黄淮学院第十九届运动会教职工趣味项目规则和方法

**一、射门竞准**

在离球门大禁区外（16.5米）半圆内射门。每组5男5女 ，当听到“开始”口令后开始射门，每人射门3次，以10人总射门得分数计算成绩，多者优胜。完成射门的运动员即开始协助捡球。从第一名运动员第一脚触球射门计时开始至最后一名运动员最后一脚触球射门计时结束。如遇多队射门得分相同，以耗时少的队伍名次列前。

**二、鲤鱼戏珠**

每队5人（男女不限），一个网球、纸篓（纸篓背在背后），跑到指定地点后将网球用力掷向地面，网球弹起来后用身后的纸篓接住，什么时间接住什么时间往回跑，以此类推完成比赛。用时少者名次靠前。

**三、羽球飞镖（新）**

每队10人（男女不限），把直径为4.5米的圆分成五环，每环间距50公分，圆心直径50公分，参赛者站在距圆心的10米线后，持羽毛球拍击发羽毛球(不限姿势)，计分以第一落点为准，进入圆心是5分，以此类推，分数分别为4、3、2、1。球落到圈外不得分，压线以外边缘为准（可记分）。每人可击发3次，单人一计分，10人全部击发完毕后再计算总得分，得分多的队获胜。如得分相同，每队单人得分最高者相比，得分高者列前，如还相同，每队单人得分次高者相比，得分高者列前，以此类推。如全部相同，猜硬币决出胜负。

**四、篮球保龄（新）**

每队10人（男女不限）。参赛者站在距离目标10米线后，持篮球以地滚球的方式撞击目标，篮球2米内必须触地，篮球触地后不得离开地面，每个目标前、后、左、右的距离为20厘米，目标倒地得分（目标共10个，倒地1个计1分）得分多的队获胜。每人击发1次，单人一计分，10人全部击发完毕后再计算总得分，如得分相同，每队单人得分最高者相比，得分高者列前，如还相同，每队单人得分次高者相比，得分高者列前，以此类推。如全部相同，猜硬币决出胜负。

2米 2米 8米

**五、竞速接龙（新）**

1、 队员组成：每队10人 （男5人，女5人）。

2、 比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。 3、 比赛赛制：按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次，时间短者列前。

4、 比赛规则：

1) 每队10人纵队排在起点线上，发令后，各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑向终点，折转后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑„„依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2) 返回起点的人必须手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑。

3）跑动中不限队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

4）全队人员（10人）全部超过起点才算全部到达。

5）道具准备：障碍标志2个、秒表1块。

**六、网球高尔夫（新）**

每队10人 （男5人，女5人），参赛者站在击发区（击发区宽2米），持网球拍，不限姿势，全力把网球向比赛场地击发，以第一落点为准，球落到场地外不计成绩（场地宽15米，外边缘为准），压线以外边缘为准（可记成绩），每人击发1次，单人一计成绩（成绩为整数，如15.6米只能记为15米），10人全部击发完毕后再计算总成绩，如成绩相同，每队单人成绩最高者相比，成绩高者列前，如还相同，每队单人得分次高者相比，成绩高者列前，以此类推。如全部相同，猜硬币决出胜负。