

QUY ĐỊNH VÀ THỂ THỨC THI ĐẤU

1. Quy định thi đấu:

- Tác phong tham dự hội thao nghiêm túc, không vi phạm những quy định của BTC.
- Cá nhân tham dự hội thao phải đảm bảo đủ sức khỏe, không mắc bệnh tim mạch và các bệnh khác ảnh hưởng đến sức khỏe bản thân, chất lượng thi đấu và tự chịu trách nhiệm về sức khỏe của mình trong suốt thời gian thi đấu.
- Các đội tham dự tự trang bị đồng phục thi đấu (áo, quần, giày...).
- Các đội và cá nhân tham dự sau khi bốc thăm phải đảm bảo thời gian hội thao và theo đúng danh sách đã đăng ký.
- Chỉ có Ban tổ chức mới có quyền thay đổi, bổ sung quy định và nội dung của hội thao. Quyết định của BTC là quyết định cuối cùng.

2. Thể thức thi đấu

2.1. Môn thi 1: Trò chơi tìm giày.

- Thi đồng đội, mỗi Tổ Công đoàn cử 01 đội gồm 6 VĐV (3 nam và 3 nữ).
- Mỗi lượt chơi gồm 03-04 đội, hình thức thi đấu tính thời gian và xếp hạng Nhất, Nhì, Ba.
- Mỗi đội có 1 bao bố để giày của đội mình, mỗi bao có chứa 06 đôi giày có dây cột (nhưng chưa cột sẵn).

Cách chơi:

Mỗi đội gồm 6 VĐV xếp thành hàng dọc (chân trần không mang giày).

- Khi nghe hiệu lệnh bắt đầu, VĐV thứ 1 sẽ chạy lên vị trí đặt bao bố, sau đó cho tay vào bao bố (không được nhìn vào bao), tìm đúng giày của mình và mang vào chân, mang giày xong thắt lại dây giày, sau đó chạy về vạch xuất phát.

- Tiếp tục, VĐV thứ 02 cũng thực hiện tương tự cho đến người chơi cuối.

BTC sẽ tính thời gian và xếp hạng.

2.2. Môn thi 2: Nhảy dây đồng đội.

Thi đồng đội, mỗi Tổ Công đoàn cử 01 đội gồm 6 VĐV (3 nam và 3 nữ; 4 nhảy, 2 quay).

Cách chơi: Mỗi đội trong thời gian **02 phút** tính số lần nhảy. Tính số lần nhảy xếp hạng Nhất, Nhì, Ba.

Luật chơi:

- Có trọng tài sẽ giám sát số lần nhảy được trong thời gian **02 phút**.
- Nếu trong lúc nhảy mà dây bị vướng thì vẫn tiếp tục nhảy và cộng dồn vào kết quả trong lượt nhảy đó.
- Nếu trong thời gian 2 phút các đội có số lần nhảy bằng nhau thì các đội đó thi đấu lại để xếp hạng.

2.3. Môn thi 3: Nhảy bao bố.

- Thi đồng đội, mỗi Tổ Công đoàn cử 01 đội gồm 6 VĐV (3 nam và 3 nữ).

- Hình thức thi đấu tính thời gian và xếp hạng Nhất, Nhì, Ba.

Cách chơi:

Mỗi đội gồm 6 VĐV xếp thành hàng 1 dọc (VĐV đầu tiên mặc sẵn bao bố).

- Khi nghe hiệu lệnh bắt đầu, VĐV thứ 1 từ vạch xuất sẽ nhảy bao bố lên vạch quy định sau đó nhảy vòng về vạch xuất phát chạm tay vào VĐV thứ 2 và trao bao bố cho VĐV thứ 2 mặc vào.

- Tiếp tục, VĐV thứ 02 cũng thực hiện tương tự cho đến người chơi cuối.

BTC sẽ tính thời gian và xếp hạng.

BAN TỔ CHỨC HỘI THAO