**2023年师生迎新冬季运动会**

**指导思想：**为认真贯彻“健康第一”的指导思想 ，落实“立德树人”的根本任务 。全面推进学校体育工作，2023年12月29日举行师生迎新冬季运动会，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。希望全校师生积极参与，共同进步。

**领导小组：**徐 红、马季荣、瞿祖芳、陈兴冶、陈 慧

**工作小组：**肖忠民、朱 琳、朱潇清、徐心涵、张 瑶、程晓蕾、曹 怡、陈 敏、倪琛宏、王文斌、施 惠、周晶晶、王歆瑶、陈磊、金 祾。

**保障小组：**范 莉、金 珉、王昌国、干晓云

**宣传报导组：**徐心涵、姚腾

**医务应急小组**：周叶、赵晓艳

**一、比赛日期**

2023年12月29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（6组）

第一组：中一年级+6A6B 第二组：高一年级+9A9B

第三组：中二年级+7A7B 第四组：高二年级+10A11A

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（3组）

第一组：中一（2）VS 6AB、 高一（1）VS 高一（5）

第二组：中二（2）VS 中二（5）、高二（1）VS 高二（5）

第三组：中三（3）VS 中三（5）、高三（2）VS 高三（5）

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 倪琛宏 第二区 王文斌

第三区 施 惠 第四区 周晶晶

第五区 陈 磊 第六区 王歆瑶

第七区 金 祾 第八区 徐心涵

**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。

1. 拔河比赛：

各班报1队，每队30人参赛（女生不得少于10人）。

1. 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）

上海市实验学校高中部体育组

2023年12月22日