# 2024年篮球趣味活动方案(三篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-06-14

*为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对...*

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？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。

**篮球趣味活动方案篇一**

沐浴阳光、放松心情

活动形式：

1、穿越障碍物

2、猜谜语(脑筋急转弯)

3、套物品

4、看你了解我多少(主要是男生参加)

活动目的：

1、为了增加班级的活力，促进班级团结和谐的氛围。

2、为了加强班级同学的感情交流，增进友谊和相互了解。

3、沐浴阳光，放松心情，天天开心。

活动时间：

20\_\_年\_月\_日星期三下午15：0016：00

活动地点：

四川理工学院石锣山山顶上

参与人员：

生药071班全体同学

主要负责：

1、生活委员在活动之前买好所需用品。(吃的，道具等)

2、有意愿当主持人的在班长处报名。(要求能随机应变，能带动同学们的积极性，充分活跃大家的气氛。)

3、组织委员，宣传委员负责策划，布置场地。

4、治保委员负责活动秩序，同学们的安全。

活动流程：

1.确定人员到齐，主持人宣布活动正式开始。

2.将班级所有同学自由+随机分成三组(男女搭配)

3.穿越障碍物

(1)每组人员选出两名代表参赛(其中一名蒙上眼睛)

(2)在规定的时间内，根据另一名同学的语言提示穿越障碍物去拿去战利品，所获礼品为该组所有

4.猜谜语(脑筋急转弯)

三组同学每轮由一名同学提问，其他两组同学抢答如此积分，回答正确者加五分，如此轮换，最后按得分的多少排名，再给予不同的奖励。

5.套物品

将所有奖品(吃的)按照一定的距离在地上摆放好，分组人员套物品，套得的物品归该组所有。

6.看你了解我多少

所有女生围成一个圈(所有男生轮流参加活动)，任意一个男生(蒙着眼睛)和主持人在中心，根据主持人的语言提示(描述任意一个女生)，来猜出这个女生是谁，回答正确的给予奖励，回答错误的接受惩罚(表演一个节目或者唱一首歌)。

注意事项：

这次是在校园内的活动，不过安全始终还是第一的。其次就是班委要在活动之前充分做好准备，以确保活动顺利进行。还有就是同学们要尽量放开，全心全意的投入到活动中，创造一个和谐快乐的气氛。

**篮球趣味活动方案篇二**

新生杯篮球赛——作为一个深受广大新生喜爱和追捧的活动，对我校新生认识大学校园、了解大学生活和社团发挥着重大的作用。为了丰富同学们的课外生活，提高新生的综合素质，培养积极向上的进取精神，致力于打造一个互相交流、互相学习的平台，农学院学生会社团部将携手农学院篮球协会共同举办新生篮球赛。具体事宜如下:

一、活动主题:激情球场，团结拼搏

二、活动宗旨:友谊第一，比赛第二

加强交流，促进了解

三、主办单位:农学院学生会

策划协办单位:农学院篮球协会

赞助单位:学生都市

四、活动地点:校区西篮球场

五、活动时间:20\_\_年11月7日——11月17日

六、时间安排:

1、11月7日(星期一)向11级各班下发新生篮球赛比赛通知。

5、11月15日(星期二)中午13:40—14:30,半决赛。

七、比赛规则:

对抗赛:10级年级队自己组织，11级年级队由篮球协会负责挑选。

三分大赛规则:在三分线外，左右0度角，左右45度角，90度角各投四次，时间不得超过两分钟，踩三分线算无效球。进球多者胜，如果一样多则进行下一轮，直到决出前三。罚球比赛:时间为90秒，进球多者胜，如果一样多则进行下一轮，直到决出前三。

八、奖项设置:

联赛决出冠军.亚军和季军，优秀组织奖。同时篮球协会根据班级表现评出道德风尚奖一个。奖品为:

冠军:奖状一张，篮球两个

亚军:奖状一张，篮球一个

季军:奖状一张，篮球一个

优秀组织奖:奖状一张

道德风尚奖:奖状一张

三分大赛、罚球比赛决出冠军、亚军、季军各一个。奖品为:

冠军:证书一个，护腕一个

亚军:证书一个，护腕一个

季军:证书一个，护腕一个

说明:

1.如果遇到影响比赛的恶劣天气，则比赛延期，时间另行通知。

2.队员文明参赛，各班要制作新生篮球赛宣传板、班旗等确保拉拉队气氛热烈，文明观看助威。如有打架斗殴者，直接取消班级比赛资格。

3.无故迟到10分钟者，视为弃权，对手直接晋级。

4.比赛队员必须是本班同学，请外援着直接取消比赛资格。

5.比赛当中如有疑问，当面项比赛负责人提出，比赛后不予解决。

道德风尚奖评比办法:

1.本评比办法具体实施篮球协会负责。

2.本评比办法最终解释权归农学院篮球协会。

**篮球趣味活动方案篇三**

一、活动主题

粽子飘香,品味端午

二、活动原则

快乐为主，比赛为辅

三、活动背景

日子，不经意间，悄悄，溜过指间、步履、床铺、甚至于抬头、低头那一瞬间转眼，我们相聚已有一年时光。作别大一，新的学期即将向我们走来，暑假即将开始。为使我们这个大家庭度过一个既快乐又有意义的端午节。还有一个更重要的原因促使我们开展这次活动，那就是一起陪我们度过军训生活的教官们即将离开我们离开警院走向工作岗位，我们作为他们带出来的兵有责任为他们在警院的最后日子里留下美好的回忆。包饺子，吃团圆饭便成了我们的不二选择。

四、活动目的

端午节是中国的传统节日，通过端午节来进一步了解中国的传统节日，用心去体验我国的传统节日中蕴涵的意义。端午节的来源之一是纪念屈原，我们也要通过端午节来怀念屈原――这位可歌可敬的爱国诗人。

1.“吃粽子”是我们的传统习俗。举办“端午节，包粽子”活动，通过包饺子比赛及一系列活动，让同学感觉到节日的温暖，缓解思乡之情，并借此活动弘扬我国的传统饮食文化――包粽子。

2.借此机会，促进同学间的沟通交流，增进同学们的友谊，增强同学们的凝聚力，培养同学们的动手能力。

3.在与教官离别之际，一顿团圆饭使得我区队同学与教官之间的情谊变得更浓。

4.临近期末，借此为大家放松心情，缓解压力，让大家用轻松的心态，来对待即将到来的考试。

五、活动开展：

活动开展分成两个部分：第一部分在江苏食品药品职业技术学院二食堂教工餐厅进行包粽子和煮粽子。、

第二部分在江苏食品药品职业技术学院c115大学生活动中心举行文艺演出。

六、活动宣传：

1)相关信息将在江苏食品药品职业技术学院医药与健康管理系网站(前3天)上发布;

2)请校广播站在合适的时间(活动前3天每天中午)广播;

3)横幅、海报，喷绘于活动开展前3天张贴完毕;

4)在食堂处开展签字活动;

七、前期准备：

1)活动开展前1周批出宣传场地、活动场地与活动所需设施。

2)活动开展前3天在主干路和食堂处拉横幅。在c楼大厅张贴海报和喷绘。

3)活动开展前3天外联部联系其他院系的团支部书记和部长。邀请参加本活动。并请求提供一些宣传的建议，增大影响氛围，增强宣传力度;

4)活动开展前3天团支部书记和书记助理联系其他院系主抓学生工作的老师。邀请参加本活动;

5)活动开展前3天团支部书记和书记助理联系院里的领导，邀请参加本活动，增大影响氛围，增强宣传力度;

6)活动开展前3天编辑部撰写好活动开场词和活动串词。并要求主持人熟悉开场词。

7)活动开展前3天办公室、外联部和编辑部布置好大学生活动中心 9)6月12日中午之前外联部拉好赞助。并希望12日晚上7:00参加本次活动。并为获奖者颁奖。

八、活动明细：

1.活动时间：6月10日晚上7：00彩排。6月12日中午组织学生包粽子。晚上进行文艺演出。

2.活动地点：大学生活动中心c115彩排和演出。在二食堂教工餐厅包粽子。

3.参加人员：医药与健康管理系同学，其他院系的部分领导和同学，院里的领导。

九、活动流程

前期准备工作:由团支书组织协调工作小组，与餐厅方面商定活动前的相关事宜。 组建宣传小组：由各班班长组成，负责写五份邀请函全区队同学签上名字再由各班班长交给五位教官。

组建编辑小组：由在学生会担任编辑部的同学在活动期间采集信息、照片等相关事宜。

组建采购小组：由副区队长带人组建，负责完成活动所需物品的采购工作，生活委员负责费用地支出。

包饺子工具：擀面杖、砧板、刀、筷子、勺、手套等由餐厅提供!

十、活动中应注意的问题与细节

1、布置会场的时候一定要注意安全和不打扰到别人。

2、如果食堂工作人员和我们一起过节要热情以待不要搞的气氛尴尬。

3、如果在活动过程中出现什么突发情况要将影响降到最低限度。

4、在购买材料中要以最少的金钱尽可能购买多的材料，要注意经济生活。

十一、经费预算(共1250元)

1、布置会场用品：150元

2、饺馅、面粉与饮料：700元(饺馅面粉500元，饮料200元)

3、一次性碗筷：150元

4、零食：200元

5、占地费：50元

十二、活动内容：

1. 了解端午节的由来

具体内容如下：

(1)农历五月初五是什么节日?(端午节)

(2)那么，你们知道端午节的来历吗?

(3)学生讲述端午节的起源故事。

(4)一起收看端午节各地的风俗习惯视频

2.包粽子

(主持人)：在端午节吃粽子是端午节的习俗之一，粽子的味道不用说了，是十分美味的。但并不是每个人都会包粽子的。今天我们就自己动手一起来包粽子，看谁的手儿最巧，包的粽子最漂亮。 材料：糯米、去皮绿豆、肉粹、粽叶、粽绳。

方法：

1. 将粽叶折成漏斗形

2. 在漏斗形的粽叶里放入适量的糯米、去皮绿豆以及肉粹。

3. 用大拇指和食指按住粽叶的两边把那个比较长的粽叶向糯米这边压成一个三角形。

4. 将粽叶包好后用准备好的绳子把它绑紧。

5. 蒸煮。

3.文艺演出

(主持人)：你们有谁知道端午节也是什么节?不知道吧，告诉大家端午节也是诗人节，诗人写了很多赞颂端午的诗歌，下面请看诗朗诵表演。

首先我先宣布一下评分标准和奖项设置。评分标准：由评委打分。去掉一个最高分，去掉一个最低分，取余下的平均分。奖项设置：最佳优秀奖一名;个人组一等奖一名。二等奖两名。三等奖两名。优秀奖三名;团体组一等奖两名。二等奖二名。三等奖二名。

第一：个人朗诵比赛。

中间环节：由机电工程系等人带来的小品，希望大家喜欢。

下面公布个人朗诵比赛中的获奖名单。一等奖：xx同学;二等奖：xx同学和xx同学;三等奖：xx同学、xx同学和xx同学;优秀奖：xx同学、xx同学和xx同学;

第二：小组朗诵比赛。

中间环节：由信息工程系xx同学带来的歌曲，希望大家喜欢。

第三：女生齐诵。

第四：男女朗诵。

中间环节：由财会与经济贸易学院xx同学带来的单口相声。

下面公布最佳优秀奖的获奖者：xx同学。

第五：大家齐诵

中场互动环节。

下面公布团体奖获奖信息：一等奖：和。二等奖和。三等奖和。

4.观看赛龙舟录像

(主持人)：，你们到过汨罗江吗?看过“龙舟竞赛”吗t端午节赛龙舟不单是传统庆祝活动,也是一项国际体坛盛事!端午节起源于诗人屈原因不满朝廷腐败而投汨罗江自尽,敬重他的村民便以喧天的锣鼓声把江中鱼虾吓走，而同时又把粽子抛进江中喂饲鱼虾,以免它们啄食屈原的躯体。 赛龙舟可以说是端午节的高潮。龙舟长10米多,以龙头和龙尾作装饰,船身还特意雕上麟状花纹,唯妙唯肖;每只龙舟可容纳20至22人, 二人并肩而坐,在船首的鼓手和船尾的舵手引领下,以及围观人群的呐喊声中划向终点。现在，我让我们一起加入这一行列。

(播放赛龙船庆端午的视频。)

(主持人)：看了刚才的录像，我们来谈谈自己的想法吧!

踊跃发表自己的观点。

十三、吃粽子

请评委根据粽子的样式，口感评价。并且评出最佳包粽子大王;最好吃的粽子;以及最会吃粽子大王。

十四、领导讲话

，今天的端午节过得很有意义。高兴地看到同学们心灵手巧的一面，感受到学生的参与的热情，强烈的表现欲望以及作为一名新时代的少年对信息、资料的搜集能力。同时也非常感谢家长对我们活动的热情参与。通过本次活动，我们近距离接触了端午节，对它有了更深的认识。

十五、活动结束

附活动资料：

1、故事概况。

(1)屈原投江

为了纪念爱国诗人屈原，居民为了不让跳下汨罗江的屈原尸体被鱼虾吃掉，所以在江里投下许多用竹叶包裹的米食(粽子)，并且竞相划船(赛龙船)希望找到屈原的尸体。

(2)曹娥寻父尸

东汉孝女曹娥，因曹父溺江而亡，年仅十四岁的她沿江豪哭，经十七日仍不见曹父尸首，乃在五月一日投江，五日后两尸合抱而浮起的感人事迹，乡人群而祭之。

(3)伍子胥的忌日

传说伍子胥助吴伐楚后，吴王阖闾逝世，皇子夫差继位，伐越大胜，越王勾践请和，伍子胥主战，夫差不听，却听信奸臣言，赐伍子胥自杀，并于于五月五日将尸体投入江中，此后人们于端午节纪祀伍子胥。

(4)端午节有哪些习俗呢?

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