附件：

温州理工学院第四届阳光运动会竞赛规程

一、主办单位

温州理工学院

二、执行单位

温州理工学院体育运动委员会

三、承办单位

温州理工学院公共体育部

四、协办单位

党委（校长）办公室、宣传部、教务处、学生工作部、资产与实验室管理处、后勤与基建管理处、保卫部、工会、团委。

五、比赛日期与地点

2024年5月8日，在温州理工学院滨海校区标准田径场。

备用场地：有特殊情况，转至滨海校区体育馆主馆和副馆。

六、参赛单位

**（一）学生组**

经济与管理学院、法学院、文学与传媒学院、数据科学与人工智能学院、智能制造与电子工程学院、建筑与能源工程学院、设计艺术学院、外国语学院（国际教育学院）、创新创业学院。

**（二）教工组**

经济与管理学院、（法学院、马克思主义学院）、（文学与传媒学院、创新创业学院、继续教育学院）、数据科学与人工智能学院、智能制造与电子工程学院、建筑与能源工程学院、设计艺术学院、外国语学院（国际教育学院）、行政机关联队一、行政机关联队二。

七、比赛项目

**（一）学生组**

项目一：旋风跑接力（4男2女）\*2组

项目二：投篮集体赛（8男2女）\*2组

项目三：两人三足（10男10女）\*2组

项目四：二分钟“8”字跳绳（10男6女）\*2组

项目五：趣味毛毛虫（4男4女）\*2组

项目六：搭桥过河接力（10人）\*2组

项目七：指压板持物跑（6男4女）\*2组

项目八：拔河（12男8女）\*1组

**（二）教工组**

项目一：旋风跑（5人，至少1女）

项目二：投篮集体赛（5人，至少1女）

项目三：两人三足（4男2女）

项目四：一分钟“8”字跳绳（10人，至少1女）

项目五：趣味毛毛虫（6人，至少1女）

项目六：搭桥过河（3人，至少1女）

项目七：指压板持物跑（3男3女）

各项比赛规则附后查阅。

八、参赛办法

学生以学院为单位设代表队，报领队1人（领队必须是二级学院院领导）、教练员2人，**学生运动员拔河项目可兼项，其他项目均不可兼项；教工所有项目可兼项。**各单项项目人员不符合竞赛要求的视为弃权。**一个学院可报替补人员8名。**

九、报名截止日期

报名采用电子报名表和纸质报名单相结合的方式，各代表队在4月29日前将盖章纸质报名表报送至体育馆主馆201办公室陈老师处，联系电话：669820。

电子报名表发送至邮箱：334215260@qq.com.

十、竞赛办法

比赛采用各项目的比赛规则。

十一、录取名次和办法

（一）团体总分

学生组、教工组代表队团体总分各取前6名，如遇团体总成绩分数相同时以单项第一名的数量排序，多者列前，如遇第一名数量相同，参照第二名数量，以此类推。

（二）单项计分

单项比赛取前6名，按14、10、8、6、4、2计分，单项成绩并列者，得分平均计算。**多组的项目，取平均成绩作为最终成绩。**所有限时项目超过规定时间，则按项目规定最长时间录入成绩。

十二、奖励办法

（一）学生组代表队各项比赛取前3名，授予证书和奖金（单项奖金按500元、300元、200元）。

（二）学生组代表队团体总分前6名，分别授予奖匾和奖金（团体奖金按1500元、1200元、1000元、800元、700元、600元发放）。

（三）教工组代表队团体总分前6名，分别授予奖匾和奖金（按工会活动有关规定的奖励标准执行）。

十三、其他事项

1.本次大会裁判员、工作人员由公共体育部负责组织。

2.参赛单位按照规定组数上场，**若人数不够，女生可替代男生。**

十四、附则

本竞赛规程由温州理工学院体育运动委员会负责解释，本规程未尽事宜，另行通知。

温州理工学院第四届阳光运动会报名表

（学生组）

参赛单位（盖章）：

领队： 教练：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **比赛**  **项目** | **组别** | **参赛**  **人数** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **备注** |
| 旋风跑接力 | 1 | 4男 |  |  |  |  |  | 队长： |
| 2女 |  |  |  |  |  |
| 2 | 4男 |  |  |  |  |  | 电话： |
| 2女 |  |  |  |  |  |
| 投篮集体赛 | 1 | 8男 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
| 2女 |  |  |  |  |  |
| 2 | 8男 |  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |
| 2女 |  |  |  |  |  |
| 两人三足 | 1 | 10男 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
| 10女 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 2 | 10男 |  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |
| 10女 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **比赛**  **项目** | **组别** | **参赛人数** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **备注** |
| 二分钟“8”  字跳绳 | 1 | 10男 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
| 6女 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 2 | 10男 |  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |
| 6女 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 趣味毛毛虫 | 1 | 4男 |  |  |  |  | － | 队长： |
| 4女 |  |  |  |  | － |
| 2 | 4男 |  |  |  |  | － | 电话： |
| 4女 |  |  |  |  | － |
| 搭桥过河  接力 | 1 | 10人 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
| 2 | 10人 |  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |
| 指压板持物跑 | 1 | 6男  4女 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
| 2 | 6男  4女 |  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |
| 拔河 | 1 | 12男  8女 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 电话： |
|  |  |  |  |  |

温州理工学院第四届阳光运动会报名表

（教工组）

单位：

领队： 教练：

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **比赛项目** | **参赛人数** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **运动员**  **姓名** | **备注** |
| 旋风跑 | 5人至少1女 |  |  |  |  | － | 队长： |
|  |  |  |  |  | 电话： |
| 投篮集体赛 | 5人至少1女 |  |  |  |  | － | 队长： |
|  |  |  |  |  | 电话： |
| 两人三足 | 4男 |  |  |  |  | － | 队长： |
| 2女 |  |  | － | － | － | 电话： |
| 一分钟“8”  字跳绳 | 10人至少1女 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  | 电话： |
| 趣味毛毛虫 | 6人至少1女 |  |  |  |  |  | 队长： |
|  |  |  |  |  | 电话： |
| 搭桥过河 | 3人至少1女 |  |  | － | － | － | 队长： |
|  |  |  |  |  | 电话： |
| 指压板  持物跑 | 3男 |  |  |  |  |  | 队长： |
| 3女 |  |  |  |  |  | 电话： |

**各项目比赛规则**

项目一：旋风跑

**（一）参赛人数等要求**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

所有队员手握4米长杆从起点出发，第一根标志杆顺时针绕一圈，第二根标志杆顺时针绕两圈，第三根标志杆顺时针绕三圈，绕过3个标志杆，其中绕过第三个标志杆返回起点，起点离第一个标杆10米，每个标杆间距10米，折返点距起点30米，团队整体（最后1人）过起跑线后计时结束，以完成的用时排序，用时最短的队伍为胜。比赛限制时间3分钟。

1.比赛过程中单手脱杆即违规，须返至脱离点重新比赛。

2.触碰标志杆即为违规，每次加罚时5秒。

3.撞倒标志杆即为违规，扶正标志杆后重新比赛。

4.漏绕标志杆即为违规，每次加罚时15秒。

5.严格限制比赛时间，关门时间为开场后60分钟，到时不进行比赛。

项目二：投篮比赛

**（一）参赛人数等要求**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。场上篮板球由志愿者或工作人员负责清理。

**（二）比赛规则**

1.投篮地点就是篮球场的罚球线前80CM，投篮姿势不限。

2.每人连续投2个球，每进一球计得分1分，全队按顺序依次轮流投篮，顺序不可变换。

3.学生组每队总投篮时间为4分钟，教工组每队的总投篮时间为2分钟，在计时器停止前已出手，进球有效。

4.投篮时可以起跳，但起跳和落地时都不得踩线，否则不计分。

5.每队按得分高低排名。

6.严格限制比赛时间，关门时间为开场后80分钟，到时不进行比赛。

项目三：两人三足接力赛

**（一）参赛人数等要求**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。绑带各参赛队可自行准备，但必须与赛会提供的一致。

**（二）比赛规则**

1.比赛过程中绑带脱落即违规，须返至脱离点重新比赛。

2.参赛队员两人三足跑至对面20米标杆处绕过返回，下一队接过绑带绑好后，视为交接成功。比赛限制时间8分钟。

3.绑带统一绑在脚踝处。

4.参赛队最后一组返回，过终点线比赛结束，用时最短的队伍为胜。

5.严格限制比赛时间，关门时间为开场后80分钟，到时不得进行比赛。

IMG_256项目四：“8”字跳绳

**（一）参赛人数等要求**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

1.由2人摇绳，余者组成一路纵队从一边跳绳穿越，待最后1人穿越后则排头绕到另一边按8字形继续跳绳穿越。

2.学生组在2分钟（教师组1分钟）时间内所跳的个数多少来判定比赛的名次，多者为胜。

3.一次穿越过程中同一人所跳个数最多按1个判定，如遇中断，中断人员所跳的不计入个数。

4.在比赛过程中允许中途摇绳换人。

5.严格限制比赛时间，关门时间为开场后60分钟，到时不进行比赛。

项目五：趣味毛毛虫

**（一）参赛人数**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

1.比赛距离为20米，毛毛虫的头从起点线开始。

2.参赛者骑坐在毛毛虫上，双手握住毛毛虫的固定把手。

3.裁判发令后，队员通过团队协作在跑道上快速行驶，毛毛虫道具不得拖地行走，比赛过程中拖地加时五秒。

4.毛毛虫触及终点线计时结束，用时最短队伍为胜。

5.严格限制比赛时间，关门时间为开场后50分钟，到时不得进行比赛。

项目六：搭桥过河接力

**（一）参赛人数**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

1.各参赛队成员按顺序站到15米的两端起标志线外，即河的两端，每组共发放3块泡沫砖头。

2.比赛开始后，第一个人使用3块泡沫砖头，从起点出发，脚不能沾地（落水），比赛过程中沾地即违规，每次加罚时5秒。比赛限制时间10分钟。

3.队员不得踩在泡沫砖头上拖地行走，必须依次轮流使用泡沫砖。如有违规必须返回起点重新开始，并每次违规总成绩都加罚时5秒。

4.到达标志线（岸上）后将三块砖头交给下一棒，完成接力后，用时最短队伍为胜。

5.严格限制比赛时间，关门时间为开场后80分钟，到时不得进行比赛。

项目七：拔河

**（一）参赛人数**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

1.采用淘汰赛制，一局定胜负。

2.各组对手以抽签决定，进行比赛。

3.比赛开始：裁判员两脚分开在中心线两侧，视绳上中心点红布正对场上中心线，双方队员手握住绳子并保持平衡状态时，裁判员询问双方领队或指挥如果准备完毕，即鸣哨同时红旗下落为发令信号，比赛开始。

4.比赛中一方把绳子中心点上红布条拉过本方的限制线，裁判员鸣哨并落下红旗为胜，另一方为负。比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。

项目八：指压板持物跑

**（一）参赛人数**

参赛队员的男女比例与人数要求以“比赛项目”规定为准。

**（二）比赛规则**

1.各参赛队成员按顺序站到15米的指压板跑道起跑处，每位参赛队员赤脚，手持乒乓球拍与一个乒乓球。

2.比赛开始后，每位参赛队员从起点出发，将乒乓球平衡于乒乓球拍上并向前行进。

3.队员在向前行进过程中如乒乓球掉落，则需返回落地点后再继续比赛，如有违规每次加罚时5秒，限制比赛时间3分钟。

4.队员在向前行进过程中不得手扶乒乓球，必须单手持拍，每次违规总成绩加罚5秒。

5.到达终点后将乒乓球拍与乒乓球交给下一位参赛队员。

6.严格限制比赛时间，关门时间为开场后60分钟，到时不得进行比赛。