

2023 年安徽省少儿趣味田径比赛 竞赛规程

一、竞赛项目

(一) 小学三年级男子组、女子组

项目设置：短跑/跨栏接力、十字跳、投掷软式标枪、跪投实心球（1 公斤）、越过障碍掷准、一级方程式。

(二) 小学四年级男子组、女子组

项目设置：短跑/跨栏接力、十字跳、投掷软式标枪、跪投实心球（1 公斤）、越过障碍掷准、一级方程式。

(三) 小学五年级男子组、女子组

项目设置：短跑/跨栏接力、十字跳、投掷儿童标枪、跪投实心球（1 公斤）、一级方程式、撑杆跳远、6 分钟耐力跑。

(四) 小学六年级男子组、女子组

项目设置：短跑/跨栏接力、十字跳、投掷儿童标枪、跪投实心球（1 公斤）、一级方程式、撑杆跳远、6 分钟耐力跑。

二、参赛办法

(一) 全省各市开展世界田联少儿趣味田径项目的小学（每市限报 5 个学校参赛队）。以学校为单位报名参加，每校限报 1 支参赛队，参赛限报 2 项。

(二) 各参赛队每组可选派 12 名本校在籍学生参赛，参赛学生须为 5 男 5 女，2 名替补。每单项目比赛前替补可以替换，同一学校学生不可兼组别参赛。每队可报领队 1 名，限报教练员 4 名。

(三) 报名报项不足 4 队的则取消该项比赛，组委会将提前告知。

三、竞赛办法

(一) 参赛运动员必须按组委会有关规定办理参赛手续，并持组委会统一制作的证件参赛。

(二) 参赛运动员必须持二代身份证（或户口本）和学籍表报名参赛，学籍表需加盖学籍管理部门与学校公章。

(三) 参赛运动员必须身体健康，适合参加该项比赛，并提供所在地二级或以上医院健康证明和在学校统一办理的人身意外伤害保险凭证（保险金额每人不得少于贰拾万元人民币，含往返及比赛日期），否则不准参赛。

(四) 比赛一次性完成，按成绩录取名次。

(五) 代表队对比赛成绩有异议，可向仲裁委员会提起申诉，同时需缴纳申诉费 1000 元；申诉成功，退回申诉费，如若败诉，则不予退回。

(六) 根据教育部《学校体育运动风险防控暂行办法》（教体艺〔2015〕3 号）规定，组织学生参加跨地区体育比赛，应当向学生及家长提供安全告知书，获得家长同意学生

参加比赛的书面反馈意见。家长的书面反馈意见，由参赛学生所在学校负责保存。

四、录取名次和奖励办法

设少儿趣味单项奖、少儿趣味田径年级组团体奖、总团体总分奖、体育道德风尚奖、优秀教练员奖、优秀组织奖。

（一）少儿趣味单项、接力项目录取前八名，接力项目不足 8 队按实际参赛队录取，以参赛队为单位颁发获奖证书。

（二）少儿趣味田径年级组团体奖：少儿趣味田径团体奖得分只计趣味项目，按全国少儿趣味比赛规则计分：参赛单位各年级组别计团体分，各组别单项比赛第一名得与参赛队数目（N）相同的分数，第二名得（N-1）分数，最后一名得 1 分，没有成绩者不得分。如：10 队参赛，则第一名得 10 分，第二名得 9 分，以此类推。由各单项的得分总计为该队总得分，得分高者名次列前；当总得分相同时，以第一名多者，名次列前；如仍相等，则第二名多者名次列前；依此类推；如仍相等，则名次并列。录取前 8 名。

（三）总团体总分奖：各组别所有单项前八名得分按 9、7、6、5、4、3、2、1 计，前八名得分统计各参赛单位的获得所有名次得分的总和，得分多的单位列前。如积分相等第一名多者列前，以此类推。颁发奖牌、证书。

录取一等奖（第一名至第三名）、二等奖（第四名至第八名）和三等奖（前八名以后），分别颁发奖牌、证书（一等奖再颁发奖杯）。

（四）优秀教练员奖、优秀组织奖、体育道德风尚奖。
由组委会根据比赛推荐确定。

（五）所有参赛运动员颁发完赛证书。

五、报名和报到

以补充通知为准。

六、裁判员和仲裁委员会

（一）裁判员选派按《安徽省体育竞赛裁判员管理实施办法》执行，由安徽省田径游泳运动管理中心负责选派工作。

（二）仲裁委员会职责范围按国家体育总局和安徽省体育局关规定执行。

七、在本赛事活动中发生的纠纷，可以依法向中国体育仲裁委员会申请仲裁。

八、本规程解释权属安徽省田径游泳运动管理中心

九、未尽事宜，另行通知

附件：

2023年安徽省少儿趣味田径比赛 项目比赛规则及方法

一、短跨接力

1、场地布置

(1) 比赛场地设立在田径场塑胶跑道直道处，要求地面平整，没有坑洼。

(2) 场地长度不短于 60 米，每队应占两条跑道宽。场地布置如图 1 所示。

组别	比赛距离	起跑至第一栏的距离	栏间距	栏高	最后一栏至远端标志杆的距离	栏架数量
三年级 四年级	40 米	11 米	6 米	50 厘米 (中间层)	11 米	4 个
五年级 六年级	40 米	11 米	6 米	60 厘米 (最高层)	11 米	4 个

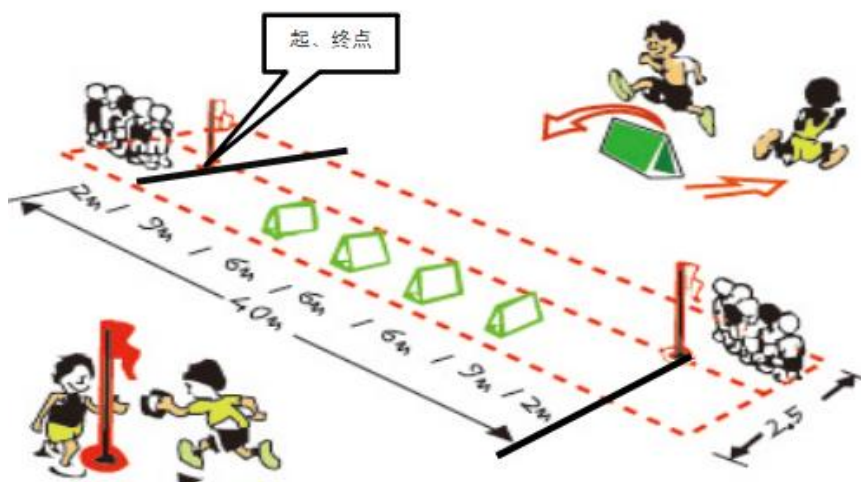


图 1 短跨接力场地布置

2、比赛器材

应根据比赛规模准备。接力环 2 个、栏架 8 个、标志杆 4 根。

裁判所需器材：秒表、笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

场地布置如图 1 所示。每队 5 人，5 男或 5 女，学生站立在两端标志杆的右侧后方，一边 3 人，另一边 2 人左手持接力环。听到“跑”口令后，裁判员开表，站在出发点端（3 人的一边）的第一位学生左手握接力环跨过四个栏架后，跑向另一边，并将接力环交给另一端的第二位学生，第二位学生接到接力环后快跑向出发点端，并将接力环交给第三位同学，依次类推；当所有学生完成一次快跑和一次跨栏后，最后一名学生将接力环套在标志杆上，当接力环落到标志杆底座时停表，所计取的成绩为本队最终成绩。每队一次比赛机会。

4、犯规与判罚

(1) 所有学生应手持接力环跑完全程。如出现接力环掉落情况时，应由掉落者捡回，可离开自己的跑道前去捡拾接力环；要求回到原来掉落的位置出发继续比赛，但不能因为捡拾接力环而缩短跑进距离或影响他人跑进；

如果出现违反以上规则的犯规现象，则取消该队该次比赛成绩；为了保护和激励学生的参与积极性，可给予一次重新比赛的机会；如该队再次出现犯规现象，则取消该项比赛成绩。

受影响的参赛队不论是否有成绩，可选择重赛或放弃重赛，如放弃，则以该次比赛成绩为最终成绩；如重赛，不论第一次成绩如何，均以重赛时的成绩为该队的该项最终成绩；原则上建议第一次与第二次之间应保证至少 3 分钟休息时间。

(2) 起跑抢跑则只给一次重新起跑机会；如出现第二次抢跑，则在该项成绩上加 10 秒。

(3) 跨栏跑进中必须完成 4 次栏架的跨越，如出现未能顺利跨越栏架的现象（倒栏、漏栏），则每出现一次犯规现象在该队该项比赛成绩上加 2 秒。

(4) 在比赛过程中，如出现该短跑而做跨栏，则不加秒不减秒。

二、十字跳

1、场地布置

(1) 在塑胶跑道、篮球场等平整地面布设场地。

(2) 设置两块比赛场地，场地布置如图 2 所示。十字跳场地由五个正方形成“十字”形摆放，正方形的边长为 50 厘米，中间为“0”点，即预备出发位，依人体运动习惯依次标示数字，前面为“1”点，后面为“2”，左面为“3”，右面为“4”。

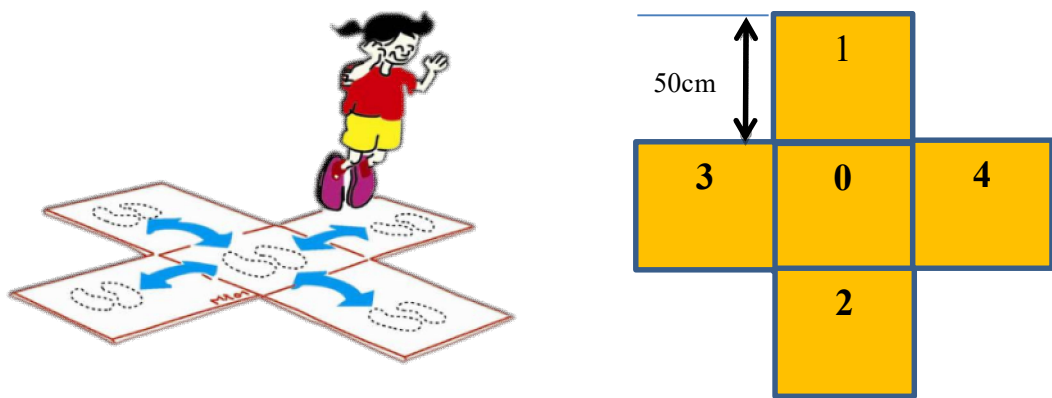


图 2 十字跳场地布置图

2、器材

十字跳垫子 2 个或在地面上标出十字跳场地 2 块。

裁判所需器材：秒表、笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

每队 5 人，5 男或 5 女。比赛采用接力方式进行，每名队员完成 6 轮跳跃。当听到预备口令时，1 号队员站在“0”点；听到开始口令时，按照“0-1-0-2-0-3-0-4”的顺序完成连续 6 轮的双脚跳跃动作，当第六轮双脚落在“4”点后从前面离开垫子，同时 2 号队员进入“0”点开始跳跃，依次类推；当第 5 号队员完成六轮跳跃，双脚落在数字“4”点的同时裁判员停表，所记取得时间为该队成绩。每队一次比赛机会。

如果在跳跃过程中出现跳跃顺序的错误情况，则应回到“0”点继续按照规定的顺序跳跃（注意裁判计时不停表），出现错误跳跃顺序的一次或多次的跳次不计入该学生该项成绩。

每名学生的成绩相加是该队该项成绩。

4、犯规判罚

(1) 每名学生一次机会，中间出现试跳顺序错误时，应回到“0”点继续该轮的试跳，如未回到“0”点，则回到“0”点前的跳次均不计，直至回到“0”点后的跳次继续计数。

(2) 每次跳跃必须完全跳至各方向方格内，不得踩线。如出现踩线现象，则每出现一次的踩线跳跃均应在总成绩上增加 2 秒。

三、撑竿跳远

1、场地布置

(1) 场地可布设在沙池或田径场草皮上。

(2) 设置两块撑竿跳远场地，场地布置如图 3 所示。场地宽 10 米，长 20 米，起跳点位于 10 米中间处，起跳点后布置 5 米助跑区，起跳点前为落地区，落地区离开起跳点的距离依参赛者水平而定，全国比赛为起跳垫的前沿到第一落地垫的后沿的距离为 1 米，由近及远依次摆放 1、2、3、…9 个垫子，落地垫上的数字即为得分标示。

为安全起见，建议将落地区布置在跳远沙坑里或者在落地区下方放置宽不少于 1.5 米、厚 10 厘米海绵垫，其长度应比落地垫前后各长 0.5 米（建议不短于 6 米），落地垫应尽可能稳定地固定在地面上。

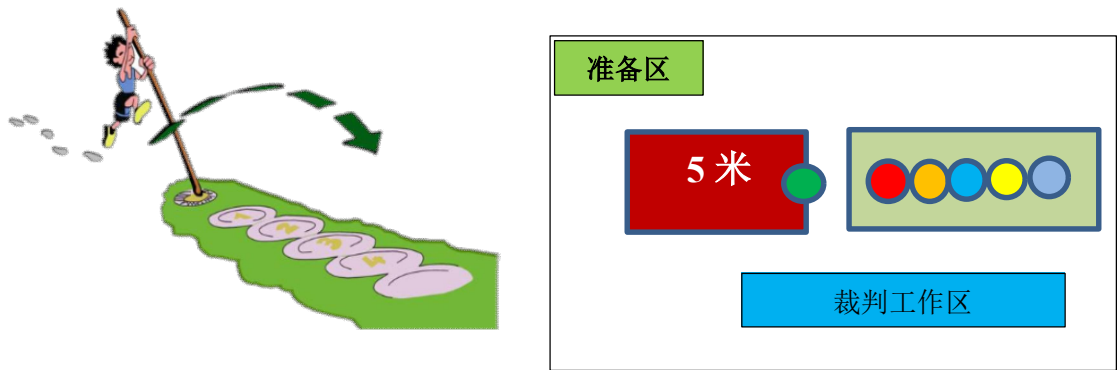


图3 撑竿跳远场地布置图

2、器材

撑竿跳远器材2套。所用撑竿长不短于2米，不超过2.5米，撑竿的横断面直径应适合儿童持握，并应能承受150公斤的外力作用；起跳垫和落地垫的直径应为46-48厘米，起跳垫标示“0”，落地垫的数量不少于6个，依次标示数字1、2、3、…。标志筒4个。

裁判所需器材：笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

每队5人，5男或5女。每人两次，取个人最好成绩，5人成绩相加为该队该项成绩。

撑竿跳远正确技术要求：以右手在上持竿跳跃为例，右手虎口在上握住撑竿，握竿高度根据个人水平而定（为安全起见，建议初学者高度不超过肩高），左手虎口在上在右手下方握竿，两手间距离约同于肩宽；在5米助跑区内完成助跑，并将撑竿的下端由上向下放置在起跳垫上形成稳定的支点，同时以左脚起跳，右腿折叠前摆，起跳离地后从撑竿的右侧飞越向前，以双脚落入落地垫上站稳。为安全起见，跳跃过程中双手必须有一只手握撑竿。

得分规则：

- (1) 双脚落在哪一个落地垫上就得相应落地垫标示的得分；
- (2) 如果双脚同时落在同一落地垫上时，则在相应的得分上加“1”分；

(3) 如果两脚落在不同的落地垫上，则以得分高的落地垫上标示的得分为准；

(4) 如果双脚均不落在落地垫上，则不得分。

4、犯规判罚

(1) 如起跳时，撑竿**没有插落**在起跳垫上完成起跳，则判定为该次试跳犯规；

(2) 如跳跃时，不是按照撑竿跳远正确技术要求完成跳跃，则判定为该次试跳犯规。

(3) 如果除双脚之外的其他部位着地**或撑竿脱手**，则不得分。
两次跳跃均失败没有成绩，允许重跳一次（仅有一次机会）。

(4) 5 米内助跑。

四、投掷软式标枪

1、场地布置

(1) 场地可设立在田径场草坪上或篮球场等平整地面，要求投掷方向的落地区不能站立其他人员。

(2) 场地宽 4 米，长不少于 45 米。起掷线后应留有 5 米助跑区和 5 米的准备区，落地区宽 4 米，长不短于 35 米。

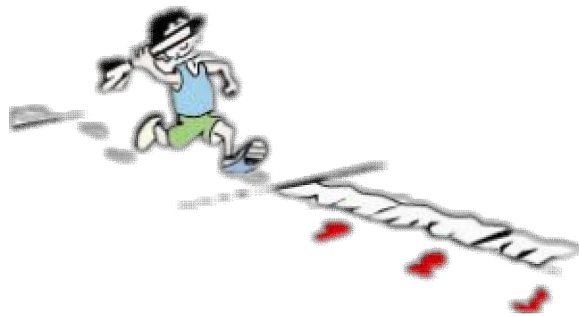


图 4 投掷标枪场地布置图

2、器材

(软式/儿童) 标枪 9 根，少儿趣味田径投掷丈量尺 1 个，标志筒

4 个，用 5 厘米宽标志线标出起掷线，起掷线后沿为落地区的“0 线”。

不同年级的投掷器械标准见下表。

组别	比赛项目	投掷器械	重量
三、四年级	投掷软式标枪	软式标枪	100 克
五、六年级	投掷软式标枪	软式标枪	100 克

裁判所需器材：笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

每队 5 人，5 男或 5 女。每人二次，取个人最好成绩，5 人成绩相加为该队该项成绩。

为提高比赛的互动和竞争性，建议设立左右两块场地，距离尺放在中间，比赛中，实行两队轮流投掷的 PK 方式进行。即：A 队 1 号队员第一次投——B 队的 1 号队员第一次投——A 队的 1 号队员第二次投——B 队的 1 号队员第二次投；接两队 2 号队员 PK——两队 3 号队员 PK；依次类推，直至全部 5 名队员投掷完毕。

标枪投掷正确技术要求：（1）单手持标枪从肩上投出；（2）标枪出手后，投掷者不得踏上起掷线或越过起掷线；（3）投掷时不得背向投掷落地区方向。

标枪第一落点的最近点为该次投掷成绩。丈量尺的最小丈量单位 20 厘米，当标枪落在丈量尺标示的两个距离之间时，就高不就低，即：如标枪落在 20.20 米和 20.40 米之间时，其成绩为 20.40 米。

4、犯规判罚

（1）如出现违反标枪投掷正确技术要求的现象时，应判为该次投掷犯规；

（2）如标枪落在落地区两侧外面时，应判为该次投掷犯规。

（3）5 米内助跑。

五、越过障碍掷准

1、场地布置

(1) 场地可设立在田径场草坪上或篮球场等平整地面，要求投掷方向的落地区不能站立其他人员。

(2) 设两块比赛场地，场地设置如图 5 所示。包括 5 米的准备区，13 米的投掷区和 6 米的落地区。在第一起掷线外 5 米处设置一个高 2.5 米的障碍杆，障碍杆宽度为 3.5 米，并在障碍杆外 3 米处放置一个 2 米×2 米的落地区（可用海绵垫或明显颜色的胶带标出）；在第一起掷线后每隔 1 米设置一条起掷线，形成 5、6、7、8、9、10、11、12 米的 8 条起掷线。

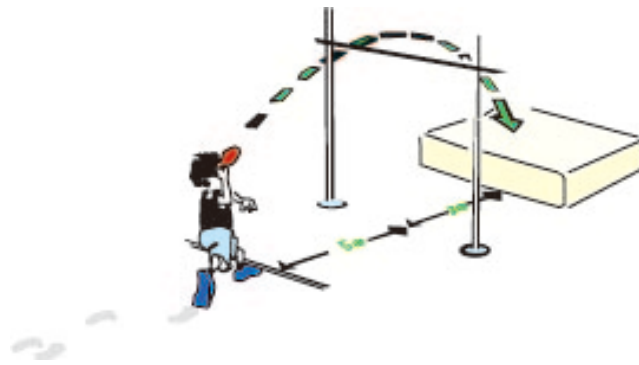


图 5 越过障碍掷准场地布置图

2、器材

投掷鱼雷球 9 个，鱼雷球重量 100 克，高度不低于 2.5 米的立柱或跳高架两副，3.5 米长障碍杆 1 根，2 米×2 米落地垫（或用颜色鲜艳的胶带标出落地区）一个，不短于 1 米的起掷线（5 厘米宽胶带）10 根。

裁判所需器材：笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

每队 5 人，5 男或 5 女。每人三次机会，个人三次成绩相加为个人该项成绩，5 人成绩相加为该队该项的成绩。

比赛中，实行两队轮流投掷的PK方式进行。即：A队1号队员第一次投——B队的1号队员第一次投——A队的1号队员第二次投——B队的1号队员第二次投——A队的1号队员第三次投——B队的1号队员第三次投；接两队2号队员PK——两队3号队员PK；依次类推，直至全部5名队员投掷完毕。

越过障碍掷准的正确技术要求：（1）投掷者自行选择每次投掷的起掷线；（2）器械应从肩上掷出；（3）器械出手后不得踏上投掷线；（4）投掷时不得背对投掷方向；（5）器械出手后应从障碍杆上方越过。

得分规则：

（1）器械出手后，未能从障碍杆上方越过，不论是否落在落地区内均不得分；

（2）器械出手后，从障碍杆上方越过后，未能落在落地区内，不论从那条起掷线投掷的，均得一分；

（3）器械出手后，从障碍杆上方越过后，并落在落地区内时，从5米处投掷得2分，6米处得3分，7米处得4分，8米处得5分，9米处得6分，10米处得7分，11米处得8分，12米处得9分。

4、犯规判罚

（1）如出现违反越过障碍掷准的正确技术要求的现象，应判为该次投掷犯规。

（2）投掷者自行选择每次投掷的起点。

（3）鱼雷的第一落点来计算成绩。

（4）投掷时，不得助跑。

六、跪投实心球（1公斤）

1、场地布置

设置两块比赛场地，场地布置图如图 6 所示。包括：准备区 5 米，投掷区 2 米，落地区宽 4 米，长不短于 30 米。落地区放置少儿趣味田径的丈量尺。为安全起见，起掷线前方留出尽可能长的垫子，以防实心球投掷出手后，身体前倒和手扶地的安全。

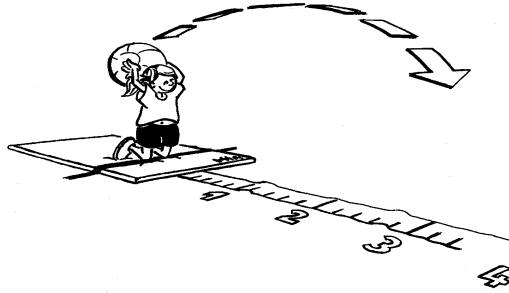


图 6 跪投实心球场地布置图

2、器材

实心球（1 公斤）4 个，1 米×2 米的海绵垫 2 个，少儿趣味田径丈量尺 2 个，不短于 2 米的起掷标志线 2 根（可用 5 厘米的胶带）。

裁判所需器材：笔、夹板和成绩记录单。

3、比赛方法和成绩计取

每队 5 人，5 男或 5 女。每人 2 次，取个人最好成绩，5 人成绩相加为该队该项成绩。

比赛中，实行两队轮流投掷的 PK 方式进行。即：A 队 1 号队员第一次投——B 队的 1 号队员第一次投——A 队的 1 号队员第二次投——B 队的 1 号队员第二次投；接两队 2 号队员 PK——两队 3 号队员 PK；依次类推，直至全部 5 名队员投掷完毕。

跪投实心球正确技术要求：双腿跪在起掷线后（不得触及起掷线及落地区），必须双手持球，躯干发力从头上将实心球掷出。球出手后身体可前倒和手接触落地区。

实心球第一落点的最近点为该次投掷成绩。丈量尺的最小丈量单位 20 厘米，当标枪落在丈量尺标示的两个距离之间时，就高不就低，

即：如实心球落在 10.20 米和 10.40 米之间时，其成绩为 10.40 米。

4、犯规判罚

(1) 如出现违反跪投实心球正确技术要求的现象，应判为该次投掷犯规。

(2) 必须双手持球，且从头上将实心球掷出；

七、一级方程式

1、场地布置

(1) 场地建议在田径场内场进行。

(2) 场地为椭圆形场地如图 7 所示，由两条直道和两个半圆组成，应有 2 条分道，分道宽为 1 米。内道内侧圆的半径为 7 米，直道长 18.02 米。

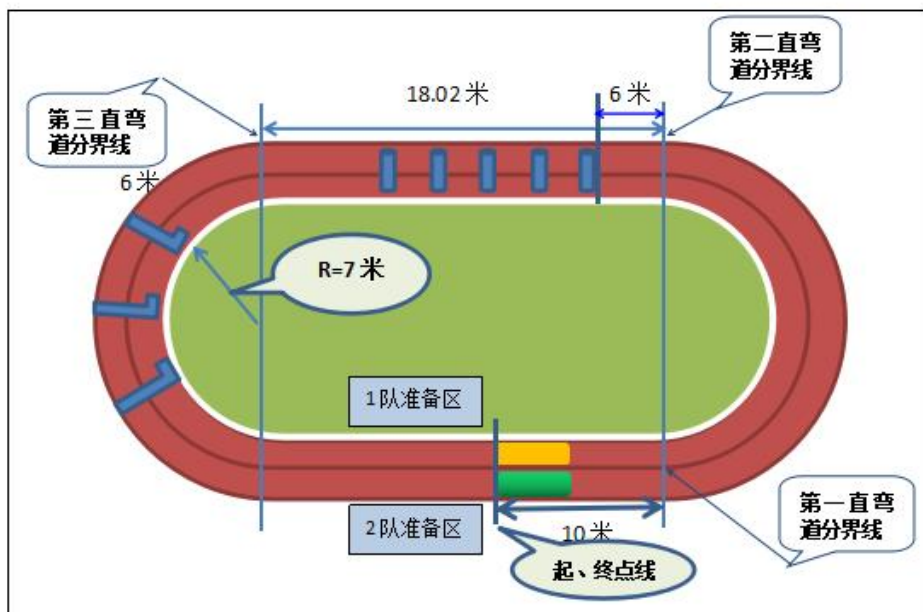


图 7 一级方程式场地

起点线设置第一直弯道分界线的弯道线和直道线交接点后 10 米处，起点线前放置出发垫；第二直弯道分界线前 6 米处跑道中央位置放置第一个标志杆，随后每隔 2 米跑道中央位置放置一个标志

杆，共 5 个标志杆；第三直弯道分界线前 6 米放置第一个栏架，随后每 4 米放置一个栏架，共 3 栏。

三、四年级的栏高为中间层（50 厘米），五、六年级栏高为最高层（60 厘米）。

2、器材

每队出发垫 2 块、标志杆 5 根、栏架 3 个和接力环 1 个。

裁判所需器材：秒表、笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

每队 5 人，5 男或 5 女。每队完成二次比赛，分别在内道和外道跑进，二次成绩相加为该队该项的最终比赛成绩。

当听到预备口令时，第一名学生手持接力环背对跑进方向坐在出发垫上，听到出发信号时（裁判员开表），起身转体沿本队的跑道跑进，依次完成五次绕杆跑和跨越三个栏架，跑回出发垫时将接力环交给下一位学生，当第 5 名学生跑回出发垫时将接力环放回到出发垫上，完成该项目的第一次比赛，同时裁判员停表；全体学生休息 3 分钟后，两队交换内、外跑道，完成第二次比赛。

4、犯规判罚

（1）起跑抢跑则只给一次重新起跑机会；如出现第二次抢跑，则在该项成绩上加 10 秒。

（2）所有学生应手持接力环跑完全程。如出现接力环掉落情况时，应由掉落者捡回，可离开自己的跑道前去捡拾接力环；要求回到原来掉落的位置出发继续比赛。

如果出现违反以上规则的犯规现象，则每次犯规在该队该项比赛成绩上加 10 秒。

（3）跑进中必须完成 5 次绕杆和 3 次栏架的跨越，如出现未能顺利完成绕杆或跨越栏架的现象，则每出现一次犯规现象在该队该项

比赛成绩上加 2 秒（绕栏、倒栏、倒标志杆、少绕标志杆）。

（4）第一名学生持接力环背对跑进方向坐在出发垫上，当听到发令时，内道向右转体沿本队的跑道跑进，外道向左转体沿本队的跑道跑进，如转错重跑。

（5）最后一名学生跑回出发垫时，将接力环放置在垫子上时停止计时，如接力环在静止前脱离垫子，由最后一名学生捡回放回垫子上静止时停止计时。

（6）接力时，在接到接力环之前臀部不能离开出发垫，否则每次犯规加 5 秒。

（7）绕标志杆时，必须“之”型绕法（第一个标志杆左、右绕不限）。

（8）参赛队员必须在分道内跑进，如果在跑进过程中踩分道线或跑出分道以外，且不回到原地继续跑进者，踩线或踏出分道的每一脚加 1 秒。

八、6 分钟耐力跑

1、场地布置

（1）场地设定在田径场内足球场。

（2）场地布置如图 8 所示。采用 20 米×35 米方形跑道。每隔 1 米摆放一个可踩踏的小标志碗（少儿趣味田径器械），或直接用彩色胶带、白粉划线等措施，帮助防止跑进中踏入跑道内侧而出现犯规现象。

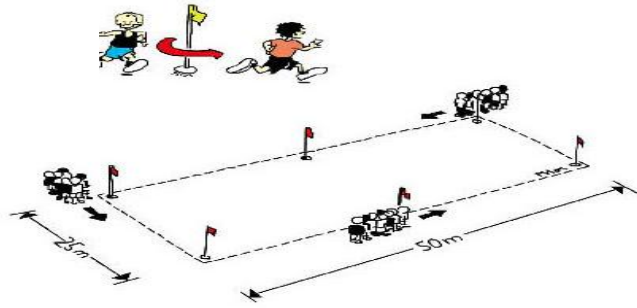


图8 耐力跑场地布置图

2、器材

跑道内侧标志线（5厘米宽），出发区标志杆（1.20米高）4根，5厘米宽、3米长的起跑线标志带4根，小标志碗（踩踏后可变形的软式标志碗）不少于100个。

建议：（1）跑道宽不少于3米；（2）不同起跑区标示不同颜色，便于参赛者区别。

裁判员所需器材：秒表、扩音器、笔、夹板和成绩记录表。如采用裁判员记圈的方式执裁，建议准备四种不同颜色的比赛背心各10件，如因参赛队较多，多个场地同时举行时，建议相应增加背心数量。

裁判员所需器材：秒表、扩音器、笔、夹板和成绩记录表。

3、比赛方法和成绩计取

赛前技术会议上或比赛前在技术代表或技术官员监督下，各代表队抽签决定组次及出发位置。

每队5人，5男或5女。比赛时间为6分钟。

当听到“各就位”口令时，每队5名队员在各队的出发起点线后就位，当听到起跑口令时，全体队员沿跑道逆时针跑进，每完成一圈跑进计1次，累计各队5名队员跑进的圈数即为该队该项成绩。

当听到“停”的口令时，裁判员停止计数。参赛者放松跑或走回

起点处，由有关裁判员组织退出比赛场地。

4、犯规判罚

(1) 跑进中不得踏入跑道内侧标志线，如出现此类情况，每出现一次犯规现象，在该队成绩上减去“1”圈成绩。

(2) 从儿童健康角度考虑，比赛中，有关裁判长认定参赛者的身体状况已不适合于继续参赛时，有权命令该参赛者退出比赛。

(3) 在时间结束后未能经过起点的则不算。