**第三十三届体育节教工运动会比赛通知**

一、比赛时间

2019年5月10日

开幕式第九套广播操（奉贤校区）：上午8:30

个人单项比赛（奉贤校区）：开幕式结束后

趣味团体比赛（徐汇校区）：下午13:00

二、比赛地点

徐汇校区：田径场

奉贤校区：田径场、体育馆

三、参赛范围和资格

凡在岗、身体健康的本校工会会员均可报名参加

四、比赛内容

1.展示评比（奉贤校区）

开幕式第九套广播操

2.趣味个人项目（奉贤校区）

踢毽子、单人跳绳、飞镖、平板支撑、颠羽毛球

3. 趣味团体比赛（徐汇校区）

跳长绳、滚铁环、抱球接力、赶球接力、疯狂毛毛虫、众星捧月、人桥接力、财源滚滚、龟兔赛跑、同舟共济

五、比赛规则

1. 所有比赛不设预赛，全部为决赛，详见附件1。

2. 各参赛队及个人必须提前15分钟到检录处报到，届时点名不到者，作弃权论。

3. 所有计时项目，成绩计取到百分之一秒。如果成绩相同，名次并列。

4. 出现名次并列的团体项目，取消下一等次奖项。

六、计分和奖励办法

1. 广播操展示评比（奉贤校区）、团体比赛（徐汇校区），均计入参赛单位团体总分；个人单项比赛（奉贤校区），不计入参赛单位团体总分。

2. 广播操展示评比取前8名,按16、14、12、10、8、6、4、2记分。

3. 团体比赛（徐汇校区）取前8名,按8、7、6、5、4、3、2、1记分。

4. 个人单项比赛（奉贤校区），成绩取前8名。

5. 二级部门工会若有两支代表队报同一项目，取最好成绩奖励，另一成绩仅算积分。

6. 比赛结束后，请至八角亭一楼领取奖品，其中：团体比赛凭各项目奖状领取一等、二等及三等奖奖品，单项比赛奖品不设等级，按各项目前8名名单发放。

七、报名办法

1. 以部门工会组队参赛。

2. 每个团体项目（徐汇校区）各部门工会原则上可报不超过2个参赛队，每个会员限报3项团体项目，各项目设领队1名。

3.团体比赛（徐汇校区）如男运动员不足可由女运动员代替，但女运动员不可由男运动员代替。

4.工会为每位参赛运动员及替补运动员购买运动会当日意外险一份，请根据要求填写好附件2，并于4月25日下午16:00前发送报名邮箱，此事项异常重要，请务必在指定时间内认真完成（工会为替补运动员购买意外险，但参赛奖品仍以实际参赛人数下发）。

5. 报名日期：2019年4月16日至4月26日止。逾期不报，为自动放弃。

6. 报名联系人：杜龙兵；联系电话：64252211；E-mail：dulongbing@ecust.edu.cn；地址：团结七楼301室。

附件：1. 展示项目及趣味项目竞赛规则

 2. 教工趣味运动会比赛报名表

 3. 运动员及替补运动员意外险购买信息表

校工会

2019年4月16日

附件1

展示项目及趣味项目竞赛规则

一、广播操展示评比（奉贤校区）

（一）每队运动员人数为20人，男女不限，要求服装统一。

（二）专业评委根据参赛队的精神面貌、动作规范、整体结构为展示队伍打分，取前八名计入团体总分。

二、个人单项比赛（奉贤校区）

**（一）踢毽子**

1．在直径2米的方（圆）形场地上进行。每人比赛一次，比赛时以一脚踢毽子的次数计算成绩，中间允许停顿。以一分钟结束时的总个数为个人最后成绩。

 2．毽子由组委会统一发放，自带无效。

**（二）单人跳绳**

 1．一分钟之内跳绳的个数最多者为胜，中间允许停顿。以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。

2．跳绳由组委会统一发放，自带无效。

**（三）飞镖**

1．飞镖盘为圆环靶，计分为1环到12环。

2．飞镖靶中心离地面高度1.7米，飞镖投掷距离，男子2.7米，女子2.2米。

3．每位运动员投5镖；掉镖或撞镖均不得分，以全部投完后在镖靶上的成绩为准；踩线或越线者中镖无效。

**（四）平板支撑**

1．裁判统一开表，按照支撑时间计成绩，长者为胜。

2． 比赛前先做好必要的准备活动，腰椎有伤病的禁止参加比赛。

3．动作要求：在地板或垫子上进入俯卧姿势，用脚趾和前臂支撑你的体重，手臂成弯曲状，并置放在肩膀下，肩膀在肘部上方，保持腹肌的持续收缩发力（控制住），保持臀部不高于肩部，脚之间与肩同宽。

**（五）颠羽毛球**

1．用正手或反手握羽毛球拍连续将羽毛球击出，一分钟之内颠球的个数最多者为胜，中间允许停顿。以一分钟结束时的总个数为个人最后成绩。

  2．羽毛球、球拍由组委会统一发放，自带无效。

三、团体比赛（徐汇校区）

**（一）跳长绳**

1．每队10人，其中男4人，女4人，另外2人为摇绳者。

2．场地设置：摇绳线相距为3.5米。

3．比赛器材：每队使用一根8号腊旗绳，长度为4.8米。比赛用绳由大会提供。

4．服装规定：不准穿钉鞋，摇绳者可以戴手套（手套自备）。

5．计时规定：裁判员发出预备令，摇绳运动员可以开始摇绳，裁判员发正式令开始计时2分钟跳绳。

6．跳绳顺序：8名跳绳运动员按1号到8号编号，男女运动员顺序任意，并且按序以8字形行进路线跳绳。

7．计跳规定：以2分钟内成功的跳绳次数为总次数。失误者不计数也不得重跳。每一轮次每人限跳一次，连跳者只计一次，漏跳或逃跳者作犯规论。

8．摇绳规定：摇绳运动员必须站在摇绳线后摇绳，不得踩线或越线，否则作犯规论。

9．违例规定：每犯规一次，罚总次数减3次。



**（二）滚铁环**

1. 每队4人，男女不限。

　　2. 两端线各设立一标旗，标旗间距为15米，道宽2.4米。

3. 运动员在起跑线标旗后排成一路纵队，推动铁环到对面标旗处绕杆返回，每人共计跑30米。

4. 运动员必须过起跑线后，在交接区内才可以将铁环传给下一个运动员。

5. 要求铁环不出跑道，顺利通过障碍，不影响他人，必须在滚铁环不失控的前提下比速度。

6. 下列情况出现，可重推环继续参加比赛

　　（1）起跑后或推环过程中，环倒地，但未出跑道，又未影响他人。

　　（2）环离开本跑道倒地，在不影响他人比赛的前提下，必须严格遵守在本跑道倒环地点起步，方可继续参加比赛。

**（三）抱球接力**

1．每队5人，性别不限。

2．场地距离：两端线各设立一标旗，标旗间距为15米，道宽2.4米。

3．运动员在起跑线标旗后排成一路纵队，抱（持）三个排球到对面标旗处绕杆返回。参加抱球接力的运动员每人跑30米。

4．运动员必须过起跑线后，在交接区内才可以将球传给下一个运动员。

5．运动员在比赛中，若球落地，只限本人可以拣球，其他人不得帮助，并须回到裁判指定的落球地点继续比赛。否则作犯规论。

6．在交接球时，若球落地，只限本人和接球的二人可以拣球，其他人不得帮助，否则作犯规论。

7．运动员不得越出规定的跑道，否则作犯规论。

8．比赛用球由大会提供。

9．为保障安全，不得穿钉鞋。

10．每犯规一次，罚总时间加10秒钟。如严重影响其他运动员的比赛，取消该队比赛资格。本队在比赛时若受到同组其它队队员干扰，影响本队成绩，须当场向裁判提出。经裁判认定，可申请重赛。否则按本组成绩计。



**（四）赶球接力**

1．每队5人，性别不限。

2．场地设置：两端线各设立一标旗，标旗间距为15米，赛道宽为2.4米，往返道宽各为1.2米。起跑线后的1米内为交接区。

3．比赛器材：每队使用一个橡皮篮球和一根赶球棒。赶球棒为木质直棍形，不得带弯头或把手，直径为3厘米，长度为1米，上段40厘米和下段60厘米部分用不同的颜色区分。运动员只能握上段，不得握下段。比赛用球和赶球棒由大会提供。

4．服装规定：不准穿钉鞋。

5．跑球规定：运动员必须从赛道右侧的起跑线开始起跑，到折返点后绕标旗杆返回，从赛道左侧回到交接区。每人完成30米跑步。

6．赶球规定：运动员只能握住赶球棒的上段，用赶球棒的下段赶球，运动员在跑球和交接过程中均不得用身体的任何一部分触球(如拿球、按球、踩球、踢球、停球等)，否则作犯规论。

7．交接规定：运动员必须将篮球赶回交接区，并且在交接区内将赶球棒和篮球传给下一个运动员。只有等待接球的下一运动员可以进入交接区。否则作犯规论。

8．赛道规定：运动员必须在自己的赛道内比赛，无论运动员或者篮球越出赛道，均作犯规论。如严重影响其他运动队的比赛，则取消该队比赛成绩。

9．违例规定：每犯规一次，罚总时间加2秒钟。



**（五）疯狂毛毛虫**

1. 每队人数8人，女不少于2人。

2. 比赛方法：此项目为接力项目，比赛全程为60米（30+30）。比赛开始前，4名队员骑在比赛器材上，双手把固定把手立于起跑线后。裁判发令后，4名队员通过协调配合到达对面接力点，换另外队员参赛，然后返回起点。以各参赛队所用比赛器材触及终点为计时停止，用时少者名次列前。

3. 比赛规则：

（1）赛前开始前道具必须放置在起点线后。

（2）比赛开始后，参赛队员不得越出比赛指定赛道。

（3）若有队员变道或者阻止非本队队员前进将直接取消参赛资格。

**（六）龟兔赛跑**

1. 每队5人，3男2女。

2. 比赛办法：比赛开始前，5名队员（3男2女）站在起跑线上，比赛全程为60米（30+30），裁判喊开始，一起起跑，至30米处绕杆回来，以跑至终点实际时间排名。

3. 比赛规则：必须双手拉“龟兔赛跑”道具，道具尽量少碰地面，在指定赛道前进，以全部队员及道具过线计时结束。

**（七）财源滚滚**

1. 每队6人，3男3女。

2. 比赛办法：比赛开始前，6名队员双脚分别跨于比赛器材两边外侧立于起跑线后。裁判发令后，6名队员通过协作配合拨动比赛器材向前行进，赛程40米。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前.

3. 比赛规则：

（1）比赛过程中不得用非正常手段阻止其他参赛队员前进，取消本队资格。

（2）比赛过程中器材必须向前转动。

**（八）同舟共济**

1. 每队4人，2男2女。

2. 比赛方法：4名队员要在起跑线后，准备好充气舟，肢体及器材不得超出起跑线，裁判发令后，借助充气舟，在不接触地面的情况下渡过20米区域，用时最短名次靠前。

3. 比赛规则：

在比赛中，不得占用本队以外的赛道，否则成绩无效。本队队员不得干扰其他队伍比赛，否则取消本队成绩。如果掉落地面则在最终成绩上增加5秒/一次。

**（九）人桥接力**

 1. 每队5人，3男2女。

2. 比赛方法：4名队员分2组负责移动2个充气桥墩，第5名队员携带充气桥面负责铺建桥面并且快速通过。比赛开始后2个桥墩一路纵队等距排列，比赛开始后依次向前移动，以5名队员全部过终点线计时停止，赛道长30米，用时少者名次靠前。

3. 比赛规则：

（1）不得占用赛道以外的地方。如果得利，取消成绩。

（2）不得干扰其他队伍，被干扰队伍可以继续比赛。

**（十）众星捧月**

1. 每队8名，6男2女。

2. 比赛方法：比赛开始前6个队员分别拉住鼓的6个手柄。另2位队员负责放置大球，裁判发令后，在指定区域颠球，计时2分钟，颠球最多者名次靠前。

3. 比赛规则：

（1）比赛开始前大球不能放在气囊上。

（2）比赛过程中球颠起的高度直径必须超过球的高度，否则不计算成绩。

（3）比赛过程中，不得超出指定区域。

附件2

**教工趣味运动会团体比赛报名表（徐汇校区）**

部门： 总领队： 手机：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 团体项目（徐汇） | 参赛人员名单 | 项目领队 | 领队手机 |
| 1 | 跳长绳（4男4女＋摇绳2人） |  |  |  |
| 2 | 滚铁环（共4人，性别不限） |  |  |  |
| 3 | 抱球接力（共5人，性别不限） |  |  |  |
| 4 | 赶球接力（共5人，性别不限） |  |  |  |
| 5 | 疯狂毛毛虫（共8人，女不少于2人） |  |  |  |
| 6 | 龟兔赛跑（3男2女） |  |  |  |
| 7 | 财源滚滚（3男3女） |  |  |  |
| 8 | 同舟共济（2男2女） |  |  |  |
| 9 | 人桥接力（3男2女） |  |  |  |
| 10 | 众星捧月（6男2女） |  |  |  |

**教工趣味运动会单项比赛报名表（奉贤校区）**

部门：­­

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目类型 | 参加人员姓名 | 工号 | 手机号 |
| 1 | 踢毽子 |   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
| 2 | 单人跳绳 |   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
| 3 | 飞镖 |   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
| 4 | 平板支撑 |   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
| 5 | 颠羽毛球 |   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |