# 南开大学数学科学学院

# 趣味运动会秩序册

1. **开始**

运动会于14点准时开始，全体观众落座，院领导致辞。

**二、表演环节（预计14:10开始）**

教职工和学生方阵先后进行体操表演。

**三、拔河大赛（预计14:30开始）**

（一）规则

1．比赛不限制时间，一直到能判断胜负为止；比赛为淘汰赛。

2．以年级为单位组队，每只队伍12男8女，淘汰赛分两个半区，每半区四队，抽签决定比赛队伍，三局定胜负，第一局必须事先抽签来决定场地，第二局场地交换，第三局抽签决定场地，每组比赛胜队进入下一轮。

3．拔河道为水泥地上画5条直线，间隔为1米，居中的线为中线，最外两边的线为河界，内两线为胜负线。除参赛队选手以及裁判等工作人员以外，其他人员一律不得进入拔河道。

（二）组织形式：本科生各年级、研究生、数学所、组合数学中心各一队，进行单败淘汰赛，决出冠军与教职工代表队进行友谊赛。

**四、跳长绳大赛（预计15:00开始）**

（一）比赛规则：

1．以班级为单位参加比赛，每队10人以上，其中2人摇绳，其余8人

跳绳，男、女比例不限。

2．两名同学摇绳，其余同学列队需从绳的一侧跳至另一侧，跳过的

同学在同侧另一端排队，循环接替（“8”字形）。每次跳的人数为1人，若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不记为通过，失误同学紧跟上一同学，比赛继续进行。

3． 跳长绳比赛规定时间为3分钟，以成功跳过的人次多少判定胜负。

（二）组织形式：

所有代表队分为两组，自带跳绳，裁判员发令后，一组的所有代表队开始，3分钟到记录成绩，另外一组开始比赛。

**五、趣味项目（预计15:15开始）**

注：以下各项目同时开放，各队自行参加顺序和次数，但必须携带积分卡并参加所有的必选项目才能参与兑奖。

（一）下腰过杆

1.规则：

由工作人员控制杆的一定高度，然后参与者从杆下面下腰过去，而且要注意下腰过去时身体不能碰到杆，如果两队有一人通过，便把杆的高度降低，以此类推，最低不碰到杆的那一队获胜，一局结束，记录两队成绩。

2.组织形式：每次两队同时进行比赛。

（二）赶“猪”跑

1.规则：在20米的直线跑道上进行，跑道一端为起点，另一端为终点。比赛开始，运动员在起点用一根木棍拨动大小两球（篮球和排球），将“猪”赶进“猪栏”，第二个球进“猪栏”一瞬间停表。

（1）在赶“猪”途中，只要有任何一球滚出跑道，须立即用棍赶回并接受时间加罚，每次罚5秒。

（2）比赛中，只能用棍赶，不能用手脚配合。

（3）以时间多少排名次，时间少者名次列前。

2.组织形式：每次两队同时参加。

（三）一蹴而就

1.规则：将球门划分为若干个区域，每个区域标明不同的分值，参与者在点球点进行射门从得分区域射入则计分，没有从得分区域射入计0分，每人5次机会。

2.组织形式：个人参加。两名干事负责实施。

（四）三人四足

1.规则：每队派出三名队员，各队自行领取绳子进行捆绑，捆绑方式为所有队员站成横排，每两人相邻的两只脚绑在一起。捆绑完毕后计时员发令，两队同时出发，记录到达时间。

2.组织形式：每次两队同时参加。

（五）障碍平衡赛

1.规则：每队派出三人，右手抓左耳，左手穿过右手，原地旋转十圈后向前跑十米，到达折返点后，用乒乓球拍托乒乓球返回起点，每局两队比赛，分别记录完成时间。

(1) 不得碰倒路径上的雪糕筒，如果出现中途掉球的情况，则从折返点处重新开始；

(2) 时间计算：从起点处开始转圈开始计时，返回起点后停止计时；

2.组织形式：每次两队同时参加。

（六）小游戏区（分为七个小项目）

1.掰手腕擂台赛：两人进行掰手腕，胜者进行下一轮，败者选择离场或进入队尾，记录当前胜者的守擂成功次数。

2.乒乓球投准赛：分别在据参赛者站立点3m,4m,5m出放置塑料小桶一个，参赛者获得5个乒乓球进行投准（3m=1分，4m=3分，5m=5分），进桶弹出不得分，5次机会用完后计总分。

3.跳短绳：参加者进行两分钟跳绳，分为竞速组和花式组，竞速组比较常规跳法，花式组可以使用各类花式动作（如编花跳、一跳双摇），记录个数。

4.跳皮筋：每队两人牵绳，其他人跳，动作自选，每人要在绳中跳三下计一分，一级高度则分数乘一，二级高度分数乘二，三级高度分数乘三，限时三分钟。

5.跳房子擂台赛：每次两队比赛，跳时先将沙包放在第一方格外，跳者用一只脚将石块轻轻踢进第一格内，然后单脚跳进第一格内，用支撑脚将沙包踢进第二格。依次进行下去，直至将石块踢过全部方格。如果中途累了，可以在规定的方格内休息片刻。如果有人在踢的过程中出现沙包压线、出格或沙包连穿两格的现象，算失败一次，由本队另一名队员重新从第一格跳起。先到达终点的，要把沙包放在脚背上，轻轻走出方格。先完成全套动作者为胜，记录当前胜者守擂成功次数。

6.扔沙包：每次两队比赛，两队队长猜拳决定先后手，先手队伍选出两名投手，其余队员可在投手后方负责捡沙包，直接接住沙包的投手可立即要求后手队员全体立定，直至该投手投出沙包；后手队伍全员站在两名投手之间一定长度和宽度的区域内，被沙包击中则下场，等待场上队友“救”，直接接住沙包的后手队员获得一次“救”的机会。限时5分钟，时间到双方交换攻守，记录双方在自己的防守局结束时的场上人数。

7.踢毽：一支队伍全体队员围成半径4米的圆，进行踢毽子接力，记录连续不掉的次数，限时5分钟。

**六、竞技项目（预计16:45开始）**

竞技项目分为100米、400米、4\*100米、立定跳远、投掷实心球五个项目。（其中4\*100米比赛只接受团体报名，男女比例不限，队伍中每个女队员享受5秒成绩优惠）

注：趣味项目兑奖预计于17：00开始，由队长携带积分卡前往兑换处在工作人员帮助下进行兑奖。

**七、颁奖（预计17:15开始）**

趣味项目成绩前三的队伍，竞技项目的各项冠军接受颁奖。

**八、结束**

运动会全部流程预计于当日17点30分结束。