

2025 年采菱小学“越灵动·越运动”第八届校园体育节方案

一、指导思想

为全面贯彻素质教育的方针，进一步贯彻落实“2·15 专项行动”精神，以更大力度、更优措施、更强动能深化学校体育改革，切实提高学生体质健康水平，培养身心健康时代新人。经校行政研究决定于 2025 年 4 月举办“采菱小学校园体育节”。

二、活动时间

2025 年 4-6 月（具体时间另行通知）

三、组织机构

组 长：丁 嫻 任 韧

副组长：徐亚艳 方 燕 王 龙

组 员：李 泱 仇伟红 解 元 杨 静 王 飞 朱 峰

周明智 吴唯佳 杨成行 全体班主任及任课老师

四、活动内容：

第一阶段：宣传发动(2025 年 4 月)

1.制定采菱小学“越灵动·越运动”第八届校园体育节活动方案，召开有关人员工作会议，进行方案制定和论证。

2.各班级利用晨会课等时间，做好体育节系列活动的宣传、发动和报名等各项准备工作。

3.各班根据体育节活动要求及早做好组织、选拔等工作。

第二阶段：组织实施(2025 年 4 月-6 月)

1.集体项目比赛（2025 年 4 月）

2.校园吉尼斯全员挑战 50 米 (2025 年 4 月)

3.一二三年级体适能比赛 (2025 年 4 月)

4.四五年级五人制足球赛 (2025 年 4 月)

5.六年级三人制篮球赛 (2025 年 6 月)

五、具体安排

1、裁判员安排

总 裁 判：王 龙

副总裁判：周明智

裁 判 员：体育组及副班主任老师

2、通讯组：

组 长：王 飞

组 员：大队委员

3、后勤组：

组 长：陈春明

组 员：薛 刚 杨成行

六、项目设置

1、集体比赛：

- 一—二年级：1、环环相扣，力争上游（一圈到底）（每班 10 人各 5 男 5 女）
2、蛇光闪闪，跃向美好（骑羊角球）（每班 10 人各 5 男 5 女）
3、众星捧月，运转乾坤（托球接力）（每班 10 人各 5 男 5 女）
- 三—四年级：1、一鼓作气，滚滚向前（翻轮胎）（每班 10 人各 5 男 5 女）
2、齐心协力，团结一致（两人三足）（每班 10 人 5 男 5 女）
3、协同作战，与蛇俱进（背夹球侧跑）（每班 10 人 5 男 5 女）
- 五—六年级：1、行云流水，争分夺秒（长绳绕“8”字）（每班 10 人 5 男 5 女）
2、彩虹赛道，蛇影翻腾（25 米迎面接力）（每班 20 人 10 男 10 女）
3、螃蟹赛跑，手舞足蹈（套圈侧滑接力）（每班 10 人 5 男 5 女）

七、奖励、报名：

- 1、获得团体名次的班级发给奖状。
- 2、报名表按各比赛方案时间前交体育办杨成行老师处，过期不候，作弃权论。

八、安全教育

- 1、各班在体育节期间要加强对全体学生进行安全 and 自我保护的教育。

采菱小学体育组

2025 年 4 月 7 日

2025 年武进区采菱小学体适能比赛规程

一、比赛时间、地点

时间：2024 年 5 月

地点：采菱小学足球场

二、参加单位

采菱小学一、二、三年级各班级。

三、竞赛分组

设一年级、二年级、三年级，三个组别。

四、参加办法

1. 报名人数：各班级每队报运动员 10 人，男女不限。

五、裁判员名单

裁 判 长：王龙

裁 判 员：朱 峰 吴唯佳

后勤场地：周明智 杨成行

五、录取名次和奖励

各组别均录取前 8 名，团体前 3 名。

六、报名

请各参赛班级在规定时间内做好报名工作并及时上交报名表。

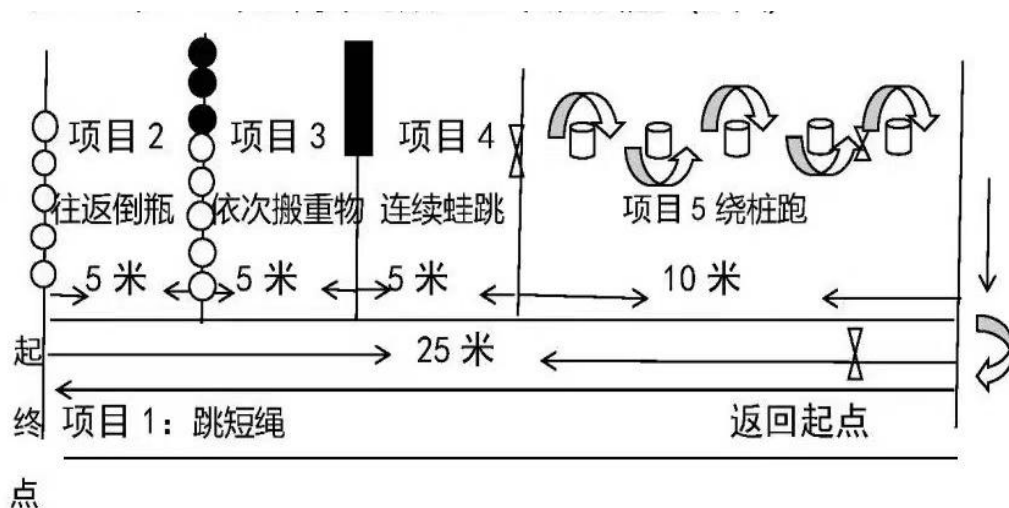
七、竞赛项目

1. 趣味田径：男子个人全能、女子个人全能。

2. 体适能游戏接力：男子团体接力、女子团体接力。

八、场地设置及器材

(一)场地设置:在一片长 25 米、宽 5 米的空地上设置一条起终点线, 前 5 米、10 米处分别标出器材放置线。在起终点线和 5 米线上并排放置各 5 个矿泉水瓶子(550 毫升), 在 5 米器材放置线上放置 3 个球(2KG/个), 在距离起终点线 10 米处放置一个高 0.8 米宽 60 厘米架子, 在 15 米-25 米之间平均放置 5 个锥形桶。(如图)



(二)所需器材:跳绳、矿泉水瓶子、球(1KG)、80 厘米高 60 厘米宽台子、锥形桶。

注: 其他未尽事宜, 体育组另行通知

采菱小学体育组

2025 年 4 月 7 日

2025 年武进区采菱小学五人制足球联赛规程

一、比赛时间、地点

时间：2025 年 5 月

地点：采菱小学足球场

二、参加单位

采菱小学四、五年级各班级。

三、竞赛分组

设四年级、五年级两个组别。

四、参加办法

1. 报名人数：各班级每队报运动员 7 人，男女不限。

五、裁判员名单

裁判员长：王 龙

裁判员：朱 峰 杨成行

后勤场地：周明智 吴唯佳

五、录取名次和奖励

各组别均录取前 3 名，对获得名次的班级给予奖励。

六、报名

请各参赛班级在规定时间内做好报名工作并及时上交报名表。

七、竞赛办法

1. 比赛采用国家体育总局审定的最新五人制足球竞赛规则。
2. 各组采用单淘汰赛制。
3. 比赛执行以下特殊规定：

(1) 时间：比赛分为上下半场进行，各 7 分钟，下半场双方需要交换比赛场地。每个班级有一次暂停机会，时间 30 秒。

(2) 要求：比赛过程中每班至少有一名女生在场上，换人次数不限，遵循先下后上原则。

(3) 取胜：每场比赛决出胜负。常规时间比赛结束后两队比分相同，则进行点球决胜负，每队派出五名队员，进行点球。

注：其他未尽事宜，体育组另行通知

采菱小学体育组

2025 年 4 月 7 日

五人制足球联赛报名表

班级:

序号	姓名
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

2025 年武进区采菱小学三人制篮球联赛规程

一、比赛时间、地点

时间：2025 年 6 月

地点：采菱小学篮球馆

二、参加单位

采菱小学六年级各班级。

三、竞赛分组

六年级一个组别。

四、参加办法

1. 报名人数：各班级每队报运动员 6 人，男女不限。

五、裁判员名单

裁 判 长：王龙

裁 判 员：周明智 朱峰 杨成行

后勤场地：吴唯佳

五、录取名次和奖励

各组别均录取前 3 名，对获得名次的班级给予奖励。

六、报名

请各参赛班级在规定时间内做好报名工作并及时上交报名表。

七、竞赛办法

1. 比赛采用国家体育总局审定的最新篮球竞赛规则。
2. 各组采用单淘汰赛制。
3. 比赛执行以下特殊规定：

- (1) 比赛分为上下半场进行，各五分钟。
- (2) 进攻方进球后，由裁判重新发球。
- (3) 防守方在得到球权时需要将球带出三分线以外区域重新组织进攻。
- (4) 替补队员在场上 1 球员离开场地后，成为场上队员。
- (5) 球已进入球篮，进攻队按如下方式计得分一次
 - ①、罚球投中篮计 1 分。
 - ②、从圆弧内(三分线以内)投中篮计 1 分。
 - ③、从圆弧外(三分线以外)投中篮计 2 分。
- (6) 如果常规比赛时间结束时两队比分相同，应进行加时赛。在加时赛中，率先得到 2 分的球队获胜。

注：其他未尽事宜，体育组另行通知

采菱小学体育组

2025 年 4 月 7 日

三人制篮球联赛报名表

班级:

序号	姓名
1	
2	
3	
4	
5	
6	

竞赛日程表

序号	日期	组别	比赛队	场地
1	6 月	六年级	六 — 六	1 号场地
2		六年级	六 — 六	2 号场地
3		六年级	六 — 六	1 号场地
4		六年级	六 — 六	2 号场地
5	6 月	五年级	五 — 五	1 号场地
6		五年级	五 — 五	2 号场地
7		五年级	五 — 五	1 号场地