**西北农林科技大学 2022 年田径运动会**

**趣味项目竞赛规则：**

**1. 男女教工篮球运球绕杆往返上篮接力：**教工每队 3 人参赛。第一名队员从端线运球上篮，中途绕过标志杆进行一个往返两次上篮后（不中须补中），传球给端线外的第 2 名队员，以此类推，直到最后一名队员完成后停表，用时少者名次列前。

**2.三人绑腿跑：**发令前，每队按横排立于起点线后，分别将相邻队员的左右腿用绑腿套套在一起。所有队员以站立方式起跑，听到发令后，同时走或跑向终点；以最后一名队员通过终点线为计时终止。用时少者名次列前。行进中所有相邻队员两腿自始至终要用绑腿绳绑在一起，如遇脱落，需在原地重新系好后才可继续行进，否则成绩无效。如中途有队员摔倒，待整理好后可继续行进。

**3.跳大绳：**时间 1 分钟，各参赛队派出 2 名队员负责摇绳，其余 5 名队员集体站于跳绳中间，当听到发令后开始进行比赛。按照最终跳跃完成的总个数作为最终成绩，个数多的排名靠前。

**4.16×60 米和 10×60 米迎面接力**，运动员持交接棒必须绕过标志杆，否则不计比赛成绩。

**5.网球定点区域发球比赛：**3人参赛（至少一位女队员），每人发5个球，在规定的区域内得分，毎成功一次记1分，3名队员累计得分。从高到低排出名次。①在网球场的一侧设一固定位置在（特殊标记），向对面场地规定位置区域（用红色胶带标出1m\*1m）发球，球发在规定位置区域，采用上手发球成功一次得3分，下手发球成功得1分累计3人成绩。②运动员发球必须要有抛球和挥拍动作，否则按犯规记，不得分。③每名队员上场要提前声明是上手发球还是下手发球，并明确告知裁判，比赛过程中不得更换发球方式。

**6.木履争先：**每组 6 人站在准备好的木履上，比赛开始，参赛者通过挪动脚步使木履前进完成规定距离，以木履尾部都通过终点为准，用时少的参赛队名次列前。

**7.一分钟跳绳：**参赛者必须采取单摇方式跳绳，单双脚落地不限制，计算一分钟时间所有参赛者成功跳绳的总次数。次数相等，个人次数占优的队，名次列前。

**8.筷子夹乒乓球接力：**4 人参赛，5 个容器，容器间隔 3 米，参赛者依次将乒乓球夹入下一个容器。只能使用筷子接触乒乓球，不能使用其他方法搬运乒乓球，一次夹一只，其他部位接触乒乓球或使乒乓球落在容器外均判无效。比赛时间 1 分钟，计算最末一个容器中乒乓球的数量，多着获胜，数量相同看第四个容器数量，以此类推。

**9.摸石头过河：**比赛开始前，参赛队员站于起跑线后的第 1、2 块砖头上，手拿第3 块砖头。裁判发令后，队员依次将砖头踩在脚下交替向前行进，赛程为 6 米。前一名参赛队员的任一脚踩在越过终点线的砖头上后，该队接力队员方可出发（参赛队在整个比赛过程中，运动员任意一只脚落地视为犯规，第一次犯规给予警告，第二次犯规判罚黄牌，第三次犯规取消本队成绩）。最终以最后一名参赛队员的任一脚踩在越过终点线的砖头上计时停止，用时少参赛队名次列前。