包印学院篮球对抗赛

策

划

书

主办方：包印学院学生会

承办方：包印学院学生会体育部

时间：2018年10月16日至11月2日

目录

第一部分 活动概述

第二部分 活动流程

第三部分 分工明细

第四部分 预算及表格

第一部分 活动概述

1. **活动背景**

为了减轻学习带来的压力，并达到强身健体的目的，使包印学院的同学们更好地认识到更多年级同兴趣的朋友，同时团结学院的同学们，特此举办了此次包印学院篮球对抗赛。燃烧激情，释放青春吧！

1. **活动目的**

本次活动，旨在弘扬体育精神，锻炼同学们的团队合作精神，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。鼓励同学们在学习之余积极锻炼身体和意志，注重自身各种才能的挖掘、培养和展示，同时加强同学之间的交流，促进友谊的升华，为美好的大学生活留下一笔灿烂的财富。因此，我们将本着“友谊第一，比赛第二”的原则，致力打造出一场属于广大同学们自己的篮球盛宴。

1. **活动安排**
2. 活动时间：2018年10月16日到11月2日
3. 活动地点：天津科技大学河西校区篮球场
4. **活动主题**

燃烧激情 释放青春

1. **活动对象**

天津科技大学大二，大三，大四，研究生学生

1. **协办单位**

包印学生会

第二部分 活动流程

1. **参与方式**
2. 球队以专业为单位报名参赛，各专业选拔出优秀运动员组成球队参赛，不得借用外单位人员参赛
3. 参赛运动员进场前使用一卡通进行检录
4. 每队可报男生至少5人至多12人，女生至少3人，并选出领队1人，裁判3人（可以是参赛选手，要求会打篮球）
5. **时间节点**
6. 各队于10月12日20点之前选出负责人与刘俊伟联系
7. 各队负责人报名表在10月14日20点之前交给刘俊伟
8. 各队负责人与10月15日抽签
9. 15日进行裁判培训
10. **活动规则**

（1）.篮球比赛基本规则

1.得分种类  
球投进篮框经裁判认可後，便算得分。3分线内投入得2分；3分线外投入得3分，罚球投进得1分。  
2.进行方式  
比赛开始由两队各挑出一名跳球员在中央跳球区跳球开赛。  
3.选手替换  
每次替换选手要在20秒内完成，替换次数不限定。交换选手的时间选在犯规、争球、叫暂停时进行。裁判可暂时中止球赛的计时。  
4.罚球  
每名球员各有5次被允许犯规的机会，第五次即犯满退场。且不能在同一场比赛中再度上场。罚球是在没有防守的情况下进行投篮，做为对犯规队伍的处罚。罚球要站在罚球线後，从裁判手中接过球後5秒内要投篮。投篮後，球触到篮框前球员不能踩越罚球线。  
5.违例  
大致可分为(1)普通违例：如带球走步、两次运球、脚踢球或以拳击球。(2)跳球违例、(3)跳球时的违例：除了跳球球员以外的入木可在跳球者触到球之前进入中央跳球区。  
6.24秒钟规则

球队在场上控球时必须在24秒钟内投篮出手(NBA比赛为24秒，[全美大学](https://m.baidu.com/s?word=%C8%AB%C3%C0%B4%F3%D1%A7&from=1018914a&lqsource=-1&dmaseid=dmaseid0&qid=000000000538b3b0)体育联合会比赛中为35秒)。  
7.10秒钟规则

球队从后场控制球开始，必须在10秒钟内使球进入前场(对方的半场)。  
8.5秒钟规则

持球后，球员必须在5秒钟之内掷界外球出手。FIBA规则规定罚球也必须在5秒钟内出手(NBA规则中为10秒)。  
9.3秒钟规则

与对方发生身体接触而产生的犯规，比如与裁判发生争执等情况。  
10.侵人犯规

与对方发生身体接触而产生的犯规行为。

11.技术犯规

队员或教练员因表现恶劣而被判犯规，比如与裁判发生争执等情况。  
12.恶意犯规

球员做出的不体现运动员精神的犯规动作，比如打人。发生此类情况后，球员应立即被罚出场外。  
13.队员5次犯规

无论是侵人犯规，还是技术犯规，一名球员犯规共5次(NBA规定为6次)必须离开球场，不得再进行比赛。  
14.违例

既不属于侵人犯规，也不属于技术犯规的违反规则的行为。主要的违例行为是:非法运球;带球走;3秒违例;使球出界。  
15.队员出界--球员带球或球本身触及界线或蚧线以外区域，即属球出界。在球触线或线外区域之前，球在空中不算出界。  
16.干扰球--投篮的球向篮下落时，双方队员都不得触球。当球在球篮里的时候，防守队员不得触球。  
17.被紧密盯防的选手--被防守队员紧密盯防的球员必须在5秒钟之内传球，运球或投篮，否则其队将失去控球权(NBA规则中无此规定)。  
18.球回后场--球队如已将球从后场移至前场，该球队球员便不能再将球移过中线，运回后场。

2.比赛方法

每队需5男3女上场比赛，其余为替补。男生进行标准篮球比赛，分上半场，一场10分钟可暂停俩次，中场休息5分钟，进行女生定点投篮比赛。

3..定点投篮比赛规则

女生站在罚球线上进行投篮，每人5次机会，投进一球得一分，不进球不得分。所得分数加入之前比分中。

1. **注意事项**

1.比赛前工作人员需提前到场张贴横幅及标语，指引参赛选手进入赛场。

2.对阵名单等报名截止后应立即整理给裁判。

3.仲裁组须做好协调工作，避免比赛过程中发生混乱。

4.比赛过程中若有人受伤，先用备好的医疗用品做紧急处理，然后视情况送去医院处理。

5.比赛过程中保管好自己的物品，丢失后果自负。

6.如遇特殊天气，提前在负责人群中发通告告知。

第三部分 分工明细

1. **前期准备**
2. 准备物品

自来水，笔，A4打印纸，比赛用球，计分牌，桌椅，裁判证，对阵名单，音响话筒，展报，展板，指示标语，矿泉水，创可贴，医用酒精及棉花球。

1. 裁判培训

将各队伍选出裁判于14日晚拉群，方便培训与比赛日程沟通。统一时间于15日进行现场培训

1. **人员分组**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **组别** | **工作概述** | **负责人** |
| 裁判组 | 裁判培训，记录比赛结果 | 郝站华 |
| 联络组 | 负责签到，引领入场 | 孙鉴怡  李晓燕 |
| 后勤组 | 管理比赛用具，布置比赛场地，摄影 | 郑森 蔡文源 和平 |
| 仲裁组 | 处理选手的问题，协调比赛全局 | 武虹旭 张静雯 |
| 前期报名组 | 统计报名表，建立群聊，通知消息 | 刘俊伟 |

第四部分 预算及表格

1. **附属表格**

**1.报名表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 篮球大赛报名表 | | |
| 班级： | 负责人： | 队长： |
| 姓名 | 学号 | 手机号 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**2.积分表**

