

# 中学拔河比赛活动方案设计(实用10篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇一

为了全面实施素质教育，丰富学生的课余生活，培养学生集体主义精神，树立和发展学生顽强、坚毅的意志品质，同时提高他们的力量素质，启发学生服从指挥，统一行动的行为习惯，培养学生坚持到底，争取胜利的意志品质。学校决定举行春季学生拔河比赛。

xx小学操场

1—6年级

1、比赛方法：一二年级、三四年级、五六年级两组之间进行比赛。

2、参赛要求：

一二年级男女各6人，四六年级男女各6人，三五年级男生6人，每个班级严格按照要求选取优秀选手，强调好比赛规则和比赛注意事项，做好比赛前的安全教育工作，确保比赛的安全。

3、评分办法：

每场比赛采取3局2胜制。

4、评奖办法：

各组取优胜团体奖一名。

1、从高年级到低年级依次进行。

2、先抽签，再选场地，再开展比赛。

1、不得多人、少人。或借用其它年级学生，若出现取消比赛资格。

2、若出现相持时间过长，则该局作平局，休息后再战此局。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇二

“友谊第一，比赛第二”拔河比赛

丰富同学们的. 课余文化生活、加强同学们之间的团结、提高学生身体素质、培养积极向上的进取精神，使我校学生成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。并致力于打造成属于博文学校所有热爱运动、热爱娱乐的节日，致力于打造一个互相交流，互相学习的平台，通过拔河友谊赛使我校成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。

弘扬体育精神，构建和谐学校；

友谊第一，比赛第二

1、比赛时间：

第十五周（课外活动时间）

2、比赛地点：

学校操场

3、参赛单位：

以各年级单位参赛，每班出一队，每一队15-16人组成，男生10-11人，女生5人，共14支队，并带拉拉队一支，（男女不限，20人）。每支参赛队由领队（本班老师）1人，监督员（任科老师）1人，参赛选手16人组成，在当场比赛中不得更换比赛选手。

#### 4、比赛场地安排：

拔河道为操场上画1条直线，间隔为200厘米，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。选手以外，其他人员一律不得进入拔河道。

#### 5、比赛分组：

一年级——二年级为第一组

三年级——四年级为第二组

五年级——六年级为第三组

#### 6、比赛方法：

同年级先进行各班比赛，采取淘汰制，年级胜利班级进行跨年级决赛。

#### 7、录取名次：

三个年级组各取第一名。

#### 8、组织人员具体安排：

裁判：赵广波

组织：刘健

记录：李姗

## 9、奖励办法：

各年级组获胜班级奖排球一个，并颁发奖状。

## 10、比赛要求：

（1）各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始5分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够人数的，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

（2）第一轮比赛队员完成比赛后离开比赛现场，不准在比赛现场逗留。

（3）各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外，不能喝倒彩，积极为本班加油。（如有违反，取消评选资格）

（4）为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

（5）比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。

（6）比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

## 11、评选方法：

（1）比赛采取淘汰制。每轮次比三局（三局两胜制）。每轮次比赛时间最多5分钟，5分钟内不能决出胜负者本局比赛结束。

(2) 比赛开始前，各队按照每队人数站成一个纵队，按要求准备好，比赛开始后，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

(3) 第1轮第一场通过抽签决定场地，第二场交换场地，第三场交换场地。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇三

为了营造企业团结和谐气氛，激励员工奋发向上的精神，在公司举行一次拔河比赛。本次比赛重在参与，友谊第一，比赛第二。既锻炼班组组织能力与合作精神，也增进员工之间友谊。

扬企业风采、凝心聚力、激情飞扬。：

主裁判：

主持人：

计录员：

监督裁判：

吹哨员：

护理员：

- 1、各参赛队伍清点人数，列队待命，由各队队长代表本队抽签
- 2、领导致开幕词，并宣布比赛开始
- 3、主持人宣布比赛规则及相关事项

- 4、按照抽签的顺序开始比赛
- 5、主持人宣布比赛结果
- 6、领导颁奖，队长领奖

以部门及班组混合为单位组成参赛队伍。请参考以下人数，安排每个部门参加的人员。

- 1、办公室各部门组成的队伍
- 2、结构件车间的班组组成的队伍
- 3、框架车间的班组组成的队伍
- 4、下料车间的班组组成的队伍
- 5、油漆车间的班组组成的队伍

每小组出12名员工参加（必须有1名女性），其余成员为拉拉队，分组淘汰，比赛时由各班组负责人或队长抽签决定分组情况。

- 1、参赛队员必须是xx公司在职员工,其他人不得参加
- 3、各队任命一名队长，负责将参加人员带到比赛地点及维持秩序
- 4、 日16:00前将各队组合名单交到人事行政部
- 5、合并为一个部门的，要求每个部门都要有人员参加

1、比赛时由于双方都是用力拉,所以拔完一场后不可立即松绳,以免造成对方队员受伤,各队负责人谨记，并转告给各队队员。.

- 2、各队需努力完成比赛,不可有弃权、缩水现象.
  - 3、比赛要做到文明比赛,遵循友谊第一,比赛第二.
  - 4、比赛时不得有冒名顶替,啦啦队不可上场帮忙.一经发现立即取消比赛资格.
- 1、比赛共设4个奖项,一等奖: 二等奖: 三等奖: 四等奖

## 中学拔河比赛活动方案设计篇四

二、活动地点□xx基地食堂门口

三、裁判及工作人员:

主裁判1人:

副裁判2人:

其他工作人员: 人力资源部和总办同事

四、比赛流程

- 1、各参赛队伍清点人数,列队待命,由各队队长代表本队抽签。
- 2、按照抽签的顺序开始比赛。
- 3、主裁判宣布比赛结果。

五、参赛队伍及人数

- 1、本次比赛为设备厂(一厂)、食品厂(二厂)、工程实验室及物流(办公楼)、工程车间及仓库共四队。每队10人(要求至少有一名女同事)。

2、各部门提前完成参赛队员的选拔，并及时上报名单（明确领队、队员）。

3、为增强比赛的参与性及员工之间的交流，本次比赛各队不限报名参赛人数，比赛时确保10人上场即可公司拔河比赛策划书公司拔河比赛策划书。

## 六、比赛规则

（一）比赛采用三局两胜制，比赛为单循环淘汰制。

（二）注意事项：1、要求空手，不准戴手套；

3、如果需要，各队可自备安全帽和防护垫，供末位选手使用。

（三）如遇特殊情况，每局比赛结束后可向主裁判员提出换人，每场最多可换两人，所换人员必须为本组人员。

（四）比赛区域宽度为2米，边线线宽含在场地面积内。

（五）裁判员鸣笛开始后，某队将中心标志完全拨过本方区域2米线时，判该队获胜。

（六）若比赛长时间僵持，任何一方均未能将中心标志完全拨过2米线，裁判员可鸣笛暂停休息五分钟继续比赛，直至一方胜出。

（七）出现下列情况判对方获胜：

1、某队队员任何一只脚踩出边线时；

2、某队队员手超过限制标志握绳时；

3、该队在比赛中人数超出规定时（运动员总数多出规定人数和女运动员少于规定人数）；



4、本方非参赛队员在比赛中接触拔河绳或参赛运动员身体任何部位时；

（八）各参赛队员必须提前10分钟到比赛场地报到；比赛开始后迟到超过10分钟作弃权处理，对方自动胜出。

## 七、注意事项

1、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各队负责人谨记，并转告给各队队员。

2、各队需努力完成比赛，不可有弃权、缩水现象。

3、比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。

4、比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙，一经发现立即取消比赛资格。

## 八、经费预算

获得xx迎春杯拔河比赛：第一名奖金500（元）

第二名奖金300（元）

总裁办、人力资源部

20xx年12月19日

## 中学拔河比赛活动设计方案设计篇五

为进一步活跃学生的. 课外生活，提高学生身体素质，激发学生参加体育锻炼的热情，增强学生的组织纪律性和集体主义精神，培养学生德、智、体、美全面发展，经校委会研究决

定举行拔河比赛，具体事项如下：

七、八、九年级

20xx年10月22日至20xx年10月24日下午第七节课外活动

新篮球场

各班男女各一队（男10人，女10人）

各年级为一组，每组各取前3名进行奖励，其余为鼓励奖。

22日上午放学前将参赛学生名单填写到教学资源“体育组”拔河比赛报名处文件

附：拔河竞赛规则

1、采用3局2胜单淘汰制，分三轮对决（第一轮比赛顺序按照编排（1—2；3—4；5—6）由各班主任抽签决定；第二轮由班主任抽签1—2对决，3为轮空队；第三轮由第二轮胜队与轮空队对决）。

2、内标记超过本方决胜线为胜。

3、为了安全考虑，比赛禁止突然放手，或将绳缠绕在身体上的任何部位；

4、比赛队员参加了比赛之后没有特殊情况不得随意更换，如发现则算该场为负；

5、非运动员、裁判员和工作人员以及其他领队和无关人员不得进入比赛场地。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇六

为了丰富学生课余文化生活，增强学生体质，提高班级凝聚力，培养学生集体荣誉感，根据学校计划，经研究决定举办县莘实验高中班级拔河比赛。

2xxxx年11月26日——2xxxx年12月2日

高一在东教学楼前后，高二在西教学楼前后。

高一年级、高二年级（体育班不参赛）

领队□z□全面负责前级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序）。

技术指导□z□全面负责前级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高一后级部：

领队□z□全面负责后级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责后级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高二前级部：

领队□z□全面负责前级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责前级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高二后级部：

领队□z□全面负责后级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责后级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

Z

1、本次比赛采用淘汰制，每场比赛为三局两胜制。高二各级部音美班单独进行比赛。

2、每班参赛人数：男生15人，女生10人（音美班：男生10人，女生15人）。

1、参赛队员必须是本班成员，若发现冒名顶替者，该场比赛判负。

2、在每局比赛过程中发生以下情况判负：中途换人、踩绳、弃权。

3、抢拉两次者判负。

4、各班啦啦队，要文明观看比赛，听从指挥，热情助威。若发现有不文明现象，该班级成绩判负，并通报全校。

1、参赛班级必须提前10分钟到达比赛场地，逾期者按弃权处理。

2、班主任老师全面组织本班级参赛工作，做好赛前动员、比赛中指导及赛后思想工作。

各级部奖励前四名，音美班各一名。

德育处艺体处

## 中学拔河比赛活动方案设计篇七

为了增强同学们体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的同学们创造运动机会，提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，使学生们集合集体的力量，以提高我校学生团体合作和坚忍不拔的精神。

拔河友谊赛。

增进同学之间的交流，集体荣誉感及凝聚力。

丰富学生们的校园生活，增强师生之间的相互了解。促进同学之间的友好相处，使得校园气氛更加活跃，加强各同学间的交流。

科技职业学校级全体同学。

20年xx月xx日—xx日。

校篮球场。

科技职业学校。

学生会体育部。

1. 本次比赛分为男子组、女子组、男女混合组。以班级为单位组成各参赛队伍。
2. 女子组限报7人。男子组限报人。混合组限报人。
3. 参赛队员必须是本班级同学。届各班级必须参加。

1□xx月xx日各班级报名表于交到学生会办公室。并由队长抽签决定比赛顺序。

2□xx月xx日下午比赛正式开始，比赛实行晋级赛。最后选出冠军。

1。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各体育委员谨记，转告给各班队员。

2。各班级需努力完成比赛。

3。比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。

4。比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙。一经发现立即取消。

5。由于比赛场面比较大，需裁判xx名，维护秩序工作人员xx名。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇八

丰富我校教职工的课余生活，增进教师之间的交换，增进教职工之间的.友谊，锻炼教职工身体，凸现我校教职工的凝聚力。经学校行政、工会研究，决定展开庆“三八妇女节”教职工拔河比赛。

20xx年3月8日上午10：00—11：00

校操场

1、全样教职工分为四组，每组12—13人参加比赛，每队10人参加比赛。分组情况和队员名单详见分组名单。

2、比赛进程中，假如出现教职工身体不佳状态，可向裁判申请答应替换，但不很多人。

1、比赛采取拔河国际通用规则 进行。

2、每场采取三赛二胜淘汰制，假如进行到第三局，场地则由裁判抛硬币决定。

3、比赛采取抽签对阵，4队分两组进行。胜队获一等奖。负队为二等奖。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇九

为展现我校风采，丰富我校学生课余生活，和谐我校学生文化生活，进一步促进学生德智体全面发展，加深各班之间的友谊，促进各班级之间交流沟通，增强班级之间的团结友爱，我校特策划本次拔河比赛。

校园操场

20xx年12月4日。

一、二年级。每班男、女同学各15名。

1、比赛开始前，各班班主任必须把队员带到指定场地等候比赛。比赛开始后注意观看学生要与比赛学生保持一定距离，避免影响比赛。

2、比赛采用三局两胜制

3、各年级各班参加拔河比赛的人数为男生15人，女生15人，共计每班30人。

4、如比赛中发生某班中有违规增加人员取消比赛资格，并判

对方胜。

5、在比赛进行中裁判员判一方胜后负方不能马上松手以免发生危险（班主任一定要对学生讲清楚）。

六

组长：赵修汝

成员：刘俊良宗凌杰孙林

裁判：张震

记录：待定

场地负责：待定

1、各参赛班级采用三局两胜制，胜者得2分，输者得1分，最后成绩的总和，作为班级成绩。

2、一二年级各为一组在本级部参加评比，一年级部设一等奖二个，二等奖三个。二年级部设一等奖二个，二等奖三个。

## 中学拔河比赛活动方案设计篇十

为了增强学生体育锻炼的意识,以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的学生们创造运动机会,提供展现集体风采的舞台。下面是本站小编为你整理的拔河比赛活动方案,希望对您有用!

一、承办单位:

珠宝学院学生会体育部



## 二、比赛时间、地点：

时间：拟于4月下旬举行，具体时间另行通知

比赛地点：学院东区饭堂对出篮球场旁边的空地

## 三、参赛对象：

番职院9大院系(珠宝学院，软件学院，旅游系，机电系，工商系，外语系，财经系，建工系，艺术系)学生。

## 四、比赛规则：

1、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为200cm，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以各系为单位参赛，共9支队。每支参赛队由领队2人，参赛选手20人(其中男选手，女选手各10)组成。

4、比赛时设有一个主裁，两个边裁。

## 五、比赛方式：

(1)每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛。

(2)比赛开始前，各队按照每20人一个纵队以站立姿势准备好，比赛开始后，两边的运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

(3)比赛双方由各自抽签决定，并且每队选出一个领队负责本队的通知工作

(4)每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。

## 六、比赛注意事项：

(1)各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始10分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够15人，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

(2)获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员作出下一轮的比赛安排。

(3)各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外。比赛时不得有冒名顶替,拉拉队不可上场帮忙.一经发现立即取消比赛资格.

(4)为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛;不准带手套;裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(5)比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。比赛时由于双方都是用力拉,所以拔完后一场后不可立即松绳,以免造成对方队员受伤,各领队谨记,转告给各队参赛者。

(6)比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

### 一、活动宗旨：

积极、向上、团结、奋进、运动、健康

### 二、活动目的：

为近一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康文明的校园气氛。通过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系，陶冶学生的高尚情操，展示各自体育才华，发

扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，不断提高自身全面素质，推动校园精神文明建设。

### 三、活动时间：

具体日期另行通知

### 四、活动地点：

学校篮球场

### 五、活动人员：

### 六、需要资源：

3个小旗、3个口哨、3根粗绳，细绳若干，白灰若干

### 七、活动规则：

#### 1. 报到：

比赛开始前，各班体育委员必须提前5分钟到赛场登记台签到。并交各参赛队员的学生证，无学生证不得参加比赛。参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，因特殊原因需要调换场次的，请提前通知。开场后10分钟不到的队伍取消参赛资格。

#### 2. 队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员15人，每队为男9人、女6人。参加比赛的队员必须是其班级学生，其余人员不得参加。

#### 3. 每班派2个比赛监督员，对照学生证清点对方人员、人数

是否正确，监督是否有违反现象，如发现有违反现象立即取消比赛资格。

4、比赛地为水泥地上画3条直线，间隔为150cm，居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准。胜负决定以裁判员鸣哨、将旗指向胜利一方为准。

5、各班组织委员要认真组织，其他拉拉队员必须站在场地限制线外，不得进入拔河场地内，否则以作弊处理。

6、比赛方法：

1) 比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程。

2) 比赛分组及比赛首场的站位选择由各班体育委抽签决定。

3) 淘汰赛：每队抽签分成组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共6支参赛队伍进行三轮淘汰赛，最终胜利的三只队伍进入半决赛。

4) 复活赛：淘汰赛中未晋级半决赛的三支队伍，由体育委员进行抽签分组进行循环赛，每队按三局两胜制进行拔河比赛，以获胜次数的多少决出五、六名，获胜次数最多的一支队伍进入半决赛。（若出现三支队伍各胜一次情况，则由体育委员抽签得出晋级队伍，剩余两支队伍决出五、六名）

5) 半决赛：四支队伍由体育委员进行抽签分组，每组按三局两胜制进行拔河比赛，获胜的两支队伍进入决赛。剩余两支队伍争夺三、四名。

6) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

## 八、赛前及赛后宣传：

1、参赛的各班班长应迅速落实参赛人员，制定本班比赛策略，在班级对本次比赛作重点宣传。

2、参赛过程各班用相机纪录本班比赛精彩瞬间。

3、赛后各班至少撰写两篇宣传稿，统一收取交于本院媒体部门。各班择优选取照片一张，申请宣传版一个，由各班板报小组共同策划，制出宣传板报。

## 九、注意事项：

1、赛前5分钟点名检录，核对学生证，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得穿钉鞋，不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。

3、比赛前由各班体育委员抽签决定对阵。

4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，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，判输。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至达到获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

## 九、奖励办法：

比赛取前三名，给予一定奖励。

本次活动奖品如下：

1. 一等奖(1名)
2. 二等奖(1名)
3. 三等奖(1名)
4. 精神文明奖(3名)

繁忙的生活和学习给我们的身心带来了很大压力，为了建设和-谐校园，国际学院学生会外联部特举办一次拔河比赛，为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，以提高我院学生团体合作和坚忍不拔的精神，同时以丰富我们的大学生活，使校园气氛更加活跃。

一. 活动名称：拔河比赛

二. 活动宗旨：团结奋进，积极向上，健康活力.

三. 活动目的:为丰富我校课外活动，增强各院系之间的相互联系，进一步促进学生德智体全面发展，增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻的大学生们创造运动机会，提供展现个人、集体风采的舞台。培养学生集体荣誉感、组织观念、热爱集体、不怕吃苦、勇于拼搏的精神，也是向学生进行德育教育的良好机会.

四. 活动对象：国际学院学生

五. 活动时间: 2-x年11月六. 活动地点:中区操场

七. 主办单位：国际学院学生会外联部

八. 承办单位：08、09级学生会

九. 参赛要求：

1 以年级专业为单位组成各参赛队伍

2 专业限报一队每队共15人, 男生10人, 女生5人, 并任命一名领队

3 参赛队员必须是本学院学生

十. 本次活动的规则是：1. 报到：比赛开始前，各队领队必须到赛场登记台签到。参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，因特殊原因需要调换场次的，请提前通知。开场后5分钟不到的队伍取消参赛资格。

2. 队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员15人，每队男10人、女5人。参加比赛的队员必须是本年级本专业学生，其余人员不得参加。

3、比赛方法：

1) 比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程。

2) 比赛分组及比赛首场的站位选择由各队领队抽签决定。

3) 淘汰赛：每队抽签分成组。每组比赛采用三局两胜积分制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。(2：0获胜队得2分，2：1获胜队得1分，对手弃权或严重违规参赛队可直接得2分)

4) 半决赛：由队长进行抽签分组，每队按三局两胜积分制进

行拔河比赛，获胜队进入决赛。

5) 决赛：采用三局两胜积分制，累计积分最高为总冠军。

## 十一、注意事项：

1、赛前10分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

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

3、比赛前由各专业的领队抽签决定对阵。

4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，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，判输。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至达到获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队员。

7、各队伍需努力完成比赛，不可有缩水现象。

8、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

9、比赛以裁判第一次吹哨为号发令表示比赛正式开始，当裁判吹第二次哨时表示比赛已有胜负，该局比赛结束。当完成第一局比赛时，双方交换比赛场地，进行第二局的比赛。

10、需借粗绳三根(向学校或学院体育部借)，口哨三只(自己



买)、扬声器一个(如果借不到可以不要)

需要物品:两个口哨、两根粗绳、一个扬声器

裁判:一个主裁、两个边裁。

赛果登记员:两名

赛果公布员:两名

秩序员:8到10名