# 最新企业趣味运动会策划案(四篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-06-11

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。企业趣味运动会策划案篇一在学习之余好好锻炼身...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**企业趣味运动会策划案篇一**

在学习之余好好锻炼身体，注意各种才能的挖掘、培养与展示，同时增加同学之间、学院之间的交流、并促进友谊为完美的大学生活留下灿烂的一笔财富。

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

活动时间：20xx年x月xx日午时xx点

活动地点：学校田径场

主办单位：教育系学生会

赞助单位：xx

活动参与对象：教育系全体师生

活动主题：教育系趣味运动会

项目一：拔河大赛

参赛者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛场地：学校操场

比赛规则：在比赛场地上画3条直线，间隔为150cm。居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员务必依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制：

1.比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。

2.比赛分组及比赛首场的站位选取由各班班长抽签决定。

3.淘汰赛：每班抽签分成a.b组，a组四队，b组三队。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。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。[由整理]比赛场地：学校操场，10米

比赛规则：赛道两端各站8组队员。比赛开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。明白最终一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，务必把球捡起再夹好，并在掉球点继续比赛。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

项目三：跳长绳

参赛者：每班14人（包括甩绳人员），7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。（分两组）

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

项目四：袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

比赛场地：学校操场。20米。

比赛规则：跑道两端各站5名参赛队员。其中一端的队员站在麻袋内，手提袋口向另一端的队员跳去，然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力，直到最终一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

1.尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2.裁判务必做到公平、公正、公开。

3.比赛前由各班解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。

4.禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。

5.持场地的卫生，持续现场的卫生。

6.请各班参赛队员准时到达比赛场地，比赛时间不到者作弃权处理。

7.望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。礼貌比赛、礼貌助威，充分展现各部门风采。

8.遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，比赛日期另行通知。

**企业趣味运动会策划案篇二**

200xx年x月xx日上午

xx

活动小组：中班班年级组及家长委员会成员

亲子趣味运动会

1.亲子游戏“坦克车”（群众游戏）

目的：在家长的指导下学习分工、沟通、创造；加强幼儿与幼儿，家长与家长，家长与幼儿之间的配合；练习剪与粘的技能。准备：报纸若干、剪刀、透明胶若干。

玩法：

（1）在规定时间内制作“坦克”链条：将报纸连成一个大圆。

（2）家长幼儿站在报纸上，手托起上方的报纸构成一个坦克链条。

（3）手脚同时移动链条向前走，先到者为胜。

2、亲子游戏“抱孩子”（可选游戏）

目标：锻炼幼儿的跳跃潜力，体验与成人合作的欢乐。

准备：羊角球

玩法：幼儿从指定的点跳羊角球，家长跟在后面跑，到终点后，家长快速抱起幼儿跑回原点，拍下一个人的手，依次轮流。

3、亲子游戏“套圈”（可选游戏）

玩法：在必须距离内，家长跟着孩子套圈，两人做到终点椅子上为胜利者。

4、亲子游戏“两人三足接力赛”（可选游戏）

玩法：参加游戏者排成三路纵队（孩子站在右边），将中间的两条腿分别用两根绳子捆绑在一齐。两人三足向前行走绕过障碍物回到起点线。依次进行接力。

5、亲子游戏“听话的小球”（可选游戏）

目标：发展幼儿的腿部力量和控制潜力。

准备：四条跑道、每个家庭一只皮球

玩法：爸爸或妈妈、小朋友分别站在场地的两边，游戏开始，爸爸用脚运球至小朋友处，，小朋友接球后，爸爸或妈妈和小朋友背靠背，夹住皮球运至出发点，先到者为胜。

规则：爸爸务必用脚带球走，不能用力踢球。

6、亲子游戏“运气球”（可选游戏）

目标：培养幼儿与成人的合作潜力，发展幼儿的平衡感。

准备：未充气的气球若干，大箱子四只，跑道四条。

玩法：爸爸或妈妈和小朋友站在起点处，游戏开始，爸爸或妈妈用嘴把气球吹鼓并打结（不能够小于气球范样），小朋友拿着气球快速跑到指定地点，游戏反复进行，在规定时间内，以气球数量多者为胜。

7、亲子游戏“生命之旅”（群众游戏）

目标：体验主角互动后彼此的感受；增强亲子间的感情，学会信任彼此；幼儿透过语言提示家长下头的任务，促进孩子的语言发展。

准备：蒙眼的眼罩，场地布置（大约15分钟的路程，在旅程中设置不一样障碍）

规则：家长蒙上眼，幼儿牵着家长的手，带领他们越过障碍、期间家长不能取下眼罩，只能根据幼儿的语言和肢体帮忙走完全程。到终点后家长在幼儿的带领下坐到小椅子上，幼儿站在家长身旁，最终家长取下眼罩，所有爸爸、妈妈、幼儿手拉手同唱歌曲《感恩的心》，彼此最真诚地感激亲人、感激同伴。

xx入场，宣布第二届亲子运动会开始。中班幼儿律动表演。

xx主持人宣布比赛规则。

3xx进行各项亲子游戏活动。

4xx主持人、家长活动感言。

**企业趣味运动会策划案篇三**

为了活跃教职工生活，更好地开展全民健身活动，倡导“每一天健身一小时，健康生活一辈子”理念，我园工会特举办此次秋季趣味运动会。本次趣味运动会共设置了8个趣味竞赛项目，望各工会组进取参加，踊跃报名。

强身健体，全员参与

人员安排：xxx

主持人：xxx

裁判员：xxx

记分员：xxx

背景布置：xxx

道具准备：工会小组长

xx幼儿园东园大操场

全体工会会员

20xx年x月x日上午xx点

1.以工会小组为单位参加比赛，每位教职工至少参加一个项目。xx日前请各位教职工到组长处报名，以便各组安排人员。如个别教师确有特殊情景不能参加活动的，请提前向工会组长请假。

2.比赛项目按总成绩排行次积分，按第一名、第二名、第三名、第四名分别计5、3、2、1分，最终以八个项目的总积分算成绩。

（一）运动员入场：以工会小组为单位，运用简单的器械，编排简单的律动及口号入场。按1-4组的顺序展示。

运动员宣誓

裁判员宣誓

由唐园长宣布比赛开始

（二）比赛项目

1.转呼啦圈吹气球：

规则：每个小组各派四人参加。每人转起呼啦圈后吹气球，中途若呼啦圈掉落此球重吹，每人吹起三个气球后换下一人，最终一人吹完比赛结束，用时长短决定名次。

2.骑慢车比赛：

规则：每个小组各派四人参加。自行车在规定的跑道上（约50厘米宽，15米长的跑道）行驶，看哪辆自行车行驶的速度最慢，谁就是获胜者。

参赛者单脚触地、压线均为犯规。

3.袋鼠跳接力：

规则：每个小组各派四人参加。每人分别把球夹在两小腿中间（上不能过膝，下不能低于脚踝），往返各二十米，途中球掉落要分别回到往返的起点重新运，一组运完另一组之后用同一球运，最终一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

4.串珍珠：

规则：每个小组各派四人参加。比赛采用接力形式进行，每队第一人听到发令后，跑向终点处绳子穿5个塑料彩色珠子，挂到指定地点跑回，第二个继续，最先完成的队为胜。

5.定点投球比赛：

规则：每个小组各派四人参加。参赛人员在规定位置定点投球。共投五个球，按进球数多者胜利。

6.赶“猪”赛跑（用短棍赶两个球比快）：

规则：每个小组各派三人参加。比赛距离为20米往返，两球和人都到达往返线才可回到，两球和人都到达终点结束，最短时间抵达终点者为胜。

器材：羽毛球拍1副，红绿球各2个，标志物2个

7.穿衣接力：

规则：每个小组各派四人参加。每队准备一件五粒钮扣的衣服，在起点将衣服穿好，裁判发令后跑到终点，把衣服脱掉后给队友穿上，然后从终点处跑至起点，以此类推。时间最短者为胜

8团体跳大绳：

规则：每组两名甩绳队员，另请5名队员跳绳，5名队员同时跳过绳为1个计数，以合作完成的个数，评出1-4名。

五人同时跳过绳开始计数。

（三）记分员统计分数，由唐园长公布比赛结果，颁奖仪式。宣布本次秋季运动会闭幕。

1.参赛人员尽可能穿适合运动的鞋服，注意自身安全。

2.活动前请充分做好准备运动，避免运动受伤。

**企业趣味运动会策划案篇四**

新童鞋一齐“趣”吧

响应我校学校文体艺术活动的号召，增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，并且对大学生之间的配合与团队合作精神加以磨合，特为全院大一大二学生供给展现团体风采的舞台。

经过举办趣味性的运动项目让同学们进取参与，发扬同学们的团队精神，增强凝聚力，展现青春的活力，从而提高我院学生合作和坚忍不拔的精神。

x月xx日

xx学院大一、大二全日制本科生

xx大体育场、篮球场

（一）滚雪球：

1、比赛人数：每组8名队员（至少3名女生）；

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时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）每组8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，折转后回到起点，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）回到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。

（4）全队人员全部超过起点才算全部到达。

（5）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。

（二）心心相印：

1、比赛人数：每组6人，男女各半。

2、比赛赛距：50米；

3、比赛赛制：一场决胜负，按每组用时先后取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）每组先由2人用背夹球走到终点，再由另外2个人接力到起点，最终2个人再接力到终点。

（2）向前走时，双手必须在前方，不能碰到球，否则一次罚2秒；

（3）进行接力时，接力方必须在线内完成接力活动；

（4）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。

（三）送鸡毛信：

1、比赛赛距：男生赛道长200米，女生赛道长150米；

2、比赛人数：个人赛，男女、参赛人数不限；

3、比赛赛制：按每个人完成本项目时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分；

4、比赛规则：

（1）听到比赛开始的信号后，记熟由裁判发放的十位数字，记熟数字后进行跑步，到终点后告诉终点裁判自我在起点背的数字，准确无误之后即可停下。

（2）背不准确者需重新记忆同一组数字，再进行200米（150米）跑。

（3）中途有忘记数字者能够回到起点，再进行记忆后，重新跑完全程。

（4）比赛中不得穿越中间草坪，有穿越者取消比赛资格

（5）按跑完全程先后顺序评定本项目成绩，不分男女。

（四）开火车：

1、比赛赛距：50米；

2、比赛人数：每组5位男生；

3、比赛赛制：根据各组排头从起点到终点的时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分；

4、比赛规则：

（1）第一位同学正常站立，第二位同学站在前者身后，将左手搭在前者左肩上，右腿抬起，前者用右手将其右腿拎住（也可都抬左腿），后面的同学效仿第二位同学。

（2）每组第一位男生从站在起点处，比赛开始时，每位同学单脚向前跳，按照排头到终点的顺序评定本项目成绩。

（3）如果比赛时队伍松掉，即立刻重新架好，继续比赛，不可违规前进。

（五）齐心协力：

1、比赛人数：5人（不分男女）

2、比赛赛距：100米

3、比赛赛制：按每组从起点到终点的时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分；

4、比赛规则：

5人站成一排，相邻的同学脚绑在一齐，听到开始的指令后出发，开始计时，跑到终点，计时结束，按用时多少获得本项目相应排行。

（六）限时上篮：

1、比赛人数：每组8人，男女各半；

2、比赛限时：3分钟；

3、比赛赛制：按每组3分钟内进球总数取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）从三分线依次排成一竖列，每组一个篮球。计时开始时，各组成员依次站在三分线准备运球上篮。

（2）第一位同学从三分线处运球到篮框附近1米左右上篮，不论进球与否都要立刻把运球回到三分线。

（3）第一位同学投完的同学自动排到最终一名同学身后，依此类推，连续投篮，时间为三分钟，投进一球算1分，投不进不算分，带球走步则扣1分。

（七）乒乓总动员：

1、比赛人数：个人赛，男女、参赛人数不限；

2、比赛赛制：采用三局两胜淘汰制，按照淘被汰先后顺序排行。前3名分别给分5、4、3分。。

3、比赛规则：

（1）击打乒乓球的道具并不全是乒乓球拍，还有可能是金属盆、塑料盆、木板等，具体道具在每一轮比赛前都要抽签决定。

（2）第一轮抽签决定各组，每组2人对打3回合，采用三局两胜制淘汰输的人，赢的人则进入下一轮，依次类推，最终选出前三名。

（八）过关斩将：

1、比赛人数：每组参赛人数为5男5女。

2、比赛赛制：本项目由4个小比赛组成，各小组完成第一个比赛之后才能参加下一个比赛。本项目总分共10分，分为2部分，一部分为按照顺利完成前三个小比赛的顺序分别给5、4、3、2、1分；另一部分则是参加“呼啦圈”比赛获得成绩，按照该小比赛成绩分别给分5、4、3、2、1分（附加分另算）。

3、比赛规则：

（1）参加本项目的小组里每个人至少要参加其中一个小比赛。

（2）每一轮小比赛完成的小组必须去裁判处登记才可参与下一轮比赛。

4、具体流程：

（1）猛龙过江：

每组由8人参赛，比赛开始时，选手按照顺序依次跳绳，每人跳一个后离开，后一个接上，依次循环。计时3分钟，完成连续15个的小组方可进入下一个比赛。3分钟后仍无法到达要求的小组则淘汰。

（2）踢毽子：

每组由一人先踢毽子，若毽子落地，则换下一个人继续，直到该组踢毽子总数到达200则可进入下一轮。踢毽子时，能够用下肢的任意部位接触毽子；个数以裁判员数的为准。每小组至少有3人参与本比赛。

（3）跳小绳：

每组选出3人，跳绳过程中能够停顿，每个人跳一分钟，一分钟后换下一个人，在3分钟内跳绳总数到达300的小组则可进入下一轮。

（4）呼啦圈：

每组选出6人，转呼啦圈1分钟，由裁判记圈数。根据小组总圈数排序评定“过关斩将”项目成绩第二部分。小组内有几个男生参与该小比赛，则本项目就另外加几分。

（九）异常项目：

1、瞎子背瘸子：

比赛赛距为50米。男生在比赛前用眼罩蒙住眼睛，比赛时，男生背着女生往终点走，中途有很多障碍物，也有一些精美的小奖品。由女生指路，男生在比赛中要绕过障碍物，去捡奖品，捡到则属于自我，终点处也会有3个奖品等着本项目前三名去领取。中途只能由男生捡起物品，女生不得从男生背上下来，否则视为弃权。

2、拔河：

各参赛班级在本运动会即将结束时可选出12至20人参与拔河项目，具体人数视拔河双方人数决定。

发令枪、秒表、呼啦圈、毽子、眼罩、大绳、小绳、布条、篮球、乒乓球、乒乓球拍、不锈钢盆、塑料盆、木板。

1、制作20xx年xx院x季趣味运动会宣传视频并上传信息院；

2、将趣味运动会具体资料及规则告知大一大二各宿舍；

3、将通知发到各班生活委员及体育委员；

4、体育项目报名统计；

5、确定各项目具体比赛时间；

6、确定运动会各项目主副裁判；

7、准备体育项目道具。

本次运动会以每班20人为基准，对参赛人数超过20人的班级，多1个人则运动会总成绩加1分。对总成绩优异的班级进行奖励。

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