**2024 年南京财经大学红山学院趣味运动会**

**竞赛规程**

1. **竞赛时间及地点**

2024年 10 月 17—18 日在高淳校区田径场举行。

**二、参赛单位**

国际经贸系、金融税收系、会计系、工商管理系、文法系

**三、报名办法及要求**

1.参赛学生向班级辅导员报名（每人限报1项，不可兼项），请各位辅导员汇总后上报至系部，以各系为单位组成代表队统一报名，每个项目限报1个队，各代表队可报领队、教练各1名。

2.因编排秩序册需要，请各单位按表格上的格式要求，统一规范填写报名表，填写的字体要求宋体小四号。

3.请各单位广泛动员，积极组织报名，认真填写报名表（见附件），各参赛单位负责人于10月12日下午17：00前将报名表电子文档发送至杨怀波老师邮箱：1194786737@qq.com，联系电话：18351836386。报名表一经上报，不予更改，逾期视为弃权。

1. **竞赛项目**
2. **30米“8”字运球往返障碍跑（每队报名8人，男、女各4人）**

方法：听口令运球向前跑，绕过障碍物往返运球至终点。

规则：运球全过程必须遵守篮球运球规则，不得抛球，不得抱球跑，并始终在本人规定路线上完成，如途中掉球，立即捡回，从掉球位置继续运球至终点。如捡球影响他人，取消其比赛成绩。通过终点时人、球不分离，通过终点后将球传递给下一位队员，直至全队结束运球，用时少者名次列前。

**2. 60米旱地龙舟竞速赛（每队报8人，男、女各4人）**

方法：比赛开始前, 8名队员骑在比赛器材上,双手把住固定把手立于起跑线后。裁判发令后，队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程60米。

规则：以各参赛队所用比赛器材前端触及终点线所在垂直平面时停止计时，用时少者名次列前。

**3. 20米同舟共济往返接力赛（每队报8人，男、女各4人）**

方法：参赛队共8名队员（4男4女）分成两组，每组4名参赛队员站于起（终）点线后的一个充气筏上，手拿另一个充气筏，裁判发令后，4名队员通过脚踩一个充气筏，再放置一个充气筏，交替前行，绕过折返点（标志杆）再回到终点，第一组的所有队员需脚踩充气筏越过起（终）点线，且第一组的队员需将两个充气阀交给第二组的队员后，第二组4名队员方可出发，绕过返点（标志杆）返回终点。

规则：参赛过程中，参赛人员身体的任何部位不得触地，途中若有队员从充气筏上掉下（脚触地），需重新回到起点线（未到折返点情况下）或折返点标志杆（已过折返点但未到终点线情况下），直到第二组4名队员和两个充气筏全部通过终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

**4. 20米男女双人袋鼠跳接力赛（每队报8人，男、女各4人）**

方法：8人分4组，每组一男一女，一人一袋线后站立，同侧肘关节相互扣紧。听到发令后，两人同时向前模仿袋鼠跳前进，如中途摔倒，须重新站起，再肘关节相互扣紧继续向前跳至对面（线后），脱下袋子交给同伴，同伴穿好袋子后继续向前跳至终点。

规则：两人中途不得松开，袋子不得掉至腰部以下，以最后一对队员身体通过终点时停止计时，用时少者名次列前。

**5. 10寸同心鼓计数赛（每队报8人，男、女各4人）**

方法：共8名队员参赛。其中7名队员每人拉住道具（10寸同心鼓）上的1根弹力绳，一起用力把鼓面拉起，剩下1名队员控制球放在鼓面上方，比赛开始后，参赛选手通过控制绳子来使鼓面垫球，垫球的高度至少在20公分以上，在规定2分钟时间内完成垫球次数多的参赛队名次列前。比赛用网球。

规则：垫球的高度至少在20公分以上，在规定的2分钟时间内计算完成的垫球次数，哨响开始，再次哨响时终止，次数多者名次列前。

**6. 40秒跳绳积少成多赛（每队报8人，其中男运动员不少于3人）**

方法：每位运动员原地跳绳40秒（单双脚均可）。

规则：跳绳过程中不得有“双飞跳”。成绩相同的队，以该队中个人跳的次数评判，次数多者名次列前。

**7. 拔河比赛（每队报15人，其中女运动员不少于5人）**

方法：各队按照每15人一列纵队以站立的姿势准备好，比赛开始后，两边的运动员同时发力向后拉绳，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

规则：比赛采用三局两胜制，如前两局平局，则重新选择场地比赛。

**8.** 20m自行车慢骑**（每队报8人，男、女各4人）**

方法：20m长跑道起终点各4名队员，听到裁判发令后，支撑脚离地置于脚踏上向前缓慢移动，前轮通过终点线后再将自行车交由队友，直至全队完赛。

规则：骑行过程不可借助任何外力，身体任何部位不得触及地面，且只能在规定跑道进行，超出规定跑道、身体触及地面减10秒，最后一位队员前轮通过终点线比赛结束，停止计时，时间长者名次列前。

**9. 30m背夹球快走（每队报8人，男、女各4人）**

方法：起、终点线后各4名队员，两人一组背夹一个排球，当听到裁判发令后，以最快速度移动至终点，两名队员需双脚都踏过终点线，将球交由下一组队友，队友方可出发，直至比赛结束。

规则：比赛过程中若出现掉球的情况，需在掉球位置重新夹球后再出发，且比赛需要按规定路线进行，最后一组队员双脚踏过终点线后比赛结束，停止计时，时间短者名次列前。

**10. 30×60米迎面接力（每队报30人，男、女各15人）**

方法：起、终点线后各15名队员，奇数棒为女生，偶数棒为男生，当听到裁判发令后，第一名女生以站立式起跑姿势迅速跑进，与第二名男生击掌后，男生方可出发，以此类推，直至所有队员跑完。

规则：需在标志杆后方与下一位队友击掌，比赛路线为两根跑道逆时针进行接力，跑动过程中不可影响他人，最后一位队员躯干通过终点线比赛结束，停止计时，时间短者名次列前。

**11. 5分钟跳大绳（跳绳15人，男女不限；摇绳人数不限，可替换）**

方法：当听到裁判发令后，两位同学开始摇绳，其余15位同学按顺序依次跳过大绳，并按“8”字路线到另一侧排队等候，循环往复，直至时间结束。

规则：未跳过大绳者可以重新跳过，也可放弃，本轮不计数，让后面队员继续进行。以累计跳过大绳的次数排定名次。若总数相等，失败次数少者名次列前。

**12. 50m绑腿跑（每队报20人，男、女各10人）**

方法：男女间隔排成一列横队，相邻两位同学用布带将两人相邻的腿绑在一起，听到裁判发令后，整列横队同时向前跑进，直至所有队员冲过终点线。

规则：绑绳位置不可高于膝盖，比赛过程中若绳子脱落，则加10秒；若出现摔倒，需重新站立后再出发，最后一位队员通过终点线比赛结束，停止计时，时间短者名次列前。

**五、竞赛办法**

1.参赛学生需身体健康状况良好，无先天性心脏病等不宜运动的疾病。

2.各系部若报名人数较多，则需各系部自行组织筛选，以确定最终参赛运动员名单。

3.本次竞赛不进行预决赛，直接进行决赛。

4.各参赛代表队所产生的经费需自理。

**六、计分和奖惩办法**

1. 各项目第一至第五名，按照10、8、6、4、2计分，最终统计各单位总分，各项目取前3名颁发奖牌和奖品。

2. 本次竞赛取团体总分前3名颁发奖杯和奖品，设体育道德风尚奖2名。

3. 各项目参赛运动员若出现冒名顶替者，一经查实，所参加项目名次取消，且不得参与道德风尚奖评选，扣除团体总分10分。

**七、其他**

1.参赛运动员赛前需充分热身，以防运动损伤。

2.请参赛运动员遵守竞赛纪律和学校有关规定，尊重对手、尊重观众、尊重裁判；相互尊重，相互学习。

3.参赛运动员必须服从裁判员判罚和管理，配合裁判员工作，如有疑问由领队或相关人员向裁判员提出，其他人员一律不得向裁判工作人员有任何过激语言行为，如有取消比赛成绩。

5.参赛运动员不得与对手发生打架、斗殴等不当行为。如有发生，直接取消比赛成绩并报学院相关部门按有关规定进行处理。

6.各项目参赛队员若因特殊原因无法到场，出现临时换人的情况，需在赛前报裁判组备案，获准后参加比赛。

7.参加比赛的运动员一律不得穿钉鞋，一经发现取消比赛及获奖资格。

8.本规程解释权属南京财经大学红山学院体育组所有，未尽事宜另行通知。