2021年新沂市唐店尚营学校体育课表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 班级 | 周一 | 周二 | 周三 | 周四 | 周五 |
| 一（1） | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |  |
| 二（1） | 体育与健康 | 体育与健康 |  | 体育与健康 | 体育与健康 |
| 二（2） |  | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |
| 三（1） | 体育与健康 | 体育与健康 |  |  | 体育与健康 |
| 三（2） |  | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |  |
| 四（1） | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |  |  |
| 四（2） | 体育与健康 |  |  | 体育与健康 | 体育与健康 |
| 五（1） |  |  | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |
| 五（2） | 体育与健康 |  | 体育与健康 |  | 体育与健康 |
| 五（3） |  | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |  |
| 六（1） | 体育与健康 |  | 体育与健康 |  | 体育与健康 |
| 六（2） | 体育与健康 | 体育与健康 | 体育与健康 |  |  |
| 六（3） |  | 体育与健康 | 体育与健康 |  | 体育与健康 |

**说明：学校课程总表上只保留体育课的，其它内容删除**

2021年新沂市唐店尚营学校作息时间表

新沂市小学作息时间表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | | 夏 秋 季 | 冬 春 季 | 备 注 |
| 5月1日——10月31日 | 11月1日——4月30日 |
| 教 师 操 | | 8：00 | 8：10 |  |
| 学生操 晨会 | | 8：10———8：30 | 8：20———8：40 | 周一升旗 |
| 第 一 节 | | 8：40———9：20 | 8：50———9：30 |  |
| 第 二 节 | | 9：30———10：15 | 9：40———10：25 | 含课后眼保健操 |
| 课 间 操 | | 10：15———10：35 | 10：25———10：45 |  |
| 第 三 节 | | 10：45———11：25 | 10：55———11：35 |  |
| 午 休 | | | | |
| 预 备 | 13：40 | | 13：30 |  |
| 第 四 节 | 13：50———14：30 | | 13：40———14：20 |  |
| 第 五 节 | 14：40———15：25 | | 14：30———15：15 | 含课后眼保健操 |
| 大课间 | 15：25———15：55 | | 15：15———15：45 |  |
| 第 六 节 | 15：55———16：35 | | 15：45———16：25 |  |
| 放 学 | 16：35 | | 16：25 |  |
| 办 公 | 16：35———17：35 | | 16：25———17：25 |  |

新沂市教育局制

**说明：每天学生在校的体育锻炼时间不得少于1小时**

新沂市唐店尚营学校阳光体育实施方案

一、活动名称:阳光体育拔河比赛

二、活动目的:拔河比赛是中国的传统体育活动，在比赛中

能够很好的体现队员之间的团结协作能力，从而加强参赛团

体之间的合作、交流，增强整个参赛队伍之间的凝聚力。为

了加强学生之间的联系，加深同学们之间的友谊，特举行此

次拔河比赛。

三、参赛对象:所有在校生

四、比赛时间:2021年11月10日下午14:00

五、比赛地点:学校操场

六、比赛规则:

1、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为200CM，拔河绳

中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线

为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、工作人员、选手

以外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以各班为单位参赛，共6支队。一年级Vs二年级,三年级

vs四年级,五年级Vs六年级。每支参赛队由领队1人，参

赛选手20人组成，在当场比赛中不得更换比赛选手。

3、每场比赛会派2个比赛监督员，清点对方人数是否正确

监督是否有违反现象，如发现有违反现象立即取消比赛资格

4、比赛时设有一个主裁，两个监督人员。

5、比赛按照班级分别进行比赛，最后胜出的三只队伍分别获

得班级积分20分。

七、比赛方式:

(1)每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛，比赛双方

由各自抽签决定，并且每队选出一个领队负责本队的通知工

作

(2)比赛开始前，各队按照每20人一个纵队以站立的姿势

准备好，比赛开始后，两边的运动员同时发力，将对方拉过

赛场规定的河界线为赢。

(3)每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一

局胜负判定:当中心标志被拉到一方的2m白色线时，及绳

子向一方移动2m，比赛结束。

八、比赛注意事项:

(1)各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，

比赛开始10分钟参赛队未到达现场，则当作自动弃权处理。

其对应的参赛队伍将会自动晋级。

(2)各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定

的赛道外。比赛时不得有冒名顶替拉拉队不可上场帮忙一

经发现立即取消比赛资格.

(3)为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛;不准带手套;裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(4)比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，

注意安全，量力而行。比赛时由于双方都是用力拉所以拔完

后一场后不可立即松绳以免造成对方队员受伤各领队谨记

转告给各队参赛者。

(5)比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

新沂市唐店尚营学校校内体育活动安排表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 班级 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 一（1） | 跳绳 | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 |
| 一（2） | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 |
| 二（1） | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 | 踢毽子 |
| 二（2） | 跳绳 | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 |
| 三（1） | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 |
| 三（2） | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 | 踢毽子 |
| 四（1） | 跳绳 | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 |
| 四（2） | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 |
| 五（1） | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 | 踢毽子 |
| 五（2） | 跳绳 | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 |
| 五（3） | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 |
| 六（1） | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 | 踢毽子 |
| 六（2） | 跳绳 | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 |
| 六（3） | 踢毽子 | 游戏 | 跳大绳 | 踢毽子 | 跳绳 |

新沂市唐店尚营学校阳光体育活动相关材料（小型竞赛的规程、照片、比赛结果等）

