**关于举办河北工业大学第九届趣味运动会的通知**

各学院团委、各级学生组织：

为营造全民健身，阳光体育的校园文化氛围，发掘体育运动的趣味性，提高广大同学们的身体素质，增强各学院班级内的团队凝聚力，特举办河北工业大学第九届趣味运动会。有关事宜如下：

**一、活动名称**

河北工业大学第九届趣味运动会

**二、比赛时间**

2017年11月17日（周五）14:00（北辰）

2017年11月17日（周五）13:30（红桥）

**三、比赛地点**

河北工业大学北辰校区体育中心（北辰）

河北工业大学红桥校区东院操场（红桥）

**四、具体流程**

1.2017年10月23日，下发通知、竞赛规则（附件一）、参赛表（附件二）及评分细则。

2.2017年10月28日起，各学院组织同学们练习项目准备比赛。

3.2017年10月27日（周五）13:00-14:00赛前筹备会，部署相关具体安排

地点：体育中心多媒体会议室

参与人员：校体育部老师、校学生会组织人员、各学院体育部部长（负责人）

4.2017年11月5日14:00-17:00各学院负责人在北辰校区大学生活动中心202室上交学院电子版和纸质参赛表（见附件二）

5.2017年11月17日（周五）14:00，比赛正式开始。

1. **赛制**

各单项计分方法：第一名计20分，第二名18分，以下按名次依次1分递减计算得分，每项比赛得分计入各学院团体总分。

**六、奖励**

团体总分奖前八名。

各单项奖励第一名。

**七、备注**

1.各参赛队须确保参赛队员自愿参赛，保证队员身体状态良好，防止意外伤害的发生。

2.所有项目参加人数均为20人。所有参赛的运动员必须穿着运动服和运动鞋参加比赛，如穿着不符合要求禁止参加比赛！

温馨提示：趣味运动会及学生群体活动意见、建议反馈邮箱 [970359937@qq.com](mailto:970359937@qq.com)

附件一：竞赛规则

附件二：趣味运动会参赛表

体育部

共青团河北工业大学委员会

2017年10月23日

**附件一：竞赛规则**

1．旱地龙舟

比赛方法：20名队员分为两组，相距40米站队。比赛开始前，第一组跨在龙舟上做好准备。裁判发令后，第一组出发，使龙舟在跑道上行进，第一组队员跑完40米赛程，绕过立杆后换第二组队员（换人期间龙舟可以触地），第二组返回时（龙舟尾部最末端过终点线）裁判宣布结束，用时少者名次列前。

比赛要求：第二组队员需在第一组队员将龙舟尾部越过立杆后才可以换人开始第二组，龙头方向必须与前进方向一致。若中途龙舟触地，需原地停留3秒后，得到裁判员信号方可再出发。

比赛所需器材：充气龙舟

器材规格：10人龙舟

2．众星捧月

比赛方法:20名队员分为A\B\C\D四组，每组5人，A\C两组与B\D两组相距20米站队，赛程20m。比赛开始前，A组5名队员分别手持充气伐的五个把手（充气伐底面向上并放置一排球）立于起跑线后。裁判发令后，5名队员通过协作使排球跳动起来，通过20m赛程，然后接力B组队员（A组队员全部越过线后才可以接力，换组过程中排球允许落地），用相同的方式返回。以D组完成20米赛程（全部队员的身体越过终点线）为计时停止，用时少者名次列前。

比赛要求：充气伐低面向上，底面上放置排球。比赛赛程中，队员必须使排球在低面上保持连续性多次跳动，排球不能停留在低面上，不能用手接触排球。若球掉落则该队返回起点重新开始（包括因摔倒或其他外界原因造成的球掉落），并且比赛途中任意一名队员不得放手，若放开，则该队返回起点重新开始。

比赛所需器材：充气伐、排球

器材规格：充气伐直径2m-2.5m

3．四渡赤水

比赛方法：所有队员分成两组，两组相距30米，浮板（垫子）10块，赛道宽为2.44米。起点组携带10块浮板（垫子）站在出发点准备“渡河”。听到出发信号后开始“渡河”，借助浮板（垫子）前进，“过河”时只能借助浮板（垫子）前进，如“落水”则所有队员回到起点重新开始；第一组登上30米对岸后，将浮板（垫子）交给第二组队员，第二组队员立即出发渡向对岸，当第二组所有队员均到达对岸，并且收回全部浮板（垫子）为完成比赛，用时短者名次列前。

比赛要求：“落水”是指参赛队员在渡河过程中身体的任何部位触地。比赛过程中只要有一名队员“落水”则所有队员必须重回起点重新开始，若队伍行进过程中超出跑道则所有队员重回起点开始。若第一组队员完成前半段赛程后将垫子落在途中，裁判员将垫子带走，该队第二组队员返回时只能使用剩下的垫子继续比赛。

比赛所需器材：垫子

器材规格：规格为60cm\*60cm

4．十拿九稳

比赛方法：每队20人，分为A\B\C\D\E五组，每组4人。A\B\C三组为第一梯队，D\E两组为第二梯队，两梯队相隔30m站队，裁判发出开始信号后，A组队员从起点立柱处用充气网球拍托起橡皮球前进（球拍前端不得超过立柱），在15m线处有一高1.5m宽3m的障碍栏，队员需托球弯腰钻过，球拍不允许落地，所托橡皮球不能掉落， A组队员全部过30m线后，绕过立柱后由D组队员接力返回，赛程规则同上，最后一组队员全部跨过终点线时计时结束，用时最短者获胜。

比赛要求: 钻过障碍栏时若触碰高1.5m处的皮筋，则需返回10m线处再继续钻栏，若比赛途中球拍或球落地，则该组队员返回起点重新开始，所有队员只允许手持球拍手柄部分。

比赛所需器材：充气网球拍、橡皮球、跳高横杆及支架

器材规格：球拍长3.5m宽2m，球直径60cm米

5.蜈蚣竞走  
比赛方法：20名队员分为两组，每组10人，在起点线后站成两列。比赛开始前，第一组每两名队员之间用身体（腰部及以上位置，头部以下）夹住瑜伽球，每名队员双手抱住一颗篮球举过头顶，在起跑线后准备，篮球不能触碰身体其他部位。比赛开始后，第一组队员前进至终点线后绕过终点的立杆返回，第一组队员全部回到起点线内将器材交接给第二组（交接期间由第一组队员帮第二组队员夹住瑜伽球并举起篮球），第二组队员准备好后以同样方式进行，直到第二组队员全部返回后，以最后一名运动员冲过终点线为准，停止计时，用时少者为胜。

比赛要求：1、比赛中途两种球均不能落地，如果落地则从落地处整理好队伍重新出发，且每掉落1次，该队伍的该项比赛成绩加时3秒。

2、队员在比赛中不得用双臂触碰瑜伽球，如被裁判发现，该组原地停留3秒后继续比赛。

比赛所需器材：瑜伽球，篮球

器材规格：瑜伽球直径55cm

6.同舟共济  
游戏规则：20名队员分为A\B\C\D四组，每组5人。比赛开始前,A\C两组为第一梯队，B\D两组为第二梯队，两梯队相距20米站队。A组队员双脚固定在竹筏上立于起跑线后。裁判发令后，参赛队员通过协调配合在跑道上共同行进完成20米赛段。A组队员及器具全部越过终点线后与对面的B组交接，B组队员以相同形式返回，以此类推。直至D组参赛队员完成20米赛段为计时停止，用时少者名次列前。  
比赛要求：1.队员必须在竹筏全部越过终点线后才可以换人，若违反规则，需原地停留3秒后出发。

2.比赛期间队员的双脚不能脱离竹筏接触到地面，若有队员的脚触底则该组原地停留3秒后出发。

比赛所需器材：竹筏

器材规格：长150cm，宽10cm，厚2.4cm。

7.袋鼠运球

比赛方法：

20名队员分为A\B两组，相隔20米站队，A组的第一名队员提前穿好比赛服装，双手各拿一排球准备好，裁判发出开始信号后从起点出发，袋鼠跳的方式双手拿球完成20m赛段，将球接力给对面B组的第一名队员，这时，B组的第一名队员在A组的第一名队员回到起跑线内后即刻出发，A组的第一名队员将袋鼠服装脱下为B组的第二名队员穿好衣服后，这名队员等待接球出发，如此规律往返接力，每队最后一名队员跳过终点线计时结束，用时最短的队伍获胜。

比赛要求：若任何一名队员在运球途中将球掉落，需将球捡起后在原地做3个蹲起，完成后方可继续前进。已完成赛段的队员为下一名队员换衣服时，不得有第三人帮忙，下一名即将出发的队员也不得帮忙，必须双手拿球等待同学为他穿好服装后方可出发。二人传递球过程中，若球掉落，需接球队员换好衣服后原地做三个蹲起后继续比赛。若中途服装掉落，不允许将球放下整理服装。手持球方式不限，但两球不得接触。

比赛所需器材：袋鼠跳服装（每队3套，自行分配）

器材规格：均码

8.机智跳绳

比赛方法：每队20人，其中2人摇绳（相距距离不限），剩余18人参与跳绳。计时员发令后开始摇绳，每次参与跳绳人数不做限制，可多人同时参与跳绳，全员成功则为有效成绩，当次成绩为当次跳绳人数，即一人一分，若未全员成功则当次成绩为零。计数员于侧方记录每次实际参与跳绳人数，并安排摄像人员在侧方记录比赛状况，最终成绩为限时三分钟内成功跳过的总人数。

比赛要求：每次的跳绳队员完成一次跳绳后必须完成“8”字围绕方可进入下一次。若两个或多个队伍最终跳过的总人数相同则比较任意一次成功跳过的人数，人数多者名次列前。（鼓励各参赛队伍多次训练，找到成功率最高的办法）

比赛所需器材：跳绳

器材规格：跳绳长度不限，材质不限，各学院参赛队伍自行准备。

**附件二：**

趣味运动会参赛表

学院：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 参赛班级 | 参赛校区 | 负责人 | 负责人电话 |
| 1 | 蜈蚣竞走 |  |  |  |  |
| 2 | 四渡赤水 |  |  |  |  |
| 3 | 众星捧月 |  |  |  |  |
| 4 | 十拿九稳 |  |  |  |  |
| 5 | 旱地龙舟 |  |  |  |  |
| 6 | 袋鼠运球 |  |  |  |  |
| 7 | 机智跳绳 |  |  |  |  |
| 8 | 同舟共济 |  |  |  |  |