**新沂市草桥中学阳光体育活动实施方案**

**新沂市草桥中学关于举办2023年春季跑操比赛的实施方案**

为进一步推动阳光体育运动的实施，提高学生身体素质，展示学生风采，提高班级凝聚力、向心力和积极向上的竞争力，提高课间操的质量。经学校研究决定举行2021年秋季广播操及跑操比赛，望各班级接到通知后认真组织，积极训练，以较高的热情参加此次比赛，争取获得优异的成绩。现将比赛的有关事项通知如下：

一、参加对象：七、八、九年级所有班级

二、比赛时间与地点：

  跑操比赛时间：2023年6月6日下午

  地    点：学校运动场

三、比赛方法：

1、比赛标准：详见《草桥中学广播操及跑操评分细则》。

2、参加人数：全体学生参加，如有伤病及特殊情况不能参

需提前报备。

四、奖励办法：

1、按班级得分成绩排出名次，分年级评选优秀班级，一等奖5名，二等奖5名，对获一等奖的班级颁发奖状。

五、比赛要求：

为确保此次比赛圆满成功，达到预期效果，特提出如下要求：

1、各班要高度重视此项活动，各班主任为此项活动的第一负责人，及时部署，督促训练。

2、各班班长与体育委员要负起责任，协助班主任组织本班同学进行训练。

3、各班级服装要求统一、队列整齐、精神饱满、动作一致。

4、评委由各年级分管教干和体育教师组成，九年级负责考核七年级、七年级负责考核八年级、八年级负责考核九年级。

六、本次活动不得弃权，未尽事宜另行通知。

新沂市草桥中学

2023年4月9日

附：草桥中学广播操及跑操评分细则

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 评分标准 | 得分 |
| **1、出勤**  **（10分）** | 全体学生出席，需请假的提前做好报备 |  |
| **2、集合**  **（10分）** | 集合时队伍有序入场，并做到快、静、齐 |  |
| **3、质量**  **（50分）** | 队伍整齐、步伐一致、动作规范 |  |
| **4、精神**  **风貌**  **（20分）** | 服装统一，精神饱满 |  |
| **5、退场**  **（10分）** | 退场迅速且整齐有序 |  |
| **总分** | |  |
|  |

**新沂市草桥中学校内体育活动安排表**

课外活动安排表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 时间  班级 | 周一 | 周二 | 周三 | 周四 | 周五 |
| 1班 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 | 足球 |
| 2班 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 | 足球 | 踢毽 |
| 3班 | 游戏 | 篮球 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 |
| 4班 | 篮球 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 |
| 5班 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 |
| 6班 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 | 足球 |
| 7班 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 | 足球 | 踢毽 |
| 8班 | 游戏 | 篮球 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 |
| 9班 | 篮球 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 |
| 10班 | 足球 | 踢毽 | 跳绳 | 游戏 | 篮球 |

**新沂市草桥中学阳光体育活动平时相关材料**

****