**附件1**

2024年湖南开放大学教工趣味运动会

竞赛规程

一、比赛地点：湖南开放大学田径场

二、比赛时间：2024年11月15--16日

三、参赛单位：湖南开放大学体系全体教职工

四、比赛项目

车轮滚滚、运转乾坤、龟兔赛跑、龙行天下和超级障碍赛等五个项目。

五、参加办法

（一）省校以分工会为单位参赛，各地州市以分校为单位组队报名参赛，每单位限报一队。各队可报领队1人，教练1人，运动员不限，教练、领队可兼运动员。

（二）参赛对象为60周岁以下的在职教职工（聘任人员已购买5险，已聘一年以上，不含兼职教师、兼职招生员，下属教学站点工作人员）。

六、比赛规则

（一）体系组

**1、“车轮滚滚”接力赛（8人，男女各半）**

规则：每组8人，比赛时2人坐在气垫上背靠背夹住圆球，手可触球；其余6人齐心协力，通过抽取气垫下的滚动柱并推行气垫前行至终点。按时间记名次，按名次计分。

要求：比赛途中，气垫上的圆球如有掉落在气垫外，比赛成绩加3秒。

**2. “运转乾坤”接力赛（8人，男女各半）**

规则：每组8人，比赛时8人需托举起乾坤球向折返处跑，中途需在中心点障碍处绕行一圈，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：比赛途中，未在中心点障碍处绕行一圈的视为犯规，取消比赛成绩。

**3.“龟兔赛跑”接力赛（8人，男女各半）**

规则：每组8人，比赛时8人站在“龟兔赛跑”道具中，双手握住固定把手将道具提离地面后向折返处跑，中途需在中心点障碍处绕行一圈，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：比赛途中，未在中心点障碍处绕行一圈的视为犯规，取消比赛成绩。

**4.“龙行天下”接力赛（8人，男女各半）**

规则：每组8人，比赛时8人骑跨在气垫龙上，双手握住固定把手将气垫龙提离地面后向终点，龙尾过终点线后才算完成比赛，按时间记名次，按名次计分。

要求：一是比赛途中，气垫龙不得接触地面，否则视为犯规。每犯规一次，比赛时间加时3秒。

**5、“超级障碍赛”（8人，男女各半）**

规则：超级障碍赛的器材依次是趣味钻洞，跨栏、平衡木、鱼跃龙门的顺序摆放，每组由8名队员组成，一组队伍以单人闯关的形式依次夸过四道障碍，队员用时累计，按时间记名次，按名次计分。

（二）省校分工会组

**1、“车轮滚滚”接力赛（16人，男女各半）**

规则：每组8人，共2组接力完成比赛。比赛时2人坐在气垫上背靠背夹住圆球，手可触球；其余6人齐心协力，通过抽取气垫下的滚动柱并推行气垫前行至折返处；气垫尾部过了折返线后，方可交于下一组队员完成接力，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：比赛途中，气垫上的圆球如有掉落在气垫外，比赛成绩加3秒。

**2. “运转乾坤”接力赛（16人，男女各半）**

规则：每组8人，共2组接力完成比赛。比赛时8人需托举起乾坤球向折返处跑，中途需在中心点障碍处绕行一圈；所有队员身体经过折返处线后才能将乾坤球交给下一组队员完成接力，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：比赛途中，未在中心点障碍处绕行一圈的视为犯规，取消比赛成绩。

**3.“龟兔赛跑”接力赛（16人，男女各半）**

规则：每组8人，共2组接力完成比赛。比赛时8人站在“龟兔赛跑”道具中，双手握住固定把手将道具提离地面后向折返处跑，中途需在中心点障碍处绕行一圈；道具尾部过折返线后掉头后才能将道具交给下一组队员完成接力，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：一是比赛途中，未在中心点障碍处绕行一圈的视为犯规，取消比赛成绩。二是在折返处与第二组接力交接后，龟兔道具必须在折返处起点线内起步出发，否则视为犯规，比赛成绩加时3秒。参赛队伍需退回到起点线内重新出发。

**4.“龙行天下”接力赛（16人，男女各半）**

规则：每组8人，共2组接力完成比赛。比赛时8人骑跨在气垫龙上，双手握住固定把手将气垫龙提离地面后向折返处跑，龙尾过折返线后才能进行下一组的接力，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分。

要求：一是比赛途中，气垫龙不得接触地面，否则视为犯规。每犯规一次，比赛时间加时3秒。二是在折返处与第二组交接道具时，如龙尾未过折返处线就进行交接接力，视为犯规，比赛时间加时3秒。三是在折返处与第二组交接道具后，龙头必须在折返处的起点线内出发，否则视为犯规，比赛成绩加时3秒。参赛队伍需退回到起点线内重新出发。

**5、“超级障碍赛”（16人，男女各半）**

超级障碍赛的器材依次是趣味钻洞，跨栏、平衡木、鱼跃龙门的顺序摆放，每组由16名队员组成，一组队伍以单人闯关的形式依次夸过四道障碍，队员用时累计，比赛时用最少的队伍获胜。

七、参赛要求

1、参赛队员必须穿着统一的比赛服装，并佩戴统一号码牌。

2、比赛过程中，参赛队员必须遵守比赛规则进行比赛。

八、其他事项

1、各分校参赛队员和教练员等交通住宿自理，省校协助联系。

2、参赛队员需要提前购买人身意外保险，报到时需要查验。

九、未尽事宜，由组委会负责解释，希望各分校积极参与，共同促进学校体育运动的发展和体系文化建设。