# 体育活动的策划书(十一篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-08-02

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。体育活动的策划书篇一塑...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**体育活动的策划书篇一**

塑造人文体育风貌，繁荣校园体育文化，深化素质教育改革。

二、活动意义

举办本届体育文化节，旨在弘扬“会泽百家、至公天下”的云大精神，“扬文化之波，播科学之种”，倡导“人文体育”和“素质教育”理念，塑造健康、向上、活泼、阳光的校园体育文化风貌，以激励云大师生尊重生命、热爱生活、释放活力、追求卓越、完善人格、丰富内涵，展示体育工作的丰硕成果。

三、承办单位

云南大学体育学院。

四、活动时间

6月7日下午2：00—6：00;

6月14日下午2：00—6：00。

五、活动地点

云南大学楠苑体育中心。

六、活动内容

(一)开幕式及表演

1、开幕式(20分钟)

2、节目表演(40分钟)：6——8个节目(具体待定)

(二)民族体育文化板块

1、武术表演

2、龙狮表演

3、板鞋体验

4、风筝体验

5、陀螺体验

6、竹竿舞体验

7、跳脚体验

8、民族体育文化展览

9、大型“民族体育舞蹈”篝火晚会

七、组织策划开展

(一)活动宣传

1、横幅4条：悬挂于楠苑学生园区、体育中心周围。

2、展板：布置在楠苑食堂门前、体育场活动场地，内容为体育文化节节目安排。

3、传单:在人流量最多的食堂门前、教室、宿舍、体育场等地点分发传单。

4、校园媒体：在云大广播台作专题报道，在微博、微信、校园bbs、qq群上宣传。

(二)活动安排待定

八、经费预算

**体育活动的策划书篇二**

一、活动背景：

东风洒雨露，会人天地看。道由白云尽，春与青溪长。在此春暖

花开日，草长莺飞时，为活跃校园文化氛围，响应构建和谐校园的号召，宣传贯彻大学生强身健体，给更多的同学提供娱乐交流增进友谊的机会，更好的发展社团文化，更好的服务广大的同学，特开展此次形式灵活多样、难度系数低、参与度广的春季趣味运动会。这将是一场脑力与体力、个性与团结的体育大聚会。我们中心希望借此提高学生综合素质，为学生搭建了一个展示才华、锻炼自我的平台。同时我们中心希望通过此次活动给全院各社团提供一个相互交流相互学习的机会，以此达到全院各社团相互团结的目的。

二、活动目的：

1、响应构建和谐校园的号召，活跃校园文化氛围，宣传贯彻大学生强生健体。

2、融娱乐与运动中，让广大同学在得到身体锻炼的同时更能够释放自我，健康心理。

3、给各学院心理自助中心提供一个相互交流相互沟通的平台，在轻松和谐的氛围里提升组织内聚力。

三、活动对象：

中国矿业大学文法学院各个社团

四、活动时间：

4月17日上午9：00——11：00

五、活动地点：

梅苑篮球场

六、活动准备：

1、前期宣传：

(1)文法心理自助中心策划部做前期策划书，并于4月10日将各策划书副本发给文法心理自助中心主任团以及其他各部，以方便大家交流安排工作。

(2)文法心理自助中心宣传部、策划部负责通知全院各社团。

2、活动中期：

(1)中心各部门分别负责一个比赛项目并在梅苑篮球场分区进行(辅导咨询部：疯狂保龄球;秘书部：瞎子背瘸子;

编辑部：掌上明珠;宣传部：户外寻宝;心灵部落：默契大

投篮;策划部：相濡以沫接力赛)，活动开展前要求各部门详细了解自己部门负责的活动细则，掌握活动的裁判标准，关于具体项目的开展，可由各部门自由发挥。

(2)比赛进行时文法心理自助中心全体部员负责维持现场秩序，保护参赛选手安全，防止意外发生。裁判公平、公正，不能故意偏袒参赛任一方。

3、活动后期：打扫比赛场地，整理会场，发放奖状。

七、参赛方式：

全院各社团组队参赛(人数为10-15人)

八、参赛规则：

(1)各项比赛同时进行，各院参赛队可自行安排各项比赛参赛人员。

(2)比赛实行累计积分制，共设团体奖六名(一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名)，单项奖六名。(注：单项奖是专为各项比赛中表现突出的个人所设)

(3)各社团可以自由选择参赛项目，任何一项比赛参赛次数不限，但是只有第一次参加的比赛成绩被记入记分卡，此后再玩，成绩不再记入记分卡。

(4)各社团成员在所有赛项中得到的积分加起来即为该队的总积分，团体奖将根据各队的总积分来决定。(注：各队可以有选择的参加赛项，即可否参加赛项一样多，各社团在各单项比赛中所得的分累加即全部参加，也可以部分参加。不过，最后算总积分不考虑是为该社团的总积分)

(5)各赛项根据具体情况不同，由负责该活动的文法心理自助中心的部门灵活处之。

九、具体活动：

1、掌上明珠

1)比赛方法：每轮比赛4个代表队参加，每队4人，各队成员相距1米，进行传递乒乓球接力。抽签决定哪四个队一组参加

比赛。每轮比赛的获胜者进入决赛。决赛第一名到第四名积分按照7、5、3、1来记分。

2)道具：四件军训外套，4个乒乓球，16副乒乓球拍

3)详细规则：各队接力赛的第一人在裁判宣布开始后，先原地转三圈，然后用乒乓球拍颠着乒乓球传递给下一个。途中不允许用手碰球，若途中球掉了，从球落地处重新颠起球继续。当第三个人快跑到第四个人的时候，在第三个人到达规定地点时，第四个人，穿外套，然后第三个人将球传递给第四个人，第四个人颠球依次跑过第三个、第二个人，将球传递给第一个，此时，比赛结束。首先完成的队伍获胜。

2、瞎子背瘸子

1)比赛方法：每组比赛由4队参加，每队2人，一男一女或两男两女。每队分别站在起点上，背的人作“瞎子”用纱布蒙住眼睛，被背的人代替“瘸子”的身份。在裁判喊预备时，

“瞎子”要背起“瘸子”。施令后，4队一起向终点跑去。起点与终点距离50米，中间设置若干障碍物。

2)道具：四条能遮住眼睛的布条，若干椅子作障碍物，口哨

3)详细规则：赛前由裁判检查“瞎子”的眼睛是否被蒙住。检查完毕，裁判发令，开跑。跑的过程中，由“瘸子”指路。途中若“瞎子”拿掉布条或故意将布条弄松以至于可以看清路途，则被判为犯规，取消比赛资格。途中“瘸子”若从“瞎子”的背上掉下，则要在原地重返“瞎子”的背上。若“瘸子”从“瞎子”背上掉下3次以上(不包括3次)，则被判为零分。

3、户外寻宝

1)比赛方法：各院心理自助中心派一个人参加比赛。所有参赛者同时寻宝，不分先后。首先，各参赛者从裁判那里听一个提示，然后根据提示去寻找下一个提示，一步步接近宝藏。最先寻得宝藏者获胜，比赛结束，获胜者积5分。

2)道具：一些写有提示的小纸条，一些标识

3)详细规则：各队参赛者独立去完成探宝任务，不得两三个参赛者组队去寻宝。每到一处提示点，共有16个提示纸条，参赛者只能选择其一，不能全部打开。每处提示点附近有一裁判监督。违者视为自动放弃比赛。禁止同院心理自助中心成员协助，违者亦视为自动弃权。

4、相濡以沫接力赛

1)比赛方法：每组比赛由三队参加，每队四人。各队成员双手背后，相距2米左右，前一位成员用牙齿咬住装有半杯水的一次性塑料杯，快速跑至下一位队友处，将杯中的水倒在队友咬住的空杯子中，以此类推。最后根据杯中所剩的水的多少排出1、2、3名。第一名记5分，第二名记3分，第三名记1分。根据到达终点的时间长短分出1、2、3。第一名记2分，第二名记1分，第三名记0.5分。然后将分数累加即为各队此项比赛的分数。(此项比赛限制时间为10分钟，超过十分钟未到达终点者，两项记分均为零。)

2)道具：一次性塑料杯，水

3)详细规则：只有第一个开始者的杯中是有水的，参赛者在向其队友倒水的过程中不能用手。中途水完全洒完的的队伍，若是这一轮的冠军还没产生，可以从断了的人那里重新再在其杯中倒水接力(注：是在前一位传递者杯中倒水，使其从新向后一位队友倒水)。但是，即便此队后来居上赢得冠军，第一名原规定的得分减去一分为该队的最终成绩。

5、默契大投篮

1)比赛方法：每组比赛三队(暂定)同时参加，每队两名参赛选手参赛。比赛开始，各队一名选手手持一个筐，站在距另一名选手10米开外，另一名选手背对同伴手持网球向后投，投入筐中多者取胜。

2)道具：筐(或放杂物的筒若干)、网球30个左右

3)详细规则：接球者可以在双脚固定在所规定的圈子内以任何方式去接球。球从筐中弹出的不算。投球者也必须在规定地点投球，否则即便得分也无效。投进一个球0.5分。

6、疯狂保龄球

1)道具：若干装有水的瓶子，若干篮球，

2)比赛方法：每轮比赛四队同时参加，抽签决定组合情况。每队派一人参赛。参赛者在裁判宣布开始后，闭上眼睛转三圈。然后以投保龄球的方式投球，击倒瓶子最多者获胜，进入决赛。决赛第一到第四名的积分按照7、5、3、1来记分。参赛者必须以球近乎贴于地面的要求投球，禁止参赛者用球砸瓶子使之倒下，违者记零分。

注：以上六项比赛，负责各项比赛的心理自助中心的各部可根据具体情况做相应的调整，更改。即，此策划仅为参考，各项具体的一些细则可能会做相应调整。不过，比赛当天，各社团参加各项比赛前，各项比赛负责人都会再做相关说明。

请各社团提前20分钟到场有序签到，领取记分卡。

八、经费预算：

奖状10元

其他30元

合计：40元

文法学院心理自助中心

20\_\_年4月10日

**体育活动的策划书篇三**

一、活动目的：让同学们了解运动的益处，鼓舞同学们积极开展有益于身心的各种运动

二、活动主题： 生命在于运动

三、活动时间：

班会时间： \_\_年\_\_月\_\_日

体育运动时间：\_\_年\_\_月至\_\_月

四、活动地点：

五、活动形式：开展以“生命在于运动”为主题的主题班会(做关于运动的知识宣传 鼓动同学进行体育运动)

六、活动对象：\_\_班全体同学

七、活动流程：

(一)前期工作

1、去网上寻找关于运动方面的视频

2、通过班级\_\_等途径 通知班级同学关于班会的基本情况

3、选择有益于身体且便于开展的体育运动

4、确定开展运动的时间并对未来要开展的运动进行计划、策划

(二)中期工作

1、进行班会的开展：

a. 由班委介绍有关运动的知识

b. 在建工实训楼508教室播放关于体育运动的视频

c.向同学们说明今后即将开展的运动计划的基本情况

d.对班会进行总结，提出后期锻炼同学们的改进方案，将工作落实到每个班委身上

2、在校园操场组织同学们进行相应的体育锻炼

(三)后期工作

1、班委开会，总结此次班会的得失

2、整理此次活动的总结结果，写总结报告

总结

生命在于运动，通过此次团日活动为的是让大家能更加的了解运动的好处，以及事先对运动会的宣传，让大家沉浸在运动的乐趣中，学习那些积极运动的同学的精神，也为健康生活打下基础。

如何让同学们从少运动，甚至是不运动的状态下走出来呢?于是，我们班举行运动与健康的视频宣传以及定期组织同学们运动这样的一个活动。一个人的一辈子什么最重要?当然是健康。过去的团日活动同学们都感受颇深，感受到健康、运动的重要。

看着同学那种认真的态度，我相信，运动并不是仅仅只是说说而已，我们会用实际行动去做，让健康永远伴随着我们，生命是真的在于运动的。

**体育活动的策划书篇四**

一、主办单位:教育局体育局

承办单位:教育局文体局

二、活动主题:(待定)

三、时间和地点

时间:20\_\_年7末(具体时间待定)

地点:安图县

四、活动内容

(一)训练营活动(邀请国内专业知名球员参加)

1、足球比赛;

2、足球技术游戏;现场征文、绘画比赛活动。

-1-

3、文艺联欢活动

4、应急救护培训。

5、其它与足球相关的活动。

(二)校园足球布局学校信息员网络培训班。(各学校要选派电教部门专职人员)

(三)校园足球指导员培训班。

(四)为校园足球布局学校配发训练用球。

五、参加单位

青少年校园足球布局学校(小学32所，中学19所)。

六、报名、报到

1、各布局学校需填写《20\_\_年青少年校园足球夏令营活动报名表》上报到延边足球运动管理中心。

2、参加训练营的学校可报领队、教练员、网络信息员各1名，学生17名，共20名。

七、资格要求

1、报名参加训练营的学校必须是青少年校园足球活动布局学校。

2、参加训练营的学生必须是在全国校足办注册备案的在校学生，思想品德好，遵规守纪，具有团队合作精神。

3、参加夏令营的学生必须有全国校足办统一办理的《校园足球运动责任保险》。

4、年龄规定

小学组:1998年1月1日以后出生。

中学组:1995年1月1日以后出生。

八、经费

1、各布局学校领队、教练员、信息员、运动员每人每天食宿标准35元。

2、交通费及其他费用由学校自理。

3、主办单位负责夏令营的组织经费。

九、其他要求

1、各县市教育局、文体局要积极做好学校、家长及学生的动员工作，并做好安全预案。

2、本次夏令营活动进行全封闭式管理，每个布局学校必须参加。

3、参加夏令营活动的领队、教练员、运动员必须携带生活用品(枕头、被、牙刷、牙膏)，学习用品(笔、绘画用品、笔记本)，训练和比赛用品(训练服和比赛服、护袜、护腿板、标准足球鞋)。

**体育活动的策划书篇五**

一、指导思想

体育社团活动是我校创办特色体育教育活动的载体，是实现“培养学生健康快乐成长”体育教育理念的重要体现，也是为丰富校园文化生活，促进学生全面发展的具体抓手，更是想通过体育社团活动扩大学生视野，激发学生学习兴趣、促进学生个性特长发展，影响学生健康成长，达到学生全面发展，身心两健的目的。体育社团活动将紧紧围绕推进素质教育和配合学校“减负提质”工作为核心，以培养学生的创新精神和实践能力为重点，进一步推动学校体育和艺术教育的改革与发展，全面实施“体育、艺术2+1”。

二、活动课程设置

根据我校的实际情况，本着“活动应丰富多彩，富有吸引力;充分发挥学生的积极性主动性;课堂教学和课外体育活动互相配合，互相促进;符合学生的年龄特征，照顾学生的体育兴趣和运动特长”的原则，切实减轻学生学习负担，在体育活动中学习，在体育活动中增进健康的原则，根据学生的年龄特征、心理特征及兴趣爱好，特设定体育社团活动项目如下：

1呼啦圈2、踢毽子3、小跳绳4、长跳绳

5、沙包游戏6、跳橡皮筋7、篮球8、羽毛球

9、游戏。10、足球

三、活动安全要求

1、穿运动鞋参加活动，衣着宽松，尽可能穿运动服装，不能装、带各类坚硬、锋利的物品。

2、在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑。

3、要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师。

4、活动时，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

5、对学生进行安全教育，使学生们了解运动安全知识、运动安全技巧，明确安全运动的重要。

6、体育社团活动，要制定相应的安全措施。

四、教师职责

1、要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。

2、检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。

3、活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。

4、如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。

5、教师要和学生一起参与活动。

五、运动口号

每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子;我运动，我健康，我阳光，我快乐;走向操场，走进自然，走到阳光下。

六、活动实施内容

1、社团活动由学生组织者组织进行，由教师指导学生开展活动，固定时间、地点开展活动，活动时间以下午大课间活动和放学课余时间为主。

2、体育社团学期初有方案，有指导，学期末有总结。每次活动目标明确，活动过程完整。

**体育活动的策划书篇六**

一、活动目的

1.抓住国庆销售旺季机会，促进终端销售。

2.迎合公司批量新品上市，推广公司新品。

二、活动时间

1.终端促销时间：\_月\_日(周\_)—\_月\_日(周\_)

(含两个周末和7天国庆假期，共计16天)

三、参与对象

全国各终端零售网点(含专卖店和散批客户)。

四、活动内容

1.感恩祖国、东金献礼

(1)终端凡是在\_月\_日—\_月\_日期间的提货，可获得相应提货数量的礼品配备支持，用于国庆促销活动赠送消费者来促进终端销售。

(2)礼品配备原则：原则上每一件产品，配备礼品一个，但礼品数量有限，先提先配，配完即止。

2.国庆促销、提货优惠

(1)终端凡是在\_月\_日—\_月\_日期间的提货，满2万可享受全场9.5折。

五、活动要求

1.所有的礼品赠送必须按标准执行，严禁截留礼品，严禁把礼品挪作它用，严禁售卖礼品。

2.敬请各位经销商提前积极、及时备货，已备满足在国庆活动期间活动需求，以免影响活动效果。

六、其他

1.购物券须当日消费，购物满\_\_\_元方可使用，每人每券限用一次。

顾客、促销、处理品不参与活动。费用预算：限制购满\_\_\_元可使用。\_\_元抵用券，相当于最低9.3折，满\_\_\_元相当与9.5折，买的越多，折扣越低。每天限前50名，既可限制费用又可吸引人气，提高人流量和销售。

七、活动宣传

1.店内布置。包括吊旗，展板，充气门等。

2.报纸、无线电、电视宣传。

3.宣传单的发放。

**体育活动的策划书篇七**

一、运动会前期准备工作

1、运动会开幕式进场式宣传海报，主题突出我们分院的特色风格。和制作卡纸组，入场式时使用的宣传抬牌。(广告部负责，5月15日前完成)龙虎榜的出版(班级承包，5月15日前完成)宣传横幅(外联部负责，5月20日前完成)

2、安排整理班级志愿者名单。(实践部负责，5月20日前完成)

3、策划安排运动会期间的稿件宣传工作，组织安排通讯员，特别注意稿件的质量水平，争取拿下道德风尚奖。(宣传部负责，5月20日前完成)

4、安排大一年级学生进行运动会前的广播操练习。(体育部负责，5月20日前结束)

5、运动会进场式的设计及排练，统一落实服装。(文艺部负责，5月22日前结束)

6、组织安排运动员集体训练。(体育部负责，5月22前结束)

7、运动会期间学生会成员及班委签到方式的安排。(办公室负责，5月20日前完成)

8、在五月上旬召开运动员动员大会。要求：各班班主任、参加比赛的运动员、班长以及团支书出席。(5月20前完成)

9、完善我们学院学生会的博客，把运动会的最新信息上传上去，运动会期间办公室的值班安排(网络部负责，5月20前部署)

10、发送校内通短信，通过短信平台来宣传本次运动会

11、出版并发放两期《校运快讯》，(新闻部和网络部负责，运动会结束之前)

二、运动会期间具体项目工作开展(5月23日——5月24日)

项目组一：稿件宣传组

组长：\_\_\_

副组长：\_\_\_

组员：宣传部、新闻部、各班宣传委员。

任务：1、落实写广播通讯稿的人员，保质保量，稿件写好统一交于大本营，宣传部负责初审并修改，再上报学校广播台(优秀的广播稿留有备份)。(宣传部负责)

2、做好稿件登记工作，在运动会结束后评出优秀宣传班级。(宣传部负责，5月25日前完成)

3、在各个比赛项目中安排报导人员前往观看，最晚在比赛结束后两小时内将稿件上报，可以在此期间进行采访报道，运动会结束后编辑成简报(新闻部和秘书部负责，运动会期间)

4、摄影拍照。(新闻部负责)

项目组二：后勤服务组

组长：\_\_\_

副组长：\_\_\_

组员：生活部、秘书部、学习部

任务：1、运动会期间负责药品的保管，安排具体人员留守大本营，为受伤运动员服务。(生活部负责)

2、安排组员密切关注各项比赛中出现的运动员损伤之类的事情，特别是中长跑的项目。(生活部负责)

3、负责营养品、茶水、杯子、饮水机的添置和保管。(秘书部负责)

4、体育器材的保管(号码布、运动鞋的借用和保管工作)，运动会结束后归还。(学习部负责，器材提前联系体军部5月20前完成)

项目组三：大本营组

组长：\_\_\_

副组长：\_\_\_

组员：团学各部成员

任务：1、负责大本营建设并留守大本营，协助体育部比赛项目的通知安排工作(检录)，确保各个比赛项目运动员都能准时到位。(科研部负责)

2、负责签到制度，学生会成员和班级的考勤及大本营值班工作，加强各部之间的联系。(纪检部负责)

3、一旦发生任何状况都应及时上报到大本营值班人员处，或者直接通知给总负责人。(外联部负责)

4、保持大本营的卫生状况。(生活部负责)

5、大本营的桌椅等的保管归还工作，需提前借好桌椅。(纪检部负责，5月20日前落实完毕)

6、遮阳伞的保管归还工作，需提前借好遮阳伞。(外联部负责，5月20前落实完毕)

项目组四：统计组

组长：\_\_\_

副组长：\_\_\_

组员：组织部、科研部

任务：1、负责统计每项比赛的结果，并在第一时间公布在龙虎榜上，安排特定的同学负责写龙虎榜。(组织部负责)

2、赛事安排日程表。(科研部负责)

项目组五：青年志愿者组组长：\_\_\_

副组长：\_\_\_

组员：实践部、文艺部、外联部、广告部、班级志愿者(阳光义工)

任务：1、维持本院会场纪律。(外联部负责)

2、服务分院运动员和后勤工作，指派2到3名志愿者到各组帮忙，指派数名志愿者到各比赛现场记录运动员成绩，中长跑时要派人去扶运动员，务必落实到个人。(实践部负责)

3、宣传板块的保管和搬放，在运动会结束后所有板报都搬。(广告部负责)

4、负责组织好啦啦队和观看人员。(文艺部负责)

5、负责横幅的悬挂和保管。(外联部负责)

6、运动会结束的收尾工作，提前

安排好人员进行整理(各部做好本部的相应收尾工作)。

7、安排部分志愿者协助上面四个项目组的需要(实践部负责)。

注：各部务必在5月20日前将具体人员安排上交至办公室主任(余欣)处，具体实施过程中各部门相互协助

**体育活动的策划书篇八**

1主办单位：

2承办单位：

3协办单位：

4参赛单位：各班班级。

5比赛时间：

6比赛地点：

7指导：

8活动策划：

9比赛办法：

一、比赛规则：

1)比赛分淘汰赛(有三个轮)、循环赛两个赛程。

2)由各班抽签决定对手班级。

3)比赛分为淘汰赛与循环赛，第一轮有30个班级，淘汰15个，第二轮再淘汰7个(班级轮空直接进入下一轮)，第三轮再淘汰4个，最后4个进入循环赛。

4)比赛分组首场的战位选择由各队队长抽签决定。

5)比赛为三局两胜制，每局后双方交换场地，当两局胜出时，比赛宣告结果。获胜班级进入下一轮比赛。

6)河界为3米，比赛始末，由裁判哨声决定，时间不限。

7)比赛分班级赛与干部干事赛。

二、注意事项

1)各队队员必须提前5分钟入场，迟到10分钟视为弃权。

2)各队队员必须服从裁判指挥。

3)各队以班级为单位，设领队一名，队长一名，男13人，女5人，若女生不够可做情调整。

4)各班拉拉队必须站在规定的界外。

5)严禁非本班级(班主任除外)人员参加本班比赛。

6)严禁队员穿钉鞋参赛。

7)领队负责本班抽签。

三、奖励办法

第一名50元

第二名40元

第三名30元

精神文明奖15元

四、责任分工

**体育活动的策划书篇九**

一、活动目的：

1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：每个工会小组组选出十人参加活动

三、活动地点：学校操场

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、千足侧行、接力滚轮胎、身手敏捷

五、参加人员：学校全体教职工

六、活动时间：\_\_月\_\_日下午

七、活动形式：

1、全体教职工自行到学校操场集合。

2、以工会小组为单位参加趣味活动。

八、摄影摄像：\_\_\_、\_\_\_

勤服务：\_\_\_、\_\_\_

裁判：\_\_\_、\_\_\_

记录：\_\_\_、\_\_\_

奖励办法：设团体奖一等奖3个，二等奖6个。(如遇得分相同，抽签决定)

每个项目分别按名次计分：第一名20分，第二名16分，第三名14分，第四名12分，第五名10分，第六名8分，第七名6分，第八名4分，第九名2分。五个项目得分总和为该组总分。按得分从多到少决定名获奖等第。

九、比赛方法和规则

1、奔腾列车

(1)每队由10名队员参赛，10人左脚向后抬起，用左手扶住，右手搭在前方同伴肩上，排成一排，形成链接。

(2)裁判员口哨一响，由起点向终点跳，行进中要求保持链接完整，以最后一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队10人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、千足侧行比赛方法：参赛队每队10人，分2排每排5人，两排背靠背站立，每排队员上臂与相邻人员互相紧扣，两排最左端两人、最右端两人上臂紧扣，听令声侧向从起点开始移动30米，最后一个到达终点时记时决定胜负。

4、接力滚轮胎：每队参赛队员为10人，比赛开始时一人先将轮胎向前滚出，绕过五个障碍物后直线返回出发点交给同伴继续进行，假如碰到障碍物时需将障碍物摆回原地后从失误地点继续进行，当最后一名队员将轮胎滚回出发点时比赛结束。最后以所需时间最短者为胜，时间相等名次并列。

5、身手敏捷——跳、踢、扭接力10人分成两组，5人一路迎面站立。比赛开始，第一人从起点出发至跳短绳区跳3个绳，完成规定个数后，跑至踢毽区，踢3个毽子，完成规定个数后，跑至呼啦圈处，扭动3次，跑至对面击对面第一人的手掌，对面第一人按相反顺序完成规定动作，以此类推，先完成的组为胜。

**体育活动的策划书篇十**

一、策划方案主题

以“同一月饼，同一梦想”为主题，营造“欢乐和谐，与时俱进”的公司气氛，提升企业形象。

二、时间

农历八月十四或者十五

三、地点

酒店培训室

四、策划方案特色

1、现场主持人要有很强的控制能力、言语表达能力，节目设计必须合理、有趣，让员工能够很好的理解参与。

2、制作一些精美卡片，上面印刷中秋节来历、典故、赏月、诗词等内容，发给员工作为此次活动的纪念，既能让员工长时间记住此次活动又能更好的了解中国文化。

五、方案活动一

1、活动形式：动态或者静态影像资料播放，由主持人讲解。

活动名称：中秋，你知道吗?

宣传内容：中秋节来历、典故、赏月、诗词等。如：典故--嫦娥奔月、吴刚折桂、玉兔捣药等;赏月--追月、行月、望月……

图文并茂，增强感染力。理解程度计较难。

**体育活动的策划书篇十一**

一、活动背景

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们把趣味运动和企业对员工的需求进行融合错位策划，使它同时融合了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了观赏性。

二、活动意义

一方面它非常适合各店面联合开展活动，因为它比拓展训练更具趣味及凝聚力，能更好的把企业文化渗透到每个员工，增进员工之间的亲密感，从中学会团队协作。另一方面它具有强身健体的作用，对于埋头工作的员工来说更具吸引力。它的竞技性、趣味性及观赏性带给人们另一种新奇，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，某些能力得到进一步的锻炼。

三、活动名称：我参与，我运动，我快乐

四、活动主题：公司大竞技，快乐你我他

五、活动简介：

(一)、活动时间：20\_\_年4月20日上午8：20—12：40。

(二)、活动地点：

(三)、活动对象：

(四)、比赛项目：

1.热身赛：拔河。

2.团体赛：三人四足、袋鼠跳接力、大丰收、争分夺秒。

3.个人赛：跳绳、自行车慢骑比赛。

(五)、奖励规则：

本次比赛名次采取积分制，比赛第一名积10分，第二名积8分，第三名积5分，第四名积3分，第五名积1分，其他名次不得分。最后以团体以及个人积分的总和进行排名。大赛奖励第一名第二名奖励第三名奖励

个人赛自愿参与，希望各店员工踊跃参加，成绩秀者将获得

六、比赛准备

(一)人资部负责参赛人员名单整理与现场参赛人员组织管理;

(二)策划部准备“\_公司第届趣味运动会”条幅，并于比赛当日负责拍照;

(三)策划部对获奖的人物做好宣传推广。

七、比赛项目及规则。

(一)、热身项目。

1、拔河。

报名方式：自由组合，每组选手15人，8男7女。

道具：1条20米大绳。比赛时间：8：30—9：00

(1)、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为2米，居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队选手以及裁判等工作人员以外，其他人员一律不得进入拔河道。

(2)、比赛方法：

比赛开始前，各队按照每15人的要求准备好，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;比赛不限制时间，一直到能判断胜负为止;比赛分淘汰赛、决赛。每组两队，抽签决定比赛队伍，三局二胜定胜负，第一局双方队长猜拳决定场地，第二局场地交换，第三局在猜拳决定场地，每轮比赛胜队晋级。

决赛为循环赛，每轮三局二胜定胜负，成绩计算：胜1分，负0分。对手弃权得1分。三轮结束后，积分最多者名次列前;积分相同者，加赛决定胜负。

2、工作安排：

比赛主持：\_\_赛裁判：\_\_\_\_

计时：\_\_\_计分：\_\_\_\_\_

道具及会场准备：\_\_\_\_\_

(一)团体项目

1、三人四足(3队同时进行)

道具:绳子，比赛时间：9：00-9：20

规则：1.参赛队员以三人一组参赛，2男1女，女生居中。赛道长30米。

2.三个人并排站在一起,把中间人的右脚和他右边人的左脚绑在一起,中间人的左脚和他左边人的右脚绑在一起。

3.在听到起跑发令后，各小组同时起跑，绕过15米处障碍物返回，到达终点线用时最短者为胜

2、袋鼠跳接力(3队同时进行)

道具：麻袋3个，比赛时间：9：20—10:00

规则：男女混合项目，每队5人，3男2女，分别站在两端起点线后。每队一条麻袋，第一位队员将双脚套在麻袋内，用手提着。比赛开始，第一位女队员双手提着袋口向前跳，沿跑道前进15米至另一端端线，换下麻袋，交给第二位男队员套上，重复前过程，如此来回往复，直至5人全部完成，用时少的队名次列前。比赛中，如队员跌倒，可爬起继续;两名队员交换麻袋必须跳过端线后进行，否则算犯规，取消该队成绩。

3、大丰收(3队同时进行)

道具：背篓3个，空水瓶30个。比赛时间：10：00—10：30

参赛人员：每店至少一组，每组1男1女。3分钟。

规则：1、参赛队俩人一组，一人背对接球队员，负责投球，一人将背篓背在胸前负责接球，每人10个瓶。

2、接球时不能用手控制接触水瓶。

3、已累计接球总和的多少判定胜负。

4、争分夺秒(3队同时进行)

参赛对象：所有员工，每店3人，至少一名女生。

器械:水捅、水杯、水瓶、水，赛程30米。比赛时间：10：40—11：10

参赛队员一路纵队站在起跑线后，比赛开始后拿空水杯在水捅中盛满水后(不能用手捂着水杯)向前跑至折返点返回,返回途中将水杯中的水倒入空水瓶中，将水杯交给下一个人，依次进行。比赛时间3分钟，比赛结束以各队水瓶中水的多少判定名次，水多的队为胜。

(二)个人项目

1、跳绳比赛。(5人同时进行)道具：计数器跳绳6个。.比赛时间：11：10-11：40比赛进行，单人1分钟，规定时间内跳的个数多者获胜。最后由几组比赛的获胜者做一场表演，花样不限。。2、自行车慢骑(3人同时进行)

比赛规则：比赛车道设为30米长、1米宽，时间使用最长者为胜。

比赛时间：11:50-12:30

2、选手自备自行车，每辆自行车不得附带旁轮，每个车轮直径必须不小于48cm，不得在车体上安装人附带物体。若使用变速自行车，必须变为三档。

3、比赛以自行车前轮进入车道开始计时，后车轮离开车道后结束计时。

4、比赛中，若有一次以下犯规，则将视为到达终点，所用时间为比赛时间。有下列情形之一者均为犯规：

1.脚落地超过三次;

2.脚每次落地时间超过五秒;

3.车轮轧到车道线上;

4.途中与裁判冲撞或拒不服从裁判判决。

八、活动安排

(1)活动报名:本次趣味运动会在即日起接受报名，到4月19日17：00截止报名。本次报名请认真填写报名册，上传至人事部

(2)流程安排：

领导致词(8：20—8：30)，团体赛(9：00—11：10)，个人赛(11：10—12：30)颁奖(12：30).

九、活动预算

团体冠军奖品：单价数量预算：

亚军奖品

季军奖品

个人冠军奖品：单价数量2预算

道具：可计数跳绳5个，单价总计;

比赛准备物品及道具：20米的粗长绳1把，长一米的绳子10根，麻袋3个，干净背篓3个，空矿泉水水瓶30个，水桶3个，水杯3个，自行车自备，可计数跳绳5个。

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