**2024年天津市滨海新区第四届社区运动会**

**混合拔河比赛竞赛规程**

一、主办单位

滨海新区教育体育局

二、承办单位

滨海新区全民健身活动中心

滨海新区社会体育指导员协会

三、比赛时间及地点

（一）竞赛时间：2024年5月11日（周五）9:00-11:00

（二）竞赛地点：

滨海新区全民健身活动中心第一分中心体育场

滨海新区全民健身活动中心第二分中心体育场

滨海新区全民健身活动中心第三分中心体育场

四、竞赛项目

混合拔河比赛（男女运动员8人）

五、参赛办法及要求

（一）各参赛队，以街镇社区健身会为单位组队参赛。

（二）各队限报领队、教练各1名，上场比赛运动员8名，替补2名，比赛中每轮次每队只可替补1人次，被替换的运动员本轮比赛不得再上场参赛。

（三）参赛运动员男女、年龄不限，身体健康。

（四）参赛人员必须办理人身意外伤害保险，比赛中，因个人原因造成人身伤害的，由参赛运动员自负。

六、竞赛办法

（一）执行国家体育总局社会体育指导中心审定的《拔河竞赛规则和裁判法》。

（二）各运动队必须统一着装。

（三）比赛场地：长50米、宽35米的平坦、无石砾地面，可划设3-5条拔河道。

（四）赛制要求

1.比赛采用单败淘汰制，各参赛队抽签决定分组及比赛对手。

2.每场比赛前，两队队长进行抽签，选边。

3.裁判员喊预备口号时，双方队员同时握绳，绳上红色标记要正对场地中线。

4.比赛胜负以红色标记越过决胜线为准。主裁判可视危险程度，宣判正在进行中的比赛中断，并以绳子中心在记号区的位置判定胜负。

5.每场比赛采取三局两胜制，每局比赛后休息3分钟，两队交换场地再进行下一局比赛。每局一般不超过2分钟，若两队处于相持状态，裁判可叫停，休息后再赛。

6.参赛队须提前5分钟到达现场热身。比赛开始3分钟后，参赛队未到现场，人数不足8人，按弃权处理，对手为胜进入下一轮比赛。

7.获胜队伍完成一轮比赛后，必须在现场等候裁判给出下一轮的比赛安排。比赛进行中各队不得换人。

8.啦啦队必须服从裁判和工作人员的指挥，站在规定赛道外。

9.为保证比赛安全，参赛队员一律不准穿钉鞋或赤脚参加比赛、不准戴手套，在裁判没有吹响宣布比赛胜负的哨声时，不准松手，以免摔伤对方。

10比赛过程中如对裁判判定有异议时，可由领队提出仲裁申请。

（五）选手替补

1.比赛前替补选手须在出赛前，向大会提供参赛队员名单，登记替补队员名字号码，替补手续才算完成。

2.每局间的替补，领队向主裁判提出申请，经主裁判确认之后才能替补，提出替补的申请必须在前一局比赛之后马上提出。

3.比赛开始，主裁判发出“举绳”口令之后，不能更换替补队员。

（六）出现下列情况判为犯规

1.坐地犯规：故意坐地或者滑倒后不能立即恢复正常姿势。

2.触地犯规：除了脚以外身体其他部位接触地面。

3.锁绳犯规：任何阻止绳子自由移动的动作。

4.握绳犯规：不符合规则规定的握绳。

5.持绳犯规：绳子没有从身体和上臂之间穿过。

6.姿势犯规：坐在一只脚上或者一条腿上或者双脚没有能够伸向膝盖的前方。

7.爬绳犯规：双手顺着绳子交替向前移动。

8.划船犯规：重复坐地同时双脚向后移。

9.锚人犯规：不符合规则规定的姿势。

10.消极犯规：运动队在比赛过程中未能积极做出应有的努力，长时间处于僵持状态从而影响拔河运动的声誉。如果消极比赛持续了10分钟以上，比赛中止。

11.出界犯规：在室内比赛过程中踩到拔河道以外。

在一局比赛中，队伍在被警告两次后再次犯规将被取消资格。在所有犯规规定中，即使只有1名运动员犯规，也视为该队犯规。

（七）罚则

1.比赛中选手出现犯规，由裁判员传达，让选手明白，警告时用口头告知犯规者的位置及犯规动作，同时要用手指表示“警告”次数，警告两次后，第三次警告时立刻取消该队比赛资格。

2.必须听从裁判员的判决及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，取消该队所有成绩及参赛资格。

3.参赛人员不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现则取消该队所有成绩及参赛资格。

七、奖励办法

根据报名情况，确定录取及奖励名额

八、报名及领队会时间

4月22日---4月30日，周一至周五

（一）各单位必须按报名时间填写报名表和免责承诺书，并将报名表电子版，及报名表和免责承诺书签字盖章后的扫描件发送至指定报名邮箱。

报名邮箱：2443870389@qq.com

联系人：陈喆；联系电话：13682173508

（二）领队会时间定于赛前半小时进行。

九、未尽事宜，另行通知。

附：2024年天津市滨海新区第四届社区运动会拔河比赛报名表

2024年天津市滨海新区第四届社区运动会拔河比赛参赛运动员免责声明表

滨海新区教育体育局

2024年3月25日

**2024年天津市滨海新区第四届社区运动会**

**拔河比赛报名表**

参赛单位： 联系人： 手机：

2024年 月 日

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 职 务 | 姓 名 | 身 份 证 号 码 | 性别 | 其他说明 |
| 领 队 |  |  |  |  |
| 教 练 |  |  |  |  |
| 训练员 |  |  |  |  |
| 运动员1 |  |  |  |  |
| 运动员2 |  |  |  |  |
| 运动员3 |  |  |  |  |
| 运动员4 |  |  |  |  |
| 运动员5 |  |  |  |  |
| 运动员6 |  |  |  |  |
| 运动员7 |  |  |  |  |
| 运动员8 |  |  |  |  |
| 替补 |  |  |  |  |
| 替补 |  |  |  |  |

说明：本报名表可复印，限使用A4纸。

**2024年滨海新区第四届社区运动会拔河比赛**

**参赛运动员免责承诺书**

为了使2024年滨海新区第四届社区运动会拔河比赛能够顺利进行，规范赛事组织和服从管理，安全有序，公平竞赛，本人（参赛队）自愿参赛并做出如下承诺：

一、承诺赛场上尊重裁判、服从裁判，不与裁判发生任何争执；尊重对手，不得故意伤害对方队员、不与对方队员产生争执。赛场下不纠缠裁判和对方队员。

二、承诺本参赛队运动员均符合2023年滨海新区第三届社区运动会拔河比赛运动员参赛资格规定，保证向赛事组委会提供的所有参赛运动员的证件真实有效。如出现提供的证件资料和参赛运动员资格不符，愿意接受赛事组委会作出的任何处罚。

三、承诺本参赛队严格执行竞赛规程等相关规定，遵守并服从赛事组委会制定的参赛细则和各项安排。如违反相关规定，愿接受赛事组委会作出的任何处罚。

四、承诺本参赛队领队、教练和运动员赛前均已购买人身意外伤害保险和意外伤害医疗保险，本次比赛期间如出现的任何人身意外伤害事故均由保险公司和个人负责。自行承担本参赛队全体人员在本次比赛期间产生的法律责任。参赛队全员产生的法律责任，均与主办单位、承办单位、协办单位和赛事组委会无关。

五、承诺本参赛队全员对自己的身体状况充分了解，确认自己的健康状况良好；没有任何身体不适或疾病(包括先天性心脏病、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐以及其它不适合相关运动的疾病)，因此郑重声明，可以正常参加2023年滨海新区第三届社区运动会拔河比赛。

六、承诺本参赛队和参赛队个人及其监护人、继承人、代理人或亲属将放弃追究所有比赛期间所导致伤残、损失或死亡的权利。

七、承诺本参赛队全员在比赛期间交通、食宿等所有安全及法律责任由参赛队及参赛者本人自愿自行承担全部责任。

本人（参赛队）已认真阅读并全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任，本人（参赛队）签署此承诺书纯属自愿。

参赛队伍名称（盖章）：

参赛队全体运动员签名：

领队签名：            教练员签名：

2024年   月   日