上海市实验学校第十一届体育节开幕式方案（策划稿）

一、指导思想

为认真贯彻“全面提高学生身体素质”要求，并切实推进学校体育工作，落实“健康第一”的要求，第十一届届体育节将于 2025 年 3 月 14 日—4 月 30 日举行。本届体育节以个人比赛、团队比拼、人人参与的形式，动员全体实验师生参与体育活动锻炼，增强体质。延续“行走”等体育节品牌活动，重点开展个人趣味赛、团体对抗赛、年级体育节目展演、体育节主题曲制作等活动，展示实验人勇毅攀登的精神风貌，提升校园体育文化实力，加强师生团队凝聚力，营造阳光向上、全民参与的和谐校园文化氛围。

二、活动主题：　热·风

三、活动组织

（一）领导小组：徐　红、盛　况、瞿祖芳、陈兴治、陈　慧

（二）总策划：高中部·体育组

（三）策划组成员：朱　琳、朱潇清、陈珺珺、张　瑶、程晓蕾、张　琦、郭海燕、傅　筠、朱晓红、俞　军、曹　怡、徐心涵、胡尔姝、陈　敏、倪琛宏、王文斌、施　惠、周晶晶、陈　磊、王歆瑶、金　祯

（四）后勤保障：范莉、金珉、王昌国、干晓云

四、开幕活动具体内容安排：

（一）第十一届体育节开幕活动（3 月 14 日）

环节	高中部、高中国际部、中微班	初中部、初中国际部	备注
课时调整	10:30-11:00	11:20-11:40 （班主任进教室）	9：40-10：20 第三节课 10：30-11：10 第四节课
午餐	11:00-11:30 （11.25 放集合音乐）	11:40-12:20 （12.10 放集合音乐）	志愿者：10：30 食堂一楼用餐 食堂分批用餐
开幕仪式（大操场） 出发：高科西路门	11：00 志愿者车库门口集合 11:30-11:50	12:20-12:40	入场调度：朱琳、倪琛宏 开幕仪式：程晓蕾、谢昕佚 环节：音乐入场、节歌、领导致辞、分批出发
攀登巅峰——“行走”活动 （世博文化公园）	12:30-15:30		具体方案后附
终点检验 （中学部东明路门进校主干道）	15:30-16:00		总负责：陈敏、倪琛宏 主干道两侧分设检录处 各活动小组最晚在下午四点前返校

攀登巅峰——全员“行走”活动方案

一、*活动地点：*

世博文化公园（园区寻宝打卡+攀登双子山）

（公园俯瞰图）

7 号线后滩站、13 号线世博大道站（高科西路 3 号口出发，地铁单程 20-25 分钟）

二、活动线路：

全程绿色出行，乘坐**地铁**到达活动地点（7 号线后滩站或 13 号线世博大道站）后，步行前往世博文化公园。

完成打卡寻宝任务后乘坐地铁返回学校，在**核验处**认证通过视作任务完成，活动圆满结束。

出发时间	年级	出发口	交通路线	负责老师
11:50（7 分钟一批）	①高一年级、中微班 ②高二年级 ③高三年级、高中国际	高科西路校门	7 号线	施惠、周晶晶、魏彩云
12:40（7 分钟一批）	①中一年级、国际 6 年级 ②中二年级、国际 7 年级 ③中三年级、国际 8 年级		6 号线转 13 号线	倪琛宏、王文斌、陈磊
*小学部 1-2 年级公园集合，3-5 年级 13：00 开始步行出发，每 10 分钟一批次，每批次 1 个年级，13：30 发完。（7 号线）				

三、活动对象：

中学部、中学国际部全体师生、家长志愿者

四、活动分组：

（1）学生组：每班分成若干小组，6-7 名学生+1 名家长或导师组成队伍，班主任自行加入班级队伍，各组自行确定队长、队名，制作队旗。**（详见附件 1）**

（2）教师组：除工作人员、NPC 玩家外，其余教师按照既定分组，由校领导带队出发，按照活动规定要求进行。**（详见附件 2）**

（3）工作人员组：公园现场 NPC 玩家（师生 53 人）、终点校验人员（教师 12 人）**（详见附件 3）**

五、活动规则：

（1）到达公园后由组内一位同学开启运动计步，活动结束时需显示完成五公里步行。（回校核验时出示户外步行图相关凭证）

（2）出发时每组领取一张任务卡，根据卡片提示，在指定地点找到 NPC 完成任务后，方可获得认证章一枚。

（3）集齐 8 枚贴纸套组（初中部、初中国际部绿色；高中部、高中国际部、中微班红色），完成图纸解密即可返校。

（4）小组合照 4 张（具体要求见任务卡）

（5）到校后在终点校验处进行任务卡提交，合影留念。

（任务卡样张）　　（终点校验处背景板）

六、纪律要求：

（1）各组导师、家长负责学生在活动过程中的安全，确保活动任务的完成，带领学生安全、准时回到学校，有任何情况须及时向班主任、年级组长反馈。

（2）活动全程可以利用地铁、公交等公共交通，禁止学生骑自行车、打车等，禁止离队单独活动。若发现按照规定严格处理，取消班级此次活动所有分数。

（3）学生当天穿校服、少先队员戴好红领巾、团员戴好团徽。

（4）带好水杯、交通卡、帽子等必需品，不带贵重物品，活动期间保管好自己的随身物品。

（5）教师团队负责

热血青年队：徐红、陈兴冶、杨燕（红队）

如风少年队：盛况、陈慧、程晓蕾（绿队）

（6）媒体负责

孙顶峰、汪学斌、家长跟队：无人机、点位照、花絮照

学生电视台：公园活动现场

公众号、新闻：朱琳、徐心涵、朱炎玮、魏彩云

上海市实验学校

第十一届体育节组委会

2025 年 3 月

【附件一 行走活动学生分组情况（中学部）】

初中部	高中部	国际部
中一 1：5 组、中一 2：6 组 中一 3：6 组、中一 4：6 组 中一 5：6 组、中一 6：6 组 中一年级共 35 组	高一 1：6 组、高一 2：6 组 高一 3：6 组、高一 4：5 组 高一 5：6 组、高一 6：6 组 高一年级共 35 组	6A：5 组、6B：5 组 7A：4 组、7B：5 组 8A：3 组、8B：3 组 国际初中段共 25 组
中二 1：5 组、中二 2：5 组 中二 3：6 组、中二 4：6 组 中二 5：5 组、中二 6：6 组 中二年级共 33 组	高二 1：6 组、高二 2：6 组 高二 3：6 组、高二 4：6 组 高二 5：6 组、高二 6：5 组 高二年级共 35 组	9A： 3 组、9B： 3 组 10A：2 组、10B：2 组 11A：2 组 国际高中段共 12 组
中三 1：6 组、中三 2：5 组 中三 3：5 组、中三 4：6 组 中三 5：6 组、中三 6：5 组 中三年级共 33 组	高三 1：5 组、高三 2：4 组 高三 3：4 组、高三 4：4 组 高三 5：4 组、高三 6：5 组 高三年级共 26 组 中微班：2 组	
初中部共计 101 组	**高中部共计 98 组**	**国际部共计： 37 组**

【附件二 行走活动教师分组情况（中学部）】

一、热血青年队（24 人）

队长：徐红、陈兴冶

联络员：杨燕

队员：朱琳、丁雪辰、干晓云、潘瑾、李春丽、胡晓玲、胡玲燕、林冬青、刘瑞麟、徐林敏、张爱琳、孟晓明、浦洋、宋姑来、刘瑛、王瀛智、裴明、王佳梅、杨芸、邬晓燕、汪菊红

二、如风少年队（24 人）

队长：盛况、陈慧

联络员：程晓蕾

队员：范莉、张瑶、陆如萍、潘鸿颖、马海萍、王海生、徐大玮、胡佳、朱频、陈申、朱卫、王文革、陆伶俐、魏春丽、陆骅、纪荣耀、张继禄、方积粮、汤卫忠、蒋黎骊、张碧云

医疗保障：周叶、赵晓艳（园区范围内）

【附件三 开幕活动工作人员总表】

【一、世博公园任务点工作人员】现场总调度：徐心涵

片区	任务名称	负责教师	学生志愿者
A 片区 （负责人：胡尔姝）	①定格百态	李婉琪	闻胤祺、杨紫瑶
	②一拳胜负	徐玉珺	蔡欣妙、陈思齐
	③跃动飞扬	钱智豪	钱志睿、张可芯
	④首尾相连	陈琦	任思渝、蔡谨如
B 片区 （负责人：王歆瑶）	⑤手脚并用	谭彤彤	鞠雨昕、曲正扬
	⑥踏燕凌空	张燊	吕若萱、武锦文
	⑦猎豹回旋	赵蕙伊桐	张馨月、吴沐帆
	⑧指东看西	蒋露瑶	陈瑾熙、周宇辰
C 片区 （负责人：金祾）	⑨火眼金睛	孙可	陈煜曈、方启盛
	⑩我既实验	赵丽娟	顾思翰、许梓安
	⑪谜符次元	靳雯佳	丁子璇、孙乾泰
	⑫触木惊心	张梦洋	李一诺、金文泽
D 片区	⑬冠军档案	张煜韬	张芷涵、叶子祺

（负责人：贾家旺）	⑭答非所问	顾世一	汤承霖、郭航
	⑮勇闯赛场	童婕	曹赞、何灵溪
	⑯蛇行万里	徐子凯	周灵丽、冯程扬

【二、终点校验组工作人员】

总负责：陈敏、倪琛宏

组别	任务一 （记录到达时间+敲章一）	任务二 （核验四张合影+敲章二）	任务三 （检查贴纸+主题词、敲章三、收任务卡）
初中验证通道一	王文斌	史瑾	陈磊
初中验证通道二	卢洁洲	杨振华	施惠
高中验证通道一	谢昕佚	张旻舒	周晶晶
高中验证通道二	薛梦超	鲁燕	屠唯一

版面登记、合影：魏彩云