

深圳市第十一届运动会青少年体育组 跳水竞赛规程

一、组织机构

主办单位：深圳市人民政府

承办单位：深圳市文化广电旅游体育局

深圳市教育局

支持单位：深圳市体育彩票管理中心

二、竞赛日期及地点

日期：2024年（待定）

地点：待定

三、参赛单位

福田区、罗湖区、盐田区、南山区、宝安区、龙岗区、龙华区、坪山区、光明区、大鹏新区、深汕特别合作区

四、竞赛组别及项目

U14组男、女子：1m跳板、3m跳板、跳台、3m跳板双人、跳台双人；

U12组男、女子：1m跳板、3m跳板、跳台、3m跳板双人、跳台双人、男女混合3m跳板双人；

U10组男、女子：1m跳板、跳台、3m跳板双人、跳台双人、素质力量；

U8组男、女子：1m 跳板、3m 跳台、1m 双人跳板、1m 双人跳台、素质力量。

五、参加办法

（一）参赛年龄（以运动员身份证年龄为准）

U14组（13-14岁）：2010年1月1日至2011年12月31日出生者；

U12组（11-12岁）：2012年1月1日至2013年12月31日出生者；

U10组（9-10岁）：2014年1月1日至2015年12月31日出生者；

U8组（8岁及以下）：2016年1月1日及以后出生者。

（二）报名规定

1. 以区为参赛单位报名，每区限报1支队伍。每队可报领队1名，教练员、助理教练按照运动员报名人数5:1配备。每名运动员限报2个小项（不含双人及素质力量项目）。

2. 各单位单人项目 U14组、U12组限报运动员5人，U10组、U8组限报7人。双人项目各单位各组别限报3对。参加素质力量比赛的运动员至少要参加一项水上单项比赛。

（三）参赛运动员资格必须符合《深圳市第十一届运动会青少年体育组运动员资格审查及处理办法》的有关规定。

（四）运动员必须凭有效身份证原件参赛。

（五）港澳台地区及国外身份运动员不占各代表队参赛名额，只允许参加个人、双人项目。其成绩分数不计入各区单项总分。

(六)各参赛单位必须提供为所有参赛运动员购买的比赛期间(含报到、离会交通往返途中)的人身意外伤害保险单。参赛运动员须经区以上(含区级)医务部门检查,证明身体健康。

(七)运动员因伤不能参加比赛时,须向赛事竞委会提供由区体育行政部门出具的因伤证明,和社康以上(含社康)医院诊断证明;或经比赛现场组委会医疗小组鉴定属实的。否则作无故弃权处理,取消该运动员全部成绩并通报。

(八)在深圳市第十一届运动会青少年体育组中,自愿代表各区进行参赛资格注册,则视为承诺自愿代表深圳市参加广东省注册,若拒绝代表深圳市参加广东省注册则视为自动放弃深圳市注册参赛资格。

六、竞赛办法

1. 男、女子 U14组:

1米板(5个动作):

5个自选动作,至少选自3个组别,无难度限制。允许采用相同动作代码动作,同一代码动作不可超过2次。

3米板(5个动作):

5个自选动作,至少选自3个组别,无难度限制。允许采用相同动作代码动作,同一代码动作不可超过2次。

双人项目:(5个动作)

5个自选动作,至少选自3个组别,无难度限制。允许采用相同动作代码动作。

2. 男、女子 U12组:

1米板（5个动作）:

5个自选动作，至少选自3个组别，无难度限制。允许采用相同动作代码动作，同一代码动作不可超过2次。

3米板（5个动作）:

5个自选动作，至少选自3个组别，无难度限制。允许采用相同动作代码动作，同一代码动作不可超过2次。

跳台：（5个动作）:

5个自选动作，至少选自2个组别，无难度限制。允许采用相同动作代码动作，同一代码动作不可超过2次。

双人项目：（4个动作）

4个自选动作，至少选自2个组别，无难度限制。允许采用相同动作代码动作。

- 单人项目自选动作允许采用相同动作代码动作，同一代码动作不可超过2次。3米板允许采用前后冰棍动作各一个；跳台允许采用前后冰棍各一个或前后倒下各一个；一米板不允许采用冰棍动作和倒下动作。
- 双人项目向前动作必须采用走板起跳方式；允许采用1个冰棍动作。

3. 男、女子 U10组:

1米板（5个动作）:

三弹冰棍 B、向后冰棍 B、三弹101B、三弹101C、201A

跳台（5个动作）：

向前站倒 B、坐倒 C、后倒 A、两个自选（无动作和难度限制）

3米板双人：（4个动作、2个规定2个自选）

三弹冰棍 B、向后冰棍 C、自选2个动作（无难度限制，允许采用冰棍，如采用2个冰棍动作，则必须是前后冰棍各1个）。

跳台双人：（4个动作、2个规定2个自选）

向前冰棍 C、向后冰棍 A、自选2个动作（无难度限制，允许采用冰棍或倒下动作。）

素质力量：

垫上举腿 30 秒、背肌起上身 30 秒、摸高跳、立定跳远、直脚支撑

4、男、女子 U8组：

1米板：（4个动作）

三弹冰棍 A、三弹冰棍 B、向后冰棍 A、向后冰棍 C、

跳台：（4个动作）

向前冰棍 B、向后冰棍 A、向后冰棍 C、前倒 B

1米板双人：（4个动作）

三弹冰棍 A、三弹冰棍 B、向后冰棍 A、向后冰棍 C、

1米台双人（4个动作）

向前冰棍 C、向前冰棍 B、向后冰棍 A、向后冰棍 C

素质力量：

垫上举腿 20 秒、背肌起上身 20 秒、摸高跳、立定跳远、直脚支撑

（三）竞赛细则

1. 男、女子 U14 组跳台动作可以在 5 米、7.5 米、10 米完成；男、女子 U12 组和男、女子 U10 组跳台动作在 5 米完成；男、女子 U8 组跳台动作在 3 米完成。

2. 男、女子 U10 组个人全能，包括 1m 跳板和跳台两个项目，成绩由 1m 跳板和跳台的两个单项比赛得分相加，总分高者优胜，不另外进行个人全能比赛。

3. 男、女子 U8 组前倒 B 允许采用抓手或分手准备姿势。

4. 在每轮双人比赛中，两名运动员必须完成相同代码和相同姿势的动作。

5. 双人项目如出现总分相同，则以第一个动作的同步实得分高者排前，如再相同则同法计算第二个动作，依此类推。如同步实得分全部相同，则以第一个动作的技术实得分高者排前，如再相同则同法计算第二个动作，以此类推。

6. 单人项目如出现总分相同，则以技术实得分高者排前，如再相同，则计算单个动作难度分高者排前。如最高技术实得分和单个动作成绩难度分都相同，则以动作的单个技术分高者排前，如还相同，则以单个最高技术分数量多者排前。

7. 素质力量，U8、U10 组素质力量垫上举腿、背肌起上身计时项目按照完成次数多者排名靠前；摸高跳项目按照完成高度高

者排名靠前；立定跳远项目按照完成距离远排名靠前；U8组直脚撑项目按秒计分，20秒满分，每撑1秒得1分，U10组直脚撑项目按秒计分，40秒满分，每撑2秒得1分。比赛按照运动员完成各小项的成绩排列名次。名次分计算为：第一名20分、第二名18分、第三名17分、第四名16分……以此类推。如出现并列则以小项成绩优先居多者为胜。

七、录取名次与奖励

（一）各小项均录取前八名，参赛人数不足8人/队（含8人/队）以下的按实际参赛人（队）数减一录取。

（二）获得各小项前三名，分别颁发金、银、铜牌；获得奖励名次者，分别颁发获奖证书。

（三）获得各小项前八名，分别按13、11、10、9、8、7、6、5计算。

八、奖项设置

（一）单项总分奖

设单项总分奖，按各代表队在各组别比赛中的得分之和计算，奖励总分前六名（若报名队伍在6个或以下，按实际参赛队伍数录取）。总分高者，名次列前；总分相等计冠军数，冠军数相等计亚军数，依此类推。

（二）体育道德风尚奖

1. 设“体育道德风尚奖运动队”按参赛队有5队（含5队）以下评选2队，6队（含6队）以上评选3队。

2. 设“体育道德风尚奖运动员”按各队报名人数10: 1比例评选。

(三) “优秀运动员”奖: 按各队报名人数 10: 1 比例评选。

(四) “优秀教练员”奖: 按教练员总人数 10: 1 比例评选。

(五) “优秀裁判员”奖: 按裁判员人数 8: 1 比例评选。

九、报名

请各参赛单位根据竞赛规程要求, 在注册系统进行报名(赛前45天开通注册系统, 赛前35天截止报名)。提交报名后, 将下载的报名表(加盖代表单位公章)和健康证明、人身意外伤害保险单进行扫描, 于赛前30天内发送至电子邮箱: jtc@wtl.sz.gov.cn。报名截止后将不得更换运动员名单, 逾期报名不予受理, (组委会将对参赛运动员名单进行公示, 公示期5天)。

联系人及电话: 张碧琪, 0755-88102767; 管石峰, 15797638908。

十、裁判员及仲裁委员在组委会的指导监督下, 由单项竞赛委员会统一调派。

十一、未尽事宜, 另行通知。

十二、本规程的解释权属深圳市文化广电旅游体育局。