# 最新趣味运动会的策划书(十四篇)

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2024-06-23

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。趣味运动会的策划书篇一寒假在过年的喜庆中圆满落幕，伴随着新学期的开始，协会的工作也开始正常运作。为了进...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**趣味运动会的策划书篇一**

寒假在过年的喜庆中圆满落幕，伴随着新学期的开始，协会的工作也开始正常运作。为了进一步增进各部门成员的了解，促进彼此间的认识，也为了丰富协会各成员的大学生活，给大家提供一个展示自己才艺，释放自己才能的平台，协会届时将举行一次趣味运动会，娱乐身心。

此次趣味运动会秉持“展现自我，玩得尽兴”的理念，具有趣味性和健身性，旨在加强交流，增强协会的凝聚力，以及部门之间，部门内部的团结合作精神，而且有助于友谊的产生和发展。也有助于锻炼身体，释放青春活力，展示个人风华魅力。

“展现自我，尽显风采”

xx年xx月xx日（星期日）下午

xxxxx

主办方：

承办方：

协会全体成员

1、前期安排

1)由活动部和外联部各成员一起购买或租借趣味运动会所需的道具和工具。

2)各部门部长向各部门成员讲清楚比赛项目，比赛规则，鼓励成员踊跃报名参加。

3)由办公室统计参加趣味运动会的具体人数。

4)各部门都要拟定一条参赛口号，具有创意性和代表性。

5)推荐选举主持人两名，裁判员两名。

6)各部门也可以组建各自部门的啦啦队，为参赛成员加油。

2、活动流程

1)活动部和宣传部成员提前到达通知场地，布置道具，做好运动会比赛前期工作

2)全体成员准时到达通知场地

3)主持人宣布趣味运动会开始

4)进行趣味运动会比赛项目

项目一：

拔河比赛

比赛方法：比赛分四队，每两队角逐，所有队员均参加，每对赛前将队员分成任意人数的三组，并将人数报以裁判，比赛开始后人数不得更改。三组进行比赛，两组以上获胜则为胜利。拔河时将绳子中

线拉过己方2米处获胜。

道具：一根长约20米的绳子

详细规则:四对抽签选择对手，两队胜者正夺冠军；两队败者争夺第三名。

项目二：

摸爬滚打

比赛方法：一共4支队，四支队伍同时比赛。每队出4人，不得少于一个女队员。当比赛开始时，每个小组第1选手以蛙跳的方式从起始点开始向前跳10米，第2选手接到棒后，立即原地转5圈，然后继续向前跑30米，第3位选手接到棒后做10个蹲起后，往回跑20米，第4个人接到棒后，全力向起点冲去。时间最短者胜利。

道具：4根接力棒

注意事项：如果中途出现掉棒的现象，则扣掉该队2秒时间；如果中途出现与其他队伍发生肢体碰撞，则扣掉该队1秒时间。项目三：

踩气球

比赛方法：每次10人参赛，男女不限，每名队员脚踝处绑上一个气球，3分钟时间，在指定的范围内，踩爆对方选手的气球，并保证自己的气球不被踩破。气球被踩破的队员要及时离场，不能参与比赛。比赛时间到，保留气球多的人获胜。

道具：每组20个气球

注意事项：每个人不允许出圈，出圈算输。只能用脚，否则视为

违规，取消继续比赛的资格；裁判发出哨音后方可开始比赛；参赛队员穿运动鞋，以防踩伤其他人。

项目四：

步调一致

比赛方法：共4个队伍，每组15人，男女搭配。事先将每组相邻队员的两条腿绑在一起，站在起始点发令同时，各组队员开始向折返点走去，手触摸到对面队员手臂后，对面一组队员朝起始点返回，返回起始点与本组下一组队员触臂后，本队下一组队员继续进行，最后以参赛队到达终点所用时间最少的队为胜。

注意事项：绑腿均绑在腿关节处，跑步途中必须始终保持绑脚状态。

项目五：

动感颠球

比赛方法：一面四周绑了数根绳子的鼓。要求每位队员拿起一根绳子，把鼓提起来；用这面鼓颠起一个排球，在排球不落地并超出一米高的情况下连续颠，颠球次数最多得队获胜。

道具：绑着绳子的鼓四个，排球四个

项目六：

勇往直前

比赛规则：共三组，每组一男一女，男生用眼罩蒙住眼睛，背起女生从起点出发，绕过路障，达到终点，取下眼罩，两人一起跑回起点，早到达者，为赢，以此类推。其中路障摆放的障碍物，须绕行；气球，

须踩破；鲜花，须拾起，递给女生。赛程20米。

项目七:

跳大绳

比赛规则：每对12人，2人摇绳，10人跳绳。比赛开始，队员依次跳绳一次跑至摇绳者的另一侧；以次类推，全队绕8字循环进行，从第一个队员进绳开始计数，绊绳的队员必须返回重跳一次，在绳里原则上每个队员每次只能跳绳一下，多跳的只计算一个，时间2分钟，个数多者获胜。

道具：一条长绳

项目八：

单腿斗鸡

比赛规则：甲乙两人分别单腿站立，另一腿抬起用双手拉住小腿部位，用膝盖部位与对方膝盖部位碰撞，挤压对方膝盖部位。不得以身体其他部位撞击，拖拽，推挤对手单腿支持不住而放手，双脚落地者，即为失败；参赛队员以抽签形式进行淘汰赛采用三局两胜制决出胜负。（四组同时进行）

项目九：

心心相印

比赛规则：4支队，每对10人，5男5女。参赛队员10人，每一组2人背靠背夹球（软式排球），手放置胸前，两者身体仅以球为接触点，违例不计名次，分5组迎面接力跑。球落地时，参赛人员拾球从落地处继续进行，否则成绩无效。以每参赛队5组全部进行完毕

时间快慢记胜负。

项目十：

二龙戏珠

比赛规则：每对10人，5男5女。各队接球人手拿塑料桶站在投掷人身后，投掷距离为4米，投球者向背后投球，接球人手持塑料桶站在一平方米区域内任意接球（不准脚出界），每人投五球，最终以各队投入桶内球数多少分胜负。

道具：乒乓球，塑料桶

3、后期安排

各部门成员进行活动心得总结，交给各部门部长。

1)友谊第一，比赛第二。不应在比赛中发生争执，闹得不愉快。

2)各部门成员应尽情玩乐，开心游戏。

3)各部门成员应遵从人员安排，遵守比赛规则。

4)裁判要做到公平，公正，公开。

1)由于是室外活动，若下雨，可另行安排时间，延迟运动会。

2)趣味运动会可全程拍摄，并上传到群共享，留作纪念。

3)各部门无比赛项目的成员可充当啦啦队，为参赛人员加油鼓劲。

4)考虑到部门成员可能因各种原因缺席此次运动会，为保质保量，各部门部长应向部门成员强调这次活动的重要性，鼓励成员积极参与比赛。

1、趣味运动会所需道具都很简单，场地也有保障。

2、组织人员有一定经验能力，能成功筹办和展开一系列活动，从操作上保证了趣味运动会的可行性。

3、鉴于协会曾举办过趣味运动会，有经验可循，从组织上保证了活动趣味运动会的可行性。

4、时间定于星期天，地点在休闲广场，在时间和地点上保证了趣味运动会的可行性。

**趣味运动会的策划书篇二**

检察院篮球场、体育公园

公司全体在岗员工

足球赛、篮球赛、五人六足、铁人三项、自行车慢骑、蛙跳接力、袋鼠投篮、鸡毛信

（一）篮球赛、足球赛

分为2队，普天布衣队和颐正苑队；

（二）趣味运动

1、组队方式：

按直属部门组成10人竞赛队，可报多队，但每个部门均须参与，如人员不足，可进行跨部门合作；

每队指定队长1人，并为本团队自拟队名，队名适宜3—4个字，如龙虎队、智斗队……。

2、各项目参赛人数：

五人六足：每队5人；

铁人三项：每队2人；

自行车慢行：每队2人；

蛙跳接力：每队6人；

鸡毛信：每队5人；

3、报名要求：身体健康员工，每个队员最多只能参加3个项目。

（1）足球赛：待定14：00—16：00

（2）篮球赛：待定14：00—16：00

（3）趣味运动会

14：00—14：20 五人六足

14：25—14：55 铁人三项：

双人跳绳、齐心协力、岁岁平安

14：50—15：00 自行车慢骑

15：10—15：25 蛙跳接力

15：30—15：45 袋鼠投篮

15：50—16：15 鸡毛信

每项成绩1—n名成绩依次为：n…10、9、8、7、6、5、4、3、2、1，七个项目比赛得分相加为总得分，再按总得分高低排出各队总名次。如总得分相同，第一项比赛成绩较高者名次列前，如第一项比赛成绩相同时以第二项比赛成绩较高者名次列前，以此类推。

1、篮球赛、足球赛获胜队，奖励xxx；

2、趣味运动

（1）单项奖：奖励单项前二名。奖励xxx

（2）团体奖：奖励总成绩前三名的团队，其余为优秀奖。奖励xxx

请各各部门将趣味运动会各队队名、领队、和参赛队员名单，以电子版的形式于20xx年3月3日日前报至人事行政部。

1、运动会是本公司的一项集体活动，要求各直属部门领导带队认真组织，积极参加。

2、参加竞赛的运动员必需是身体健康的在岗员工。

3、参加人员在运动会期间应穿着运动服及运动鞋。

4、参加人员既要生动活泼，又要有组织守秩序。

5、参加竞赛的运动员必须提前做好赛前准备活动。

6、文明入场、离场，自备垃圾袋，离场时随身带走。

1、道具：绑脚若干个布条；秒表2块。

2、方法：每队5人，分两组接力赛道长30米，队员用绑脚左右脚两两绑在一起，排成一字形横排，进行五人六足比赛。

3、规则：按到达终点的时间快慢排名。

4、计分：以各队最后一队队员冲线为准终止计时，用时少者名次列前。

5、注意事项：避免倒成堆。

1、道具：跳绳两条；气球若干；秒表2块。

2、方法：

每队2名参赛队员成功完成“双人跳绳”后进入“齐心协力”环节，两人用背部夹球前进5米，进入“岁岁平安”环节，一人吹气球，一人坐碎，一共5个。

3、规则：

（1）双人跳绳需二人齐心协力共同完成跳绳任务20个。

（2）齐心协力环节气球不可以掉落或破碎，如中途掉落或破碎则需返回起点重新开始。

4、计分：用时短的队伍名次列前。

1、道具：自行车2辆；秒表2块。

2、方法：

每队1名参赛队员骑自行车慢慢前行10米。

3、规则：

（1）行驶中脚不可落地，落地则失去参赛资格。

（2）行驶中尽量行驶直线，不可用“s”型路线拖延时间。

4、计分：用时长的队伍名次列前。

1、道具：接力棒6根，秒表2块；

2、方法： 6人接力形式，蛙跳跳跃前行20米，将接力棒传与下一名队员交接。

3、计分：按时间快慢排名，成绩相同名次并列。

4、注意事项：跳跃时掌握速度、幅度，小心摔伤。

1、道具：沙包若干；啤酒箱2个；秒表1块。

2、方法：每队1人，用双脚夹沙包，跃起，将沙包投入1米线外的篮筐里。计时60秒。

3、规则：

（1） 整个过程必须自己完成。

（2） 沙包投入篮筐内计数。

4、计分：以篮筐内沙包数量多着为胜利。

5、注意事项：神要定，保持好重心。

1、道具：10位数字条若干\*2份；秒表2块 。

2、方法：每队5人。以接力形式进行。参赛人员需从起跑点a冲向取信点b，迅速计数字条上的10位数，后返回起跑点a，报出刚才记住的10位数，完全正确，后一人员接力。

3、规则：

（1）参赛者必须正确报出刚才记忆的10位数字，如有差错，需重新到取信点记忆，再返回a点，直到报出正确数字；

（2）下一位参赛人员需在前一位参赛者成功报出正确数字时才可出发。

4、计分：以各队最后一队队员完成正确报数准终止计时，用时少者名次列前。

**趣味运动会的策划书篇三**

一、活动目的、意义

为了加强社团和社联的联系，增强大家的沟通交流凝聚力，让社联成为社团的一个强有力的纽带和桥梁。同时丰富同学们的课余生活和校园文化生活，营造了一个良好的校园文化氛围。

二、活动介绍

1.活动名称：马鞍山技师学院 职业技术学院社联趣味运动会

2.活动时间：12月7—8日

3.活动地点：校园南区操场

4.活动对象：全体大一新生

5.主办单位：马鞍山技师学院 职业技术学院社团联合委员会

6.承办单位：全体社联成员及社团成员代表

三、活动流程

1.前期

①活动部门写策划书

②宣传部门通过院宣传栏、广播站、海报、横幅做宣传

③主席、主任分小组，分配好工作

④各小组负责上全权负责该活动

⑤宣传秩序小册由网络中心负责

⑥外联赞助

2.中期

①相关人员分配管理布置现场

②维持好秩序，公平竞争

③负责人大概介绍活动流程，注意事项

④照相人员采集照片

3.后期

①维持人员有序离场

②整理现场，打扫卫生

③活动总结（经费不足）

四、活动项目

1.慢骑自行车

规则：参赛人员以4人一组参赛，不分男女，男女同时参加。赛道为50米，一组同时比赛，最慢、用时最长者到达终点为胜利者，若参赛人员骑到其他赛道或脚落地则淘汰

道具：4辆自行车 计时器 笔 本

负责人:周朝阳 李梦 吴先杰

2.背靠背运球

规则：每组2人，分为4组。选手用背部夹住气球，双手在背后交握，侧跑完成规定赛道。以用时最少者获胜比赛过程中，不准用手碰球，球落地或夹爆者，需重新从起点出发

道具：口哨 气球若干 袋子（装气球） 计时器 笔 本

负责人：谢军 吴康 王子豪

3.三人四足

规则：参赛队员以三人一组参赛，赛道长50米。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。在听到起跑发令后，各小组同时起跑，绕过50米处障碍物返回，先到终点线者为胜。

道具：绳子若干（结实） 口哨 计时器 笔 本

负责人：聂凯燕 郭旭 魏孝真

4.趣味接力赛

规则：每队出6名队员（3男3女），接力共4段每段50m，第一段需单脚跳过，若是另一只脚着地则重新开始；第二段需两人背靠背，双手钩住，蹲下横向移过；第三段倒着跑过；第四段需一名队员背另一名队员跑过。（第一段和第三段规定为女生）

道具：粉笔 口哨 笔 本 计时器

负责人：吕泽鹏 何涛 晋英霞

5.袋鼠跳

规则：每队5人，每队的第一名队员从a地出发将布袋套至腰部，中途布袋不得脱离双腿，到达第二名队员的b地，由第二名队员套上布袋再向a地前进，如上述循环直至最后一名队员。最终用时最短的队伍获胜。

道具：布袋若干 粉笔 笔 本 计时器

负责人：韦子慧 黄文月 周斌

6.足式保龄球

规则：准备若干瓶子，瓶子里注入少量水，以三角形方阵排好，离瓶子三米外为线，每位参赛选手在线内踢足球，踢倒瓶子多的选手获胜。

道具：瓶 水 笔 粉笔 本 足球

负责人：李凡凡 程浩 于安琪

7.积少成多

规则：2人一组，先在原地转10圈，转完后用一次性水杯盛满水倒入对面大容器瓶里，3分钟倒入容器瓶力水越多者获胜

道具：口哨 水 容器瓶 盆 计时器 笔 本

负责人：史隽彦 熊丽霞 陈瑶

8.集体跳绳

规则：每个协会选出5人，在1分钟内跳绳，5人叠加在一起，哪个协会跳的最多者获胜

道具：绳 笔 本

负责人：桂学梁 李振 崔婷婷

9.网球投准

规则：4组同时比赛，距离5米处放桶一个，每支队伍出2人，一个负责投球。每支队伍配备3个网球，限时2分钟，多者为胜

道具：网球若干 计时器 笔 本 桶（4）

负责人：姚成富 姚建宏 韩阿超

10.拔河

规则：以协会为小组，以抽签的方式拔河比赛，最后取一、二、三名。

道具：绳 粉笔 纸 笔 盒子

负责人：陈伟龙 王远 陈富明 程磊 叶良浩

五、大会日程表

六、注意事项

1.运动过程中保证安全

2.所有准备活动器材提前3天准备好

3.若遇大雨推迟下星期

**趣味运动会的策划书篇四**

一、活动目的及意义

舞动青春，激昂我心，每一个人都应该记得运动场上那份荡漾于心的激情吧！或许你不是运动员，但你却一样激动不已，置身其中。在当今社会，健康越来越受人们的关注，因此我社举办这次趣味运动会，让我们在运动中享受快乐，在快乐中找寻健康，在健康中体验团队精神。让我们热情的汗水在阳光下，闪耀光彩！领略全校20多个社团骨干为我们展现趣味的脑力、体力、个性与团结的风采。

二、活动时间、地点

时间：20xx年11月24日星期二下午2：00

地点：南昌师范高等专科学校的田径场

三、活动形式：趣味运动项目比赛

四、活动对象：南昌师范高等专科学校所有的社团成员

五、主办单位：互动联心社

六、组队要求及报名的方式

报名方式：将自己的参赛项目、姓名、性别报于社团并填好表格，以社团为单位交到互动联心社秘书部(负责人：胡健宁 15270841669 欧阳小平 15270972250

王婷婷 15070403622 徐婷 15070403441 )

七、活动日程安排

(一)前期宣传

1、食堂门口海报宣传及张贴横幅

2、以社团为单位通知各个社团成员

(二)将活动项目提前发给每个社团，选好各项目的参赛人员，并做好准备

(三)了解比赛项目

时间：20xx年11月17日下午2：00

各社要参加项目的成员，对各个项目进行观摩并了解比赛规则

(四)颁奖

时间：当天晚上7：00

地点：学术报告厅

内容：颁奖及各个社团的文艺演出

八、运动会现场布置及工作安排

1、主席台上方设置条幅 南昌师专第三届社团趣味运动会 ，比赛现场用彩旗布置，布置在绿化带内。各个社团带好社团的社旗并用彩纸书写标语(如友谊第一、比赛第二，为 喝彩等，此为各个社团自己准备)为自己社团助威、加油

2、主席台布置音响，并准备适合运动播放的歌曲

3、各个部门组织、协调工作，选定裁判、现场拍照、拟定主持人、维持现场等

九、活动经费申请

奖品： 奖杯 3个 90元

笔记本 8个 50元

笔 8支 24元

荣誉证书 12本

项目材料： 麻袋 5个 15元

呼拉圈 3个 30元

彩带 10元

水果 15元

前期准备：打印、复印 50元

横幅 2条 100元

总计：384元

社团联合会

互动联心社

20xx年11月5日

**趣味运动会的策划书篇五**

活动前言：树鄂大之宏图，展传媒之风采，为活跃校园文化生活，传媒系团总支学生会社团部、体育部决定举行一次趣味运动会，趣味运动会旨在丰富同学们的课余文化生活，不以竞技为主要目的，主要进行一些趣味性比较浓厚的拓展类项目，这样既可以避免和学校秋季运动会以及各院系运动会比赛项目的重复设置，又可以为非运动员的同学们提供一个展现自我的运动类平台，同时还可以让同学们大范围的接触特色体育项目——素质拓展运动，为该项体育运动的普及做出一定的贡献，更为重要的是，通过参与这项赛事，同学们可以获得包括团队合作精神等在内的一系列的学习和锻炼机会。

丰富学生课余生活，强调体育方面锻炼，为学生提供一个既可以竞争又可以充分放松的项目。为加强学生体育活动兴趣服务，努力在全校营造出一种爱运动、爱健康，全民健身的积极氛围。

积极推进体育运动在学生中的普及，以及素质拓展运动在我校的广泛传播，实现全民健身、强身在体育运动方面学习拓展团队精神，并可以极大的活跃在校学生的生活氛围，也是加强各社团的交流，显示出我们传媒系各社团的团结性！

我参与我快乐

12月18日

鄂州职业大学一号田径场、篮球场

传媒系团总支

传媒系团总支学生会社团部

传媒系团总支学生会体育部

传媒系团总支学生会

传媒系楚天风文学社

传媒系学生红学会

传媒系社会服务行动队

传媒系新闻爱好者协会

传媒系纵横论坛

我爱竞赛网

【项目1】“赶篮球”运动

【参赛人数】每队5人

【比赛器材】木棒、篮球

【比赛方法】每人手持一根木棒，在规定的范围内把篮球打到设置的球门内，比赛时间15分钟，不得用脚踢球。

【项目2】八戒背妻

【参赛人数】每队10人（五男五女）

【比赛器材】无

【比赛方法】参赛者人数均匀的分配在起点与终点，第一队参赛者背起一个女生从起点出发，到终点的时候另一组开始回跑，依次循环进行，传的最快组获胜

【项目3】绑腿跑

【参赛人数】每队10名队员

【比赛器材】绑腿带

【比赛方法】比赛开始前，队员横排（每相邻两队员的相邻脚的脚踝用绑腿带绑在一起）立于起跑线后。裁判发令后，队员通过协调配合在跑道上共同行进，赛程60米。以各参赛队中的最后1名队员身体完全越过终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

【项目4】：《懒惰的自行车》在前面车筐上放标志

【参赛人数】：每队一次2名，一共3组。

【比赛器材】：自行车

【比赛方法】：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。

【项5】：《纸衣往返接力》纸衣为宣传海报

【参赛人数】：每队5名队员

【比赛器材】：一张大小适合的宣传海报

【比赛方法】：将宣传海报贴在前胸，在奔跑过程中保持不掉，如果掉下重新捡起继续奔跑，跑到对面交给另一名同伴，以最快完成为胜利。

【项目6】：盛水接力

【参赛人数】：每组5名

【比赛器材】：水桶、大塑料瓶

【比赛方法】：跑道前方设置一个水桶起点外设置一个大塑料瓶比赛开始时参赛选手持水瓶到水桶内盛水后返回倒入大塑料瓶内依次进行盛水接力大塑料瓶先盛满水者为胜（注：塑料瓶身内设若干漏点）

【项目7】：《乒乓接力赛》球拍上设置海报

【参赛人数】：每组6人2人一组组数不限。

【比赛器材】：乒乓球、乒乓球拍

【比赛方法】：参赛者人数均匀的分配在起点与终点，第一个参赛者单手用乒乓球拍托着乒乓球，从起点出发把球传给终点的另一个队员，依次循环进行，传的最快组获胜。

注意：传球过程中不得掉球、手触球。

【项目8】：《背球接力赛》

【参赛人数】：每组5人

【比赛器材】：篮球

【比赛方法】：2人为一小组，4小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住2个篮球，从起点出发绕过终点的标枪再回到起点，然后把2个球传给下一组的队员，4小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。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

【项目9】：《包装木乃伊》

【参赛人数】：2人为一组。

【比赛器材】：纸、胶带

【比赛方法】：3人为一组，一人撕开胶带，一人包装，一人扮演木乃伊（只要站立保持不动就可以）。比赛一开始，参赛者以最快的速度用手上的长条状的纸张包裹木乃伊，必须包裹地密不透风。最后谁包裹的木乃伊最像，最快，哪一队就获胜了。

【项目10】：《定点投篮》篮板上设置宣传海报

【参赛人数】：每队5人

【比赛器材】：篮球

【比赛方法】：每人以一分钟为限进行投篮，按投中个数决定名次。男子组的参赛队员必须在三分线以外任何一点单脚投射（整个投射过程都要单脚），脚不得踩到三分线否则将被扣掉一个已投中球。女子组的参赛队员必须在梯形范围以外投射，脚不得踩到梯形任意一条线，否则将被扣掉一个已投中球。

【项目11】：踩气球

【参赛人数】：每组5人

【比赛器材】：气球

【比赛方法】：在一个5平方米的区域内用脚踩破他人脚上捆绑的气球，直到游戏时间结束。

规则：一个人每只脚捆绑3个气球，5平方米区域。每个人不允许出圈，只能用脚，否则视为违规，取消继续比赛的资格。听裁判发出哨音，开始。

胜负判定：单位时间踩气球，剩下多的队胜。以现场裁判判定的结果为准。时间用一块总表计算。

【项目12】50米接力赛

【参赛人数】10人（学生会干部、各社团干部）

【比赛器材】无

【比赛方法】共6男6女，每组男女出场顺序自行安排，交接时必须将接力棒交给下一个队员，分别记录各队成绩，按成绩排名。

【项目13】：背\*背

【参赛人数】：5男5女

【比赛器材】：气球

【比赛方法】：每两个人背\*背夹着一个气球，横向前进，途中绕过一个障碍，折返回出发点，由下两名同学进行接力。途中气球不得掉落，手，手臂不得碰球，总时间最少者获胜。

1、以社团为单位组队，学生会和每个社团都派出一个代表队，每个代表队由10人组成，并指定一名负责人。

2、要求每支参赛队伍要有自己的口号，比赛本着“友谊第一，比赛第二”的`宗旨，以公平竞争为原则，保证赛事的顺畅进行。

3、报名：学生会各社团请认真报名，积极参加。于12月15日将报名表交于体育部。

4、所有比赛均以快乐为宗旨，动员全体同学，每社团限定10名队员。

5、希望各队提前准备好有预赛的项目，以保证这些项目的完成。

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。

7、积分办法：每项比赛取前3个社团，整体积分前三名的有相应的奖励。

8、请学生会及各社团组织啦啦队，形式自主，鼓励创新，体现传媒系的风采和大学生的飞扬青春。

9、准备好医疗用品，以防受伤

10、为了保证各项目可完整有序的进行，要求社团遵守比赛纪律，配合工作人员，尊重裁判的裁决，不得有辱骂和抵抗行为，如有疑义请与体育部联系。

11、比赛当天请各社团负责人控制好本社团秩序，非比赛运动员请不要随意走动，不得进入比赛场地以至干扰比赛正常进行。

12、按照各个环节中各支代表队所用的时间进行排序，并获得相应的社团排名。

备注：由于参加的具体人数无法确定，赛程分组在报名后安排，合理安排裁判人员，做到及时、公平、公正。比赛场地安排以及时间表将在报名工作结束后发放到各班。

**趣味运动会的策划书篇六**

为丰富全校教职工课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”理念，推进我校“健康幸福工程”的深入开展，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，现将活动方案如下：

学校塑胶操场。

a组（一年级段）b组（二年级段）。

全校教职工。

1、单项：一分钟跳绳、一分钟定点投篮、二分钟摇呼啦圈、一分钟踢毽子2、集体项目：袋鼠跳、无敌风火轮、十人九足、开火车。

2.获得单项比赛项目优胜的队记一分，采用三局两胜制，优胜队获得一等奖，另外一对获得二等奖。

1、以小组为单位参加比赛，每位教职工至少参加单项项目中的一个项目，集体项目除外。

2、a组负责人xx副校长负责比赛人员安排及报名工作，b组xx校长负责。

3、每位队员在比赛前，在所有单项项目中以临时抽签决定至少选择一个项目，并且是，参加比赛。

心心相应（两人拥抱夹气球）

每队4名队员，2人以合作组。比赛开始，第一合作组，两人面对共同拥抱一只气球，边跑边向前行进，绕过终点，返回起点两人用力将气球夹爆。接着有第二合作组继续比赛，第二合作组最先返回起点，并最先夹爆气球的队获胜。气球掉地上，继续向前跑着不计分；第一合作组气球未夹爆气球第二合作组就出发者不计分。

2.赶篮球接力跑（xxx）

第一人手持木棒，赶篮球前进15米至另一端，绕过标志后赶篮球返回；第二人接棒后重复前过程，如此循环，用时少的队名次列前。比赛过程中，不得用身体任何部位触球，球出界则算犯规，另一队直接获胜

3.无敌风火轮：

12-15人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环。

4.十人九足：

以系别为单位，共七个队伍。每队十人，五男五女叉排成一横排，相邻的人把腿系在一起，一起跑向终点，用时最短的胜出。分成三组进行比赛，抽签决定比赛次序。

5.袋鼠跳：

每组比赛四队参加，每队10人，全部由男生组成。每支队伍平均分为2个小队记为a，b，相向各排成一纵队。比赛开始前，每组a队的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向b队前进，中途布袋不得脱离双腿，至b队时脱去布袋，由b队队员套上布袋向a队前进，如上述循环直至最后一名队员。

比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，以用时较短的次序排出前三支队伍。

6.开火车：

参加游戏者6人一组，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩形成小火车，最后一名同学也要单脚跳步前进，不能双脚着地。场地上划好起跑线和终点线，其距离为30米（以一篮球场宽为准，来回），游戏开始时，各队从起跑线出发，跳步前进，绕过障碍物回到起点，最先到达起点的为胜。按时间记名次，按名次记分。

7.珠行千里：整个团队每个队员手拿一根半圆形的球槽，将球连续传动（滚动）到下一个队员的球槽中，并迅速地排到队伍的末端，继续传送前方队员传来的球，直到球安全的到达指定的目的地为止。

1.个人参赛方法：由组委会统一制定发放参赛券，每位教职员工凭两张参赛券在规定时间内可任意游玩两项指定个人比赛项目。

2.团体参赛方法：由组委会统一发报名表模板给各学部部门，各学部相关负责人将本部门教职工都通知到后进行报名，将组别分清认真填写并校对，一旦交给组委会不得增加和修改，在比赛过程中如有将组别写错被查到，将取消比赛成绩，不得补赛。

1.个人项目按成绩先后录取分别颁发一、二、三等奖，每组别一等奖2名，二等奖4名，三等奖5名。

2.团体比赛取前三名发一、二、三等奖，名单由各学部负责人提供。

3.凡报名参赛者获等级奖的，可重复领取；未获等级奖的，均发纪念奖一份。

1.所有教职工必须在指定时间和地点比赛，迟到作弃权处理。

2.参赛券转让给他人或代赛者取消个人成绩，只发纪念奖。

3.所有的裁判员由组委会统一安排执行，裁判员要本着公平、公正、公开的态度去工作，让教职工在愉悦、和谐的氛围中参与比赛。

4.本竞赛规程最终解释权归大会组委会。

**趣味运动会的策划书篇七**

春暖花开时，万物生机勃勃，为了丰富大家的课余生活，进一步推动阳光体育活动，也为了增强班级的凝聚力，也给大家一个展示自我的竞技平台，特举办此次趣味运动会。

为了丰富大学生活，活跃校园气氛，促进班级集体之间的交流，锻炼同学们的身体，学以致玩，玩以致学，动员各个学院的同学参与其中，展现新一代宁医学子的精神风采。

张扬青春，欢乐运动

友谊第一，比赛第二，公平、公正、公开

20xx年x月x日

xxx大学新校区体育场

主办方：共青承办方：xx大学社团联合会文体活动部

参赛对象：教师代表队，xx大学全体社团代表队，校学生会代表队，学生社团联合会代表队（每队x人）

（1）宣传

前期宣传海报两张，展板一个，横幅一条，展板介绍活动内容并鼓励大家积极报名参与，两张海报宣传活动时间和地点，并呼吁大家前去观看，一起快乐。除横幅在比赛时展出外，展板和海报都提前在食堂广场展出。

后期活动结束后，以展板的形式公布比赛结果，以海报形式（贴活动的部分照片）向全校同学展示活动的精彩内容。

（2）报名安排

在展板和海报展出后一个星期，在食堂广场报名，负责记录的同学同时向不理解的同学宣传和解释，工作人员积极宣传和征收参赛人员名单，提前一周承办单位。

（3）具体活动流程

1、比赛前一天决定场地的布置以及布置场地的人员调度

2、比赛前一周，提前邀请嘉宾（嘉宾是学校领导老师，各个社团以及校学生会），并且确定有多少能比赛时到场。

3、确定比赛团队

4、活动开始

1）主持人致开场致辞

2）主持人介绍到场嘉宾

3）主持人介绍参赛队伍，裁判和工作人员的组成（介绍时参赛队伍入场）

4）主持人宣布比赛开始，并告知比赛队伍具体活动项目在哪进行

5）主持人宣布最后的比赛结果

6）嘉宾颁奖

7）主持人宣布比赛结束

比赛以团体赛形式进行

（1）眩晕大pk

比赛规则：每队4人，比赛开始后，要求每队队员依次原地转6圈，然后跑致指定地点，将所放的球射入6米外的小球门（球门以竹竿代替），每射入一个球得一分，时间是两分钟，进球多者胜出。

（2）快乐袋袋跳

比赛规则：男女各3人，第一个人手拿一个气球，跳进袋子，以最快速度跳到同伴面前，将气球传给同伴，进行接力比赛，最后用时最少的团队胜利。

（3）齐心协力

各队x人参赛，各个队进行不同的项目，前一小队进行结束，另一队接上进行另一个项目。

第一个项目x人站成一列，手搭在前面队员的肩膀上，所有队员的右腿全绑在一起，全体队员成跳跃式前进，到终点时，下一小队开始。

第二个项目x人一次从垫子上翻滚过去，一个接一个，x人滚玩为止。

第三个项目一个接着一个，用腿夹着篮球向前蹦跳，篮球不能落地，否则重新从起点开始，总体用时最少的团队获胜。

（4）拍档

比赛规则：各队选派一男一女参赛，进行x个项目。

1、男生背着女生向前走，全程40米，女生双脚不能触地

2、女生夹乒乓球放进男生头上的碗里，一共夹4颗，女生必须一边夹男生一边在跑道上蹲着行走，若碗掉地上，从夹第一颗乒乓球开始。

3、由工作人员督促2人选一张卡片，上面有字母，选中哪一个字母两个人就要做出字母的造型，经工作人员统一再进行下一个项目。

4、两人分别站在篮球架两旁，同时向篮球框投球，直到投进为止。所有项目完成用时最短的队获胜。

（5）两砖渡河

比赛规则：20米距离，每个参赛者利用2块砖沿规定路线走到终点，手脚不许触地，两脚不许踏在同一块砖上，即手放一块砖，脚踩一块，如此循环，直到到达终点；若犯规，回起点重来。每人1程，前一名结束，下一个方从起点开始，累积记时少者胜出。

（6）飞碟

x名队员背对圆心，相互勾肘组成一个圆圈代表“飞碟”，一名队员居中当“驾驶员”站在起跑线后正对跑进方向做好预备姿势，任何一名队员不能越过起跑线。游戏过程中如果跌倒、散架，应从跌倒或散架处重新开始比赛。累积用时少的队获胜。

（7）瞎子背瘸子

规则：，一对男的、一对女的、一对男女混合的，男生当“瞎子”，用纱巾蒙住眼睛，女生扮“瘸子”，为“瞎子”指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者，为赢。其中路障设置可摆放椅子，须绕行；汽球，须踩破；鲜花，须拾起，递给女生。

（8）你的地盘我做主

每个人站在一张报纸上，每组有一名队员手抱一个足球或排球，任意的向身边别的组抛球，球打到哪一组的哪张报纸上，这个组的报纸就减少一张（地盘被掠夺），纸张只能被裁判收回。哪个队员同时被击中了，他也必须被淘汰，最后哪一组剩下的队员最多，哪一队就获胜了。

（9）一鸣惊人

每个人做十个仰卧起坐，每次坐起时必须敲响悬挂在前方的锣。累计计时少的队获胜。

（10）智夺天门

两队从相对的方向出发，依次穿过障碍物，用头触碰前方固定好的塑料布，然后原路返回（若中途碰翻障碍物需降障碍物重新放好），当接力到最后一个队员时需穿过塑料布。累积计时短的队获胜。

（11）叶中阁

在指定区域，有20cm\*20cm的方格若干个，每队派xx人参赛，每队xx人站在小格中，累积所占格子少的队获胜。有1分钟的准备时间。（可以抱起或背起其他队员）

（12）五人气球pk

两队同时各派由五人组成的战队，x人每人的脚上绑两个气球。两队pk比赛，比赛开始后气球全部被踩爆的同学，失去继续比赛的资格。比赛其间限制5分钟，到时看哪一支队伍的气球最多就获胜。

各项项目单项奖：一等奖：一名，洗衣粉x袋；二等奖：三名，牙膏x盒；三等奖：五名，卷纸x卷，洗洁精x瓶。

团体奖：一等奖：一名；二等奖：两名，洗衣皂6盒；三等奖：三名，毛巾6条；优秀奖：若干名，棒棒糖x个。

1、条幅xxx元；

2、嘉宾纪念品xxx元；

3、奖品xxx元；

4、活动物资xxx元；

**趣味运动会的策划书篇八**

xx运动会正在如火如荼的进行中，为丰富同学们的课余生活，号召同学们积极参加体育锻炼，增强体质，促进同学们相互间的了解，增进个班级间的友谊，培养团结合作、互敬互爱的良好氛围，从而营造一个良好的学习和生活环境。

十三周 周日

苏州科技学院江枫校区图书馆北侧草坪

大一全体土木学院新生

土木学院学生会体育部

1. 联系各班班长，让他们做好本班的宣传工作，积极参与本次趣味运动会。

以团队形式进行比赛各项比赛积分最后评总分

活动项目1) 火车快开 2) 两人三足接力 3) 团体跳绳 4) 传水接力 5) 拔河

奖品=650 奖状=20 道具=80 共计750

团队第一名300 第二名200 第三名150

1、未报名者不得参加，一经发现取.消比赛成绩。

2、禁止非工作人进入比赛场地，扰乱比赛秩序。

3、比赛中绝对服从裁判，以裁判的判罚为终极成绩。

4、活动项目分区域，参赛队员需服从工作人员安排，在指定区域和.规定时间进入比赛场地，无故迟到十分钟以上，.视为放弃比赛。

5、参赛队伍必须有自己的负责人，以便信息.的传递和交涉。

6、参.赛队员须保持场地的卫生，保持现场卫生，服从工作人员安排，不得有不文明行为或言语。

7、参赛队员比赛.中要留意安全，并遵从友谊第一，比赛第二原则。

土木工程学院学生会

**趣味运动会的策划书篇九**

为迎接学校校园文化艺术节，庆祝元旦，活跃教职工生活，更好地开展全民健身活动，丰富全体教职工的业余生活，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“迎元旦庆艺术节”趣味运动会。本次趣味运动会共设置了6个趣味竞赛项目，r各级部全体教职工积极参加，踊跃报名。

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。文明比赛、文明助威，充分展现各部门风采。

现任体育部对上学期体育嘉年华的总结反思中，我们发现体育活动应该让尽可能多地让学生参与，这样才能推进我院优良的体育传统继续发展。在部长的积极倡导下，我体育部员未不太热衷于运动的同学(尤其是女同学)度身订做了这场户外趣味活动嘉年华系列活动。

冬季健身，全员参与

活动器材：跳绳20根，气球2包，捆绳15条，大绳2根，计时器口哨若干、米尺、音响，话筒，照相机，奖状若干，大纸箱5个。

1.领导小组：

组长：付作文

副组长：申延龙 李兆明 丁兆年

2.领队：秦玉昌 魏延升 李波 秦泗昌

3.裁判：主裁判具体安排由体育组负责，副裁判分别由四个级部各安排一人。

1)后面的队员可以纠正前面所有队员的拼图错误，在最后一名队员过终点后，每有一处拼图错误，计算成绩时其用时5秒。

虎山中学篮球场

虎山中学全体教职工，以级部为单位(科室、后勤、门卫等人员全部归所任课级部)

20xx年12月中旬具体时间里(具体时间另行通知)

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，捡到则属于自己，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。

以级部为单位，分别派规定人数的教师参加相应的比赛项目，按总成绩排名次积分，按第一名、第二名、第三名、第四名分别计5、3、2、1分，最后以六个项目的总积分算成绩。

1.跳绳接力：

每个级部各派十人参加，男女教师各五人。每人一分钟的跳绳，比赛结束后以十人跳绳数总和决定名次。

2.转呼啦圈吹气球：

每个级部各派五人参加，男女不限。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，最后一人吹完比赛结束，用时长短决定名次。

3.圈内垫排球：

每个级部各派十人参加，男女教师各五人。每人分别在一圆圈内垫排球一分钟，要求排球要高出手臂一米以上，脚不能出圆圈，否则不予计数。比赛结束后以十人的总数决定名次。

4.合作运球接力：

每个级部各派十二人参加，男女教师各六人。每两人一组，背靠背把排球夹在两人中间，往返各二十米，途中球掉落要分别回到往返的起点重新运，一组运完另一组接着用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

5.袋鼠跳接力：

每个级部各派十二人参加，男女教师各六人。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，一组运完另一组接着用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

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

6.集体跳长绳：

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)

两种比赛方式：一种是每个级部各派十人，男女教师各五人，两人摇绳，八人跳绳，碰到障碍停下结束，以所跳数目决定名次计分;一种是每个级部各派十人，男女不限，两人摇绳，八人钻绳，每次在绳内跳的人数不少于三人，钻出的人至少在绳内跳一下，跳绳时间3或5分钟，以钻出的人数多少决定名次。

请各级部在20xx年12月9日前将报名表上交工会办公室。

1.各项比赛具体事宜最后由组委会决定通知，由体育组具体执行安排，希望全体教师在工作之余能积极参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2.比赛未尽事宜将另行通知。

**趣味运动会的策划书篇十**

1、知道自己身体的每个部位都会动，运动促进身体健康。

2、增进孩子与父母之间的感情，简单了解如何保护自己的方法。

20xx年12月26日

全体家长与幼儿

：布置运动会场地、各种比赛项目体育器材，家长签到表、奖状等。

一、入场式

1.各个班级陆续入场。

2.园长发言。

3.运动员代表发言。

二、升旗，唱国歌。

三、运动会

幼儿单项比赛项目：拍球(中班)跳绳(大班)

每班10人

亲子比赛项目：赶小球接力赛

参赛人数：每班6对家庭

玩法：家长将孩子背在背上，用小棒赶小球到对面，绕过障碍物，回到起点，击掌和下一家庭接力。哪一个班级首先全部完成，则为优胜队。

家园对抗赛项目：拔河大赛

参赛人数：幼儿园及家长双方各派出(自愿报名)10名队员，进行拔河对抗赛。

集体比赛项目：我是神射手

参赛人数：每班10人

玩法：每班10人站立一排，在终点处放置10只饮料瓶，孩子们使用沙包扔向饮料瓶，哪个班级率先将所有的饮料瓶扔倒，即为优胜队。

亲子比赛项目：亲子二人行

参赛人数：每班6对家庭

玩法：家长和幼儿在起点线处，孩子与家长面对面站立，幼儿踩在家长脚上，游戏开始，听到口令家长带幼儿迅速向终点处移，绕过椅子后返回起点，击掌接力下一家庭。首先全部完成的优胜。

亲子比赛项目：宝宝过河

参赛人数：每班6对家庭

玩法：三个家庭在起点，三个家庭在终点等候。家长和孩子同时站在起点，站成一排，游戏开始，由游戏者们传递最后面的泡沫垫到最前面，然后依次向前进。到达重点后，交换另三个家庭进行游戏。

家园合作赛项目：跳长绳比赛

参赛人数：每班家长及老师共12人。

玩法：同时进行长绳大赛。规定时间内数量最多的班级为优胜。

亲子比赛项目：小袋鼠摘果子

参赛人数：每班6对家庭

玩法：当袋鼠妈妈，站在终点线上，手持袋鼠袋，幼儿站在起点线上，游戏开始，听到发令后，幼儿拿起果子(海洋球)扔进家长的筐里，在规定时间及规定距离内扔进果子最多的班级为胜。

亲子比赛项目：搬运工运篮球

参赛人数：(三口之家)6对

玩法：两位家长双手交叉相握，作成小轿子，宝宝坐在家长双手上，出发。至终点处由宝宝拿到一颗篮球，回来击掌和后面的家庭交换首先全部完成的队伍优胜。

集体比赛项目：小小旅行家

参赛人数：每班10人

玩法：小路：10只呼啦圈——5只小椅子——一块大软垫——教师

孩子们排队共同出发，双脚并拢跳过呼啦圈，绕过5只小椅子，爬过大软垫，到教师处击掌，然后迅速跑回起点。全部完成到达起点的队伍获得胜利

三、颁奖仪式。

分别颁发各类活动得奖班级。

四、运动会结束。

**趣味运动会的策划书篇十一**

趣味运动会

为丰富本年级同学课余生活，本年级召开了年级会议，讨论了接下来一段时间内的活动策划情况，考虑到诸多方案之中缺少体育类项目，加之我们日语一班之前班内已有组织班内趣味运动会的提案，现响应年级活动组织号召，特将原本的班级活动推广至年级，希望大家能共同参与。

丰富学生课余生活。在娱乐中放松身心，在趣味中锻炼身体，通过个人项目提高个人素质，通过集体项目提高班级凝聚力，通过班级间比赛项目加强班级的竞争意识和团结协作能力。在年级的集体活动中加强年级中各班级之间的交流与合作。

xxxxxxx学院

全校学生

时间：20xx年年初 （具体时间视考试安排，天气情况再具体定夺） 地点：xx大学体育馆及体育场

a.活动项目征集（从承办班全体同学中采集意见）

b.活动项目确定及实行方法与规则的制定

c.道具的策划与准备

d.场地的申请

e.制定若因天气原因导致无法在室外进行的备案方案 f.奖项的设置及奖状奖品的准备

a.班班个人项目竞赛：1.定点投篮

2.绕障碍跑

3.踢毽子

4.袋鼠跳

5.夹气球跑

6.呼啦圈赛

b.班班集体项目竞赛：1.多人多足20人赛

2.拔河15人赛

3.跳大绳15人赛

4. 二十五米x16人接力赛

c.班班小团体文娱竞赛：1.你做我猜

2.加弹珠比赛

附注：以上项目的最终实施与否与具体的实施方法以及评分细则均在不断制定与完善中……

a.物资：横幅，标语，海报，宣传页，篮球，各种障碍道具，毽子，大袋子，气球，呼啦圈，粗麻绳，接力棒，多人多足用足间固定带，扩音器，记分牌

b.经费：不断统计中 …… （约700元）

主要负责人：

张同学：

白同学：

胡同学：

**趣味运动会的策划书篇十二**

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

荆楚理工学院学工部(处)、校团委策划承办方：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、宣传工作

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。

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。

**趣味运动会的策划书篇十三**

我们的童年生活，在家长与孩子间建起一座沟通的桥梁，让我们在比赛中感受运动的快乐;因为玩是儿童的天性，让孩子们在比赛中尽情的玩，让孩子们在玩的过程中增长知识，增进团结和友谊，培养他们挑战自我、超越自我的信念。

一家人

人民家庭。

备选场地：本地区操场、实验小学校园操场、。希望诸位家长发动社会关系，各显神通联系场地。根据赞助情况，可适当给予回报。

对比赛场地提供者，在趣味运动会背景、条幅标语中为之做相应的宣传，在丹东电视台、鸭绿江晚报和时代丹东网等新闻媒体采访中，对之给予鸣谢。

1、9月9日：召开家长会，进行活动策划，组建组委会。

2、9月10日至30日：联系冠名单位、赞助单位，购置奖杯、证书和奖品等。

3、9月10日至20日：网上讨论运动会比赛项目。

4、9月20日：公布比赛项目讨论结果。

5、9月20日至10月上旬：比赛项目网上报名。

6、9月20日至30日：准备器材和道具，确定舞台、音响、摄影、摄像师等。

7、10月上旬某日上午5：00，布置舞台、背景、音响、空飘球、宣传条幅等;

8：00——12：00：举行运动会开幕式，比赛正式开始。当日下午举行闭幕式，对运动会表现突出的小组进行表奖。

(项目取舍由大家讨论决定)

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：在比赛现场，所有愿意挑战的宝宝按月份分组进行打擂。在一分钟的挑战时间内，所钓鱼的数量超过本组擂主的数量，即为挑战成功，可得到一份奖品。挑战失败者，只能领取一份纪念品。每组的擂主成绩都是由挑战者自己创造并保持，直到新的挑战者挑战成功后，将其顶替。

器材准备：水池(水盆)，塑料鱼若干，钩鱼杆若干。

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，幼儿骑小自行车沿自己的车道前行，最快到达终点者为胜。

器材准备：小自行车6辆;

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：跑道为10米。比赛开始后，家庭中的爸爸从起点推车到终点，等在那里的妈妈将大型积木装在车上(一次只能装三块)，然后将积木推向起点，并卸下车，由等在那里的孩子用积木搭建房子，搭得又快又好者为胜。

器材准备：小独轮车6辆，大型积木若干。

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：宝宝与家长面对面，踩父(母)脚上，起点准备，听口令向终点走去。先到终点者为胜。游戏中宝宝与家长必须始终手拉手，宝宝脚不得踩地。

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：孩子手拿气球，站在起点线上做准备，听到口令后，立即向前跑去。送到父母身边(父母背靠背侧身在终点处等孩子)，把气球放到父母的背上，父母使劲把气球夹破。先夹破者为胜。

器材准备：气球筐6个，气球若干。

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道6条。分别在4条跑道起点放置小草帽一顶，并在10米终点处挂果实一枚。

比赛办法：由爸爸妈妈用双手抓腕盘起让孩子戴着草帽坐上，三个人协助跑到终点，由孩子取下水果后原样折回起点。速度最快者的为胜。

比赛规则：比赛时，小朋友必须要戴上草帽后才可以离开起点，水果必须要由小朋友采摘。

器材准备：小草帽6顶，果实6枚，支架两个，铁丝一条。

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道4条，10厘米宽、30厘米长的布带子六条，在离起点线前方10米处放一折回标志物。

比赛方法：用布带子把三人相邻脚的踝关节绑在一起，相互搂腰向前走动，绕过标志物折回起点线，以先完成的队为胜。

比赛规则：两人同侧踝关节绑好后才能离开起点线;若在途中带子散开，要重新绑好后方可继续前进。注意宝宝的安全!

器材准备：10厘米宽、30厘米长的布带子6条，标志物6个。

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：在原地孩子背对父母向后抛球，离3米远的父母用挂在腰间的篮子接球，在60秒中投接，接皮球最多者为胜。

比赛器材：皮球若干，接球篮6个。

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：爸爸把孩子托在肩上或背在背上，孩子裤子后有一尾巴，在规定的圆圈内跑，妈妈们揪其它孩子的尾巴，看最后哪组家庭揪的“尾巴”最多为胜。

比赛器材：纸尾巴若干条(6条)。

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：比赛开始后，宝宝个人骑着跳跳马前行，最先到达者为胜。

比赛器材：跳跳马6只。

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，参赛宝宝将一只盆内的乒乓球用勺子放进另一只盆内。运送中，不得用手护球，最先搬完者为胜。

比赛器材：小盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

参赛方式：宝宝个人参赛。

趣味运动会比赛分为预赛和决赛，预赛前6名晋升决赛;比赛项目报名多者设预赛，如少则直接进行决赛。

(一)宝宝个人比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛宝宝均为第三名，预赛宝宝均获纪念奖。前三名颁发证书及奖品。(最好由赞助商提供)。

(二)三口之家比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛家庭均为第三名。预赛家庭获纪念奖。只颁发奖品。(最好由赞助商提供)。

(三)优秀组织奖一名。按鸡会宝宝的月龄，将参赛者分为几个组。根据比赛中组织、纪律、作风、成绩等情况，评选优秀组织奖一名。并为组织获奖组的每位成员颁发奖品一份。

1、个人项目每申报一人积1分，家庭项目凡申报一组积3分。(根据实际情况可对参赛人数进行控制，给予一定的定额。对报满定额的给予积分，少报则扣分)。

2、个人项目如申报后未参加扣2分，家庭项目凡申报后未参加扣6分。

3、不遵守比赛规则者，扣3分，随意离开者扣3分，影响比赛进程者扣6分。

总指挥：好好爸爸。趣味运动会总负责人。

指挥组成员：星辰星宇妈妈、禹涵爸爸、峻峻的爹等等(副会长)

外联组长：好好爸爸。负责寻找运动会冠名企业，筹集赞助资金及物品。

总策划：禹涵爸爸。负责趣味运动会的整体策划工作。

总裁判长：峻峻的爹。统调所有比赛项目的裁判工作。

裁判组长：待定。熟透比赛规则，负责所有项目的裁判工作。裁判员：待定

计分组长：待定。负责所有比赛项目的计时、计分工作。

计分员：待定

仲裁组长：待定。当比赛出现异议时，仲裁判决。

组织组：各组组长。负责本组在运动会上的一切事务。

奖品组长：飞妈。负责所有比赛项目的奖品购置、存储、分类及发放工作。

奖品组员：待定

后勤组长：待定负责前期场地布置、桌椅摆放，运动会结束后一切收尾工作。

后勤组员：待定

保卫组长：待定。负责整个比赛场地的安全保卫工作。

保卫组员：待定

器材组长：彤彤妈妈。负责所有比赛项目的器材及道具。

器材组员：待定

新闻组长：王齐妈妈。接待各新闻单位，安排采访对象。

医务组长：待定

主持人：禹涵爸爸

1.参赛家庭及宝宝应服从、尊重裁判裁决，如有意见可由组长向仲裁组提出。

2.参赛者应严格遵守比赛时间，三次点名不到，以自动弃权论。

3.为使比赛顺利进行，非裁判、非参赛家庭及宝宝不得进入比赛场地。

4.不准以任何形式弄虚作假，违者取消该项目比赛资格，扣该组10分。

5.参赛宝宝及家庭应自觉遵守比赛规则，坚决杜绝故意犯规行为。

1.领导宣布：“冠名”鸡会趣味运动会开幕。

2.主持人宣布：运动员入场并解说，同时放运动员进行曲。入场次序(略)。

3.运动员入场列队，请到场领导致辞。)

4.主持人宣布：“冠名”鸡会趣味运动会，请裁判员、运动员各就各位。(正式开赛)

5.主持人宣布：全部比赛结束，各组重新列队，参加颁奖仪式。

6.主持人宣布：“冠名”趣味运动会闭幕

1、活动器材：

2、活动背景、舞台、音响：

3、宣传横幅、空飘球：

4、摄影、摄像：

5、宣传费用：

6、奖品费用：(最好能寻求由赞助商提供现金或奖品)

7、交通费用：

**趣味运动会的策划书篇十四**

第一部分：活动简介

活动名称:

趣味活动（初赛“疯狂跑酷”，决赛“夹球跑酷”）；

活动目标:

活动旨在让更多的同学参与到院运会中，体会集体的乐趣，融入大学生活。通过这些集体的小游戏，让同学们在快乐中学会合作，同时展现学院强大的凝聚力和活力。

活动安排：

比赛地点:xx理工大学南校区生活区足球场；

参赛对象:xx理工大学软件学院11,12,13级本科生，教工；

参赛单位:xx理工大学软件学院本科生每班组一个队参赛（每队5人），教工为一队。

第二部分：可行性分析

xx理工大学是直属教育部的全国重点大学、xx地区有名的理工科学府。作为大学生中的佼佼者，华工的莘莘学子不仅学习优秀，对体育更是有着敏锐而独特的运动触觉，必将会给此运动会增添新的活力。

xx理工大学软件学院是全国首批国家示范性软件学院，亦是xx理工大学南校区本科学院中人数众多，实力雄厚的学院。软件学院学生积极阳光，思维活跃，勇于创新，对于休闲趣味活动有着极大的兴趣，本次活动的开展也为同学们提供了一个充分展现个性的舞台。

此次趣味活动以团队形式进行，重在培养学生合作、创新精神，更是促进友谊的有效手段。在院运会尾声进行，既能为运动会提供趣味，还能让大家一起参加，升华运动会的气氛。而且活动有充足的场地，经费也较低，符合实际情况。

第三部分：活动安排及流程

（一）时间安排：

活动举办时间：

10月26日4时至5时。

赛前准备阶段：

10月19号进行活动通知。

10月26号3时30分至4时，工作人员进行场地布置，物资调配

和参赛队伍安排。

比赛阶段：

10月5号4时至5时，活动分组进行。

（二）趣味游戏规则：

1. 本次院运会趣味活动实行淘汰制，设初赛和决赛，其中初赛3场(各有7支队伍参加)，决赛1场，共计4场比赛。决赛由每场初赛前两名的6支队伍参加。

2. 参加人数：13各级每班5人组成一队。教职工5人一队。

3. 初赛游戏以“疯狂跑酷”为项目；决赛以“夹球跑酷”为项目。

（三）“疯狂跑酷”规则：

1．每队5人(三男两女且男女交叉)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。

比赛规则：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。全队人员（8人）全部超过起点才算全部到达。比赛中应绝对服从裁判，按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次。

（四）“夹球跑酷”规则：

队员组成：5人(三男二女)

比赛规则：2名队员站于起跑线后，共同用背部夹住球前行，途中背部离球，用其他部位碰球，或球掉落，皆为犯规，须在犯规地停止前进直至重新调整好始得继续比赛;在预定地点传给另外2名队友，在规定距离内，用时少者胜出;（考虑到有5人，最后到达终点还可有问问题抢答，答对三题者获胜，没准可以翻盘）

(五)分组情况：

1.每班五人组成一队，教工组五人一队。如果有需要，第三场号召五个观众组成一队。

2.分组及跑道情况：（只是随便改）

跑道1

跑道2

跑道3

跑道4

跑道5

跑道6

跑道7

第一场

13（卓越班）

13（1）

12（3）

12（1）

12（2）

11（1）

11（2）

第二场

13（3）

13（4）

12（3）

12（4）

11（3）

11（4）

教工组

第三场

13（5）

13（6）

12（5）

12（6）

11（5）

11（6）

无或现场观众组队

决赛

第一场胜出组

第一场胜出组

第二场胜出组

第二场胜出组

第三场胜出组

第三场胜出组

（六）流程：

时间

内容

工作人员工作

备注

15：40-15：50

1、准备布置现场

安排大家进场，维持现场秩序

2、通知各班参与人员

调试麦克风

15：50-16：00

1、工作人员清点到场的参赛者

主持人 1人

到场的参赛者要开始准备

清点人员 2-3人

16：00-16：10

主持人介绍初赛及其规则说明分组状况

工作人员各就各位

16：10-16：35

初赛开始

比赛监督者 4人

淘汰赛3场，每场7组

16：35-16：40

主持人介绍决赛及其规则说明分组状况

工作人员准备布置赛场

16：40-16：50

决赛开始

比赛监督者 3人

决赛1场，6组

16:50-17:00

1宣布比赛结果

支持人宣布结果

给冠亚季军颁发奖品

2、颁发奖品

给教工发纪念品

17:00以后

清场

所有工作人员

第四部分：活动经费及预算

物品

用途

数量

资金

奖品及纪念品

奖励获胜者及教工纪念

5到8份

130元

气球

用于初赛

三袋

40元

传单

通知各班班长

40

4元

大号瓶装水

用于决赛

10

20元

一次性碗

用于决赛

一袋

15元

合计

220元

第五部分：申明

华南理工大学软件学院院运会趣味活动策划书及其全部活动的最终解释权归华南理工大学软件学院所有。如活动内容及流程有任何改动，皆以当时修改通知为准。

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