

三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）  
老年组广场健身操舞比赛

秩  
序  
册

主办单位：三门峡市人民政府

承办单位：三门峡市体育局 三门峡市教育局

协办单位：三门峡市体育发展服务中心

三门峡市健身操舞协会

比赛时间：2024年10月24日

比赛地点：崤山路三门峡市体育馆

# 三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会） 老年组广场健身操舞竞赛规程

## 一、竞赛日期和地点

- (一) 时间：2024年10月24日；
- (二) 地点：崤山路三门峡市体育馆。

## 二、参加单位

A组：市直机关；

B组：各县(市)区、开发区、城乡一体化示范区、现代服务业开发区；

C组：市属以上企业、非公有制企业、驻峡各部队、武警部队、大中专院校。

## 三、组别设置

A、B、C组均设老年组

## 四、项目设置

- (一) 规定套路；
- (二) 自编套路。

## 五、评分办法

成套动作满分为100分，裁判员的评分精确到0.1分。

## 六、参加办法

(一) 各单位限报领队、教练员各1人（可兼队员），运动员8—12人，不足8人，每少1人扣5分。（鼓励男队员积极参加）；

(二) 各单位限报1队，每队报1个规定套路和1个自选套路。报名不足三个队的组别，取消该组别的比赛；

(三) 参赛人员以本人自愿、亲属支持为原则，报名时，须附本人和亲属签字的自愿参赛责任书（附后）。

## **七、运动员资格**

(一) 参赛运动员必须符合三门峡市第九届运动会竞赛规程总则和运动员资格审查办法的各项规定；

(二) 各县（市）区代表团的运动员应具有本县（市）区户籍和本人二代身份证（须提供原件和复印件）；

(三) 符合本单项规程规定者；

(四) 运动员须提供县级以上医务部门出具的近期（三个月内）《体检报告》，体检项目需包含心电图和心肌酶。各代表队全体成员（含运动员、领队、教练员）均须办理竞赛期间的“人身意外伤害保险”（投保金额不低于人民币 40 万元、附加医疗 2 万元），否则将不安排比赛；

(五) 通过三门峡市第九届运动会运动员资格审查，持二代身份证原件参赛；

(六) 输送到国家、省、市的运动员可代表本县(市)、区、市直参加比赛；

(七) 符合三门峡市第九届运动会运动员资格其它有关规定；

(八) 年龄：女运动员须是 1968 年 12 月 31 日以前出生；男运动员须是 1963 年 12 月 31 日以前出生。

## **八、有关规定**

(一) 比赛执行由国家体育总局社会体育指导中心审定的《广场舞竞赛规则》（2018 年 1 月人民出版社出版发行）；

(二) 规定套路

1. 国家体育总局、原文化部 2015 年推出的 12 套广场健身操舞；
2. 全国广场舞健身活动推广委员会 2017 年推出的 12 套广场舞备选推广套路；
3. 中国社会体育指导员协会 2018 年推出的 3 套广场舞推广套路。

以上套路任选一套，视频可在“全国广场舞推广委员会”微信公众号查询。

允许变队形，队形变化新颖多样，变化次数不得少于 5 次。

### （三）自编套路

1. 自编套路创编，可以选择民族健身操舞、现代健身操舞、爵士健身操舞、踢踏健身操舞等传统健身操舞中具有代表性且适用于体育锻炼的基本动作。整套动作应考虑人体运动的基本规律，有锻炼身体，增强体质的作用，又有艺术性和观赏性。但不能有类似舞台剧形式的艺术类舞蹈参赛；

2. 至少有 6 次队形变化，每个队形至少完成二个八拍的动作；

3. 音乐和动作的衔接要流畅、准确，动作过渡要自然；

4. 自编套路时间：3 分 30 秒至 4 分 30 秒之间，以第一个人的动作开始计时，最后一个人动作结束停表；

5. 整套动作中不允许出现违例动作（地上打滚、倒立、托举、翻腾和叠罗汉等动作）；

6. 参赛的轻器械，要求安全、美观，不允许使用锋利、具有伤害性器械；

7. 突出个人及少数人的表演，不得超过 2 次，每次不得超过 2×8 拍。

## 九、比赛办法

各项目只进行一轮比赛。

## **十、音乐**

（一）规定套路音乐采用国家体育总局统一制作的标准音乐，由大会统一播放；

（二）自编套路的音乐由各参赛单位自行制作，并将音乐录制在优盘上，盘内不允许其它内容出现，音乐开始部分允许有不超过二个八拍的音乐前奏，赛前交大会统一播放。

## **十一、裁判员**

裁判员按三门峡市第九届运动会裁判员选派办法选派，裁判员报到时需带选派通知、单位证明、彩色二寸照片两张。

## **十二、报名与报到**

（一）报名事项按三门峡市第九届运动会规程总则和三门峡市第九届运动会运动员资格审查办法执行；

（二）各代表队于比赛前 1 天到赛区报到；

（三）赛前将召开领队、教练员联席会，具体时间、地点另行通知。

## **十三、录取名次与计分办法**

（一）设立一、二、三等奖及优秀奖。参赛队伍获奖比例为一等奖 15%、二等奖 25%、三等奖 30%、优秀奖 30%，计分分别按 14、10、6、2 分计入团体总分；

（二）设立团体总分一、二、三等奖及优秀奖，团体总分按各参赛单位参赛成绩计算，凡参加全部项目比赛的县（市）区另外计入团体总分 30 分。参赛队伍获奖比例为一等奖 15%、二等奖 25%、三等奖 30%、优秀奖 30%；

（三）设优秀组织奖和贡献奖若干名。

#### **十四、服装**

本代表队同一性别队员的服装必须一致。

#### **十五、设纪律检查委员会**

全权负责执行三门峡市第九届运动会竞赛纪律。

#### **十六、设仲裁委员会**

全权负责执行三门峡市第九届运动会仲裁委员会条例。

#### **十七、经费**

各单位参赛经费自理。

#### **十八、未尽事宜，另行通知。**

#### **十九、本规程解释权属大会组委会。**

# 自愿参赛责任书

我自愿报名参加三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）老年组广场健身操舞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、我愿意遵守本次比赛的所有规定；如果本人在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在的风险，包括但不限于身体不适等，本人将立刻向赛事组委会报告并终止参赛。

二、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好：没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐以及其它任何可能导致意外发生的疾病），因此我郑重声明，可以正常参加本次比赛。

三、我充分了解本次赛事往返路途以及比赛期间的训练和比赛的过程中存在潜在的风险，并可能由此导致伤残、损失甚至死亡，我会竭尽所能，以对自己安全负责的态度参赛。

四、我本人以及我的继承人、代理人、个人代表和亲属均放弃对赛事组委会及赛事关联方追究因参赛导致我本人伤残、损失或死亡之相关的法律责任的权利。

五、我同意接受赛事组委会在比赛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。

本人签名：

2024 年 月 日

# 三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会） 体育道德风尚奖评选办法

为加强社会主义精神文明建设，发扬团结拼搏、公平竞赛的道德风尚，树立良好的竞赛风气，做到赛出风格，赛出水平，现制定三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）体育道德风尚奖评选办法。

## 一、评选奖项和范围

（一）体育道德风尚奖设代表团、运动队、运动员、教练员、裁判员五个奖项。

（二）各参赛代表团及所属运动队、运动员、教练员和裁判员参加评选。

## 二、评选条件

（一）严格遵守《三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）竞赛规程总则》、各项目竞赛规程、规则及相关规定。

（二）代表团加强对运动队的教育和管理，倡导拿“道德的金牌、风格的金牌、干净的金牌”，严格遵守公平竞技的体育精神，严格遵守市运会相关规定，赛风赛纪良好。

（四）运动员尊重规则、尊重裁判、尊重观众，遵守赛场纪律，比赛作风端正，勇于进取，顽强拼搏，赛出风格，赛出水平，胜不骄，败不馁，表现出良好的体育精神风貌。

（五）裁判员执裁严肃认真、公平公正，不徇私舞弊。

（六）遵守社会公德，讲文明，有礼貌，爱护公物，勤俭节约。

（七）违反《三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）竞赛纪律》及三个《守则》条款之一者，不得参加评选。

### 三、评选办法

(一) 运动队、运动员、教练员、裁判员评选工作由竞赛委员会负责，结合宣传教育工作，设立评选工作机构，由专人负责。评选方式由各参赛队、裁判组提名，推选具备条件的运动队、运动员、教练员和裁判员，经评选机构审核汇总，报组委会审定。

(二) 代表团的评选工作，由组委会根据评选条件，在听取有关方面意见后进行提名推荐，征求纪律检查委员会、竞赛委员会意见后审定。

### 四、评选名额

(一) 运动队：5 个队（含）评选一个队，6 个队以上评选 2 个队。

(二) 运动员：按 10：1 的比例评选，不足 10 人的代表队，可合并按上述办法参加评选，具体事宜由各单项竞委会负责。

(三) 裁判员：按 10：1 的比例进行评选，不足 10 人评选 1 人。

(四) 教练员：按 5：1 的比例进行评选，不足 5 人评选 1 人。

(五) 代表团的评选名额不限。

### 五、奖励

获体育道德风尚奖的代表团、运动队、运动员、教练员、裁判员分别给予表彰。

六、代表团、运动队、运动员、教练员“体育道德风尚奖”有下列情况之一实行一票否决：

(一) 运动队、运动员和教练员违反参赛规定、规则和纪律等问题。

(二) 比赛期间，运动员的资格经证实有问题被取消比赛资格，

或运动员被查出有其他违规行为。

（三）运动员、运动队、教练员有不尊重裁判、不尊重观众、闹赛罢赛、无故弃权、拖延比赛时间、寻衅滋事、扰乱赛场秩序等违纪现象。

## 七、注意事项

（一）评选工作要把加强运动队的思想教育与评选活动结合起来，使评选工作真正起到推动体育精神文明建设的作用。

（二）评选工作要把运动技术水平和赛场作风结合起来，把赛场表现和平时表现结合起来，进行全面评价，保证评选质量。

（三）要坚持实事求是，注重实效，通过评选有利于运动技术水平的提高、运动队之间的团结，有利于赛风的良好发展。

（四）评选结果原则上应在本项目最后一天比赛结束后揭晓，不得提前或推后。

# 三门峡市第九届运动会(第四届阳光运动会) 竞赛纪律

## 一、运动员、运动队

1、比赛中有谩骂、侮辱对方或裁判员言语者，临场裁判有权取消其当场比赛资格，并给予纪律处分。

2、比赛中有打架、故意伤人者，临场裁判有权及时制止，并取消其当场比赛资格，同时给予纪律处分。

3、运动员（队）在场上不服从裁判员的判决，与裁判员纠缠超过五分钟，按罢赛处理，临场裁判有权判对方获胜。

4、运动员（队）在比赛中搞交易或弄虚作假者，取消该运动员（队）的参赛资格，所获比赛成绩无效。

5、运动员（队）无故弃权，已获成绩无效，并取消该运动员（队）的参赛资格。

6、运动员（队）在赛区发生严重违纪事件，造成恶劣影响的要追究领队、教练员责任。

7、严禁运动员冒名顶替，如有发生，取消冒名顶替和被冒名顶替着的所有成绩。

8、对违反三门峡市第九届运动会（第四届阳光运动会）竞赛规程总则的运动员（队），取消该运动员（队）的所有成绩。

## 二、裁判员

裁判员违反下列纪律，视情节分别给予警告、严重警告、停止本

次比赛裁判工作、停止 1-2 年裁判工作、降低或撤销裁判技术等级。

- 1、在执裁中偏袒一方，执法不公者；
- 2、由于裁判员水平原因，出现错判、漏判现象，造成严重后果者；
- 3、收受贿赂者。

三、比赛期间，运动员、裁判员、教练员饮酒或酗酒的，除给予纪律处分外，责令其立即离会。

四、凡衣着、仪表不整，不遵守社会公共秩序，不遵守赛区规定，经教育不改的运动员、教练员不得参加比赛，裁判员不安排执裁任务。

五、凡损坏公物和场馆设备的，须照价赔偿，有意损坏的，将按相关规定严肃处理。

六、对违反本纪律的处理结果，除向大会组委会报送书面材料备案外，还将向违纪运动队（员）所在单位通报。

## 运动员守则

- 一、拥护中国共产党，热爱社会主义祖国，热爱体育事业，勇攀高峰，为国争光。
- 二、刻苦训练，钻研业务，尊重教练，认真完成训练任务。
- 三、赛出风格、赛出水平，胜不骄、败不馁，尊重对方、尊重观众。
- 四、学政治、学文化、学科学，又红又专。
- 五、讲文明、讲礼貌、讲卫生、讲道德，守纪律、守秩序。
- 六、不吸烟、不喝酒，衣着整洁大方。
- 七、团结友爱，关心集体，勇于批评和自我批评，反对自由主义。
- 八、尊重领导，服从组织，遵守规章法令。
- 九、勤俭节约，爱护公物，敢于同不良倾向作斗争。

## 教练员守则

- 一、拥护中国共产党，热爱社会主义祖国，忠诚体育事业。
- 二、从难从严，从实践出发，进行科学训练，认真制定教案，努力完成训练计划。
- 三、做好赛前准备和赛场指挥，赛后认真总结。
- 四、学习政治理论和体育科学技术，刻苦钻研业务，不断创新。
- 五、严格管理教育，加强政治思想工作，关心运动员全面发展。
- 六、发扬民主，爱护运动员，不准打骂和侮辱人格。
- 七、以事业为重，处理好工作、学习和家务的关系。
- 八、坚持真理，发扬正气，在训练、学习、生活等方面做运动员的表率。

九、教练员之间要互相学习、互相支持，团结协助。

十、遵纪守法，维护社会公德，执行各项规章制度，敢于同不良倾向作斗争。

## 裁判员守则

一、拥护共产党，热爱社会主义祖国，热爱体育事业，热心体育竞赛裁判工作。

二、努力钻研业务，精通本项规则和裁判法，积极参加实践，不断提高业务水平。

三、严格履行裁判员的职责，做到严肃、认真、公正、准确，为大会服务。

四、作风正派，不徇私情，坚持原则，敢于同不良倾向作斗争。

五、裁判员之间互相学习、互相尊重、互相支持，加强团结，不搞宗派活动。

六、服从领导，遵守纪律，执行任务时精神饱满，服装整洁，仪表大方。

## 竞赛委员会

主任：王俊刚

副主任：李国宣 申致远 李 鸣

委员：翟江波 李非凡 王红斌 李 毅 王建芳 吴晓华  
各代表队领队

## 赛风赛纪督查组

王伟波 李国宣 申致远

## 办事机构

### 办公室

主任：李 鸣

成员：翟江波 李非凡

### 竞赛组

组长：王建芳

成员：李 毅 吴晓华 王宝珍 张爱宁

### 场地器材组

组长：王晓华

成员：杨延涛 张艳丽 郭建华

### 安全保卫组

组长：吴俊峰

成员：魏绿霞 宋泽鹰

医 务 组：2 人

# 仲裁委员会

王俊刚 李 鸣 王红斌

## 裁判员名单

裁判员长：王红斌

副裁判员长：李碧花 杨国胜

裁判员：陶 可 周 慧 刘 平 王安庆

记分员：郭 丽 潘黎红

检录员：张爱宁 时慧玲 陈 箐

宣告员：蔡宝霞

放音员：孟红艳

记时员：胡晓秋 杨 洋

引导员：冯米芳 周海琴

场地员：孟红艳 张彩荣 王亚萍 王双萍 王小梅

催场员：马淑梅 杨 楠





## 大会日程安排

| 日期     | 上午                             | 下午                               |
|--------|--------------------------------|----------------------------------|
| 10月23日 | 9:00 裁判员会议并实习场地（崱山路三门峡市体育馆会议室） | 16:00 召开领队联席会<br>（崱山路三门峡市体育馆会议室） |
| 10月24日 | 比 赛                            | 比 赛<br>颁 奖                       |

比赛时间：上午：9：30

下午：14：30

## 各代表队人数统计表

| 序号  | 代表队      | 领队 | 教练 | 运动员 |    | 合计 |
|-----|----------|----|----|-----|----|----|
|     |          |    |    | 男   | 女  |    |
| 1   | 义马市      | 1  | 1  |     | 12 | 12 |
| 2   | 渑池县      | 1  | 1  |     | 12 | 12 |
| 3   | 湖滨区      | 1  | 1  |     | 12 | 12 |
| 4   | 陕州区      | 1  | 1  |     | 12 | 12 |
| 5   | 开发区      | 1  | 1  | 2   | 10 | 12 |
| 6   | 现代服务业开发区 | 1  | 1  |     | 14 | 14 |
| 7   | 灵宝市      | 1  | 1  | 2   | 10 | 12 |
| 8   | 卢氏县      | 1  | 1  |     | 12 | 12 |
| 合 计 |          | 8  | 8  | 4   | 94 | 98 |