

国家体育总局社会体育指导中心

社体字〔2022〕185号

体育总局社体中心关于印发《2022年全国跳绳联赛 线上分站赛（第二站）竞赛规程》的通知

各省、自治区、直辖市、计划单列市体育局社体中心（群体处、体总秘书处），各有关学校：

为贯彻落实《全民健身计划（2021-2025）》，促进我国跳绳运动普及与开展，释放跳绳运动发展活力，依据《2022年全国跳绳联赛竞赛总规程》，决定举办第二站线上分站赛，现将竞赛规程印发你们，请按要求做好参赛准备工作。

特此通知。



2022 年全国跳绳联赛线上分站赛（第二站）

竞赛规程

一、主办单位

国家体育总局社会体育指导中心

二、承办单位

全国跳绳推广委员会

三、协办单位

上海大健石体育文化传播有限公司

四、竞赛日期

报名时间：6 月 24 日-7 月 1 日（如参赛人员达到 800 人，则提前截止报名）

参赛视频递交时间：7 月 6 日-8 月 10 日

五、竞赛分组及项目

（一）竞赛分组

1. 公开组：个人、企事业单位、社会团体等；

1.1 儿童组（7-12 岁）：

（1）儿童甲组（7-9 岁，2013 年 1 月 1 日-2015 年 12 月 31 日）；

（2）儿童乙组（10-12 岁，2010 年 1 月 1 日-2012 年 12 月 31 日）；

1.2 少年组（13-18 岁）：

（1）少年甲组（13-15 岁，2007 年 1 月 1 日-2009 年 12 月 31 日）；

(2) 少年乙组(16-18 岁, 2004 年 1 月 1 日-2006 年 12 月 31 日);

1.3 青年组(19-25 岁, 1997 年 1 月 1 日-2003 年 12 月 31 日);

1.4 成年组: (26 岁及以上, 1996 年 12 月 31 日之前出生);

2. 俱乐部组: 全国跳绳推广委员会注册登记的社会俱乐部、学校俱乐部(即 2022 年度在册会员);

2.1 儿童组(7-12 岁):

(1) 儿童甲组(7-9 岁, 2013 年 1 月 1 日-2015 年 12 月 31 日);

(2) 儿童乙组(10-12 岁, 2010 年 1 月 1 日-2012 年 12 月 31 日);

2.2 少年组(13-18 岁):

(1) 少年甲组(13-15 岁, 2007 年 1 月 1 日-2009 年 12 月 31 日);

(2) 少年乙组(16-18 岁, 2004 年 1 月 1 日-2006 年 12 月 31 日);

2.3 青年组(19-25 岁):

(1) 青年甲组(普通院校, 1997 年 1 月 1 日-2003 年 12 月 31 日);

(2) 青年乙组(高职院校, 1997 年 1 月 1 日-2003 年 12 月 31 日);

(3) 青年丙组(体育院系, 1997 年 1 月 1 日-2003 年 12 月 31 日);

2.4 成人组(26 岁及以上):

(1) 成年甲组(26-35 岁, 1996 年 1 月 1 日—1987 年 12 月

31 日)；

(3) 成年乙组 (36-44 岁, 1986 年 1 月 1 日—1978 年 12 月 31 日)；

(4) 成年丙组 (45 岁以上, 1977 年 12 月 31 日及之前)；

3. 性别分组：

男子组、女子组、混合组 (必须有一名异性队员)；

(二) 竞赛项目设置

1. 计数赛：

1.1 个人速度赛：

(1) 30 秒单摇跳 (双脚轮换跳)；

(2) 1 分钟单摇跳 (并脚跳)；

(3) 3 分钟单摇跳；

(4) 连续三摇跳 (12 岁以上)；

(5) 30 秒间隔交叉单摇跳；

1.2 集体速度赛：

(1) 4×30 秒单摇接力；

(2) 4×30 秒交互绳接力；

(3) 2×30 秒双摇接力；

(4) 3 分钟 10 人长绳 “8” 字跳；

(5) 1 分钟 10 人长绳集体跳；

2. 花样赛：

2.1 个人花样：

(1) 个人花样难度一级；

(2) 个人花样难度二级；

(3) 个人花样难度三级；

(4) 个人花样难度四级；

2.2 两人同步花样：

(1) 两人同步花样难度一级；

(2) 两人同步花样难度二级；

(3) 两人同步花样难度三级；

(4) 两人同步花样难度四级；

3. 小型集体自编：3-7 人，自配音乐（3 分-3 分 30 秒）；

4. 规定赛：

4.1 个人花样规定套路：

(1) 个人花样规定套路七段；

(2) 个人花样规定套路八段；

(3) 个人花样规定套路九段；

4.2 个人花样集体规定套路：

(1) 个人花样集体规定套路初级；

(2) 个人花样集体规定套路中级；

(3) 个人花样集体规定套路高级；

4.3 车轮花样规定规定套路：

(1) 车轮花样规定基础套路；

(2) 车轮花样规定提高套路；

4.4 交互绳花样规定规定套路：

(1) 交互绳花样规定基础套路；

(2) 交互绳花样规定提高套路；

5. DDC 交互绳大赛：

(1) 30 秒交互绳速度跳；

(2) DDC 交互绳自编赛：5-8 人，自配音乐（3 分钟以内）；

6. 传统特色项目：

- (1) 1 分钟一带一单摇跳；
- (2) 1 分钟棉纱绳单摇跳；
- (3) 3 分钟 10 人棉纱长绳“8”字跳；
- (4) 1 分钟 10 人棉纱长绳集体跳。

六、参赛要求

(一) 接受社会各界以队为单位报名，每个单位限报 2 支队伍；

(二) 每队可报领队 1-2 人，教练员 1-3 人（需具备教练员资质）；

(三) 每名运动员限报 3 项个人项目，6 项集体项目。每队伍在每个单项每个组别限报 2 人（集体项目限报 1 队），每名队员只能代表一个队伍参赛；

(四) 公开组，指所有符合年龄要求的运动员均可报名参赛；俱乐部组，只有在全国跳绳推广委员会注册的单位才有资格组织运动员报名参赛；

(五) 30 秒单摇跳、3 分钟单摇跳、个人花样规定套路项目运动员赛事报名时，可申请段位制考评认证；

(六) 参赛运动员报名时必须持有医院或参赛单位医务室出具的健康证明，扫描件发送至组委会邮箱；

(七) 参赛运动员必须自行办理比赛期间的“人身意外伤害”保险，并将保险单扫描件发送至组委会邮箱进行查验；

(八) 疫情防控属地化管理，各参赛队伍必须严格遵守疫情防控要求，管理好队伍，确保学生健康安全；

(九) 运动员需自备绳具、统一运动服、比赛服参加比赛，

不得佩戴妨碍比赛安全的任何饰物、挂件。

（十）其他：

1. 比赛服装：速度赛运动员比赛服装要合体，修饰要适度，不能影响运动，必须穿短袖或无袖紧身型运动衫、短裤或紧身裤，若违反此规定，扣除 10 个；花样赛、规定赛、集体自编赛在不违背跳绳运动安全的情况下，服装松紧适体，根据主题设计服装；

2. 妆发：花样赛、规定赛、集体自编赛参赛时女运动员必需化淡妆，头发必须盘发或编织麻花辫加以固定，禁止出现头发松散，碎发、散发、刘海必须用发胶、发卡进行固定；

3. 身体姿态：运动员在花样赛、集体自编赛完成动作时，需要保持良好的身体姿态（头部抬起，背部挺直），自信地完成每一个技术动作，在完成动作时，与裁判、观众建立的目光接触、眼神交流、面部表情和身体语言得体且专业；

4. 创意编排：花样赛、集体自编赛要根据音乐风格进行编排，成套编排具有主题、原创性，元素转化、技巧变化、移动、方向呈现多样性；

5. 音乐提示：花样赛、集体自编赛的音乐必须有提示音“嘀”，无提示音的按一次失误计算（提示音可到全国跳绳推广委员会官网下载）；

6. 眼镜佩戴：严禁在表演中佩戴眼镜（隐行眼镜除外），特殊情况要求参赛者请以书面形式向裁判组提出申请，得到批准后方可使用；比赛中运动员如需使用绷带，绷带颜色必须是肤色。

七、竞赛办法

（一）竞赛规则：《2021-2024 年全国跳绳竞赛规则》；

（二）各单项均采用预决赛同场制，比赛出场顺序由裁判委

员会抽签决定；

（三）各队须着比赛服参赛，服装应美观得体，服装要求参考竞赛规则；

八、录取名次与奖励

（一）各单项 1-3 名颁发证书、奖牌，4-8 名颁发证书。若参赛人（队）数不足 8 人（队），则按照实际参赛人数录取。不足 3 人（队）只发证书，不发奖牌；

（二）集体自编赛、集体规定赛、DDC 交互绳自编赛、3 分钟 10 人（棉纱）长绳 8 字跳、1 分钟 10 人（棉纱）长绳集体跳项目 1-3 名颁发证书、奖杯；若参赛队数不足 8 队，则按照实际参赛人数录取。不足 3 队只发证书，不发奖杯；

（三）30 秒单摇跳、3 分钟单摇跳、个人花样规定套路项目，各组别前 8 名运动员可提出段位制考评申请，同时根据竞赛成绩，结合《中国跳绳段位制（试行）》标准，颁发段位制等级证书；

（四）分站赛各单项前 3 名获得参加总决赛相同项目的资格；

（五）总决赛各单项前 3 名获得参加 2023 年国际跳绳比赛相同项目的选拔资格；

（六）各单项比赛第 1 名的教练员获“优秀教练员奖”（每个参赛单位，按照运动员人数 10: 1 评选优秀教练员，最多 3 名，不重复发放）；

（七）设体育道德风尚奖、优秀组织奖、最佳人气奖，评定办法另定。

九、参赛方式

（一）7 月 1 日 17:00 前，登录全国跳绳推广委员会官网竞赛报名系统进行报名，并缴纳技术服务费；

(二) 7月1日 17:00 前，提交健康证明、安全责任书、保险投保单扫描件到组委会邮箱 ss@crsa.cc;

(三) 7月5日前，公布赛事秩序册及参赛项目编号;

(四) 7月5日 19:00 召开教练领队线上会议;

(五) 视频拍摄要求:

1. 将拍摄设备分辨率调整为 1080P 60FPS;

2. 请确保拍摄相机与眼睛高度平齐，直接对准运动员并横向录制;

3. 确保摄像头位置及对焦稳定，不晃动，整个录制过程中，摄像机必须固定;

4. 整个比赛过程运动员都应该在镜头内，镜头画面应该在场地的上下及两侧留白;

5. 拍摄背景应简洁明亮，避免过于复杂的背景及任何可能分散裁判注意力的事物出现在视频中;

6. 视频录制开始时，参赛运动员必须站立不动，同时出示纸质版参赛证件，面对镜头三秒进行识别。运动员必须在整个过程中从开始验证到视频拍摄结束都保持在镜头内;

7. 放音设备需靠近摄像设备，避免在嘈杂环境中进行拍摄，以保证能够清晰地记录音频;

8. 整个拍摄场景内的照明应该均匀且一致，无大面积阴影，如果是在室外拍摄，请避免逆光拍摄;

9. 拍摄速度项目时，需要保证运动员右脚在一个清晰的角度，当左脚挡住右脚时将停止计数，仅 30 秒交互绳单摇跳应保证左脚在一个清晰角度;

10. 禁止对视频进行任何编辑(除了删掉开头和结尾的多余部

分)；

凡不符合以上要求的参赛视频，一律不予评分。

(六) 8月10日17:00前，将参赛视频上传到赛事系统和百度云盘。上传百度网盘后将链接(永久有效)分享到组委会邮箱ss@crsa.cc，参赛视频文件名称按照“出场顺序编号-项目-单位-姓名”格式命名，速度赛应同时注明自评成绩；

(七) 8月24日公示赛事成绩册，仲裁委员会将接收仲裁申请；

(八) 8月26日公布最终赛事成绩册；

(九) 赛事组委会联系信息：

1. 综合部：吕龙吟 19117386069；

赵松鹤 17740894060；

沈婷婷 18930492002；

2. 赛事咨询邮箱：ss@crsa.cc；

3. “中国跳绳官方网站”(www.crsa.cc)；

4. 微信公众号：全国跳绳推广委员会、绳队友；

十、裁判员和仲裁委员会

(一) 裁判员由体育总局社体中心选派；

(二) 已获一级以上资格的裁判员可报名申请担任实习裁判；

(三) 裁判员服装自备：

男士：白衬衣、黑色/深蓝色西服套装、领带、黑色皮鞋；

女士：白衬衣、黑色/深蓝色西服套装(裙)、黑色皮鞋；

(四) 仲裁委员会人员的组成和职责按《仲裁委员会条例》

的规定执行。

十一、比赛申诉

比赛中运动员对裁判员的裁决有异议，由领队或教练员在成绩公示 2 天内向仲裁委员会提出申诉，同时缴纳申诉费 800 元。成绩在规则误差范围之外，仲裁可重新更正成绩并退还申诉费；成绩在规则允许的误差范围之内的，保留原始成绩，申诉费不予退还。仲裁委员会的判决为终审裁决。2 个工作日后，再行公布成绩，为最终竞赛成绩，不再作修改。

十二、经费

（一）参赛人员须缴纳竞赛服务费 60 元/人/项。段位制等级认证技术服务费收费标准按照《中国跳绳段位制（试行）》执行；

（二）付款方式：请各队在提交报名表的同时将竞赛服务费汇入如下账户，并于汇款单上注明参加赛事名称及队伍名称(例：**赛**学校)。本次赛事将严格执行赛前报名和付费确认，逾期视为弃权。

账户名称:上海大健石体育文化传播有限公司

账 号:121910540310802

开 户 行:招商银行上海分行大连路支行

联 系 人:王 瑛 电话:021-36411630

十三、其他

本次比赛的视频版权归国家体育总局社会体育指导中心所有。

十四、未尽事宜，另行通知。