

泰安长城中学文件

泰长中校字〔2021〕33号

关于举办教职工系列健身活动的通知

为扎实贯彻落实全民健身国家战略、实施健康中国行动的要求，发展群众体育，带动学生运动，促进师生身心健康，丰富校园文化生活，推动文明创建、实现“两个成长、一个发展”总目标，根据学校工作安排，举办“我参与，我健康，我快乐”2021年冬季教职工系列健身活动。现将有关事宜通知如下：

一、活动时间

2020年11月下旬—2022年1月上旬

二、承办单位

工会、体卫艺科

三、具体事项

（一）日常活动

学校提倡教职工每天利用上午大课间、下午业余时间进行体育健身活动：散步、跑步、羽毛球、乒乓球、太极拳、八段锦等。

（二）阶段性比赛活动

1. 羽毛球比赛

(1) 比赛设团体、个人两项，个人分男、女单打两组；采用 11 分制，三局两胜。

(2) 个人赛分男子和女子两组，由工会组长在所有报名人员中抽签产生一对一比赛对象，比赛胜者进入下一轮，胜者再进行抽签比赛，以此类推，直至产生冠军。

团体赛每队可报男女各 3 人，每人限参加 2 盘比赛，采用 5 盘 3 胜制，比赛顺序为混合双打、女子双打、男子双打、女子单打、男子单打。

2. 乒乓球比赛

(1) 比赛设团体、个人两项，个人分男、女单打两组；采取 11 分制，三局两胜。

(2) 个人赛根据报名情况分组，组内进行单循环比赛，每组前 2 名进入下一轮，每组第一人为比赛召集人。

团体赛每队可报男女各 3 人，每人限参加 2 盘比赛，采用 5 盘 3 胜制，比赛顺序为混合双打、女子双打、男子双打、女子单打、男子单打。

3. 男、女篮球比赛

(1) 每队可报队员 10 名，教练 1 名、领队 1 名，教练与领队可兼队员。

(2) 比赛采用循环制，每场赢队得 3 分，负队得 1 分，弃权得 0 分，得分相同时，由得失分率决定名次。

(3) 正式比赛结束后由 4 支男队组成混合队与体育组队进行一场友谊赛。

4. 男女混合排球比赛

(1) 每队可报队员男、女各 5 名，教练 1 名、领队 1 名，教练与领队可兼队员。

(2) 比赛采用循环制，每场赢队得 3 分，负队得 1 分，弃权得 0 分，得分相同时，由得失分率决定名次。

四、相关要求

1. 在确保运动安全的前提下，全体教职工根据自己身体状况于 11 月 19 日前到工会组长处自愿报名。

2. 比赛分高一、高二、高三、行政后勤四个队。

3. 羽毛球比赛在 11 月下旬，乒乓球与篮、排球赛在 2021 年 12 月—2022 年 1 月上旬。

4. 文明参赛，赛出风格、赛出水平、赛出友谊。

5. 对比赛优胜者张榜公布，以示奖励。

