

# 陕西省教育信息化管理中心文件

陕教信中心〔2022〕13号

---

## 关于举办 2022 年青少年“爱挑战”活动的通知

各市电教馆，西咸新区教育卫体局，杨凌示范区教育局，韩城市、神木市、府谷县电教中心，石油普教管理中心，各有关单位：

为学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深入贯彻落实中共中央国务院《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》，配合“双减”政策实施，实现“五育并举、立德树人”教育目标，持续推动信息技术与教育课堂的深度融合，进一步发展中小生素质教育，充分利用课后服务和第三课堂，将实践活动与技术应用相结合，激发中小学生学习创新拓展热情，展示中小学“双减”教育成果，在青少年“爱挑战”创新共享平台上，决定举办 2022 年度青少年“爱挑战”活动。现将有关事项通知如下：



## 一、活动主题

立德树人，五育并举，素质教育，全面发展。

## 二、活动范围和组别

本次活动面向全省中小学校（中职学校、幼儿园）学生，活动分幼儿园组、小学组、初中组和高中组四个组别。

## 三、活动目的与任务

青少年“爱挑战”活动旨在深化基础教育综合改革，主动适应教育创新发展要求，积极探索信息时代人才培养新模式，遵循兴趣导向和开放理念，树立“五育并举”的全方位育人模式，创新“互联网+素质教育”和“互联网+课后服务”新载体。

重在把青少年“爱挑战”活动作为素质教育教学改革的重要抓手，引导各地各学校主动服务国家战略和教育发展，积极开展教育教学改革探索，鼓励广大青少年德智体美劳全面发展，激发青少年的创造力，切实提高中小学生的爱国情操、体育素质、探索能力和创新意识。

## 四、活动项目

本次活动通过青少年“爱挑战”创新共享平台，面向全省中小学校（中职学校、幼儿园）师生征集素质教育相关的创意视频作品，设计了“德智体美劳五育项目”和“校园挑战赛项目”的“5+1”系列活动，具体方案如下：



### （一）德智体美劳五育项目

主要为展示类项目，秉承“五育并举”素质教育主题，加快构建德智体美劳全面培养的教育体系，为广大师生提供展示才艺和特长的平台。学生可参照青少年“爱挑战”德智体美劳五育项目（详见附件1）任意选择参赛项目，随时录制各类创新视频或图片上传至平台。各级电教部门可通过作品点播量、转发量和点赞量等进行推优，推选出一批素质创新候选人。省上将对入围省级决赛项目进行网上评审，优秀项目将进行现场比赛，决出一、二、三等奖。

1. “劳动最光荣”活动。按照中共中央国务院《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》，树立“以热爱劳动为荣，以好逸恶劳为耻”的荣辱观，培养学生动手、动脑和生活实践能力，感受劳动乐趣、体验劳动价值。

2. “关注生命安全”活动。《国家中长期教育改革和发展规划纲要》明确指出：“把促进学生健康成长作为学校一切工作的出发点和落脚点。”主动服务校园安全，推动生命安全教育，从心理健康、校园法律、院前急救等方面普及校园安全教育，为自救互救铺路搭桥，提高广大师生的应急保护和自救互救能力。

3. “讲好家乡故事”活动。在“互联网+”环境下厚植青少年的家国情怀，开展“讲好中国故事之传播家乡文化，传承红色



基因，助力乡村振兴”三个系列活动，引导学生走进博物馆、红色教育基地、乡村地区，接受爱国思想洗礼、学习革命精神、传承红色基因。提高学生应用“互联网+新媒体”的综合技能，培养爱国情怀，增长社会实践能力，弘扬社会主义正能量。

4. “国防教育大比拼”活动。为了推动《全民国防教育大纲》和国防教育法的贯彻落实，促进校园国防教育工作深入持久开展，通过“校园国防教育大比拼之课间操、国防体育、军训研学”，营造爱国主义良好氛围，激发青少年爱国情怀，增强国防观念，培养师生团结协作、勇敢自卫的精神担当，提升学生国防意识、国防观念和国防能力。

5. “才艺秀创新巡展”活动。秉承“才艺大舞台，有才你就来”主题，在青少年“爱挑战”平台开展“才艺秀之小舞蹈家、小音乐家、小歌唱家、小画家、小发明家”系列作品征集，开展优秀才艺展示交流活动。

为了高质量推进五项活动，青少年“爱挑战”创新共享平台遴选了全国的优质资源和课程，供学校和学生自愿选用。

## （二）校园挑战赛项目

校园挑战赛设置挑战项目 50 个（详见附件 2），涵盖学习、运动、劳动、安全、语言等领域，省上将在热度排名靠前的项目中选择确定具体吉尼斯项目。



1. “爱挑战”网络竞技赛。各学校组织学生参与校园挑战项目，上报挑战成绩，通过青少年“爱挑战”创新共享平台在学校、区域、全省范围内进行线上竞赛。挑战者可在平台上创造和挑战校级、市级、省级纪录，并获得各级纪录勋章和网络纪录证书。

2. 吉尼斯网络预选赛。各校组织学生参与吉尼斯网络预选赛，上报挑战成绩，挑战者可在平台上查看各级纪录并进行挑战刷新。获胜者将参与吉尼斯世界纪录现场挑战赛，向世界纪录发起挑战。

## 五、活动报名方法

青少年“爱挑战”活动的唯一平台是“青少年爱挑战创新共享平台”（网址 <http://qsnatz.com>）。各学校可在平台快捷注册，已注册的学校可直接参与活动，未注册的学校可登录 <http://atz.qsnatz.com/apply> 注册，并开通学校唯一管理账户，由学校管理员为本校师生批量开通平台账号。参赛学生领取账号后，登录平台或微信小程序（名称为“UP 青少年爱挑战”）任一方式进行报名。

## 六、活动程序和时间

县（区）初赛阶段：2022年9月30日前，开展各级培训，动员学校组织学生广泛参赛。以县（区）为单位开展评选，推选优秀作品参加市级复赛。



市级复赛阶段：2022 年 10 月 31 日前，在县（区）初赛的基础上，以市为单位开展评选。各市在 10 月 31 日前完成市级复赛，并统一填写《参赛作品汇总表》（附件 3）报送省教育信息化管理中心（电子版发送至 2479596840@qq.com），遴选参加省赛的候选项目推荐项目应有名次排序，供全省决赛参考。

省级现场嘉年华：2022 年 11 月下旬，根据疫情防控要求适时举办青少年“爱挑战”吉尼斯世界纪录嘉年华，开展吉尼斯世界纪录现场挑战。同时，对市级推荐的专项活动作品引入专家评审机制，评选省级才艺之星，表彰各项目优秀选手和优秀组织奖。

## 七、工作要求和有关事项

1. 高度重视，认真落实。各级电教部门和广大学校要充分认识开展活动的现实意义和重要作用，认真做好组织推进，进一步强化信息化工作与课后服务、“三个课堂”的紧密联系。优秀组织奖评选主要根据各级电教部门的组织效果、响应速度、工作效率、参赛人数、推荐作品的整体质量、获奖作品数量和等次等因素综合评定。省教育信息化管理中心把“爱挑战”活动纳入 2022 年度考核，作为综合评优表彰的参考指标，并开展专项评核。

2. 加强组织，提高实效。“爱挑战”活动是学校素质教育创新拓展的重要抓手，各地要认真做好活动的宣传工作，通过集中启动、媒体传播，线上线下共同发力，提升活动的社会影响力。



省上拟拍摄《青少年“爱挑战”》专题纪录片，全面展示各地青少年参与活动的生动实践和良好精神风貌。各市、县（区）工作动态将在青少年“爱挑战”创新共享平台进行宣传报道。

**3.全面参与，创新拓展。**各学校要建立“爱挑战”工作组织机构，提供必要的条件和支持，遵循学生兴趣导向和开放理念，扩大活动覆盖面和参与度，引导鼓励师生积极参与，共建“线下线上，校内校外，社会各界”深度融合的活动机制，为贯彻落实“五育并举”、深化素质教育创新发展，汇聚更多活力。

#### 八、其他要求：

1.参赛作品须真实、健康、合法，无任何不良信息，作品立意应弘扬正能量，践行社会主义核心价值观。不得抄袭或侵害他人版权，否则取消参赛资格。参赛即视为同意在全省推广和共享作品。

2.各市要制定本地青少年“爱挑战”活动方案，明确活动时间安排、地点、规模、活动形式、支持条件等内容，于2022年4月15日前将活动方案、组织机构和联系人回执表（附件4）报送至省教育信息化管理中心（发送电子版至2479596840@qq.com），便于赛事工作沟通及交流。

联系人：李 昊 13060398256

姚 远 13901144980



何 璐 029-62396021、15829307092

管理员 QQ 群：498071847

地址：西安市未央区明光路南段三号

附件 1：青少年“爱挑战”德智体美劳五育项目

附件 2：青少年“爱挑战”校园挑战赛项目

附件 3：市级评选作品汇总表

附件 4：组织机构及联系人回执表



爱挑战官网



爱挑战小程序



使用抖音扫码关注

陕西省教育信息化管理中心

2022 年 4 月 2 日

---

报送：省教育厅有关领导及处室。

---

陕西省教育信息化管理中心

2022 年 4 月 2 日印发



## 附件 1:

## 青少年“爱挑战”德智体美劳五育项目

| 序号 | 类目        | 项目名称   | 项目形式                                                              |
|----|-----------|--------|-------------------------------------------------------------------|
| 1  | 劳动最光荣     | 生活技能篇  | 植物栽培、馒头制作、裤装设计、生活小物改造、木工制作、家庭医疗仪器使用等;                             |
| 2  |           | 职业体验篇  | 园丁、护士、建筑设计家、社区服务等;                                                |
| 3  |           | 校园劳动篇  | 搭建梦想教室、校园服务体验等;                                                   |
| 4  |           | 社区服务篇  | 志愿服务进社区、关爱残障儿童、给孤寡老人送温暖等。                                         |
| 5  | 关注生命安全    | 心理健康篇  | 家长课堂、心理演讲、心理班会、心理黑板报等;                                            |
| 6  |           | 校园法律篇  | 校园欺凌、《民法总则》、《中小学心理健康教育指导纲要》等;                                     |
| 7  |           | 院前急救篇  | 急救包使用,淹溺、创伤面处理、骨折部位固定、海姆利克、心肺复苏术。                                 |
| 8  | 讲好家乡故事    | 传播家乡文化 | 博物馆讲解,如文物、历史文化等;                                                  |
| 9  |           |        | 风土习俗讲解,如唐三彩陶、面花、眉户、户县农民画、陕北剪纸、凤翔彩绘泥塑、凤翔木板年画、仿秦兵马俑、仿秦铜车马、秦腔等传统民俗等; |
| 10 |           | 传承红色基因 | 红色教育基地介绍;                                                         |
| 11 |           |        | 革命故事讲解;                                                           |
| 12 |           | 助力乡村振兴 | 乡村振兴新变化,如志愿服务进新村、关爱留守儿童、寻访美丽宜居示范村等。                               |
| 13 | 校园国防教育大比拼 | 课间操场景  | 少林武术、军事布阵等;                                                       |
| 14 |           | 校园国防教育 | 升国旗、主题演讲、校园展板等;                                                   |
| 15 |           | 军训研学   | 开学典礼、主题活动、集体军训、拓展训练、生存技能、挑战自我等。                                   |



|    |           |      |                                                  |
|----|-----------|------|--------------------------------------------------|
| 16 | 才艺秀<br>展示 | 小文艺家 | 舞蹈作品、小话剧作品等；                                     |
| 17 |           | 小朗诵家 | 诗歌、讲故事、歌词背诵等朗诵表演；                                |
| 18 |           | 小音乐家 | 歌曲演唱、歌曲创作、器乐表演、作曲等；                              |
| 19 |           | 小画家  | 素描、油画、雕塑、创意设计等；                                  |
| 20 |           | 小发明家 | 数字科技产品设计，包括书画设计、科技设计、数字媒体作品；陶艺、雕塑、面花、木板年画等民俗手工艺。 |



## 附件 2

### 青少年“爱挑战”活动校园挑战赛项目

| 序号 | 类目   | 项目名称        | 项目形式                                                                                                         |
|----|------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 劳动技能 | 一分钟搭积木比赛    | 一分钟搭积木最多者获胜（幼儿组可选）                                                                                           |
| 2  | 劳动技能 | 五分钟穿越障碍物    | 五分钟穿越障碍物个数最多者获胜                                                                                              |
| 3  | 劳动技能 | 一分钟识别中草药    | 看图识画，一分钟识别中草药数量最多者获胜                                                                                         |
| 4  | 劳动技能 | 三分钟剪纸比赛     | 三分钟剪纸数量最多者获胜                                                                                                 |
| 5  | 劳动技能 | 一分钟摘菜比赛     | 一分钟摘菜（时令蔬菜场地自选）数量最多者获胜                                                                                       |
| 6  | 劳动技能 | 一分钟巧识十字花科植物 | 看图识别，识别数量最多者获胜                                                                                               |
| 7  | 灵巧反应 | 一分钟投掷飞镖     | 一分钟投掷飞镖分数最多者获胜                                                                                               |
| 8  | 球类运动 | 1 分钟双手交替拍篮球 | 累计一分钟内双手交替拍球个数                                                                                               |
| 9  | 球类运动 | 1 分钟脚内侧颠球   | 1 分钟脚内侧颠球最多次数                                                                                                |
| 10 | 球类运动 | 足式保龄球       | 比赛规则：每组选派 1 人参赛，在参赛选手 6 米外，以等边三角形按 1，2，3，4 排列摆放 10 个装满水的塑料瓶。参赛选手用足球以踢球的方式撞到塑料瓶。每人三次机会，撞到一个塑料瓶得一分，三局累计最高分者胜利。 |
| 11 | 圈绳运动 | 反挽花 1 分钟    | 1 分钟内双手交替绳子由前向后有效越过脚下的次数                                                                                     |
| 12 | 体能测试 | 50 米短跑      | 采用站立式起跑，跑完 50 米时间最短者获胜                                                                                       |
| 13 | 体能测试 | 1 分钟前滚翻     | 1 分钟内前滚翻次数                                                                                                   |
| 14 | 体能测试 | 20 米连续蛙跳    | 跳完 20 米时间最短者获胜                                                                                               |
| 15 | 体能测试 | 30 米鸭子走路    | 走完 20 米时间最短者获胜                                                                                               |
| 16 | 体能测试 | 一分钟滚铁环      | 一分钟滚铁环距离最长者获胜                                                                                                |
| 17 | 体能测试 | 二分钟吹气球比赛    | 二分钟吹气球最大者获胜                                                                                                  |



|    |      |             |                                                                                                                                                |
|----|------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18 | 体能测试 | 一分钟引体向上     | 一分钟引体向上数量最多者获胜                                                                                                                                 |
| 19 | 体能测试 | 吹乒乓球        | 比赛说明：将装满水的杯子依次排列在桌子上，再把乒乓球放在第一个杯子里，每队派出代表，站在桌子前，用嘴巴将乒乓球从第一个杯子吹到第五个杯子里，若乒乓球被吹出杯子则应从头再来，由计时员统计任务完成所用时间。                                          |
| 20 | 体能测试 | 双腿夹球接力      | 将球放在两膝上方用劲夹住，走到对面终点处，将球交给对面队友，循环反复至全队结束，时间最短者为胜。                                                                                               |
| 21 | 体能测试 | 袋鼠跳（2人）     | 队员分为两边，比赛开始后队员钻入麻袋中，快速的跳向终点线，到达终点线后钻出麻袋并快速的跑回起跑线将麻袋传给下一位队员，以速度决定胜负。                                                                            |
| 22 | 体能测试 | 两人三足        | 比赛规则：各队队员两人一组成纵队在起点排列好，用布带子把两人的异侧脚（一人左脚、一人右脚）的踝关节绑在一起，互相搂肩，准备起跑，不准抢跑。裁判发令后各队第1组立即向前跑，绕过标志物跑回起跑线，把布带解开交给第2组。游戏照上述方法依次进行，每人轮流跑一次，最后以用时最短的队伍为胜利者。 |
| 23 | 体能测试 | 平板支撑        | 平板支撑时间最长者获胜                                                                                                                                    |
| 24 | 智力反应 | 一分钟成语接龙（4人） | 一分钟成语接龙数量最多者获胜                                                                                                                                 |
| 25 | 智力反应 | 一分钟背化学元素周期表 | 一分钟背化学元素数量最多者获胜（初中以上组可选择）                                                                                                                      |
| 26 | 智力反应 | 一分钟背诵圆周率    | 一分钟背诵圆周率位数最多者获胜                                                                                                                                |
| 27 | 智力反应 | 一分钟背诵天文学星座  | 一分钟背诵天文学星座最多者获胜                                                                                                                                |
| 28 | 智力反应 | 两分钟挑战唐诗比赛   | 两分钟背诵唐诗最多者获胜                                                                                                                                   |
| 29 | 智力反应 | 一分钟识别天文现象   | 一分钟识别天文现象最多者获胜                                                                                                                                 |
| 30 | 智力反应 | 巧算24点       | 一副牌中抽去大小王剩下52张，J、Q、K可以当成是11、12、13，也可以都当成1。直接由单人从牌组中任意抽取4张牌，用加、减、乘、除（可加括号）把牌面上的数算成24。每张牌必须用一次且只能用一                                              |



|    |      |                     |                                                      |
|----|------|---------------------|------------------------------------------------------|
|    |      |                     | 次。用时最短获胜。                                            |
| 31 | 智力反应 | 五分钟挑战宋词比赛           | 五分钟背诵宋词数量最多者获胜                                       |
| 32 | 智力反应 | 一分钟背诵世界国名           | 一分钟背诵世界国名数量最多者获胜                                     |
| 33 | 智力反应 | 一分钟背诵历史战役成语         | 一分钟背诵历史战役成语数量最多者获胜                                   |
| 34 | 智力反应 | 一分钟孙子兵法布阵           | 一分钟孙子兵法布阵背诵数量最多者获胜                                   |
| 35 | 智力反应 | 一分钟排列世界地图           | 将世界地图国家版图制作卡片，排列最快者获胜                                |
| 36 | 智力反应 | 一分钟排列世界历史人物（按照时间维度） | 将不同国家历史人物制作卡片，排列最快者获胜                                |
| 37 | 生命安全 | 一分钟排序人体骨骼           | 看图识画，一分钟识别人体骨骼数量最多者获胜                                |
| 38 | 生命安全 | 一分钟识别人体脉络           | 看图识画，一分钟识别人体脉络数量最多者获胜                                |
| 39 | 生命安全 | 什么是骨折、脱臼、扭伤         | 抢答题（准确回答出概念者获胜）                                      |
| 40 | 生命安全 | 什么是烧、烫伤，怎么处理        | 抢答题（准确回答出概念者获胜）                                      |
| 41 | 生命安全 | 什么是抽搐，如何处理          | 抢答题（准确回答出概念者获胜）                                      |
| 42 | 生命安全 | 一分钟心肺复苏处理           | 参赛选手正确演示心肺复苏急救流程者获胜                                  |
| 43 | 生命安全 | 前小臂外出血如何止血          | 参赛选手正确演示前小臂外出血如何止血包扎用时最少者获胜                          |
| 44 | 才艺展示 | 一分钟校园影像大赛           | 选择校园主题拍摄视频短片，通过网络推优和评委会评比优秀者获胜                       |
| 45 | 才艺展示 | 红色主题的绘画大赛           | 选择红色主题征集绘画评比优秀者获胜                                    |
| 46 | 才艺展示 | 三分钟校园朗诵大赛           | 选择诗歌、歌词背诵、讲故事等朗诵表演，通过网络推优和评委会评比优秀者获胜（原创诗词可加分）        |
| 47 | 才艺展示 | 校园歌曲演唱大赛            | 校园歌曲、红色主题歌曲演唱表演（5分钟内），通过网络推优和评委会评比优秀者获胜（原创歌曲可加分）     |
| 48 | 才艺展示 | 校园话剧编排大赛            | 选择任意主题编排小话剧（20分钟以内），通过网络推优和评委会评比优秀者获胜                |
| 49 | 才艺展示 | 校园器乐表演大赛            | 选择器乐或乐器表演（5分钟内），通过网络推优和评委组评比优秀者获胜                    |
| 50 | 才艺展示 | 校园发明创造大赛            | 选择编程、3D打印等科技产品或陶艺、雕塑、面花、木板年画等民俗手工艺，通过网络推优和评委组评比优秀者获胜 |



附件 3

市级评选作品汇总表

地市（单位）：\_\_\_\_\_（公章）

| 序号 | 作品名称 | 作品类型 | 姓 名 | 学科 | 学段 | 所属学校 |
|----|------|------|-----|----|----|------|
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |
|    |      |      |     |    |    |      |

备注：“作品类型”填写“5+1”系列的小项数字；“学段”填写幼儿园、小学、初中和高中；  
“学科”按照教育部《中小学课程标准》填写，幼儿园根据实际内容填写。



附件 4

青少年“爱挑战”活动组织机构及联系人回执

| 单 位  |     | (盖章) |      |      |    |
|------|-----|------|------|------|----|
| 分管领导 | 姓 名 | 职 务  | 手机号码 | 办公电话 |    |
|      |     |      |      |      |    |
| 联系人  | 姓 名 | 职 务  | 手机号码 | 办公电话 | QQ |
|      |     |      |      |      |    |
|      |     |      |      |      |    |