本科生趣味运动会（草案）

**1.活动目的**：提高本科生身体素质，愉悦身心，培养团队合作意识，促进书院交流，鼓励同学们在学习之余积极参加体育锻炼。

**2.主办方**：α书院文体小组

**3.活动对象**：全体本科生（以书院为团体单位）

**4.活动时间**：待定（十月中旬某个周末的两个下午及晚上）

**5.活动项目**

(1.)飞盘：a.循环赛制：7v7 每个书院要和其他三个书院分别进行比赛，胜者得三分、平局各一份、败者0分；最后按总积分排名，若积分相同，则按净胜得分排名

b.时间：于周六下午4：00-5：30、周六周日晚上7：00-8：30举行，上下半场各15min，中间休息10min

c.场地：A2东面小足球场

d.规则：*“分成两拨，场地两侧各划一条线。如果一方把飞盘扔到对方的线内并由己方队员接住就得一分。”*(简化版规则） 赛前各书院负责人须提前向飞盘负责人α-许经纬了解具体规则 各书院可提前了解规则并做好准备

(2.) 借物赛跑：*“操场中心放一张长桌，参赛者****跑****过去从桌上挑选一个信封，其内有张写着某件物品的纸条，参赛者全校寻物，找到后带回出发点即可。“*

(3.)飞镖

(4.)毛毛虫竞速

(5.)同心鼓垫排球

(6.)n人n+1足（横向+侧向）

(7.)摸石头过河

**7.计分制度**：各项第一名记5分、第二名3分、第三名2分、第四名1分 飞盘大项目双倍计分

**8.裁判**：各书院出2名裁判统一接受训练（不要求体育水平较高，有责任心即可，鼓励参加项目少的同学参与）

**9.奖励**：未知大奖 （体育之巅称号）

**9.其他说明**：参赛者须穿运动服、运动鞋 赛前务必做好热身 注意自身与他人的安全 每人（身体不适者除外）至少参加3项运动 (为了比赛的完整性...女生尽量参加...）