# 公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细(六篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-07-15

*“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我给大家收集整理的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。公司田径运动会活动方案 公司...*

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我给大家收集整理的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇一**

“健康快乐动起来!”

1、培养幼儿对体育活动的爱好，让孩子体验运动的快乐和竞争的乐趣。

2、激发孩子的运动潜能，树立孩子的自信心，增强集体荣誉感敢于克服困难，体验胜利的愉悦。

3、让幼儿感受和体验与家人一起游戏的乐趣，达到家园共育的目的。

轻器械表演、亲子游戏

幼儿园大操场

1、安全第一，保证每一个孩子的安全。

2、全园孩子齐参与。每一个孩子都有机会展现自己

3、让孩子真真正正参与，真真正正获得成功与快乐，实实在在为孩子、为家长服务。

1、幼儿园环境及会场布置

2、音响(磁带、光盘、国歌、运动员进行曲)

3、国旗、班级牌。

4、游戏道具、奖品

总指挥：

主持人：

会场布置：

舞台监督：

1、运动会开幕式

(1)主持人宣布——秋季亲子趣味运动会开幕

(2)运动员入场

(3)举行升国旗仪式

(4)请张书记致开幕词

(5)家长代表和运动员代表讲话

(6)运动员退场

2、各年级组依次展示轻器械操

展示顺序：小组、中组、蒙氏组、大班一组、大班二组

3、分班进行亲子游戏

4、运动会闭幕式

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇二**

一、目的

为了将\_\_\_\_的文化深入人心，进一步融洽员工之间的关系，以便让大家充分感受到在“\_\_”所带来的温馨感觉与恬美氛围。提倡重在参与，坚持比赛公平、公开、公正的原则，树立\_\_\_\_的形象，为繁荣和发展\_\_\_\_的整体事业而努力。

(一)主办单位：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_公司

(二)时间(待定)：\_\_\_\_年\_\_月\_\_日(星期x)8:00—12:00

(三)地点(待定)：\_\_\_\_x球场

(四)参加人员：公司全体员工

(五)竞赛项目：

五人六足、羽毛球投篮、花样跳绳、气球运输、乒乓球接力、铁人三项、拔河比赛

(六)组队方法：

1、组队方式：

按部门组成竞赛队伍，每队20-25人左右参加。

2、各比赛项目每个团队参赛人数(共计25人次)：五人六足5人

羽毛球投篮2人(每组2人合作，1男1女搭配。)花样跳绳2人气球运输2人乒乓球接力3人铁人三项1人(三个项目须单人完成)拔河比赛15-20人(8个队抽签，分四场比赛)

3、报名要求：身体健康员工，每队队员最多参加3-4个项目

(七)竞赛方法

1、各项趣味运动比赛方法见比赛规则。

2、各团队比赛顺序按员工趣味运动会竞赛分组表依次进行比赛。

3、比赛时间：

08:30—09:55五人六足09:00—09:20羽毛球投篮

09:25—10:45花样跳绳10:50—10:10气球运输

10:15—10:35乒乓球接力10:40—11:05

铁人三项11:10—11:30拔河比赛

(八)名次计算方法

每个比赛项目单个排名按规则得分先后排名。每项1-10名成绩依次为：13、11、9、7、6、5、4、3、2、1分。团队排名为：7个比赛项目得分相加总得分(团队有报名参加比赛项目所有得分，未参加项计为0分)，再按总得分高低排出各团队总名次。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，依此类推。

(九)奖励：

1、单项奖：奖励单项前三名。评选总成绩前三名，其余为优秀奖。

2、团体奖：奖励总成绩前三名。

(十)报名方式：

请各部门将趣味运动会各自团队队长、参赛队员名单按照规定填写报名表格。以电子版形式，于\_\_\_\_年\_\_月\_\_日上午前报公司\_\_\_\_部

(十一)要求

1、趣味运动会是公司的一项集体活动，要求各部门负责人带领全体员工认真组织，积极参加。

2、参加竞赛的运动员必须是身体健康的在岗员工。

3、参加人员在趣味运动会期间应穿着运动服及运动鞋。

4、参加人员既要积极参与比赛气氛互动，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(压腿、揉关节等)

6、文明参加趣味竞赛，不随地乱扔垃圾。

(十二)具体赛务工作分工明细表

(一)五人六足

1、物品：绑脚绳若干个。

2、方法：每队5人，长30米，队员用绑脚左右脚与相邻的人绑在一起，排成一字形横排，进行5人6足比赛。

3、规则：

(1)不能跑动，只能步行。

(2)按到达终点的时间快慢排名。

4、计分：以各队最后一个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。

(二)羽毛球投篮

1、物品：纸篓6个，羽毛球拍3对，羽毛球2桶(12粒/桶)

2、方法：每队一次出一组(1男1女)参加，分三组进行，两人间距3米。1人手持球拍，1人头顶纸篓。持球拍的人将羽毛球用球拍打入纸篓，限时5分钟，按打入纸篓的羽毛球个数计算。

3、规则：

(1)头顶纸篓的比赛人员不得接触羽毛球。

(2)按在规定时间内打入纸篓的球数排名。

4、计分：在名规定时间内打入纸篓的球数多者，名次列前。

5、注意事项：打羽毛球时，不可用力过大。

(三)花样跳绳

1、物品：长3米的跳绳6根

2、方法：集体跳绳运动。一个团队派2个人参加，与其他团队的人一起集体跳大绳，没跳过的人，自动离场，最后离场的人为优胜。

3、规则：

(1)一只脚没跳过绳均属于没跳过本轮，自动离场。

(2)因其他人未跳过导致绳子压脚，踩绳现象均属于没跳过。

4、计分：越后离开跳绳场地的，名次列前。

5、注意事项：避免与他人相碰

(四)气球运输

1、物品：充好的球体(瑜伽球)4个、大筐3个

2、方法：两人搭档，用背部把气球夹在中间，运到5米外的框子里，在规定时间(2分钟)内把气球运到筐子里。

3、规则：

(1)运输过程中双手不能碰触气球。

(2)1男1女搭配。

4、计分：以用时最短到达终点，名次列前。

5、注意事项：比赛过程中双手不能碰触球体。

(五)乒乓球接力

1、物品：乒乓球板12个，乒乓球4个

2、方法：用单个乒乓球板将乒乓球顶起向前走，到达第二个人位置，必须身体全部过线，才能传给第二个接力的人，传递过程也须用球板顶起球，无失误传递就表示接力成功，接着以此方法传递给下一个接力者，到达终点身体全部过了终点线才算结束本轮接力。

3、规则：

(1)在顶起乒乓球的时候，不能用手碰触乒乓球，乒乓球落地或手碰触到乒乓球，需重新返回起点开始。

(2)在规定区域顶起乒乓球开始比赛，走出区域外(顶起乒乓球接力)视为无效。

4、计分：按要求不犯规第一个到达终点的，名次列前。5、注意事项：接力衔接过程避免乒乓球落地。

(六)铁人三项

1、物品：篮球5个、麻袋5个

2、方法：长50米，宽1米的赛道。从起点运篮球50米后，做俯卧撑10个，接着袋鼠跳回起点(长50米)，均需一个人完成以上动作。

3、规则：

(1)篮球在运输过程中断，须从起点重新开始运输。

(2)俯卧撑不足10个就袋鼠跳的，返回起点重新开始。

(3)在三项过程中，任意一项犯规/不符合要求的均需要从起点重新开始。

4、计分：最快达到终点的，名次列前。

5、注意事项：篮球运输避免球跑出赛道，袋鼠跳避免摔倒。

(七)拔河比赛1、物品：拔河粗绳一条

2、方法：8个团队抽签两两对决，胜者进入下一轮比赛。其他队员做啦啦队。

3、规则：

(1)分四队进行比赛，每个队15-20人参加(如男女不均，可以1名男选手抵2名女选手)

(2)比赛一局定胜负;

(3)拔河道以地面3条直线，居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中线过本队河界则本队胜出。

(一)运动会时间安排

1、各团队由领队点名报到(8:00)

2、运动会开始(8:10)

运动会进场，按团队顺序进场入座和站列。

3、主持人宣布运动会开幕

4、公司管理层讲话(总经理)

5、比赛开始(按趣味运动会竞赛顺序安排，8:30)

6、主持人宣布各项比赛获奖名次，领导颁奖(11:30)7、运动会闭幕(12:00)

(二)开幕式

1、主持人就位，宣布首届员工趣味运动会开幕及运动会要求与注意事项。

2、入场：运动会设有入场式，参加比赛的团队在主席台右侧集合，组成列队，在礼仪引导下进入场地。

3、奏国歌，全体起立。

4、公司管理层讲话并宣布运动会开始。

5、队伍解散，准备参加各个项目比赛。

(三)员工趣味比赛项目顺序

(四)闭幕式

1、各团队按开幕式队形站好;

2、公司管理层代表宣布运动会成绩;

3、颁奖仪式;

4、公司管理层宣布运动会胜利闭幕。

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇三**

为了丰富管理处员工文化娱乐生活，倡导“快乐工作、健康生活”理念，促进公司各管理处员工之间相互了解，增强员工锻炼意识，提高身体素质，加强员工之间合作能力及凝集力，在和谐中树立团队精神。物业公司将举办“冠江物业员工趣味运动会”，活动方案如下：

20\_\_年7月15日

待定

公司部门代表队、傲城代表队、公园1903售楼部代表队、公园1903圣维望代表队、彼岸代表队、护卫部代表队(人和苑管理处除外)

20\_\_年7月10日完成参赛人员报名工作，各代表队将参加分组参加人员名单报行人部刘小可处;

各单项活动比赛顺序由工作人员在比赛开始前组织抽签。

涂敏、刘小可、李敏、王美丽、班丽丽、秦燕、傲城管理处、彼岸管理处、公园1903管理处各特邀1人，共9人。

(一)、男子篮球赛：男子篮球赛由各代表队组成6只参赛队，按照篮球比赛规则进行循环赛，时间为10分钟每场，首先进行积分赛，各队分别与其它队比赛一场，赢队积3分、输队积0分、平局各积1分。然后按照积分的排名，由排名第一的队和排名第二的队进行决赛，争夺一、二名。由积分排名第三和第四的队争夺第三名。若出现积分相同的两个队，则按其在积分赛时的胜负关系决定其排名。

(二)、拔河：各代表队组织一个10人的拔河队(男女各5人)，每场比赛、采用三局两胜制。胜进入下一轮比赛，负者被淘汰，直到决出冠军。

(三)、集体跳绳：每队10人，至少有3名男选手。比赛时，每队任选2人甩绳，其余8人站成一排，每队只有一次比赛机会，比赛时间为3分钟，记录员记录每队比赛成绩，在规定时间内按跳绳次数多者胜出。

(四)、结对而行(6人5足)：每个参赛对6名运动员(3男3女)，第一名运动员右脚与第二名运动员左脚绑在一起，第二名运动员右脚与第三名运动员左脚绑在一起??以此内推，6人在一起从起点向终点(距离20米)走或跑过去，到达终点后绕开障碍物后在回到起点，以最终回到起点的.先后顺序进行排名。若比赛过程中某对中途绳子松开视比赛成绩无效;每队有2次比赛机会取其中最好成绩。

(五)护卫队列训练表演：5个代表队选派8名队员参加比赛，比赛内容：稍息、立正、向左、右看齐、起步、正步、跑步、车辆引导手势(左行、右行、前行、停车、倒车)。表演结束由公司领导、品质部统一评分后，决出前三名。

六、经费预算

运动会经费安排本着既节约又能调动参与人员积极性的原则，确保运动会规模上档次，有成效达目的，现将经费预算如下：

(一)、器材费1000元

(二)、奖品或奖金

1、男子篮球为集体项目：参赛人员较多，场次较多，取前三名，其奖品及奖金预算为1900元。(一等奖800元、二等奖600元、三等奖500元)。

3、拔河为集体项目、队列训练表演项目。参赛人员较多，取前三名，其奖品及奖金，预算为3000元。(一等奖600元、二等奖500元、三等奖400元)。

4、集体跳绳、结队而行比赛项目各取前六名，共2项6组，每个项目奖品及奖金为900元。(一等奖一名400元、二等奖二名300元、三等奖三名200元)合计1800元。

5、大会设优秀组织奖和体育道德风尚奖，其奖金各为600元，合计：1200元。

6、其他费用(包括奖状、饮用水等)2400元

以上经费预算合计为10300元。

七、评奖办法：

原则：每项比赛结束后，现场记录比赛成绩，随即奖状及奖金，本次活动不以竞技为主，贵在人人参加，活跃公司企业文化活动气氛，争强团队合作精神，为把本次活动组织有序，特成立以下组织：

a、奖金颁发组：

组长：涂敏

组员：李敏、王美丽、班丽丽

任务：完成每一项比赛获奖队伍奖金颁发

b、活动监督组：

组长：刘小可

组员：秦燕、傲城管理处、彼岸管理处、公园1903管理处各邀请1人任务：对整个活动各比赛项目进行监督，保障每一项比赛公平、公正。

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇四**

我们的青春我们做主，飞扬的心总是希望随着这个社会的步伐而跳动，当代大学在我国日益繁荣的环境下更应该发扬团体精神，为了集体的荣誉拼搏奋斗，在大学里放飞活力，从而树立良好的精神面貌。

让加入到跆拳道这个大家庭中的每个成员体验到大学生活的乐趣，丰富其课余文化生活，增强其团结力。这个大家庭，给我们了这样的一个机会，让我们相相识，相知，相熟。本次活动将调动广大成员的积极性，营造开放活跃的校园文化，增进成员们之间的沟通、交流、合作，最大程度激发大家的训练积极性和主

动性。

通过举办此次的活动，跆拳道新老成员将参加一系列饶有趣味的体育活动，并将体育与娱乐有机的结合起来，从而提高各组织、成员参加体育活动的积极性。同时，促进成员友爱精神，扩大学生的交流范围，增强各成员之间的联系，展现跆拳道家庭的真我风采。

“少年壮志自得林，跆拳妙趣塑人生”

20xx年六月五号14:00~17:00(周日)

东操场

(一)参赛要求：五人一队

(二)比赛项目

参赛人员：每队3人

裁判人员：2人

比赛规则：每组选三人参赛，两组为一轮。参赛者各自选一种蔬菜代表自己。参赛者围成一圈，先由一人边蹲边说。蹲蹲。蹲完蹲，顺势指向，以此类推。若果说的没有此人或指错人，说的人淘汰。被指定人如果没反应过来，被指定人淘汰。最终胜利者所在组获胜。

参赛人员：每队5人

裁判人员：2人

比赛规则：每组分得半个西瓜，游戏开始前小组成员自行分配每人的量。游戏开始后，最先吃完所有西瓜的队伍获胜。

参赛人员：每队5人

裁判人员：2人

比赛规则：每组五人两两把脚绑住共同从起点走至终点。小组行进过程中会有两道障碍，分别是低障碍——由游戏外两人拉一条腰带(低)，全组跨越过去;高障碍——由游戏外两人拉一条腰带(高)，全组以弯腰或蹲下等方法过去。用时最短者获胜。

参赛人员：每队2人

裁判人员：2人

比赛规则：每组派出两人，两组一轮进行比赛。游戏开始前，四个人的脚紧靠在一起。游戏开始后，每组两人中选一人进行剪刀石头布，赢的那一组向自己队伍外侧走一步，输的那组，靠近组外的那只脚不动，另一只脚向赢的那组靠近。每组在外侧的组员只能向外侧移动，而在内侧的组员可以向内外侧移动。游戏直至一方的脚不能靠到对手方脚时结束。不能靠到的那一组输。

参赛人员：5人

裁判人员：2人

比赛规则：游戏开始前用脚靶固定好每组各个组员的站位，参赛人员每人获得一支水杯。游戏开始后第一个人用嘴从主持人手中衔过装满水的水杯，然后依次用嘴把自己杯中的水倒入下一个人的杯中传递下去，直至传到最后一个人处。剩余水量最多的一组获胜。

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇五**

男子篮球：

以公司为单位。精密公司组建三支篮球队、家具、创丰各组建一支篮球队参赛，比赛分淘汰赛和决赛，精密分公司先进行淘汰赛，选出一支篮球队与家具、创丰球队参加决赛。

女子立定投篮：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，参赛队各选派5名女运动员参加。参赛人员在划定的界线处（不得踩线）向球篮投球，每位选手限投5个球，该队参赛人员累计投篮投中次数作为该队成绩。

男女混合100米接力赛：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，参赛队各选派男、女运动员各5名参加，参赛队员出场顺序由该队队长安排，在哨声响起后，开始执接力棒赛跑，50米处中转，回到起点后交接第二棒，依此类推，直到全队人员参赛完成。交接时，准备接棒人员未接到接力棒前不得跨出界线，计时成绩。分组进行，每组两队。

齐心协力：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，参赛队各选派运动员6名参加，男女比例不限，6名选手一起站在两块木板上，用绳固定脚与木板，双手扶肩，一起从起点向终点出发，计时成绩。分组进行，每组两队。

托球接力：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，参赛队各选派男、女运动员各3名参加，用羽毛球拍托篮球。参赛队员出场顺序由该队队长安排，在哨声响起后，开始执托球赛跑，50米处中转，回到起点后交接第二人接托球，依此类推，直到全队人员参赛完成。交接时，准备接力人员未接到球和拍前不得跨出界线，计时成绩。如果在接力过程中，球掉地，持球人应捡回球后返回到掉球点重新托球比赛。分组进行，每组两队。

三脚接力：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，参赛队各选派运动员12名参加，男女比例不限，起点和终点各站6名，两人一组，并排站立，用绳捆绑相邻两脚，哨声响起后，先由起点位置的选手出赛，到终点时，与本队下一组人员击掌后，下一组人员方可出赛，向起点进发，依此类推，直到全队人员参赛完成，即终点的最后一组人员回到起点。计时成绩。分组进行，每组两队。

拔河：

三家分公司各派20名选手参赛，男女各10名，直接进行争夺赛，取第一名，参赛队按要求站在拔河绳两端的两侧，手执绳，哨声响起后，用力将对方拉向本队一方，当绳中线标记到达规定的位置线时，鸣哨宣布停止，比赛采用抽签比赛，设1、2、3号签，抽中1和2号签的队先进行比赛，胜出后再与抽中3号签的队进行比赛，胜者为第一名。

搭桥过河：

以部门（课）为参赛队，部门人员少的可合并为一个参赛队进行，男女比例不限，参赛部门选派10名选手，男女比例不限，每两个队进行比赛，由第一名选手开始搭桥前进，10名选手依次向前搭桥前进，当前一选手没有桥板时，最后一名选手向前传递桥板，依次进行直到终点。计时赛，只取第一名。

象棋：（男女不分组）

两名参赛选手对垒，取时10分钟，10分钟之内未定输赢，棋盘上棋多者胜。抽签分组进行淘汰赛，分3组，每组选手6名，每组取第一名进行名次赛。（18名）

跳绳：（男子组和女子组）

参赛选手在2分钟内跳的次数最多者胜。抽签分组进行淘汰赛。男子组、女子组各分5组，每组选手10名，每组取第一名再进行决赛。（男女各50名）

立定跳远：（男子组和女子组）

参赛选手在指定线外立定跳远，记录跳远距离作为成绩，抽签分组进行淘汰赛，男子组、女子组各分5组，每组选手10名，每组取第一名再进行决赛。（男女各50名）

乒乓球：（男子组和女子组）

参赛选手双方各发6个球，抽签分组进行淘汰赛。分数必须差2分以上定输赢。男子组、女子组各分3组，每组选手6名，每组取第一名进行决赛。（男女各18名）

羽毛球：（男子组和女子组）

参赛选手双方各发6个球，抽签分组进行淘汰赛。分数必须差2分以上定输赢。男子组、女子组各分3组，每组选手6名，每组取第一名进行决赛。（男女各18名）

男子台球：

参赛选手对垒，计时10分钟，10分钟内未定输赢，以桌面上台球数量少者胜，抽签分组进行淘汰赛。分5组，每组选手6名，每组取第一名进行决赛。（30名）

**公司田径运动会活动方案 公司运动会活动策划方案详细篇六**

运动会组委会

主任兼总裁判长：：刘华

职责：负责整个运动会举办方案的策划；制定工作流程、编制经费预算；确定开支标准及管理方法；组织、策划、指挥开幕式、闭幕式活动；编排各比赛项目及赛事；比赛场地的划定；召开彩旗手、引导员、教练、裁判、领队会议；准备比赛用各类表单；负责组织裁判员培训工作；准备总经理在开、闭幕式上的讲话稿。

副主任：

职责：负责运动员成绩的终审和对各单项竞赛中有关争议问题的最终裁决；监督运动会费用的开支情况。

主任助理：

职责：负责协助主任的各项工作；按计划购置、管理运动会用品、器材、奖品、奖杯、证书，制作或订购队旗和引导牌；挑选和培训彩旗手和引导员，负责协调各部门工作；对运动会现场进行布置、邀请和接待领导；接收运动员和参赛部门的\'报名；及时汇集、实时公布各项比赛成绩、运动会赛事状况；

委员：

职责：服从主任及主任助理的安排；运动会场地的整理；主席台的设置；横幅标语的设置；协助运动会代表队出场的彩排；运动会摄影、摄像工作；比赛用品的准备、安排、设置、协调组织有序观看比赛；赛场周围车辆的管理；照明设施的准备和安装；音响器材的安装、《运动员进行曲》准备和调试。饮用水的准备的安放、医务和安全保障；颁奖礼仪工作及其它后勤工作。

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