**苏州市职业大学2020年校园团队项目体育竞赛规程**

**一、活动主题——“同心协力 抗疫先行 ”**

**二、活动组织**

主办：苏州市职业大学体育运动委员会

协办：校团委、学生处

承办：体育部

**三、比赛时间及地点**

11月25日下午 13：30 南区田径场

**四、参赛办法及报名**

1．以学院（部）为单位报名参赛；每项比赛限报一队；参赛队员每人限报一项，不得兼项。各代表队设领队1名、教练1名。

2.各学院（部）请于2020年11月25日（周三）12：00前将纸质报名表（盖学院章）交至体育部叶捍军老师处（信2-301-1）并将电子稿发至邮箱：yhj@jssvc.edu.cn；

**五、竞赛项目、方法及规则**

1．“履带战车”60米迎面接力

每队为40人（男、女各20人），平均分成两组（男女比例不限），要求第一成员排成一路纵队钻进“履带战车”，脚踩和手托“履带”人轮齐动，协调的拨动履带前行，履带全部通过60米线后方可换组接力返回。途中队员脚不能踩出“履带”，出现一次加5秒，如“履带”在中途被弄断，原地修复后可以继续比赛。以完成比赛用时少的队名次排前。

**“履带”各队自备，比赛时用自己制作的“履带”，大会不予提供。**

**“履带”规格：宽为40公分，长度不限，以能钻进20人为宜，“履带”材料为布质（普通布）。比赛前经裁判员检查合格的“履带”方可使用。**

2．“大脚板”60米迎面接力

每队队员20人（男、女各10人），将队员分成两组，一组10人（男女比例不限），大脚板的前进方向一端为板头，另一端为板尾。开始后第一组队员从起点出发驶向60米线，待板尾过线后，第一组队员下板，换第二组队员上板返回，待第二组队员将两块“大脚板”板尾全部通过终点线为完成比赛，完成比赛用时少的队名次在前。在途中若出现有队员摔倒身体接触地面等违规现象，必须从原地重新恢复比赛，且出现一次加时5秒。

3．两分钟计时集体跳大绳

每队队员20人（男、女各10人），其中有两人负责摇绳，其余18人站在中间同时跳绳。当所有18名队员的双脚全部同时跳过摇起的长绳时才能计为有效。比赛在两分钟的时间内，计小队累计有效跳绳个数，以完成个数多的队名次排前。

**“长绳”各队自备，比赛时用自带的“长绳”，大会不予提供。**

4．“蜈蚣”赛跑――60米迎面接力

每队队员20人（男、女各10名），10人一组横排站立，队员间相邻两腿用绑腿带绑在一起组成一条“蜈蚣”，共组成2条“蜈蚣”（绑腿带自己准备，建议用布带捆绑）。在60米线起、终点各站立两条“蜈蚣”。先出发“蜈蚣”的最后一人手拿接力棒，行至对面交给另一条“蜈蚣”的第一人，接棒的“蜈蚣”接到棒后才可出发返回，待“蜈蚣”的最后一人过线为完成比赛，用时少的队名次排前。比赛中如棒落地必须原地捡起继续比赛，否则视为犯规，取消成绩。

5．超级障碍赛

每队队员10人（男、女各5名）抽签决定比赛顺序，一次挑战5关：跳绳跑过趾压板（每跑一步摇绳一次）、充气跨栏、平衡木、网钻通道、鱼跃龙门并在终点吹爆一个气球。赛道全程铺设趾压板，参赛队员需脱鞋站在起点，然后根据裁判哨音从起点跳绳到达跨栏，放下跳绳继续比赛，直至到达终点吹爆气球，裁判计时结束，累计用时少的队名次排前。

6.动感颠球（同心鼓）

每队队员20人（男、女各10名）抽签决定比赛顺序，每人牵拉一根鼓上的绳子（1个丢球手，16个颠球手），颠球时学员必须握住绳头30cm以内的地方，一次性颠球（放球开始，球落地结束，计算颠球个数；如球队颠球连续超过2分钟时，记录2分钟内颠球个数；颠球多的队伍获胜），颠球开始后鼓不得落地，球飞离鼓面后不能落地，落地算失败；颠起的高度不应低于鼓面20cm，否则此球不计数.（说明：丢球手第一个球丢下落在鼓面不计数，再落下弹起开始计数；球落在绳上、鼓边缘或身体等反弹回到鼓面弹起，此球不记个数，仍然算连续颠球，可以继续颠球）。

7.八仙过海（奔跑气模）

每队队员20人（男、女各10名）抽签决定比赛顺序，分2组每组4男4女进行接力赛.每位队员立于气模中，双手握住把手，完成30米折返跑后与另一组队友接力返回，以最后队员或者器材通过终点垂直面计时停止,比赛过程中队员不能脱离道具（脱离需原地返回方能继续比赛）。

七**、评比办法及奖励办法**

本次比赛设单项奖和团体奖。

团体奖以单项比赛成绩（第一名至第八名分别按8、7、6、5、4、3、2、1计分）累计积分，以总分高低排列进行团体排名，并给予相应的奖励。

**八、注意事项**

1．各参赛代表队应准时到达比赛场地，各学院（部）应有序组织本单位啦啦队在看台就座，文明加油，并做好健康防疫工作；

2. 原则上要求各学院（部）统一服装；

3．请各学院（部）注重安全教育、自护教育，保证比赛顺利进行。

**九、本竞赛规程解释权归竞赛组委会**

**十、未尽事宜，另行通知**

体育部

2020年11月6日