附件4

**2018持杖健走运动竞赛规则和裁判法部分内容介绍**

一、场地接力

场地接力是在保持持杖健走标准技术的前提下团队配合的技术展示运动项目。裁判在对选手的速度进行计时的同时主要对选手的技术进行评定，技术违规加罚比赛时间，最终总计用时少者名次列前。

（一）4×100米接力项目：采用抽签方式，分道行进，不允许串道；4×400米接力项目：采用第二棒选手在第一个弯道(并道线)切入内道行进；

（二）接力交接方法：场地设“接力区”，接力区长一米。要求如下：

1、接力的交接方式为碰触式，交棒运动员的一只手杖和接棒运动员的一只手杖发生碰触，即为完成接力的交接；

2、手杖触碰交接时，接棒运动员必须有一只脚踏在接力区内完成交接；

3、完成交接的队员应先停留在各自的分道内，在不影响其他队员比赛的情况下方可离开。

（三）决定名次方法

1、比赛最终成绩=裁判计时+比赛罚时，用时少者名次列前。

2、取消比赛资格(有下列行为者将被取消其比赛资格)

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 连续跑步 |
| 2 | 未系腕带 |
| 3 | 未按规定完成接力的交接 |
| 4 | 出发抢走两次 |
| 5 | 抢道时阻碍他人并获取利益 |
| 6 | 窜道并获取利益 |

3、技术罚时

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 罚时因素 | 每一棒的罚时 | | 每一队的罚时 | |
| 4×400 | 4×100 | 4×400 | 4×100 |
| 上肢 | 1. 上臂未前摆； 2. 后摆手未推至腰后，手臂未伸直； 3. 手杖未积极推地； 4. 手杖未能向斜后方支撑。 | 4至  48秒 | 4至  12秒 | 4至  192秒 | 4至  48秒 |
| 下肢 | 1. 违反双脚双杖交替触地，违反一步一触地； 2. 支撑腿未蹬直，双脚出现同时腾空。 |
| 整体 | 1. 躯干前俯，重心未稍靠前； 2. 后推手臂未伸直，未能与手杖成一直线。 |

（四）判罚说明

1、罚时的最小单位为4秒；上肢、下肢、整体三部分中，违反每一部分中的任何一条，即罚时4秒；

2、4×100米比赛中，有四位裁判分别对四个棒次的运动员进行判罚，每一棒次的运动员最多可被罚时12秒，每一参赛队最多可被罚时48秒；

3、4×400米接力中，每一棒次有四位裁判进行技术罚时，每位裁判可对一名选手最多罚时12秒，每一棒次最多可被罚时48秒，每一参赛队最多可被罚时192秒；

4、罚时因素以裁判的肉眼判罚为准。

二、户外穿越

（一）户外穿越项目安排在环境优美、空气清新的地带，户外穿越路线长约6公里，比赛计时采用电子计时设备；

（二）组别设置：设定为公开组比赛，每队队员6人，不限性别；

（三）决定名次办法

1、根据违反比赛规则的不同情况，给予加罚比赛时间和取消比赛资格的判罚；

2、比赛成绩=裁判计时+违规罚时，用时少者名次列前；

3、以最后一名到达终点队员的成绩为全队的成绩；

4、有一名队员被取消比赛资格，全队没有成绩。

（四）判罚

1、取消比赛资格

|  |  |
| --- | --- |
| **序号** | **取消比赛因素** |
| 1 | 未系腕带 |
| 2 | 连续跑步 |
| 3 | 未按规定打卡 |
| 4 | 超近路或搭乘交通工具 |
| 5 | 故意遮挡号码布 |

2、技术罚时

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **序号** | **违规因素** | **违规罚时** |
| 1 | 短暂跑步 | 3分钟 |
| 2 | 违反双脚双杖交替触地的规范行走 | 3分钟 |
| 3 | 手杖未向斜后方支撑 | 3分钟 |
| 4 | 后推手未至少推至臀部 | 3分钟 |
| 5 | 双杖未积极推动身体向前 | 3分钟 |

（五）补充说明

1、比赛途中设置补给站(饮水点)。在补给站前后30米范围，除不许跑步，运动员手臂的动作不被判罚；

2、上下山时，除不许跑步，手臂动作不被判罚；

3、选手根据赛道需要增加或取掉手杖上的防滑减震头时，除了不允许跑步，手臂动作不被判罚。

三、手杖操

（一）规定套路

各参赛队在下列6个套路中任选1套：《大家一起来》，《小苹果》，《好男儿就是要当兵》，《踩踩踩》，《燃烧吧，蔬菜》，《欢聚一堂》。

1、评分因素包含表演与团队精神、动作完成两部分。表演与团队精神40分(包含表现力20分、团队协作20分)；动作完成60分(包含动作的准确性20分、动作的流畅性20分、动作与音乐的合拍20分)。

2、成套动作可以全部按规定套路完成，也可以出现2-3次队形变换，队形变换应自然、迅速、流畅、美观，充分利用场地，每次队形变换必须在该节动作的二分之一节拍内完成。

（二）自编套路

1、评分因素包含动作设计、动作完成、表演与团队精神三部分。动作设计40分(包含主题风格5分、创编理念5分、手杖运用15分、场地队形5分、音乐选配5分、安全性5分)；动作完成40分(动作的准确性10分、动作的流畅性10分、动作的协调性10分、动作与音乐的合拍10分)；表演与团队精神20分(包含表现力10分、团队协作10分)

2、动作设计中的，手杖的运用在整套动作完成过程中必须包括手杖的“支撑、杠杆、联动、手杖花”四个重要元素。缺少四要素其中一个要素，减4分。虽有四个要素，但完成的质量不够好，每个要素不足两个八拍，视其情况减1-5分。成套动作与手杖缺乏联系，则视其情况减1-5分。

（三）裁判长加减分

裁判长对比赛过程进行监控，并对出现的以下情况给予加分：

1、男士参加比赛，加0.5分/人，最多给予不超过该参赛队一半人数的加分；组委会规定的其他加分。

2、裁判长减分

裁判长对比赛过程中出现的以下情况给予减分：

①参赛队被叫后30秒内未出场，减2分；60秒内未出场，减5分；超过90秒未出场视为弃权，取消比赛资格；

②参赛人数多于或少于规定人数，减2分/人；

③着装不符合规定，减2分；

④音乐长度不足或超过规定时间，减2分；音乐质量差、不清晰，减2分；

⑤比赛过程装束掉落，减2分；

⑥每出现一次违例动作，减5分；

⑦参赛者比赛时身体或手杖触及标志线以外地面，减1分/人/次。