

福建省排球协会

关于下发 2020 年福建省排球协会线上 “气排球趣味赛”竞赛规程的通知

广大气排球爱好者：

2020 年的春天是个不寻常的时期，全国人民携手共同战“疫”，众志成城。在疫情防控期间，全省各级排球、气排球协会、俱乐部和广大气排球爱好者积极响应党中央的号召，以不同的方式参与到当地的疫情防控工作当中，为防疫工作做贡献。受疫情的影响，目前全省性体育比赛暂未恢复，为了激励广大气排球爱好者科学健身、倡导健康生活，打赢疫情防控阻击战，经研究决定：举办福建省排球协会线上“气排球趣味赛”。希望广大气排球爱好者坚持锻炼，积极参与，以饱满的精神状态和良好的竞技水平展示气排球运动的魅力，为最后夺取战“疫”胜利、为福建省全民健身运动做贡献。

附：2020 年福建省排球协会线上“气排球趣味赛”竞赛规程



附件：

2020 年福建省排球协会 线上“气排球趣味赛”竞赛规程

一、活动主题

科学防控，运动战“疫”。

二、活动名称：线上“气排球趣味赛”

三、主办单位

福建省排球协会

四、比赛时间

通知即日起至 2020 年 5 月 15 日（上传视频截止日期为 5 月 15 日 24:00）。

五、参赛对象

凡具有福建省户籍或身份证的气排球运动爱好者均可参加比赛。参赛者应确保自身身体健康和健身安全，运动安全责任自负。

六、趣味赛比赛项目与办法

（一）规定项目之一：个人对墙连续传垫（捧-捞）球 50 次

1、比赛方法：参赛者自己向墙上目标进行连续击球。要求必须用各种击球方法（垫或捧球-传球-捞球）连续将球击向墙体。

2、比赛要求：参赛者在距墙 1.5 米后进行击球；击球目标离地面 2 米左右。击球技术必须按气排球动作进行，不得持球。参赛者必须连续用各种击球方法击球 50 次，不能失误中断击球过程。

（二）规定项目之二：个人对墙连续垫—传—扣 10 次循环

1、比赛方法：参赛者自己向墙上目标进行连续垫—传—扣。要求第一个动作完成接墙体反弹球，第二个动作自传球，第三个动作将自传球扣向墙体。必须连续完成动作后再进行下一个循环动作。

2、要求：参赛者在距墙 1.5 米后进行击球。参赛者必须按照要求完成连续击球 10 次循环。完成 10 次循环动作过程中不能失误中断击球过程。

（三）自编项目

1、比赛方法：根据居家锻炼特点，选择一个自己创编的项目。

2、比赛要求：居家进行；简单、易行、新颖、安全。

人数：1—2 人为宜。

七、视频拍摄要求与上传

（一）拍摄要求：

1、由于气排球属于集体项目，在疫情防控期间，不宜人员聚集，一般取居家、走廊、空旷的办公区域和运动场场景拍摄均可，拍摄设备不限；

2、横屏拍摄，相机拍摄要求用三脚架稳定，手机拍摄最好使用手机脚架稳定；

3、请衣着整齐，在光线充足、安静的环境下拍摄；

4、参加一个项目，制作一个视频，一个项目视频长度控制在 40 秒以内，视频大小在 50M 以内，视频开始画面中要有参赛者的个人正面画面和信息画面（姓名等）。

5、视频可通过微信公众号“排球便利贴”直接上传（同时发送参赛项目和联系电话，如“规定项目一+联系电话”），工作人员将在奖项颁布后，通过微信与获奖者核对个人信息，便于向获奖者颁发奖励。



扫描二维码，关注“排球便利贴”，发送参赛视频和参赛信息

八、比赛奖励

（一）参赛个人奖

根据参赛视频评定参赛个人奖，评奖比例为 100%，授予《科学战“疫”、气排球健身达人》荣誉称号并颁发证书。

（二）参赛创编奖

根据自编项目的视频，按照比赛的要求：居家进行；简单、易行、新颖、安全评出参赛创编奖 50 名。给予获奖者一定的奖金或物质奖励并且颁发获奖证书。

本规程解释权属福建省排球协会。未尽事宜，另行通知。

福建省排球协会

2020 年 4 月 15 日