**2023年趣味消防运动会**

**竞赛项目**

（1）根据不同火灾选择合适灭火器（每队1人）；

（2）单手提灭火器4×50米接力折返跑（每队4人）；

（3）三人二节消防水带连接（每队3人）；

（4）水桶接力4×50米接力折返跑（每队4人）。

**竞赛规程**

**1．根据不同火灾选择合适灭火器（每队1人）**

比赛器材：每个跑道火灾类型标牌一个、灭火器标牌3个

比赛规则：比赛开始前运动员位于起点线外、不得接触器材。运动员听到比赛开始信号后，迅速跑到约20米处翻牌查看并拿上火灾类型标牌，再跑到约30米处选择对应灭火器并拿上灭火器标牌，拿上两个标牌跑向终点，运动员双脚越过终点线后举手示意裁判员，比赛结束。

排名方式：按最终时间（含罚时）进行排名，用时少者排名优先，两组比赛全部结束后综合排名。

罚则：（1）运动员在发令前起跑计犯规一次，最终时间加2秒，一组比赛中第二次及以后的犯规运动员取消比赛资格；

（2）比赛过程中标牌掉落在地，最终时间加2秒/每次；

（3）运动员比赛中进入其他跑道，成绩无效；

（4）选择的灭火器类型不正确的，成绩无效。

**2．单手提灭火器4×50米接力折返跑（每队4人）**

比赛器材：每个跑道4kg干粉灭火器一具

比赛规则：比赛开始前运动员位于起点线（终点线）外、不得接触器材。起点处1号运动员听到比赛开始信号后迅速提起灭火器跑向50米终点，1号运动员越过终点线后将灭火器交接给2号运动员；2号运动员提起灭火器跑向起点，越过起点线后将灭火器交接给3号运动员；3号运动员提起灭火器跑向终点，越过终点线后将灭火器交接给4号运动员；4号运动员提起灭火器跑向起点，双脚越过起点线后将灭火器放下，举手示意裁判员，比赛结束。

排名方式：按最终时间（含罚时）进行排名，用时少者排名优先，两组比赛全部结束后综合排名。

罚则：（1）运动员在发令前起跑计犯规一次，最终时间加5秒，一组比赛中第二次及以后的犯规运动员取消比赛资格；

（2）灭火器中途不得掉地，掉落在地最终时间加5秒/每次；

（3）交接时前一名运动员必须双脚迈过终点线（起点线），下一个运动员方可出发，出发前不允许双脚迈过终点线（起点线），否则最终时间加5秒/每次；

（4）灭火器交接时必须放在地上，前一名运动员身体所有部位不再接触灭火器之后，下一名运动员方可拿取灭火器，否则最终时间加5秒。

（5）比赛结束后，灭火器也必须放在越过起点线的地上，运动员身体所有部位不再接触灭火器之后灭火器须保持稳定，灭火器未越过起点线或灭火器摔倒的最终时间加5秒。

（6）提灭火器跑时必须单手提着把手，使用双手或其他方式提拿灭火器以及提拿灭火器其他位置，成绩无效。

（7）运动员比赛中进入其他跑道，成绩无效。

**3、三人二节消防水带连接（每队3人）**

比赛器材：每个跑道水带两盘、水枪头一只

比赛规则：比赛开始前运动员位于起点线（终点线）外、不得接触器材。起点处1号运动员听到比赛开始信号后迅速拿起一盘水带，跑到抛带线处（离起点约25米）向终点抛开水带，留下一个接口，拿上另一端迅速跑向终点并放在终点处；1号运动员越过终点线后，2号运动员迅速抓起终点的一盘水带跑到抛带线处（离起点约25米），2号运动员迅速向起点抛开水带，把水带的一端与1号运动员留下水带一端的接口接好，拿上另一端跑向起点并放在起点处；2号运动员越过起点线后，3号运动员拿起水枪头从起点跑向终点，过程中可以整理水带，在终点处将水枪头与水带连接好， 3号运动员完成连接，双脚越过终点线后举手示意裁判员，比赛结束。

排名方式：按最终时间（含罚时）进行排名，用时少者排名优先，两组比赛全部结束后综合排名。

罚则：（1）运动员在发令前起跑计犯规一次，最终时间加5秒，一组比赛中第二次及以后的犯规运动员取消比赛资格；

（2）交接时前一名运动员必须双脚迈过终点线（起点线），下一个运动员方可出发，出发前不允许双脚迈过终点线（起点线），否则最终时间加5秒/每次；

（3）交接时前一名运动员必须双脚迈过终点线（起点线），下一名运动员方可接触器材，否则最终时间加5秒/每次；

（4）水带必须接头接好，水带舒展无拧花，接头未接好、水带未舒展开、水带拧花360度以上的在最终时间里加上5秒/每处。

（5）全部动作应在跑道线内进行，运动员和水带不得出线干扰他人比赛，如对其他运动员造成轻微干扰，最终时间里加上5秒；同一队对其他运动员造成严重干扰或第二次干扰，则取消成绩。

**4、水桶×50米接力折返跑（每队4人）**

比赛器材：每个跑道一个水桶，水桶内装水至16cm线

比赛规则：比赛开始前运动员位于起点线（终点线）外、不得接触器材。起点处1号运动员听到比赛开始信号后迅速提起水桶（姿势不限）从起点跑向终点，1号运动员越过终点线后将水桶交给2号运动员；2号运动员提着水桶从终点跑向起点，2号运动员越过起点线后将水桶交给3号运动员； 3号运动员提着水桶从起点跑向终点，3号运动员越过终点线后将水桶交给4号运动员；4号运动员提着水桶从终点跑向起点，4号运动员双脚越过起点线后将水桶放下，举手示意裁判员，比赛结束。

排名方式：按最终时间（含罚时）进行排名，用时少者排名优先，两组比赛全部结束后综合排名。

罚则：（1）运动员在发令前起跑计犯规一次，最终时间加5秒，一组比赛中第二次及以后的犯规运动员取消比赛资格；

（2）水桶中途不得掉地（含交接），掉落在地最终时间加5秒/每次；

（3）交接时前一名运动员必须双脚迈过终点线（起点线），下一个运动员方可出发，出发前不允许双脚迈过终点线（起点线），否则最终时间加5秒/每次；

（4）比赛结束后，水桶也必须放在越过起点线的地上，否则成绩无效；

（5）比赛结束后，桶内的含水量若低于13cm则在最终时间里加上3秒，若低于10cm则在最终时间里加上5秒，低于8cm成绩无效；

（6）运动员比赛中进入其他跑道，成绩无效。

注：竞赛规则如需调整，以现场保卫处通知为准。