附件1：

2020年“百乡千村农民体育活动月”农民

运动会决赛竞赛规程

一、集体项目

**（一）拔河**

1.抽签决定各队的分组。

2.采用单淘汰赛制决出比赛名次。

3.比赛采用三局二胜办法进行。

4.比赛用绳由组委会提供。

5.每单位运动员10 人为一队，男女各5人。

6.参赛运动员资格按有关规定执行。

7.比赛设一、二、三等奖予以奖励。

**（二）集体跳绳**

1.抽签决定出场顺序。

2.比赛用绳由组委会提供。

3.每单位运动员10 人为一队（至少两名男性）。

4.参赛运动员资格按有关规定执行。

5.正式比赛跳两轮，以跳次数最多的一次决定成绩。如成绩相同时，以另一轮成绩为准。

6.比赛设一、二、三等奖予以奖励。

**（三）抢收粮食接力赛**

1.抽签决定出场顺序。

2.比赛器材由组委会提供。

3.每单位运动员5 人为一队（3男2女）。

4.比赛距离30米，以接力赛方式进行，比赛开始后，第一个队员肩挑扁担筐跑至对面“田”里将粮食装筐担回，第二个队员接过装满粮食扁担跑至对面“田”里，将“玉米”种好后（对应点）空担跑回。第三、四、五人循环往复，第五人为冲刺队员。

5.比赛设一、二、三等奖予以奖励。

**（四）骑毛毛虫接力赛**

1.比赛采用预决赛制进行，距离 40米；

2.每单位运动员6人，3男3女；

3.抽签决定各队的分组及赛道；

4.如毛毛虫骑出赛道影响到相邻队则视为犯规，取消比赛成绩；

5.如中途队员从毛毛虫上掉落，要回到掉落处继续比赛，否则视为犯规，取消比赛成绩；

6.以用时多少决定比赛名次，用时短者名次列前。

二、个人项目

**（一）飞镖**

1.比赛设男子组、女子组，采用预决赛制；

2.比赛器械：飞镖靶、飞镖；

3.比赛方法：运动员立于限止线后掷镖，每人5镖，按飞镖中靶环数累计得分，靶心分值为最高；

4.以5镖有效积分多少决定名次，积分多者名次列前；

5.若出现成绩并列则加赛2镖。

**（二）前抛健身球**

1.比赛设男子组、女子组，采用预决赛制；

2.比赛方法：运动员站在限止线后，面对比赛场地，双手持球从头部上方抛出，抛球3次；

3.脚踩线、持球于肩上单手投出、球落点至赛区外则视为犯规，成绩无效；

4.以抛球落点距离限制线远近决定名次，落点远者名次列前；

5.若出现成绩并列则加赛1次。

**（三）30秒跳绳**

1.比赛设混合组，采用预决赛制；

2.比赛方法：发令后在30秒内单摇跳绳计数，失误后可继续进行比赛，成绩累积计算；

3.以规定时间内完成有效跳绳次数多少决定名次，次数多者名次列前；

4.若出现成绩并列则加赛1轮，时间减半。

**（四）冰壶进垒**

1.比赛设男子组、女子组，采用预决赛制；

2.比赛器械：旱地冰壶、仿冰赛道；

3.比赛方法：运动员站在限止线后，面对营垒区，滑冰壶至营垒分值区，滑冰壶3次；

4.判定比赛成绩：以冰壶壶体二分之一以上面积进入营垒分值区则得相应分数，得分高者名次列前；

5.如果冰壶滑行中侧翻或滑出赛道则成绩无效；

6.若出现成绩并列则加赛1次。