



共青团内蒙古师范大学委员会文件

内师团发〔2016〕6号



关于举办第三届吉尼斯运动会的通知

各学院团总支：

为丰富我校学生的校园文化生活，展现我校学子风采，深入开展“走下网络，走出宿舍，走向操场”主题群众性课外体育锻炼活动，促进大学生全面发展，经校团委研究，决定举办第三届吉尼斯运动会，具体事宜通知如下：

一、组织机构

主办单位：内蒙古师范大学团委

承办单位：体育学院

二、参赛对象

全校在读全日制本、专科生，研究生。

三、竞赛时间

4月23日-24日

四、竞赛地点

赛罕校区：西操场、体育馆

盛乐校区：网球场、体育馆

五、竞赛项目及规则（详见附件1）

六、报名办法

（一）每个学院每项限报两人；每人限报两项；集体项目每项限报一支队伍。

（二）各学院的参赛队员须认真填写自己所报项目，并且由团总支负责人将参赛队员学生证复印件和报名表（详见附件2）于4月15日前统一交至体育学院团总支办公室。联系人、联系电话：王宁 15771332243、玉林 18404711696。

七、奖励办法

- （一）每个项目只取第一名；
- （二）获得第一的运动员颁发证书和奖品；
- （三）破纪录者颁发奖品。

八、仲裁委员会、技术代表、技术官员和裁判员

（一）大会设仲裁委员会，其组成和职责范围按《仲裁委员会条例》执行；

（二）技术代表、技术官员、裁判长、主裁判和裁判员由大会组委会组织聘请，具体名单另行通知。

特此通知

附件： 1. 竞赛项目及规则

2. 第三届吉尼斯运动会报名表

2016 年 4 月 6 日

附件 1

竞赛项目及规则

文娱趣味类（11 项）

短信王	参赛者输入规定的一段话，发送到指定的号码上，以时间最短者为吉尼斯纪录。（手机自备）	备注
转书达人	参赛者以单指为支撑点转书，书落地则挑战结束，保持时间最长者为吉尼斯纪录（自备书籍，规格不限）	备注
转笔达人	花样越多难度越大者胜（自备黑色碳素笔）	备注
魔方竞速	分 3 阶和 4 阶级别，以解开打乱的魔方的时间计分排序。	备注
吹气球达人	限时 2 分钟 选手用嘴将气球吹爆，规定时间内吹爆最多的为胜	备注
吹蜡烛达人	一口气吹蜡烛，选手必须在一口气之内吹蜡烛，吹灭多的获胜，每位选手有三次机会，最终取最好的成绩。	备注
	身体后仰，下腰压低身躯，脚掌以上的部位都不能着地， 身体悬空移	备注

过杆 达人	动并穿越横杆，比赛过程中身体任何一部分都不触碰到横杆，否则挑战失败，穿越横杆高度最低者胜者	
扑克 掷远	以任何方式用手掷扑克，以远度决定名次，每人两次机会，取最好成绩	备注
飞镖 比准	在 3 米标志线后投标，每人 5 次，以总分多着为胜	备注
自行车 慢骑	15 米比慢，时间多者为胜，中途双脚触地则没有成绩，自行车自备	备注
吹 乒乓球	限时两分钟选手用嘴将乒乓球从盛满水的杯子中吹出，以个数决定名次	备注

体育竞技类（18项）

耐力 跳绳	比赛限时三分钟，成绩以参赛者跳绳次数统计，跳法不限。（跳绳自备，规格不限）	备注
耐力 踢毽	比赛限时三分钟，完成次数最多者为胜，每名选手有两次比赛机会，出现毽子落地情况，视为失去一次机会	备注
拗手腕	不分轻量级重量级进行分组评比	备注
单指转 篮球	用任何一只手指连续旋转篮球，最终结果为控球的时间	备注
足球 颠球	比赛限时三分钟自由颠球，球落地比赛终止，以颠球数计分排序	备注
排球 垫球	比赛限时三分钟自由垫球，球落地比赛终止，以垫球数计分排序	备注
夹 乒乓球	30个乒乓球，计时1分钟，以筷子夹走的乒乓球个数计分排序。	备注
网球 垫球	计时1分钟，用网球拍的两面轮流垫球，每垫一次计1分，失误3次的扣分，按总分数高低排序	备注
轮滑速	比赛场地中每排含20个桩，比赛计时，	备注

度过桩	以过桩总数排	
三分球	一共 25 颗球，在三分线外设五个点，每个点五颗球，最后一颗为花球，前四颗球为 1 分，花球为 2 分，投篮不得踩线，得分多着为胜，如果比分相同，则进入加时赛，每人五个球多着为胜，直到决出名次	备注
足球开球点射门	参赛队员在中开球点踢过顶球将球直接射入球门，每人五次机会，地滚球无效，球碰球门柱弹入球门无效，进球多者获胜	备注
头顶球次数	以头顶球多少决定名次	备注
脚颠球	场地内，每人一次机会，以颠球次数多少决定名次	备注
十级跳	双脚立于踏板上，起跳脚尖位于踏板前沿后，双脚起跳，每次的单脚落地为准，进行十次单脚跳后，双脚同时着地。每人两次机会，取最佳成绩，以远度决定	备注

	成绩	
后退跑	在规定的 50 米跑道，运动员须背向终点，在跑的途中不得转身否则视为成绩无效	备注
俯卧撑	以标准俯卧撑为姿势（双手距离与肩为平，双肘在胸前做屈伸不得外展）个数多为胜，限时一分钟	备注
仰卧起坐	在一分钟内做多的为胜。做时两手抱头，屈膝平躺，辅助者压住参赛者脚步，参赛者上体抬起时，头需超过膝盖为完成一次，落下时两肩要完全触及垫子	备注
靠墙倒立	对墙摆倒立，身体不得借助外力，以时间多着为胜，每人限一次机会	备注

（体育竞技类分为体育学院专业组和共体非专业组）

学习技能类（3项）

打字 达人	在 10 分钟内输入汉字个数最多者为胜 (错字不算), 参赛者自选输入法	备注
速记 高手	一分钟看一组数字, 事后正确说出数字 及其正确顺序, 以正确率为评比标准	备注
心算王	参赛者分组同时心算, 时间最短者胜出	备注

集体竞技类（7项）

集体跳绳	<p>1. 每支参赛队由 12 人组成，其中 2 个人摇绳，10 人跳绳，男女各 6 人</p> <p>2. 不限时间，不限队形，以全体队员通过计为 1 个。各队均有两次机会，以最好成绩为准。</p> <p>3. 若出现并列成绩，该队伍将进行加赛，规则同上。</p>	备注
十五人十六足	<p>(1) 布条必须捆在脚踝上，并捆紧.;</p> <p>(2) 中途如碰倒标志物，应放好后再前进;</p> <p>(3) 每次应有两队同时进行比较;</p> <p>(4) 名次按完成规定任务所用时间排定，时间少者名次靠前，若时间一样的则需加赛。</p> <p>(5) 违者、犯规者均不计名次。</p> <p>(6) 要齐心协力，可以喊“1、2、1、2”有一个人摔倒也没事，可以站起来在原地重来，必须所有人一起到达终</p>	备注

	点。 (7) 参赛人数男 8 人、女 7 人	
百米障碍背人大赛	每队由八男八女组成，跑道分为五十米相等的八段，每段连接点为接力区，接力区有一男一女等待接力，每段二十五米处放置一栏架，比赛中男生背女生跑，女生手持接力棒，到达栏架后男生将女生抱过栏架，男生从栏下钻过，继续背女生到达接力区，以此类推，到达终点后用时少者获胜	备注
极速穿梭	十五人拉手围成一个圆圈，其中一人手臂套上一个呼啦圈，在不松手的情况下按顺时针方向传递，三分钟内按成功穿越人数多少决定成绩，传递期间手放开视为比赛失败	备注
袋鼠运瓜	1、每组 10 人(5 男 5 女)分成两个 5 人小组。 2、起点到终端的距离设置为 20 米; 3、每组队员对分为两批，一半在起点，一半在终点，发给每组起点人	比赛过程中，摔倒需要自行爬起，且布袋必须始终

	<p>员一个袋子；</p> <p>4、比赛开始后，第一个人必须迅速的把袋子套在腿上，然后提着袋子，像袋鼠一样跳向终点的队友；</p> <p>5、到达终点后，队友立即结果袋子，并以同样的方式跳回起点，这样来回跳，知道所有队员都做过一次袋鼠为止；</p> <p>6、时间最少的队伍获胜</p>	<p>套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。两人交接布袋的时候，必须在起点或终点的起始端意外进行。</p>
摸石头过河	<p>每组 12 人分成两个 6 人的小组，站在相隔十米的两点，其中一支小队队员手拿一张纸，脚踩两张纸，将手中的纸放在前面用脚踩住行进，到达另一小组后该小组队员以同样方式返回，比赛中手（除捡、放纸外）、脚不能直接接触地面，否则视为落地，每次加时三秒，以此类推，最后用时少者获胜</p>	备注

混合投篮接力	每支队伍由五男五女组成，接力顺序男女相间，以篮球场中线为起点，裁判宣布比赛开始后队员用双腿夹住球跳至罚球线，将球投进篮筐后（投篮次数不限）再运球至起点交由下一队员进行比赛，最后用时少者获胜	备注
--------	--	----

附件 2

第三届吉尼斯运动会报名表

姓名	性别	所在院系	联系方式	所选参赛项目	

备注：对于所选参赛项目和自我申报项目亮相内容即可均报名参加，也可以填写其中一项。（每学院每项限报两人；每人限报两项；集体项目每项限报一支队伍）

抄送：学校领导

共青团内蒙古师范大学委员会 2016年4月14日印发
