**跃动童心 悦享健康**

——2023年薛家实验小学体育节活动方案

**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，开展丰富多彩的体育活动，活跃校园文体生活，促进学生全面发展。

**二、领导机构**

组委会主任：万莺燕、盛亚萍

组委会副主任：周静、吴春燕、祝卫其

组委会成员：顾海燕、袁明明、陆秋敏、朱志刚、谢丰、刘伟、刘刚、曹俊、陈红芳、翁婷、储莉、奚栋娴、年级组长

**三、活动时间：**2023年4月27日、28日

**四、活动地点：**两校区

**五、活动内容：**春季田径运动会及集体竞赛项目

（一）田径运动会项目菜单

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 年级 | 运动项目 | | | |
| **一年级** | 60米 | 80米矮栏 | 100米 | 200米 |
| 200米障碍跑 | 立定跳远 | 鱼雷投掷 | 4\*100接力 |
| **二年级** | 60米 | 80米矮栏 | 100米 | 200米 |
| 200米障碍跑 | 立定三级跳远 | 鱼雷投掷 | 4\*100接力 |
| **三、四年级** | 60米 | 100米 | 200米 | 400米 |
| 800米 | 跳远 | 垒球 | 4\*100接力 |
| **五、六年级** | 100米 | 200米 | 400米 | 800米 |
| 跳远 | 跳高 | 垒球 | 4\*100接力 |

提醒：

1.田径项目每班限报4男4女。每人限报两项**（接力除外）**，每项限报2人，**接力不计参赛项数，**接力项目每班2男2女参赛。

2、此次报名将采用网络报名，请大家务必按照要求进行操作。（另见群通知）

1. **集体竞赛项目**

|  |  |
| --- | --- |
| 年级 | 集体项目 |
| **一年级** | 迎面接力（18男18女）  袋鼠跳接力（15男15女） |
| **二年级** | 迎面接力（18男18女）  推小车运球接力（15男15女） |
| **三、四年级** | 巧运排球--趣味夹球接力赛 |
| **五、六年级** | 迎面接力（20男20女）  篮球投篮积分赛（体育课进行） |

**春季运动会竞赛须知**

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、径赛都采用站立式起跑；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、各项比赛取前六名计分，按名次依次计分为7、5、4、3、2、1分，**接力比赛和集体项目计双分。**

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。

10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。

11.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。

12.裁判工作要做到严肃、认真、公平、公正、准确。

薛家实验小学体育组

2023年4月

**附件：**

**附集体项目竞赛规则（体育组部分项目会制作小视频示范）：**

**1.迎面接力**

**参赛人数**：一、二年级18男18女；三至六年级20男20女

**游戏准备**：接力棒若干

各班在男女人数相等情况下进行比赛，男生和女生分别站在两端进行迎面接力，听到出发口令后，学生快速起跑至对面与同伴进行交接，依此循环。所有队员完成耗时最少为获胜方。

**2.袋鼠接力跳**

**参赛人数**：15男15女

**游戏准备**： 跳袋若干

各班在男女人数相等情况下进行比赛，男生和女生分别站在两端进行迎面接力，听到出发口令后，学生开始跳跃前进，跳到对面与同伴进行交接，依此循环。所有队员完成耗时最少为获胜方。

**3.小推车运球接力**

**参赛人数**：15男15女

**游戏准备**：小推车、球若干

各班在男女人数相等情况下进行比赛，男生和女生分别站在两端进行迎面接力，听到出发口令后，一方学生将两个球放入小推车内，运送至对面并把球拿出，对面学生再将球放入小车推车前进，依次交替循环。所有队员完成耗时最少为获胜方。注：在行进过程中，如果球落地应在球落地的地方重新开始。

**4.巧运排球--趣味夹球接力赛（见详细方案）**

**5.篮球投篮积分赛（见详细方案）**

2023年薛家实验小学校园排球活动方案

以体育人，以体润心，为丰富我校学生的文体活动，活跃校园气氛，增进班级同学之间交流，培养学生团队精神，增强班级荣誉感，锻炼身体。

一、活动主题：**巧运排球——趣味夹球接力**

二、活动时间：2023年4月

三、活动地点：操场

四、活动对象：三、四年级全体学生（每班20男，20女）

五、游戏道具：塑料杆2根，排球1个

六、比赛规则：公平、公正、公开；友谊第一，比赛第二。

1、班级学生分成两队，分别站在起点和终点，起点每班两名同学，手持塑料杆两端，用塑料杆夹住排球，合作将排球运送至终点，务必过终点线交接，交给下一组队员，两名队员按照要求，继续运送排球至起点，直至本班所有同学完成夹球接力，用时最短的班级获胜。

2、游戏过程中，排球哪里落地，回到落地点，继续用棒子夹球完成比赛。排球落地，计算失败1次，每次失败扣时3秒。

3、游戏过程中，不得使用手扶球，发现一次，记录失败1次。

4、比赛用时最短，名次列前，如遇时间相同，失败次数最少名次靠前。

常州市新北区薛家实验小学 2023年4月

2023年薛家实验小学校园篮球活动方案

以体育人，以体润心，为丰富我校学生的文体活动，活跃校园气氛，增进班级同学之间交流，培养学生团队精神，增强班级荣誉感，锻炼身体，提高球技。经学校领导研究，决定举办我校第一届校园篮球定点投篮赛。

一、活动主题：**精彩“投”一回，快乐“篮”不住**

二、活动时间：2023年4月

三、活动地点：室外篮球场

四、活动对象：五、六年级全体学生

五、比赛规则：公平、公正、公开；友谊第一，比赛第二。

1、投篮姿势不限，投篮之前双脚不可踩线，允许跳投。

2、以班级为单位，每人三球（每进1球计1分），记录班级总得分。

3、最后积分=总得分/人数 积分越高，排名靠前。

4、每次投篮不管命中与否,投篮人需自行捡球并将球传给下一位队员。

六、注意事项：

1. 友谊第一、比赛第二、尊重裁判、尊重对手。
2. 队员要发挥顽强拼搏的精神，不许干扰参赛队员比赛。
3. 参赛队员要提前做好准备活动，避免一切伤害事故。
4. 奖励办法：

比赛最终采用积分制，第一名积分为所在年级班级总数量+1分，第二名递减2分，第三名之后依次递减1分。

常州市新北区薛家实验小学 2023年4月