# 大学趣味运动会活动方案策划(9篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-09-21

*方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。大学趣味运动会活动方案策划篇一我们的童年生活，在家长...*

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

**大学趣味运动会活动方案策划篇一**

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。

二、运动会主办单位：

一家人

五、运动会参赛对象：

人民家庭。

六、运动会参赛地点：

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。

七、运动会时间及日程安排：

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。

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。

八、运动会备选项目：(项目取舍由大家讨论决定)

(一)钓鱼比赛：

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。

(二)自行车比赛：

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;

(三)造房子比赛

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。

(四)踩高跷比赛：

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。

(五)送气球比赛

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。

(六)收获果实比赛：

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。

(七)并驾齐驱(三人四足)

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!

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。

(九)揪尾巴比赛

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)。

(十)跳跳马比赛

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。

(十一)蚂蚁搬球比赛

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。

(十二)运送乒乓球比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：10米跑道上，宝宝双手执勺，将起点盆内的乒乓球，一次一粒运送至终点的盆内。运送中，不得用手护球，最先运完者为胜。

比赛器材：盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

(十三)宝宝骑爸爸比赛：

参赛方式：宝宝与爸爸(妈妈)参赛。

比赛规则：比赛开始后，爸爸(妈妈)反手四肢着地，宝宝坐在爸爸身上，在10米跑道上四肢反向爬行，最先到达终点者为胜。

(十四)踩气球比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：比赛开始后，爸爸一条腿上捆着一串气球，由宝宝与妈妈一起踩其他爸爸腿上的气球。爸爸们可以跑动躲避，但不能踩球。全部被踩爆者依次退出比赛。规定时间内剩余气球最多的家庭为胜。

比赛器材：气球串若干。

(十五)羊角球比赛：羊角球〈篮球〉

参赛方式：宝宝与爸爸(妈妈)参赛

比赛规则：10米跑道上，家长从起点拍球到终点，孩子从终点骑羊角球回起点，先到起点者为胜。

比赛器材：羊角球6只。

九、运动会比赛原则：

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。

十、奖项设置及奖励办法：

(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。

十一、组织奖积分办法：

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。

十二、趣味运动会秩序册：

(一)运动会组委会组成：

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

(二)趣味运动会纪律：

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。

(三)运动会总程序：

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

(四)运动会比赛顺序及分组(略)

十一、运动会主要经费预算：

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。

**大学趣味运动会活动方案策划篇二**

为积极推动我院群众性体育活动的广泛开展，贯彻落实德、智、体全面发展的教育方针，增强广大学生体质和健康水平，促进学院精神文明建设和校园文化建设。

二、竞赛日期： 20--年11月3日

三、比赛地点：越秀校区南区田径场、南区篮球场

四、参赛单位：南湖学院以各系组队参赛

五、竞赛项目：

(一)田径项目(以系为代表队)：

1.男子组：100m、400m、1500m、4×100m、跳高、跳远、三级跳远、铅球(7.26 kg)。

2.女子组：100m、400m、 800m、4×100m、跳高、跳远、铅球(4kg)。

(二)集体项目(以班级组队参加)：

1. 广播操比赛 2. 限时绕八字跳绳 3. 抱球接力

六、竞赛办法及有关规定：

(一) 田径项目比赛：

1.学生以系组成代表队报名参赛。男、女各组每项限报八人，其中20\_\_级必报五人，每人限报二项(接力项目除外)。

2. 参加1500米及以上项目，须经过校医院体检，开具健康证明方能报名参赛。

3.4×100m接力，由各系组队。

4.田径比赛采用国家田径协会最新审定的比赛规则。

(二)集体项目比赛：

1.学生广播操比赛(第八套)，20\_\_级全体学生参加，以班级为单位参赛。

2.限时绕八字跳绳(八人，男女性别不限，以班级为单位参赛)。

3.抱球接力(三男三女，以班级为单位参赛)。

七 、录取名次和奖励办法：

1.田径比赛男、女组各单项均取前八名，给予物质奖励。只有八名或不足八名报名参赛，录取时则减少一名，只有一名参赛，只计成绩不计名次，破记录承认。

2.田径比赛各组各单项名次按9、7、6、5、4、3、2、1计分;4×100m各系组队取前四名，加倍计分，名次并列得分平分。破校最高记录加10分，破院田径运动会记录加3分。一名运动员或一个队无论破几次记录，只加破最高记录分，不重复加分。

3.田径比赛均取男子组团体总分前三名，女子组团体总分前三名和男女团体总分前三名。如遇两队或两队以上总分相等，按破校最高记录多者名次列前，如再相等，按破校运动会记录多者名次列前;再相等，按第一名多者名次列前，以此类推。

4.集体项目以班级为单位参赛，均取前八名，广播操比赛成绩和平时做操成绩综合评定。

5.获体育道德风尚奖两名、集体项目比赛前八名的单位均给予奖励，破校最高记录另行奖励。

6.以各系为单位设立体育道德风尚奖(评比条件另附)。

八、报名日期及要求：

1.报名表一式二份，一份交纸质表，另一份交电子表(可以发送至电子邮箱为)，纸质报名表务必于10月23日12:00—13:30分交至南湖学院科工楼一楼大厅。

2.报名表按格式填写，字迹端正清楚，一经上报不得更改，号码由大会统一编制。

3.大会裁判由体军部聘请，学习规则时间另行通知。

4.提倡求实作风，不弄虚作假，不冒名顶替，如有发现，一经查实，按情节轻重，分别给予批评教育，取消比赛资格，追回奖品，直至取消团体总分。

5.大会将举行开闭幕式，要求20\_\_级学生全体参加，其他年级各系自行安排。

6.如雨天，比赛顺延。

九、本规程未尽事宜，另行通知。

**大学趣味运动会活动方案策划篇三**

为全面贯彻学校以“健康第一”为指导思想的教学方针,落实学生每天一小时体育活动的要求，更好开展学校课外活动，增强学生体质，全面提高学校素质教育，增进学生身心健康，培养学生合作、公平竞赛及团队精神等良好品质，发展学生个性特长，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展。我校定于12月上旬举行学校趣味田径运动会。

二、运动会主题

我运动、我健康、我快乐

三、成立大会组织委员会：

主任：

副主任：

委员：

仲裁委员会：

四、运动会宗旨：

面向全体学生和教职工，为学生提供展现个人才华的机会，发展学生个性，增强集体荣誉感，提高全校师生的体育文化素养。

五、运动会时间安排：

初步定于12月6日一天。12月6日为开幕式及正式比赛。集体项目比赛可在比赛日之前的阳光活动课举行。(当天具体安排见附件)

六、开幕入场式：

1、队列要求：各班级排四队在田径场集中。各班级统一穿校服。

2、开幕式流程。各班级跑操入场、裁判员入场，大会主持人宣布开幕，升国旗，校领导致开幕词，运动员、裁判员宣誓，运动员、裁判员退场，各年级展示活动。

3、会场布置：主席台标语、座位，横幅标语(总务处)。未参加入场式的学生座位安排，退场后各班学生位置划定(体育组)。

七、比赛分组：

学生：以年级为组、以班级为单位

八：比赛项目

学生比赛项目：

(一)田径类：

(二)集体项目：

3分钟穿长绳(8男8女含摇绳两名)、2分钟跳长绳(4男4女不含摇绳者)、三人篮球赛(男子)、女子定点投篮(8人)、引体向上(4男)、1分钟仰卧起坐(4女)、50米迎面接力(8男8女)

教职工比赛项目：

1、沙包掷准(个人)

2、足球射门(个人)

3、年级组迎面接力赛(4男4女)

师生互动项目：

心心相印(各年级组10名教师、10名学生)

托球接力(各年级组10名教师、20名学生)

九、报名办法：

学生报名办法：

以班级为单位组队。

报名参赛的运动员必须为龙都中学在册学生。

身体健康并适宜参加所报项目比赛者。

教职工报名方法：教职工比赛报名由年级组长负责统计。

十、报名时间：

各年级组、各班将运动会报名名单直接送体育组(12月4日前)，上报后不予更改。

十一、比赛规则：

田径运动会采用国家体育局审定的最新《田径竞赛规则》，如遇特殊情况，由活动组织委员会酌情处理。

十二、计分方法：

1、单项计分:单项每项前三名分别按4、2、1计分，如并列名次时得分平均分配;接力项目按单项名次双倍计分。

3、集体项目按照排名情况，分别以8、4、2计分。

4、团体计分：在比赛中各项的得分总和;如积分相同，则以第一名多者列前。

十三、奖励方法：

1、单项及集体项目取前三名奖励;

2、对团体总分前三名的代表队颁发奖状。

3、每个年级组各评出一个班为“体育道德风尚奖”。

十四、准备工作提示：

略

**大学趣味运动会活动方案策划篇四**

趣味运动会是近几年来企业新兴的一种企业文化活动。企业趣味运动会兼顾了趣味性与团队性。即竞技、娱乐、健身等综合于一体的全新趣味训练活动。它会把员工从日常繁重的工作中解脱出来，让员工彻底抛弃工作中的压力，让快乐不再压抑，将信心从此增强，把力量悄悄凝聚。同时激发员工团队协作、敢于拼搏，永争第一的精神。“玩中享受快乐，欢乐中得到收获”。

二、活动目的

让企业文化更加深入人心，调整公司员工常规心态;注入创业激情;通过参与的活动感悟激发其做正面积极的心态调整;提供交流空间，增进公司领导与员工之间的关系，增进个体与群体之间的凝聚力。

三、活动时间

20\_\_年5月18日下午15：00~19：00

四、活动地点

公司园区广场

五、组织单位

\_\_\_承办，公司党工团联合组织参与。

六、比赛项目及说明

比赛开始后第一组队员背靠背(或胸对胸)夹住气球向场地的终点线移动，(其他队员可以协助放好球)，跨过终点线后将球挤爆后下一组才能出发，所有队员最先通过者获胜。队员移动途中手不得触球(除掉球外)，球掉落须将球重新放好后在掉落处继续行进。

裁判：2人

(二)三人四足比赛时间：15：30~16：00

规则：

1、参赛队员以三人一组参赛，分男女组。赛道长50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50米处障碍物返回，先到终点线者为胜。

4、男女组各取前三名裁判：4人

规则：一组两人，其中一人被蒙住双眼，另一人负责指引道路。只能通过语言沟通，不能搀扶。被蒙住双眼的必须按照比赛设定的路线，越过路障。如在行进过程中碰到路障，每碰一个路障时间加十秒，在最后计算时间时计入总时间。比赛以用时最短为获胜。

裁判：4人

(四)托球50米赛跑：比赛时间：16：00~16：30

道具：乒乓球拍4个、乒乓球4个

规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，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来。在规定的赛程内用时最少者名次最好。

裁判：4人

(五)摸石过河比赛时间：16：30~17：00道具：道具木石头8个

规则：每个运动员二块石头，放在起点线后沿(纵向放置)，听到裁判员发出“各就位”口令后，运动员两脚站在两块石头上，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一块石头，并放置前方(距离自定)，左脚踏上前方石头，提起右脚，用手拿起原右脚踏的一块石头并放至到前方(距离自定)，右脚踏上前方石头，这样依此前进，直至最后一块石头用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

裁判：4人

七、活动要求及注意事项

1、参赛选手应服从工作人员的指挥，不做无把握的冒险，注意安全。

2、保护园区环境，活动中产生的垃圾请勿随处乱扔，请用垃圾袋装好。

3、请着运动休闲装，女选手们切勿穿高跟鞋，以免扭伤脚，影响个人健康和团队成绩。

4、中途有事需提前离开的选手请告知工作人员，因人数较多，请大家听从指挥安排，共同把活动顺利完成。

**大学趣味运动会活动方案策划篇五**

增强体质，增进友谊。

二、活动目的

全面贯彻落实学校体育工作计划要求，丰富学校文化生活，提高全校师生的身体素质和运动技术水平，展现我校师生的精神风貌，培养顽强拼搏、团结协作的精神。

三、活动时间

20\_\_年4月24——28日

四、活动地点

\_\_小学

五、参加对象

\_\_小学全体师生

六、组织领导及分工

1、领导小组

组长：

副组长：

成员：

2、基本分工

\_\_：担任总指挥，对本次运动方案进行审核，对活动开展进行指挥。

\_\_：负责活动的设计和规划，担任指挥，搞好活动的照相摄像。

\_\_：制定本届运动会活动安全预案，负责本届运动会活动期间安全。

\_\_：带领老校区师生参加活动，组织老校区活动，负责老校区师生及老校区活动安全。

\_\_：活动准备，维护秩序，收集活动记录及统计。

\_\_：活动准备，维护秩序，照相摄像，准备各类奖项。

\_\_：活动准备，维护秩序，做好后勤服务及活动情况统计。

\_\_：维护活动秩序，做好后勤服务和运动会的相关准备。

\_\_：负责运动会的筹备，活动程序设计、安排及解释。

\_\_：负责运动会的筹备，协助搞好老校区活动。

\_\_：负责本届运动会活动的准备，负责活动用电安全。

(大家并做好分管的及其它临时安排的工作。)

七、比赛项目

(一)教职工运动项目

1、篮球赛：参加的有初中文科教研组、初中理科教研组、(完小小学教研组、村小教研组)小学 联合教研组，以教研组为单位参加，单向循环淘汰。

2、拔河比赛：分男、女组，组内队队见面，每两队进行三次比赛，胜一场计1分，负一场不计分，以计分总和定胜负。参加的有初中文科教研组、初中理科教研组、完小小学教研组、村小教研组，以教研组为单位参加，每单位6人。

3、乒乓球赛：分男、女组，自愿报名参加，实行分组单向循环淘汰赛。

4、羽毛球赛：分男、女组，自愿报名参加，实行分组单向循环淘汰赛。

(二)学生运动项目

1、拔河比赛：分男、女组进行，同年级进行比赛，三至九年级的学生以班为单位组队参加，进行三次比赛，胜二次的队为优胜队。

2、篮球赛：初中班级以班为单位组队参加，实行分年级组单循环比赛，最后评出一、二、三等奖各一名。

3、乒乓球赛：分小学和初中男、女组，4—9年级以班为单位推选一名优秀选手参赛，实行分组单循环淘汰赛，胜一场计1分，负一场不计分，以计分总和定胜负、名次。

4、吹气球比赛：分小学和初中男、女组，4—9年级每班1人，在规定时间2分钟内以吹爆气球个数多为胜，每组各取前三名。

5、集体跳绳：分小学和初中组，3—9年级以班为单位比赛，每班12人，其中2人摔绳，在规定时间3分钟内集体过绳数多为胜，每组取前四名。

6、羽毛球赛：分小学和初中男、女组，4—9年级以班为单位推选一名优秀选手参赛，实行分组单循环淘汰赛，胜一场计1分，负一场不计分，以计分总和定胜负、名次。

八、比赛设奖项

(一)教职工运动项目奖项

1、篮球赛：评一、二等奖各一名;三等奖两名，颁发荣誉证书，一等奖奖现金100元，二等奖现金80元，三等奖奖现金50元。(奖金用于教研组开展活动)

2、拔河比赛：评一、二等奖各一名;三等奖两名，颁发荣誉证书，一等奖奖现金100元，二等奖现金80元，三等奖奖现金50元。(奖金用于教研组开展活动)

3、乒乓球赛：分男、女组，各评出一等奖1名，二等奖2名三等奖3名，颁发荣誉证书，一等奖奖50元，二等奖奖30元，三等奖奖20元。

4、羽毛球赛：分男、女组，各评出一等奖1名，二等奖2名三等奖3名，颁发荣誉证书，一等奖奖50元，二等奖奖30元，三等奖奖20元。

(二)学生运动项目奖项

1、拔河比赛：分男、女组同年级比赛，评出各组优胜队，颁发荣誉证书。

2、篮球赛：评出一、二、三等奖各一名，颁发荣誉证书。

3、乒乓球赛：分小学和初中男、女组，各组评出前3名，颁发荣誉证书。

4、吹气球比赛：分小学和初中男、女组，各组评出前3名，颁发荣誉证书。

5、集体跳绳：分小学、初中组比赛，各组评出前四名，颁发荣誉证书。

6、羽毛球赛：分小学和初中男、女组，每组评出前3名，颁发荣誉证书。

九、各项目教师具体负责安排(详见安排表)

十、其他事宜

1、各项目负责老师组织比赛项目，并进行记录，将最后成绩送到陈明处。

2、活动期间各班主任负责本班学生安全，严格加强学生管理，严禁学生违反活动秩序。

3、若比赛项目在时间上不发生冲突，请各老师积极帮助其他比赛顺利完成。

4、根据活动需要，各位教职工必须做好安排的临时工作，确保活动顺利进行。

5、各班主任、教研组组长准备好本代表队的队牌和彩旗，组织进行训练，写好本代表队的解说词，交解说员龙红灵教师。

7、运动员必须掌握要领，裁判员要认真负责，有序参加比赛;

8、裁判员按大会要求准时到位，公正准确、严肃认真。运动员按时参加比赛，比赛后迅速退场。

9、学校行政、团队组织学校礼仪队，搞好学校礼仪队员培训，搞好欢迎仪式和颁奖仪式。

十一、学生要求

1、遵守大会各项规定，遵守学校纪律，听从大会指挥。

2、开、闭幕式运动员队伍服装整齐、精神饱满、口号宏亮、步伐整齐、有气势。

3、运动员要赛出水平，赛出风格，尊重对手，尊重裁判，准时出场参赛，胜不骄，败不馁，互相学习，团结友爱。凡有运动员严重违规或弄虚作假者，均取消比赛资格。

4、观众队伍遵守大会时间，整齐，有能烘托比赛氛围但不影响比赛的道具，观众席布置合理，氛围好。

5、各班同学要保持场地清洁卫生，不得乱抛瓜果皮壳、纸屑等。每半天比赛结束后，各班派专人打扫清洁卫生。

6、学校团支部、少先队大队部、通讯员、小记者，宣传委员和学校教师要做好运动会的相关报道，学校广播站要及时报道运动会的比赛情况，并评选一些优秀稿件。

**大学趣味运动会活动方案策划篇六**

时间：11月12日下午1点

人员：面向全体研究生，尽量以团体报名

游戏如下：

一.两人三足

1涉及人数：每次进行6组×每组2人=12人×4轮=一共48人

2时间：20分钟

3过程：(1)玩法：两名同学一组，用绳子将两个人其中一条腿绑在一起行进，赛道100米，6组同时进行，取前4名重新组队，进行八人九足升级赛。

(2)升级赛:根据上一轮比赛，取得前4名的组成新的队伍，每次进行两组，共两轮。

(3)评判标准：比赛采取秒表计时的评判标准，因人数较多，所以只取一组冠军。

二.托球50米赛跑

2时间:20分钟

3过程:(1)玩法：用羽毛球拍托网球跑，全程50米，跑道25米处设有障碍水桶，选手遇障碍处需绕水桶一圈，然后继续用羽毛球拍托网球到终点。比赛全程不得用手扶拍或球，若途中网球掉落需要捡起并继续托起直到终点。

(2)赛制：共比赛五组，每次六个人，五组的冠军再进行冠军赛，最终决出一二三等奖。

(3)评判标准：比赛采取秒表计时的评判标准，以比赛用时长短决定胜负。

三、螃蟹赛跑

1涉及人数：每次进行4组×每组4人=16人×3轮=一共48人

2时间：20分钟

3过程：(1)玩法：队员4人为一小组参赛，赛道长50米。一次4组同时比赛，成纵队站在起点线。听到预备信号时，同组4人背对背用躯干夹抵住一篮球。听到开始信号后，4人像螃蟹状横着向终点线跑去。

规则：中途若球落地，必须从落地处夹起才能继续进行

(2)评判标准：比赛采取秒表计时的评判标准，以比赛用时长短决定胜负。所用时间最少的3组获奖。

四.4×100米趣味接力赛

1涉及人数：4队×4人=16×3轮=一共48人

2时间：比赛一组五分钟，三组共维持在二十分钟。

3过程：(1)玩法：操场共400米，分为4段接力，每人100米。每队需要四人参加，一次进行四队，分三次进行。

①第一个一百米：操场共有8条跑道，8条跑道上设有8个椅子。

队员分别于第一，三，五，七条跑道上起跑。四个队伍的第一名队员同时集合于起跑线，听到吹哨声同时起跑。在50米处设有一道关卡，即把置于自己跑道上的椅子上的3个乒乓球夹到右边跑道的的椅子上。(旁边会有工作人员进行监督)完成这项任务后继续奔跑，把接力棒传给下一个队友。

②第二个一百米：四个队伍的第二个队员继续进行赛跑，在50米处设有一道关卡，即捡起地下的篮球，连拍10下(旁边会有工作人员进行计数)之后再继续奔跑，把接力棒传给下一个队友。

③第三个一百米：四个队伍的第三名队员继续进行赛跑，在80米处设有一道关卡，即需原地跳绳10下(旁边会有工作人员进行计数)

之后再继续奔跑，把接力棒传给下一个队友。

④第四个一百米：没有关卡，凭借速度决出胜负。

(2)评判标准：按照速度快慢，分别决出三组的第一名并颁发奖品。

五.仙人指路

1涉及人数：2人/队×5组=10人×3轮=一共30人

2时间：20分钟

人负责指引道路。只能通过语言沟通，不能搀扶。被蒙住双眼的必须按照比赛设定的路线，越过路障。如在行进过程中碰到路障，每碰一个路障时间加十秒，在最后计算时间时计入总时间。比赛以用时最短为获胜。

(2)评判标准：所有组比赛结束后，用时最短的3组获奖。

六.萝卜蹲

1涉及人数：10人一组×8组=一共80人

2时间：20分钟

3过程：(1)玩法：将每组用不同的颜色命名。比如现在我们有五组参与者，于是命名为：黄萝卜，白萝卜，绿萝卜，青萝卜，红萝卜。随机选中其中一组为开始组，这组成员边做蹲起动作的同时边说“-萝卜蹲，-萝卜蹲，-萝卜蹲完y萝卜蹲。”说完的同时用手指相应的萝卜组。

比如从黄萝卜开始，则黄萝卜的成员边做蹲起边说“黄萝卜蹲，黄萝卜蹲，黄萝卜蹲完绿萝卜蹲”，说完的同时用手指绿萝卜组。如果黄萝卜最后指定的小组不存在，或者黄萝卜用手指的小组与口中说的小组名字不符，则黄萝卜被淘汰。

例：

①黄萝卜说“黄萝卜蹲，黄萝卜蹲，黄萝卜蹲完黑萝卜蹲”，但是在这场活动中没有黑萝卜组(或者黑萝卜组已经被淘汰，不在场上)，则黄萝卜被淘汰。

②黄萝卜说“黄萝卜蹲，黄萝卜蹲，黄萝卜蹲完绿萝卜蹲”，但是手里指的是红萝卜组，则黄萝卜依然被淘汰。

接下来绿萝卜组开始按照步骤三进行蹲起和喊口号，然后指定下一组做蹲起的萝卜组。每当有小组犯错误时便按照后文说的注意事项中的淘汰规则进行淘汰。

如此循环，直到场上还剩下最后一组没被淘汰的为胜利组。

(2)赛制：此游戏根据现场时间控制可进行两次，第二次玩的时候不能再使用上一次用的颜色。

(3)评判标准：因人数较多，所以只取一组冠军。

**大学趣味运动会活动方案策划篇七**

1、拔河比赛

根据各部门实际情况确定人数。采取循环赛，3局两胜制。

2、50米2人3足短跑赛

方法：每组将相靠的两腿绑在一起在起跑线作准备，发令后，以到终点时间短者为胜。

(绑腿必须在膝盖以下，途中不得松脱)。

3、5分钟跳绳

方法：每队6人，2位摇绳，4位跳绳，必须按顺序依次跳，相邻的人可同时跳，并记相应的次数。5分钟内以跳过的人次计算(未跳过者不计)，跳过人次多者为胜。

4、篮球上篮接力赛

方法：每队4人，2男2女，1队队员集体在球场一端底线排队。听到口令开始后运球到对面篮架上篮，投中后运球返回起点篮架。本队队员在蓝下接应，上篮成功后，接应的队员开始下一轮投篮。以到终点短者为胜。

二、个人项目

1、百米短跑

在指定场地队员在指定起跑线就位，听到号令后起跑，以到终点时间短者为胜。

2、乒乓球男单、女单比赛：比赛采用11球计球制。

策划书写作策划书格式策划书写作技巧项目策划书广告策划书活动策划书

3、1分钟投篮：在指定点自投自抢，如此反复，以投中次数多者

为胜，投球时不能越过指定投蓝区。

4、背靠背夹球跑(1男1女)：15米直道折返标志物，篮球。听到口令后两人同时侧身向前进，到15米处折返，两人绕过标志物继续返回。若中途球落地，必须在落地点将球夹好继续比赛，否则视为犯规，取消比赛成绩。以到达终点时间短者为胜。

5、男、女托球100米奔跑，用乒乓球拍单手托篮球或足球从起点奔跑至终点，以时间短者为胜。

奖项类

团队类：一等奖(第一名)，洗发水一瓶

三等奖(第三名)，丝袜一双或洗衣粉一包参与奖，护肤香皂一块

**大学趣味运动会活动方案策划篇八**

二、活动主题：我运动、我健康、我快乐

三、活动时间：20\_\_年\_\_月28 日

四、活动地点：中学操场

五、参加活动人员 ：全体教职工

六、组织机构

(一)、运动会组委会

主 任：那朝庆

副主任：段宝荣 达保奎 鲁国山 任国福

成 员：达 彪 王有范 宋明清 韩占成 刘永仓

(二)、裁判组

总裁判长：李洪鹏

裁判员： 刘永仓 刘成玉 邢世海

(三)、会务组

组 长：任国福

成 员：李建邦 补海鹏 张成武

摄 像：张成武

(四)、秘书组

组 长：段宝荣

成 员：王有范 保善芳

播 音：周玉萍 俞丽君

(五)、后勤组

组 长：韩占成

成 员：全体食堂工作人员 学生：10名

(六)、安全保卫组

组 长：刘永仓 组 员：门卫

七、比赛项目：

集体赛： 1、篮球 (每队出5人 5男参加)

2、大队接力(每队出 10人 5男5女参加)

3、拔河比赛(每队出10 人 5男5女参加)

4、穿针引线(每队出10 人 5男5女参加)

个人赛：抢板凳、保龄球、袋鼠跳、铅球、跳远、60米、自行车慢赛

乒乓球、酒瓶插花 踩气球、夹乒乓球、跳棋、拔棍

(每人限报4项)

八、项目比赛规则及奖项：

1、抢板凳

游戏规则：每组6人围着4个椅子站一圈，裁判员敲鼓。鼓响人转，鼓停看谁抢到座位。每次淘汰2人，之后再减少2个椅子。如此循环，直到最后2人胜出。游戏规则：裁判唱歌或打鼓等，游戏者围绕凳子转圈，可拍掌助兴。裁判声停，既可抢凳子。奖项按报名分组情况待定。

2、夹乒乓球

游戏规则：距离：5米，参赛人员从a点夹乒乓球5个到b点。奖项按报名分组情况待定。

3、袋鼠跳

游戏规则：参赛队员站在跑道一端，并将自己站在麻袋内，手提袋口向跑道另一端的跳去，记录员记好时间，并登记，统计出名次。奖项按报名分组情况待定。

4、趣味保龄球

游戏规则：将矿泉水瓶摆成三角形，参赛人员在距矿泉水瓶10米处，用手摔实心球，击打矿泉水瓶，击倒瓶子个数最多的队员获胜。奖项按报名分组情况待定。

5、踩气球

游戏规则：每组5人，参赛人员的两条腿各绑有4个气球，吹哨即比赛开始，参赛队员互相踩对方的`气球，最后统计每队所剩的气球，数目多者胜，哨声停止即比赛结束。奖项按报名分组情况待定。

6、酒瓶插花

游戏规则：每组5人，隔一定距离放啤酒瓶，参与者从起点跑出将手中的花插入所有瓶中，速度最快者为胜，奖项按报名分组情况待定。

7、铅球、跳远、60米、乒乓球、跳棋等项目按国际比赛标准执行

8、自行车慢赛比赛规则：距离30米，每组5人，当裁判发出比赛信息后，参赛运动员支撑脚立即离地(否则判失误)，在各自行车道内进行，当自行车前轮压在起点线时，比赛开始。当自行车后轮压在终点线时，比赛结束。

9、拔棍比赛规则：拔棍时，俩人对面伸腿坐地，双脚相蹬。拿一根结实的木棍横在中间，两双手紧握木棍，号令“开始”，俩人使劲往自己怀中拔棍。只要把对方臀部拔离地面，就算胜利。

九、项目裁判：

抢板凳：保善芳 补海鹏 乒乓球：郭邦丁 常文东

夹乒乓球：李建邦 达彪 跳棋：侯月兰 俞丽君

袋鼠跳：刘永仓 李洪鹏 铅球：李洪鹏 刘永仓

趣味保龄球：宋明清 崔万中 自行车赛：莫鹏山 邢世海

踩气球：王有范 盛显明 拔棍：李建邦 刘成玉

酒瓶插花：李文林 王生刚 跳远：黄学洪 胡得鹏

60米：魏森章 王有范

十、运动会注意事项及要求：

1、要求所有工会成员按时参加，不得无故迟到、请假、缺席。

2、请各裁判员按比赛所需物品提前准备齐全。

3、要求运动员着装统一。

4、要求运动员听从裁判指挥按比赛规则参赛并注意安全。

十一、奖项设置

集体赛：分队取一、二、三、四名 。(奖金分别为800、600、400、300)

个人赛：奖项按报名分组情况待定

十二、分组名单(共四队)：

上点队：大桦林小学 李家庄幼儿园 魏家滩小学 (队长：陶世莲)

中点队：袁家庄小学 宋家庄幼儿园 克麻小学 (队长：应统文)

下点队：姚家沟小学 柳树沟小学 尕寺加小学 大庄小学

麻吉小学 (队长：李积全)

中学队： (队长：达保奎)

**大学趣味运动会活动方案策划篇九**

为了贯彻“健康第一”的指导思想，养成“终身体育”的良好习惯，积极响应“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的阳光体育运动。同时为了丰富校园文化生活。根据学校安排，特举行我校小学部第三届——趣味运动会，通过活动，培养学生的团队意识、竞争意识、合作交流能力和创造能力，丰富学生的业余生活，激发学生的锻炼热情，弘扬个性特长，促进学生全面健康地发展，让校园成为发展个性的乐园和温馨和谐的家园。

一、时间：

201x年x月x日上午(视天气情况调整)

具体活动安排时间：

7:30到校

7:40——7:55入场(由南到北分别是三年级、一年级、二年级，拿小凳坐好，做到主席台前的跑道上，四路横队，可作适当调节)

二、活动场地安排：(请注明本文来自实用文档频道)

以足球场地的中线为分割线分为南北两块比赛场地，难免场地为三年级用，北面场地为二年级用，一年级机动用地。

篮球场地：1沙包至盘2两分钟跳长绳3一分钟跳短绳4排球比多

操场东边的跑道：50赛跑

三、参加对象：

本校小学部全体师生

四、活动安排：

2.器材准备。

3.根据活动项目对学生组织训练，由班主任组织，体育教师指导。

4.组织比赛。

五、活动领导小组：

组长：

成员：全体小学部教师

纪律安全卫生组：

音乐广播及摄影：

场地器材：

总裁判长：

三年级裁判员：薛姣(总负责人组织比赛开始结束)、狄亚宁、王文然(检录、清点人数)、贺思麟、狄亚宁(计分计数成绩录用)

二年级裁判：高颖(总负责人组织比赛开始结束)、魏冉、殷永媛(检录、清点人数)、王聪、闫丽娜(计分计数成绩录用)

一年级裁判：遵从三年级:薛姣、高颖、科任老师、初中体育老师

初中部教师志愿者：10人

六、参加办法：

按年级组进行比赛(每个项目25分钟)

七、项目及人数

一年级

集体项目：1.定点投球(4米)每班20人，男女不限

2.海底捞月每班20人，男女不限

3.合作运球(20米)每班16人，男女各8人

4沙包至盘每班20人，男女不限

5.春播秋收(30米)每班16人，男女各8人

个人项目：沙包至盘(每人2次)排球比多(一分钟)50米障碍跑

二年级：

2.海底捞月每班16人，男女不限

3.合作运球(20米)每班12人，男女各6人

4.2分钟跳长绳每班7人，男女不限，两人摇绳，5人跳绳

5.春播秋收(30米)每班16人，男女各8人

个人项目：沙包至盘(每人2次)一分钟短跳绳50米障碍跑

三年级

3.合作运球(20米)每班12人，男女各6人

4.2分钟跳长绳每班7人，男女不限，两人摇绳，5人跳绳

5.春播秋收(30米)每班16人，男女各8人

个人项目：沙包至盘(每人3次)一分钟短跳绳50米短跑

八、活动顺序

1.先集体项目后个人项目原则

2.二、三年级同时进行。一年级最后进行

3各年级项目顺序

二年级：2分钟跳长绳、海底捞月、春播秋收、合作运球、阳光伙伴接力跑

一年级：定点投球、海底捞月、沙包至盘、春播秋收、合作运球

九、计分方法

十、项目方法与规则

1.阳光伙伴接力跑

器械：接力棒2根、绑带8——10条

比赛规则：

以班级为单位，两个班为一组，每队依次进行，两人一组两名队员手搭肩，其中一名运动员手拿接力棒。

单程15米，往返30米。按1班2班顺序分组进行比赛，计时。

按竞赛时间少者为胜，按每年级班级的数量一次递减，例如二年级共四个班，第一名积4分，依次为3分、2分、1分。

裁判：3名计分一名吹哨计时一名巡视一名

2.海底捞月

器械：篮球4个

比赛规则：

1)以班级为单位，每队依次进行。每个队的队员依次排开排成一列，间距一臂。

2)第一名队员双手举起篮球，其余队员弯下腰，双脚分开，当听到裁判发令后，持球队员将球从胯下向后传至排尾，排尾队员持球跑到排头前再次将球向后传，以此类推。

3)当最后一位抱球跑到排头时比赛结束，用时最短队为胜。

4)在传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球，否则将一次加罚2秒。

裁判：4名计分1名吹哨、计时1名巡视、检查名(志愿者)

3.定点投球

器械：沙包3个，纸筒3个

裁判：吹哨1名，计数3名

4拍球比多：

器械：篮球5个

规则：学生手持一球，教师发令“开始”后，学生原地运球，以单位时间(1分钟)以内拍球次数多少判定名次。

5.一分钟跳短绳

器材：跳绳若干根

规则：在规定时间内跳个数多者获胜。

6.螃蟹背西瓜

器材：篮球1个

方法：4人同时站于起跑线后背对背手挽手夹球到终点再返回起点，把球交给下一组依次进行。

规则：比赛中4人要共同用背部夹住球前行，途中不得用手触球，球掉落，须在掉球地停止前进，直至重新调整好始得继续比赛;四组先完成比赛返回起点为优胜。

7.春播秋收

道具：沙包20个纸篓3个小呼啦圈15个

规则：各班男女运动员分成两组间隔30米迎面站立，中间等距离放上5个小呼啦圈，一组排头手提纸篓，里面放5个沙包，听到口令后提上纸篓跑边把沙包放到小呼啦圈里，一个小呼啦圈放一个沙包，放完后，把小筐给另一组排头，另一组排头提着小筐边跑边把沙包收到小筐里。先播收完的算赢。

8.两分钟跳长绳

器材：长绳2跳

规则：规定时间内，共同跳过的总个数，决定名次。

9.合作接力运球

器材：乒乓球6个，羽毛球拍4个

规则：各队排队站好，听到裁判发令后单手持羽毛球拍将乒乓球放入羽毛球拍内不得掉落，单程10米，往返20米，到终点后交到下一个同学的手中，若中途掉落则原地捡球并罚从起点出发，用时最短者为胜。

十一、备注：

望各班见通知后积极参与，抓紧训练，迎接比赛。未尽之宜另行通知。

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