**绍兴文理学院元培学院第十届运动会（教工）竞赛规程**

为了进一步弘扬我院的人文情怀，丰富教职工的业余文化生活，愉悦教职工的身心，促进教职工之间的交流，培养教职工团结协作的精神，增强教职工的责任意识和集体荣誉感，引导广大教职工快乐工作、健康生活，营造和谐的校园文化，以达到提升教职工综合素质的目的，学院工会将举办2016年教职工趣味运动会。

**一、    时间与地点**

时间：2016年11月3日上午8:50，地点：镜湖南区篮球场。

**二、    项目与承办方**

裁判长：况细林 余丁友（兼）

|  |  |
| --- | --- |
| 投篮接力 | 人文系工会小组 |
| 跳绳接力 | 经济管理系工会小组 |
| 同舟共济 | 信息工程系工会小组 |
| 托球跑接力 | 外国语系工会小组 |
| 板凳接龙 | 建筑工程系工会小组 |

**三、    报名组队要求**

1. 凡我院身体健康的工会会员（含外教）均可报名参赛。各队可报领队1人。

2. 以工会小组为单位组队参赛，若在组队时教师男女人数无法达到规则要求，可邀请本院其他小组无比赛项目的教职工。

3. 参赛教职工请到所在小组组长处报名，每位教职工最多可报3个项目。

4. 各工会小组组长请于10月21日前将报名表纸质稿交至工会（图书馆832），联系电话：660510。电子稿发送到QQ46525353。

**四、    录取名次和计分办法**

1.单项名次：各项目按照成绩录取前5名，按照6、4、3、2、1分别计分，名次并列得分平分，无下一名次。

2.团体名次：按照各小组在各项目中的得分计算总和，录取前5名。若总分相同，名次并列，无下一名次。

**五、    奖励办法**

1.所有参赛队员均发给参赛奖。

2.获得单项前5名的队伍，根据名次发给不同金额的奖品。

3.获得团体前5名的队伍，根据名次发给不同额度的奖金。

**六、    比赛办法**

**1.项目名称：投篮接力**

比赛办法：（1）组队要求：每参赛队派出教师8人，其中女教师不少于3人。（2）规则：每队队员在罚球线后男女隔开排成一列纵队（男在先）。在裁判员发出比赛开始的指令后，第一个队员进入罚球线前开始投篮（注意：不允许补篮），投篮后马上抢篮板球，传给后一名队员，然后跑到排尾继续接力。全队投篮总时间为5分钟，以全队投进数总和取决胜负。如果在投篮过程中发现轮次或排位错误，判为犯规全队出局。

**2. 项目名称：跳绳接力**

比赛办法：（1）组队要求：每参赛队派出教师8人，男女不限。（2）规则：每参赛队需指定2名教师负责摇绳，其余6人跳绳。比赛时每侧各站3人，先后顺序自定。待裁判员发出比赛开始的口令后，第一个队员开始跳，以此类推。全队可以采用单向跳，也可采用双向两个人同时跳，双向跳计为2次。跳绳时间为3分钟，以全队跳绳数总和取决胜负。如果在跳绳过程中出现失误，失误者迅速跑到排尾，不计个数。每个人一轮限跳一次，多跳不计个数。

**3.项目名称：同舟共济**

比赛办法：（1）组队要求：每参赛队派出教职工6人，男女不限，分两组参赛。（2）规则：比赛场地设A、B两点，相距15米，每队6名队员分成两组于A、B两点。比赛开始前，A点队员将各自的脚分别固定在两块踏板上，比赛开始的哨声响后，3人应团结协作快速前往B点，到达B点后踏板必须接触B点标志线方可换另3名队员，同样将各自的脚固定在踏板上，快速前往A点。中途若出现队员的脚脱离了踏板，每次加罚10秒钟。比赛以计时为成绩排定名次。

**4.项目名称：托球跑接力**

比赛办法：（1）组队要求：每参赛队派出教师8人，男女各4人，每队一块羽毛球拍，一个网球。（2）规则： 8名队员分成两组，站在相距20米的赛道两端。比赛开始后，一个队员单手持羽毛球拍后端把手处，将网球置于球拍上，托球向前跑，跑到另一端后将球拍和网球交给下一个队员，交接点必须在规定的范围以内，依此方法跑回到起点再由第三个队员，以此类推，直到8个队员跑完。比赛时，持球拍的手不得超出把手，不得手握球跑，不得用手夹球，中途若球落地，必须捡起来从起点处重新开始跑，否则成绩无效。比赛以计时为成绩排定名次。

**5.项目名称：板凳接龙**

比赛办法：（1）组队要求：每参赛队派出教师6人，男女各3人.（2）规则：比赛场地设A、B两点，相距10米。6名队员分两组于A、B点上。裁判员发出比赛开始的指令后，3名队员站上3个小板凳从A点出发，第一位队员在本队其他队员的帮助下，依次踩着小板凳到达前面的第3条小板凳上，后续队员在向前送小板凳后，重复第一位队员的动作，向B点前进，直至任何一条小板凳接触标志线即下板凳，另3名队员重复此前动作回到A店，任何一条小板凳接触A点标志线即算完成比赛。比赛过程中，任何队员的脚都不能接触地面，如果中途落地，则每人次加罚10秒钟。比赛以计时为成绩排定名次。

**七、    比赛分组表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **名称** | **场地** | | | |
| **1号** | **2号** | **3号** | **4号** |
| **第一组** | **机关一** | **人文** | **建工** | **机关四** |
| **第二组** | **经管** | **机关二** | **外语** | **医药** |
| **第三组** | **服装** | **机电** | **机关三** | **信工** |
| **第四组** | **基础** |  |  |  |