（2）负责领导主持词、开（闭）幕词的撰写、报审。

（3）负责主席台的布置。

（4）负责音响、话筒等设备的检查、调试。

（5）负责入场式代表队及各方阵队的协调、组织。

（6）负责获奖文件及发文。

5.竞赛组

组　长：毛锋

副组长：赵刚、屈铭

成　员：刘烨、毛洁、吴稳、裴钢辉、卢志滢、王晓玲、傅威威、王艳芸、姚鑫、王俊雄等，学生志愿者

职　责：

（1）负责拟定运动员、裁判员人选及誓词。

（2）负责所有比赛器材、资料的发放与回收。

（3）负责运动会秩序册的编排、装订并发放至相关处室、班级。

（4）全面负责各项体育竞赛的裁判工作。

6.学生工作组

组　长：欧巍

成　员：郑和斌、夏波、陈明、章懿、徐亮、周智韬

职　责：

（1）负责学生观众席各二级学院座位的安排。

（2）负责现场卫生清扫工作。

（3）做好开（闭）幕式、比赛期间学生考勤工作。

（4）负责开（闭）幕式、比赛期间学生突发事件的及时处理和善后事宜。

（5）审核报名参赛运动员是否体检及购买人身意外伤害险。

7.仲裁组

组　长：竞赛办公室

成　员：竞赛办公室委员

职　责：负责体育节期间发生的争议仲裁和矛盾化解工作。

8.“体育道德风尚奖”“优秀组织奖”“最佳风采奖”评选组

组　长：领导小组

成　员：领导小组成员

职　责：负责体育节期间的文明建设和体育“体育道德风尚奖”“优秀组织奖”“最佳风采奖”的评定工作。

9.宣传组

组　长：谢军

副组长：胡思平

组　员：宣统处相关人员及学生记者团

职　责：

（1）负责展演节目意识形态把控和审核工作。

（2）组织摄影摄像、撰写宣传稿件、专题宣传工作。

（3）负责运动会现场的宣传布置。

10.财务工作组

组　长：彭湘萍、谢路奇

副组长：杨洛、李峥嵘

组　员：财务处、资产管理处相关人员

职　责：

（1）负责活动相关经费使用指导、管理。

（2）配合完成活动有关项目招标及物品采购。

（3）完成领导小组交办的其它任务。

11.后勤保障组

组　长：伍永智

副组长：李雪梅

组　员：后勤处相关人员

职　责：

（1）医疗等应急保障。

（2）活动期间电力保障与应急处理。

（3）完成领导小组交办的其它任务。

12.安全保障组

组　长：张鹏

副组长：杨思

组　员：保卫处相关人员

职　责：

（1）负责活动现场安保工作。

（2）协调学校周边居民支持活动正常开展。

（3）完成领导小组交办的其它任务。

八、项目设置

（一）展演安排

1.节目安排

序号	节目名称	展演形式	节目时长	参演人数	参演道具明细	负责老师	责任二级学院
1	《活力非遗》	龙狮表演+书法展示	5分钟	150	展演训练狮子、彩带龙、高杆龙、服装、书法用品	毛锋 赵刚 张梦俏	湘菜学院其他二级学院
2	《舞•光》	拉丁舞	5分钟	20	折叠椅、服装、化妆	李玲 舒娜 李文欢	各二级学院抽选
3	《扇御山河》	群舞	5分钟	120	道具、服装、化妆	陈飞燕 刘霞	旅游学院 其他二级学院
4	《青春球飞扬》	综合球类表演	5分钟	60	“篮排羽乒匹”球服	卢志滢 毛洁 傅威威 吴稳 姚鑫	各二级学院抽选
5	《再一次出发》	歌伴舞	5分钟	55	录音、服装、化妆	刘霞 吴洁	各二级学院抽选

2.节目时间安排

时间	地点	内容
2026年4月7日 -5月13日	田径场	展演节目排练
2026年5月7日	田径场	展演节目彩排审查
2026年5月8日 -5月13日	田径场	展演节目改进、提升
2026年5月12日	田径场	展演服装、道具、配乐等准备到位，开幕式相关准备工作完成

2026 年 5 月 14 日	田径场	开幕式、展演

（二）竞赛项目及时间安排

1.球类项目及时间安排

赛　项	比赛地点	比赛时间	主要负责人
羽毛球赛	阳光体育馆、基地体育馆	2026 年 4 月 28 日-5 月 7 日	裴钢辉、毛洁
乒乓球赛	乒乓球房	2026 年 5 月 7 日-5 月 12 日	王晓玲、卢志滢
跳绳比赛	田径场/阳光体育馆	2026 年 5 月 11 日-5 月 13 日	刘烨、屈铭
田径运动会	田径场	2026 年 5 月 14 日-5 月 15 日	毛锋、屈铭
排球赛	基地体育馆	2026 年 4 月 28 日-5 月 21 日	吴稳、伍永智
篮球赛	篮球场/阳光体育馆	2026 年 5 月 7 日-5 月 26 日	傅威威、姚鑫
闭幕式	阳光体育馆/音乐报告厅	2026 年 5 月 28 日	门利娟、毛锋

2.田径类项目及时间安排

日期	时间	内容
2026 年 5 月 14 日	8:30-9:00	开幕式
	9:00-10:10	男子甲组 100 米预赛
		女子甲组 100 米预赛
		男子乙组 100 米预赛
		女子乙组 100 米预赛
	9:00-11:30	男子甲组跳远

		女子甲组跳远
		男子乙组掷实心球
		女子乙组掷实心球
	10:10-11:40	男子甲组 400 米预决赛
		女子甲组 400 米预决赛
		男子乙组 400 米预决赛
		女子乙组 400 米预决赛
	14:00-14:20	男子甲组 100 米决赛
		女子甲组 100 米决赛
		男子乙组 100 米决赛
		女子乙组 100 米决赛
	14:00-15:00	4x100 接力赛
	15:10-15:40	数据传输竞速赛
	15:50-16:20	趣味龙舟·接龙竞速接力赛
	16:30-17:00	同心鼓颠球
2026 年 5 月 15 日	8:30-10:20	男子甲组 200 米预决赛
		女子甲组 200 米预决赛
		男子乙组 200 米预决赛
		女子乙组 200 米预决赛
	8:30-11:30	男子甲组掷实心球
		女子甲组掷实心球
		男子乙组跳远

		女子乙组跳远
	10:30-12:00	男子甲组 800 米预决赛
		女子甲组 800 米预决赛
		男子乙组 800 米预决赛
		女子乙组 800 米预决赛
	14:30-15:00	食材搬运接力赛
	15:10-15:40	乒然心动
	15:50-16:30	财源滚滚接力赛

九、竞赛奖项设置

奖励项目	名次	个数	奖励办法
体育节团体总分	第一名	1	奖杯
	第二名	1	奖杯
	第三名	1	奖杯
体育道德风尚奖		1	奖牌
优秀组织奖		1	奖牌
最佳风采奖		1	奖牌
田径运动会甲组总分	取前三名	3	奖杯
田径运动会乙组总分	取前三名	3	奖杯
田径运动会单项	第一名	150	奖品、证书
田径运动会单项	第二名	150	奖品、证书
田径运动会单项	第三名	150	奖品、证书
田径运动会	第四至八名	600	证书

篮球赛	男子组前三名	45	奖杯、奖品、证书
	女子组前三名	45	
羽毛球赛	前三名	30	奖杯、奖品、证书
跳绳比赛	前三名	66	奖杯、奖品、证书
乒乓球赛	前三名	52	奖杯、奖品、证书
	第四至第八名	5	证书
排球比赛	前三名	36	奖杯、奖品、证书

附件：

1.自愿参赛责任及风险告知书

2.第二十二届体育节田径运动会竞赛规程

3.第二十二届体育节排球比赛竞赛规程

4.第二十二届体育节羽毛球比赛竞赛规程

5.第二十二届体育节乒乓球比赛竞赛规程

6.第二十二届体育节跳绳比赛竞赛规程

7.第二十二届体育节篮球比赛竞赛规程

8.湘菜学院“食材搬运”比赛规程

9.人工智能学院“乒然心动”比赛规程

10.旅游学院“趣味龙舟·接龙竞速”团队接力赛规程

11.数智财经学院“财源滚滚接力”比赛规程

12.文化创意学院“同心鼓颠球”比赛规程

13.信创学院“数据传输竞速赛”规程

附件 1：

自愿参赛责任及风险告知书

一、本人（队）自愿报名参加_____年体育节_____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定的各项竞赛规程、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“学生平安保险”或“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人（队）负担。

七、本人（队）承诺以自己的名义参赛，绝不冒名顶替，

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）。

运动员签名：

运动队领队签名：

参赛单位（二级学院盖章）：　　年　月　日

法定监护人签字（仅不满 18 周岁的参赛运动员或法律规定的其他限制行为能力人）：

备注：本《告知书》为每名运动员单独 1 份，先由运动员本人签字，然后由领队签字，加盖二级学院公章，最后将所有参赛运动员的《告知书》交至仁爱楼 209 屈铭（13787316043）

附件 2：

第二十二届体育节田径运动会竞赛规程

一、竞赛项目

1.个人项目：100 米、200 米、400 米、800 米、急行跳远、掷实心球。

2.专业团体项目：4x100 米接力

3.二级学院团体项目：食材搬运接力、财源滚滚来接力、趣味龙舟·接龙竞速、数据传输竞速赛、同心鼓颠球、乒然心动。

二、参赛单位和运动员资格

（一）在校全日制 2024、2025 级各二级学院学生

（二）身体健康，无任何急慢性疾病的学生

（三）参赛队员须经院医务室体检，体检合格并且购买保险者方能参加比赛

（四）遵守学生守则、运动员守则、竞赛纪律有关规定，带学生证和身份证参加比赛

（五）以二级学院为单位，组织代表队参加比赛

三、竞赛办法

（一）竞赛分组（以二级学院为整体，以班级为单位）

男子甲组、乙组；女子甲组、乙组（以二级学院为整体，

以班级为单位）共四个组。

甲组：2024 级学生；乙组：2025 级学生。

（二）参赛办法

1.以班级为单位参赛，报领队 1 人，教练 1 人。每个单项项目男、女各限报 2 人/队。

2.每个运动员只能报两项个人项目，可兼报团体项目。

3.除 100 米径赛设预、决赛之外，其他径赛项目均为计时决赛。田赛各项目报名人数超过 30 人时，举行预赛录取前八名参加决赛。

4.4x100 米接力赛以各二级学院各专业为单位报名参赛，每个专业分组别（甲、乙组）限报男、女各 2 支队伍参赛。参赛队员不得重复报名。

5.趣味接力项目以二级学院为单位，限报六支参赛队伍。

（三）竞赛办法

1.采用国际田联颁布的最新版《田径竞赛规则》。其中掷实心球项目要求：原地双手头上正面投掷，3 次投掷机会，取最好成绩。

2.集体项目规则：见各二级学院团体项目规程

四、录取名次与奖励

（一）录取名次

1.各组别、各项目按成绩分别录取前八名。报名参赛人数不足录取名次（含）人数的项目，按实际参赛人数减 1 录取。

2.各组别、各项目录取前八名的运动员，分别按9、7、6、5、4、3、2、1计分，接力项目加倍计分，所得分计入体育节团体总分。

3.各组别按参赛单位运动员名次得分的总和，录取各组别前三名。如积分相等，以第一名多者名次列前。如仍相等，以第二名多者名次列前，以此类推。

4.集体项目（4x100米接力赛、25米障碍接力、 陆地龙舟）翻倍计分，如获得4x100米接力第一名计9*2=18分。

5.破学校记录翻倍积分

（1）个人赛项破纪录在原有计分情况下加9分。如100米第一名、第二名、第三名均破学校记录在原有计分9、7、6分基础之上分别再加9分，最终得分为18、16、15分。

（2）集体项目破记录在原有计分情况下加18分。如4x100米第一名、第二名、第三名均破学校记录在原有计分18、14、12分基础之上分别再加18分，最终得分为36、32、30分。

（二）奖励

1.对获得各组别团体总分前三名的班级分别颁发奖杯。

2.对获得各组别各单项前八名的运动员颁发荣誉证书。

附件 3：

第二十二届体育节排球比赛竞赛规程

一、主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

二、承办部门：公共课教学部

三、协办单位：教务处、团委、学工处（部）、各二级学院

四、竞赛日期与地点

1.日期：2026 年 4 月 28 日-5 月 21 日

2.地点：基地体育馆排球场

以各二级学院为单位组队，每个二级学院限报男女混合 1 支参赛队伍。每队（男、女）运动员共 12 人（注：场上每局比赛 6 名队员中男生不得超过 2 人),12 人及以下可报 1 名自由人或者不报。领队 1 人，教练 1 人。如有特殊情况须更换运动员时，需持有效证明，经体艺教研室批准方可。

五、运动员资格

1.全体在校学生，身体健康，无任何急慢性疾病。

2.参赛队员须经院医务室体检，体检合格者方能参加比赛。

六、参赛办法

1.比赛采用国家体育总局最新审定的《排球竞赛则》。

2.比赛采用分组循环赛进行第一阶段比赛，第二阶段每组第一名决出最终第一、二名，每组第二名决出最终第三、四名，

每组第三名决出最终第五、六名。

3.运动员须凭学生证、身份证参加比赛。

4.比赛采用三局二胜制。

5.成绩计算

（1）比赛采用三局二胜制，比赛结果为 2:0 时，胜队积 3 分，负队积 0 分；比赛结果为 2:1 时，胜队积 2 分，负队积 1 分；弃权积 0 分。胜场多者排名在前。

（2）当胜场相等时，决定名次顺序为:（A）积分多者,（B）C 值（总胜局数/总负局数),（C）Z 值（总得分数/总失分数)。当两队 Z 值相等，两队间比赛胜者排名在前；当三队 Z 值仍相等时，则仅在该几队之间，按照上述第二条办法的（2）\（3）决定名次。

6.网高标准:比赛网高 2.24m。

7.比赛服装：各二级学院队伍准备不同颜色的统一比赛服，并在报名表上注明服装颜色和自由人衣服颜色，不符合要求者不准上场参加比赛。

8.如某队无故弃权，或未经许可延迟比赛判负，则该队与各队成绩无效，并取消该队比赛资格（比赛迟到 15 分钟作弃权处理)。

七、录取名次与奖励

1.录取名次：取前六名，按 27、21、18、15、12、9 计分，所得分计入体育节团体总分。

2.奖励：对获得前三名的队伍颁发奖杯、奖品、证书。

八、申诉程序

1.各代表队的申诉按排球规则的申诉办法执行，申诉报告由申诉队教练员、领队签字后，报大会仲裁委员会处理。

2.各代表队如对其他代表队的运动员资格问题进行申诉、必须在该运动员（队）首轮（场）比赛结束后1小时内写出书面申诉报告（必须附事实根据、佐证材料），由申诉队教练员、领队签字后报本项目资格审查组裁决。超出此期限，留待比赛结束后调查处理。

3.组委会除受理由代表队领队签字的申诉外，一律不受理口头或其它形式的申诉。申诉单位不得就同一申诉事项重复申诉。

九、经费

所有队伍参赛经费由各参赛二级学院自理。

十、其他

1.运动员参加比赛时必须提供身份证、学生证、保险单。

2.本次比赛用球由组委会决定。

3.未尽事宜报到后另行通知。

4.本规程解释权属长沙商贸旅游职业技术学院体艺教研室。

长沙商贸旅游职业技术学院

第二十二届体育节组委会

附件 4：

第二十二届体育节羽毛球比赛竞赛规程

一、主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

二、承办部门：公共课教学部

三、协办单位：教务处、团委、学工处（部）、各二级学院

四、竞赛设项

混合团体赛

五、参赛组队及报名办法

每队可报领队 1 名、教练员 1 名，运动员可报 8-10 人

六、比赛时间与地点

2026 年 4 月 28 日-5 月 7 日在商贸体育馆举行

七、竞赛办法

1.混合团体比赛出场顺序：女子单打、男子单打、女子单打、男子单打、女子单打（每个学院可报 8-10 人，不得兼项）。

2.比赛采取五场 3 胜制，如遇特殊情况，裁判长有权调整出场顺序。

3.采用国家体育总局审定的最新《羽毛球竞赛规程》。

4.记分方法：比赛采用每局 11 分每球得分制，每场三局两胜的方法。

（1）每场胜者得 2 分，负者、弃权得 0 分，积分多者名次

列前。

（2）比赛名次确定方法：①以胜次多少排列，胜次多者列前。②两者胜次相同，两者间比赛的胜者名次列前。③三者（或三者以上）胜次相同，则依次以他们在本阶段（组）内全部比赛的净胜场、局、分来决定名次，只要在出现有两者净胜场（局、分）相同时，即以他们两者之间的胜负决定名次。④如果三者（或三者以上）净胜分也相同时，则以抽签方法决定名次的排列。

5、比赛中运动员应服从裁判的判决，有异议可向裁判长反映，对裁判长的裁决有异议者，可向仲裁委员会提出申诉。无论什么原因造成比赛中断 5 分钟以上者，按罢赛处理，取消该场比赛资格。

八、比赛要求

1.各参赛队伍必须提前 30 分钟到达比赛场地，向裁判组报到，超过比赛时间 5 分钟不到者，作无故弃权处理，判对方 2：0 胜。

2.团体交换名单

（1）交换名单地点：在比赛场馆裁判长席。

（2）交换名单由各领队、教练填写，交裁判长，一式三份，裁判组一份，参赛队各一份。

（3）交换名单按交换时间进行，超过 10 分钟未交换，按弃权处理。

九、名次录取和计分及奖励

1.录取名次

取前六名，按27、21、18、15、12、9计分，所得分计入体育节团体总分。

2.奖励

对获得前三名的队伍颁发奖杯、奖品、证书。

十、申诉程序

1、各代表队的申诉按羽毛球规则的申诉办法执行，申诉报告由申诉队教练员、领队签字后，报大会仲裁委员会处理。

2、各代表队如对其他代表队的运动员资格问题进行申诉、必须在该运动员（队）首轮（场）比赛结束后1小时内写出书面申诉报告（必须附事实根据、佐证材料），由申诉队教练员、领队签字后报本项目资格审查组裁决。超出此期限，留待比赛结束后调查处理。

3、组委会除受理由代表队领队签字的申诉外，一律不受理口头或其它形式的申诉。申诉单位不得就同一申诉事项重复申诉。

十一、经费

所有队伍参赛经费由各参赛二级学院自理。

十二、其他

1.运动员参加比赛时必须提供身份证、学生证、保险单。

2.本次比赛用球由组委会决定。

3. 未尽事宜报到后另行通知。

4. 本规程解释权属长沙商贸旅游职业技术学院体艺教研室。

长沙商贸旅游职业技术学院

第二十二届体育节组委会

附件 5：

第二十二届体育节乒乓球比赛竞赛规程

一、主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

二、承办部门：公共课教学部

三、协办单位：教务处、团委、学工处（部）、各二级学院

四、竞赛日期与地点

1.日期：2026 年 5 月 7 日-5 月 12 日

2.地点：学校乒乓球馆

五、运动员资格

1.全体在校学生，身体健康，无任何急慢性疾病。

2.参赛队员须经院医务室体检，体检合格者方能参加比赛。

六、参赛办法

1.以二级学院为单位组织参加比赛。每队报领队 1 人，教练员限报 1 人，团体项目男、女运动员各限报 6 人，每场比赛派出 5 名队员。单项项目限报人数男、女各 4 人。

2.比赛项目

（1）团体项目：男、女团体赛（单打）

（2）单项项目：男子单打、女子单打

3.比赛规则

（1）比赛采用中国乒乓球协会审定的最新《乒乓球竞赛规

则》及相关补充规定。

（2）团体项目比赛办法

以二级学院为单位，每个队伍限报 6 人，每场比赛派出 5 名队员（同一场比赛上场队员不得重复）。

团体赛采用分组循环赛制，每场比赛采用五局三胜（逢三比赛结束），每局比赛采用 11 分制，若比分到 10 比 10 则打出 2 分的分差时决出胜负，先胜三场者胜利。各小组第一名决出最终第一、二名；各小组第二名决出最终第三、四名；各小组第三名决出最终第五、六名。

（3）单项比赛：男、女单打比赛

A.单打比赛每个二级学院可报男、女各女 4 人（可少于 4 人），比赛采取分组淘汰制，将报名人员抽签分成 A、B 小组，每组取前四出线进行决赛，如 A1vsB1 争 1、2 名，A2vsB2 争 3、4 名，以此类推，决出前三名。

B.每场比赛采用三局两胜制，每局 11 分制。

（4）如对比赛规则有疑异，则由裁判组进行裁决和解释。

（5）比赛用乒乓球品牌在报名会上确定。

（6）运动员比赛服装、比赛器具由各代表队统一自备。比赛服装深、浅色各一套，且必须符合乒乓球竞赛规则的规定。

4.比赛要求

（1）比赛用球使用 40mm 白色红双喜。

（2）比赛球拍自备，但必须符合乒乓球竞赛规则要求。比

赛用球由举办方统一提供不允许私自更换比赛用球。

（3）比赛队员必须按规定时间到场参赛，如迟到时间超过10分钟按自动弃权处理。

七、录取名次与奖励

1.录取名次：团体赛取前三名，按27、21、18、15、12、9计分，所得分计入体育节团体总分。个人赛取男、女各前三名。

2、奖励：对获得前三名的队伍颁发奖杯、奖品、证书，对获得前三名的个人颁发奖品、证书。

八、申诉程序

1.各代表队的申诉按乒乓球规则的申诉办法执行，申诉报告由申诉队教练员、领队签字后，报大会仲裁委员会处理。

2.各代表队如对其他代表队的运动员资格问题进行申诉、必须在该运动员（队）首轮（场）比赛结束后1小时内写出书面申诉报告（必须附事实根据、佐证材料），由申诉队教练员、领队签字后报本项目资格审查组裁决。超出此期限，留待比赛结束后调查处理。

3.组委会除受理由代表队领队签字的申诉外，一律不受理口头或其它形式的申诉。申诉单位不得就同一申诉事项重复申诉。

九、经费

所有队伍参赛经费由各参赛二级学院自理。

十、其他

1.运动员参加比赛时必须提供身份证、学生证、保险单。

2.本次比赛用球由组委会决定。

3.未尽事宜报到后另行通知。

4.本规程解释权属长沙商贸旅游职业技术学院体艺教研室。

长沙商贸旅游职业技术学院

第二十二届体育节组委会

附件 6：

第二十二届体育节跳绳比赛竞赛规程

一、主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

二、承办部门：公共课教学部

三、协办单位：教务处、团委、学工处（部）、各二级学院

四、竞赛日期与地点

1.日期：2026 年 5 月 11 日-5 月 13 日

2.地点：商贸体育馆

五、运动员资格

1.全体在校学生，身体健康，无任何急慢性疾病。

2.参赛队员须经院医务室体检，体检合格者方能参加比赛。

六、参赛办法

1.混合团体赛：以二级学院为单位报名参赛，每队人数为 20 人（包含摇绳队员 2 人、其中男生不超过 8 人）。

2.个人赛：以二级学院为单位报名参赛，每个二级学院限报男生 10 名、女生 10 名。

3.通用规则：比赛采用中国跳绳协会审定的最新《跳绳竞赛规则》。参赛选手须使用大会统一提供的跳绳（特殊项目经裁判允许可使用自备跳绳）。比赛过程中，如出现跳绳拌脚等情况，在不违反规则前提下，选手可继续比赛，计数连续计算。

4.各项目规则

（1）3 分钟 8 字长绳绕环跳绳：2 名队员摇绳，其他 18 名队员依次进入长绳，按照 8 字路线绕环跳绳，每跳跃一次，长绳一回环，计为一次。比赛过程中，如有队员失误，不中断比赛，失误队员迅速离开，后续队员依次进入继续比赛，3 分钟结束时，记录有效跳绳次数。

（2）1 分钟双摇跳绳：选手双脚并脚跳绳，每跳跃一次，摇绳两回环（二周圈），计为一次。比赛过程中，若跳绳绊脚，可继续比赛，计数连续累加，1 分钟结束时，记录有效跳绳次数。

七、录取名次与奖励

1.录取名次：团体赛取前三名，按 27、21、18、15、12、9 计分，所得分计入体育节团体总分。个人赛取男、女各前八名。

2.奖励：对获得团体前三名的队伍颁发奖杯、奖品、证书，对获得前八名的个人颁发奖品、证书。

八、申诉程序

1.各代表队的申诉按跳绳规则的申诉办法执行，申诉报告由申诉队教练员、领队签字后，报大会仲裁委员会处理。

2.各代表队如对其他代表队的运动员资格问题进行申诉、必须在该运动员（队）首轮（场）比赛结束后 1 小时内写出书面申诉报告（必须附事实根据、佐证材料），由申诉队教练员、领队签字后报本项目资格审查组裁决。超出此期限，留待比赛结束后调查处理。

3.组委会除受理由代表队领队签字的申诉外，一律不受理口头或其它形式的申诉。申诉单位不得就同一申诉事项重复申诉。

九、经费

所有队伍参赛经费由各参赛二级学院自理。

十、其他

1.运动员参加比赛时必须提供身份证、学生证、保险单。

2.本次比赛用球由组委会决定。

3.未尽事宜报到后另行通知。

4.本规程解释权属长沙商贸旅游职业技术学院体艺教研室。

长沙商贸旅游职业技术学院

第二十二届体育节组委会

附件 7：

第二十二届体育节篮球比赛竞赛规程

一、主办单位：长沙商贸旅游职业技术学院

二、承办部门：公共课教学部

三、协办单位：教务处、团委、学工处（部）、各二级学院

四、竞赛日期和地点

1.时间：2026 年 5 月 7 日-5 月 26 日

2.地点：学校篮球场、商贸体育馆

五、运动员资格

1.全体在校学生，身体健康，无任何急慢性疾病。

2.参赛队员须经院医务室体检，体检合格者方能参加比赛。

六、参赛办法

1.以各二级学院为单位组队，每个二级学院限报男、女各 1 支参赛队伍。

每队（男、女）运动员各 15 人（每场比赛仅允许 12 人上场），领队 1 人，教练 1 人。如有特殊情况须更换运动员时，需持有效证明，经体育教研室批准方可。

2.比赛办法：

（1）男子比赛分为三个阶段

第一阶段：循环赛；循环赛按积分排列名次。胜一场得 2

分，负一场得 1 分，积分多者名次列前。如遇两队积分相等，则以该两队之间的胜负确定名次；如果三队以上积分相等，则按同积分队伍之间的胜负关系、同积分球队之间的净胜分、同积分球队之间的总得分、同积分球队组内的净胜分、同积分球队组内的总得分；如无法决定，则采用抽签决定名次。

第二阶段：取单循环前四名进行交叉淘汰（第一阶段第一 VS 第一阶段第四；第一阶段第二 VS 第一阶段第三）。

第三阶段：第二阶段胜者争夺冠亚军，败者争夺三、四名。

（2）女子比赛分为三阶段

第一阶段：分组循环（抽签分 A 组和 B 组）胜方获得 2 分，败方获得 1 分；

第二阶段：A 组第一 VS B 组第二

A 组第二 VS B 组第一

第三阶段：第二阶段败者争夺三、四名

第二阶段胜者争夺一、二名

（3）采用国际篮联颁布的最新版《篮球竞赛规则》，参赛队伍必须统一服装，服装需显示球员号码与姓名，按照秩序册上对阵双方前主后客原则，服装颜色按前浅（灰、黄、白等淡色）后深（红、绿、蓝、黑、棕）区分，如遇服装色系相同时，由客队调整色系。比赛双方报名为 15 人，上场队员为 5 人。比赛时间开始 10 分钟后，球队未出场或能上场的队员不足 5 名，判给对方队获胜，并且比赛结果的比分为 20 比 0。因比赛所引

起的场内场外打架斗殴事件，取消肇事者队伍比赛资格。

比赛时间：比赛分 4 节，每节 10 分钟。第一和第二节、第三和第四节中间的休息时间分别为 2 分钟；第二节与第三节中间的休息时间为 10 分钟。仅第四节最后三分钟停表，其余所有比赛时间均不停表，包括犯规，罚球，换人，球出界等。每场比赛每队上半场一个暂停，下半场两个暂停，下半场决胜时刻仅有一个暂停。比赛中有突发事件发生时，在裁判员示意停表的时候记录台方可停表。每队每节只能通过记录台申请一次暂停。

比赛开始前，双方队长把本队队员的校牌卡及相关证件交记录台进行比赛时相关的登记，如发现本队有其他二级学院甚至校外人员作为队员参加比赛、取消该队员所有比赛资格；若该队比赛完毕或其他队伍检举查证后有以上情况发生，取消该队所有比赛成绩。未携带校牌的队员一概不予记录上场参加比赛。

比赛开始，双方队员在中圈跳球开始比赛。比赛中出现争球，按照记录台上的球权指示给予球权发界外球。每次投篮命中后，由对方发球。比赛中，每个队员允许 4 次犯规，第 5 次犯规出场。任何队员被判夺权犯规，则取消该队员当场比赛资格。每个队每节累计犯规达 4 次后，该队出现第 5 次以后的侵人犯规由对方执行两次罚球。罚球采用站位罚球。

比赛中，队长是场上唯一发言人。只能在死球的情况下通

过记录台进行替换，如果在比赛过程中某队场上队员少于两人，则该队因“缺少队员”而比赛告负。如判获胜的队得分领先，则以比赛停止时的比分作为结局。如判获胜的队得分落后，则记录该队以20比0的比分获胜。

比赛终了，以得分多者为胜方。如出现平局，则加赛5分钟。比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终决定。比赛结束后，双方队长应到记录台签字。为避免比赛的意外损伤，严禁在比赛中佩戴任何首饰（如金属饰品、手表、玉石器、团徽等)；否则，不予记录上场参加比赛。如遇天气原因，比赛另行通知。

3.场地：标准的篮球场地（28x15米）地面坚实，场地界线外有1.5-2米的安全地带。

4.工作人员及职责

（1）每场比赛设2--3名裁判员和3名记录员。

（2）裁判员是比赛中唯一的宣判和终决的人员，负责在记录表上签字。

（3）记录员兼管计时、记分。记录两队累计的分数（包括投篮和罚球的得分)、全队及个人犯规次数以及比赛时间，并按规则要求宣布比赛进行的时间、比分。

七、名次录取及奖励

1.录取名次：男、女队各取前六名，按27、21、18、15、12、9计分，所得分计入体育节团体总分。

2.奖励：对获得男、女队前三名的队伍颁发奖杯、奖品、证书。

八、申诉程序

1.各代表队的申诉按篮球规则的申诉办法执行，申诉报告由申诉队教练员、领队签字后，报大会仲裁委员会处理。

2.各代表队如对其他代表队的运动员资格问题进行申诉、必须在该运动员（队）首轮（场）比赛结束后1小时内写出书面申诉报告（必须附事实根据、佐证材料），由申诉队教练员、领队签字后报本项目资格审查组裁决。超出此期限，留待比赛结束后调查处理。

3.组委会除受理由代表队领队签字的申诉外，一律不受理口头或其它形式的申诉。申诉单位不得就同一申诉事项重复申诉。

九、经费

所有队伍参赛经费由各参赛二级学院自理。

十、其他

1.运动员参加比赛时必须提供身份证、学生证、保险单。

2.本次比赛用球由组委会决定。

3.未尽事宜报到后另行通知。

4.本规程解释权属长沙商贸旅游职业技术学院体艺教研室。

长沙商贸旅游职业技术学院

第二十二届体育节组委会

附件 8：

湘菜学院“食材搬运”比赛规程

一、参与对象

每个二级学院 6 队，每队 10 人

二、项目设置

1.竞赛器材

收纳筐、口哨、计时器、各类食材

2.竞赛人数

每队 10 人（其中男生 5 人、女生 5 人）

3.竞赛方法

（1）每队 10 名队员分为 2 人一组共 5 组分别站在起点及终点处准备接力，前后保持适当距离，起点放置空收纳筐，各类食材放置比赛路径。

（2）哨声响起，两人一组共同提起收纳筐沿着比赛路径收集一类食材搬运至终点后交换下一组队员进行折返搬运。

（3）收纳箱从起点传递至终点即为一轮完成，完成 5 轮完整传递后计时结束。

（4）比赛过程中若食材掉落，需在掉落地点原地装进进收纳筐后方可继续。

（5）每只代表队收纳筐收集 5 类食材齐全后且完成 5 轮传

递的总用时排名，用时越短名次越高。

4.竞赛要求

（1）严禁用手搬运食材，食材必须放置在收纳箱。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界。

附件 9：

人工智能学院“乒然心动”比赛规程

一、参与对象

每个二级学院 6 队，每队 10 人

二、项目设置

1.竞赛器材

乒乓球、筷子、容器、计时器

2.竞赛人数

每队 10 人(男生 5 人 女生 5 人)

3.竞赛方法

乒然心动夹夹乐（选手需从开始点跑向交接点，在交接点放置一张长桌子，在桌子两端各放置容器，将乒乓球从其中一个容器夹到另一个容器，完成 5 个则结束，将每组完成时间进行计时后将总用时排名用时越短名次越高)。

4.竞赛要求

（1）全程用筷子夹球严禁用手夹球。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界，球落地快速用筷子捡起球后重启。

附件 10：

旅游学院“趣味龙舟·接龙竞速”团队接力赛规程

一、参与对象

每个二级学院 6 队，每队 10 人（可设 2 名替补）

二、项目设置

1. 竞赛器材

充气龙舟、口哨、计时器

2. 竞赛人数

每队 10 人（其中男生 4 人、女生 6 人）

3. 竞赛方法

各代表队选派 10 名运动员参赛，裁判员发令前，各参赛队的 10 名队员双手握住固定把手，将龙舟抬起，离开地面，立于起跑线后准备。裁判员发令后队友通过配合使龙舟在跑道上前行，以各参赛队龙头触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前，赛程为 25 米。

犯规情况：比赛过程中，参赛队员须跨立于器材上，违者视为犯规，每人次加时 5 秒；比赛途中，如有脱离自身赛道情况，影响到其他队伍者，则加时 5 秒，未干扰到其他队伍，在裁判员警告下回到赛道则不作犯规处理。

4.竞赛要求

（1）严禁脱离充气龙舟，参赛队员须跨立于器材上。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界。

附件 11：

数智财经学院“财源滚滚接力”比赛规程

一、参与对象

每个二级学院 6 队，每队 10 人（其中男生 4 人、女生 6 人）

二、项目设置

1. 竞赛器材

充气元宝、口哨、计时器

2. 竞赛人数

每队 10 人（其中男生 4 人、女生 6 人）

3. 竞赛方法

（1）每队 10 名队员分为 2 人一组共 5 组分别站在起点及终点处准备接力，前后保持适当距离。

（2）比赛开始后，队员通过前胸、后背夹球的方式，将充气元宝依次从起点传递至终点，全程严禁用手触碰、抱球、持球。

（3）充气元宝从起点传递至终点即为一轮完成，完成 5 轮完整传递后计时结束。

（4）比赛过程中若充气元宝掉落，需在掉落地点原地重新夹好后方可继续，不得捡充气元宝跑动或违规传递。

（5）按完成 5 轮传递的总用时排名，用时越短名次越高。

（6）每出现一次用手抱充气元宝、捡充气元宝跑动等违规行为，总成绩加时 5 秒。

4.竞赛要求

（1）严禁用手触碰、抱球、持球。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界。

附件 12：

文化创意学院“同心鼓颠球”比赛规程

一、参与对象

每个二级学院 6 队，每队 6 人。

二、项目设置

1. 竞赛器材

1 面同心鼓、5 根牵引绳、1 个瑜伽球。

2. 竞赛人数

每队 6 人(男生 3 人 女生 3 人)

3. 竞赛方法

竞赛开始前，5 名队员分别拉住同心鼓的 5 个延长把手，另有 1 名队员负责放置瑜伽球。裁判发令后，开始原地颠球，在 规定 1 分钟时间内，颠球次数多者名次列前（颠球次数相同则名次并列)。

犯规情况：

（1）竞赛过程中，如有掉球现象，则必须由参赛队中的捡球队员将球捡起放好方可继续竞赛。

（2）在竞赛的过程中不准将绳子缠绕在手上，如违反者在竞赛最终的成绩上减 20 个。

（3）在竞赛的过程中影响到其他队伍的竞赛，在最终的成

绩上减 20 个。

4.竞赛要求

（1）严禁松手、手触鼓面。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界，球落地快速捡球重启。

附件 13：

信创学院“数据传输竞速赛”规程

一、参与对象

每个学院 6 队，每队 10 人

二、项目设置

1.竞赛器材

铁环、锥形桶、口哨、计时器

2.竞赛人数

每队 10 人（其中男生 5 人、女生 5 人）

3.竞赛方法

（1）在 30 米的跑道上进行迎面接力。

（2）选手必须沿规划赛道行进，偏离赛道需返回对应位置重新开始，耗时正常累计。

（3）仅可用推钩滚动铁环，禁止用手抱、拽、直接推动铁环，违规 1 次加时 5 秒。

（4）碰倒锥形桶（病毒障碍），每碰倒 1 个加时 5 秒，选手需扶起后才能继续前进。

（5）铁环倒地可原地扶起继续，不额外加时。

（6）接力必须在指定接力区内完成，越区交接团队总耗时加时 10 秒。

（7）禁止场外队员辅助操控铁环，违者加时 15 秒。

4.竞赛要求

（1）禁止用手抱、拽、直接推动铁环。

（2）参赛人员穿着运动服、运动鞋，摘除首饰，做好安全防护。

（3）遵守比赛规则，服从裁判判定，文明参赛，禁止打闹争执。

（4）全程在指定区域内比赛，不得越界。

长沙商贸旅游职业技术学院办公室　　2026年4月29日印发