2024年“奔跑吧·少年”全国青少年阳光体育大会

武术（套路展示）体验项目规则

一、参加单位

以各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团为单位分组别参加，并邀请香港和澳门特别行政区青少年参加。

二、活动天数、地点

活动天数：1天

活动地点：江西省南昌市

1. 活动项目
2. 单人项目

1.长拳、棍术、枪术、南拳、42式太极拳。

以上项目均为第一套国际武术套路。

2.初级长拳（第三路）、初级剑术、初级刀术。

（二）双人展演项目

拳术、器械、拳术和器械。

1. 参加办法

各参加单位可报教练1人、参加青少年2人（男1人、女1人），凡年龄符合10至12岁（2012至2014年出生）的青少年可报名参加。

五、活动办法

（一）采用中国武术协会制定的《武术套路规则和裁判法》（2012）及有关补充规定。

（二）每名青少年最多可选报2项（拳术、短器械或长器械）。

（三）每个参加单位必须选报双人展演项目1项，展演项目具体要求如下。

1.采用双人展演，可形式多样化，不局限于单纯的双人对练，可结合中华民族传统文化流传的经典故事片段进行戏剧化情景演绎。

2.表演时服装、道具、音乐不做限制性规定，只需合理得当即可，表演者可根据所演绎的情景片段风格特点或具有地域性特征进行服装、道具、音乐灵活设计与调整，以充分展现出武术与中华民族传统文化特色。

3.双人展演项目编排内容要突出武术风格特点，弘扬尚武精神，展现出阳光少年儿童积极向上的精神面貌。

4.展演后每一演练组合选派一人参加问答活动，答题人依据出题者所说武术动作名称演练出相应的动作，题目内容从本次武术体验设项的国家规定套路动作中选取，已回答的题目不重复出现，答对者可获得大会提供的小礼品一份。

（四）完成套路时间的规定。

1.竞赛套路和初级套路无时间规定。

2.42式太极拳演练时间为5～6分钟。

3.双人展演时间不少于1分钟。

4.参加单人项目的青少年器械和服装须符合规则要求。

六、报名与报到

（一）报名

1．报名截止时间：2024年7月15日。

2．报名方式：登录网址http://wushu.justtool.com进行报名，联系电话：18064684229。同时将报名表用A4纸打印并加盖参加单位公章，于报名截止时间前将报名表扫描后以电子邮件形式发送至邮箱：CYSF202408@163.com。

注意事项：请务必确保信息准确，包括参加青少年照片、姓名、身份证号、省市地区。如因参加团队提交错误报名材料而导致秩序册印刷错误，由该团体承担全部责任，秩序册不更正不补印，不因此出具成绩证明。

（二）报到

1.报到时间、地点另行通知。

2.各队报到时需提供以下材料：

（1）提交经县级以上医务部门出具的参加青少年《体检证明》一份，具体内容为（脑电图、心电图、血压、脉搏），以本次活动前15天内方能有效。

（2）参加活动的青少年由各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团体育行政部门统一办理人身意外伤害保险。

七、奖励

（一）各单项分别录取男女一等奖（20%），二等奖（40%），三等奖（40%），并颁发获奖证书。

（二）双人展演项目录取一等奖（20%），二等奖（40%），三等奖（40%），并颁发获奖证书。

（三）参加双人展演答题答对者可领取大会提供的小礼品一份。

八、经费

各代表团往返交通等费用自理。活动期间食宿、交通等费用由大会承担。

九、未尽事宜，另行通知