

# “庆国庆，迎新生”趣味运动会比赛规则

## 螃蟹赛跑

### 比赛规则：

- 1、每队参赛队员 6 人分 3 组，成纵队站在起点线。
- 2、听到起跑哨声后，第一组开始吹气球。第一个气球吹好后，该组 2 名选手手抓手背对背用躯干夹抵住一气球，像螃蟹状横着向终点线跑去。
- 3、当该组 2 名选手将第一个气球运到终点后，立刻用背部将气球挤破。此时起点处第二组开始吹气球，而后该组携第二个气球出发，运达终点后用背部将气球挤破。
- 4、第三个气球挤破，该组比赛结束，裁判员记录时间，时间越短，排序越高。

### 注意事项：

- 1、出场顺序由各队队长抽签决定，裁判员 出场顺序 排对 场
- 2、一 5 ， 处夹起
- 3、气球 吹 ，吹 时间， 挤破，吹 挤破，  
比赛 气球破 ， 吹一气球，运达终点挤破
- 4、球跑 比赛
- 5、裁判员 对 比赛 ，一 裁判员判 。

## 自行车慢骑

### 比赛规则：

- 1、每队 6 名队员 3 名选手参赛。
- 2、比赛 线， 部 。一 线 一  
选手成 20 。
- 3、每队出场一 ， 用 时间长短排序，时间越长，排序越高。

### 注意事项：

- 1、出场顺序由各队队长抽签决定，裁判员 出场顺序 排对 场
- 2、赛组 ，选手 用 成
- 3、比赛 时 比赛 间开始， 后 出比赛 间结束
- 4、裁判员 对 比赛 ，一 裁判员判 。

## 三人四足

### 比赛规则：

- 1、每队 6 名队员 3 名选手参赛， 括 1 名女选手。
- 2、三个人并排站在一起，把 间人 右脚和他右边人 左脚绑在一起， 间人 左脚和他 左边人 右脚绑在一起。
- 3、在听到起跑哨声后，跑到 20m 终点结束。
- 4、每队出场一 ， 用 时间长短排序，时间越短，排序越高。

### 注意事项：

- 1、出场顺序由各队队长抽签决 ，裁判员 出场顺序 排对 场
- 2、捆绑 置在踝关节以上和 腿靠近膝关节部
- 3、裁判员 对 比赛 ，一 裁判员判 。

## 仙人指路

### 比赛规则：

- 1、两队同时 。每队参赛队员 6 人，其 五名选手蒙上眼睛， 一选手指导其队友 。
- 2、转圈完毕后，指导选手通 语言指引蒙眼选手 拿到指 目标物品若干， 照在指 时间内拿到物品数量排名。
- 4、 照排名统 每队 积分。

### 注意事项：

- 1、出场顺序由各队队长抽签决 ，裁判员 出场顺序 排对 场
- 2、目标物品若干， 置 裁判指令随意摆放
- 3、裁判员 对 比赛 ，一 裁判员判 。

## 纸衣接力

### 比赛规则：

- 1、每队 6 名队员 6 名选手参赛。
- 2、首先由站在起点处 其 1 名选手，胸 放置一张 A4 纸，纸与 之间 用 粘剂 手 ，只 依靠跑 气 对纸张 力 作用保证纸张 掉在 上。
- 3、当该选手跑至终点处时，将胸 纸张交给己方站在终点处 选手， 该选手 向起 点方向跑去。以此类推，待第六人 力后，到达起点，比赛结束。
- 4、每队出场一 ， 用 时间长短排序，时间越短，排序越高。

### 注意事项：

- 1、出场顺序由各队队长抽签决 ，裁判员 出场顺序 排对 场
- 2、当选手在跑 ，纸张掉 、用上肢辅助固 纸张，该选手回到 点重新开始
- 3、裁判员 对 比赛 ，一 裁判员判 。