

QUẬN ĐOÀN PHÚ NHUẬN  
NHÀ THIẾU NHI

ĐOÀN TNCS HỒ CHÍ MINH

Số: 24- KH/NTN-TDĐT Phú Nhuận, ngày 20 tháng 03 năm 2023

## KẾ HOẠCH

### Tổ chức sân chơi giải pháp “Thách thức thể thao” năm 2023

Thực hiện kế hoạch hoạt động chương trình của Nhà thiếu nhi quận Phú Nhuận năm 2023. Nhằm đảm bảo tiến độ thực hiện mô hình giải pháp năm 2023.

Chào mừng kỷ niệm 82 năm Ngày thành lập Đội TNTP Hồ Chí Minh (15/5/1941 - 15/5/2023); Chào mừng thành công Hội nghị công tác Đội và phong trào thiếu nhi quận Phú Nhuận giai đoạn 2023-2028, hướng đến chào mừng Hội nghị công tác Đội và phong trào thiếu nhi thành phố Hồ Chí Minh giai đoạn 2023 – 2028.

#### I. MỤC ĐÍCH – YÊU CẦU

- Tạo sân chơi thể thao, rèn luyện, giáo dục thể chất cho các em thiếu nhi, đội viên trong và ngoài quận tham gia. Qua sân chơi giúp các em thiếu nhi khoẻ, thể hiện tinh thần không bỏ cuộc, ý chí quyết tâm vượt qua khó khăn.

- Có một sân chơi giao lưu, học hỏi, giải trí giữa các em thiếu nhi, đội viên.

- Tổ chức an toàn, hiệu quả, tiết kiệm.

#### II. THỜI GIAN – ĐỊA ĐIỂM – ĐỐI TƯỢNG

##### 1. Thời gian

Thời gian tổ chức sân chơi “Thách thức thể thao” diễn ra từ 01/4/2023 đến 30/10/2023. Tùy từng thời điểm, điều kiện cơ sở vật chất và con người. Ban tổ chức sẽ quyết định tổ chức sân chơi.

##### 2. Địa điểm

Sân chơi “Thách thức thể thao” sẽ được tổ chức tại Nhà Thiếu nhi quận Phú Nhuận và một trong các Nhà Thiếu nhi quận huyện trên địa bàn Thành phố.

##### 3. Đối tượng

Đối tượng tham gia sân chơi “Thách thức thể thao” là các em thiếu nhi đội viên trong và ngoài quận đang theo học tại các Liên đội hoặc thiếu nhi sinh hoạt hè ở khối địa bàn dân cư.

#### III. NỘI DUNG

- Ban tổ chức sẽ đưa ra những thử thách tập luyện thể thao (*Kéo bánh xe, nhày dây, bóp tay, gập bụng...*)

+ Kéo bánh xe: Các em sẽ được thử sức kéo của bản thân bằng việc đeo đai nịt bụng, dùng cơ bụng để kéo bánh xe (*đối với các em khối Tiểu học mức nặng cơ bản là 30kg, đối với khối THCS mức nặng cơ bản là 50kg*) sau đó các em đăng ký tham gia có thể tăng sức nặng thêm tùy vào tình trạng sức khỏe của bản thân. Mỗi lần đăng ký thực hiện mức nặng hơn là các em đã đưa ra sức kéo thách thức đối với tất cả những bạn khác.

+ Nhảy dây: Các em sẽ thực hiện nhảy dây đơn tại chỗ (tối thiểu 20 lượt). Ban tổ chức không tính thời gian hoàn thành chỉ tính số lần các em nhảy dây (dây do Ban tổ chức chuẩn bị). Các em sẽ thực hiện nhảy dây bằng hết sức của bản thân, sau đó ghi nhận lại kết quả của mình và đưa ra thách thức nhảy dây với bạn khác.

+ Bóp tay: Ban tổ chức sẽ chuẩn bị dụng cụ bóp cơ tay, các em thiếu nhi đăng ký tham gia thử thách bóp cơ tay sẽ thực hiện tối thiểu 10 lần, từ lần thứ 11 Ban tổ chức sẽ ghi nhận và các em có quyền đưa ra thách thức với các bạn khác. Mỗi lượt được ghi nhận yêu cầu đảm bảo hai bên tay bóp phải chạm vào nhau.

+ Gập bụng: Sử dụng dụng cụ hỗ trợ của Ban tổ chức, mỗi em tham gia thử thách phải thực hiện tối thiểu 5 lần gập bụng để hoàn thành thử thách và sẽ đưa ra thách thức từ lượt thứ 6.

- Ban tổ chức sẽ ghi nhận các kỷ lục của những nội dung (Thiếu nhi khỏe nhất, Thiếu nhi có số lần nhảy dây nhiều nhất, Thiếu nhi có số lần bóp tay nhiều nhất, Thiếu nhi có số lần gập bụng nhiều nhất) và các em thiếu nhi sẽ mất kỷ lục nếu có người khác vượt qua.

#### IV. KHEN THƯỞNG

Ban tổ chức sẽ tổng kết trao giấy khen và phần thưởng cho các em thiếu nhi, đội viên có kỷ lục trong các nội dung đã được ghi nhận.

#### V. BAN TỔ CHỨC

- |                              |                                 |              |
|------------------------------|---------------------------------|--------------|
| 1. Đ/c Huỳnh Anh Phương Thảo | - Bí thư Quận Đoàn              |              |
|                              | Chủ tịch Hội đồng đội Quận      | - Trưởng ban |
| 2. Đ/c Ngô Hải Yến           | - Phó Bí thư Quận Đoàn          |              |
|                              | Phó Giám đốc Nhà Thiếu nhi      | - Phó ban    |
| 3. Đ/c Phạm Văn Đại          | - Trưởng Khoa Thể dục Thể thao  |              |
|                              | Nhà Thiếu nhi                   | - Thành viên |
| 4. Đ/c Dương Hoàng Phát      | - Cán bộ Khoa Sáng tạo Kỹ thuật |              |
|                              | Nhà Thiếu nhi                   | - Thành viên |
| 5. Đ/c Trần Đức Anh          | - Cán bộ Văn phòng              | - Thành viên |
| 6. Đ/c Dương Thiên Ân        | - Chuyên viên Hội đồng đội quận | - Thành viên |

Trên đây là kế hoạch tổ chức sân chơi “Thách thức thể thao” năm 2023 của Nhà thiếu nhi quận Phú Nhuận.

Nơi nhận:

- BGD NTN TP
- BTV QĐ/ BGD NTN
- Cơ sở
- Lưu VP

KT. GIÁM ĐỐC  
PHÓ GIÁM ĐỐC



Ngô Hải Yến