|  |  |
| --- | --- |
| HỘI SINH VIÊN VIỆT NAM  TP. HỒ CHÍ MINH  **BCH TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ - LUẬT**  \_\_\_  Số: 11/KH-HSV | *TP. Hồ Chí Minh, ngày 04 tháng 9 năm 2019* |

**KẾ HOẠCH**

**Tổ chức hội thi “Thanh niên khỏe” năm học 2019 – 2020**

**\_\_\_\_\_**

# I. MỤC ĐÍCH - YÊU CẦU:

**1. Mục đích:**

- Tạo điều kiện để sinh viên đạt được tiêu chí “Thể lực tốt” trong năm tiêu chí của danh hiệu “Sinh viên 5 tốt”;

- Tạo môi trường rèn luyện sức khỏe, nâng cao thể lực phục vụ tốt việc học tập của sinh viên trường Kinh tế - Luật;

- Tăng tình đoàn kết, giao lưu học hỏi lẫn nhau và tính đoàn kết qua những môn thi đấu tại hội thi.

# 2. Yêu cầu:

- Sinh viên tham gia với tinh thần vui khỏe, giao lưu học hỏi.

- Hội thi phải thu hút được đông đảo sinh viên tham gia, cách thức tổ chức phải chuyên nghiệp và rút kinh nghiệm từ những lần tổ chức trước.

# II. THỜI GIAN - ĐỊA ĐIỂM - ĐỐI TƯỢNG THAM GIA:

# 1. Thời gian:

- Sáng 7h30 – 10h30, ngày 22 tháng 9 năm 2019 (chủ nhật).

- Chiều 14h30 – 17h00, ngày 22 tháng 9 năm 2019 (chủ nhật).

**2. Địa điểm:**

- Khuôn viên Trường Đại học Kinh tế - Luật (ĐHQG TP. HCM)

# 3. Đối tượng tham gia:

- Tất cả các sinh viên đang theo học tại trường ĐH Kinh tế - Luật.

- Thí sinh đủ tiêu chuẩn tham gia Hội thi.

# III. NỘI DUNG THI ĐẤU VÀ CHỈ TIÊU:

**1. Tiêu chuẩn rèn luyện của thanh niên và danh hiệu “Thanh niên khỏe”:**

## \* Đối với nữ:

*- Nội dung kiểm tra:*

+ Chạy 100m

+ Chạy 800m

+ Bật xa tại chỗ

+ Nhảy dây

*- Tiêu chuẩn kiểm tra:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PHÂN LOẠI** | **100m (giây)** | **800m (phút,**  **giây)** | **Bật xa (m)** | **Nhảy dây**  **(cái/giây)** |
| **Không đạt** | >20,0 | >5'00 | <1,5 | <40/60s |
| **Đạt** | 20,0 - 17,5 | 5'00 - 4'00 | 1,50 - 1,80 | 40 – 50/60s |
| **Khá** | 17,4 - 16,5 | 3'59 - 3'30 | 1,81 - 2,0 | 51 – 65/60s |
| **Giỏi** | <16,5 | <3'30 | >2,0 | 66 – 77/60s |

*- Phân loại chung tiêu chuẩn rèn luyện:*

+ **Loại Đạt:** có 4/4 nội dung kiểm tra đạt yêu cầu.

+ **Loại Khá**: có 2/4 nội dung kiểm tra đạt loại Khá trở lên và nội dung còn lại đạt loại Đạt.

+ **Loại Giỏi**: có 2/4 nội dung đạt loại Giỏi trở lên và nội dung còn lại phải đạt loại Khá trở lên.

- Từ loại ĐẠT trở lên được xác nhận danh hiệu “Thanh niên khỏe”.

## \* Đối với nam:

*- Nội dung kiểm tra:*

+ Chạy 100m

+ Chạy 1500m

+ Bật xa

+ Gập tạ tay.

*- Tiêu chuẩn kiểm tra:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PHÂN LOẠI** | **100m (giây)** | **1500m (phút,**  **giây)** | **Bật xa (m)** | **Gập tạ tay 4kg** |
| **Không đạt** | >15,0 | >7'00 | <1,8 | <50/1p30s |
| **Đạt** | 15,0 - 14,6 | 7'00 - 6'30 | 1,8 - 2,3 | 50 - 60/1p30s |
| **Khá** | 14,5 - 14,0 | 6'29 - 6'00 | 2,3 - 3,00 | 60 - 65/1p30s |
| **Giỏi** | <14,0 | <6'00 | >3,00 | >65/1p30s |

*- Phân loại chung tiêu chuẩn rèn luyện:*

+ **Loại Đạt**: có 4/4 nội dung kiểm tra đạt chỉ tiêu quy định.

+ **Loại Khá**: có 2/4 nội dung kiểm tra đạt loại Khá trở lên nội dung còn lại đạt loại Đạt.

+ **Loại Giỏi**: có 2/4 nội dung đạt loại Giỏi trở lên và có 2 nội dung còn lại phải đạt loại Khá trở lên.

- Từ loại ĐẠT trở lên được xác nhận danh hiệu “Thanh niên khỏe”

# IV. CÁCH THỨC ĐĂNG KÝ:

- Sinh viên đăng ký tham gia theo Chi hội. Liên Chi hội tổng hợp theo mẫu đính kèm và gửi về CLB Thể dục Thể thao theo email: [hoisinhvien@uel.edu.vn](mailto:hoisinhvien@uel.edu.vn), hạn cuối vào ngày 13/9/2019 với tiêu đề: [DS] – LIÊN CHI HỘI X – THANH NIÊN KHỎE.

- Lệ phí tham gia: 4.000đ/sv. Sinh viên đóng tiền cho Liên Chi hội, Liên Chi hội tổng hợp gửi về cho CLB Thể dục thể thao, hạn chót nộp tiền vào ngày 14/9/2019.

- Các sinh viên tham gia phải tập trung đầy đủ và thi đúng giờ. **Các sinh viên tham gia mà không hoàn tất một phần thi thì sẽ không đạt và sẽ không thi các phần thi khác.**

**V. TỔ CHỨC THỰC HIỆN:**

**1. Thành lập Ban tổ chức:**

**- Đ/c Huỳnh Mạnh Phương** Chủ tịch HSV Trường Trưởng ban

**- Đ/c Ngô Trọng Nguyễn** Phó Chủ tịch HSV Trường Phó ban TT

**- Đ/c Huỳnh Mai Trinh** Phó Chủ tịch HSV Trường Phó ban

**- Đ/c Trần Ngọc Mai Anh** UV BTK HSV Trường Thành viên

- **Đ/c Nguyễn Nhựt Hương Giang** UV BTK HSV Trường Thành viên

**- Đ/c Ninh Văn Thương** UV BCH HSV Trường Thành viên

**- Đ/c Hà Thị Thanh Chi** Chủ nhiệm CLB TDTT Thành viên

***Cùng các đồng chí UV BCH Hội Sinh viên Trường và Ban điều hành CLB Thể dục thể thao là thành viên Ban Tổ chức***

**2. Tiến độ thực hiện:**

- Ngày 04/9/2019: Xây dựng kế hoạch, thành lập Ban tổ chức Hội thi.

- Ngày 10/9 – 15/9/2019: Trình và xin ý kiến xét duyệt của Đảng ủy - Ban Giám hiệu về việc triển khai tổ chức.

- Ngày 15/9/2019: Triển khai về các cơ sở.

- Ngày 18/9/2019: Hạn chót nhận danh sách đăng ký.

- Ngày 20/9/2019: Chuẩn bị cho Hội thi.

- Ngày 22/9/2019: Diễn ra Hội thi.

- Ngày 25/9/2019: Họp rút kinh nghiệm.

***Tổng kinh phí thực hiện chương trình là 6.015.000, bằng chữ: Sáu triệu mười lăm nghìn đồng chẵn (Dự toán kinh phí Đoàn – Hội 2019, Mục 1.1, STT 30.3)***

|  |  |
| --- | --- |
| **XÁC NHẬN CỦA ĐẢNG ỦY -**  **BAN GIÁM HIỆU**  ***Nơi nhận:***  **-** Đảng ủy - Ban Giám hiệu Trường;  - BTK HSV Thành phố;  - BCH HSV Trường;  - Cơ sở Hội trực thuộc;  - Lưu VP (VT). | **TM. BCH HỘI SINH VIÊN TRƯỜNG**  **P. CHỦ TỊCH**  **Ngô Trọng Nguyễn** |