

康外实中 2020 年第八届校园运动会比赛规程

一、竞赛日期：第五周星期三（9 月 30 日）下午 12：10

二、竞赛地点：校大操场

三、竞赛分组：

1、初中甲组（八、九年级）

2、初中乙组（六、七年级）

四、竞赛项目：

甲组：1、广播操比赛。各班全员参与。

2、合力搭建。各班报 10 人。

3、3 分钟 8 字绕长绳。各班报 6 男 6 女（（其中一男一女摇绳））。

4、35 米迎面接力。各班报 8 男 8 女

乙组：1、广播操比赛。各班全员参与。

2、球行万里。各班报 10 男 10 女。

3、3 分钟 8 字绕长绳。各班报 6 男 6 女（（其中一男一女摇绳））。

4、35 米迎面接力。各班报 10 男 10 女

五、参赛和报名办法：

1、以班级为单位报名，每个项目每班必须参加，每位同学至少报一个项目。

2、报名单填写清楚。一式二份，一份交体育老师，一份班级留底。

六、获奖办法：

1、设单项奖：各项目按组别取 1-6 名，颁发奖状及奖品。并以积分 7、5、4、3、2、1 计入团体总分。设团体奖：总积分排名取前六名，颁发锦旗。

2、广播操、道德风采评比中获得奖项班级颁发奖状。评比要求见附表。

七、竞赛注意事项：

1、运动员必须着校服。

2、运动员在比赛开始前听广播通知统一在比赛地点检录。

3 未参加比赛的同学，一律不准在场内停留，未经允许不准中途离校退场。

4、保持场内清洁和良好的赛场秩序，做到文明参赛。比赛结束，全体同学应整队退场。

5、如遇雨天不能进行，改期，具体日期另行通知。

组 委 会 名 单

主 任：厉笑影

副主任：赵 蕾、叶 青、张 威、邱忠毅

委 员：肖 洁、季海凤、余颖滨、仲新华、曹春花

主席台成员（广播操评委）

厉笑影、赵 蕾、叶 青、张 威、邱忠毅、肖 洁、季海凤、余颖滨、仲新华、陆俊、周乐盈、胡敏、黄乃瑜、杨菲。

大 会 工 作 人 员

总裁判长：曹春花

裁判员：沈蝶凤、孙 翔、周宇蒙、胡彬彬、卫敏敏、王聪

记录：邵月新

摄影 摄像：仲伟鸣、姚谷鑫

宣传组：余颖滨、学生（甲、乙组各 2 名学生主持）

医疗组：蒋文彦

广播室：万树刚

安全组：赵 蕾、叶 青、张 威、邱忠毅、肖 洁、季海凤、仲新华、及所属年级的任课教师。

运动会议程

1. 12:00 前体育组教师及有关人员做会前准备。
2. 12:10 六七年级同学和老师到大操场广播操指定地点候场、主席台人员入座。
3. 12:30（乙组）开幕式（升国旗唱国歌、升校旗唱校歌、校长讲话、运动员宣誓、裁判员宣誓）
4. 12:40-14:10 乙组比赛。
5. 14:15 八九年级同学和老师到大操场广播操指定地点候场、主席台人员入座。
6. 14:30（甲组）开幕式（校长讲话、运动员宣誓、裁判员宣誓）
7. 14:40-16:10 甲组比赛。
8. 颁奖仪式（周一升旗仪式）：
颁布广播操比赛奖、道德风采奖、单项奖、团体奖。
9. 校长宣布运动会闭幕。

广播操评比方案

广播操是学生在课外进行的体育锻炼活动，广播操做得如何直接反应学生精神面貌，培养学生遵守纪律、团队精神、集体主义精神也十分重要。为了提高学校广播操质量和学校行为规范教育，激发学生积极参与锻炼的意识，在本次校运动会中举办广播操评比。

一、评比内容：广播操——第三套中学生广播体操《舞动青春》

二、评比标准：

1. 服装统一：服装必须一致，一律着跑鞋
2. 精神面貌：饱满、自信
3. 操节动作：正确，整齐，有力，协调
4. 获奖办法分别取 3 名优秀奖、3 名优胜奖颁发奖状

2020 学年康外实中广播操评比表（总分 10 分）（样表）

项目 班级	服装统一 2 分	精神饱满 3 分	操节动作 正确有力 5 分	总分	名次
六年级 1 班					
六年级 2 班					
六年级 3 班					
六年级 4 班					
六年级 5 班					
六年级 6 班					

道德风采奖评比要求

为了使我校运动会顺利举行，体现我校学生的整体风貌，赛出风格，赛出水平，特设班级精神文明奖。

- 1、比赛期间每个班级必须按照划定区域观看比赛，有事离座须向班主任请假。
- 2、没有参加比赛的同学一律不准在比赛区域停留，不任意穿越田径场，以免发生危险。
- 3、观看比赛时应注意文明礼貌，积极为参赛队员加油助威。
- 4、班级之间团结友爱，互相帮助，友谊第一，比赛第二。
- 5、爱护比赛场地的花草树木，不随意破坏，维护优美环境，不随手乱扔杂物。
- 6、进退场应保持安静。
- 7、积极展示康外实中学生的形象，班班争当文明集体，人人争做文明观众。
- 8、获奖办法：各年级取 2 名颁发奖状。

（班班争当文明集体，人人争做文明观众）

道德风采奖评比表（样表）

项目 班级	进场 纪律 10	文明 礼貌 10	清洁 卫生 20	安全 意识 20	团结 合作 10	好人 好事 10	通讯 报道 10	退场 纪律 10	总分
六 1									
六 2									
六 3									
六 4									
六 5									
六 6									

比赛程序表

12: 40—13: 00	广播操	(1 组)
13: 00—13: 30	球行万里	(2 组)
13: 30—13: 50	3 分钟 8 字绕长绳	(2 组)
13: 50—14: 10	35 米迎面接力	(2 组)
14: 40—15: 00	广播操	(1 组)
15: 00—15: 30	合力搭建	(2 组)
15: 30—15: 50	3 分钟 8 字绕长绳	(2 组)
15: 50—16: 10	35 米迎面接力	(2 组)

比赛时间

广播操

六、七年级	1 组	12:40
-------	-----	-------

球行万里 (10 男 10 女)

1、六年级	1 组	13: 00
2、七年级	1 组	13: 15

3 分钟八字长绳 (6 男 6 女)

1、六年级	1 组	13:30
2、七年级	1 组	13:40

35 米迎面接力 (10 男 10 女)

1、六年级	1 组	13:50
2、七年级	1 组	14:00

广播操

八、九年级	1 组	14:40
-------	-----	-------

合力搭建（10 人）

- | | | |
|-------|-----|-------|
| 1、八年级 | 1 组 | 15:00 |
| 2、九年级 | 1 组 | 15:15 |

3 分钟八字长绳（6 男 6 女）

- | | | |
|-------|-----|--------|
| 1、八年级 | 1 组 | 15: 30 |
| 2、九年级 | 1 组 | 15: 40 |

35 米迎面接力（8 男 8 女）

- | | | |
|-------|-----|-------|
| 1、八年级 | 1 组 | 15:50 |
| 2、九年级 | 1 组 | 16:00 |

各部门协助：

教导处：

各年级当天下午运动会时间、上课时间、课的安排、放学时间

2、体育老师 78 节课的安排

3、卫生室医疗点

政教处：

1、 爱拼才会赢、观赛要文明的宣传。

2、 鼓励学生积极报名。

3、 各班级统一服装，带水杯。

4、 各班 2-3 条小通讯

5、 安全教育

6、 大队部宣传（主持）甲乙组各两人

7、 升旗仪式颁奖日期

总务处

1、 广播室：万树刚

2、 主席台 5 个长条桌、10 把椅子、桌布、两个饮水机。

3、 裁判员供水 60 瓶

4、 背景板（主题：活力青春、激情校园——康外实中 2020 校园运动会）