

2021 年师生冬季迎新运动会方案

指导思想：为认真贯彻“全面提高学生身体素质”要求，全面推进学校体育工作，落实“健康第一”的要求，定于 2021 年 12 月 31 日举行师生冬季迎新运动会。通过丰富多彩的体育活动，展示实验人积极向上的团队精神，增强师生的身体素质，丰富校园文化，促进学生全面健康发展，创建和谐校园。希望全校学生积极参与进来，展示风采，共同加油。

领导小组：徐 红、马季荣、瞿祖芳、陈兴治、陈 慧

工作小组：袁万萍、朱 琳、肖忠民、张 瑶、曹 怡、陈 敏、倪琛宏、王文斌、施 惠、周晶晶、陈 磊、王歆瑶、金 陵、徐心涵

保障小组：范 莉、金 珉、王昌国、干晓云

一、比赛日期

2021 年 12 月 31 日下午 14:10—15:30

二、比赛地点

上海市实验学校中学部大操场

三、运动会流程

- | | |
|--------|--------|
| 1.领导讲话 | 14: 10 |
| 2.准备活动 | 14: 15 |

3. 项目比赛一：长绳 14: 20——14: 50 (共 6 组)

第一组：中一年级+6A6B 第二组：高一年级+9A10A

第三组：中二年级+7A7B 第四组：高二年级

第五组：中三年级+8A8B 第六组：高三年级

4. 项目比赛二：各年级拔河决赛 15: 00——15: 30 (共 3 组)

第一组：中一 (2) VS 中一 (5)、高一 (1) VS 高一 (6)

第二组：中二 (4) VS 国际 7AB、高二 (1) VS 高二 (3)

第三组：中三 (2) VS 中三 (3)、高三 (2) VS 高三 (3)

5.运动会结束后，各班回教室集中 15: 50 分放学

四、裁判名单

第一区	组长	倪琛宏	组员：高一 6 李博约、高一 6 罗孜涵
第二区	组长	王文斌	组员：高一 5 黄韵璇、高一 6 周奕欣
第三区	组长	施 惠	组员：高一 2 徐乐宜、高一 2 陈 果
第四区	组长	周晶晶	组员：高一 3 章屹怡、高一 3 张子涵
第五区	组长	陈 磊	组员：高一 6 薛睿涵、高一 3 袁宇哲
第六区	组长	王歆瑶	组员：高一 3 沈贝宸、高一 1 唐铭霞
第七区	组长	金 稜	组员：高一 1 张钰坤、高一 4 季庄喆

五、比赛要求

1.长绳比赛:

各班报 1 队，每队 16 人参赛,其中 2 人摇绳。时间 3 分钟，预备时绳子处于静止状态，比赛开始每队摇绳，14 名运动员在间距 3 米的长绳中依次按“8”字线连续跳，中途失误可继续比赛。摇绳者必须在听到发令后才能摇绳，比赛中途摇绳者不能更换，但可以换手，摇绳者脚踏线为犯规，将取消成绩。每队以累计数为最后比赛成绩。

2.拔河比赛:

各班报 1 队，每队 20 人参赛（男生、女生各 10 人），班主任可参与比赛。

3.拔河友谊赛:

教师报 1 队，高中学生报 1 队，每队 20 人（男女不限）

六、其他

宣传报道组：徐心涵、姚 腾、徐嫣莉

后勤保障组：干晓云、汪菊红、物业全体

医务应急组：周 叶、赵晓艳

上海市实验学校高中体育组

2021 年 12 月 28 日