# 2024年单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案(13篇)

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-08-23

*为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。单位趣味活动方案 女职工趣味活动方...*

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇一**

一、活动日期：3月5日(星期天)下午2：30—5：30(泉山、云龙)

3月6日(星期一)下午3：30—5：30(贾汪)

(如遇雨天，活动顺延，具体时间另行通知)

二、活动地点：泉山校区(一食堂西塑胶篮球场)

a校区(学宿2、3#楼之间)

校区(教4楼东场地)

三、活动内容：

泉山：我猜我猜我猜猜猜、快乐呼啦圈、激光打靶、

小猫钓鱼、趣味保龄球、瞎子击鼓、踩气球

云龙：我猜我猜我猜猜猜、踩气球、抢凳子、

趣味保龄球、快乐呼啦圈、小猫钓鱼

贾汪：趣味保龄球、快乐呼啦圈、瞎子击鼓、

踩气球、抢凳子、小猫钓鱼

四、奖项设置：

一等奖(猜中谜底15个以上或所有游戏均获胜)

二等奖(猜中谜底10个以上或参加任意四个游戏并获胜)

三等奖(猜中谜底5个以上或参加任意两个游戏并获胜)

鼓励奖(猜中谜底1个以上或参与活动)

有奖趣味活动游戏规则

1、快乐呼啦圈

游戏规则：每场由4人上场比拼，比赛前每人分别领得1只呼啦圈、10根别针，比赛开始后一边在腰部摇着呼啦圈，一边将手中的别针首尾相连串成一串，中途呼啦圈掉落需重新领取10根别针再开始，最先按要求穿够10枚别针，就算本场比赛的胜利者，并在奖章券上盖章。

2、小猫钓鱼

游戏规则：4人一组，2分钟内钓得最多者获胜并在奖章券上盖章。(注：酒瓶必须放到桶内)

3、瞎子击鼓

游戏规则：鼓与参赛者距离10米，参赛者拿者鼓锤蒙上眼睛后，原地转3圈，走出去击响鼓者为胜，获奖者在奖券上盖章。(注：手先碰到鼓或桌子再敲鼓则算违例)

4、趣味保龄球

游戏规则：将15个饮料瓶摆放成正三角形，游戏开始后队员手持排球站在划定的警戒线外，当哨声响起后持球队员采用地滚球的方式，将球滚向成三角放置的饮料瓶，每击倒一球得一分，每人三次机会，当最终得分超过6分者胜出并在奖券上盖章。(注意事项：不得用排球砸向饮料瓶，否则视为放弃比赛。)

5、激光打靶

游戏规则：2个人一组(男女不限)，每人10枪，打中8枪以上(含八枪)者胜出并在奖券上盖章。

6、踩气球

游戏规则：两人配合，把气球绑在两人腿上，每组五对，从规定的起点走到终点，每对之间可以互相踩腿上的气球，以最先到达终点且腿上所

剩余气球最多者胜出。(如最先到达终点者腿上所剩余气球非最多，不算作胜出，取下一队，直至最先到达终点且腿上所剩余气球最多者胜出。)胜出者在奖券上盖章。

7、我猜我猜我猜猜猜

游戏规则：参加人员请猜谜现场工作人员到谜面处，如回答正确则可以将谜面拿下直接到领奖处即可领奖。(切不可私自取下谜面)

8、抢凳子

游戏规则：十人一组，九张凳子，由裁判发令，进行抢凳子，没抢到凳子者淘汰出局，每进行一轮撤掉一张凳子，以最后抢到凳子着胜出并在奖券上盖章

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇二**

为了展示学校教职工崭新的精神风貌，丰富广大教职工的校园生活，营造健康文明、积极向上的校园氛围，增强教职工间的凝聚力和合作意识，提高教职员工的身心健康水平和生活质量，校工会决定举办首届教职工趣味运动会。

一、比赛时间：20xx年10月21日星期二下午3：30开始 二、比赛地点：校篮球球场 三、参赛对象：全体教职工

四、 比赛项目： 1、托球跑 2、双腿夹球接力 3、跳长绳 4、螃蟹背西瓜 5、踢毽子 6、踩石头过河 7、板鞋接力赛 五、分组及报名方式：

1、报名时间：20xx年10月15日星期三至10月17日星期五下午止。

2、分组情况(共六组)：交通运输教学部、机电技术教学部、财经商务教学部、电子信息教学部、民族文化教学部、行政后勤。

3、每组参加各项比赛人数要求：(每人限定报两个项目，各组自行安排参赛人员的分配)

(1)托球跑 8人(4男4女) (2)双腿夹球接力 8人(4男4女) (3)跳长绳 12人(男女不限

(4)螃蟹背西瓜 8人(4男4女) (5)踢毽子 8人(4男4女) (6)踩石头过河 6人(男女不限) (7)板鞋接力赛 9人(男女不限) 六、比赛规则(附竞赛规程说明) 七、奖励办法：

1、单项奖：每个项目按参赛队的60%给予奖励，第一名奖金500元，第二名奖金450元，第三名奖金400元，第四名奖金350元;

2、集体奖：每个项目按第一至六名积分为： 6、5、4 ，3、2、1，七个项目合计总积分，根据各组累计积分高低，按参赛队的60%给予奖励，颁发荣誉证书。

注意事项：为了使活动能顺利开展，请各组组长组织好本组成员进行报名及参加比赛;如有变动另行通知。

校 工 会 20xx 年10月14日

教工趣味运动会竞赛规程

一、举办单位：河池市职教中心学校工会 二、比赛时间：20xx年10月21日 三、比赛地点：校篮球场 四、参赛对象：学校全体教职工

五、具体要求： 1、各组组长带队，组织好本组成员按时参加比赛;

2、趣味运动会开幕要求全体人员集中校球场; 3、比赛过程各组要服从组委会安排。 六、开幕式流程安排： 1、分组列队;

2、领导讲话并宣布趣味运动赛开始。 七、比赛项目： 1、托球跑

器材：乒乓球拍、乒乓球各六个; 队员组成：8人(4男4女)，距离20m

比赛规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来。在规定的赛程内用时最少者名次最好(其中球掉落一次和用手碰球都加1秒)

2、双腿夹球接力 器材：气排球六个;

队员组成：8人(4男4女),距离20m

比赛规则：将球放在两膝上方用劲夹住，走到对面绕过障碍物，回来将球交给队友，循环反复至全队结束，时间最短者为胜，必须从起点线后起步。如中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛，但球掉落一次加1秒，双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。 3、跳长绳 器材：长绳三条;

队员组成：12人(男女不限

比赛规则：2人在三米距离间摇绳(男女不限)，其它10人依次按“8”字形跑跳，队员每跳过绳记一个，拦住或绳空摇无人跳过不记数。比赛时间为三分钟。比赛以规定时间内跳的个数定名次。

4、螃蟹背西瓜 器材：气排球六个;

队员组成：8人(4男4女),距离20m

比赛规则：(1)2人同时站于起跑线后背对背手挽手夹球到终点，把球放筐中，下一组从筐中拿球继续比赛至起点注：(20米)。(2)比赛中2人要共同用背部夹住球前行，途中不得用手触球，球掉落，须在掉球地停止前进，直至重新调整好始得继续比赛;先完成比赛返回起点为优胜。 5、踢毽子

器材：鸡毛毽十个; 队员组成：8人(4男4女),

比赛规则：(1)队员在直径1.5米的圈内进行比赛，要求：左右脚各踢毽子一次为一个完整动作，规定时间内以多者为胜方，毽子落地或出圈外，拾起可继续进入圈内比赛，但运动员的脚不能出圈，否则停止比赛。(2) 比赛时间2分钟。 (3)8人成绩累计，计算团体总分。

6、踩石头过河 器材：木板十二块; 队员组成：6人(男女不限),

比赛规则：(1)每队6人参加，规定场地内，参赛队员脚踩两木板，手拿一块，发令后出发，放下手中木板前进一步，同时拣起身后木板，以次循环走完一段赛程，用时少者为胜。 (2)比赛中运动员手与脚不能触地，但每人有一次犯规的机会(手或脚触地各算一次)，第二次犯规比赛即中止，不计算成绩。(3)场地长14米，宽1.5米。

7、板鞋接力赛

人数：每组9人(男女不限) 道具：板鞋 距离：20米 规则：(1)比赛中运动员应自始至终在各自道次内进行。运动员脚脱离板鞋触地，应原地穿好板鞋否则取消比赛资格。

(2)各就位：运动员将板鞋置于跑道起部线前，运动员共同套好板鞋，鸣枪后，运动员方可起动跑进;运动员在比赛过程中，如

果出现某一队员脚脱板鞋脚触地或摔倒，须在触地(落地)处重新套好板鞋继续比赛。以第一名运动员身体躯干任何部位抵达终点线后沿垂直直面瞬间为止，运动员的身体和板鞋须全部超过终点线后才能分离。

报 名 表

组 别：

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇三**

时 间：20xx年4月22下午2：00—4：00 地 点：北濠桥东村93幢前草坪

人员安排：

主 持 人：袁海燕

裁 判 员：王翠兰 童志祥 吴宗庆 袁永圻

在经历了一个严寒的冬季之后，万物苏醒,春风吹拂大地,各项活动也纷纷展开。为此，北濠桥东村北园社区劳动保障站特举行老年人趣味运动会,借此来丰富社区退休人员的业余生活，增强社区退休人员的锻炼意识，进一步普及全民健身意识，融洽邻里关系，定于4月22日举行老年人趣味运动会，以此来增强退休人员之间的相互了解。

比赛项目及规则：

1、打保龄球

人员安排：裁判1名，工作4名。

比赛器具：纯净水若干瓶,球2只。

规则：在规定的区域内,每人推一只球,以球击倒的纯净水若瓶最多为胜。

2、双人夹汽球跑

人员安排：裁判1名，工作人员4名。

比赛器具：汽球10只，秒表1只。

规则：在规定的区域内，两人背靠背夹只汽球，以球不落地，且不能踩线，以先到达为优胜，裁判在签到表上记录成绩，将签到表报协调员。

3、踩气球

人员安排：裁判1名，工作人员2名。

比赛器具：气球若干个。

规则： 在一分钟内，以踩爆掉的球的数量最多为优胜。裁判在签到表上记录成绩，将签到表报协调员。

4、夹弹珠

人员安排：裁判1名，工作2名。

比赛器具：空碗3只，弹珠120枚，计时器1只，筷子3双，桌子2张。

规则：每位运动员面前放两只碗(两碗之间距离为两碗的直径)，运动员需在一分钟内将左碗内的40枚弹珠用筷子夹到右碗内，掉到碗外的不算成绩，根据右碗内弹珠的多少评出获胜者。裁判在签到表上记录成绩，将签到表报协调员。

5、手拍篮球跑

人员安排：裁判1名，工作人员2名。

比赛器具：蓝球2只，粉笔起点划线，秒表1只。

规则：在规定的长宽度范围内，球不脱手，且不能踩线，以先到达为优胜。裁判在签到表上记录成绩，将签到表报协调员。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇四**

为了展示学校教职工崭新的精神风貌，丰富广大教职工的校园生活，营造健康文明、积极向上的校园氛围，增强教职工间的凝聚力和合作意识，提高教职员工的身心健康水平和生活质量，校工会决定举办首届教职工趣味运动会。

一、比赛时间：201x年10月21日星期二下午3：30开始

二、比赛地点：校篮球球场

三、参赛对象：全体教职工

四、 比赛项目：

1、托球跑

2、双腿夹球接力

3、跳长绳

4、螃蟹背西瓜

5、踢毽子

6、踩石头过河

7、板鞋接力赛

五、分组及报名方式：

1、报名时间：201x年10月15日星期三至10月17日星期五下午止。

2、分组情况(共六组)：交通运输教学部、机电技术教学部、财经商务教学部、电子信息教学部、民族文化教学部、行政后勤。

3、每组参加各项比赛人数要求：(每人限定报两个项目，各组自行安排参赛人员的分配)

(1)托球跑 8人(4男4女)

(2)双腿夹球接力 8人(4男4女)

(3)跳长绳 12人(男女不限)

(4)螃蟹背西瓜 8人(4男4女)

(5)踢毽子 8人(4男4女)

(6)踩石头过河 6人(男女不限)

(7)板鞋接力赛 9人(男女不限)

六、比赛规则(附竞赛规程说明)

七、奖励办法：

1、单项奖：每个项目按参赛队的60%给予奖励，第一名奖金500元，第二名奖金450元，第三名奖金400元，第四名奖金350元;

2、集体奖：每个项目按第一至六名积分为： 6、5、4 ，3、2、1，七个项目合计总积分，根据各组累计积分高低，按参赛队的60%给予奖励，颁发荣誉证书。

注意事项：为了使活动能顺利开展，请各组组长组织好本组成员进行报名及参加比赛;如有变动另行通知。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇五**

一、活动目的

为丰富全校师生课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，全面推进我校健身运动的深入开展，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办趣味运动会，现制定活动方案如下。

二、活动领导小组： 组长：田长军

副组长：严强、唐清明、冉伟隆、蒋智高

成员：吴光军 张桥江 赵德涛 胡俊 田智 张小庆 任仕学 张志强

严萍 高小梅

三、活动时间和地点

1、时间：20xx年11月10日——14日 2、地点：学校操场 四、活动内容及方法

活动分单人项目和集体项目 单人项目：

单人跳绳、引体向上/仰卧起坐、踢毽子、袋鼠跳跳跳、摸石头过河、1分钟投篮、高脚

集体项目：

双人跳绳、6人蹲跳接力、三人四足、双人抛接球、6人双脚夹球跳接力、10人跳绳、10人足式保龄球、3人板鞋 五、参加对象：全体印江中等职业学校在校学生 六、竞赛办法：

(一)个人项目每班不限制报名人数，集体项目除10人跳绳、10人足式保龄球限制一组外，其他项目不限制报名组数。

(二)已报名的运动员不得无故缺席或弃权(因公务或伤病除外)。 (三)集体项目可以邀请本班级科任教师参与。 七、名次和奖励办法：

(一)个人项目取前6名,按7、5、4、3、2、1加入团体分。 (二)团体项目取前6名，按7、5、4、3、2、1加入团体分。 (三)个人项目前三名发奖状及奖金，团体项目前三名发奖状及奖金(10人跳绳和10人足式保龄球前三名班级发奖状及奖品)。 (四)团体总分排名前六名发奖状及奖金。 八、注意事项：

1、 各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得随意走动，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

九、备注：本方案未尽之处另行通知，本方案解释权属活动领导小组。

印江中等职业学校文艺之冬

“娱乐身心 激扬青春”趣味运动会组委会

一、主办单位：印江职校

二、承办处室：团委 体育组

三、组织委员会

组长：

副组长：

成员：

四、领队：各班班主任为领队

五、医务组：

六、宣传组成员：

七、安全组

八、奖品组：

九、裁判组：组长：高小梅

成员：

十、裁判员分组：

10日下午2:30

项目名称：袋鼠跳跳跳(男子)、6人夹球接力(女子)

裁判员：

项目名称：引体向上(男子)

裁判员：

项目名称：仰卧起坐(女子)

裁判员：

项目名称：单人跳绳(女子)：

裁判员：

项目名称：双人抛接球(男子)

裁判员：

项目名称：摸石头过河(女子)、三人四足(男子)

裁判员：

项目名称：1分钟投篮(女子)

裁判员：

项目名称：踢毽子(男子)

裁判员：

项目名称：袋鼠跳跳跳(女子)、6人夹球接力(男子)

裁判员：

项目名称：单人跳绳(男子)

裁判员：

项目名称：双人抛接球(女子)

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇六**

为了丰富全校教职工生活，增加教职工之间的沟通和交流，增强凝聚力，展现团队精神，让大家过个快乐、健康、祥和的端午节、回族斋月。学校工会决定20xx年6月11日开展迎端午节、迎斋月趣味活动。具体方案如下：

活动目的：展现团队精神、增强干部凝聚力、促进沟通与交流 活动主题：迎端午节、迎斋月趣味活动

活动时间及地点：20xx年6月

活动对象：学校全体教职工

活动形式及内容：

1、进行男女教职工篮球比赛。男子组分为语文组、数学组、后勤组;女子组分为教师组、厨师组、宿管组、幼教组;以小组为单位进行小组循环比赛。

2、男教职工进行打升级比赛。由马占军负责教职工报名、抽签分组，宣布游戏规则，其他未参加比赛的男教职工捆绑在参加的教职工后面，进行淘汰赛。

3、女教职工进行跳绳比赛。由巴银琴负责教职工报名、抽签分组，宣布游戏规则，各小组在各项游戏中均有得分，并按得分高低选出前三组。

4、游戏项目及玩法：

亲蜜接触：各小组男女各三到四名，两人一组男女搭配，背对背

将气球夹住，从目标地出发合力将气球运至终点，然后面对面将气球挤破。凡运送过程中和挤压过程中用手协助的，每犯一次规加时10秒，时间最短者获胜。

锣鼓声声迎新年 ： 每队队员按1-8号排列(顺序自定)，第一名队员持敲锣棒，当听到发令号后，向前走两步并围绕立柱转十圈然后跑向终点敲锣，敲响后跑回来将敲锣棒交给下一名队员继续。依次类推，直到全部队员敲锣结束，时间最短者胜。

时代列车游戏：每个组全体人员组成一队，每位队员一脚站地，一脚后伸，后面队员一手扶前面队员的肩，一手抓住前面队员的脚，最后一名队员也一脚着地，一脚往上缩。整个队伍跳跃前进，每组队伍最后一名队员跳过终点领先的年级组获胜。中途队伍散开必须回起点重来

三人四足：各组队员两男一女为一组，将两脚绑在一起。听到发令后，跑向对面将目的地的气球踩破并返回，由下组接着出发并完成相同动作，时间最短的队获胜。

猪八戒背媳妇：各队出三男三女，男背女。男在出发前要蒙住双眼，并将女友背在背上。当听到发令后由女方指挥男方进入规定场地，并踩破地上的气球，并在女方的指引下回到目的地，由下一组完成相同动作，时间最短的队获胜。

心有灵犀(备选)：一个动作一个猜

合力过河(备选)：一人过河一人辅助，将过河人脚下的“石块”不停移动并合力过河

参赛办法：全体工作人员随机进入指定场地，按场地颜色(或划分区域)来随机分组，各组男女比例相同。

组织办法：1、筹备组应提前布置场地，并组织相应道具

2、主持人两名，负责组织整个活动的进程并作为主要裁判对游戏过程进行总体控制，工作人员要做好相应的准备，秩序维护，道具协调等工作。

3、打乱科室界线，以随机小组为竞赛小组进行游戏，优胜的队伍会得到奖励。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇七**

本次工会活动是庆五·一劳动节趣味运动会，以工会小组为单位组织公司职工参赛，每位工会小组成员参赛项目不能超过两项。工会小组负责人需要在周二中午下班前把小组具体参赛职工的名单和参赛项目交到工会。

召开时间：5月1日上午九点至下午五点。

召开地点：

具体小组及负责人：

工作人员：各位工会委员。

考勤：

统计：

发放礼品：

裁判：

二、趣味运动会运动项目

1、乒乓球投篮：各个工会小组选派4位职工参赛，每人有5球的机会，把乒乓球投进塑料垃圾桶中，投篮距离为5米，计算4位职工的投中的总数，评出一、二、三名。

2、足球射门：各工会小组选派3位职工参赛，每人有5球的机会，把足球踢进球门即可(距离约为半个篮球场的长度)，计算3位职工的进球总数，评出一、二、三名。

3、踢毽子：各工会小组选派3位职工参赛，不限时间，计算一次所踢的个数，然后计算三位职工的总数，评出一、二、三名。

4、跳绳比赛：各工会小组选派4位职工参赛，其中两人负责挥绳，其他2人跳绳，2位职工都必须能跳绳，可以2人同时，也可以分先后，由裁判负责数数，每小组有两次机会，取数量多的一次，评出一、二、三名。

5、除参赛职工外，其他职工需要到场，将由工会和工会小组组长共同考勤。

三、奖品

每位参赛职工每参加一项可以领取一份奖品，按工会小组统计的参赛名单和参赛项目发放。请各位工会小组长将参赛名单在比赛结束后交到罗峥荣处，并领取奖品。

本次趣味运动会的比赛结果和出勤情况将纳入公司工会小组评比中，请各工会小组踊跃参加。

xx县仙厦建筑公司工会委员会x年4月20日庆祝五一劳动节活动记录时间：x年5月1日地点：xx县体委组织：xx县仙厦建筑公司工会活动内容：

为庆祝五一劳动节，丰富职工生活，由公司工会组织召开庆五·一劳动节趣味运动会。

九点各参赛小组到县体委足球场集合列队，由工会主席致运动会开幕词，之后由各参赛小组负责人组织按参赛项目进行比赛，各裁判分配到位。中午所有小组到陵园路香满楼酒家会餐休息。

下午继续各项比赛至下午四点所有比赛结束。四点十分进行颁奖典礼。四点半由刘主席致运动会闭幕词。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇八**

为了丰富我校教师的的课余生活，加强同事们彼此之间的交流，增进大家的感情，让大家在工作中能轻松一下，本着娱乐第一、比赛第二、重在参与的原则，特举办本次趣味游戏活动。

一：活动时间：九周三下午放学后(五点二十分)。

二：活动地点：学校篮球场、足球场

三：参加人员：全体教职员工

四：活动说明：

1、活动以年级为单位，每个项目参加人员尽量不要重复，让大家都有机会参与。(活动算积分)。

2、活动结束后，饭堂共聚晚餐。

3、全校共分八大组：六个年级各一组，行政、教辅人员、文员一组;综合科一组，共八组。

4、工会成员冼贞华、林进亮、冯嘉亮不参与他负责的游戏。

五：器材准备：、各自准备负责的游戏所需用品。

六：游戏安排

1、顶橘子

需要道具：每组2个橘子

参赛人数：每组8人

游戏方法：开始端的老师头上顶个橘子往前走，过20米线后，另一端的老师才准出发(可提前把橘子放在头上准备)。如橘子跌落要求从跌落的地方重新放到头顶上才可以继续比赛，比赛赛距离20米，每一边5人。

2、搭桥过河

需要道具：报纸

参赛人数：每组派9人上场，三人一小组。

游 戏方法：每组分三人自由组合，起点组手持四块报纸(原报纸的四分之一)，由第一名队员向前搭放报纸，第三个队员不断地把身后的报纸传给第一个队 员，三人踩着报纸前进15米，要求脚不能触地，绕过障碍物回到起点，待三人全部过界后另一组将接过报纸以同样的方式继续走，直到全部组完成，算时 间定成绩。

3、大家乐套圈：

需要道具：呼啦圈4个

参赛人数：每组8人

游戏方法：每组8人，每两人之间相互手握一条橡皮筋，排成一列，从第一个老师起，将身体套过呼啦圈，呼啦圈沿着手臂和橡皮筋顺着到下一个老师，套过后再到下一个，直到8人全部套完为止。

以上游戏均以时间快慢确定成绩，每个项目分别积分。10、9、8、7、6、5、4、3分。最后以总积分确定名次，纳入工会活动积分。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇九**

一、指导思想

根据xx县20xx年中小学生文艺汇演活动的文件要求，以社会主义核心价值观为导向，坚持“以德树人”的育人宗旨，坚持以学校为基础、面向全体学生，坚持以普及促提高、以提高带普及，培养青少年健康的审美情趣和良好的艺术修养，展示向真、向美、向上的校园文化，促进学校美育改革发展。我校将精心安排庆“六·一”文艺汇演活动。

二、活动主题：“阳光下成长”

三、组织方法：

1、以班级为单位参赛，每个单位至少出3个节目，参赛节目由班主任和其他科任教师调配时间进行指导与训练。

2、各班主任要高度重视、精心组织、准备、全程给予指导，统筹收集节目，进行策划及再加工。

四、节目要求及节目推荐：

1、本次节目内容以反映“六一”儿童节欢乐为题材，要健康向上、主题鲜明、题材新颖、富有感染力，突出少年儿童天真、活泼的年龄特点。

2、节目形式

声乐组

1、小合唱或表演唱：人数不超过15人(含伴奏)不设指挥，不得伴舞。

2、合唱：指挥1人(须本班学生)。

群舞：人数不超过36人。

朗诵节目：作品文体不限，须使用普通话，人数不少于2人，不超过8人(含伴奏)，不得伴舞，需提交朗诵文稿。

由老师和学生共同创作编排(每组节目形式只能编排一个)。

3、每个节目要体现“精”、“新”，每个节目时长不超过6分钟。

4、演出服装、伴奏带、道具原则上由节目负责人自行解决。

5、各班于5月20日前把参赛节目、节目串词、伴奏带交到综合科处。

6、各班的伴奏音乐，必须在封面上写明第几首，按演出节目顺序刻录成cd。(各班的原带也要准备好，以防不能读碟的意外)

五、评分及标准：

①10分制，所有评委的打分，去掉最高和最低分，按3个节目的总分多少排列名次。

②评分标准：原则上同等水平的节目：有创新，能使人耳目一新者优胜;学生参与面大的优胜。

五、名次计取与奖励办法：

本次汇演设一、二、三等奖各一名。学校发给奖品和奖状。

六、时间、地点安排

地点：学校内操场

抽签时间：5月26日

彩排时间：5月28日下午第三节课

演出时间：5月29日 星期五 8时00分

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇十**

xx社区为丰富居民的文体娱乐活动，着力营造新春佳节喜庆、祥和的节日气氛，增强居民团结向上、健康、科学的生活方式，关心居民的文化物质生活。在元宵节来临之际，社区统筹规划、精心组织、开展“浓浓邻里情、佳节庆元宵”趣味游园活动。现将元宵节趣味活动安排如下：

一、时间：20xx年2月14日16时

二、地点：xx10号院

三、参加人员：空巢、低保老人、残疾人、社区群众

四、活动程序

1、介绍领导、来宾

2、书记元宵节致辞

3、领导讲话

4、包元宵、敬老人

五、人员安排：

z：全面协调、接待领导或媒体

z：主持、物质准备、

z：照相、布置会场

z：节目策划、主持

z：音控、后勤保障、活动兑奖

z：通知、接待老人、活动兑奖

z：等社区各院落楼栋长

安保：

六、物质准备

1、炉子、锅等社区现成的;

2、一次性餐具：(200个、筷子若干，由购)

3、苹果若干(糖果、瓜子若干，)

4、元宵(社区现成的)

5、主持人服装：自备，社区其他成员的服装要去租;

6、桌椅(长桌\*张，社区楼上的，橙子若干、不够到其他社区借\*张，须在12号前完成)

7、座牌

七、主持人：

主持词：

aa：各位领导、各位来宾，

bb：各位爷爷奶奶大妈大叔们、小朋友们、街坊邻居们

合：元宵节快乐!

bb：今天到会的领导有：

aa：到会的来宾有：

bb：请街道党工委书记、(主任)讲话

aa：请xx社区书记、主任刘雨潮讲话

bb：许多社区老人的儿女因为工作等原因，不能回家和父母过元宵，使老人们倍感孤单;

aa：各位爷爷奶奶们，社区的工作人员就是你们的儿女，在这样一个合家团圆的日子里，让我们陪你们一起过元宵。

bb：请我们社区成员为我们的老人们献上深深的祝福，上元宵。

最后由社区刘主任宣布元宵节趣味活动开始。

八、元宵节趣味活动具体规则及负责人员：

一、吹蜡烛

活动道具：蜡烛3根

活动细则：以1米的距离，吹灭2根获奖。

负责人：

二、猜谜语

活动道具：彩色打印纸若干张、绳子一根

活动细则：谜语写到彩色纸片上并悬挂于绳上，能解答者取下谜语到解密者处揭晓答案，对则领奖。

负责人：

三、夹弹子

活动道具：弹子60颗、塑料筷子2双、盆子2个、碗2个

活动细则：将弹子从盆中夹入碗中，1分钟内夹10颗到碗里获奖。

负责人：

四、摸福字

活动道具：黑板一个，福字一张、眼罩一副

活动细则：将黑板立在2米开外处，参与者由起始线处用眼罩蒙眼，走向“福”字，摸到着为完成。

负责人：

五、投篮

活动道具：塑料筐一个、乒乓球10个

活动细则：参与者站在1.5米开外的地方，将乒乓球对准塑料筐投递，投入6个位胜利。

负责人：

六、踢毽子

活动道具：毽子2个

活动细则：2人一组，只要踢够10次获奖

负责人：

七、抬乒乓球

活动道具：乒乓球2个、乒乓板1个

活动细则：参与者用乒乓板拖住乒乓球，但手不能接触球，绕设定好的障碍物走一圈，球不掉则为完成。

负责人：

活动兑奖处：社区2号办公室，负责人：

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇十一**

为了丰富我校教师的的课余生活，加强同事们彼此之间的交流，增进大家的感情，让大家在工作中能轻松一下，本着“娱乐第一、比赛第二”、重在参与的原则，特举办本次趣味游戏活动。

一：活动时间：九周三下午放学后(五点二十分)。

二：活动地点：学校篮球场、足球场

三：参加人员：全体教职员工

四：活动说明：

1、活动以年级为单位，每个项目参加人员尽量不要重复，让大家都有机会参与。(活动算积分)。

2、活动结束后，饭堂共聚晚餐。

3、全校共分八大组：六个年级各一组，行政、教辅人员、文员一组;综合科一组，共八组。

4、工会成员冼贞华、林进亮、冯嘉亮不参与他负责的游戏。

五：器材准备：冼贞华、林进亮、冯嘉亮各自准备负责的游戏所需用品。

六：游戏安排

1、顶橘子(负责：冯嘉亮)

需要道具：每组2个橘子

参赛人数：每组8人

游戏方法：开始端的老师头上顶个橘子往前走，过20米线后，另一端的老师才准出发(可提前把橘子放在头上准备)。如橘子跌落要求从跌落的地方重新放到头顶上才可以继续比赛，比赛赛距离20米，每一边5人。

2、搭桥过河(负责：林进亮)

需要道具：报纸

参赛人数：每组派9人上场，三人一小组。

游 戏方法：每组分三人自由组合，起点组手持四块报纸(原报纸的四分之一)，由第一名队员向前搭放“报纸”，第三个队员不断地把身后的“报纸”传给第一个队 员，三人踩着“报纸”前进15米，要求脚不能触地，绕过障碍物回到起点，待三人全部过界后另一组将接过“报纸”以同样的方式继续走，直到全部组完成，算时 间定成绩。

3、大家乐套圈：

需要道具：呼啦圈4个

参赛人数：每组8人

游戏方法：每组8人，每两人之间相互手握一条橡皮筋，排成一列，从第一个老师起，将身体套过呼啦圈，呼啦圈沿着手臂和橡皮筋顺着到下一个老师，套过后再到下一个，直到8人全部套完为止。

以上游戏均以时间快慢确定成绩，每个项目分别积分。10、9、8、7、6、5、4、3分。最后以总积分确定名次，纳入工会活动积分。

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇十二**

活动目的：

进一步推进素质教育，丰富班级文体活动，提高学生身体素质，培养合作意识，大力宣传阳光体育的健康理念，增强班级凝聚力。

活动主题：

快乐体育人人参与

活动时间：

20xx年5月17日(周五)

活动地点：

校阶梯教室(暂定)

活动组织：

总负责人：班主任薛老师

计时员：家长

(计时员负责给比赛项目计时，为保证计时的准确，两位家长同时给一个小队计时，取平均值计入成绩。)

记分员：家长

(记分员负责记录每个小队完成比赛所用时间，算出单项得分。)

核对员：家长

(核对员核对比赛成绩并算出总成绩，列出名次。)

文明守纪监督员：从二年级各班抽出优秀班干对各小队在比赛中的文明守纪情况进行监督和打分。

摄影：陈昱爸爸

活动程序：

1.小主持人说开场白。

2.薛老师宣布二(7)班室内趣味运动会开始。

3.各小队入场并喊出自己的口号。

4.分组进行比赛，统计比赛成绩。

5.宣布比赛结果并颁奖。

6.小主持人宣布运动会结束。

学生分组情况：

**单位趣味活动方案 女职工趣味活动方案篇十三**

一、游戏名称：南瓜蹲

游戏说明：每队挑选8～15名队员参与游戏，由该队队长抽签，抽中任意一种水果或蔬菜名称后，则该队队名为该水果或蔬菜名，主持人在念到相应水果或蔬菜名称时，该队队员同时下蹲，若有蹲错或未蹲人员，则该人员出局，主持人继续，主持人可控制游戏节奏的速度，规定的时间内，队员所剩最多的队伍获胜。该游戏考验人员注意力的集中及反应速度。

游戏道具：a4纸若干张 (抽签)

分值统计：按最终人数计分，排第一名得5分，排第二名得3分，排第三名得1分

二、游戏名称：运乒乓球

游戏说明：每队挑选8-10名队员参与。所有队员呈一字型站好，第一个队员从道具箱中取出乒乓球，用纸板运到对面空箱中，然后返回到该队伍最前面与下一个队员击掌后跑到队伍最后面，由目前第一个队员重复之前队员动作，在规定的时间内，乒乓球数最多的队伍获胜。(在运球过程中，球掉落地面时，该球作废，人员由右手边返回队伍最后面。最前面队员开始游戏)。该游戏考验团队的成员的反应速度及配合度。

道具：纸板，乒乓球若干。

分值统计：按球数计分，排第一名得5分，排第二名得3分，排第三名得1分

三、游戏名称：爆气球

游戏说明：每队派出2人(一男一女)，排成一列，主持人发出口令后，每队成员从地上捡气球，两个人一起用身体把气球挤爆，爆气球最多的小组获胜。(规则：上场的队员在爆气球过程中禁止用手、脚去触碰，以面对面或者背对背的姿势)，在规定时间内爆气球最多的小组获胜

道具：气球

四、游戏名称：2人三脚迎面接力

游戏说明： 每队挑选6-10名队员参与本轮游戏，游戏人员必须为双数人员，赛场为40米长度，每段距离两名队员将绳子绑好站在指定点上，主持人喊开始时，起始点2名队员将接力棒传次下一个点的两名队员(由现场人员检查绳子是否绑好)。该游戏考验成员的配合度及身体协调能力。

游戏道具：接力棒，绳子若干根

分值统计：按球数计分，排第一名得5分，排第二名得3分，排第三名得1分

五、游戏名称：一反常态

游戏说明：每队派出来6-10名队员，排成一列，主持人念出口令或动作，相对应的每队成员做出相反的动作，动做错误的人直接出局淘汰，归定的时间内，胜于人数最多的队伍获胜。(规则：上场的队员听主持人的号令，作出与号令相反的动作。比如，主持人说举右手，队员则举左手)

道具：无

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找