

# 长江大学文理学院第十七届运动会教职工创编项目 竞赛规程

**主办单位:**

长江大学文理学院体育运动委员会

长江大学文理学院工会委员会

共青团长江大学文理学院委员会

**竞赛时间:** 2023 年 10 月 20 日

**竞赛地点:** 长江大学文理学院新校区

**参赛对象:** 学院全体教职工

**竞赛项目:**

## 一、集体项目（9:30——10:40）

每队赛前可练习 5 分钟，比赛时间为 5 分钟，比赛时间内未完成该项目则没有成绩，所有项目取前三名颁奖。

### 1、合力搭塔



**游戏规则:** 每队选取 8 名队员，共同围成一个圆圈，每人拉动一条绳索，将中间的挂钩提升，最终要用挂钩去挂住方块儿中的镂空位置移动至指定区域，把这些方块堆成一个类似于塔状形状的建筑，合计搭建 5 个方块即完赛，完赛的队伍最后以完成时间长短进行排名。

## 2、珠行万里



**游戏规则：** 每组 10 人，在设定的起点线排成一列，每人拿一块 PVC 管作为道具，每个小队搭成一条“通道”，在每个小队搭成的通道的起点放上高尔夫球后，开始计时，小组队员使高尔夫球“通道”滚到终点的纸杯内（起终点相距 28 米，即一个篮球场长度。），每个小队需要以接力的形式延长通道。

## 3、车轮滚滚



**游戏规则：** 每组 10 人，队员站到“风火轮”里推风火轮行进，以最后一个人达到终点为准（起终点相距 28 米，即一个篮球场长度。），时间最短者获胜。

## 4、毛毛虫接力



**游戏规则：**每队 8 人， 4 男 4 女，比赛开始前，8 名队员跨骑在比赛器材上，双手把住固定把手立于起跑线后，裁判发令后，8 名队员通过协调配合驾驶“巨型毛毛虫”在跑道上行进，达到终点(虫头触线，起终点相距 45 米)。比赛时，人和器材不能分离，必须始终骑行于器材之上，每人最少有一只手抓住把手，否则进行处罚(每次加时 2 秒)。裁判鸣哨后出发，不得抢跑，抢跑两次取消比赛资格。时间最短者获胜。

### 5、双人背靠背夹球接力跑



**游戏规则：**每队 10 人，两人一组，背靠背夹着球从起点跑到终点再往返回来，依次完成五组用时最短的一组获胜（起终点相距 28 米，即一个篮球场长度。）。游戏过程中，如有人倒地或球落地脱落，加时 5 秒，重新从倒地或球落地脱落地开始。

## 二、个人项目（10:40——11:30）

### 1、 踢毽入篮

**游戏方法：**相距 2 米，将毽子踢入塑料篓。踢毽子的队员不得越线，否则不计成绩。

### 2、定点投篮

**游戏方法：**男生在罚球线投篮，女生在罚球线前 50 公分投篮。

### 3、沙包投准

**游戏方法：**距离目标 6 米，每人投掷 3 次，以最好分数算成绩。

沙包不中目标、或者中目标后出去，计数为成绩。

### 4、套圈

**游戏方法：**标志桶 2 米，然后将塑料圈扔出，塑料圈必须标志桶上才行，根据不同标志桶代表的成绩进行记录。

### 5、掷准飞盘

**游戏方法：**距离目标 6 米处，然后将飞盘掷出，飞盘必须击中指定目标上才行，根据不同目标代表的成绩进行记录。

长江大学文理学院体育运动委员会

长江大学文理学院工会委员会

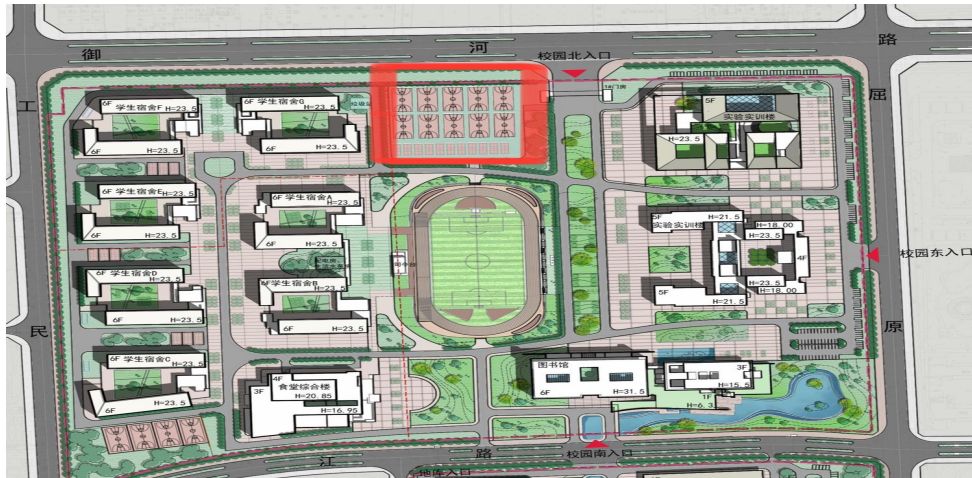
共青团长江大学文理学院委员会

二〇二三年十月二十日

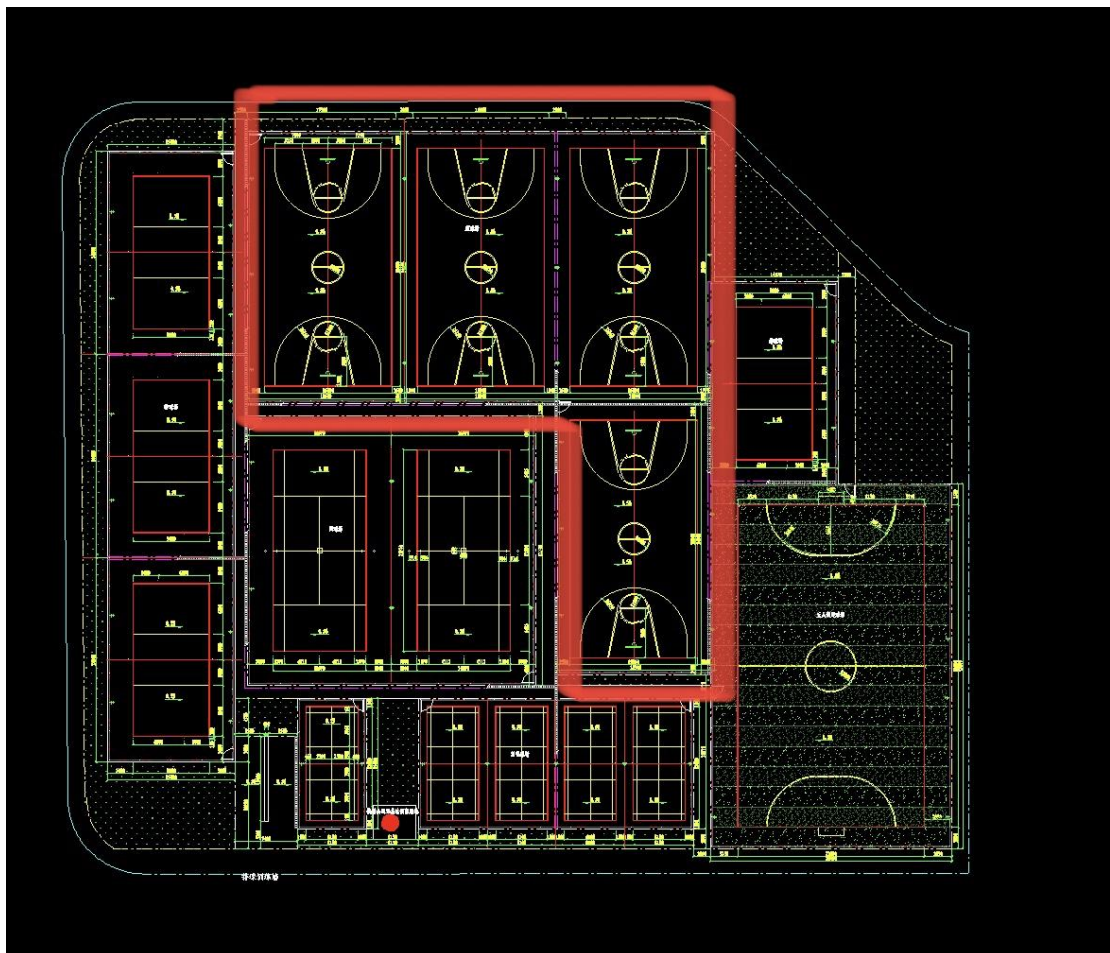


# 长江大学文理学院第十七届运动会教职工创编项目

## 比赛场地地图



综合运动场篮球场



注：红框区域为比赛场地