**附件**

**田径项目、集体项目和趣味类项目比赛规则**

**一、田径项目根据田径竞赛规则进行。**

**二、集体项目**

**（一）羽毛球师生男女混双比赛，（男老师，女学生或女老师，男学生为一组），不分年龄组**

1.比赛规则

1局定胜负，实行21分的混双比赛规则，实行每球得分制，即每局双打比赛获胜分皆为21分，最高不超过30分，如果双方比分为20：20时，获胜一方需超过对手2分才算获胜；直至双方比分打成29：29时，那么先到第30分的一方获胜。

在一局比赛中，当领先的一方达到11分时，双方有60秒休息时间；

任何一局的接发球方得1分时，接着由接发球方运动员之一发球，如此交换发球权，交换发球权时双方四位运动员都不需要变换站位。

发球方得分为偶数时，发球方在右半场进行发球。当发球方得分为奇数时，在左半场进行发球。

若发球方取得一分，那么下一回合其继续发球，且发球人不变。

如果接发球方取得一分，那么下一回合其成为发球方。

当且仅当发球方得分时，发球方的两位选手交换左右。

**（二）掼蛋比赛：2人为一组，不分年龄**

1.比赛规则

1）比赛采用由国家体育总局棋牌运动管理中心审定的《淮安掼蛋竞赛规则》。

2）比赛采用计时计副制，双方每轮共用时50分钟，最多九副牌。比赛时间到时比赛结束，以级数高者为本轮胜方。如果有一方提前过A则本轮结束（A为必打）。级数一样，双方打平。

2.补充规定

1）升级：每一轮先过A或升级数高者胜，升级数相同则平。只有赢家才可升级，升级数为3、2、1。即：

①.双上（上游＋二游），赢家升3级；

②.上游＋三游，赢家升2级；

③.上游＋末游，赢家升1级；

④.打A必须赢家为"双上"或"上游＋三游"，则过A。

2）洗牌和发牌：打牌前，双方清点扑克牌张数，多牌或少牌及时调整。首副牌由东家洗牌（3-5次），南家切牌并翻出一张牌（如翻出的牌为王牌或红心2，则重切重翻）。从南家开始，依翻出牌张的牌点，按逆时针方向确定首发者。拿到翻出牌张者第一圈先出牌。从第2副牌开始，由下游洗牌（2-3次），上游切牌，下游首发。

3）牌点与牌型大小

①牌点由大到小排列为：大王、小王、级牌、A、K、Q、J、10、9、8、7、6、5、4、3、2。

②单张、对子、三连对、三同张、三同连张、三带对、顺子，同牌型比较牌点大小，不同牌型之间不能压牌。三带对仅比较三同张牌点大小。

③炸弹：张数多者大，张数相同比较牌点大小。炸弹可压单张、对子、三连对、三同张、三同连张、三带对、顺子等牌型。超过5张的炸弹可以压同花顺。

④顺子：五张牌点相邻的单张。（注：顺子只能5张，只能同一牌型相压）

⑤同花顺：花色相同的顺子。（注：同花顺可压不超过5张的炸）

⑥红心参谋：当级数为X时，红心X可作为万能牌配用，可以配成任意牌型和花色，但不能配大、小王。配三带对时可选择配大或配小。

⑦四大天王：可压所有牌型。

借风出牌：如上游选手出完最后一手牌后，其余三家无人压牌，则由上游的对家借风出牌。

4）贡牌与还牌：贡牌为手中最大牌（不含红心参谋），还牌小

于等于10，双贡还牌牌面向下，还出后同时打开。双贡时，上游拿贡牌中的大牌，并还牌给贡大牌者，二游拿贡牌中的小牌并还牌给贡小牌者。贡大牌者第一圈先出牌。进贡相同不得挑选，则按顺时针方向进贡，还牌是逆时针方向还牌（贡左还右），贡牌给上游者第一圈先出牌。

5）抗贡：下游者抓到两个大怪，则不用进贡，由上游者先出牌。

6）报牌：选手打完一手牌后手中牌达到10张（含10张）以下时，其他人问牌，回答剩余牌张数。手中牌达到7张（含7张）以下时，必须主动报出剩余牌张数，只报一次。

7）上游洗牌发牌，发牌机出牌口对准下游，点最右侧按钮（设置键）。如双下时，出牌口对准上游的右手方。

8）文明比赛，出牌规范；不得越序表态、出牌；不得传递违规信息等。

9）具体赛程根据报名情况再定。

**（三）军事六项团体赛：（3人，2男，1女），不分年龄组。**

1.项目设计

“军事6 项”设置6个项目，由3人接力完成，3名接力者每人完成2个项目，第一棒为女性，第二、三棒为男性，最后按照总用时排定名次。

“军事六项”的六个项目如下：

第一棒：雷区取水、速射

第二棒：俯卧撑、高低栏

第三棒：绕杆、投掷手雷

2.分项说明

1）雷区取水的起点至目标点距离是1.6米。由1名接力者和2名辅助者共三人合作完成，其中接力者负责取水瓶，辅助者负责控制接力者的身体。接力者在取水瓶过程中，肢体的任何部分都不得接触“雷区”地面，取到水瓶放到指定位置视为通过；辅助者的脚不能越过起始线，肢体的任何部分不得接触“雷区”地面。

2）速射的距离是6米，以击倒目标为通过。

3）俯卧撑，做6个俯卧撑

4）高低栏包括2个高栏、4个低栏，高栏应从栏下钻过，低栏应从栏上跨过。

5）绕杆是以“S”形绕过5个竖杆。

6）投掷手雷的距离是6米，以投入指定区域为通过。

3.竞赛安排

1）各分工会3名教职工组成一支队伍参赛，参与接力的女教职工不得少于1人（不含辅助者）。

2）“军事六项”竞赛采取人工计时（含罚时）的方式决出名次，所用时长越短，名次越靠前。

3）“军事六项”竞赛中，各分工会将根据抽签顺序参赛（仅有1次参赛机会），每场比赛有2支队伍同场竞技。

4.竞赛规则如下：

1）每场竞赛由2支队伍同台竞技，参赛队伍应按时到达竞赛检录区，迟到5分钟视为弃权。

2）第1棒：参赛者在起始点准备就绪，裁判哨声响起后计时开始，参赛队员在2名辅助者的配合下，取水瓶放入指定区域，然后跑至射击区，进行射击，击倒目标后，放下枪械（轻拿轻放），再到交接区以双手同时击掌的方式进行交棒。

罚则：负责取水的参赛队员肢体接触雷区地面或者脚越线的，总成绩加5秒/次（注：穿着的军装接触地面除外），辅助者脚越线的，总成绩加5秒/次；放下枪械的动作属于“扔枪”的，总成绩加10秒；仅用单手击掌交接的，总成绩加5秒。

3）第2棒：交接后，原地进行俯卧撑，起身跑至高低栏区，通过高低栏，到交接区以双手同时击掌的方式交棒。

4）第3棒：交接后，以“S”形绕过5个竖杆，然后取手榴弹进行投掷（每次只取1枚），投入指定区域后，冲过终点（计时结束）。手榴弹有3枚，投掷时每次只能从指定位置取1枚，到投掷点进行投掷，3次投掷均不中者，在第3次投掷完成后，即直接冲过终点。

罚则：绕杆时，手不得触杆，违者总成绩加5秒/次；1次取多枚手榴弹连续投掷者，总成绩加20秒。

5）“军事六项”竞赛时，参赛队伍必须按照指定赛道进行比赛，比赛途中，跑错赛道或恶意干扰其他队伍比赛，取消比赛资格，按未完成比赛计分。

**（四）师生拔河：各二级分工会每队出教师6人，其中男3人，女3人，机关分工会、上合基地分工会、图书换+继教学院分工会每队15人，7男8女，不分年龄组。**

具体规则参照体育部发布拔河竞赛规则

**（五）30米篮球运球接力（6人：4男、2女）不分年龄组**

第一名运动员从起点开始运球跑到30米的终点后交到第二名运动员手里依此类推进行，以全体队员完成所用时最少为优胜。

**（六）8X60米迎面跑（8人：4男、4女）**

按学生16X60米的规则进行，以全体队员完成所用时最少为优胜。

**三、趣味类个人项目**

**（一）趣味射箭：**设男子组和女子组，不分年龄组。参赛教职工，每人4支箭，射箭距离8米，射中铜锣计1分，分高者胜。

**（二）传统投壶：**设男子组和女子组，不分年龄组。投壶距离2米，每人8支箭，投入1支箭计1分，分高者胜。

**（三）篮球定点投篮：**设男子组和女子组，不分年龄组。

在篮球场进行，投篮者站在罚球线外立定投篮，（女子组可根据具体情况向前再移动一米距离）每人1分钟，以投进数多者为胜。

**（四）板球下手砸桩：**设男子组和女子组，不分年龄组。

距离5米远，桩门两根立柱。球碰到立柱或者底座都算击中，球不能触地超过一次，不可是滚地球。6次机会。

**（五）板球扔远：**设男子组和女子组，不分年龄组。

不限姿势，将板球扔向比赛场地远方，测第一落点距离。3次机会。

**（六）30米自行车慢骑：**设男子组和女子组，不分年龄组。

赛程全长30米，裁判员吹哨后，全体出发中途脚不得触地，也不得借助任何物品或人员支撑，最后到达终点者获胜。中途脚触地或者借助其他人员或物品者失去比赛资格。

**（七）1分钟跳绳：**设男子组和女子组，不分年龄组。

原地1分钟跳短绳，以次数多者为胜。