# 工会趣味运动会项目设置

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2024-07-28

*第一篇：工会趣味运动会项目设置工会趣味运动会项目设置1、托球跑项目说明：比赛距离20米；乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能固定，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重新开始；在规定的赛程内用时最少者名次最好2、双...*

**第一篇：工会趣味运动会项目设置**

工会趣味运动会项目设置

1、托球跑

项目说明：比赛距离20米；乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能固定，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重新开始；在规定的赛程内用时最少者名次最好

2、双腿夹球走

项目说明：比赛距离20米；将皮球放在两膝上方用劲夹住，从起点线后起步，走到对面终点处，时间最短者为胜；中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

3、摸石过河

项目说明：比赛距离20米；每个运动员二块泡沫板，放在起点线后沿；听到裁判员发出“各就位”口令后，运动员两脚站在两块板上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起动，提起左脚（左右脚可自定），用手拿起原左脚踏的泡沫板，并放置前方（距离自定），左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮（单、双手均可）；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

6、踢毽子（小鸡毛毽）

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

**第二篇：2024趣味运动会项目设置**

徐州经济技术开发区实验学校南校区 一～四年级趣味田径运动会项目设置

一、参赛人员：各班男女运动员及家长（一年级每班24人，学生家长每班5人；二---四年级每班32人，学生家长每班1人）

二、比赛项目设置: 集体项目：

一年级项目：1.短跑、跨栏往返接力（4男4女）2.儿童标枪投掷（2男2女）3.袋鼠跳接力（2男2女）4.两人三足跑接力（亲子项目4名学生及其家长）5.速度阶梯（2男2女）

二---四年级项目：1.短跑、跨栏往返接力（4男4女）2.儿童标枪投掷（2男2女）3.一级方程式（2男2女）4.十字跳（4男4女）5.速度阶梯（2男2女）6.越过障碍掷准（2男2女）

三、报名说明：

（每班每人限报一项，不得重报）每班除邀请参赛家长外，再邀请1名学生家长志愿者，帮助维持学生纪律及安全。

四、奖项设置：各项按年级分别取前六名

每项比赛开始前请参赛的同学先到检录处进行检录，由检录人员指引比赛同学按顺序到达指定地点比赛，任何学生不得随便离开班级座位区域！

五、比赛项目及规则：

所有比赛项目均以团体比赛形式进行，团体项目为：

1、短跑、跨栏往返接力

方法： 每队要有两条跑道,只在一条跑道上放置栏架,另一条跑道不放栏架。每队的第一棒是跨栏跑,第二棒队员接力后短跑。当各队的队员都分别完成了跨栏跑与短跑后,比赛结束。比赛 活动中要求队员左手杆外传棒接力，记录全队总时间。

规则: 根据时间评定名次:第一名运动员出发开始开表,最后名运动员到达并且接力环套杆落地停表,用时最短的队为第一,得分最多,后面名次以此类推。比赛中,运动员交接环时,接棒运动员必须绕过角杆进行交接;双脚必须在栏顶跨越栏架,脚跟不得触及栏板;栏间必须以3步节奏完成,违例1次,在该代表队总成绩加0.2秒

小学一、二年级组栏架高度为第一层，栏间距设置:5米；小学三、四年级、栏架高度为第二层栏间距设置:6米

2、儿童标枪投掷

方法： 运动员在助跑区向投掷区投掷标枪，每名运动员有两次试投机会,取两次中

最好一次记录在该队成绩内,每代表队所有运动员的成绩之和即为该队的最后成绩,距离最远的队伍获胜。

规则： 根据每代表队投掷远度之和来记取成绩。成绩投掷距离的测量方式如下:测量的时候以20厘米为一个单位进行测量,如果落地点在两个远度之间,则取较远的一个成绩(例如落点在20cm-40cm之间我们记录为40cm)。每名队员有两次测试的机会,其中较好的一次成绩计入该队的总成绩。在投掷过程中不得踩踏起掷线,否则按犯规判罚,本次试投不计入成绩。安全提示:在投掷标枪的过程中安全问题是很重要的,严格按照裁判员的指挥和要求来进行比赛,严禁回投标枪!

3、袋鼠跳接力（一年级项目）：

每队4人参加，第一名队员，站在大口袋里蹦跳前进，到折返点线外，把口袋脱掉交给第二员队员，接着蹦跳前进，其余类推，以先到者为胜。规则：（1）必须蹦跳前进。（2）交换口袋时必须在线外。

[此项每班男女各报2人，共4人]

4、两人三足跑接力（一年级亲子项目）：接力棒、绳子

在100米的跑道上，分别在起点、25米、50米、75米处站一对学生、家长，二人把相近的两条腿用绳子绑住，起点的选手握住接力棒，听到裁判哨音响后一起前进，把接力棒传给下一组采用接力的方法完成比赛，哪组用时间少为胜。

规则：（1）比赛中必须1个家长带1个学生，中途出现摔倒失误，可从原地爬起继续比赛。

（2）最后一组两人同时通过终点，计时方可停止。

[此项每班4位家长、4个学生，共8人]

5、一级方程式

方法: 每隔为60米或80米划为一个区段,分别为前滚翻区、全速平跑区、绕过障碍杆区、跨越栏架障碍区(如图所示)。用软式接力环来代替接力棒。比赛开始时,在第1项目站一、二年级运动员必须在垫子上做一个“侧滚翻”，三、四年级运动员必须在垫子上做一个“前滚翻”。要求队中每个参赛者都必须完成整个比赛过程。每一轮比赛中由本班同学参加，女生在内道接力，男生在外道接力,男女生成绩之和为该代表队成绩。

规则: 根据时间评定成绩:时同最短的队为冠军,后面名次以此类推。比赛中,各代表队必须在自己分道进行比赛,不得串道,否则按违例判罚,本轮比赛不计入成绩。经过绕角杆区或跨越栏架时,不得碰倒障碍物,碰倒1个在总成绩上加0.2秒,跨越栏架区必须以3步栏间周期结构完成,违例1个栏间周期在总成绩中加0.2秒,交接环时必须正常交接,不允许抛接,否则按违例在总成绩上加0.2秒

6、十字跳

方法: 参赛者站在零点开始,按0-1-0-2-0-3-0-4的顺序循环进行(以上便是完成了一个轮回),注意在跳跃的过程中每次都是从零点开始回到零点再进入下个数字,在跳跃过程中不可以获利踩线,否则按犯规处理,本次跳跃不计入成绩。

规则: 根据每代表队跳跃总次数来评定成绩。每名参赛的队员跳跃时间15秒。8名参赛运动员的成绩之和为该队的最终成绩,每跳跃一次计1分,例:0-1-0-2-0-3-0-4跳一轮得4分,若比赛中顺序跳乱,必须返回零点重新开始跳跃,接前面的有效积分继续累积,即:记取15秒钟跳跃的有效成绩累计相加,每人有1次机会,记入成绩。

7、速度阶梯

方法： 参赛者在标志线后排成一路纵队，排头队员左手持一接力环，当听到发令后，快速向前跑动，用最快的速度通过绳梯摆成的小方格后，用另一只手触碰对面标志筒的顶端后原路返回。规则： 在起跑前不得越线，通过小方格必须一格一格通过，不得一次通过两个方格甚至更多，否则每次犯规将在本轮成绩基础上加0.2秒，每碰到一次绳梯或将标志碰倒加0.1秒，最后一位参赛者通过终点后记录时间。

8、越过障碍掷准

方法： 场地设置:

1、障碍高高2.5米

2、障碍横杆距落地区海绵垫为3米

3、障碍横杆距落地第一起掷线距离为5米,第二起掷线为6米,第三起掷线为7米,第四起掷线为8米,分别在每一起掷线处画出起掷线标志(如图所示)规则： 根据每代表队成绩之和来记取成绩。运动员的成绩由起掷线的得分+落地区的得分而构成。

1、比赛中,可根据自己能力自由选择起掷线,每一起掷线分别代表着相应的得分5米=2分、6米=3分、7米4分、8米=5分、9米=6分、10米=7分。（除三、四年级以外，二年级在此距离减少1米，分值不变）

2、要想完全得到相应的得分必须满足以下条件。以2分为例

(1)必须在5米起掷线后试掷(2)器械必须飞过障碍横杆(3)器械必须落入规定区域内(海绵垫上)。若成功完成,该运动员本次试掷将得到2分。

3、以下情况按违例判罚不得分:(1)未过障碍(2)未超过投掷区的3米线(3)踩踏起掷线

4、以下情况得1分:(1)器械飞过障碍高度,落在了规定区域外,超过投掷区3米线记1分。

5、每队每人有2次试投机会,两次成绩相加为该队员的最后成绩,每队所有队员的最后成绩之和为该队的最后成绩,得分最高的代表队获胜。

**第三篇：2024年春季教育工会趣味体育运动会项目设置及负责人**

2024年春季两河小学教育工会

趣味体育运动会项目设置及负责人

（一）抢种抢收

比赛方法：运动员手持装有10个乒乓球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的10个杯中，跑到折返点后返回，依次将球捡起并放进盘中，跑回起点交给队友，依次进行。每个队参赛人数为8名。比赛规则：去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。

负责人：汤梓顺

谢会琼

张洁玉

于小兵

（二）袋鼠夹球

比赛方法：每队由10名（至少3名女性）队员组成，分立于场地两端，每个队员用双腿夹住球（排球），然后以跳跃方式前进到达终点（25米），然后将球传给下一名队员，依次接力，至最后一名队员完成，以时间计分。

负责人：刘宇

霍玉锦

赵果

许俊娥

（三）盛水接力

比赛方法：每队由6人（3男3女）组成。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以接力形式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。3分钟时间内看哪队接力运水最多。（6个人顺序可自选，但必须按设定的顺序进行，不得重复接力。）

负责人：杨静华

谢治国

李仕尧

张惠明

（四）五人六足 3男2女

要求：每队选相同人数参加，两地相距30米，团队用时最少的组获胜。

器材准备：绑腿绳子数根。

负责人：王坤甲

程茂蓉

黄俊

许可

（五）沙包投准

游戏方法：距离5米处放桶1个；成男、女混合人数均等（10人）的队伍，每名队员手持3个沙包；比赛开始，每名队员依次把沙包投进桶内，结束后，以桶内沙包多的队为胜。

游戏规则：

1、投沙包时，脚不能过线。

2、在投沙包过程中，脚过线，沙包投进，成绩无效。

3、沙包挂在桶上，成绩无效。器材准备：沙包30个，桶4个。

负责人：陈远亨

杨晓燕

马刚敏

徐小芹

盐亭县两河镇中心小学

教工会

2024年5月25日

附：

两河小学工会活动小组

第一组：组长：汤梓顺

张洁玉

汤梓顺

于小兵

谢会琼

许美松

许花蓉

杨晓燕

张洁玉

刘华英

黄友志

顾洪林

杨静华

李仕尧

江小明

刘仕乾

王坤甲

王魏曦

谢

澜

第二组：组长：谢治国

霍家钧

谢治国

于

慧

谢光明

陈跃兵

张体坤

张惠明

韩大华

黄

俊

霍家钧

顾其高

杨

梅

许俊娥

汤益鸣

赵

果

李立新

赵

瑾

汤和平

第三组：组长：陈远亨

霍玉锦

陈远亨

许

可

程茂容

张

健

黄志明

霍玉锦

文志刚

申丽秀

赵和军

蒲

军

刘

宇

徐小芹

王

喜

徐

骁

马刚敏

赵宗琴

尹慧琼

盐亭县两河镇中心小学

教育工会

2024年5月25日

**第四篇：趣味运动会奖项设置**

趣味运动会奖项设置

一、团体奖：

暨南大学第一届MBA趣味运动会团体奖第一名暨南大学第一届MBA趣味运动会团体奖第二名

暨南大学第一届MBA趣味运动会团体奖第三名

二、比赛奖

1、暨南大学第一届MBA趣味运动会拔河比赛第一名暨南大学第一届MBA趣味运动会拔河比赛第二名

暨南大学第一届MBA趣味运动会拔河比赛第三名

2、暨南大学第一届MBA趣味运动会五人六脚接力赛第一名

暨南大学第一届MBA趣味运动会五人六脚接力赛第二名 暨南大学第一届MBA趣味运动会五人六脚接力赛第三名

3、暨南大学第一届MBA趣味运动会三对三斗牛赛第一名暨南大学第一届MBA趣味运动会三对三斗牛赛第二名

暨南大学第一届MBA趣味运动会三对三斗牛赛第三名

4、暨南大学第一届MBA趣味运动会三分球大赛第一名暨南大学第一届MBA趣味运动会三分球大赛第二名

暨南大学第一届MBA趣味运动会三分球大赛第三名

5、暨南大学第一届MBA趣味运动会罚球线投准赛第一名

暨南大学第一届MBA趣味运动会罚球线投准赛第二名 暨南大学第一届MBA趣味运动会罚球线投准赛第三名

6、暨南大学第一届MBA趣味运动会限时自由投篮赛第一名 暨南大学第一届MBA趣味运动会限时自由投篮赛第二名 暨南大学第一届MBA趣味运动会限时自由投篮赛第三名

三、单项奖

1、暨南大学第一届MBA趣味运动会最佳团队

2、暨南大学第一届MBA趣味运动会最佳啦啦队

3、暨南大学第一届MBA趣味运动会劲爆激情奖

4、暨南大学第一届MBA趣味运动会最佳斗牛士

5．暨南大学第一届MBA趣味运动会最佳班级风采奖

对暨南大学第一届MBA趣味运动会团体奖第一名、第二名及第三名学校会分别给予奖金800、600、400元的奖金及荣誉证书。

**第五篇：趣味运动会项目**

一、足球保龄球

规则：每组7人，依次扔球，按倒下矿泉水瓶子数量总量排名。只准用手拿球，用脚踢违规。

二、背夹气球

规则：每队6人分3组，第一组两人背夹气球送到指定地点后，第二组出发，依次轮流，按照3组全部送达的时间先后排名。只准用背夹球，过程中手碰到气球，气球挤破或者球落地，该组要返回原点重新开始。

三、集体跳绳

规则：(1)7人从悠绳A者左手排队，依次进入绳中，然后从悠绳B者左手转向B者右手排队，7人全跳完一遍后，再从悠绳B者右手依次进入绳中到悠绳A者右手转向A者左手排队。重复进行。(2)悠绳者必须抓住大绳两端的抓手。(3)必须是7人完全通过，比赛时如有队员未通过，应重跳。(4)裁判在现场大声计数。时间3分钟，按跳过总人数排名。

四、两人三足

每对出4人，两人组成一组，每队两组分别站在赛程两端，赛前每单位两位运动员各一条腿用两条带子捆-绑在一起(捆在踝关节部位和小腿靠近膝关节部位，捆牢)。站立式起跑，鸣起跑信号后，两人同时起跑，到达终点后，另一组反向返回。以返回起点的时间先后排名。

注：每个项目都必须至少有2个女生参加。

器材准备：篮球4个、矿泉水40瓶、气球若干、跳绳3条、绳子若干。

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