**关于2017年坂上初中体育节**

**跳长绳比赛的通 知**

为了提高学生身体素质，培养勇敢顽强的意志和集体主义精神。经研究决定举行校第十七届体育节跳长绳比赛。现将有关具体事项通知如下：

1、参加对象：初一、初二年级学生。

2、参加人数：各班10人（男5人、女5人）。

3、参赛时间：另行通知。

4、比赛地点：操场。

5、比赛办法：

（1）比赛方法为8人采用绕“8”字形跳长绳。比赛时，摇绳二者间距离规定为6米, 比赛使用的绳子长度不限。跳绳的队员必须逐个从摇绳二者间规定距离为6米外的一侧跑进比赛, 逾者按犯规处理,取消比赛资格。一人在连跳2次（绕绳2周）有效次数后跑出，依次进行。如在有效数内失误，必须补满为止。不能出现2人同时完成或有代替他人完成的现象。一组全部轮换后，立即从反方向同一侧“8”字形按上述要求进行。比赛时间为5分钟，一次性决定成绩，累计跳的人次多者的队名次列前。出现脱手、断绳，按失误论处，不再重赛。

（2）在男女各5人组成中，其中男女各4人进行跳绳，男女各1人负责摇绳；

（3）比赛前的准备,摇绳手必须双手持绳子的手柄或有一手持手柄与绳子的接连处，其余8名男女选手成一路纵队站在1名摇绳手(摇绳二者间规定距离为6米) 的同侧（男女前后穿插秩序不限）的两条平衡线外等候发令参加比赛。

（4）比赛开始，先由裁判员提示做好比赛准备，然后发出比赛指令，负责摇绳的队员开始运作，比赛正式进行；

（5）分年级段进行抽签。

6、评奖方法：分年级段进行评比，决出名次。

**学校体育节组委会**

**2017年9月**

**跳长绳比赛报名单**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **班级** | **男选手姓名** | **女选手姓名** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**2017年坂上初中体育节**

**跳长绳比赛结果**

**初一年级 第一名 第二名**

 **一3 一2**

**初二年级 第一名 第二名**

 **二1 二3**

**学校体育节组委会**

**2017年10月**