附件1

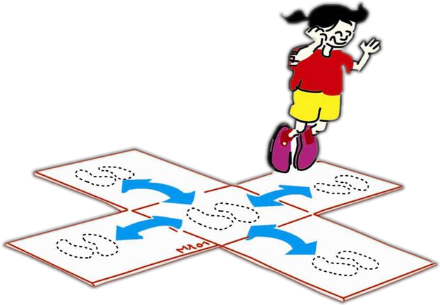
重庆市少年儿童趣味田径推广赛比赛规则

一、比赛规则

**（一）十字跳**

1.场地布置

如图1所示。十字跳场地由五个正方形呈“十字”形摆放，正方形的边长为50厘米，中间为“0”点，即预备出发位，依人体运动习惯依次标示数字，前面为“1”点，后面为“2”，左面为“3”，右面为“4”。



50cm

**3**

**0**

**4**

**2**

1

图1 十字跳场地布置图

2.比赛方法和成绩计取

比赛采用接力方式进行。当听到“预备”口令时，每队1号队员站在“0”点。听到“开始”口令时，裁判员开表计时，队员按照“0—1—0—2—0—3—0—4”的顺序完成连续四轮的双脚跳跃动作，当第四轮双脚落在“4”点后从前方离开垫子，同时2号队员进入“0”点开始跳跃，依次类推。当第8名队员完成四轮跳跃，双脚落在“4”点时，裁判员停表，所记取的时间为该队成绩。

3.犯规判罚

（1）每名队员一次比赛机会。中间出现跳跃顺序错误时，应尽快回到“0”点，按照规定的顺序重新跳跃（裁判计时不停表）。如未回到“0”点，则回到“0”点前的跳次均为无效。

（2）每次跳跃必须完全跳至各方格内，不得踩线。如出现踩线现象，每出现一次则在该队该项成绩上加1秒。

**（二）掷沙包**

1.场地布置

如图2所示。趣味靶直径1.5米。

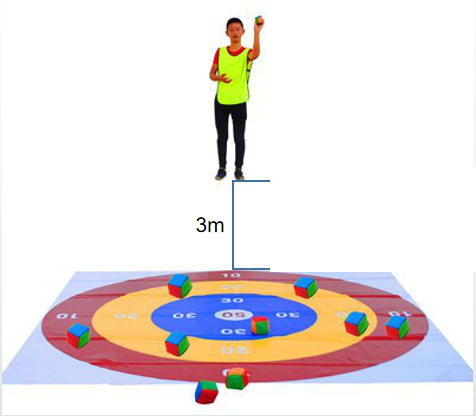


图2 掷沙包场地布置图

2.比赛方法和成绩计取

8名队员排队站立在距趣味靶边缘3米投掷线外，依次手持沙包向趣味靶投掷。根据沙包落靶区域进行计分，由内到外分别计50分、30分、20分、10分，沙包落在趣味靶外计0分。如沙包压交界线，按分值高的区域计分。每队投掷2轮次，按8名队员2轮次投掷成绩相加为该队最终成绩。

3.犯规判罚

投掷时踩线或越线，该次投掷犯规，该次投掷成绩计0分。

**（三）30米绕障碍迎面接力**

1.场地布置

如图3所示。每队两条跑道。在两端起点线外各留出至少10米的安全缓冲区。

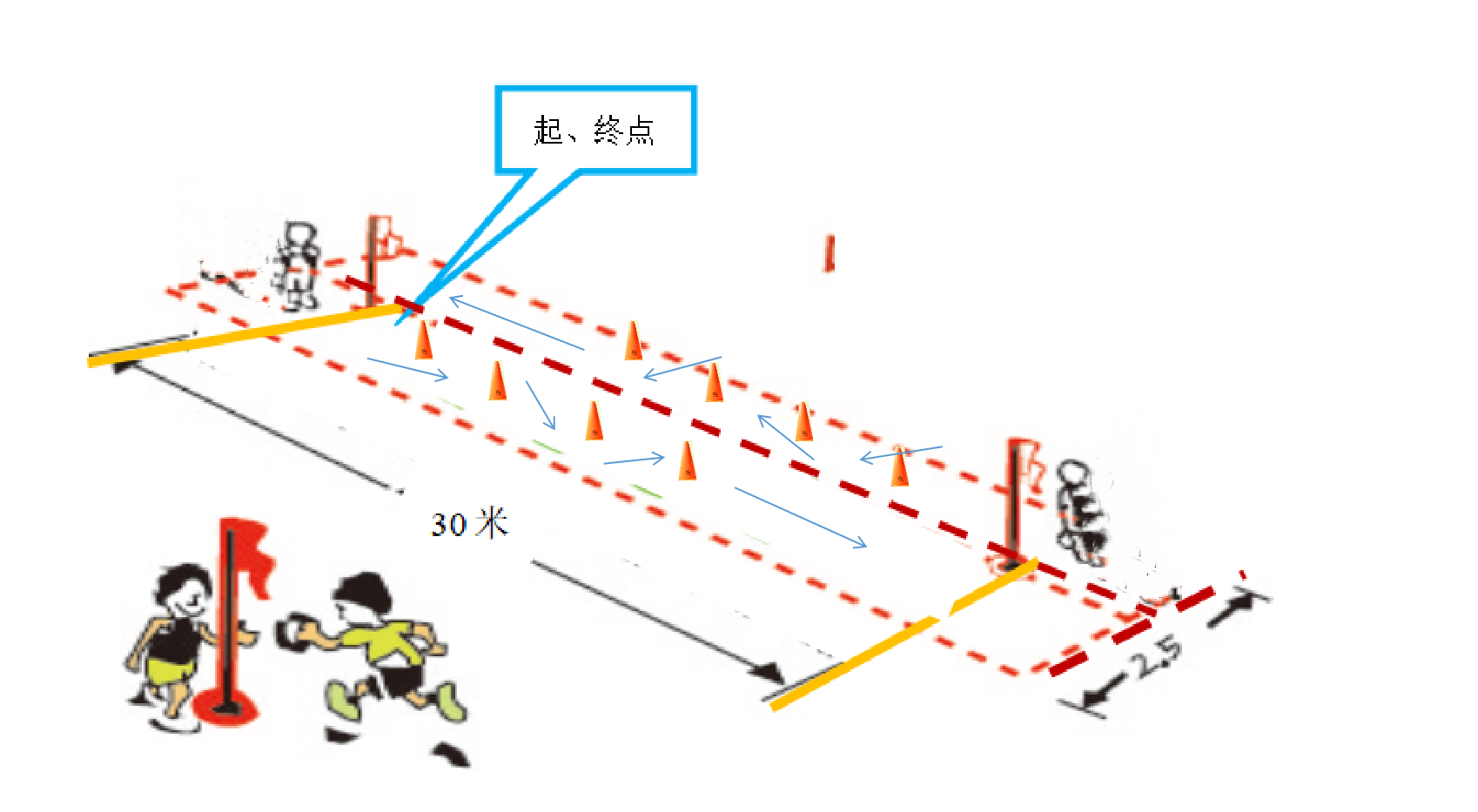


图3 30米绕障碍迎面接力场地布置图

2.比赛方法和成绩计取

2名队员（少儿、成人各1名）分别站立于跑道两端标志杆的右侧后方，听到“跑”口令时，裁判员开表计时，少儿队员手握接力环依次绕过障碍（锥形桶）跑向另一端，并将接力环交给另一端的成人队员，成人队员接到接力环后依次绕过障碍（锥形桶）跑向起点端。当成人队员跑过起（终）点线时，裁判员停表，所计取的时间为该队成绩。

3.犯规判罚

（1）如出现接力环掉落情况时，应由掉落者捡回，可离开跑道去捡拾接力环，但不能因为捡拾接力环而缩短跑进距离或影响他人跑进。如出现以上犯规现象，每出现1次则在该队该项成绩上加1秒。

（2）每组比赛时，如出现抢跑，同一支队伍只有一次重新起跑机会；如出现第二次抢跑，则在该队该项成绩上加1秒。

**（四）速度绳梯**

1.场地布置

如图4所示。速度绳梯的每格距离为0.5米，两端距离9.5米。采用速度绳梯器材摆放场地。

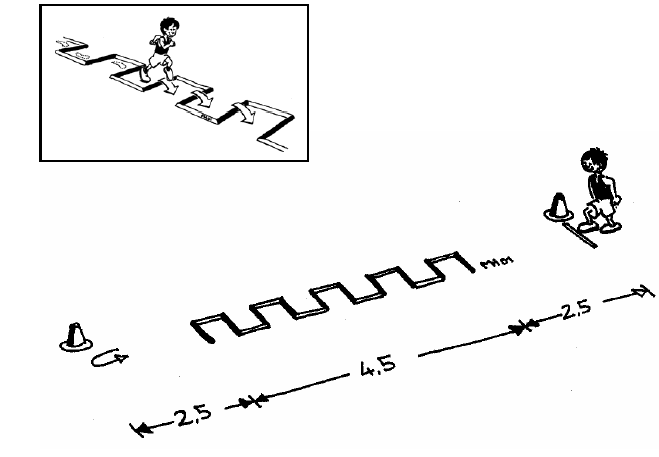


图4 速度绳梯场地布置图

2.比赛方法和成绩计取

2名队员（少儿、成人各1名）站立于跑道起点端标志桶的右侧后方，听到“预备”的口令时，少儿队员手持接力环站在起（终）点标志桶后，当听到“跑”口令时，裁判员开表计时，队员向前跑过速度绳梯，绕过远端标志桶后再从速度绳梯上跑回起（终）点标志桶处，将接力环交给成人队员，成人队员按此路线跑回起（终）点标志筒。当成人队员跑过起（终）点标志桶时，裁判员停表，所记取的时间为该队成绩。

3.犯规判罚

（1）如起跑抢跑只有一次重新起跑机会；如出现第二次抢跑，则在该队该项成绩上加1秒。

（2）如出现接力环掉落情况时，应由掉落者捡回，可离开跑道前去捡拾接力环，但不能因为捡拾接力环而缩短跑进距离或影响他人跑进。如出现以上的犯规现象，每出现1次则在该队该项成绩上加1秒。

（3）跑进中必须依次踏上绳梯的每一格，如出现未能顺利踏上绳梯的每一格，则每错失一格在该队该项成绩上加1秒。

二、计分办法

（一）团体赛根据参赛队各单项成绩排名进行总积分排列名次，第一名得8分，第二名得7分，第三名得6分，依次类推，积分多者名次列前。

（二）亲子赛根据各单项比赛时间的总和进行排名，时间少者名次列前。如时间相同，则名次并列。

附件2

重庆市少年儿童趣味田径推广赛报名表

代表队名称：

领 队： 手机：

教练员： 手机：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓 名 | 性别 | 运动员  类型 | 参赛组别 | | 身份证号码 | 关系 | | 监护人电话 |
| U8 | U10 |
| 1 | 李东东 | 男 | 少儿 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 父子 | |  |
| 李XX | 男 | 成人 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 13900000000 |
| 2 | 张东东 | 女 | 少儿 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 父女 | |  |
| 张XX | 男 | 成人 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 13900000000 |
| 3 | 王东东 | 男 | 少儿 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 母子 | |  |
| 赵XX | 女 | 成人 | √ |  | 510xxxxxxxxxxxxxxx | 13900000000 |
|  | （此表可自行增加） |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |

参赛单位电话（座机）： 单位（盖章）：

年 月 日

附件3

参赛免责声明

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_队自愿参加重庆市少年儿童趣味田径推广赛，服从比赛所有规定和一切裁决。本队所有参赛运动员及其亲属对在连续而激烈的比赛中可能发生的危险已有充分的认识，同时所有参赛队员的健康状况能够承受本次比赛，并具备近期县级以上医院的体检证明书。赛前我队所有参赛运动员均已办理了人身意外伤害保险，因此，在比赛期间出现意外伤害、死亡及物品丢失等突发状况所造成的损失由保险公司和本队自行承担，主办方、承办方及其他运动队免责。

 参赛单位（盖章） 领队或教练员签字：

年 月 日