# 趣味运动会比赛的活动方案(十四篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-10-06

*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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。趣味运动会比赛的活动方案篇一1、动力目标：体验运...*

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**趣味运动会比赛的活动方案篇一**

1、动力目标：体验运动的快乐，竞争的乐趣以及规则意识及协作精神;同时也是阳光体育活动的扩展和延伸。

2、教育目标：督促家长关注孩子的体能发展，和孩子一起培养对体育活动的爱好，为孩子的将来建立良好的运动习惯。

3、运动目标：从学生年龄特征和不同兴趣爱好出发，以集体活动为主要形式，开展多种活动，培养大家力量、速度、柔韧、灵敏等素质，提高健康水平。

1、分组：本次体育节在学校的安排下，以体育组组织为主，班级自主组织为辅，在体育老师参与下进行，采取以年级组为单位进行比赛的方法。(即：一年级组、二年级组……六年级组。)

2、项目：

(1)、班级活动：

※低年级：1、一年级腿夹球兔跳接力比赛

2、二年级滚轮胎迎面接力比赛

3、一、二年级学生穿越铁环比赛

※中年级：1、三年级学生：托球跑

2、四年级学生：运球接力

3、三年级四年级学生：30米往返接力赛

※高年级：1、五年级踢毽子比赛(每班14名学生参加)

六年级“8”跳长绳比赛(每班14名学生参加)

2、五六年级穿越障碍比赛(每班30名学生参加)

※1——6年级：一分钟集体跳短绳表演(每班2人参加)

(2)、亲子游戏活动类。

一年级：家庭三人传球

二年级：家庭圆形接力运气球

三年级：口吸气球接力赛

四年级：塑料杯接乒乓球

五年级：穿越障碍接力赛

六年级：呼啦圈接力

(3)、教师比赛类。分一年级组、二年级组、中年级组、高年级组和综合组进行多项接力比赛。

一年级组：宁静、阮继芳、沈帆、王显荣、王玲、张琴、。

二年级组：程天艮、叶天会、倪慧珍、周俊凡、彭艺红、肖蜜

中年级组：王和平、陈俊、朱大明、张明、文晨、余苗、张义分、

高年级组：叶丹、常金荣、李娇、李艳玲、李美芬、唐德刚、陈小平。

综合组：王涛、余娟、丁洁、李倩、张洋、郭莹、余纯。

裁判员：杨道缙、张传社、杜群利、顾真厂

a、接力比赛。项目有：呼啦圈(原地10圈)、踢毽子(原地10个)、短跳绳(原地10个)、前滚翻(连续两个)、台阶练习(20个)投篮(进一个)。

要求：每组选6人参加(其他的人观战助威)，参加者要按规定的路线和方法进行比赛。游戏采取接力比赛的形式进行，用时短者为胜。

b、“8”字跳长绳。(以组为单位，摇绳可邀请其他组成员，时间为2分钟)

(一)、启动阶段：4月份上旬。

1、体育组研究制定体育艺术节活动规程、项目及报名办法;

2、各班组织发动学生报名，每班报3个家庭参加亲子活动。

(二)、筹备阶段：4月中旬。

1、体育组编写秩序册，培训裁判员，安排活动器材等;

2、各班组织学生进行训练，熟悉活动内容、规则，做好体育节的各项准备工作。

(三)、实施阶段：4月23——27日。

1、家庭三人传球：

准备：每人手拿一篮球，在规定位置上站好。

方法：一家三口分别站在边长为2.5——3米的正三角形顶点上，游戏开始后，三人同时开始顺时针传球，一分钟内多者取胜。(注：三人同时各传一个计为一球。有一球落地则该次不计)

2、家庭圆形接力运气球：

准备：每个家庭先准备4个气球放到起点处。家庭三成员分别站在圆的三等分处。

方法：游戏开始后，第一人那一个球放到腿之间，兔跳到第二人处，将球交到第二人，第二人用同样的方法交到第三人，第三人用同样的方法跳到终点，并用两腿将气球夹破。球夹破后，第一人才能运第二个球，如此进行到最后一气球夹破时停表。时间短者取胜。(途中球掉了或破了都将重新返回自己的起点重做。)

2.5-3米

放气球

3、口吸气球接力赛：

起点：放气球

a

b

c

d

准备：每个家庭准备5个气球放到起点处

方法：游戏开始后，家庭成员之一用口吸住一气球从a快速走到b，家庭成员二用嘴从成员一嘴上吸住走到c处，成员三用同样的方法将气球吸到d处纸盒内，如此过程将5个气球全部运玩停表，时间短者为胜。(注：途中气球落地将要返回a处重新进行。)

4、塑料杯接乒乓球

准备：参与者用双面胶将一塑料杯固定在一衣袖上。另外还准备三个气球。

方法:参与者一手拿一乒乓球用力掷在地上，然后用衣袖上的杯子接住反弹起来的乒乓球，如此接住3个即可获奖。时间为一分钟。(杯子接住的球中途不得取出。)

5、呼啦圈接力

准备：参加的学生、家长手牵手站一排或几排。排头的前面叠放5个呼啦圈。

方法：游戏开始后，排头的人快速拿起一个呼啦圈从头上穿过人体交给第二个人，第二人用同样的方法往下传，直到最后一人，途中牵着的手不准松开，如此传完最后一个呼啦圈停表，用时最短为胜。(传呼啦圈课连续进行)

6、穿越障碍接力赛

准备：安排好各种障碍，参加的人分成两队。

方法：游戏开始后，各队的第一人按规定的方法快速穿过所有的障碍后返回起点，与第二任击掌，第二人重复第一人的动作，如此进行到最后一人。用时短者取胜。

7、一、二年级学生穿越铁环比赛

游戏规则：游戏开始前，以班为单位，站成35人的纵队。游戏开始后，以各班排头学生开始分别将10个铁环从头上经身体穿越至脚底，依次进行，当最后一个学生穿越最后一个铁环时计时停表，以时间短者为胜。

8、二年级学生滚轮胎迎面接力比赛

游戏规则：滚轮胎比赛以各班为单位，站在起跑线后。比赛开始，各排头推着轮胎前进，递交给对面的队员，所有队员完成比赛后，用时最少的队伍获胜。

9、三年级学生活动托球跑：比赛采取迎面接力的形式进行。比赛者用手拿乒乓球拍，拍上托一乒乓球赛跑，跑步20米，中途球掉下来的，从落地点拾起球继续开始，先到终点者为胜。

10、四年级学生运球接力：

游戏规则：比赛采取迎面接力的形式进行。比赛者拍篮球赛跑，先到终点为胜。赛道宽0.5米，若中途有一次未拍到球或运球出界，即为犯规，学生拿起球从犯规点继续开始游戏，最后一人先到终点为胜。

**趣味运动会比赛的活动方案篇二**

亲子趣味运动会

1.时间：20xx年xxxx月9日9：00—11：00大班亲子运动会

20xx年xx月10日9：00—11：00大班亲子运动会

20xx年xx月11日9：00—11：00大班亲子运动会

2.地点：幼儿园内操场

1.中大班以年级为单位，大班以班级为单位组织竞赛。

2.每个亲子队自由报名参加一个项目的比赛，比赛设一、二、三等奖，中大班单项一等奖奖品由安奈尔公司赞助，大班一等奖班级准备贴纸奖励。

3.评委安排：大班组由本班老师负责，大班组由后勤人员负责，大班组由大班年级老师及后勤人员负责。

1.人员安排

组长：黄芳副组长：龚玲华组员：各班教师及后勤人员

2.做好活动前的动员和宣传工作。

（1）各岗位人员密切配合，互相协调，班主任要提前做好对幼儿的安全教育工作，确保幼儿人身安全（防走失、跌伤等），保证活动顺利进行。

（2）希望所有教职工、幼儿及家长按运动会指定时间内到达会场，自觉遵守会场秩序和规则，爱护校园公共设施和环境卫生。

（3）场地划分：周二（xx月8日）各班选择亲子游戏位置。

（4）以班为单位各班主任积极向家长发出活动邀请，做到早通知，让家长及早安排工作。

3.比赛摄影、摄像由专人负责。

1.园长致辞

2.家长代表讲话

3.亲子游戏

**趣味运动会比赛的活动方案篇三**

一、活动目的：为培养员工积极参与及团队配合精神，特举办此次活动

二、时间：五月初(具体时间待定)

三、地点：

四、参与对象：公司全体职员(门店可视营业情况选择参与)

五、运动会内容：以部门或柜组为单位参与各项趣味比赛，获胜者可得到相应表彰奖励

六、物料准备：

1、活动项目物料：矿泉水、哨子、扩音器、毽子、短绳、气球、塑料球(篮球)、筐子、砖头(具体物料可视所选比赛项目选购)

2、比赛奖品

七、具体项目及细则:

1、踢毽子比赛

细则：以五人为一组，轮流踢毽子，一次性踢满15个用时最短者获胜。单人不得连踢，如毽子落地则重新开始，每组均有三次比赛机会，如三次均无法完成则视为失败。

2、二人三足跑比赛

细则：两人组成一组(男女各一人)，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，以两人躯干到达终点线后沿垂直面，方为到达终点。按比赛时间少者名次列前。

3、螃蟹背西瓜

细则：4名队员(最好两男两女)同时站于起跑线后，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;在规定距离内，用时少者胜出

4、趣味绣球

细则：(1)、接球者站于距抛球者6米之外的圆圈(直径0.5米)内用篓子接球;(2)、接、抛球者压或超过边界抛出或接住的球，不得计入成绩;接球者只能用篓接球，否则接住的球亦不得记入成绩; (3)、抛球者共抛出20个球，接球者篓内球数多者为胜;如有成绩相同者，进行复赛，直至决出胜负

5、摸石过河

细则：每个参赛者二块砖头，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砖上，当裁判员开始后，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砖头，并放置前方(距离自定)，左脚踏上前方砖头，提起右脚，用手拿起原右脚踏的一块砖并放至到前方(距离自定)，右脚踏上前方木砖头，这样依此前进，直至两块砖头均抵达终点线者为获胜，途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。(该项目可各部门柜组各派出一名代表参赛)

6、翻山越岭

细则：每组两人参赛，赛道长50-100米均可，每隔5米标记一次。a先在第一标记物处当“岭”，b在哨响开始后从起点到达第一个“岭”做山羊跳翻过岭，抵达第二个标记物处后b当“岭”，由a进行翻越，依次循环，直到2人均抵达终点，以用时长短决定名次。如中途翻越不成功，则两人均回到起点重新开始。(一次可多组比赛，可视部门柜组进行人员安排)

**趣味运动会比赛的活动方案篇四**

为丰富全校师生课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，全面推进我校健身运动的深入开展，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办趣味运动会，现制定活动方案如下。

组 长：杨 林

副组长：刘爱龙 任珍云

成 员：刘晓峰 金 建 肖 旭

1、时间：4月 28日下午13：00―16：30

2、地点：校操场

活动分为个人项目和集体项目。

（一）个人项目

1.前抛实心球（男女） 2.立定跳远（男女）

3.1500米（男子） 4.800米（女子）

（二）、集体项目：

1．项目名称：《赛龙舟》

方法： 每班报名运动员10人（至少4名女生），配小垫子6-8块。将小垫子纵向连成一条“龙舟”在起点后放好，运动员分别跪在各自的垫子上。裁判员发令后，各组队员迅速爬至垫子的前沿，最后一名队员爬至前一名队员的垫子上，然后迅速拿起自己的垫子向前传递，直到传给最前面的队员把垫子连起来，形成新的“龙头”，并向前行进。按此方法依次循环直到终点。先到达终点的组获胜。

规则：（1）、必须在小垫子上逐个依次传递垫子，不许将小垫子抛越过前面的队员。

（2）、膝盖不能离开垫子，身体的其它部位不能触地。

（3）、违规者必须重新传递才可以继续比赛。

（4）、小垫子必须首尾相连，不能有空隙。

2．项目名称：《背球接力赛》

（1）、比赛的人数及分组: 参赛队每一队共10人，分为5组，男女各半。

（2）、比赛规则：

1）2人为一小组，5小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住1个篮球，从起点出发绕过终点的标枪再回到起点，然后把1个球传给下一组的队员，5小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。

2）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，都要从起点重新出发。

3、项目名称：《众人一条心》

规则：参赛者以8人为一组，男女不限，要求8人肩搭肩，从起点起跑，不可出现摔倒和放手的现象，（出现以上现象者放弃比赛资格）手始终在另一个队员的肩上。哪一队所发的时间最少，哪一队就是获胜队。

4、项目名称：《滚雪球》

1．比赛的人数及分组：每一队12名队员（女生至少5人），分为两组依次进行

2.比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志

3.比赛赛制：按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次

4 比赛规则：

1)每一队12人，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。

5 全队人员（12人）全部超过起点才算全部到达。

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

5、项目名称：《赶猪》

1.比赛的人数及分组：每一队10名队员(至少4名女生)

2.比赛距离：10米

3.比赛赛制：一场决定胜负，用时最少的队伍获胜

4.比赛规则：每个队10名队员同时站在起点处排成一列，第一名队员手持木棒，当听到裁判发令后，利用木棒将起点处的“猪”（实心球）赶至终点，然后再从终点赶回起点交与下一名队员。

6、项目名称：《小马过河》接力赛

道具：呼啦圈

规则：分四组同时进行，每一组10人参加（女生至少4人），第一个参赛者从起点用两个呼啦圈依次向前摆放，每次参与者的双脚必须踏在圈内，以最快到达终点为胜利。依次轮流直到10人参加完毕，哪一组最快哪一组就获胜。

7.项目名称：《障碍跑接力》

方法：每一队各15名队员（至少7名女生）障碍共计五个标志杆，杆与杆之间间隔4米，起点距离第一根标志杆12米，最后一根标志杆距离折返点12米。第一名运动员手持接力棒听到指令后出发，依次绕过标志杆，到达折返点后，绕过标志物，继续依次绕过标志杆，回归本队，将接力棒传递到下一名运动员，第二名运动员继续出发。全队用时最短的为胜利队。

特别注意：碰倒标志杆的运动员，必须将标志杆恢复原样，才能继续比赛。否则不予计算成绩。

全体初一、初二在校学生

（一）个人项目每班限报三人，每人限报两项；集体项目按照每项要求人数报名（在总人数不变的情况下，可增加女生人数）；每名运动员包括个人项目和集体项目限报5项。

（二）报名有缺项的班级，最后计算团体总分时，按照每人次扣1分。

（三）已报名的运动员不得无故缺席或弃权（因公务或伤病除外），违者按照每人次扣除该队总分5分。

（四）个人和集体项目都不得冒名顶替，如有违规现象，经举报查实后，扣除该班全部分数，扣除德育量化评比10分。

（一）个人项目取前八名，计分按照9、7、6、5、4、3、2、1计入总成绩。

（二）团体项目按照14、10、8、6、4、2计入总成绩。

（三）团体前两名颁发奖状。

1、 各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得随意走动，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、 各班要求服装统一。任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

本方案未尽之处另行通知，本方案解释权属活动领导小组。

**趣味运动会比赛的活动方案篇五**

x年x月x日

xx园操场

xx园幼儿、家长、教师

通过开展庆祝“亲子运动会”系列活动，使幼儿及家长在活动积极的参与中体验合作与亲子交往的快乐，从而度过一个幸福、难忘的亲子运动；使家长在参加活动中，进一步感悟我园幼儿教育的观念，趁此机会我们组织此次活动是希望创造机会让父母和父母，孩子和孩子以及父母和孩子之间有更多的交流，同时也为了温馨我们共同的家园！

1、开幕式进场仪式进场顺序：园旗、彩旗队 单车车队、滑轮车队、小班级及家代表队长、中班级及家长代表队、大班级及家长代表队、（各级并列成四路纵队行进）。

2、全体肃立、奏\*\*、升国旗、园旗。

3、宣布运动会开幕、致开幕辞（园领导）。

4、幼儿及家长运动员代表宣誓。

5、领导宣布xx幼儿园亲子运动开始。

6、各代表队退场到年级固定的位置，趣味运动会正式开始。

7、各个裁判组成员到位，裁判安排如下：计时：xxx、终点：xxx、发令：xxx、检录检查：xxx，集体项目裁判：xxx、xxx， xxx， xxx、xxx， xxx，个人项目裁判：xxx， xxx、xxx，公告：xxx、xxx、xxx，广播宣传：xxx、xxx、奖品：xxx、xxx、后勤部：xxx。工作人员教师共xx人，幼儿家长共xx人。

1、 趣味接力赛；

2、手足情深、

3、跳圈接力

4、宝贝新娘

5、齐心协力

1跳绳、

2企鹅漫步、

3滑轮比赛、

4、掌上明珠、

5、摸鹿鼻子、

6、盲人击鼓、

7、钓鱼、

8、挟乒乓球、

8、套圈、

9、吹气球、

10、呼拉圈比赛、

11、运用爆破音吹蜡烛、

12、比比谁的眼力好、

13、比比谁的运气好

共分五个挑战项目，每个项目的比赛距离为10米，顺序：钻、爬、平衡、跨、跑（家长完成）各队以完成比赛的先后顺序计算成绩。

各参赛队伍分成4组进行预选赛，每组8支队伍，每组取前2名进入决赛，决赛规则同预选赛。

参赛队员：每队3人 （家\*\*为单位）

比赛规则：参赛运动员一手握一足，然后用单足跳的方式完成10米赛段（分三段幼儿、爸爸、妈妈共30米）。

发令员：人

现场裁判：人

参加人员：每队3人 （家\*\*为单位）

比赛规则：参赛家\*\*幼儿完成障碍物跳10圈，然后家长接力继续往前跑，完成50米赛段。

发令员：人

现场裁判：人

参加人员：每队3人（家\*\*为单位）

发令员：人

现场裁判：人

比赛规则：比赛开始家长双手交叉搭成“花轿”，幼儿坐在“花轿”上，完成50米赛段。

参赛人员：每队2人

比赛规则：二名参赛家\*\*成员面对面用身体将一排球夹住，每人双手在背后交握，侧跑完成规定赛段，如果球落地，则要在球离开身体处由裁判重新放球继续赛程。

道具：气球

发令员：人

现场裁判：人

1、跳绳比赛、以时间来计算、多的为胜。获奖券一张。

2、企鹅漫步

3、完成距离的，获 奖券一张。

4、掌上明珠：主持人要准备好一个乒乓球和一个乒乓球拍。参赛者将乒乓球平放在乒乓球拍上，沿着桌子走。走至终点，球未丢就得一张奖劵。（桌子竖排三张，参赛者沿桌子在规定时间内绕一圈。）

5、摸鹿鼻子：每人摸一次，蒙上眼睛转三圈，凡摸到鹿鼻子的，可获奖券一张。

6、盲人击鼓：每人击一次，蒙上眼睛转三圈，凡击中鼓者，获奖券一张。

7、钓鱼：每人钓一分钟，钓三条者，获奖券一张，钓六条者获奖券二张，以此类推。

8、挟乒乓球：每人挟一分钟，挟完20个乒乓球者，获奖券一张，挟完40个乒乓球者，获奖券二张。

9、套圈：每人套五次，套中二个者，获奖券一张，套中四个者，获奖券二张，套中五个者，获奖券三张。

10、运用爆破破音吹蜡烛：主持人准备好六支蜡烛并点燃，若干道问题。主持人提问一个问题，参赛者需用回答的话中发出的气息吹灭蜡烛，即得奖劵。如：主持人问：“有兔子在草地上你会怎么做？”回答者用“扑过去”的“扑”的发音而喷出的气息来吹灭蜡烛。

11、比比谁的眼力好：主持人准备好三支筷子，一个空啤酒瓶。参赛者站在啤酒瓶的一侧，筷子离瓶口约一米的距离，瞄准瓶口，放掉手中筷子。如果筷子掉进瓶里，便是优胜者，即得奖劵。每人有三次机会。

12、快乐呼拉圈：在地上摆放五个空易拉罐。每个易拉罐之间的距离为二十厘米。参赛者应站在离易拉罐一米远的地方，才能向易拉罐扔圈圈（圈圈的大小要适当）。每扔中一次即得奖劵。每人有三次机会。

13、比比谁的运气好：主持人要准备好若干颗且颜色不一样的珠子，其中红色的有三颗。主持人把珠子放在一个不透明的袋子里，让游戏者伸进袋子里抓三次，每次只抓一个珠子（多抓不算），若抓中红色珠子，则中奖劵；反之，没有中奖。

00：00—00：00 第一组

00：00—00：00 第二组

00：00—00：00 第三组

00：00—00：00 第四组

00：00—00：00 决赛

颁奖（集体优胜奖与团体优胜奖）；参加亲子运动会活动的每个家\*\*以奖券到领奖台发给纪念品一份。

1、集合。

2、颁奖。

3、园领导致词。

4、总裁判长宣布具体比赛结果。

5、颁奖。

6、策划组组长宣布运动会闭幕。

**趣味运动会比赛的活动方案篇六**

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们擅于把趣味运动和同学们某方面的学习的需求进行融合错位策划，使它同时融合了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了观赏性。为了更好的促进班级男生女生的交流，将举办趣味运动会愉悦同学们的身心，使大家在学习之余，增强同学们之间的交流。

趣味体育运动，一方面非常适合同学们联合开展活动，因为其比拓展训练更具趣味及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每个同学，增进同学与同学之间的亲密感，从中学会团队协作;另一方面具有强身健体的作用，对于埋头学习或者游戏的大学生来说更具吸引力。它的竞技性、趣味性及观赏性能够带给同学们另一种新奇的体验，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，进一步锻炼同学们的能力。

(一)、活动时间：20xx年4月22号

(二)、活动地点：c区高地操场

(三)、参赛对象：硕研16-1班全体学生，以宿舍为单位参加

(四)、比赛项目：

1、三人四脚：以组为单位参赛。从起点出发，到达终点后再返回起点，按用时进行排名，用时最少者为第一名。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

2、踢毽子：以组为单位参赛。组内每人有1分钟的参赛时间(过程中毽子掉落可捡起继续踢)，总成绩记组内成员的个数总和。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

3、全员跳绳：以组为单位参赛。两人摇绳，两人跳绳。跳绳队员2人全部依次上绳，进行齐跳。以2人齐跳开始计数，不足2人不计数，计时1分钟，每次中断重新开始。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

4、百投百中： 以组为单位参赛。组内每人有两次机会，站在指定位置向目标位置投掷沙包，取最好成绩，组内最终取四人平均成绩为该项目的成绩。

一等奖1组：蓝月亮洗衣液2kg 或 羽毛球拍一副(跟2kg洗衣液同等价位)

二等奖2组：蓝月亮洗衣液1kg 或 羽毛球拍一副(跟1kg洗衣液同等价位)

三等奖3组：精美笔记本(每人一本)

参与奖：每人一瓶脉动

**趣味运动会比赛的活动方案篇七**

本院运动会即将来临，通过趣味运动会丰富多彩的内容形式使每位同学积极参与其中。本次活动本着以丰富同学们课余生活的主旨，以选拔优秀运动员为院运动会准备为主要目的，希望各位同学积极报名主动参与;于此同时促进同学间交流，加强班级间互动，创造出和谐欢乐的班级氛围。

：20xx年3月17日星期四，下午3:00——5:00

：西区体育场

：三班班委

：1、100米敏捷测试

2、200米耐力敏捷性测试

3、三级跳远

4、立定跳远

5、乒乓至准

6、100米三足协同跑

7、跳绳接轮

8、拔河比赛

1、班委提前十分钟到，做好比赛事项的准备;

2、所有同学到时要签到

3、比赛期间注意安全

4、穿运动衣、运动鞋

5、没人至少参加三项

班委记录成绩，参与的成员要尽量展示自己的体育特长，尽可能的参加所有项目

：参加完五项的同学可凭纸条兑换奖品

：三班文娱委员

**趣味运动会比赛的活动方案篇八**

1．为我司员工提供一个全员参加、并与员工家属互动的平台，增进公司部门之间的交流，加强家属对公司团队及文化的了解；

2．弘扬我司铁军精神，积极开展体育竞技活动，展现我司活力四射、积极向上、团结拼搏，勇于进取的风采；

1、活动时间：

2、活动地点：

3、参赛对象：

4、主办单位：

1.分组说明：以之前的连队为单位，分4个队进行比赛（赛前确定羽毛球赛参赛人员名单）；

2.计分设置：本次比赛各项目按下表计算分数

如果两组名次并列时占两个名次（依次类推），得分取并列名次所取分数。例如，有两组并列第三名，则均加奖4分，由于占两个名次，所以此项目名次为第一名、第二名、第三名（并列）。最终累积5个单项得分为团体总得分。

注：篮球赛第一轮分数由男子赛场上得分与女子投篮得分组成，分数高者晋级下一轮比赛，第二轮以上比赛则直接取比赛场上得分。

3.奖项设置：

分团体奖和单项奖，团体奖奖励5项比赛总分1-4名，分设奖金；单项奖

1、各组组长、副组长负责在活动前组织本组成员集合参与活动，当日活动过程中，根据活动安排担当相应职责，具体内容于活动前知会到；

2、如遇临时天气变化，不影响正常户外活动的情况下，活动照常进行。

3、参加人员自行前往，要求提前到达会场。

**趣味运动会比赛的活动方案篇九**

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。

三、活动主题:“少年壮志自得林，跆拳妙趣塑人生”

四、活动时间：20xx年六月五号14:00~17:00(周日)

五、活动地点：东操场

六、活动人员：

七、活动单位：

八、活动流程

(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，先由一人边蹲边蹲，蹲完顺势指向xx，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。

(一)道具

刀1把

西瓜4个

脚靶10个

眼罩2个

筷子2双

乒乓球10个

盆4个

气球1包

纸条6张

调制饮品数杯

一次性水杯一包

(二)场地布置

全体大二大三负责搬道具和布置场地，并且了解活动整个流程和规则。

十、活动细节

1、友谊第一，比赛第二。比赛过程中要公平公正，自觉遵守比赛规则。不得有过分行为或语言冲突。

2、比赛中有异议一定要及时和裁判说明。活动最终解释权归会长所有。

3、活动结束后，自觉清理场地留下的垃圾。

4、活动结束后，由会长颁发奖励。并在最后合照留恋。

**趣味运动会比赛的活动方案篇十**

企业开展趣味运动会，是为了进一步提高员工素质，倡导绩效团体，营造和谐氛围，构建成功企业。下面是小编整理的关于企业趣味运动会的活动策划方案，希望能帮到你。

企业趣味运动会活动策划方案范文1

目录

一、组织要素

二、简要流程

三、现场布置

四、流程掌控

五、物料配置

六、活动执行倒计时工作表

七、活动所需表格

八、组织管理

一、组织要素

活动名称：趣味运动会

活动时间：20xx年8月26日(暂定) 活动地点：宿舍篮球场

活动规模：将生产组分为六大块编号分别为a、b、c、d、e、f，每组10人以上。(统计六组组长及组员名单) 活动对象：生产组全体员工趣味运动会策划方案

二、简要流程

1，人员就位 预计用时10分钟 2，主持人致词 预计用时5分钟 3，领导致词 预计用时3分钟4，游戏一：袋鼠跳 预计用时30分钟 5，游戏二：凌波微步 预计用时30分钟 6，游戏三：龙珠戏水 预计用时20分钟 7，游戏四：夺宝奇兵 预计用时30分钟 8，游戏五：愤怒的气球 预计用时20分钟 9，游戏六：背运气球 预计用时30分钟 10，颁奖仪式 预计用时20分钟

三、现场布置

游戏区：游戏主要活动区

服务区：提供参赛者休息、饮水

四、具体流程

1，人员就位 待定

主持人：\*\*\* \*\*\* (主要负责调动现场气氛，讲解游戏规则) 裁判：\*\*\* (主要负责发游戏指令，评判游戏过程中的犯规行为)

通讯员：\*\*\*、\*\*\*、\*\*\*(主要负责参赛者人员赛前就位，游戏的计时积分) 参赛者：(见附件《参赛人员名单》)需整理

后勤人员：保洁员、物料采购员、场地规划人员、道具准备人员、桌椅还原人员

2，主持人致词

(1)运动会开幕式致词 (2)宣布游戏规则：

a比赛采取积分方式，六个游戏按照比赛排名进行相应积分。(第一名至第六名积分对应：10，8，6，4，2，0)

b积分排名前三名的小组获得运动会冠、亚、季军。单项游戏第一名的小组成员均有纪念品发放。

3，领导致词 此环节跟领导商议后待定

4，游戏一：袋鼠跳

名称：袋鼠跳

道具：统一规格布袋4个

参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出10人参加)

场地要求：标记起跑线和跑道线，跑道线长20米，宽1.2\*3=3.6米

游戏规则：

比赛分两轮进行：第一轮由a、b、c三组参加，第二轮由d、e、f三组参加。每组10人分成两队各站在跑道线两端。比如a组分成a1、a2两组，两端各站五人。比赛开始前，a1第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向a2对前进，中途布袋不得脱离双腿，至a2对时脱去布袋，由a2队队员套上布袋向a1对前进，循环至最后一名队员。

比赛过程中若有摔倒，自行爬起，但布袋始终必须套在腿上，如有滑落需重新套上方可继续比赛。比赛过程中对组队员各行其道，不能越线。其他五组依此类推。

游戏评分规则：计时制。用时最短的组获得单项游戏的冠军。记录每组完成游戏的时间，根据比赛评分表进行积分。

5，游戏二：凌波微步

名称：凌波微步

道具：乒乓球6个(球上标记1—6)，乒乓球拍6只(标记1—6) 参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出10人参加)

场地要求：标记起跑线和跑道线，跑道线长20米，宽1.2\*3=3.6米(沿用游戏一场地，详见图2) 游戏规则：

比赛分两轮进行：第一轮由a、b、c三组参加，第二轮由d、e、f三组参加。每组10人分成两队各站在跑道线两端。比如a组分成a1、a2两组，两端各站五人。比赛开始前，a1组第一名队员将球放在球拍上，听裁判口令开始，从起点一路端到终点，在终点将球拍和球给a2第一名队员，依此循环，跑的最快的一组为游戏冠军。在整个过程中，球若掉在地上，必须捡起来从当前队员开始位置重新跑向终点。

游戏评分规则：计时制。用时最短的组获得单项游戏的冠军。记录每组完成游戏的时间，根据比赛评分表进行积分。

6，游戏三：龙珠戏水

名称：龙珠戏水

道具：乒乓球6个(球上标记1—6)，水杯11\*3=33个(标示0—10)，长桌3张，水壶1个

参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出5人参加)

场地要求：比赛场地3\*2米，3张桌子平行排列中间间隔1米。桌面上依此放11水杯(标示0—10)，排成一条直线。杯子中装满水。

游戏规则：

比赛分两轮进行：第一轮由a、b、c三组参加，第二轮由d、e、f三组参加。每组5人参加。比如a组，比赛开始前，a1组第一名队员在桌子一端，听裁判口令开始，将乒乓球从1号吹到最后一个杯子。比赛时间20秒，20秒时取球所在杯子对应积分。若20秒内把球吹到最后一个杯子，可以继续重头开始吹。在比赛过程中，参赛者若将球吹出杯外则该参赛者出局。积分取出局前球所在杯子对应的积分。由该组第二名队员进行接力。 游戏评分规则：限时积分制。将每组5人的积分加起来，总分最高的组为该项游戏的冠军。记录游戏排名，得出每组在该项游戏中所获积分。

7，游戏四：夺宝奇兵

名称：夺宝奇兵

道具：椅子6\*5=30把，气球18个

参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出6人参加)

场地要求：比赛场地10\*10米。赛区分abcdef六块。每块赛区内放置五把椅子。

游戏规则：

比赛一轮进行：六组人员同时参加，每次两个人搭档。比如a组，比赛开始前，a组派出a1,a2两名队员。如图所示两人各站的位置。a1蒙上眼睛后，由其他组队员调整a区域内的椅子位置。a2手中拿着一个大气球。听裁判口令后，a2通过语言指引让a1依此到达五个椅子并坐下。最后走向a2。将气球弄破，此组结束，a组下面两名队员准备。直到第三个气球破时，游戏结束。

游戏评分规则：计时积分制。用时时间最短的组为该项游戏的冠军。记录游戏排名，得出每组在该项游戏中所获积分。

8，游戏五：愤怒的气球

名称：愤怒的气球

道具：气球 6\*3\*6=108个，细绳一扎

参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出3人参加)

场地要求：比赛场地10\*10米。赛区分abcdef六块，分为比赛区和准备区。(比赛沿用游戏四场地)

游戏规则：

比赛一轮进行：六组人员同时参加，每次派出一名队员。比如a组，比赛开始前，a组派出a1,有队员协作给a1两只脚各绑3个气球。听裁判口令后，每组第一名队员a1、b1、c1、d1、e1、f1进入比赛区。参赛者互相踩气球，脚上气球全破者出局，准备去内的第二名队员进入比赛区。依此进行游戏。

游戏评分规则：限时积分制。游戏时间3分钟，3分钟后统计每组队员脚上气球总和，最多的则为该项游戏的冠军。若出现平分则按由平分对各派一名队员进行加时赛。记录游戏排名，得出每组在该项游戏中所获积分。

9，游戏六：背运气球

名称：背运气球

道具：大号气球3\*6=18个，椅子3把

参赛组：a、b、c、d、e、f六组人员(每组派出3男3女人参加)

场地要求：标记起跑线和跑道线，跑道线长10米，宽1.2\*3=3.6米(沿用游戏一场地)

游戏规则：

比赛分两轮进行：第一轮由a、b、c三组参加，第二轮由d、e、f三组参加。每组6人参加。比如a组，比赛开始前，a组派一男一女两名队员站在起跑线处，联合用背将球夹住。在终点处放置一把椅子。听裁判口令开始，从起点一路夹到终点，到了终点后要男生坐在椅子并将气球放到腿上，由女生坐爆。听到气球爆炸声后，起跑线另一段的第二组男女才可以开始运气球。在整个过程中，不得用手接触气球，气球掉落、夹破，均视为犯规，必须捡起来从当组队员开始位置重新跑向终点。

游戏评分规则：计时积分制。用时时间最短的组为该项游戏的冠军。记录游戏排名，得出每组在该项游戏中所获积分。

10，活动结束

(1)主持人宣布比赛结果，积分前三名颁奖。单项游戏冠军发放纪念品 (2)后勤人员清理现场，将游戏道具清理，桌椅还原。

五、物料配置

1，游戏道具统计

(1)总环节道具：打气筒1个，细绳2扎，剪刀2把，粉笔1盒

(2)各游戏环节道具 a袋鼠跳：统一规格布袋4个

b凌波微步：乒乓球6个(球上标记1—6)，乒乓球拍6只

c龙珠戏水：乒乓球6个(球上标记1—6)，水杯11\*3=33个，长桌3张，水壶1个 d夺宝奇兵：椅子6\*5=30把，气球18个 e愤怒的气球：气球 6\*3\*6=108个，细绳一扎 f背运气球：大号气球3\*6=18个，椅子3把

统计：统一规格布袋4个，大号气球18个，小气球140个，椅子30把，桌子3张，水杯33个，乒乓球10个，乒乓球拍6个。 2，奖品：

冠军：\*\*\*，亚军：\*\*\*，季军：\*\*\*

单项游戏冠军纪念品：10+10+5+6+3+6=40个纪念品

六、活动执行倒计时工作表

(待定制)

七、活动所需表格

八、组织管理

安全管理

保洁管理 应急措施

企业趣味运动会活动策划方案范文2

活动内容和细则：

婚庆部支拱门，广告部制作条幅“20xx巨野国运集团春季

员工运动会隆重开幕”

一、团体项目

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。企业运动会策划方案(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。

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

二等奖(第二名)，丝袜一双或洗衣粉一包

参与奖，护肤香皂一块

个人类：一等奖(第一名)，太阳伞一把

二等奖(第二名)，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

企业趣味运动会活动策划方案范文3

一、活动主题：健康人生，快乐你我他

二、活动目的：为进一步提高员工素质，倡导绩效团体，营造和谐氛围，构建成功企业，根据公司目前生产状况尚不紧急的现状，将组织全体员工开展趣味运动会。

三、活动时间：( )月份(具体时间根据活动场地和生产状况调整进行最后确认)

四、活动地点：分为室外：厂区和室内：车间(根据当天的天气情况调整)

五、活动对象：公司全体在职员工(可以由每条流水线或每个车间或每一个部门为一个团队(4男4女共8人)，指定1名队长，由其确定参赛的人员名单及本队队名提前报到筹备组和比赛时对人员的管理工作。

六、活动组织：

(一)总指挥：运动会总负责人及指挥，负责协调与各活动小组的工作，并指定各组负责人，为获胜队颁奖。

担任人：

(二)筹备组：负责运动会的宣传、组织和安排;经费的预算，做好各类物资的采购和管理工作;负责运动会的摄影拍照工作;编排运动项目内容及相关规则、评比办法;参加活动场地规划;负责运动员报名;

担任人：趣味运动会策划方案(三)裁判组：由主裁判1名和裁判员若干名组成。主裁判员负责各运动项目赛事成绩的汇总以及各裁判员的培训工作。裁判原则上一个运动必须配备两名裁判，一人负责记录比赛结果，一人负责计时并赛前重申比赛规则。

担任人：

(四)后勤保障组：负责比赛场地的清理，道具的准备，秩序的维护以及突发事件。 担任人：

七、运动项目、赛事规则及奖项设置

**趣味运动会比赛的活动方案篇十一**

为纪念“5.12”国际护士节，深化优质护理服务，展示我院护理队伍良好的精神风貌和职业风范，结合我院护理学重点专科建设。经研究决定，在全院范围内开展纪念“5.12”国际护士节系列活动，具体方案如下：

纪念“5.12”国际护士节，弘扬南丁格尔为护理事业无私奉献的高尚品德，激励全体护士爱岗敬业、积极进取、勇于创新，激发护理人员的工作热情，表彰奖励在护理工作岗位上做出突出贡献的先进模范人物，加强护理队伍建设，促进我院护理工作全面、协调、持续发展。

“立足实际，以人为本，维护健康，创先争优”

1、评选“优质护理服务先进护士”、“优质护理服务先进科室”、“护士长”与“带教老师”活动。

2、开展第二届“品管圈成果汇报”竞赛活动。

3、召开纪念5.12国际护士节暨表彰大会。

表彰内容：

①20xx年度获得市级以上表彰的人员。

②20xx年度护理三基理论与操作考核前10名。

③20xx年夜班出勤前10名。

④促进全民阅读征文评选活动获奖者。

⑤“优质护理服务先进护士”、“优质护理服务先进科室”、“护士长”与“带教老师”。

⑥第二届“品管圈成果汇报”竞赛活动获奖者。

1、5月x日前完成各项评选与统计工作。

2、5月x日下午召开纪念5.12国际护士节暨表彰大会。

（一）“优质护理服务先进护士”评选条件：

1、本单位在册在岗且连续从事临床护理工作三年以上的护理人员；

2、热爱护理工作，爱岗敬业，无私奉献；

3、具有良好的思想品德和职业道德，遵纪守法，无违法违纪现象；近一年未发生护理差错事故；

4、坚持“以病人为中心”，视病人如亲人，关心体贴病人，在优质护理服务方面起到模范表率作用，并得到同行和病人的普遍好评；

5、熟练掌握基础护理和专科护理知识，护理操作技术熟练，业务水平较高，成绩显著；

6、近一年（20xx年5月至20xx年x月期间）未出现病人投诉且病事假累计不超过14天。

（二）“优质护理服务先进科室”评选条件：

1、开展优质护理服务>3年。

2、公示并落实服务项目。根据《综合医院分级护理指导原则（试行）》，细化分级护理标准、服务内涵和服务项目，在病房予以公示。

3、弹性排班，每个护士平均负责患者数

4、临床护理服务规范、到位，并能体现专科特点，保障医疗质量和患者安全。

5、患者满意程度高。患者知晓自己的责任护士，对护理服务认可、满意，患者满意度≥95%。

6、医患关系和谐，陪护率明显下降，近一年无病人投诉（20xx年x月至20xx年x月期间）。

（三）“护士长”评选条件：

1、本单位在册在岗且连续从事护理管理工作二年以上的护士长；

2、爱岗敬业，无私奉献，遵纪守法，团结同事，在护理人员中能起到模范带头作用；

3、具有良好的沟通、协调、组织、管理能力，科室管理科学规范，在上级检查考核中得到好评；

4、坚持“以病人为中心”，视病人如亲人，关心体贴病人，所在科室病人满意度≥95%，并得到同行和病人的普遍好评；

5、熟练掌握护理管理与专科知识，护理技术操作熟练，业务水平较高，成绩显著；

6、近一年（20xx年x月至20xx年x月期间）未出现病人投诉且病事假累计不超过14天。

（四）“带教老师”

1、本单位在册在岗且连续从事护理带教工作一年以上的护理带教老师；

2、爱岗敬业，遵纪守法，带教认真，在护理实习生中得到较高评价；

3、具有良好的带教、沟通、教学能力，科室带教工作规范，在上级检查考核中得到好评；

4、坚持“以病人为中心”，视病人如亲人，关心体贴病人，所在科室病人满意度≥95%，并得到同行和病人的普遍好评；

5、熟练掌握护理专科知识，护理技术操作熟练，业务水平较高，成绩显著；

6、近一年（20xx年x月至20xx年x月期间）未出现病人投诉且病事假累计不超过14天。

六、评选办法和要求

（一）各科室（护理单元）按照有关标准，自下而上，层层评选、逐级推荐，确保推荐质量，原则上每个科室（护理单元）限推荐“优质护理服务先进护士”1-2名、“带教老师”1名，在全院范围内推荐“护士长”7名与“优质护理服务先进科室”5个。

（二）申报“优质护理服务先进护士”、“优质护理服务先进科室”、“护士长”与“带教老师”，需附简单的事迹介绍，于5月x日前报护理部，逾期视为自动放弃。

（三）第二届“品管圈成果汇报”竞赛活动，由护理部统一组织，每个护理单元推荐1名代表参加汇报比赛，按成绩产生一等奖1名，二等奖2名、三等奖3名、奖10名。

（四）全民阅读征文评选活动，由护理部、工会、团委统一组织，各护理单元安排好工作积极参与。

**趣味运动会比赛的活动方案篇十二**

⒈集体项目

（）拔河比赛

参赛人员：车间以班组为单位分成六组参赛，后勤为二组（销售组、后勤组），共分成组，每组人。

比赛方法：实行三局两胜制，各方抽签决定对手，预赛选出四个组进入决赛，决赛评出冠亚军各一组，季军两组。

比赛地点：展厅东、西门前空地。

比赛用时：小时

比赛用品：拔河绳根。

比赛裁判：两名

奖项设置：冠军奖一名奖品每人价值元衬衣一件

亚军奖一名奖品每人价值元手套一副

季军奖二名奖品每人价值元手套一副

（）结队而行

参赛人员：车间以班组为单位分成六组参赛（小挖班、小装班、试车班、加工班、喷漆班、车间办），后勤为二组（销售组、后勤组），共分成组，每组人。（最好有女员工参加）

比赛方法：比赛开始前先把每一组人员的左腿和右腿分别绑在一起，多组并排一起站在起跑线上，裁判喊“开始”时，各队齐出，以到达终点的先后顺序决定名次。

比赛地点：展厅北门前空地。

比赛用时：小时

比赛用品：绑腿绳根、长方管根。

比赛裁判：名

奖项设置：冠军奖一名奖品每人价值元衬衣一件

亚军奖一名奖品每人价值元手套一副

季军奖二名奖品每人价值元手套一副

⒉单人项目

（）象棋比赛

参赛人员：公司全体人员皆可报名参赛（限名）。

比赛方法：抓阄决定对手，三局两胜即为胜出，实行淘汰赛，每场比赛胜出选手参加下场比赛，四场比赛决定出名次。

比赛地点：展厅内西区。

比赛用时：三小时

比赛用品：中国象棋副。

比赛裁判：名

奖项设置：冠军奖一名奖品价值元象棋一副

亚军奖一名奖品价值元象棋一副

季军奖二名奖品价值元象棋各一副

备注：正式比赛前一天可安排前两场比赛。

（）一分钟跳绳

参赛人员：公司全体女员工皆可报名参赛。

比赛规则：一分钟内所跳个数的多少决定名次。

比赛用品：跳绳两根、计时器一个（钟表即可）。

比赛地点：展厅内东区。

比赛用时：一小时

比赛裁判：两名

奖项设置：冠军奖一名奖品价值元羽毛球拍一副

亚军奖三名奖品价值元呼啦圈各一个

季军奖五名奖品价值元跳绳各一根

（）升级比赛

参赛人员：以班组、科室为单位报名参加，每个班组选两个代表参加比赛，共计组。

比赛规则：按升级比赛规则，最先打到分的即为胜出，抓阄决定对手，最先胜出的前组进入下一轮比赛，第二轮最先胜出的两组进入决赛，三场比赛决定出名次。

比赛地点：展厅内西区。

比赛用时：三小时

比赛用品：扑克副。

比赛裁判：

奖项设置：冠军奖一名奖品每人价值元衬衣一件

亚军奖一名奖品每人价值元手套一副

季军奖二名奖品每人价值元手套一副

⒈会前阶段

次序

日期

内容

日前

确定趣味运动会方案

日－日

下发趣味运动会通知，开始接收报名，并广泛宣传发动。

日－日

最后确定运动会方案及参会人员名单。

日－日

采购运动会比赛项目用品及奖品

日上午

布置运动会现场，检查器材。

日下午

召开全体会务人员会议，检查运动各项准备工作，查缺补漏。

⒉会中阶段（月日）

次序

时间

内容

：－：

会场准备，集合员工。

：－：

全体员工共唱国歌。

：－：

公司主要领导发表讲话，宣布运动会开始。

**趣味运动会比赛的活动方案篇十三**

为了迎接青奥会，丰富我校教职工业余文化生活，树立“健康第一”理念，经学校工会研究并报校长室批准，决定召开第十届教职工趣味运动会，本届运动会以趣味性为主，提倡全员参与。现将方案公布如下：

20xx年10月24号（星期三）下午13：30——17：20

单项比赛时间：13：30——15：50；团体比赛16：00开始

东区中学田径场

1、个人项目分组（分男女组计分）：

男：中青年组（50岁以下含50岁）女：中青年组（50岁以下含50岁）

老年组（50岁以上）老年组（50岁以上）

2、团体项目分组：小学1组，小学2组，中学1组，中学2组，国际高中组，行政组

1、投靶掷准2、足式保龄球3、自行车慢行4、飞盘进门大赛5、定点投篮比赛6、赶猪赛跑

1、抱三球接力2、三分钟跳长绳3、拔河

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、全部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、全部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。

**趣味运动会比赛的活动方案篇十四**

本园操场

本次活动围绕“我运动，我健康，我快乐”为主题，为孩子和家长创造一个良好的合作氛围，营造一种积极向上，勇于拼搏的体育精神，让孩子们在游戏中锻炼，在锻炼中快乐！

1、培养孩子对体育的兴趣爱好，让孩子体验运动的快乐，竞争的乐趣，参与的欣慰。

2、让孩子在各种有趣的游戏中得到体能锻炼，增强个年龄段幼儿的动作灵活性和协调能力。

3、培养幼儿之间的友好合作精神，感知团结奋进的力量，感受合作精神的美好。

4、通过形式多样的亲子游戏，增强家长与孩子之间的情感交流，更好的达到家园同步。

一教师和一幼儿

1、各工作人员到位，运动员到位；

2、国旗队，校旗队，击鼓队入场；

3、全体起立，奏国歌，升国旗；

4、园长讲话；

5、家长代表讲话；

6、运动员代表宣誓；

7、运动员退场；

8、体育才能展示（音乐响起）：

溜冰队——滑板车队——自行车队——跳绳队——踩高跷队——呼啦圈队——拍球队——武术展示；

9、各班轻器械操表演（分年级组进行，各班自编）；

10、各班拉拉队助威（小班由家长和孩子一起表演助威）；

11、各项游戏比赛开始；

12、颁奖仪式：

集体奖三名（最佳形象奖、最佳组织奖、最佳参与奖），

个人奖分年级一等奖一名，二等奖二名、三等奖三名。每个游戏设一个奖项。

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