

重庆移通学院綦江校区 “传统体育文化节”竞赛规程

一、踢毽子争霸赛（单项赛）



一分钟计时记踢毽子总数，比赛开始前运动员单手托着毽子，毽子自然掉下开始计时，每踢一次毽子要求毽子高度超过腰部以上，若毽子高度未超过腰部则不计数。

二、高跷竞速挑战（单项赛）



运动员从起点出发为计时开始至终点结束为计时结束，中途若脱跷则需要回到脱跷处继续出发，运动员不能变更赛道以及阻挡他人比赛，若违反规则则取消比赛成绩。

三、“綦心綦力”板鞋（单项赛）



3 名运动员从起点出发为计时开始至终点结束为计时结束，运动员中途若脱板则需要回到脱板处继续出发，运动员不能变更赛道以及阻挡他人比赛，若违反规则则取消比赛成绩。

四、动感竹竿舞（团体赛）



每支队伍由 2 人过竿，8 人抬竿，运动员从起点出发为计时开始至终点结束为计时结束，若中途碰竿则重新开始，若未在三分钟规定时间内完成则结束比赛，比赛成绩按基础分计入。

五、长绳（团体赛）



每支队伍由 2 人摇绳，8 人跳绳，绳子旋转一周则计数 1 个，若

中途运动员绊到跳绳则重新站队继续摇绳计数，一分钟计时记跳绳总数。

六、背篓绣球（团体赛）



每支队伍由 1 人接球，4 人捡球，5 人抛球，抛球人站在在抛球区抛出绣球，接球人在接球区接球，捡球人在捡球区将绣球运送至抛球区，接球人、捡球人、抛球人只能在限制区域活动，若超出限制区则成绩无效。二分钟计时记投进绣球总数。

七、滚动的铁环——“风火轮”（团体赛）



滚铁环接力，运动员左手拿铁环，右手拿杆准备出发，铁环从第一位运动员出发为计时开始至最后一位运动员冲过终点为计时结束。两端起点各排 5 人，中途若一旦脱环或脱离赛道则需立即停止继续重新出发。