2021--2022学年第一学期

唯亭实验小学体育节活动方案

**一、活动目的：**

本次体育节旨在通过丰富多彩的活动，鼓励广大学生在积极参与中增长体育知识，锻炼强健体魄，培养健康身心。通过体育节，鼓励同学们在奋勇拼搏、不断超越中培养坚韧意志和团队精神，爱集体、爱学校，全面展现我校学生的气质和面貌。

**二、活动主题：**

我运动、我健康、我快乐

**三、组织领导：**

组长：许芳

副组长：王兆正 张春燕 陈晓军 朱密英 马莉

组 员：全体教师

1. **活动内容：**

（一）趣味运动会 ：一至四年级，比赛时，两边各站10人，男生站左，女生站右，间隔15米，成纵队相对而站。

（二）拔河：五年级

**五、具体活动内容及时间安排：**

（一）参赛方法：每班20人（10男10女）

（二）比赛地点：听潮广场

（三）活动用具：体育器材室或者自备

（四）比赛项目和时间：

1、钻呼啦圈跑：一年级，10月18日，中午11:40开始。

（1）1-4班， 11:40--12:00

（2）5-8班， 12:00--12:20

（3）9-11班，12:20--12:40

裁判：耿宝亮、黄易成、陈诚、王丹彤、蔡高远、朱晓航

1. 夹球接力：二年级，10月19日，中午11:40开始。

（1）1-4班， 11:40--12:00

（2）5-8班， 12:00--12:20

（3）9-11班，12:20--12:40

裁判：薛筌晟、王仁康、丁香诚、李萍、卢雪芬、朱晓航

1. 袋鼠跳接力：三年级，10月20日，中午11:30开始。

（1）1-5班， 11:30--12:00

（2）6-10班， 12:00--12:30

（3）11-14班，12:30--13:00

裁判：潘涛、徐煜哲、吴镇、陈诚、王丹彤、朱晓航

1. 篮球运球接力：四年级，10月21日，中午12:00开始。

（1）1-6班， 12:00--12:20

（2）7-12班， 12:20--12:40

（3）13-18班，12:40--13:00

裁判：步峰峰、徐煜哲、潘涛、王仁康、黄易成、朱晓航

1. 拔河：五年级（13个班级），10月22日，下午15：30开始。
2. 第一轮（提前抽签：AA、BB....FF，轮空），15:30--15:50
3. 第二轮（现场抽签：AA、BB、CC，轮空），15:50--16:00
4. 第三轮（现场抽签：AA、BB），16:00--16:10
5. 第四轮：AA负者--BB负者，决第三第四名，AA胜者--BB胜者，决第一第二名，16:10--16:20

裁判：陈金龙、蔡高远、耿宝亮、薛筌晟、丁香诚、朱晓航

（五）比赛项目方法：

1、钻呼啦圈跑：中间在大垫子上竖一个呼啦圈（另选2人扶住），第一个队员向前跑，钻过呼啦圈，与对方的第一个队员击掌，然后跑到队伍最后。击掌的队员再向前钻过呼啦圈，与对方的第二个队员击掌，再站到队伍最后……以此类推，以接力赛的方式，直至所有队员都跑完。第一个队员将手高高举起，就算结束。，最后一人通过为结束，用时最短为胜。

2、夹球接力（脸对脸）：两人一组，成横队站立于起跑线后，听预备令后，各组队员脸对脸用躯干夹住排球，同时站在于起点线后，听开始口令后两人横着迅速跑向终点，两人夹球全部越过终点线后把球交给下一组队员，依次进行，用时最短为胜。比赛开始后双手不得扶、持球，必须用躯干夹住，跑动中如球落地，必须从球落地处夹好球后方可继续进行比赛。

3、袋鼠跳接力（每班可以提前准备三个蛇皮袋）：一人一组，用袋子将腿套住、向前跳跃，越过终点线后，下一个同学接力，最后所用时间最短为胜。

4、篮球运球接力：以接力方式进行单手运球，如果球跑出需要从跑出的地方继续进行，以用时少为胜。

5、拔河：采用一轮交叉直接淘汰赛。在场地上画3条平行的短线，间隔2米，居中的为中线，两边的为界。拔河绳中间系一根红带子作为标志带。参赛的两队人数相等，同时上场。队员依次交错分别站在河界后拔河绳的两侧，裁判员发出“预备”口令，双方队员站好位置，拿起拔河绳，拉直做好准备。此时标志带应垂直于中线。待裁判鸣哨后，双方各自一齐用力拉绳，把标志带拉过本队河界的队为胜方。

**六、注意事项：**

1、以班级为单位，在年级组内由教师处主任负责召集各班准时比赛，学生处主任负责现场组织指挥比赛。

2、各班按班级在指定位置站好不要到处乱走，按照比赛顺序，各班提前做好准备。

3、本次比赛每个项目取团体前四名（四年级取前六名），颁发奖状（教导处）。

**七、活动要求：**

1、各班级按时参加比赛，比赛时，裁判员清点人数。

2、参加活动是遵守纪律和比赛秩序，一切行动听指挥，注意安全。

3、各班级积极准备，赛出风格。

4、拍照及报道：每个级部收集好照片并写简短报道一篇，上交体卫艺处朱晓航老师。

5、如遇天气原因，顺延至下周同一时间举行。

6、总报道：陈诚。

唯亭实验小学体卫艺处

2021年10月