湖南工程学院教职工趣味运动会项目详解

一、“袋鼠跳”接力(10m×10人，5男5女)

比赛办法：男女队员相距10米排成纵队。听到开始信号后，女队第一人捡起麻袋，双脚迅速套进麻袋，然后双手提着麻袋口，用双脚跳跃前进10米后交给男队第一人，男队第一人用同样的方法前进10米后交给女队第二人，依次类推，直到最后一名男队员跳回起点线接力结束。耗时最少的代表队即为第一名，次之则为第二名，取前六名。

比赛规则：（1）接力中不得抛传麻袋。（2）如果跳跃中摔倒，必须原地爬起来，套上麻袋继续比赛，不得跨步和跑进。（3）两队之间不得互相干扰。  
   二、“春种秋收”接力（20m×10人，5男5女）

比赛方法：男女队员相距20米排成纵队站在起跑线后面，听到开始信号后，男队员第一人手持装有6个乒乓球的盆子起跑，依次将球放进沿途设置的6个盆子中，然后将空盆交给女队第一人，女队第一人依次将球捡起并放进盆中，跑回起点交给男队友，依次进行。所有队员完成规定动作后，接力结束。耗时最少的代表队即为第一名，次之则为第二名，取前六名。

比赛规则：（1）男队员必须把球种进沿途设置的盆子中，不许抛掷。如未能放入，必须放好后，才能继续向下进行。

三、迎面接力（40m×16人，12男4女）

比赛规则：（1）各队在各自道次内比赛，不得阻碍其他队比赛。（2）所有运动员必须持棒跑完40米，如接力棒掉在地上须在原处捡起再继续比赛。（3）比赛中运动员在本队道次两端纵队排列，跑完的运动员排在未跑运动员后。（4）比赛采用一次决赛制。耗时最少的代表队即为第一名，次之则为第二名，取前六名。

四、“摸石过河”接力（10m×10人，5男5女）

比赛方法：男女队员相距10米排成纵队。比赛开始前，三块彩色砖放在起点线之前, 听到开始信号后，男队第一人两脚踩着彩色砖,并依次交换彩色砖前进10米,将三块彩色砖交给女队第一人，女队第一人用同样的方法前进10米，将三块彩色砖交给男队第二人，依次类推，直到最后一名女队员回起点线接力结束。耗时最少的代表队即为第一名，次之则为第二名，取前六名。

比赛规则：比赛过程中手脚不能碰到地面。(脚着地一次加1秒)