

Số: 120 /KH-NTN-PGD

Cần Giờ, ngày 27 tháng 12 năm 2018

KẾ HOẠCH

Phối hợp tổ chức Liên hoan thể dục cổ động và thể dục nhịp điệu huyện Cần Giờ Lần thứ VI- năm 2018

Nhằm thiết thực chào mừng kỷ niệm 88 năm ngày thành lập Đảng (3/2/1930-3/2/2018) và tết nguyên đán 2018

Trên tinh thần bàn bạc và thống nhất nội dung giữa 2 đơn vị Nhà Thiếu nhi huyện và Phòng Giáo dục-Đào tạo Huyện. Nay thống nhất xây dựng kế hoạch phối hợp tổ chức Liên hoan thể dục cổ động và thể dục nhịp điệu huyện Cần Giờ lần thứ VI –năm 2018 với những nội dung sau:

I. MỤC ĐÍCH –YÊU CẦU:

1. Mục đích:

-Tăng cường thêm các loại hình hoạt động mới tại huyện, góp phần tạo không khí vui tươi, sôi nổi trong các phong trào hoạt động thể dục thể thao.

- Liên hoan là ngày hội lớn của thiếu nhi Huyện Cần Giờ nhằm biểu dương, cổ vũ tài năng của các em, tạo điều kiện cho các em được giao lưu, học tập, phát triển năng khiếu và vui chơi rèn luyện sức khỏe để không ngừng nâng cao thể chất, phát triển một cách toàn diện.

- Liên hoan sẽ tiếp tục được duy trì và đưa vào kế hoạch tổ chức thường kỳ với qui mô chất lượng và nội dung ngày càng nâng cao hơn.

2. Yêu cầu:

Vui tươi – hiệu quả- thiết thực- an toàn.

II. THỜI GIAN – ĐỊA ĐIỂM:

1. Thời gian:

*Thời gian đăng ký tham dự : Từ ngày triển khai kế hoạch đến hết ngày 28/1/2018

*Thời gian tổ chức liên hoan : **4/2/2018** (Chủ nhật)

2. Địa điểm: Nhà Thiếu nhi Huyện Cần Giờ

Đường Lê Hùng Yên- KP Giồng Ao- Thị Trấn Cần Thạnh- Cần Giờ

Chi tiết liên hệ : 08.37861448 , 01687298418 (gặp cô Loan)

III. THỂ LỆ LIÊN HOAN:

1. Đối tượng và điều kiện tham dự:

*Thể dục nhịp điệu : Các em học sinh khối Mẫu giáo, Mầm non

* Thể dục cổ động : Các em Tiểu học trên địa bàn huyện

- Mỗi trường đăng ký 01 đội tham gia từ 10-20 em

- Danh sách tham dự có xác nhận của BGH trường

2. Thể lệ liên hoan: (đính kèm thể lệ)

3. Thang điểm đánh giá bài dự thi:

Thang điểm: 100 điểm.

- Kỹ thuật: 40 điểm
- Đội hình, tháp, tư thế : 25 điểm
- Nghệ thuật (trang phục, dụng cụ, trang điểm, âm nhạc...): 15 điểm
- Thực hiện: 20 điểm (trừ điểm té ngã, không đều)

4. Cơ cấu giải thưởng:

Căn cứ vào chất lượng của liên hoan Ban Tổ chức sẽ trao các giải A, B, C cho mỗi cấp học

Các đơn vị tham gia liên hoan sẽ được nhận cờ lưu niệm của Ban tổ chức

5. Mẫu danh sách đăng ký tham gia :

Tên đơn vị :

DANH SÁCH ĐĂNG KÝ THAM GIA LIÊN HOAN THỂ DỤC CỎ ĐỘNG HUYỆN CẦN GIỜ LẦN THỨ V –NĂM 2016

STT	Họ và tên học sinh	Tên tiết mục	Người dàn dựng	Tên phụ trách	Số dt phụ trách

Xác nhận Ban Giám hiệu

IV. BAN CHỈ ĐẠO :

- Ông Dương Văn Thư – Trưởng phòng GD-ĐT
- Ông Nguyễn Thành Vinh - Giám đốc NTN huyện

V. THÀNH LẬP BAN TỔ CHỨC:

- Bà Nguyễn Thị Mai - Phó Phòng GD và ĐT huyện - Trưởng ban
- Ông Lê Vinh Hiền - Phó Giám đốc NTN - Đồng trưởng ban
- Ông Kỳ Phước Lâm -Trưởng phòng nghiệp vụ - Thành viên
- Bà Lê Thị Thanh Loan - Cán bộ - Thành viên
- Ông Lê Long Hậu - Cán bộ phòng GD và ĐT - Thành viên
- Bà Đặng Ngọc Quyên - Cán bộ - Thành viên
- Bà Lâm Thị Thanh Thắm – Cán bộ - Thành viên
- Ban Giám hiệu các trường - Thành viên

VI. THÀNH PHẦN TRỌNG TÀI:

- Đại diện Nhà Thiếu nhi Thành phố
- Giáo viên chuyên môn thành phố

VII. BIỆN PHÁP THỰC HIỆN:

1. Nhà Thiếu nhi huyện Cần Giờ:

- Xây dựng kế hoạch, dự trù kinh phí, chuẩn bị địa điểm thi đấu, cơ sở vật chất cho công tác tổ chức, mời trọng tài.
- Tổ chức họp triển khai đến các trường, xây dựng nội dung chương trình lễ khai mạc và tổng kết liên hoan.

-Chịu trách nhiệm về kinh phí, giải thưởng, phong chữ, bồi dưỡng tổ trọng tài, ban tổ chức Liên hoan

2. Phòng GD và ĐT huyện:

- Phối hợp Nhà Thiếu nhi triển khai kế hoạch cho các trường, chỉ đạo các trường tập luyện tham gia Liên hoan đầy đủ và có chất lượng.

3. Các trường Tiểu học; Mầm non – mẫu giáo:

- Tổ chức tập luyện cho các em và đầu tư chất lượng tham gia liên hoan .
- Tự túc phương tiện đi lại và ăn uống cho các em.

VIII. TIẾN ĐỘ THỰC HIỆN:

- Từ ngày 26/12/2017 : Lập kế hoạch, ký phối hợp và triển khai kế hoạch đến các trường.

- Ngày 4/1/2018 : họp các đơn vị tham gia Liên hoan để triển khai các nội dung kế hoạch, bốc thăm thứ tự biểu diễn

- Ngày 25/1/2018 : Hạn chót các trường đăng ký danh sách các em tham gia Liên hoan

- Ngày 4/2/2018 : Tổ chức Liên hoan, tổng kết phát giải

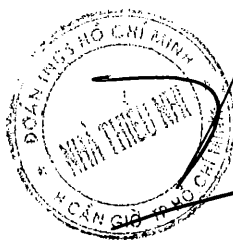
Trên đây là kế hoạch phối hợp tổ chức liên hoan thể dục cổ động và thể dục nhịp điệu huyện Cần Giờ lần VI- năm 2018 của Nhà Thiếu nhi và Phòng Giáo dục-Đào tạo huyện Cần Giờ.

TRƯỞNG PHÒNG GD-ĐT



Dương Văn Thư

GIÁM ĐỐC NTN HUYỆN



Nguyễn Thành Vinh

Nơi nhận :

- TT UBND Huyện
- NTN TP
- Ban dân vận huyện ủy
- Phòng GD-ĐT Huyện, huyện đoàn
- BGH các trường TH,MN-MG
- Thành viên BTC,Tổ trọng tài
- Lưu

THẺ LỆ AEROBIC MẪU GIÁO

1. **Số lượng :** mỗi đội tối thiểu 10 vận động viên.
2. **Thời gian:** 02 phút $\pm$ 10 giây, thời gian được tính từ nhịp nhạc đầu tiên cho đến nhịp nhạc cuối cùng.

3. Âm nhạc:

+ Sử dụng nhạc nền là nhạc Việt Nam hoặc nước ngoài, có lời hoặc không lời (được Bộ Văn hóa – Thể thao và Du lịch cho phép lưu hành) nhưng nhạc phải phù hợp với lứa tuổi và nội dung bài diễn.

+ Nhạc phải được ghi liên tục trên một đĩa nhạc riêng biệt. Khi đơn vị mình biểu diễn phải cử một đại diện của đơn vị để bắt đầu nhạc và ngưng nhạc.

4. **Trang phục :** Mặc đúng trang phục quy định và phù hợp với tiết mục tham gia biểu diễn.

5. Kỹ thuật – Động tác bắt buộc:

- *Kỹ thuật :* không sử dụng các động tác có kỹ thuật khó cho lứa tuổi mẫu giáo.
- *Động tác bắt buộc:*
 - + Nhảy tách dạng chân - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).
 - + Nhảy co từng chân về sau - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).
 - + Nhảy nâng cao gối trước - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).
- *Tháp nâng người :* 1 tháp (4 người trở lên).
- *Đội hình di chuyển :* tối thiểu 4 đội hình (không tính mở đầu và kết thúc) và đủ 4 góc sân.
- *Động tác thể dục :* tay, vai, vặn mình, lưng bụng, toàn thân, điều hòa, sóng thân... Các động tác phát triển tố chất trên toàn cơ thể (50%).
- *Tư thế :* đứng, ngồi, quỳ, nằm (mỗi tư thế thực hiện ít nhất 2 x 8 nhịp (thiếu 1 tư thế bị trừ 2 điểm)).
- *Các động tác cấm sử dụng trong bài biểu diễn :*
 - + Dẻo lưng, uốn cầu, lảo nhông, lộn xuôi, lộn ngược, chuối tay, chuối cầm,....các động tác xiếc và nhào lộn khác.
 - + Đổ chống sấp, chống đẩy 1 tay.
 - + Các VĐV thi đấu không được đeo trang sức : vòng, dây chuyền, bông tai, nhẫn, đồng hồ,.....

* **Lưu ý :** khuyến khích VĐV nam tham gia biểu diễn, mỗi VĐV nam được cộng 1 điểm cho bài biểu diễn.

6. **Kích thước sân khấu:** Chiều dài 8m x chiều rộng 10m

* **Lưu ý :** các đơn vị tự đảm bảo an toàn cho các em tham gia biểu diễn.

Phong trào :

THỂ LỆ

Thể dục cổ động dành cho độ tuổi Tiểu học

Bài biểu diễn là một bài thể dục mang tính cổ động tập thể theo các yêu cầu chuyên môn sau :

- **Thời gian :** 3 phút $\pm$ 10 giây (Tính từ nhịp nhạc đầu tiên cho đến nhịp nhạc cuối cùng).
 - **Dụng cụ cổ động :** được sử dụng tất cả các dụng cụ mang tính cổ động như bông tua, lụa, vòng, hoa, cờ, quạt, băng rôn, khẩu hiệu, pano,....
 - **Trang phục :** quần short, váy, áo thun ngắn tay, dài tay hoặc sát nách, được phép hở bụng (không quá 20cm), không đeo trang sức, được phép trang điểm, trang trí với những hình ảnh thể hiện nội dung lành mạnh, phát huy nền văn hoá dân tộc truyền thống của Việt Nam.
 - **Cấu trúc bài thi:**
 - + Có mở bài và kết thúc khớp nhịp với nhạc nền.
 - + Có các động tác thể dục cổ động (tác dụng lên toàn bộ cơ thể).
 - + Khuyến khích các kiểu nhảy hiện đại, đa dạng : các bước nhảy dance, hiphop,... (cấm sử dụng các động tác ballet).
 - + Cho phép các động tác nhào lộn : lộn xuôi, lộn chống nghiêng.
 - + Cho phép không quá 3 lần nâng tháp (Tháp liên kết 4 người trở lên). Phải thực hiện nhiều chuyển động hoặc thay đổi khi tạo hình tháp. Tháp được thực hiện với tất cả các thành viên của đội.
 - + Thay đổi đội hình tối thiểu 4 lần trong bài (không kể mở bài và kết thúc).
 - + Âm nhạc : nhạc phải được ghi trên một đĩa CD, USB riêng biệt, sử dụng nhạc nền có lời hoặc không lời, được ghi âm liên tục (nếu dùng để hô khẩu hiệu không được phép quá 30 giây).
 - + Hô cổ động : khuyến khích các đội hô khẩu hiệu cổ động ít nhất 10 giây, tối đa 30 giây. Các đoạn cổ động phải vui tươi lành mạnh, gây được sự chú ý và sự phấn khích của khán giả nêu bật được nội dung muốn cổ động của đội mình (tên trường, tên đội, tên giải) và phải bằng giọng thật của các thành viên trong đội.
- Cấm sử dụng hiệu ứng âm thanh để hô cổ động.**
- **Yêu cầu :** Bài thi phải thể hiện sự sáng tạo và nội dung đặc trưng của thể dục cổ động; thể hiện những động tác khỏe khoắn, phù hợp với khả năng vận động của các thành viên trong đội, phần trình diễn phải mang tính tương tác và phối hợp của toàn đội.

THẺ LỆ AEROBIC MẪU GIÁO

1. **Số lượng :** mỗi đội tối thiểu 10 vận động viên.

2. **Thời gian:** 02 phút $\pm$ 10 giây, thời gian được tính từ nhịp nhạc đầu tiên cho đến nhịp nhạc cuối cùng.

3. **Âm nhạc:**

+ Sử dụng nhạc nền là nhạc Việt Nam hoặc nước ngoài, có lời hoặc không lời (được Bộ Văn hóa – Thể thao và Du lịch cho phép lưu hành) nhưng nhạc phải phù hợp với lứa tuổi và nội dung bài diễn.

+ Nhạc phải được ghi liên tục trên một đĩa nhạc riêng biệt. Khi đơn vị mình biểu diễn phải cử một đại diện của đơn vị để bắt đầu nhạc và ngưng nhạc.

4. **Trang phục :** Mặc đúng trang phục quy định và phù hợp với tiết mục tham gia biểu diễn.

5. **Kỹ thuật – Động tác bắt buộc:**

- *Kỹ thuật :* không sử dụng các động tác có kỹ thuật khó cho lứa tuổi mẫu giáo.

- *Động tác bắt buộc:*

+ Nhảy tách dạng chân - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).

+ Nhảy co từng chân về sau - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).

+ Nhảy nâng cao gối trước - chụm chân: 4 cái liên tiếp (1 x 8 nhịp).

- *Tháp nâng người :* 1 tháp (4 người trở lên).

- *Đội hình di chuyển :* tối thiểu 4 đội hình (không tính mở đầu và kết thúc) và đủ 4 góc sân.

- *Động tác thể dục :* tay, vai, vặn mình, lưng bụng, toàn thân, điều hòa, sóng thân...Các động tác phát triển tố chất trên toàn cơ thể (50%).

- *Tư thế :* đứng, ngồi, quỳ, nằm (mỗi tư thế thực hiện ít nhất 2 x 8 nhịp (thiếu 1 tư thế bị trừ 2 điểm)).

- *Các động tác cấm sử dụng trong bài biểu diễn :*

+ Dẻo lưng, uốn cầu, lặn nghiêng, lộn xuôi, lộn ngược, chuối tay, chuối cầm,...các động tác xiếc và nhào lộn khác.

+ Đỡ chống sấp, chống đẩy 1 tay.

+ Các VĐV thi đấu không được đeo trang sức : vòng, dây chuyền, bông tai, nhẫn, đồng hồ,.....

* **Lưu ý :** khuyến khích VĐV nam tham gia biểu diễn, mỗi VĐV nam được cộng 1 điểm cho bài biểu diễn.

6. **Kích thước sân khấu:** Chiều dài 8m x chiều rộng 10m

* **Lưu ý :** các đơn vị tự đảm bảo an toàn cho các em tham gia biểu diễn.

Phong trào :

THỂ LỆ **Thể dục cổ động dành cho độ tuổi Tiểu học**

Bài biểu diễn là một bài thể dục mang tính cổ động tập thể theo các yêu cầu chuyên môn sau :

- *Thời gian* : **3 phút ± 10 giây** (Tính từ nhịp nhạc đầu tiên cho đến nhịp nhạc cuối cùng).
 - *Dụng cụ cổ động* : được sử dụng tất cả các dụng cụ mang tính cổ động như bông tua, lụa, vòng, hoa, cờ, quạt, băng rôn, khẩu hiệu, pano,....
 - *Trang phục* : quần short, váy, áo thun ngắn tay, dài tay hoặc sát nách, được phép hở bụng (không quá 20cm), không đeo trang sức, được phép trang điểm, trang trí với những hình ảnh thể hiện nội dung lành mạnh, phát huy nền văn hoá dân tộc truyền thống của Việt Nam.
 - *Cấu trúc bài thi*:
 - + Có mở bài và kết thúc khớp nhịp với nhạc nền.
 - + Có các động tác thể dục cổ động (tác dụng lên toàn bộ cơ thể).
 - + Khuyến khích các kiểu nhảy hiện đại, đa dạng : các bước nhảy dance, hiphop,.... (cấm sử dụng các động tác ballet).
 - + Cho phép các động tác nhào lộn : lộn xuôi, lộn chống nghiêng.
 - + Cho phép không quá 3 lần nâng tháp (Tháp liên kết 4 người trở lên). Phải thực hiện nhiều chuyển động hoặc thay đổi khi tạo hình tháp. Tháp được thực hiện với tất cả các thành viên của đội.
 - + Thay đổi đội hình tối thiểu 4 lần trong bài (không kể mở bài và kết thúc).
 - + Âm nhạc : nhạc phải được ghi trên một đĩa CD, USB riêng biệt, sử dụng nhạc nền có lời hoặc không lời, được ghi âm liên tục (nếu dùng để hô khẩu hiệu không được phép quá 30 giây).
 - + Hô cổ động : khuyến khích các đội hô khẩu hiệu cổ động ít nhất 10 giây, tối đa 30 giây. Các đoạn cổ động phải vui tươi lành mạnh, gây được sự chú ý và sự phấn khích của khán giả nêu bật được nội dung muốn cổ động của đội mình (tên trường, tên đội, tên giải) và phải bằng giọng thật của các thành viên trong đội.
- Cấm sử dụng hiệu ứng âm thanh để hô cổ động.*
- *Yêu cầu* : Bài thi phải thể hiện sự sáng tạo và nội dung đặc trưng của thể dục cổ động; thể hiện những động tác khỏe khoắn, phù hợp với khả năng vận động của các thành viên trong đội, phần trình diễn phải mang tính tương tác và phối hợp của toàn đội.

