附件1

**趣味项目比赛规则**

**集体项目**

**项目一：拔河**

参赛队员：每队10人（6男4女）可报替补2人，男女不限。

裁判员：发令2人，记录8人

比赛器材：拔河绳2条，红布条2条，哨子2个

比赛规则：在比赛场地上画3条直线，间隔为150CM.居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制：

1.比赛分小组赛、淘汰赛两个赛程；

2.比赛分组及比赛首场的站位选择由各领队抽签决定；

3.小组赛：每组抽签分成A、B、C、D四组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣布结束，每组前2名晋级。前八名采用淘汰赛制，采用三局两胜制，取前八名；

4.组别以参赛队伍来确定。

**项目二：跳长绳**

　　参赛队员：每队10人，（5男5女）（包括甩绳队员）

　　裁判员：发令2人，计时与记录2人

比赛器材：长绳2条，秒表2个，哨子2个

比赛规则：比赛时间1分钟。8人站在长绳中，2人甩起长绳。裁判员发令开始，若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中，比赛继续，以跳过的圈数来计算成绩。

**项目三：脚夹球接力**

参赛人员：每队6人（3男3女）

裁判员：发令2人，计时2人

比赛器材：软式球2个，秒表2个，接力棒2根

比赛规则：分为2组，起点和终点各3人，两组相对站立，相距20米站立，起点的第一人手拿接力棒，两脚夹一软式球准备。当听到信号后，以蛙跳方式跳向本队终点组的第一个人，同伴接棒后，采用同样方式跳向起点第二名队员，重复进行。在跳的过程中，球若掉落，须在原地夹好后再继续跳进,如不按规定回到原位，则每次加10秒作为惩罚，裁判员重点须监控掉球的落点。以完成比赛的时间来计算成绩。

**个人项目**

**项目四：足球颠球**

裁判员：2人

比赛器材：足球2个，秒表2个

比赛规则：比赛时间1分钟。每人除手臂以外可以用身体的其他任何部位接触球进行颠球，以颠球次数为成绩。

**项目五：一分钟罚球线投篮**

裁判员：2人

比赛器材：篮球2个，哨子2个，秒表2个

比赛规则：比赛时间1分钟。投篮者站在罚球线后，裁判员哨声一响进行投篮，进篮或不进自己抢篮板后站罚球线继续投篮，每投中一个球得1分，以投篮得分为成绩。

**项目六：一分钟俯卧撑（男）**

裁判员：4人

比赛器材：秒表4个

比赛规则：比赛时间1分钟。裁判员发令开始，动作要领：双手的手掌作为支撑点，双臂张开，与肩同宽，或比肩更宽，背部、腰部和臀部呈一条直线，肘部用力，屈臂运动即可。比赛过程中可以停顿、但是双臂必须支撑、双膝不能触地。以次数来计算成绩。

**项目七：一分钟跳绳（女）**

裁判员：4人

比赛器材：秒表4个、跳绳若干

比赛规则：比赛时间1分钟。裁判员发令开始，动作要领：跳绳时身体直立，两眼目视前方，起绳后大臂贴近身体两侧，小臂向身体中间收近，绳子打地时起跳，跳绳过程中膝关节微微弯曲，落地时前脚掌着地。

**报名表**

**阳光运动会项目**

单位：（盖章）

领队： 联系电话：

教练： 联系电话：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 性别 | 50米 | 坐位体前屈 | 立定跳远 | 仰卧起坐 | 1000m | 引体向上 | 800m | 8\*50接力 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

注：报名表填写时只要在参加的项目格子内打√。

**趣味运动会项目**

单位：（盖章）

领队： 联系电话：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 性别 | 拔河 | 跳长绳 | 脚夹球接力 | 一分钟颠球 | 一分钟投篮 | 一分钟俯卧撑 | 一分钟跳绳 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

教练： 联系电话：

注：报名表填写时只要在参加的项目格子内打√。

《运 动 员 守 则》

一、拥护中国共产党，热爱社会主义祖国，坚持四项基本原则，刻苦学习，全面发展，为锻炼成为社会主义事业的接班人而努力。

二、有理想、有道德、有文化、有纪律为振兴中华作贡献。

三、认真参加训练和比赛，服从领导，尊重教练，完成训练任务。努力提高运动技术水平。

四、赛出风格，赛出水平，胜不骄败不馁，尊重裁判，尊重对手，尊重观众。

五、认真对待每场比赛，奋力进取，顽强拼搏，反映出当代学生运动员的精神风貌和体育道德。

六、团结友爱，关心集体，严于律已，反对自由主义。

七、讲文明、讲礼貌、讲卫生、讲道德、守纪律，爱护公物。

八、尊重裁判，服从大会安排，遵守校规和大会纪律，真正做到令行禁止。

《 裁 判 员 守 则 》

一、拥护中国共产党，热爱社会主义祖国，热爱体育竞赛裁判工作。

二、努力钻研业务，精通规则和裁判法，积极参加实践，谦虚谨慎不断提高业务水平。

三、严格履行裁判职责，做到严肃、认真、公正、准确。

四、坚持原则，作风正派，不徇私情，文明执裁，敢于同不良倾向作斗争。

五、裁判员之间相互学习、相互尊重、相互支持、团结协作。服从领导，遵守纪律。

六、临场执裁精神饱满，服装整洁，仪表大方。

浙江中医药大学阳光运动会比赛抗议申诉书

|  |
| --- |
| 送仲裁组：申诉单位： 领队或教练员签字： 根据田径竞赛规则第146条规定，现向仲裁组提交抗议申诉书，并附交申诉人民币 800元整。比赛时间： 年 月 日 时 分项目： 理由： 成绩公告时间： 。抗议申诉书收到时间： 裁决结果： 抗议成立，申诉费退还 否决，申诉费不退。 裁决理由： 裁决证明书签收人签字： 裁决证明书送发 日期 年 月 日 时 分仲裁人签字 根据下列理由， 抗议成立，申诉费退还 否决，申诉费不退。 项目： 理由：    |