# 趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书(6篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-08-18

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。趣味运动会活动...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇一**

齐心协力，共创佳绩

营造出一个快乐轻松的体育氛围，突出友谊第一，比赛第二的精神，以此活跃校园气氛。

为全体学生会成员提供一个互相交流、互相学习的平台。同时，也可以增强我们的团队意识、合作精神和集体荣誉感，增进友谊，增强大家认识的程度。我们还希望能借此活动，扩大学生会的影响力。

趣味运动会

预备宣传时间：20xx年10月中下旬—11月上旬

活动比赛时间：20xx年11月中下旬

足球场

策划承办方：校学生会文秘部

校学生会体育部

荆楚理工学院全体学生会成员

1、组织工作：按学院分成12支参赛队伍，各学院文秘部和主席团组织并分配好参赛人员。共13支队伍（包括校学生会）参加比赛，国际教育学院选项目参加；各项比赛提前抽签决定。学院中未参赛人员组成拉拉队；大赛设主持人一名、裁判四名（待定）

2、①对外宣传：确定赞助商，制作出宣传横幅，悬挂于校园主要通道；印制宣传海报，张贴宣传活动的相关内容。

②对内宣传：由各学院文秘部向本学院学生会成员做好活动相关内容的宣传

3、器材准备：根据运动会实际需要，准备好比赛所需器材。如音响、桌椅、计时器等。

4、奖项设置：本次比赛中，各单项比赛均按名次排列排选出前三名，有高到低，依次记录为13分、12分、11分……1分；最后通过各项比赛结果分值相加再进行综合评比，评选出各学院学生会的名次，学院奖则按以下奖项设置进行颁奖。一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优秀组织者若干名。

1、活动当天提前布置现场；

2、合理安排校学生会比赛人员及相关后勤服务工作人员并带领各队入场；

3、运动会主持人致开幕词并介绍栽判员；

4、具体环节：运动会项目开展（可穿插一些自由表演活动）

5、领导总结发言并向获奖部门进行现场颁奖

6、合影留念

7、清理现场

1、混合接力

器材：乒乓球十个，乒乓球拍四个，跳绳五条

场地：赛道长为20米，插上旗杆为折返点。

比赛规则：每支参赛队伍结伴2人为一组，一人手拿乒乓球拍托着乒乓球走10米后，然后拿起跳绳跳至折返点，回来时将道具交与下一个队员，然后下一个队员出发，直到最后一个队员完成角逐。最后以时刻最短的队伍胜出。

要求：1、乒乓球掉落后需返回起点重新开始；

2、一定要绕过折返点。

参赛人数：每对4人，2男2女，男女搭档，2人一组。

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

2、2人3足

器械：布绳、旗杆

场地：赛道长为20米，一条为起点线，一条为折返线。

比赛规则：队员2人为一组，男女搭档。用布条将两人内侧脚踝关节处绑在一起，两臂互相搭肩，准备起跑。听到裁判员哨声后，立即向前跑进，到达终点后，解开布条交给第二排队员，第二排队员迅速用布条将两人脚踝绑好，起跑。以此类推，直至4组全部完成比赛，比赛用时少者获胜。

要求：1、必须在起跑线后把脚绑好，不准抢跑。

2、若中途带子散开，应返回起点后继续跑。

参赛人数：每队8人，4男4女，男女搭档，2人一组

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

3.拍篮球接力

器械：篮球

场地：赛道长为20米，10米为一个小节，各组分赛道进行。

比赛规则：第一名队员运球前进10米，到达第二个队员后，将球交给第二名队员继续运球前进，以此类推，直至4人全部完成比赛，比赛以耗时多少定名次。

要求：1、只能用一只手运球，运球中若出现球脱手，应捡球回到起点继续参加比赛。

2、运球时不能偏离自己的跑道，否则算违规取消成绩

参赛人数：每队4人，2男2女

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

4、拔河

器械：长绳

比赛规则：以长绳居中的线为中线，两边的线为河界。比赛开始后，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

要求：1、比赛分淘汰赛、预赛、决赛。淘汰赛分六组，每组两队，抽签决定比赛队伍，有一只队伍轮空，每组比赛胜队进入复赛。

2、复赛，淘汰赛胜出队伍分3组进行，胜出的3支队伍进入决赛。

3、决赛为循环赛，由进入决赛的队伍进行循环，最终评出前3名。

参赛人数：每队20人，男女各10人

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

5、夹气球跑

器械：氢气球

场地：赛道长为20米，比赛分赛道进行。

比赛规则：各学院选出一组成员（两名），将气球夹于两人背后，在规定的跑道上，用时短组获胜。

要求：1、双方不能用手去护球，只能运用身体的配合前进；

2、球落地后迅速捡起，返回起点继续比赛。

参赛人数：每队8人，4男4女，男女搭档，2人一组

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

6、一分钟跳绳

比赛规则：各队分男女两队进行比赛，比赛在一分钟之内跳绳谁最多，最后跳得最多的队伍获胜。

参赛人数：各队4人，2男2女

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

7、滚雪球

比赛方法：每队7人（男女各一半，带头人为各分院主席团成员）以纵队排在起点线上，发令后各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑向终点，折转后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑……依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。返回起点的人必须手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑。跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。全队人员（7人）全部超过起点才算全部到达。按时间记名次。

参赛人数：各队7人，3男3女，带头人为主席团成员。

注：本组设小组裁判员1名，记录员3名。

此次运动会所有项目均以计时确定成绩，第一名13分，第二名12分，第三名11分，以此类推。比赛完成后统计每队总分，确定比赛的获奖情况并举行颁奖仪式。

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇二**

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。

组长：

副组长：

成员：

1、时间：x月28日下午13：00—16：30

2、地点：校操场

活动分为个人项目和集体项目。

（一）个人项目

1.前抛实心球（男女）2.立定跳远（男女）

3.1500米（男子）4.800米（女子）

（二）集体项目

1.项目名称：《赛龙舟》

方法：每班报名运动员10人（至少4名\*），配小垫子6-8块。将小垫子纵向连成一条“龙舟”在起点后放好，运动员分别跪在各自的垫子上。裁判员发令后，各组队员迅速爬至垫子的前沿，最后一名队员爬至前一名队员的垫子上，然后迅速拿起自己的垫子向前传递，直到传给最前面的队员把垫子连起来，形成新的“龙头”，并向前行进。按此方法依次循环直到终点。先到达终点的组获胜。

（1）必须在小垫子上逐个依次传递垫子，不许将小垫子抛越过前面的队员。

（2）膝盖不能离开垫子，身体的其它部位不能触地。

（3）违规者必须重新传递才可以继续比赛。

（4）小垫子必须首尾相连，不能有空隙。

2.项目名称：《背球接力赛》

（1）比赛人数及分组：参赛队每队共10人，分为5组，男女各半。

（2）比赛规则

1）2人为一小组，5小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住1个篮球，从起点出发绕过终点的标枪再回到起点，然后把1个球传给下一组的队员，5小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。

2）注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规，都要从起点重新出发。

3、项目名称：《众人一条心》

规则：参赛者以8人为一组，男女不限，要求8人肩搭肩，从起点起跑，不可出现摔倒和放手的现象，（出现以上现象者放弃比赛资格）手始终在另一个队员的肩上。哪一队所发的时间最少，哪一队就是获胜队。

4、项目名称：《滚雪球》

1.比赛人数及分组：每队12名队员（\*至少5人），分为两组依次进行

2.比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志

3.比赛赛制：按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次

4.比赛规则：

1）每队12人，纵队排在起点线上，发令后，各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑向终点，折转后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑……依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2）返回起点的人必须手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑。

3）跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

5全队人员（12人）全部超过起点才算全部到达。

6.比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决

5、项目名称：《赶猪》

1.比赛人数及分组：每队10名队员（至少4名\*）

2.比赛距离：10米

3.比赛赛制：一场决定胜负，用时最少的队伍获胜

4.比赛规则：每个队10名队员同时站在起点处排成一列，第一名队员手持木棒，当听到裁判发令后，利用木棒将起点处的“猪”（实心球）赶至终点，然后再从终点赶回起点交与下一名队员。

6、项目名称：《小马过河》接力赛

道具：呼啦圈

规则：分四组同时进行，每一组10人参加（\*至少4人），第一个参赛者从起点用两个呼啦圈依次向前摆放，每次参与者的双脚必须踏在圈内，以最快到达终点为胜利。依次轮流直到10人参加完毕，哪一组最快哪一组就获胜。

7.项目名称：《障碍跑接力》

方法：每队各15名队员（至少7名\*）障碍共计五个标志杆，杆与杆之间间隔4米，起点距离第一根标志杆12米，最后一根标志杆距离折返点12米。第一名运动员手持接力棒听到指令后出发，依次绕过标志杆，到达折返点后，绕过标志物，继续依次绕过标志杆，回归本队，将接力棒传递到下一名运动员，第二名运动员继续出发。全队用时最短的为胜利队。

特别注意：碰倒标志杆的运动员，必须将标志杆恢复原样，才能继续比赛。否则不予计算成绩。

（一）个人项目每班限报三人，每人限报两项；集体项目按照每项要求人数报名（在总人数不变的情况下，可增加\*人数）；每名运动员包括个人项目和集体项目限报5项。

（二）报名有缺项的班级，最后计算团体总分时，按照每人次扣1分。

（三）已报名的运动员不得无故缺席或弃权（因公务或伤病除外），违者按照每人次扣除该队总分5分。

（四）个人和集体项目都不得冒名顶替，如有违规现象，经举报查实后，扣除该班所有分数，扣除德育量化评比10分。

（一）个人项目取前八名，计分按照9、7、6、5、4、3、2、1计入总成绩。

（二）团体项目按照14、10、8、6、4、2计入总成绩。

（三）团体前两名颁发奖状。

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、各班要求服装统一。任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇三**

一、活动名称：趣味运动会

二、活动主题：齐心协力，展现自我

三、活动目的：为了增强师生体育锻炼意识，促进师生之间的交流沟通，提高教师团体与学生团体的团队协作意识，增强凝聚力，提高学生的应变能力，并磨练学生的意志，决定召开趣味运动会。

四、活动简介：

1.活动时间：

2.活动地点：运动场

3.参赛对象：学院的老师和同学均可参加

4.比赛项目及规则：

集体赛：

1.名称：蒙眼投篮

比赛规则：每队由1人(a)指挥方向，1人(b)蒙上眼睛投篮，在a的指挥下b在规定时间内(3分钟)投篮，投中的数量最多的获胜。若结束时数量相等，则进入加时。

2.名称：趣味拔河

比赛规则：比赛开始前，各队按照10人的要求准备好，比赛开始后，两边同时发力，于此同时，旁边一人出脑筋急转弯，首先答对的一边可多加上一个人，最后将对方拉过赛场所规定的河界线为赢。

3.名称：两人双足跑

比赛规则：每队选出同学各2名，相互间背靠背用布条绑好小腿，以最快的速度横着跑过规定的距离(20米)为胜。

个人赛：

1.名称：气球快跑

比赛规则：用嘴吹充好气的气球，使其飘在空中，边吹边跑。途中若气球

落地则回到原点重来。

2.名称：定点投球

比赛规则：男女分为两组，每组中在规定的两分钟内看谁投入的球多为胜。

3.名称：趣味单车

比赛规则：站立在单车踏板上骑单车，先到终点为胜。途中不允许坐下，

否则视为犯规。

五、奖项设置：

六、经费预算：

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇四**

为迎国庆佳节，同时丰富全校教职工课余文化生活，倡导“每天健身一小时，快乐工作每一天,健康生活一辈子”理念，增强教职工的身体素质和凝聚力，学校工会将举办教职工趣味运动会，现制定活动实施方案如下：

比赛定于9月27日下午4:00在学校田径运动场进行。

1、所有学校教职员工(含代课老师和临聘人员)。

2、各工会小组最少须报10名运动员并完成比赛，参赛运动员男女不限，年龄不限;体育老师均为裁判，不参与任何工会小组的比赛。

3、工会小组名单挂工会群里(请核对并以这个表格来考勤)。

1、所有比赛项目都是男女混合赛。

2、每个工会小组抽取参赛序号。

3、每个工会小组的参赛人员由工会小组确定。

1、两人两腿往返追跑接力规则:各工会组分5队10人(男女不限),两人一组背靠背互绑双腿,往返20米接力。已完成时间多少计算名次。

2、三人三腿往返追跑接力规则:各工会组分三队9人(男女不限),三人为队互相绑双腿,往返20米接力。已完成时间多少计算名次。

3、双人戏珠规则:各工会组分5队10人(男女不限),两人一组互绑一腿且各持一根木棒拨球前行,往返20米。以完成时间多少计算名次。

4、齐心协力规则:各工会组共10人(男女不限)互绑双腿前行20米。已完成时间多少计算名次。

1、每一个项目根据第1、2、3、4、5、6、7、8名,分别按9、7、6、5、4、3、2、1分计入工会组团体总分。

2、根据各工会小组总分的多少，按总分高低取前四名(如有分数相同并列取名次)。

说明：

通过工会委员会讨论，这次工会小组名单，考虑各年级人数的差距较大，所有跨头的老师分到人数少的年级(班主任除外)，请各年年级理解和支持。谢谢!

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇五**

趣味运动会

参与、健康、娱乐、和谐

为丰富我们的课外生活，培养积极参与的热情和团队合作意识，同时，促进校园文化氛围，特举办此次趣味运动会。

20xx年5月的第一周（具体时间另行通知）

学校篮球场

湘潭职院学生

1、樟树林报名（5月的\'第一周）周蓉（英语沙龙）﹑黄蒙（英语俱乐部）、邹丽萍（英语俱乐部）、郝艳艳（英语沙龙）、宋蓉（中特）。

2、活动现场报名。

商学院英语俱乐部、长江武术协会、英语沙龙、中国特色社会主义理论研究协会

1、袋鼠跳跳跳

2、抛绣球

3、比一比谁胃口大

4、四人五脚（活动项目具体规则请见附件1）

1、活动总策划：各主办社团部长及副部长活动方案的拟定，分配各社团参加本次活动的工作人员的任务，准备道具。

2、活动现场负责人员：

①活动现场主要负责人：黄蒙（英语俱乐部）、周蓉（英语沙龙）提醒个项目负责人准备好道具，负责解决现场工作中出现的问题。

②各具体项目负责人：袋鼠跳跳跳—谢文玉（英语俱乐部）抛绣球—孟晴（中特）比一比谁胃口大—李艳平（英语沙龙）四人五脚—张娜维（长江武术）提醒道具搬运人员搬运道具，摆放道具，保护参与者的安全，联系奖品发者分发奖品，负责解决现场项目中出现的问题。

③裁判：张亚雄（前两个），张乾（后两个）记录：李聪（英语俱乐部）。

④主持人：李迎霞（中特），余欣（英语沙龙）。

⑤照相：黄蒙、周蓉。

⑥奖品购买：李春霞（中特）肖子君（英语俱乐部）曾燕鹏（英语沙龙）何永春（长江武术）。

⑦奖品分发者：刘琴（长江武术）、夏菲（英语俱乐部）、张雯雯（中特）。

3、活动宣传：

板报：商学院宣传部

通知：李思思（英语俱乐部）、霍然（英语俱乐部）

道具搬运人员：

①道具搬运负责人：王兵（长江武术）负责活动前后道具搬运，发放道具，存放道具。

②具体项目搬运人员：袋鼠跳跳跳—肖卫文（长江武术）、陆红莲（英语沙龙）周艳飞（英语沙龙）、龙婷（长江武术）抛绣球—李杰（中特）、尹睿智（英语俱乐部）、陆红莲（英语沙龙）比一比谁胃口大—刘泽（英语俱乐部）、唐娟（英语沙龙）四人五脚—张玲（英语沙龙）、叶霞（英语沙龙）、张亚雄（中特）负责活动前后道具搬运。

1、各具体项目负责人

2、具体项目搬运人

道具：195。5元

奖品：623。5元

横幅：100元

照片、打印、板报：50元

矿泉水：70元

工作人员：34。5

共计：1040元

预祝本次活动取得圆满成功，感谢社联干部的支持与鼓励！

**趣味运动会活动策划书目的 趣味运动会的策划书篇六**

友谊第一 比赛第二 趣味第一 竞技第二

活动时间：4月11日

活动地点：山东理工大学东校区运动场

参赛对象：商学院全体学生及教职工

大会注意事项

1、全体运动员要遵守大会的一切规定，服从大会统一指挥。

2、组织好本单位运动员，在指定的地点准备，如果有问题及时向大会提出。

3、运动员应在赛前20分钟到检录处报到。点名不到者以弃权论，运动员必须穿运动服参赛。无号码者不得参加比赛。

4、各单位、领队教练均不得进入比赛场地。

5、各项比赛成绩公布后，取得名次的运动员应及时到领奖处领奖。

6、比赛以趣味性为主，注意安全。

1.抡大绳

十人制，5男5女，按班级组队

（1）每队派出两个人在两边转绳子，中间八个人跳。

（2）在比赛过程中如果出现卡顿现象即比赛结束。

（3）各队比赛完后比较各队跳的个数，以个数最多的队伍胜出。

2.结伴而行

十人制，5男5女，按班级组队

二、比赛内容：

（1）每组10人,每次分成两个小队同时进行。

（2）比赛时将10名队友的左腿和右腿绑在一起，并组成一排，排在一起，由裁判员吹哨子决定开始。

（3）比赛要求每队跑15米，当本队跑到15米的另一端，即终点；。届时会有另一端的裁判员监督是否跑到位，违反规则的队会被罚下。

3.趣味接力

一．赛制安排：

每队出四人（男女不限）

二．比赛规则：

（1）第一个人在起跑线开始边跳绳边跑，跑到20米处停止；

（2）等到第一个人到达指定位置后，第二个人在第一个人运动停止处开始用手推着呼啦圈跑，跑完二十米停止运动；

（3）等到第二个人到达指定位置后第三个人在第二个人运动停止处向前前进钻过三个栏杆，

（4）等到第三个人到达指定为止第四个人开始原地转5圈，转完后在原地用球抛向前方约5米处的水瓶，直到把瓶子砸倒后比赛结束。

（5）整个比赛用时最少的队伍获胜。

4.投篮游戏

一.赛制安排：

六人制，三男三女

二．比赛内容：

（1）每个班出三男三女 在罚球线附近竖直站成一排 例如第一个是一班的女的第二个就是二班的女的 两个班学生交叉竖直站成一排 （2）第一个人开始投篮 如果第一个投不进第二个人投进了 那第一个人就将会淘汰

（3）然后一分钟之内剩下人数多的班级将会获胜进入下一轮

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