

# 新中实验学校

## 2022 年教职工春季体育系列活动方案

全体教职工：

为践行“快乐工作·健康生活”理念，活跃课余文化生活，促进学校精神文明建设，经校工会研究决定，特举办 2022 年教职工春季系列体育活动，并制定如下方案：

### 一、主题：

**快乐运动强体魄 凝心聚力展风采**

### 二、时间：

2022 年 4 月中下旬至 5 月下旬

### 三、地点：

室内篮球馆（南、北校区）

### 四、人员及分组：

本次比赛参赛队伍共有 8 支，分为行政、后勤、小学部、初一年级、初二年级、初三年级、高一年级、高二年级。八队分为 A、B 两大组，A 组内分 A1、A2、A3、A4 队，B 组分为 B1、B1、B3、B4 队，A、B 分组由抽签决定。

### 五、比赛项目

#### （一）乒乓球

#### 1. 参赛人数：

比赛分为男子组和女子组，形式为单打，每队可参与 4 人（男子组 2 人，女子组 2 人）。

## 2. 比赛规则：

双方石头剪子布确定首局发球方。

一局比赛中，先得 11 分的一方为胜方；10 平后，先多得 2 分的一方为胜方。比赛采用三局两胜制，具体发球规则听从现场裁判指挥。

3. 比赛章程：第一轮 A、B 两个大组内进行淘汰赛，第一轮淘汰赛后胜出的队伍进行组内排位赛，最后 A、B 组排名第一的队伍对决产生冠军、亚军，A、B 组第二名对决产生季军。

## （二）羽毛球

### 1. 参赛人数：

比赛分为男子组和女子组，形式为单打，每队可参与 4 人（男子组 2 人，女子组 2 人）。

### 2. 比赛规则：

双方石头剪子布确定首局发球方。

一局比赛中，先得 21 分的一方为胜，赢得一次连接对打的一方加一分（赢得一次连接对打是指，对方违例或羽毛球因接触对方球场的地面而停止飞行）；20 平后，首先赢得 2 分领先的一方为胜；如果比分为 29 平，得到 30 分的一方为胜。比赛采用三局两胜制，具体发球规则听从现场裁判指挥。

3. 比赛章程：第一轮 A、B 两个大组内进行淘汰赛，第一轮淘汰赛后胜出的队伍进行组内排位赛，最后 A、B 组排名第一的队伍对决产生冠军、亚军，A、B 组第二名对决产生季军。

## （三）篮球

### 1. 参赛人数：

本次比赛为半场区域的 3v3 比赛，每队可参与 5 名男教师，2 名女教师；每场比赛仅限男选手（且最多只能有一名体育老师）上场，女选手中场进行投篮加分赛。

### 2. 比赛规则

比赛开始时，两队队长石头剪子布方式确定发球权归属，下半场开始交换发球（如 A 队比赛开始时发球，则 B 队下半场比赛开始时发球，比赛期间出现争球，球卡篮筐等情况，则交换球权且发球须双脚在中圈内）比赛过程中，抢到防守篮板球必须由本方一名队员一只脚将球带出三分线方可进攻（A 队投篮 B 队抢到篮板球，B 队队员需要将球带出三分线，如 A 队进攻没有带出三分线直接进攻则进球无效换 B 队发球；球触碰到篮筐没有进则交换发球权 B 队发球，没有触碰到篮筐可以继续抢球拉出三分线即可进攻）两分球算作一分，三分球算作两分。

每场比赛 30 分钟，分为上下半场，每节 15 分钟，每节每队可以叫 1 个暂停，暂停时间 1 分钟，中场休息 5 分钟进行女教师投篮比赛，每队女教师投 5 个球，每进一个球队伍得 1 分。

### 3. 比赛章程：

AB 两组进行抽签，每组四队，小组赛采取单循环，赢一场积 2 分，输一场积 1 分，小组前两名出线，进入下一轮交叉赛，如小组积分相同情况采取胜负差比分关系确定小组出线队伍。

## 六、比赛要求：

1. 各部门要广泛动员、积极参与，坚持“友谊第一，比赛第二”，做到文明健康、安全有序。

2. 各部门选派负责人 1—2 人，由负责人负责本部门的报名、带队及比赛秩序的维护。

新中实验学校

2022 年 4 月 14 日