# 最新三八妇女节爬山方案(23篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-08-04

*为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看...*

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**三八妇女节爬山方案篇一**

相聚天中山、相约健康。

爬山是户外活动，可以享受到新鲜的空气和明媚的阳光，大家一起爬山，一起聊天，一边捡拾有人扔下的垃圾，一边欣赏美丽的风景，使大家心胸开阔起来。

全体教师

20xx年3月8日下午放学后5：10校门口集合；天中生态园

1。分低年级组、中高年级组二个组别进行登山比赛。

2。名次决定：

一等奖10名，二等奖20名，三等奖32名。

起点裁判（天中山拱桥）：张老师

终点裁判（山顶）：王老师、曹老师、

中途裁判（路程中间）：朱老师

颁奖：三位校长

后勤：朱老师

摄影：李老师、宋老师

1、下午放学后尽快送走学生，每个办公室一起走，到天中生态园门口集合。

2、徒步登山起点后（约10分钟），（拍集体照），以低中高年级组为单位开始登山活动。到达山顶的教师先后顺序取前6或8名。

3、到达山顶后清点人数，拍集体照（注意安全）。

4、活动结束后（18：30），教师徒步到起点回家。

**三八妇女节爬山方案篇二**

经校务会讨论决定，由学校工会组织的三八节庆祝活动——我校教职工爬山比赛将于201x年3月8日在xx市临xx公园举行，现在将有关爬山活动方案公布如下：

1、3月5日请各年级组长将本年级组参赛人员名单上报到工会。

2、3月6日下午17：00在电教室召开全体教职工会议。进行爬山路线讲解、布置安全注意等事项。

3、20xx年3月8日早上7：30在临xx公园门口集中。

1、起点：临xx公园门口为出发点。

2、路线：沿右边线路上山。

3、终点：临塔前。

三、分组排

按年龄段分组：30岁以内（陈亮亮负责）

31—45岁（梁安武负责）45岁以上（陈积维负责）

1、每小组奖励前六名：一等奖1人，二等奖2人，三等奖3人。

2、奖励方法：参赛队员到达终点后按照在本小组的到达先后顺序获取名次。

3、所有参赛人员均获优秀奖。

1、所有参赛人员和工作人员自行按时到达集合点。

2、身体不适的教职工不能参加比赛和爬山，否则后果自负。

3、爬山严格按照赛事指定的参赛路线，禁止自行开辟线路，严禁在危险的地方行走停留。

4、所有进入景区的人员要遵守景区各项管理规定，严禁采摘、乱丢垃圾等，服从景区工作人员的管理。

5、所有人员要服从赛事组织人员的指挥和管理。

6、比赛遵循安全第一、友谊第一的原则，发扬团队精神。大家相互关照帮助，拥挤的时候大家要相互谦让。

校旗  横幅 秒表 名次登记表 矿泉水发令枪 医学小药箱

出现意外情况，请立即和赛事组织人员联系。

**三八妇女节爬山方案篇三**

一、庆“三八”女教职工座谈会

时间：3月8日早上9：00

地点：图书馆5楼会议室

参加人员：各分会主席、女工负责人、女职工代表（2—3名）

内容：

1、党委副书记、校工会主席熊冬梅讲话

2、校工会副主席白万晓安排工会20\_\_年工作

3、女工委主任靳红樱讲话

4、教师代表发言

5、节目表演

6、小游戏（抢凳子、抖标签）

请各分会安排人员准时参加。

二、庆“三八”教职工趣味运动会

1、时间：3月11日13：00时，请参赛队领队于12：30前签到

2、地点：未央校区致远广场（图书馆门前）

3、竞赛项目及规则：

1）夹玻璃球：人数不限，在桌子上放两个盘子，一个装满玻璃珠，一个空盘子。各参赛人员，在1分钟时间内，从装有玻璃珠的盘子里用筷子把玻璃珠夹到另一个空盘子里。数多者胜。

2）踢毽子：人数不限，两分钟的时间内，不分左右脚，脚踢中毽子记为一次“有效”成绩，以两分钟结束时的总个数为个人最后成绩。

3）踩气球：每个分会限报1人，裁判发令后，参赛者在一定区域内在保护好自己的气球不被对方踩破的前提下，千方百计地用脚踩破其他成员脚上捆绑的气球，直到游戏时间结束。一个人每只脚捆绑3个气球，每个人不允许出规定区域，只能用脚，否则视为违规，取消继续比赛的资格。按参赛人员剩余气球数量多者获胜。

以上限女职工参加。

4）穿衣接力：每个分会6人，每队1人先站在场地中央，其余5人分列两边，裁判发令后，1人跑到中央处把衣服给队员穿上，跑到终点，另一名队员接力扣第一颗纽扣，然后跑到起点，以此类推，时间最短者且穿衣整齐队为胜。

5）螃蟹托球：每个分会4人，参赛队员四人组比赛，队员站在起跑线上，听到预备信号时，同组四人背对背用身体夹住一气球，听到开始信号时，四人横着向终点跑去，先完成的一组获胜。若中途落球或烂球者，需重回起跑线继续比赛。赛跑过程中不得用手接触气球。

4、须知：各分会于3月9日前将参赛队名称、领队姓名及联系电话报校工会。参赛参与人员均有奖品及纪念品。

希望各分会积极组织女教工开展形式多样的庆祝活动，并将活动内容报至校工会办公室。

**三八妇女节爬山方案篇四**

活动目标：

1.学习朗诵儿歌，并尝试替换关心妈妈的办法创编儿歌。

2.大胆地运用清楚、完整的语言讲述妈妈的好。

3.感受儿歌所表达的对妈妈的爱，进一步激发关心妈妈的情感。

活动准备：

与儿歌相关的图片：宝宝帮妈妈捶背、端茶和亲吻妈妈的图片。

活动过程：

一、谈话：我的好妈妈。

1.教师：你们喜欢妈妈吗?为什么?

2.教师：妈妈这么爱你，你想对妈妈说什么?应该怎样爱妈妈呢?

二、理解儿歌内容，学习朗诵。

1.教师：有一首儿歌表达了宝宝对妈妈的爱，我们一起来听一听儿歌里是怎么说的?

2.倾听教师完整地朗诵儿歌。

3.围绕儿歌内容进行交流，理解儿歌。

4.在图片的提示下学习朗诵儿歌。

5.去除图片，边表演动作边进行朗诵。

三、创编儿歌。

教师：除了帮妈妈捶背、端茶和亲吻妈妈，我们还可以为妈妈做什么呢?把他们编进儿歌里吧!

活动目标：

1.了解“三八”妇女节是妇女们的节日，并用言语庆祝身边的妈妈和长辈们。

2.感受自己动手与妈妈或奶奶共同制作作品的乐趣。

活动准备：

1.幼儿有撕纸的经验。

2.大的心形图三张。

3.小篓子、画有心形图案的色纸(用缝纫机给图案打上细密的洞眼)、胶水、抹布等人手一份。

活动过程：

一、初步了解“三八”妇女节的含义。

1.师:你们知道三月八日是什么节日吗?(妇女节!)

2.向幼儿介绍国际妇女节，并了解是全世界妇女们的节日。

师:是谁的节日呢? 幼:妈妈、奶奶!

师:不是仅是你的妈妈、奶奶的节日,还是姑姑、小姨、老师们的节日,是全世界妈妈、奶奶的节日,是全世界女性的节日!

3.在今天我们可以对她们说什么祝福的话吗?

师:你们今天对自己身边的妈妈、奶奶准备了节日祝福的话吗?

幼:我准备了!(孩子争相说出自己的祝福)

二、与妈妈共同动手制作手工作品

(一)观察制作材料，讨论制作方法。

1.出示大的心形底图。

师：这是什么?像什么?这是一个什么样的爱心?(大大的、红红的。)

2.寻找小爱心图。

师：这个大大的爱心就像妈妈一样，宝宝的爱心在哪里?藏在桌上的小篓子里，大家找一找，找到了吗?藏在哪里?(一张方方的纸里面。)是什么样子的?(小小的、红红的。)

(二)讨论撕纸的方法并进行尝试。

1.出示幼儿操作用纸。师：怎么把这个爱心从方方的纸上取下来呢?仔细看看爱心的旁边有什么?(轮廓线。)要沿着这个线撕，你们会吗?怎么撕?(小手捏着线的两边，一前一后慢慢撕。)

2.幼儿尝试自己撕。(多提供一些操作用纸，给幼儿多次练习的机会。)

(三) 爱心送给谁?

讨论：爱心送给谁?师：这是爱心妈妈，怎么把小爱心贴到妈妈的爱心上?还要对妈妈说些什么?

三、结束活动

全体幼儿演唱歌曲“世上只有妈妈好”，在歌曲中结束本次活动。

**三八妇女节爬山方案篇五**

一、活动背景

三八妇女节是世界的传统节日，也是广大妇女的节日，为了体现社区对女同胞的特别关爱，同时丰富大家的业余文化生活，特举办此次活动，同时将庆祝活动与加强妇女思想教育，创先争优活动紧密结合，激励广大妇女满怀热情投身于工作当中，促进社区和谐发展。

二、活动主题

庆祝三八妇女节

三、参赛礼品

考虑到妇女生活习惯和喜好，活动奖励可选择妇女同胞适用的经济实惠的物品，预计人均十元，如养颜补品，保洁用品，卫生用品等女性为主的使用用品。

四、活动内容

1.猜谜语(共三十无道谜语，十五道关于妇女节知识的节日，可为选择题，提高大家对三八妇女节的认识。二十道关于脑筋急转弯方面的一些简单的谜语)

2.转凳子

3.顶气球

4.掂乒乓球(每次由2到4人进行，用乒乓球拍垫球来回一圈，中途不能把球掉下去，谁先完成谁赢)

5.做动作，猜东西(2人为一组，每次2到3组参赛，准备一个盒子，盒子里面放上一些纸条，纸条上写一些简单的东西，比如拖鞋，馒头，蔬菜之类的，然后甲乙两人面对面，先让甲抽盒子里面的一张纸条，看完之后不能说出来，只能通过语言或者肢体语言的描述让乙猜纸条上写的是什么，2分钟内哪个组猜的最多为赢)

6.齐心协力(2人一组，每次3到4组参赛，用一根绳子绑住两个人的脚，来回一圈，哪个组先完成哪个组就胜出)

7.踩你没商量(每次由4人参加，每个人的双脚腕上都绑上8个气球，然后相互踩气球，最后谁的脚腕上剩下气球了谁就胜出)

8.丢筷子(每次由3到4人参加，参赛选手坐在凳子上，脚下放一个啤酒瓶，嘴里叼着筷子在离瓶口半米的地方对准啤酒瓶然后松开嘴，看能不能把筷子丢到酒瓶里面，1分钟内，谁丢的最多谁胜出)

9.叼皮筋(4到6人一组，每个人最里面叼一根筷子，筷子都上勾着一个皮筋，让用嘴叼着筷子由第一个人把皮筋传递给最后一个人，再由最后一个人传递给第一个人，中间皮筋不能掉，看哪个组用时最少)

**三八妇女节爬山方案篇六**

一、促销主题的确定

每一次促销活动都应该有一个确定的主题，根据这个主题再去组织相关活动细则。三八节日的美容院促销，自然需要集中在女性身上。在主题的确定上，可以用一些比较打动人心的温馨的字，抓住女性爱美的心理，吸引她们的目光。

三八妇女节是女性节日，女性在社会的角色有很多种，母亲，妻子，儿媳等，借助节日化特点，近一步向消费者渲染要对女人好一点这一促销主题，利用情感共鸣来完成促销。

参考主题：三·八节“专为女性预备的双重厚礼”(注重促销活动中的优惠);美丽人生，幸福女人(抓住幸福的感觉);为你的“她”延续情人节的浪漫

二、促销内容

各个美容院的促销形式和促销内容都大同小异：打折、买赠、免费体验等，美容院要利用这些促销形式体现出新味来。

抽奖促销

案例1\_\_\_\_美容院：让美丽，让的男人心动

案例内容：

在1个月左右的时间内，在\_\_美容院消费满280元即可赢得各类奖品。要想赢得各类奖品，此中有上计，更有上上计，就看你有没有弃小博大的妙计：

上计：凭消费凭证赠高档美白润肤露1支;

上上计：弃小博大，放弃赠品，参加美容院举办的刮卡抽奖活动，给男人心动的惊喜，才是上上计。

奖品分设有：dvd，电动剃须刀、袖珍收音机及照相机等。

案例点评：

1、这是“赠品”与“抽奖”两者选一的模式，让消费者在“上计”与“上上计”中做出选择，这种心理暗示的手法，有可能使消费者产生当然应该参加抽奖的潜意识。

2、整个活动设计充满刺激性、挑战性。

3、这种“赠品”与“刮卡”二进一的做法，必须在确定能得到化妆品公司与赠品生产厂的完全支持与协助的条件才能开展，有可能“dvd”有相应的品牌专卖店，能为这类活动的开展提供系件，而许多日用消费品受制于售点的实际情况，未必适用此种活动方法。

案例2\_\_国际产品：三八节日—“专为女性预备的双重厚礼”

时间：3月8日-3月15日。

活动内容：在活动期间内，凡在\_\_国际购买500元产品的消费者将有机会获得以下礼品：

1)手机1台，市值人民币1500元左右(限1个名额);

2)手机充值卡1张，市值人民币每张100元(限5个名额);

3)秀之颜防晒霜一支，市值人民币68元(限54个名额)。

**三八妇女节爬山方案篇七**

在三八妇女节来临之际，在班级内组织活动，经过“想、写、说、演、做”等系列活动，回忆妈妈、奶奶、女老师对自己的关爱，体会她们的辛勤付出与殷切期望，并为她们献上诚挚的感谢与节日祝福!通过实际行动表达对妈妈、奶奶及外婆、女老师的敬意，体验到尊敬老师的愉悦感受。

活动地点：音乐室

1、学生利用双休日制作小花朵。调查妈妈、奶奶的爱好、生日、属相等。

2、准备一张纸，给亲人写几句心里话

3、学生准备诗词、歌曲等节目。复习唱《天下的妈妈都是一样的》《感恩的心》

4、室布置、音乐、表演道具等

1、主持人宣布活动开始。

2、小游戏：我和你们心心相印

3、诗歌朗诵，演唱歌曲《感恩的心》

4、真情告白——说出大家的爱>主持人选读6-7名学生所写的几句最想对家人说的话

5、献上大家的情：献花

6、班主任、家长代表致辞

7、主持人宣布活动结束

师：同学们，今天是一个特殊的日子，一个值得纪念的日子——三八妇女节。大家相约在这里，欢聚一堂，共同为奶奶、外婆、妈妈还有学校的女老师们庆祝这个伟大的节日。下面，让大家掌声有请主持人网。

(一)主持人致辞：

女：是谁给了大家生命?是谁陪伴大家成长?是谁教大家做人?

男：是你们，亲爱的妈妈、慈祥的长辈，还有尊敬的老师们。

女：大家的成长过程离不开你们，没有你们的教导与培育，就没有大家的今天。

男：你们的爱，似涓涓细流那样绵长，像浩浩海洋那般无垠。今天，在这个属于你们的节日里，让大家道一声：

男、女(合)：“谢谢你们，你们辛苦了!”

女：很高兴今天大家能荣幸地请到大家的老师们，还有几位家长代表，让大家用最热烈的掌声欢迎她们的到来。

男：现在我宣布，黄田中学九1班庆祝“三八妇女节”主题班会课“绿叶不忘根的情意”现在开始。

(二)诗歌朗诵：《母爱》

女：是啊，为了让大家健康幸福地成长，长辈们花费了很多心血。尤其是母亲，为大家的成长付出了许多。下面，请欣赏献给所有母亲的诗——《母爱》，表演者：陈锴闻。大家掌声有请。男：“别忘记带给母亲你的爱，只要这样，母亲就满足了。”说得真好，母爱是天底下最伟大的爱，无私奉献却不计回报。但作为子女，大家不能不懂得感恩。下面，请欣赏歌曲《感恩的心》。演唱者：张柏芝等。

(三)游戏：我和你们心心相印

女：首先让大家来做一个小游戏“我和你们心心相印”，请大家积极参与。

男：请仔细听问题，1、妈妈最爱吃的水果是什么?她的属相是什么?点名回答。

女：请听第二题：2、奶奶的生日是哪一天?点名回答。

男：第三题：今天来到大家班的女老师你还记得谁教过你吗?指名回答。

男：游戏到此结束，谢谢大家的参与，假如你对游戏中提到的问题还不能很准确地回答，请你今天回家后一定要记得问一问并记住，只有了解她们，大家才能更好地爱她们。

**三八妇女节爬山方案篇八**

为表示对所有女工的关怀，对女性的尊重，提高大家对“三八”妇女节的认识，学习有关妇女节的知识，活跃气氛，减缓工作压力，加强同事间交流，现将有关活动内容通知如下：

一、庆祝活动

举办以“促和谐谋发展话奉献“为主题的三八节活动。

二、活动时间

20\_\_年3月6日前

三、活动地点

\_\_篮球场

四、参加对象

在册全体女工(含劳务工)

五、活动方式

趣味活动、互动节目

六、活动日程

1.主持人开展趣味活动、互动环节内容。

2.健康知识讲座

七、活动内容

1.趣味活动

吉尼斯大赛(男女挑战赛，不分组，按照顺序进行)道具：跳绳、毽子、秒表

(1)一分钟跳绳比赛规则：(每组6人)

以哨音为信号，裁判员开始或终止比赛。

跳绳每绕身体一圈得一分，弃权得0分。

参赛者在发令员发出信号前抢赛，所得分数不计;

发出比赛结束信号后应立即停止比赛。一分钟跳绳次数多者获胜。(评出优胜一组)

(2)一分钟踢毽子(每组6人)

比赛规则：

以哨音为信号，裁判员开始或终止比赛。

参赛者在规定的区域内比赛，每人一次机会。

参赛者在发令员发出开始信号前抢赛，所得分数不计，发出比赛结束信号后应立即停止比赛。一分钟踢毽子次数多者获胜。(评出优胜一组)

(3)积极进取—椅子总是少一把：

游戏规则：8人一组，椅子每组7把，音乐响起，8人绕7把椅子转圈，音乐停止，抢椅子坐，总有一个人没抢到，被淘汰，剩余7人，撤出一把椅子，剩余6椅，继续。(胜出部门人数最多获胜)

(4)共同进退——夹气球跑

游戏规则：两人一组(每个车间三组)，背靠背夹住一只气球在起点向终点跑，到终点后将气球放到椅子上然后坐爆，再返回起点继续夹气球。如果在跑动时气球落地，两人要从掉落点重新出发。在同样时间内哪组爆破的气球最多哪组胜出。

(5)我要安全—保卫我的气球

游戏规则：每组3个人(每个车间2组)，每只脚上都绑有气球，现场抽取观众参与踩爆参赛人员的气球，比赛开始后队员互相协作保护自己的气球，在规定时间内，留下气球多组获胜。

2.健康知识讲座

邀请\_\_医院妇科专家到厂内进行女性健康知识讲座，主要涵盖女性常见病知识、日常保养知识等。

3.为确保三八节活动顺利开展，特成小组：

组长：\_\_

副组长：\_\_

成员：各车间党工团兼职负责人

4.活动要求及注意事项：

(1)参加人员准时到场。

(2)每个部门参加趣味活动的女工，个人最多报两项，原则上不重复(如果人员不够，请通知\_\_)，诚邀各车间一线员工积极参与，参加人员均有纪念品。

(3)报名表需在本月28日4点前报\_\_。

八、活动费用明细

1.健康知识讲座：1000元;

2.5个游戏活动评出优胜队共计20人，每人100元，小计：20\_\_元;

3.纪念奖共计196人，每人50元，小计：9800元。

**三八妇女节爬山方案篇九**

一、活动目的

1、知道三月八日是妇女节，是妈妈奶奶及所有女人的节日。

2、培养孩子爱妈妈、奶奶的感情，知道妈妈、奶奶爱我们，我们也爱妈妈和奶奶。

3、体验亲手装扮妈妈、奶奶的乐趣。

4、发展幼儿的动手能力和创造思维能力。

5、通过制作装饰物来表示对妈妈、奶奶的爱心。

二、活动准备

1、长条形、扇形、纸板若干。

2、各种颜色、各种形状的纽扣、红绳无数。

3、双面胶、剪刀。

三、活动过程

1、谈话：到了“38”节了，小朋友知道“38”节是谁的节日吗?(妈妈奶奶的节日)妈妈奶奶很辛苦，天天照顾我们，那我们今天为妈妈和奶奶过一个愉快的节日，好吗?

2、和孩子讨论怎样与妈妈和奶奶过一个愉快的“38”节。

3、教师总结并引导孩子用制作饰物装扮妈妈和奶奶的方法为妈妈和奶奶来庆祝“38”节。

4、教师出示制作用的各种材料，教师做材料分析并示范制作各种简单的装饰物。

5、孩子分组进行制作装饰物，选择自己想为妈妈、奶奶装饰的物品。

6、孩子与妈妈、奶奶一起制作物品。教师可帮助动手能力弱的孩子完成任务。

7、请孩子将制作好的装饰物选择一样或多样送给妈妈或奶奶，并为她们装扮。

**三八妇女节爬山方案篇十**

公司三八节活动方案申请

一、 活动目的：

三八妇女节是世界的传统节日，为了体现公司对女员工的特别关爱，同时丰富大家的业余文化生活，提高员工队伍的凝聚力，公司将举办三八节活动。

二、 参加对象：

公司女性同胞共计53人(其中\_\_30人，\_\_\_19人，\_\_\_4人)。

三、 活动时间：

20\_年3月8日当天下午13：30―18：00

四、 活动预算：

节日座谈会：500元+礼品：530元+节日慰问金：5300元

费用预计支出：6300.00元。

五、 活动组织方案：

节日活动：节日座谈会+礼品+节日慰问金。

3月8日，公司全体女同事放假1天，但要求出席8日早上的座谈会。

1、 节日座谈会(09:00―11:00)

召集全体女员工，表示公司对所有女员工的关怀和爱护。举办小型的节目及游戏，调动全体参会者的热情。并准备抽奖奖金，10元(10分)，20元(5份)，50元(2分)三种类别，预备餐点饮料(200元)增加活动趣味性、参与性和积极性。

活动主题：学习“三八”国际妇女节知识，交流节日感想

活动时间：20\_年3月8日上午10:00-1200。

活动地点：公司三楼活动室。

费用预算：共计400元

活动流程：1、主持人讲话(致开场白)，宣布活动开始。

2、公司领导代表(嘉宾)讲话，致以节日问候。

3、主持人开展有奖竞答，到场的每位女工参与。

4、公司领导致活动总结词。

5、主持人致活动结束语，宣布活动结束。

2、 礼品

考虑到妇女同胞的生活习惯和喜好，节日纪念品可选择妇女同胞适用的经济实惠的物品，预计人均10元，如：月事用品，养颜补品，卫生用品，保洁用品等以女性为主的使用用品。

预计费用：共计530元。

3、 慰问金

三八节赐予女性同胞针对性，对女同胞进行节日慰问金的发放。拟定人均过节费为人民币100元，共计5300元。

预计费用：共计5300元。

以上方案是否可行，请公司领导批示。

**三八妇女节爬山方案篇十一**

为了活跃公司文化氛围，所以在迎接国际妇女节以及引导广大的女职工提供更多的关注自身的道德修养，文化内涵，心理健康，独立意识等  综合素质的提升，彰显我公司女职工风采， “妇女节”是以关怀我公司 广大女职工们，加强女职工的自信心，全面拓展女职工各方面的素  质，不断突破、创新，力求挖掘出新的亮点，为公司注入动感的新鲜活力，特此举办此活动。就让女职工成为公司活动中的一道靓丽的 风景线。

本次活动由我公司工会女工部负责策划工作， 另外同时需要宣传部（负责本次活动的宣传以及场地布置） 、文娱部 （负责主持等工作） 、其他各部协助。

本次妇女节活动将于3月7日或3月8日举行 。

：

（一）人员召集；

（二）场地准备；

（三）物件准备。

①、拔河比赛

1。分队规则。分以下 3 个队，每队 15 位妇女。 每队设队长一名，负责代表本队参加分组抽签等。

比赛规则：

a、比赛分组及比赛首场的站位选择由各队队长抽签决定。

b、比赛为循环赛。

c、决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

②、集体跳绳比赛 比赛规则分组与拔河比赛相同比赛时间：三分钟比赛人数：每队 12 人（2 人 摆绳、10 人跳绳）。  比赛队员要从绳子的一边按顺序依次跳过绳子到另一边。如果跳绳者不能通 过绳子， 不计数但比赛继续进行。比赛结果以三分钟内通过绳子的累计总人数为 最后成绩说明：  各个项目均以成绩最好者为胜， 如比赛结果相同， 将进行加时赛。

游戏：

1、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。

2、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，围绕原地转 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）

3、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。

4、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。

5、双龙戏珠 （6 人） 规则： 分三组，每组两人。 队员背靠背，夹住气球，从起点运到终点，终点放有一 个椅子，到终点以后要把气球放到椅子上坐爆，再返回起点继续夹气球，可以在 队友坐气球的同时，另一个人回起点准备气球。这里需要注意：如果在跑动过程中气球落  地或因其他原因提前爆炸， 要回到起点重新运气球。哪组以最先坐爆 2 个气球的 代表队胜出。

6、猜猜猜（6 人） 规则：模仿电视节目里的，后面举牌，一个人解释，一个人猜，虽然简单， 但是效果不错，  关键是看你在后面牌子上写的是什么，往往一个好题会达到意想 不到的效果哦。计时进行（时间一分钟），在一分钟里，看哪组猜出的动作多算赢。

**三八妇女节爬山方案篇十二**

【活动目标】

1、知道三月八日是妈妈的节日，懂得尊敬、关心妈妈。

2、愿意尝试手工绘制一件体恤衫送给妈妈作为节日礼物。

3、在为妈妈制作礼物、送礼物的过程中，增进关爱妈妈的情感。

【活动准备】

1、事先调查：妈妈最喜欢的礼物是什么?邀请妈妈们来幼儿园参与活动。

2、水粉颜料每人一份，白体恤衫每人一份。

3、装饰体恤衫所需的各种材料每组两份。

4、音乐磁带《好妈妈》、《不再麻烦好妈妈》。

【活动过程】

1、 师幼讨论

(1)、今天是什么节日?小朋友想给妈妈送一件什么礼物?

(2)、小朋友想不想亲自为妈妈做一件礼物?也许买的东西妈妈不喜欢，小朋友亲手做的礼物妈妈会更喜欢的!

2、教师示范，幼儿操作。

(1)、幼儿可以自由分成两组，愿意在体恤衫上面作画的坐一组，愿意在体恤衫上面装饰的坐在一组。

(2)、教师巡回指导，幼儿自由创作。

3、母子时装秀表演活动。

(1)、请绘制、装饰好体恤衫的幼儿和妈妈一起穿上进行服装表演。

(2)、宝宝和妈妈一起合影留念。

【活动延伸】

(1)、将装饰、绘制好的服装悬挂在教室，布置“三八”主题墙。

(2)、回到家继续为妈妈捶捶背、扫扫地做些力所能及的事情，让妈妈高兴，让妈妈开心!

**三八妇女节爬山方案篇十三**

值此国际妇女节来临之际，为了活跃院女职工的业余文化生活，促进身心健康，以更饱满的热情投入医疗工作中，院管理委员会中心决定举办庆“三·八”妇女节有奖趣味活动。现将具体活动方案如下：

一、活动日期：

3月8日（星期\_）下午2：30—4：30

二、活动地点：

院门诊楼二楼会议室

三、活动内容：

模仿竞猜、1分钟快速跳绳

四、奖项设置：

模仿竞猜：一等奖2名、二等奖2名、参与奖（参与活动女职工）

一分钟快速跳绳：一等奖1名、二等奖1名、三等奖1名、参与奖（参与活动女职工）

五、有奖趣味活动游戏规则

1、模仿竞猜游戏规则：两人一组，模仿者看完谜底后用肢体语言表达，另一人根据模仿猜出谜底，一分钟内猜出谜底最多的获奖。（模仿者说话或旁观者提示不计算）

2、一分钟快速跳绳游戏规则：1人一组，一分钟内跳得最多者获胜。（中间停顿或双脚未过的不计算）

六、活动安排：

总策划：\_\_。

活动内容及道具安排：\_\_\_。

摄影：\_\_\_。

裁判及活动次序：\_\_\_。

场地布置：\_\_\_。

三八妇女节策划方案三

一、活动目的：

三八妇女节是世界的传统节日，在三八妇女节到来之际，开展一些实在而有意义的活动，让学生真正的意识到妇女的伟大，为妇女骄傲，懂得去赞美女性。

二、活动时间：

一周

三、活动内容：

1、通过网上查找资料，了解世界妇女节的来历。

2、上网、上图书馆、询问家长、教师等形式，了解世界著名女性的事迹。收集有关妇女的故事，在班里开故事演讲会，体会妇女的伟大。

3、为在校女教师和自己的妈妈庆祝一次节日。

妇女节当天给老师和妈妈送上话语祝福。

活动周内共同策划，想想好的建议：给老师和妈妈一个惊喜；为老师分担工作、妈妈分担家务；答应老师一个要求、为妈妈做一件事；为老师和妈妈亲手做上一张贺卡；向老师和妈妈说说心里话……

落实行动，在校为老师过节，回家为妈妈过节。

4、交流活动感想。

活动内容：

1、举办建大女教职工“巾帼风采“图片展；

2、举办“五人六足”赛跑活动。

“巾帼风采”摄影展活动安排

为了丰富我校女教职工生活，展示女教职工在教学、科研、管理等各项工作中的新风貌，彰显女教职工奋发向上的精神面貌，特举办“巾帼风采”图片展览。

1、照片范围：本单位女教职工工作、生活优秀照片。

个人照片包括：女正教授、女博士（含在职在读）；女正处长；校级以上女“师德标兵”、女“教坛新秀”；校级以上女优秀共产党员、先进工作者（近五年内）；校级讲课比赛、教案展评、英语竞赛、校级以上演讲比赛第一名或一等奖获得者中女教职员工所有人员的照片。每人提供本人照片一张。

集体照片包括：各分工会举办的女教职员工各种类型活动照片，每单位推荐的照片数量不低于5张。

2、收交时间：各分工会按照以上范围组织收集，并于3月9日（周三）下午5：30以前以分工会为单位交校工会办公室。

3、照片规格：个人照片或集体照片均应提供5寸或7寸彩色照片。

4、活动时间：3月15日左右

5、活动地点：南院行政楼附近、北院教学大楼附近

五人六足协作赛跑活动

1、地点：校田径运动场

2、设奖：比赛依照得分多少取前六名队；其余参赛队的队员均获参与奖。

3、记分方法：按计时排序评奖，以最短时间跑完全程者为优胜。

4、组队原则：每场上场认输限5人，各分工会参赛队最低限报2个队。

5、组织原则：各分工会委员会设领队一名，由分工会主席担任；计分由分工会女工委员担任，若遇特殊情况无法出席，必须向工会说明情况，批准后方可换人，否则按自动放弃对待。

6、报名时间：3月11日前将参赛队组成名单报校工会办公室。

7、比赛时间：3月23日（周三）下午

**三八妇女节爬山方案篇十四**

【活动目标】

1、 知道三月八日是国际妇女节，也是妈妈的节日。

2、通过对妈妈工作生活等情况的了解与讨论，知道妈妈的辛苦，学会尊重妈妈、关心妈妈。

3、能大胆地在集体面前介绍自己的妈妈，表达爱妈妈的理由，增进关爱妈妈的情感。

【活动准备】

1、 课前了解妈妈的工作，观察妈妈每天在家都做哪些事情。

2、歌曲磁带《好妈妈》、《世上只有妈妈好》等。

3、课件《各行各业里的妈妈》。

【活动过程】

1、师幼交流，关爱自己的妈妈。

(1)、你平时看见妈妈下班后在家为你和爸爸做过哪些事情?

(2)、如果不干这些事情行不行?为什么?

(3)、你觉得妈妈辛苦吗?大家一起来夸夸自己的妈妈。

教师小结： 妈妈即要上班，又要管家照顾我们，很辛苦。我们一起道一声：妈妈您辛苦了，祝妈妈“三八”节日快乐!

2、观看课件，了解妈妈们的工作。

(1)、说出图片里的妈妈都是干什么工作的?

(2)、她的工作辛苦吗?给人们带来了什么好处?

教师小结：天下的妈妈都是一样的，不管太阳升起，不管夕阳落西，为了我们牺牲了自己，我们永远都不会忘记。

3、对妈妈说一句祝福的话或唱一首爱妈妈的歌。

(1)、请小朋友们大胆地说出或唱出对妈妈的祝福。

(2)、教师给孩子们拍照或录像，发给妈妈们看。

【活动延伸】

帮孩子们把要说的心里话写出来，粘贴在布置好的展板上，请家长们欣赏。

三八妇女节活动主题幼儿园教案 篇3

【活动目标】

1、喜欢用画像的方式表达自己爱妈妈的情感。

2、通过简单的线条，画出妈妈正面头像，表现出妈妈的五官特征。

【活动准备】

1、《画妈妈》故事磁带、《好妈妈》音乐磁带。

2、水彩笔、素描纸每人一份。

3、故事挂图(四幅)。

【活动过程】

1、听故事，理解故事内容。

(1)|、老师讲故事给幼儿听，当讲到画妈妈的部分时，老师边画边讲，以帮助小朋友理解。

(2)|、提问：请幼儿说一说自己有没有独自在家的时候?你们是怎么做的?

2、看挂图，进一步加深故事内容的理解。

(1)、再次倾听故事，感受与妈妈的亲情。

(2)、小花是怎样想妈妈的?开始是用的什么方法?后来又想出了什么方法?

3、说说自己的妈妈长得什么样?并试着画下来。

(1)、能用不同的线条表现人物的五官，画出自己妈妈的特点。

(2)、大胆的表现自己对妈妈的\'观察和了解，表达爱妈妈的情感。

4、让幼儿相互交流自己画的妈妈的经验，并互相评价和学习。

【活动延伸】

1、将幼儿的作品展示在作品栏里，引导幼儿相互介绍自己的妈妈。

2、晚间接孩子时间，让幼儿向家长介绍自己画的妈妈。

**三八妇女节爬山方案篇十五**

活动组织人员：公司全体员工

活动内容：组织公司男同事进行节目表演(大概10个左右);猜价送礼品活动;同时进行表彰大会;视情况进行员工集体聚餐。

活动准备：1) 上报节目单

2)进行演出排练

3)布置会场

4)员工礼品采购(定制类颁奖礼品、生活用品等)

活动过程：1)主持人宣布开始(说明三八节活动关爱员工的目的)

2)节目表演(多以风趣幽默等形式进行)及一些礼品的猜价活动，将几款礼品拿出来作为员工福利，大家谁猜的最准则礼品属于谁，像是加湿器、煮蛋器等。也可以团队答题，奖品作为办公室里共有财产，员工每次用到都会对这次活动夸赞不已的。

3)颁奖典礼(一些家居用品、一些刻着名字奖项的水晶)

领导讲话(看情况是否可以一起聚餐)

礼品也是很重要的一个环节哦，员工在意的也许不是一件礼物更多的是在意企业是否看重自己的员工。而对于送给员工礼物多数以实用为主，因为这是多数员工的需求，有创意不实用的礼品往往会让员工觉的不够吸引力。不要去想是不是只送给企业里女员工，不要忘记，男员工也是有女友有老婆的。关心他们的生活比关心他们自己效果要来的好的多。

**三八妇女节爬山方案篇十六**

主题名称：妈妈的节日主题目标：

1、感受妈妈对自己的爱和自己对妈妈的爱。

2、知道“三八”节是妈妈的节日，能用各种方式来表达、表现自己对妈妈的爱。

3、乐于参加年级组大型活动，增进亲子交流。

主题内容：

周一：语言《猜猜我有多爱你》

周二：社会《妈妈和宝贝》

周三：语言《告诉妈妈》(脱班)周四：艺术《我爱妈咪》

周五：年级组“三八”节活动

语言：猜猜我有多爱你活动目标：

1、倾听故事，仔细观察画面，理解故事内容，愿意用语言表达小兔子对妈妈的爱。

2、感受故事中兔妈妈和兔宝宝之间的爱。

活动准备：

1、挂图4号 《小朋友的书。猜猜我有多爱你》2、磁带及录音机活动过程：

1、引出故事(出示毛绒小兔)教师讲述：有一只小兔子，它非常爱它的妈妈，小兔想告诉妈妈：我有多爱你。它是怎么表达对妈妈的爱的呢?妈妈又是怎么说的呢?我们来听这个故事。

2、教师讲述故事(完整讲述，让幼儿感受故事的温馨情感)提问：故事里有谁?(你最喜欢故事里兔妈妈和宝宝的哪一段对话?请你来学一学)小兔子问了妈妈一个什么问题?

3、教师逐幅出示挂图，分段讲述故事，提问帮助幼儿理解故事。

(1)教师出示挂图1：

小兔子对妈妈是怎么说的?它做了一个什么动作?请你学一学。

妈妈又是怎么说的?它做了什么动作?

小兔子是怎么想的?

(2)教师出示挂图2：

这次，小兔子是怎样表达它对兔妈妈的爱的，它怎么说，做了什么动作表示?

妈妈又是怎么说的?它说了什么动作?

小兔子是怎么想的?为什么?

(3)教师出示挂图3：

小兔子又想了个什么好主意来表达它对妈妈的爱?它怎么说，做了什么动作表示?

妈妈听了小兔子的话，又是怎么做的?

(4)教师出示挂图4：

小兔子又想了什么表示它对妈妈的爱?

妈妈听了小兔子的话，又是怎么做的?(妈妈也跳了吗?一直跳到哪里?谁跳得高?)(5)教师出示挂图5：

小兔子困了，临睡前，它对妈妈说了什么?

小兔睡了，妈妈在干什么?它说了什么?

4、教师(再次)完整讲述故事。请幼儿跟着学说对话(你爱你的妈妈吗?你有多爱你妈妈?提示幼儿用故事中的对话表达)小兔爱妈妈吗?它是怎样表达对妈妈的爱的?妈妈爱小兔吗?它是怎样表达对小兔的爱的?你觉得，谁的爱更多呢?为什么?

5、请幼儿边听故事录音边阅读《小朋友的书。猜猜我有多爱你》第1—4页“猜猜我有多爱你。”

活动反思：绘本《猜猜我有多爱你》是一个优美又充满浓浓亲情的故事，原教案中老师把这个绘本分段讲述并提问显然容易分散孩子对故事本身的感受力，会破坏故事的优美性，因此我把分段讲述改为完整讲述，让幼儿完整感受故事，然后把机械的回忆性提问改为主观性问题，尊重孩子的感受和意愿，让孩子自主表达自己最喜爱的一段对话，第二次讲述时，因为考虑到小班幼儿在创造性表达上还比较困难，所以让孩子跟着学说对话，这样孩子回去还能应用到生活中去，等以后生活经验增长，孩子自然而然能创造性地表达自己的想法。整个活动下来，让我感觉小班孩子对于《猜猜我有多爱你》这个绘本的理解和感受能力还是不够的，最好把这个活动放到中班去进行。

**三八妇女节爬山方案篇十七**

为隆重纪念“三八”国际劳动妇女节107周年，增加节日气氛，丰富全县妇女同胞的文化生活，增强各级妇女组织和妇女工作者的创造力、凝聚力和战斗力，引领广大妇女为全县社会和谐稳定而努力奋斗，隆安县妇联拟于20xx年“三八”节期间开展系列庆祝活动。

深入贯彻党的xx大、xx届三中、四中全会精神和中国妇女十一大精神，以邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观为指导，全面贯彻落实大力宣传男女平等基本国策，充分展示我县各行各业妇女的风采和业绩，激励全县广大妇女以更加饱满的热情积极投身建设美丽和谐新隆安的伟大事业，以全新的精神面貌开创妇女儿童发展的新局面，为促进全县经济平稳健康较快发展与社会和谐稳定做出新的贡献。

三、活动内容(共有六项)：

(一)开展“巾帼展英姿 岗位建新业”系列宣传报道活动

“三八”节前后，通过隆安电视台、《新隆安》等宣传媒体，开展为期一个月的系列宣传报道活动，大力宣传我县创建巾帼文明岗、妇女儿童维权岗，以及近几年来涌现出来的模范人物和先进典型，进一步激发广大女职工创新、创造、创业的积极性，展示行业女性良好的职业道德和优质的服务水平，展现隆安女性的时代风貌，营造和谐文明的人文环境和社会环境。

(二)开展“姐妹齐动手 服务群众我先行”巾帼志愿服务活动

“三八”节期间，组织机关各妇委会、全国、自治区和市级巾帼文明岗等组成巾帼志愿服务队，深入贫困村、五保村、敬老院等开展关爱贫困妇女、单亲妈妈、孤寡老人、空巢老人等活动，并结合生态乡村建设组织巾帼志愿者积极参与村屯环境卫生整治、环保知识宣传等活动。

(三)开展“万名妇女学法律 弘扬法治促和谐”的维权周活动

组织区、市、县级妇女儿童维权岗通过发放宣传资料、道德讲堂、法律讲座等多种形式，开展以宣传男女平等基本国策和妇女权益保障法为主要内容的维权活动，引导机关单位女性带头遵纪守法、依法行使职责，引领农村妇女增强法治观念，依法维护自身权益，依法表达自己的利益诉求，为妇女儿童事业全面发展营造良好的社会氛围，为推进法制隆安建设做贡献。

(四)开展“创美丽隆安 促和谐社会”的“美丽家庭”评选表彰活动

继续深入开展 “和谐建设在基层活动”和“巾帼建功行动”，以实际行动推进文明创建活动，围绕“夫妻和睦、尊老爱幼、科学教子、邻里互助、清洁生态”二十字家风，结合我县工作实际开展寻找“美丽家庭”活动，征集文明家训家规，晒出家庭幸福照片，激励广大家庭成员践行家庭美德，大力弘扬社会主义核心价值观，表彰美丽家庭100户(其中农村80户，各战线20户)。

(五)举办“我运动 我快乐”广场舞比赛

为了认真贯彻落实国务院颁布的《全民健身条例》，活跃节日气氛，丰富全县妇女群众的文体生活，展示妇女群众的精神风貌，提高妇女健康水平，计划组织各乡镇、县直各战线、企业、社团等在县城举行全县广场舞比赛。

(六)组织“拓思路 强素质 促增收”参观考察活动

为了激发农村妇女的创业热情，切实提高她们的创业水平，加快和推进我县新农村建设、农业现代化和产业规模化水平，3月下旬，组织我县80名种养、创业女能手，分两批赴周边县市参观新农村建设和专业化、规范化、规模化种养。届时成立我县女能人协会，为她们搭建交流平台。

(一)高度重视，加强领导。各级妇女组织要把纪念“三八”国际劳动妇女节107周年系列活动作为20xx年工作的重要内容来抓，作为宣传马克思主义妇女

观和男女平等基本国策、促进妇女事业发展的重要举措，摆上重要日程，切实加强领导，明确职责任务，上下配合、齐心协力开展好各项活动。

(二)因地制宜，彰显特色。

各级妇女组织要根据县妇联的总体部署，从自身实际出发，围绕主题、精心策划，研究制定富有女性特点和地方特色的纪念活动方案，认真组织开展形式多样、内容丰富、特色鲜明的纪念活动，努力营造良好的节日氛围。

(三)大力宣传，营造氛围。

各级妇女组织要抓住有利契机，运用主流媒体，加大宣传力度，掀起宣传和推动落实马克思主义妇女观和男女平等基本国策的新高潮。要集中推出一批体现传统美德和时代精神的妇女先进典型，集中宣传新时期妇女的发展进步和妇女工作的成效。各乡镇妇联要制定宣传方案，上报新闻线索，充分发挥主流媒体和妇联宣传舆论阵地的作用，形成有力度、有深度、有社会影响力的宣传声势。

(四)求真务实，服务妇女。

各级妇女组织要把开展纪念活动与切实为妇女群众解决实际问题结合起来，根据基层妇女群众的迫切需求，在“三八”节期间开展各种送温暖、献爱心、促发展、创和谐的活动，使广大妇女感受到党和政府的温暖，感受到妇联组织的贴心，激励广大妇女群众大力弘扬自尊、自信、自立、自强的精神，在各自的岗位上为全面建成小康社会而努力奋斗。

请各乡镇妇联、华侨管理区女工委、县直机关各妇委会于20xx年3月20日前将开展“三八”国际劳动妇女节107周年纪念活动的方案、图片、情况汇报及时报县妇联办公室。

**三八妇女节爬山方案篇十八**

妇女节将至，为了体现希麦公司“以人为本”的企业家文化;反映公司领导对女同胞的关心和照顾;提高公司员工对公司的忠诚度;增强公司凝聚力;为公司业务发展创造良好环境，特提出以下妇女节福利方案，望领导裁定：

(好处：加强公司团队建设，增进团队互助感情;增强企业推广) 行政公司员工36人：

(预计2500元左右)

1、三八节当天，组织公司行政公司员工参加“团队趣味运动”，本篇文章来自资料管理下载。获胜奖品(预计20xx元左右)。

2、三八节当天，所有行政公司员工发放定制雨伞、玫瑰一只、贺卡一张。(预计450元左右) 店铺公司员工256人：(预计2600左右)

1，所有公司员工发放三八节福利贺卡一张

2，所有公司员工发放定制雨伞一把(印刷公司logo等信息，对内是福利，对外是推广)

1.活动主题：希麦服饰快乐女士节

2.活动时间及地点：

20xx年3月8日14：00--17：00

公司大会议室

3.活动对象：希麦服饰所有行政公司员工

4.活动目的：通过特殊节日集体活动，促进团队成员的沟通和协调，激发团队合作能力，让公司员工体验希麦服饰家庭温暖。

5.活动项目：

a，急智抢答 (2-3人一组，分组抢答问题，答对晋级，pk决胜第一);

b，心有灵犀(4-5人一组排一排，每组派一个代表抽取题目卡，本篇文章来自资料管理下载。写在队伍后最后一名伙伴背上，依次类推，由排头的伙伴写出答案，看给出答案是否和题目一致)

c，多人成句(5-8人一组，分2组，每组抽一个词头，在规定时间内，每人写一个字，凑成意思完整的句子获胜)

d，步调一致(分2队，2人一组，脚步绑一起，从起点到终点接力，用时最短的队伍胜出)

e，……(根据时间安排待定，另备1-2个项目。原则上每个人只能参加2个项目)

6.奖项设置(略)

**三八妇女节爬山方案篇十九**

为纪念“三八”国际劳动妇女节\_\_周年，全市各级女职工组织要认真组织学习党的十九大会议精神，按照省总工会部署，围绕市总工作重点，组织开展“中国梦.劳动美”“三八”国际劳动妇女节系列活动。现将活动预通知如下：

一、突出重点，务求实效。各地要加强领导，精心组织，突出重点组织活动。在活动内容上力求创新、体现特色;在活动方式上突出主题、深化内涵;在活动手段上整合资源、上下联动;开展展示女职工风采、凝聚力量、促进和谐、寓教于乐的“中国梦.劳动美”“三八”活动。

二、加大宣传，营造氛围。各级女职工组织要以纪念“三八”国际劳动妇女节\_周年为契机，利用电视、广播、报纸以及工会各种宣传渠道，大力宣传女劳模、女技术能手、女职工标兵、女职工标兵岗的先进事迹,营造有利于广大女职工成才发展的社会舆论和氛围。

三、活动安排(具体时间另行通知)

1.召开市总女职委五届三次全委(扩大)会议。利用周末学校平台，举办一期健康知识讲座。

2.举办12县(市、区)工会女职工“中国梦·劳动美”演讲比赛，每县推荐一位女职工参加，演讲时间8-10分钟。

3.开展市直企业女职工趣味运动会，组织12支队伍，每队20人。地点：三钢体育馆。

4.在全市8个县继续组织开展以“温暖的祝福”为主题的为一线女环卫工送保温饭盒活动。

5.请各县(市、区)总工会，市直有关基层工会女职委组织女职工参加省总工会女工部举办的20\_\_年“三八”节才艺展示活动，如剪纸、做绢花、绘画等。

6.请各县(市、区)总工会，市直有关基层工会女职委摸底准备申报20\_\_年省总工会女工部“三八”节表彰的女职工标兵和标兵岗。

7.各县(市)总工会、市直有关基层工会女职委也相应组织开展“中国梦.劳动美”“三八”节系列活动，活动情况上报市总女工部，邮 。

**三八妇女节爬山方案篇二十**

阳春三月，人面桃花相映红；三八佳节，巾帼奉献显风流！世界因我们而美丽，青春因奉献而风流！当春姑娘翩然而至的时候，我们迎来纪念“三·八”国际劳动妇女节104周年。校分工会计划组织全体女教职工开展集体活动，具体方案如下：

“三八”妇女节是女同胞的节日，体现了学校对女职工的关怀，为了使佳节过得更有意义，愉悦大家的身心，过一个充实、快乐的节日。

1、火锅自助餐（全体教工）

2、ktv唱歌

3月7日：聚餐17：00—18:30，唱歌18：30—22:30

全体在职教职工

1、火锅自助餐（暂定：笑乐惠美食城）：

2、ktv地点：暂定：

1、全体教职工下午16：40操场集合乘车前往，回来时自己安排，17:00前到场，注意交通安全。

2、不参加的老师2月28日（周五）教师例会时到曹西虎老师处登记。

**三八妇女节爬山方案篇二十一**

20xx年3月8日（如遇雨天，活动顺延，具体时间另行通知）

三八妇女节，浪漫不浪漫！妈妈，您辛苦了！在这属于您的节日里，我衷心祝愿您身体健康，平安快乐！

：

妇女们，心动不如行动，赶快报名参加，名额限不限，报满即止。

奖项设置：

一等奖：2名 价值\*\*元礼品一份

二等奖：5名 价值\*\*元礼品一份

三等奖：10名 价值\*\*元礼品一份

纪念奖：20名精美礼品一份。

内容不限，活动可以自拟。

以下为参考活动内容：

活动一：评选好妈妈5名（颁奖）

（遵纪守法、尊老爱幼、团结邻里、勤劳致富、妇女才艺、生活小妙招等评比。）

活动二：政策常识竞赛（计划生育、婚姻家庭等知识）

活动三：游戏比赛

1、快乐运动幸运呼啦圈转转转快乐三八节，快乐转不停，走进新世纪，一起做运动，伸伸手，扭扭腰，呼啦呼啦转不停，让你体验旋转的乐趣，让你的身材更苗条、更迷人！

活动四：团体活动

①、拔河比赛

1。分队规则。分以下12个队，每队10位妇女。

一队：一组妇女 二队：二组妇女 三队：三组妇女 四队：四组妇女 五队：五组妇女 六队：六组妇女 七队：七组妇女 八队：八组妇女

（以此类推……）每队设队长一名，负责代表本队参加分组抽签等。比赛规则1）比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程。

2）比赛分组及比赛首场的站位选择由各队队长抽签决定。

3）淘汰赛：十二队抽签分成二组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者进入半决赛。

4）半决赛：二组淘汰赛的获胜者进入半决赛，二队进行抽签分组，其中一队轮空而直接进入决赛，另外两队按三局两胜制进行拔河比赛，获胜队进入决赛。

5）决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

②、集体跳绳比赛

比赛规则分组与拔河比赛相同比赛时间：三分钟比赛人数：每队12人（2人摆绳、10人跳绳）。

比赛队员要从绳子的一边按顺序依次跳过绳子到另一边。如果跳绳者不能通过绳子，不计数但比赛继续进行。比赛结果以三分钟内通过绳子的累计总人数为最后成绩说明：各个项目均以成绩最好者为胜，如比赛结果相同，将进行加时赛。

活动五：

1、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大众健康网多者胜出。（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。

2、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）

3、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，一边将手中的别针大众健康网首尾相连串成一串，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。

4、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。

5、吸管运输（15人）

规则：分三组，每组各选5人上场。 每队五个队员按顺序站好。每人嘴里叼一支吸管，第一个人在吸管上放一个钥匙环之类的东西。比赛开始时，不许用手接触吸管和钥匙环，只用嘴叼吸管的姿势把钥匙环往下传，直到传到最后一个人嘴叼的吸管上，游戏结束。在中途如果吸管或钥匙环掉下来，则要从新

开始。所以要千万保证严肃，否则后果自负。 哪组运输最快的队胜出。

6、双龙戏珠 （8人）

规则：

分四组，每组两人。 队员背靠背，夹住气球，从起点运到终点，终点放有一个椅子，到终点以后要把气球放到椅子上坐爆，再返回起点继续夹气球，可以在队友坐气球的同时，另一个人回起点准备气球。注意：如果在跑动过程中气球落地或因其他原因提前爆炸，要回到起点重新运气球。哪组以最先坐爆2个气球的代表队胜出。

5、猜猜猜（6人）

规则：模仿电视节目里的，后面举牌，一个人解释，一个人猜，虽然简单，但是效果不错，关键是看你在后面牌子上写的是什么，往往一个好题会达到意想不到的效果哦。计时进行（时间一分钟），在一分钟里，看哪组猜出的动作多算赢。

7、七拼八凑

规则：要求：参加人数是各年阶段成员（分成6个道具：托盘、背景disco音乐、奖品一份）主持人要求大家分组坐好。将游戏规则告知大家每组先选出一名接收者，手持托盘站在舞台上。其它小组人员按照主持人的要求提供物品放到托盘中。最先集齐物品的小组获胜。背景音乐起，主持人开始宣读物品，每一个相隔一定时间给队员准备，慢慢加快。采集物品来自日常的例如：眼镜、手表、皮带、袜子、口红、钱等，一定要有比较难的放在最后如药片、糖果、一毛钱聪明的主持人还可以临时选择一些东西。最刁的主持选择最后是一根白头发，结果有人的脑袋遭了殃。

比赛结果不重要，重要的是在属于你们等等节日里，能玩得开心，玩得愉快。

**三八妇女节爬山方案篇二十二**

一、活动目标

知道三月八日是妇女节，是妈妈的节目。

了解妈妈的工作和妈妈的喜好，喜欢妈妈。

通过表演节目和动手制作，表达对妈妈的祝贺。

二、重点和难点

知道38节，并向妈妈表示祝贺。

三、材料准备

一些歌曲音带，如〈我的好妈妈〉、〈小乌鸦爱妈妈〉、〈世上只有妈妈好〉等。

妈妈在家里辛苦做事以及在单位辛苦工作的录象。

在家观察妈妈做的事，或和妈妈谈谈单位里做的事。(教师可适当地交代任务：“看看你妈妈在家里做了什么事，”或者“妈妈在单位里做什么事”。)

老师创设环境：“妈妈喜欢”的物品展览会。(可用实物也可用图片)。

准备好搭建舞台的材料。如积木、桌布、花盆、彩色纸等等。

通知妈妈参加活动。

四、设计思路

本活动通过38妇女节，为妈妈开展庆祝活动，来激发幼儿爱妈妈的情感，从而培养能力激发幼儿主动活动。

中班幼儿很依赖妈妈，单很少体会妈妈的辛苦，也很少想到为妈妈做事，所以，活动设计，尽可能激发幼儿体会情感;中班幼儿单独表现、表演的能力都较弱，所以，在设计时，尽可能引导幼儿共同来完成一件事。

五、活动流程

讨论表演的节目——搭建大舞台——庆祝活动——送礼物。

讨论表演节目的内容，确定节目单。

1、说说三月八日是什么节。

2、讨论表演节目的内容。

说明：告诉幼儿“我们为妈妈开一个庆祝会，说说庆祝会上，愿意为妈妈表演什么节目”。

3、制定节目单。

说明：老师可引导幼儿合作为妈妈表演。节目内容可以是说明：座位安排，可让妈妈坐在舞台前，幼儿坐在周围。

六、活动进行

(1)主持人引导幼儿说说庆祝会的意义。

(2)按节目单表演节目。

说明：幼儿在表现自己时，感受到快乐的情绪，同时也使妈妈为自己孩子的表现在高兴。主持人的语言应根据节目内容有所设计。

(3)播放妈妈在家做事和在单位做事很辛苦的。录像。

说明：录像将平时幼儿熟视无睹的内容显的直观真切。因而能产生较大的感染力。录像可以是教师设计录制的，也可以是班上某一家长的。

(4)妈妈说心声。

说明：通过妈妈代表说心声，体会妈妈爱“我们”的情感同时也激发幼儿爱妈妈。

(5)集体表演《我的好妈妈》。

说明：幼儿在体会爱妈妈的情感中，表达爱妈妈的情绪。这时应该是感情的高潮。也是庆祝会的高潮，教师的引导和激发尤为重要。教师可作为主持人充满激情地组织表演。如，当幼儿说完悄悄话，教师可以说：“我们的悄悄话，是我们的心声，妈妈，谢谢您们，妈妈，祝您们节日好”幼儿齐：“祝妈妈节日好”掌声响起。

**三八妇女节爬山方案篇二十三**

一、活动背景

为庆祝“三八妇女节”举办“3人4足绑脚100米竞走对抗赛”活动。

二、活动意义

丰富员工文化娱乐活动，加强企业文化宣传。加强员工的主人翁意识与合作精神。提倡友谊第一，比赛第二。

三、活动对象

以各车间各工序为单位，报名参赛。

四、活动地点

厂区过道

五、活动时间、活动安排

周四下午3：30-5：00。

1.时间：3：30-3：40

2.热身：3：40-3：50(发放绳子)

3.正式开赛：3：50-5：00

六、活动开展

1.赛前准备

(1)邀请嘉宾。

(2)开会通知各工序主管，进行抽签决定比赛顺序，详细告知比赛规则和每个环节的注意事项，保证选手顺利完成比赛。

(3)和裁判进行沟通，说明比赛的具体规则和评分事项，及确定到场嘉宾的人数。

(4)增强宣传力度，全员参与。

(5)哨子1个、喇叭1个、计时器1个、纸笔、绑脚的绳子1打。

2.活动流程(预计参赛120人)

(1)预选赛(3人一组40组，4组一个轮回决胜10组。)复赛抽签

(2)复赛(留下的10组以每5组一个轮回决胜2组)

(3)决赛(剩余的2组对决冠军)

3.现场人员分配

(1)主持人1名，裁判1名

(2)治安小分队：6名，由喜岳和卫勇担任队长，维护参赛次序与现场秩序。

(3)拉拉队小分队：10名。

七、注意事项(应急措施)

1.开赛前检查好设施设备。

2.场地赛前安排好。车辆，货物不能摆放。

3.现场明确观看区和比赛区，规范比赛的公平、公正。维护好现场秩序。

4.备好急救箱，以备发生意外。

5.提醒参赛人员穿舒适的鞋子。

八、赛后工作

1.行政部负责收拾好现场，检查设施设备是否完好。

2.赠于嘉宾礼物。

3.赠于现场工作人员餐券(或安排食堂食用晚餐。)

九、奖项设置

本活动设置一等奖一名，二等奖一名，三等奖二名，

特别奖：团队合作奖

十、活动预算

1.奖状

2.礼品

3.矿泉水

4.证书

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