**新沂市草桥中学阳光体育活动实施方案**

新沂市草桥中学2023-2024学年度春季武术操比赛实施方案

一、活动目的:

为了进一步增强学生体质，丰富学生的校园生活，培养学生集体主义精神，训练学生团结拼搏的团队精神，展现学生的自信、自立自强的风采，决定在五月份举行武术操比赛。

二、活动内容:武术操

三、活动时间:2023年5月7日 (如遇特殊清楚时间改动另行通知)

四、活动领导组及评委:

裁判长:张城

副裁判长:张毅

评委:全体体育老师

五、活动地点:足球场

六、参加对象:全体学生。

七、评比标准:

评分办法:由各评委分别打分，去掉一个最高分，去掉一个最低分，得出平均分。

(一)人员要求:

原则上每班全体学生参赛。(注:有备案的身体有缺陷的学生可不参加比赛，但不扣分。请病、事假的学生需在比赛前向评委提交名单)无故不参加者，每少1人，从班级总分中扣2分。(需班主任老师上报班级总人数)

(二) 比赛要求:

1、各班须由领操员领操，负责进退场、报告和领操，要求声音响亮，动作规范。

2、各班级进退场动作迅速、安静、整齐。

3、各班出场时有班级口号，展现出班风班貌。开始做操时要面向评委饭堂，退场时各班集中后齐步走，带回到原先的位置。

4、武术操动作准确、整齐有力。

(三)具体要求:

1、比赛采用一次性决赛的办法。

2每个参赛队必须提前到达操场整理队形。第一组开始展示后，第二组做准备;以次类推。

3、进退场由各班领操员指挥，进场后向裁判长报告班级、应到参赛人数、实到参赛人数，裁判长同意后方可进行比赛。

(四)评分标准:比赛采用百分制标准评分

(五)主要得分项:

①精神面貌精神饱满，体现出朝气蓬勃的精神面貌

②服装整洁、尽量做到统一。

③队列整齐。

④领操员动作正确、规范。

⑤进退场做到动作迅速，安静，整齐。

⑥武术操动作准确、整齐有力、合节拍。

八、奖励办法:按照比赛得分名次的高低进行奖励。

各组评出第一名、第二名、第三名

九、最终解释权归政教处所有。

新沂市草桥中学

2023.05.03

**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相关材料**

****