

关于举办“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”全民健身活动的通知

全区各机关、企事业单位：

为迎接党的二十大胜利召开，通过开展庆祝建区二十五周年系列活动，全面展示石龙区 25 年来的发展变化和取得的显著成就，回顾发展历程，提升发展信心，展望美好未来，激励干部群众，鼓实干之劲，推动经济社会又快又好发展，经研究，决定举办“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列全民健身活动，为做好系列竞赛工作，特制定“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列竞赛规程，现印发给你们，请各单位严格按照竞赛规程积极组织参加比赛。

附件：

1. “石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列竞赛总规程
2. 乒乓球竞赛规程
3. 羽毛球竞赛规程
4. 工间操竞赛规程
5. 健步走竞赛规程
6. 个人健康承诺书
7. 自愿参赛责任书

附件 1

“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年” 系列竞赛总规程

一、比赛主题：

本次比赛以“强体质、树新风、争做出彩石龙人”为主题，突出群众性、参与性、趣味性和示范性，遵循气氛热烈、全民参与的办赛原则，激发全区干部群众的工作热情，推动各项事业的蓬勃发展，以优异的成绩迎接党的二十大胜利召开。

二、主办单位：

承办单位：

三、竞赛日期和地点

2022 年 9 月至 12 月，举办具体地点见各单项规程。

四、竞赛项目

乒乓球、羽毛球、工间操、健步走

五、参赛单位

全区各机关、企事业单位

六、运动员资格

（一）符合“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列竞赛总规程和各单项竞赛规程的各项规定。

（二）运动员必须经市、县级以上医务部门证明身体健康，同时必须办理人身意外伤害保险。

(三) 参赛队员必须为各单位在职职工，如发现外借队员，一律取消该项目成绩。

七、参加办法

(一) 以各单位职工组队参赛

(二) 不得外借非本单位人员参加各项目比赛。

(三) 执行国家体育总局审定的各项目最新竞赛规则和有关补充规定(具体竞赛办法按照各单项竞赛规程规定执行)。

八、奖励办法

各竞赛项目根据竞赛规程设立一、二、三等奖。一等奖一名、二等奖一名、三等奖一名。

九、赛风赛纪

执行“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列竞赛单项竞赛规程规定。

十、联系人

联系电话：7063983

邮箱：shilongtiyu@163.com

联系人：高昂

十一、本总规程的解释权属“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年”系列竞赛组委会。

2022年9月3日

附件 2

乒乓球竞赛规程

一、主办、承办单位

主办单位:

承办单位:

二、比赛时间、地点

时间: 2022年9月 1 5 日

地点: 石龙区青少年活动中心一楼西侧

三、比赛项目及组别

男、女单打比赛

四、参加范围

全区各机关、企事业单位

五、参加办法

1. 各单位男、女运动员可分别报 4 人。

2. 各单位按要求名额报名参加。出现意外伤害事故由参赛者自行负责, 组委会不承担任何责任。

3. 参赛运动员在报到时按区疫情防控要求, 需带个人健康承诺书、自愿参赛责任书、健康码、行程码和身份证。

六、竞赛办法

1. 执行国家体育总局审定的《乒乓球竞赛规则》。

2. 比赛办法视报名情况另定。

七、录取名次

比赛男女分别录取前三名。

八、报名办法：

1、各单位按要求认真填写报名表，并注明领队、运动员联系人电话。

2、各单位将报名表 word 电子版、纸质版加盖公章（扫描件）于 2022 年 9 月 8 日 12 点前发送至邮箱 shilongtiyu@163.com。不接受其它形式的报名。逾期报名或不符合要求的不予受理，视为无效报名，不能参加抽签，不予编排。报名截止后因运动员资格问题被取消参赛资格的，不允许更换人员。

九、比赛裁判：裁判长与裁判员由主办单位选派。

十、未尽事宜，另行通知。本规程的解释权属比赛组委会。

“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年” 乒乓球比赛报名表

单位（盖章）：

领队：

电话：

序号	姓名	性别	电话
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

备注：1、报名截止时间9月8日，报名后不允许修改。

2、每单位男、女运动员可分别报4人。

3、备此表需打印。

4、单位领队扫码进群

附件 3

羽毛球竞赛规程

一、主办、承办单位

主办单位：

承办单位：

二、比赛时间、地点

时间：2022年9月15日

地点：石龙区华辰供电公司

三、参赛单位

全区各机关、企事业单位

四、竞赛项目

男子单打、女子单打、双打

五、竞赛办法

（一）竞赛规则：执行国家体育总局审定的最新《羽毛球竞赛规则》

（二）竞赛编排方案：本次比赛由组委会视报名情况编排。

1. 单打比赛均采用单败淘汰一局21分制，11分交换场区，半决赛、决赛采用三局二胜21分制。双打比赛均采用单败淘汰一局31分制，16分交换场区，半决赛、决赛采用三局二胜21分制。

2. 比赛按编排顺序紧跟前场进行，迟到 10 分钟按弃权论处。

3. 在一场比赛进行中，凡因伤病或其他原因不能继续比赛

者，视为该运动员自动放弃本场比赛，本场比赛判对手获胜。

4. 比赛中因某方运动员不服裁判判罚或其他原因，在裁判长要求恢复比赛 5 分钟内，仍旧不进行比赛，视为该运动员罢赛，本场比赛判对手获胜。

六、录取名次

根据最终排名顺序，录取男子、女子、双打各前三名。

七、报名方式及报到

（一）报名

1. 各单位将报名表 word 电子版、纸质版加盖公章（扫描件）于 2022 年 9 月 8 日 12 点前发送至邮箱 shilongtiyu@163.com。

2. 逾期报名视为无效报名，不予编排。报名截止后进行资格审查，因运动员资格不符被取消参赛资格的，不允许替换和更改运动员。

（二）报到

参赛队员凭身份证和健康码、行程码进行报到，现场须提交自愿参赛责任书和个人健康承诺书。

八、比赛裁判：裁判长与裁判员由组委会选派。

九、未尽事宜，另行通知。本规程的解释权属比赛组委会。

“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年” 健身活动羽毛球报名表

填报单位：（盖章）

时 间： 年 月 日

比赛项目	序号	姓名及职务	手机号	备注
	负责人			
男单	1			
	2			
女单	1			
	2			
双打	1			
	2			

1、请各单位领队扫码进群



附件 3

工间操竞赛规程

一、主办单位、承办单位

主办单位：

承办单位：石龙区总工会
石龙区教育局

二、比赛时间、地点

时间：2022 年 10 月 17 日

地点：石龙区龙湖广场

三、比赛项目

国家体育总局推广的“第九套广播体操”

三、参赛办法

1. 每队参赛队员必须为本单位在职职工，每个单位报领队 1 名，每支队伍可报教练 1 名（可兼运动员），队员 15—18 人，单位一把手参与在最终得分基础上加 5 分，每个单位限报两支队伍。

2. 报名方式：各单位将报名表 word 电子版、纸质版加盖公章（扫描件）于 2022 年 10 月 7 日 12 点前发送至邮箱 shilongtiyu@163.com。

五、参赛要求

（一）竞赛规则：比赛评分采用国家体育总局制定的第九套广播体操评分标准；

（二）比赛时伴奏音乐由现场统一播放；

(三) 出场顺序：赛前由该项目组委会召开领队、教练员会议时统一抽签决定；

(四) 参赛队员必须服装统一；

(五) 评分标准（按 100 分制，精确到小数点后一位）：

1. 领操员动作规范，指挥准确；
2. 运动员着装整齐，精神面貌好；
3. 全队动作规范，准确有力；
4. 动作与音乐合拍，节奏感强；
5. 遵守纪律，服从指挥，进出场有序；
6. 每支参赛代表队需含有 30%男性队员。少于一人次扣 0.5 分。

六、比赛裁判：裁判长与裁判员由组委会选派。

七、未尽事宜，另行通知。本规程的解释权属比赛组委会。

石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年 工间操比赛报名表

单位（盖章）：

填表日期：

领队：

联系电话：

教练：

联系电话：

队员姓名	性别	身份证号	队员姓名	性别	身份证号

备注：1. 本表可以复制修改；

2. 如没有另行补充通知，比赛则按报名的先后顺序进行编排。

附件 5

健步走竞赛规程

一、主办单位、承办单位

主办单位：

承办单位：石龙区总工会 石龙区教育体育局

二、比赛时间地点

时间：2022 年 11 月 15 日

地点：石龙区龙湖广场

三、比赛项目

健步走

四、参赛办法

1. 每个单位报领队 1 名，参赛队员若干名。

2. 报名方式：各单位将报名表 word 电子版、纸质版加盖公章（扫描件）于 2022 年 11 月 4 日 12 点前发送至邮箱 shilongtiyu@163.com。

五、比赛线路

政府门口—高中路口—何庄路口—科技路—青少年活动中心—
政府门口

六、比赛规则

比赛设三个打卡点，参赛运动员完成 3 个打卡点打卡后冲过
终点为完成比赛

七、录取名次

比赛录取男子、女子各前三名

八、**比赛裁判**：裁判长与裁判员由组委会选派。

八、**未尽事宜**，另行通知。本规程的解释权属比赛组委会。

“石龙区喜迎二十大暨庆祝建区二十五周年” 健身活动健步走报名表

单位（盖章）：

填表日期：

领队：

联系电话：

队员姓名	性别	电话

备注：1. 本表可以复制修改；

2. 如没有另行补充通知，比赛则按报名的先后顺序进行编排。

附件 6

个人健康承诺书

本人自愿参加_____比赛，愿意遵守疫情防控各项要求，秉承对自己负责，对他人负责的原则，承担疫情防控社会责任，郑重做出以下承诺：

一、充分理解并遵守活动期间各项防疫安全要求。

二、在参加活动前 14 天内，没有到过国内疫情中、高风险地区，未出境，不存在自境外回国情形。

三、在参加活动前 14 天内，每日自觉测量体温，体温均未高于 37.3 度的情形。

四、在参加活动前 14 天内，未和新冠肺炎病例或疑似病例密切接触，没有发烧、干咳、腹泻等疑似新冠肺炎症状。

五、在比赛期间不离平。

以上情况保证属实，否则自愿承担违反《中华人民共和国传染病防治法》等法律法规造成的相关后果。

特此承诺！

承诺人：

2022 年 月 日

附件 7

自愿参赛责任书

我自愿报名参加_____比赛并签署本责任书。对以下内容，我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、本人身体健康状况符合参加本次活动的要求，可以正常参加本次活动。

二、我将严格遵守新冠肺炎疫情常态化防控工作要求，承诺赛事活动前 14 天内未到过疫情中高风险地区，体温均低于 37.3℃。

三、我充分了解本次活动期间及有关活动中潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤，疾病甚至危及生命造成死亡的后果。我会竭尽所能，以对自己的安全负责任的态度参加本次活动。

四、我本人愿意遵守本次活动的所有规则规定，如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险或潜在风险，本人将立刻终止活动并告知相关工作人员。

五、我本人以及我的继承人、代理人、个人代表或亲属自愿放弃追究所有因参加本次活动而导致伤残、疾病或死亡所造成损失的权利。

六、本人参加本次活动期间任何相关方面的安全由我自己负责，发生不利后果由我自己承担。

七、本人承诺配合工作人员的工作，听从指挥，服从相关规定。如因个人不配合工作人员或不服从组织相关规定造成的不利后果由我自己承担。

八、我同意接受活动组委会在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治以及因此产生的相关费用由我本人负担。我本人以及我的继承人、代理人、个人代表和亲属均放弃对活动组委会及组织机构单位追究因参加活动导致我本人伤残、损失或死亡之相关的法律责任的权利。

九、本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。

参赛人员签名：

2022 年 月 日