

关于参加 2023 江苏省仪征中学夏季云端运动会通知

为了更好地落实习近平总书记“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”指示的精神，引导学校与家长共同关心学生体质健康，提高我校学生体质水平，尤其是激发体质较弱学生体育锻炼的信心与积极性，提高他们的体质健康水平，在省教育厅体育卫生与艺术教育处、江苏省学生体质健康促进研究中心组织下，我校全体学生将利用“智体 1 号软件”参与“省点校云端运动会”。比赛的有关事项规定如下：

一、参赛人员

江苏省仪征中学所有现高一、高二学生，不包括高三毕业生

二、比赛项目

年级	必赛项目 1	必赛项目 2	自选项目
高一、高二	3 分钟双脚交替 跳短绳比稳	2 分钟立卧撑	选定自己喜爱的体育运动项目训练内容

(备注：请各位学生自备跳绳等运动器材，居家训练请选择安全适合的场所并且穿着运动服和运动鞋)

三、参赛时间及办法

1. 居家锻炼阶段（家长在家负责完成，或学生用智能电子设备自行完成）

2023 年 6 月 12 日——8 月 6 日，用智能手机、平板电脑等智能设备在“智体 1 号软件”平台上进行网络训练打卡，提倡每周均衡“打卡”（上传锻炼视频）2-3 次为宜，不提倡天天“打卡”，完成规定的次数后，后期不“打卡”或“打卡”次数过少。（视频请用手机实时在“智体 1 号软件”平台上录制并上传，提前录好无法上传平台）

2. 比赛阶段（家长在家负责完成，或学生用智能电子设备自行完成）

2023 年 8 月 7 日——8 月 10 日，家长在家用智能手机、平板电脑等智能设备在“智体 1 号软件”平台上进行。

四、比赛奖励（由江苏省教育厅赛事组委会发放的省级比赛奖章）

以各年级为单位的省级个人优胜奖

1. 运动健将奖。本校必赛与挑战项目各年级男女最好成绩者。

2. 最佳进步奖。本校必赛与挑战项目各年级男女进步最大成绩者。

3. 积极锻炼奖。本校“周均锻炼次数达标者”中没有得到“健将”或“进步奖”的必赛与挑战项目成绩最好者。

五、“智体 1 号软件”使用说明（具体图文和视频使用说明会在班级家长群发布）

第一步：微信扫码注册绑定学生

1. 学生或家长接收学校下发的“智体 1 号”二维码进入智体 1 号软件平台。

2. 学生或家长用手机微信扫码进行注册；

(1) 扫码，按照页面提示进行操作，进入系统；

(2) 按照页面操作提示操作，完成参赛学生注册。（备注：江苏省仪征中学代码 1162）

特别说明：目前高二所有学生都已注册绑定，只要用之前绑定的设备直接扫码使用即可，高一需要重新绑定。

第二步：参与锻炼，上传视频

1. 在页面上选择“省点校第三届云端运动会”进入，然后点击要参与的项目名称，就可看到动作要求、包括动作参考视频等

2. 点击“准备拍摄”按钮，用注册的手机拍摄运动视频并上传；

3. 根据有效范围提示，填写成绩，然后点击“确定”按钮，即可完成；



（微信扫码注册绑定）

江苏省仪征中学

2023.6.21