**2018年武实小分校校园体育文化节**

“我运动，我健康，我快乐，”

**一、指导思想**

坚持面向全体学生，人人参与的宗旨，有效利用学校体育资源，推进学校体育工作的发展，树立健康第一的思想以及终生锻炼的意识和习惯，培养学生合作、自信、果断、公平竞争及团队精神等良好品质，发展学生个性特长，促进学生在身体、心理等方面健康和谐的发展，加强校园精神文明建设，推动我校体育运动向更高水平发展，增进师生体质健康，培养师生团结协作、不断进取的集体精神；共建团结和谐的校园文化环境。特制定武进区花园小学2018上半年体育节活动方案。

**二、活动宗旨**：丰富学生的课余生活，锻炼学生身体，增强体质。

**三、体育节领导小组名单：**

组 长：庄彩华

竞赛组：王鸿亮、谢川、吴欢、潘赟、卢冲、孙梅

裁判组：恽超、杨小清、孙震宇、沈郁雯、朱林洁、路宽、薛姣、陈铭、王丰年、

刘艳、

摄影组：朱林洁

后勤组：马伟国

宣传组：杨小青

**四、体育节活动时间**：

5月4 日---5月 7 日

1. **比赛项目：**

一、二年级：50米快速跑、 羽毛球趣味比赛

三、四年级：足球比赛、  1分钟羽毛球颠球

五、六年级： 50米快速跑、  羽毛球比赛

**趣味游戏**：

一年级《袋鼠跳接力》

二年级《车轮滚滚》

三年级《纸衣往返接力》

四年级《踩气球》

五年级《小兔子过河》

六年级《拔河比赛》

**六、比赛时间安排**

**5月 4 日 中午12:20到13:40**

50米快速跑 地点：北广场

羽毛球趣味比赛 地点：三楼体育馆

1分钟羽毛球颠球 地点：三楼体育馆

足球比赛 地点：西边操场

羽毛球比赛 地点：三楼体育馆

**5 月 7 日 中午12:20到13:40**

《袋鼠跳接力》 地点：三楼体育馆

《车轮滚滚》 地点：西边操场

《纸衣往返接力》 地点：三楼体育馆

《踩气球》 地点：三楼体育馆

《小兔子过河》 地点：三楼体育馆

《拔河比赛》 地点：西边操场

**七、比赛规则**

**《50米快速跑》**

比赛人数：每班2男2女

道具：标志筒

规则：运动员到起点候跑，跑步时不能串道，否则取消比赛资格，用最快的速度跑到终点，用时最短的获胜。

**《足球比赛》**

武实小足球联赛：男生比赛规则：

1、比赛用时20分钟，分一，二两节，每节10分钟，中场休息时间3分钟；

场上比赛队员7人，其中一人为守门员（学校提供守门员手套），替补队员

各班每场比赛只允许3人，替换下场的队员该场比赛不允许再上场，（补充： 替补队员上场由各班班主任负责，与场上裁判建议，经同意后方可上场比赛）；

2、单场比赛获胜队得3分，负队得零分；如果该场比赛在20分钟内打平，则进行点球，胜队得2分，负队得1分；

3、比赛采用循环赛，，按积分多少排名，，，如胜场分相同，则按进球多少排名

**《羽毛球趣味比赛》**

比赛人数：每班2男2女

道具：羽毛球、球筐

规则：每班派出2男2女，运动员在指定区域内一人投球一人接球，两人之间5米，要求投球的人必须一个球一个球投，计时30秒，计算球框内个数，以个数多少依次排序，多的获胜。

**《1分钟羽毛球颠球》**

比赛人数：每班2男2女

道具：羽毛球

规则：每班报2男2女，运动员在指定区域内颠球，身体不可超出指定范围，计时一分钟，按累积个数多少依次排序

**《羽毛球比赛》**

比赛人数：每班2男2女

道具：羽毛球

规则：每班报2男2女，五六年级同时参加比赛，不分男女，决赛前11分制一局半场比赛；决赛全场11分三局两胜制。（抽签进行直接淘汰赛；高一年级者让两分，男生让女生两分），取前三名。

**趣味游戏规则**：

**《袋鼠跳接力》**

比赛人数及分组：每队5名队员

道具：跳袋

规则：参赛队员成一路纵队站在起跳线后，比赛开始，第一人站在跳袋内，手提跳袋的带子向前跳出，绕过标志物返回并将跳袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

**《纸衣往返接力》**

比赛人数及分组：每队5名队员

道具：一张大小适合的宣传海报

规则：将宣传海报贴在前胸，在奔跑过程天保持不掉，如果掉下重新捡起继续奔跑，路到对面交给另一名同伴，以最快完成为胜利。

**《车轮滚滚》**

比赛人数及分组：每队6名队员

道具：汽车轮胎

规则：学生成一路纵队站在起路线后，线前20米放一标志物，比赛开始 ，排头手推轮胎跑出，绕标志物返回，将轮胎交给第二人，自己退于队尾，依次一直进行到最后一人为止，用时最短的获胜。

**《小兔子过河》**

比赛人数及分组：每队5名队员

道具：垫子4张

规制：5人4张垫子，第一个参赛者从起点开始把垫子放在场面上，每放一张站上去一个同学，脚不能落地，最后一个同学站在垫子上后把地上的垫子捡起向前传到前面，依次前进到终点，用时最短的获胜。

**《踩气球》**

比赛人数及分组：每队3名队员

道具：气球

规制：每个人每只脚上捆3只气球，在一个8平方的区域内用脚踩破他人脚上捆绑的气球，直到游戏时间结束，每个人不允许出圈，只能用脚，违规者取消比赛资格，剩下气球多的获胜。

**《拔河比赛》**

比赛人数及分组：每班10男10女

道具：拔河麻绳

规制;参赛队员：10男10女，比赛进行中不可更换队员或者增加队员，否则沦为犯规。两队之间相距10米，中间点设有标志物系在绳子上，两边各5米，队员们离标志物5米处划一条标志线，当标志物超过标志线时，一方胜利。