

暨南大学深圳校区

2024 年第十五届教职工趣味运动会规程

一、活动时间

2024 年 10 月 31 日星期四

全体教职工参加。

当天上午 7:20 前在华侨城田径运动场南端集合参加深圳校区第十五届田径运动会入场式。入场式结束后，约 9 点在校区体育馆集中进行分组比赛，分组完成后名单不再增加，请各位同事切勿迟到。

二、分组方法

分设校区机关 1 队（党政办牵头、教学办、学工办、学科办），机关 2 队（财务办牵头、建设办、学生党总支），直属单位队（实验教育中心牵头、后勤办、图书馆），旅游学院 1 队（旅管系），旅游学院 2 队（酒管系），电商系英语系联队，后勤保障队（食堂宿管水电司机综合）等组别，开展教职工趣味运动会。

三、项目规则

1、罚球线定点投篮

- 1) 每队（派 4 男 4 女）每人投 5 个球为限进行投篮。
- 2) 以进球数量记分，进一球得一分。
- 3) 裁判吹哨后，可投球。
- 4) 必须在罚球线后投球，若踩线或过线则不计算。
- 5) 可以跳投。

6) 按得分高低排名，若参赛队有得分相同，相同队伍再加赛一场。

7) 加时赛的参赛队出队员（1 男 1 女），每人投 5 球进行决胜负，如再相同再赛一场。

2、踢毽子

1) 比赛开始，裁判员鸣哨后，开始计数，毽子触及地面为失败，比赛停止，计数完毕，结束瞬间的那一次计为有效。

2) 参赛队围一个圆圈，每人每次踢毽最多 2 次，必须按照踢毽顺序号码传给下一位队员，直到 3 分钟结束，统计踢毽总次数。

3) 参赛者可用手部触球，但不可以拿握毽球，且该次不计数。

4) 如出现踢毽次数相同的队伍，以掉毽的次数少的为胜。参赛队伍如踢毽次数再相同，加赛一场。

3、混合跳大绳

1) 两人摇绳，其余队员列队需从绳的一侧跳至另一侧，跳过的队员在同侧另一端排队，循环接替。跳绳队员依次进入且必须在进入后成功跳绳一次，方计次数一次。每次跳的人数为 1 人，1 人或以上人数同时跳过只计次数一次，（不得一人连跳），若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不记为通过，失误队员紧跟上一队员，比赛继续进行。

2) 参赛队选择进入跳绳的起点，每一名运动员完成一次跳绳后必须到达同侧另一端进行排队，再进行下一次跳绳。

3) 跳长绳比赛规定时间为 3 分钟，以成功跳过次数多少判定胜

负。若两队最终成绩一样，则看失误的次数，失误次数少的队成绩领先，如仍相等，则加赛一次 2 分钟跳长绳。

4) 如跳绳次数相同的队伍则加赛一场，如再相同直到决胜，规则参照第三条。

4、滚雪球团体接力

1) 设置比赛距离：起点和终点距离 20 米，每队派 4 男 4 女。

2) 比赛时，每队纵队排在起点线上（以运动场跑道为限制）发令后第一位迅速向前跑，绕终点标志跑回起点，与第一位人手拉手再迅速跑向终点折转后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑，以此类推，直到整个队伍手拉手跑到终点折返到起点为止比赛结束。

3) 跑动中不限制队伍的排法，但必须手拉手，不得脱手。返回起点的人必须手拉手绕过起点，终点折转拉手跑完为止。

4) 各队不得超越跑道限制而影响别队比赛。比赛中不得故意阻挡别队前行路线，如阻挡判为犯规。

5) 按规则要求在不犯规和在最短时间完成比赛的队获第一名，其他队按完成时间依次排名次。