**“扬体育精神 展善真风采”**

**——2019年薛家中心小学体育节活动方案**

**为进一步贯彻《学校体育工作条例》的精神，深入开展“阳光体育”活动，丰盈校园生活，增强学生体质，促进学生全面发展，经研究决定举办薛家中心小学善真文化节——之体育节活动，具体方案安排如下：**

**一、指导思想**

**通过体育节活动推进学校体育工作的发展，树立“健康第一”的思想以及终生体育锻炼的意识，丰富体育文化内涵，培养学生合作、自信、勇敢、公平竞争及团队精神等良好品质，发展学生特长，促进学生在身体、心理及社会适应能力等方面和谐的发展，提高团结合作、应对挫折的意识和能力。**

**二、活动主题及形式**

**本年度体育节以“享受运动、享受健康、享受快乐”为主题，本着“全员参与、竞技+健身”的活动原则，将年级团体项目运动会、校级竞技运动相结合，体现体质健康测试与生命教育课程的融合。使学生充分享受运动带来的乐趣，在活动中培养综合能力，获得生命的成长。**

**三、领导机构**

**组委会主任：盛亚萍**

**组委会副主任：周静、吴春燕、朱小昌、祝卫其**

**组委会成员： 顾海燕、袁明明、朱志刚、奚栋娴、谢丰、翁婷、储莉**

**四、具体活动安排**

**（一）年级组运动会**

**以各班级为参赛单位，在年级组内参与团队竞赛，参赛项目为以下内容（比赛规则详见附件1）：**

**一年级组：校园足球联赛 （现已利用体育课时间开展）**

**二年级组：校园足球联赛 （现已利用体育课时间开展）**

**三年级组：车轮滚滚、同心协力**

**四年级组：袋鼠运球接力**

**五年级组：无敌风火轮**

**六年级组：合作袋鼠跳接力**

**活动时间：4月26日。此活动由年级组长具体负责，本年级体育老师积极配合，根据成绩单独设奖。**

**体育组将提供所需器材，以供各年级开展运动项目。**

**（二）、校级田径运动会**

**开展时间:4月30日**

**开展对象：一~六年级（分两校区进行）**

**比赛项目及规程详见附件2**

**五、活动要求**

**1.要体现活动的前移后续，各班主任要妥善安排好学生的训练时间。先训练选拔再挑选运动员参加比赛。**

**2.不管是年级组的运动会，还是校级运动会，准备工作要充分，精心组织，周密安排，确保活动能正常开展。同时确保学生活动安全。**

**3.裁判工作要做到严肃、认真、公平、公正、准确。**

**4.全员参与。除了由于特殊原因不能参加运动的学生，原则上每个学生都要参与运动会。**

**薛家中心小学体育组**

**2019年4月**

**附件1：**

**低年级足球联赛规程：低年级各班利用体育课时间，由体育老师组织，各班分别和不同的两个班级进行足球赛，采用五人制国际足联最新规则及积分制度。计分最高的8个班级进入八强，交叉淘汰，最终取前四名。**

**三年级车轮滚滚：每班选取若干人（男女不限、人数待定）进入帆布圆形帆布圈，滚动帆布，整个过程中，学生双脚不得离开帆布。完成固定距离交接，最短时间内完成者获胜。取前六名。**

**三年级同心协力：学生6人一组踩入大脚板，听到信号后向前行进，在行进过程中完成交接，每班4组人，共24人（12男12女），最短时间内冲过终点算获胜。取前六名。**

**四年级集体项目**： “袋鼠夹球跳”接力

参赛人数：10人 团队合作 游戏器材：排球两个

游戏方法：参赛队员，分成两组站立，第一名参赛者膝盖夹住一个排球，双手抱住一个排球，向前跳跃，跳跃到交接区与对面进行交接，直至所有人都跳跃完成到达终点，用时最短的一队获胜。

游戏规则:比赛过程中如有摔倒或者球离开相应位置，需要整理好按照要求从摔倒的地方出发。

**五年级集体项目**：无敌风火轮

参赛人数：8人 团队合作 游戏器材：无敌风火轮带子（6个）

游戏方法：每组参赛人员站在自己的无敌风火轮的带子里面，以裁判的哨声开始，向前滚动，快速到达指定的位置，用时最短者胜。

游戏规则：中途所有参赛队员的脚不得离开风火轮的带子，离开一次在最终的成绩上叠加3秒，以此类推。比赛过程中如有摔倒，则需要在原地重新整理好之后再按要求出发。

**六年级集体项目：合作袋鼠跳接力**

参赛人数：每班10人 团队接力 分为5组 游戏器材：布袋（12个）

游戏方法：比赛分为两侧（A侧、B侧），两则相距10米。两人为1组，共用1个布袋。游戏开始时,A侧同学纵队第一组站在A接力区后，听到开始信号后，进入A接力区捡起麻袋，双脚迅速套进麻袋，然后双手提着麻袋口，用双脚跳跃前进，到达B 接力区后退下麻袋，交给B侧本队第一组，便完成任务，必须退出场地。B侧第一组迅速将双脚套进麻袋，向A侧跳跃前进。在A接力区与本组第二对，完成麻袋交接接力，便完成任务，必须退出场地。依次类推，直到B侧最后两人跳回起点线A 结束，最先完成的一队为胜。

游戏规则：

1. 接力区内只站两名队员。
2. 所有接力必须在接力区完成后，才能继续下一个动作。接力不得抛传麻袋。
3. 如果跳跃中摔倒，必须原地爬起来，套上麻袋继续比赛，不得跨步和跑进。
4. 两队之间不得互相干扰。行进中，若出现窜道或摔倒至邻道，均属违规。

如有违反本规则方法，视其情节，最后总成绩处罚加时5秒/次。

**附件2:田径运动会项目菜单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **年级** | **运动项目** | | | | |
| **低年级** | 60米 | 80米矮栏 | 100米 | **200米** | 垒球 |
| 集体接力 | 立定跳远 |  |  |  |
| **中年级** | **100米** | **200米** | **400米** | **800米** | **跳远** |
| **跳高** | **铅球** | **垒球** | **4\*100接力** |  |
| **高年级** | **100米** | **200米** | **400米** | **800米** | **跳远** |
| **跳高** | **铅球** | **垒球** | **4\*100接力** |  |

**注：**

**1、低年级立定跳远项目每班限报两人（既可报1人、2人或不报），不分男女**

**2、低年级集体接力为15男15女**

**3、报名表将于4月23日发放，请班级选拔在此时间前完成。报名4月25日截止。**

竞 赛 须 知

1、各项比赛提前二十分钟检录，检录地点请事先明确，检录时运动员必须将号码布佩带在胸前，否则不准参加比赛。

2、低年级径赛采用站立式起跑；中高年级100米、200米、400米均采用蹬踞式起跑；800米采用弧线起跑，直接抢道。

3、径赛起跑犯规，采用鸣哨召回运动员。

4、接力比赛计双分。

5、采用一表计时，计到百分之一秒。

6、请班主任负责好本班学生的比赛、准备活动和休息。

7、严格履行请假手续，如遇兼项冲突，则由班主任到检录处检录，否则作无故弃权论处。

8、比赛时，严禁班主任、学生及无比赛项目的运动员进入比赛场地，如遇上述情况，发现一人，扣所在班级5分，以此类推。

9、大会工作人员要严守岗位，不得擅自离岗，认真负责地做好自己的工作，尽量做到准确无误，如确实有事，须向校长请假，再通知主裁判方可离岗。