

KẾ HOẠCH
Ngày hội “Sinh viên khỏe 2025”

Căn cứ chương trình công tác Hội và phong trào sinh viên năm học 2024 - 2025; đồng thời động viên cho sinh viên tham gia tập luyện, rèn luyện thân thể để nâng cao sức khỏe, tạo điều kiện để sinh viên phấn đấu đạt danh hiệu “Sinh viên 5 tốt” các cấp, Ban Thư ký Hội Sinh viên trường tổ chức Ngày hội “**Sinh viên khỏe năm 2025**” với những nội dung cụ thể như sau:

I. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM, ĐỐI TƯỢNG THAM GIA

- Thời gian:** Từ 7h00 - 11h00 ngày 18/05/2025 (chủ nhật)
- Địa điểm:** Sân bóng rổ Trường Đại học Sư phạm - ĐHĐN.
- Đối tượng tham gia:** Tất cả hội viên Hội Sinh viên Trường Đại học Sư phạm - ĐHĐN và sinh viên trong địa bàn thành phố Đà Nẵng.

II. NỘI DUNG

1. Chạy cự ly ngắn:

- Cự ly: 30m đối với cả nam và nữ.
- Thành tích:

Giới tính	Thành tích (giây)
Nam	< 6
Nữ	< 7

2. Nằm ngửa gập bụng:

Thành tích:

Giới tính	Thành tích (lần/30s)
Nam	≥ 20
Nữ	≥ 15

3. Bật xa tại chỗ:

Thành tích:

Giới tính	Thành tích (m)
Nam	2,0
Nữ	1,5

4. Chống đẩy

Thành tích:



Giới tính	Thành tích (lần/30s)
Nam	≥ 20
Nữ	≥ 10

5. Nhảy dây:

Thành tích:

Giới tính	Thành tích (lần/60s)
Nam	≥ 40
Nữ	≥ 50

Lưu ý:

- Sinh viên tham gia ngày hội có mặt tại địa điểm trước 15 phút theo thời gian quy định của BTC để làm thủ tục.
- Sinh viên khi tham gia các nội dung thi của ngày hội phải mặc đồng phục thể dục và mang giày thể thao để hạn chế tổn thương.
- Sinh viên tham gia ngày hội với mục tiêu vui khỏe và phải tôn trọng quyết định của BTC. Các thắc mắc tại hội thi vui lòng liên hệ BTC.

III. CƠ CẤU GIẢI THƯỞNG:

- Hoàn thành 4 trong 5 nội dung trên sẽ được cấp giấy chứng nhận “*Sinh viên khỏe 2025*”.
- Ngoài ra Ban tổ chức sẽ ghi nhận 10 bạn ở 5 nội dung nam, nữ có thành tích cao nhất để khen thưởng (gồm giấy khen và tiền thưởng).

IV. HÌNH THỨC, THỜI GIAN ĐĂNG KÝ THAM GIA:

1. Hình thức đăng ký: Đăng ký theo Liên chi và gửi về Văn phòng Đoàn trường theo địa chỉ email: vpdtndhsp@gmail.com (trước ngày 12/05/2025) hoặc đăng ký trực tiếp tại bàn ghi danh.

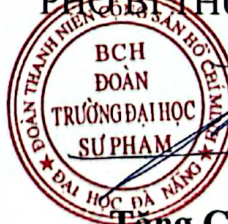
2. Kinh phí: Sử dụng kinh phí được nhà trường phê duyệt

Trên đây là kế hoạch tổ chức “*Ngày hội Sinh viên khỏe 2025*”, kính đề nghị các đơn vị triển khai đến từng sinh viên và thực hiện nghiêm túc.

Nơi nhận:

- Hội Sinh viên ĐHQĐN (để b/c);
- Các Liên chi hội (để t/h);
- Lưu VP.

**TM. BTK HỘI SINH VIÊN
PHÓ BÍ THƯ, CHỦ TỊCH**



Tăng Chánh Tín

