**附件：拔河比赛规程**

1、参赛队：各系(院）一队。

　　2、参赛人数： 15名（不少于5名女生）。

3、比赛地点：所在校区运动场场

4、比赛方法：

　　5、比赛规则：

　　 （1）比赛时各队只允许有一名指挥员和参赛队员进入比赛场地中，其他人不得触及拔河绳或场上队员，指挥员不得妨碍比赛，否则判该队犯规。

　　 （2）比赛场地外侧有一根啦啦队限制线，啦啦队员不得越过此线，否则判该队犯规。

（3）队员必须穿运动鞋参赛，不准在手或拔河绳上添加任何有助于握、拉绳的附着物。

　　 （4）握绳时，手不得触及或握过握绳限制线。比赛开始前，脚不得触及或踏过争夺区横线，比赛开始后不受限制。

　　 （5）赛中触及、踏出边线或比赛结束时突然撒手者为违例，裁判员提示后应及时纠正，在裁判员鸣哨“开始”前或鸣哨的同时，拉绳者为抢拉犯规；拉的过程中突然撒手松绳者为严重犯规。

　　 （6）比赛中第一次犯规时，该局比赛以失败论，再次犯规时取消比赛资格。如果出现严重犯规则直接取消比赛资格。