

2023年趣味魔方比赛活动方案(优质8篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

趣味魔方比赛活动方案篇一

羽毛球比赛广泛实践与大中小型企业， 私营企业以及大学校园，特别是校园研究所内举办的.羽毛球比赛，更能提升集体的凝聚力，激发大家的热情，让彼此的关系更亲近，让所内的气氛更和谐，进而使大家在科研上有所作为。

此次比赛是借鉴咱们所四月份成功举办羽毛球比赛的基础上策划实施的，秉着“全民参加，快乐至上”的原则，此次比赛进行的是多方位、多元化、多视角、的团体比赛，每一项比赛都关乎团体的最终成绩。在所内所有人员融洽相处，彼此了解的基础上，纯竞技比赛已经不能完全满足大家需要的刺激性，所以本次比赛添加了趣味比赛的元素，让比赛更有悬念，更有趣味性，来满足大家的心理需求。

本次比赛原则是各队选派选手，分别进行男单、女单、男双、女双、混双、师生对（混双）各两场，每场均采用三局两胜，每局21球。每赢一场积一分。除非在没有人的情况下，否则不能重复参加比赛。

为了提高本次活动的娱乐性，设趣味活动7项，在每项比赛之间穿插进行。不参加比赛者必须参加趣味活动，余者自愿。趣味活动参加人员由各组自行安排。每项活动优胜者个人颁发奖品。

两队，每队派5名选手（三男两女），每位选手用羽毛球拍将10个球尽可能多的打入面前5米处放置一个塑料桶。在一分钟内用拍子把球打到桶里，进球多的队获胜。过界击球者属于犯规，所击的球不计入成绩。

所需设备：50个羽毛球，1个大的塑料桶，划界线4米，奖品5份

所需人才：裁判两名

两队，每队各派5名主力上场比赛，以羽毛球场地内圈为界，踢毽子过网，在每一回合中每队可以两次触毽子机会（分别为不同的人，也可以一脚踢过去）毽子落在对方界内，得分，踢毽子出界，或毽子落地，对方得分。得分方发球，发毽子触网不必重发，不能用手接球，在比赛死球时候，取得裁判同意裁判后可以任意的换人。一共分为三局，每局11个球，三局两胜制。

所需设备：毽子2个。

所需人才：裁判两名

分两队，每队8人（六男两女），同时在两个场地进行比赛，每队在一个场地两边分别安置四个人，以羽毛球场外圈为界，选手必须站在发球线以后，在网两边按顺序击球，从第一个人打球，到最后一个人接球，为一轮，一轮结束后，最后一个人再将球击回给第一个人，开始下一轮，时间为5分钟，打的轮数多的队获胜。在比赛过程中，阵型可以自己摆，必须按顺序接球，如有球落地或者人出界情况，本轮从第一个人发球重新开始。

所需设备：羽毛球2个，奖品8份

所需人才：裁判四名

分两队，每队5人（四男一女），4个人不断的发球，每人10个球，另一个人在10米远的地方用一个纸篓接球（可移动）。用两条线限定双方距离，接、发球方都须站在线后（脚不过线，身体探过不犯规）。如果有越界情况，本球不计入总成绩。规定时间为5分钟，最后纸篓里面球多方获胜。

所需设备：纸篓2个，羽毛球40个，奖品5份

所需人才：裁判两名

每队派六个人分别参男双，女双，混双的比赛，惯用右手的改左手拿拍子，惯用左手的改右手拿拍子，能左右开弓的不参加，每小组比赛一局定胜负，为11个球，最后大比分领先者获胜。正常羽毛球双打规则比赛。

所需设备：羽毛球2个，奖品6份

所需人才：裁判两名

每队10人（至少两名女生参加），2人一小组，接力赛形式，两人在起点用头夹气球走到终点，将气球准确的放进桶中，再跑回起点，下一组选手才可以出发，中途气球掉落要从起点重新开始，直到最后一组选手返回起点时，计时结束，用时少的队伍获胜。

所需设备：气球若干，大桶1个，奖品10份

所需人才：裁判两名

分两队，每队10人，在赛场设置10个障碍物，障碍物每边站5个人，进行接力赛，每个队员都要拿着羽毛球拍托着乒乓球穿插着走过障碍物，最后用时间短的队伍获胜。在交接时用手将球放好再继续比赛，如果中途有选手碰到障碍物或者球落地的情况，此选手回到起点重新开始。

所需设备：障碍物10个，乒乓球1个，奖品10份

所需人才：裁判两名

此次比赛有人员参加项目次数的限定，所以对排兵布阵有很高的要求，所有比赛两队负责人负责协调本队的报名情况，于比赛前一个工作日提交到组委会（华博），名单一旦确定，只有在双方都同意的情况下在可以更改，请谨慎布阵。

热身结束后，正式开始本次比赛。

- 1、 男单比赛开始，出裁判四名。
- 2、 趣味比赛1
- 3、 女单比赛开始，出裁判四名。
- 4、 趣味比赛2
- 5、 师生混双比赛，出裁判四名。
- 6、 趣味比赛3
- 7、 男双比赛开始，出裁判四名。
- 8、 趣味比赛4
- 9、 女双比赛开始，出裁判四名。
- 10、 趣味比赛5
- 11、 混双比赛开始，出裁判四名。
- 12、 趣味比赛6

13、趣味比赛7

预算：场地费400元，羽毛球250元，团体冠军奖品500元，团体亚军375元，趣味比赛奖品50份，大约300元，大桶一个，纸篓两个，线4米，障碍物10个可在所内征集。预算共计1825元。

趣味魔方比赛活动方案篇二

为增强镇机关年轻干部及大学生村官的凝聚力，经镇团委研究，决定举办**镇趣味运动会。

策划：**

参与人员：机关35岁以下年轻干部、大学生村官，35岁以上干部可报名参加

**年5月4日下午1：30在龙头井集合

**

全体年轻干部、大学生村官采取现场男女分开抽签选择分组的方式，按照抽签颜色分为四个组（红、黄、蓝、绿），各队自行选出队长一名。（制作红黄蓝绿四种颜色小纸片，地面画好红黄蓝绿四个方阵队伍，抽到相应颜色纸片的人站到相应的队伍中，各队选出队长报主持人）

现场主持：**

负责：1、人员抽签分组。2、游戏规则介绍。

一）拔河比赛（比赛负责人：黄河）

视到场人数决定参赛人数，每队人数在8-10人之间。

初赛对阵：抽签决定（制作标有a1□b1□a2□b2的`纸牌，抽到a1的对阵b2□a2对阵b1□

决赛对阵：由初赛中选出的两支优胜队伍进行比赛决出冠、亚军，剩下两支队伍决出三、四名。

二）“三人四足”接力比赛（比赛负责人：许婷）

参赛四支队伍分两轮进行，每队派出6名参赛选手，（四名男队员和两名女队员），每队参赛队员分成两组（两男一女一组），赛场的两头各站一组，每组三人。

三人并排站立，女队员在两名男队员中间，女队员的左、右脚分别和旁边男队员的右脚和左脚绑在一起。比赛开始，始点的三人齐心协力向终点跑，赛道长30米。到达后在换另一组队员接力返回。根据用时长短决出1、2、3、4名。（每支队伍只发两根绑腿绳，队伍第一组人员到达后取下绑腿绳给接力人员，接力人员绑好后再跑，计总共用时）

三）快乐“抱抱爆”（比赛负责人：蒋勇）

参赛四支队伍同时进行，每队派出6名参赛选手，1名捡球人员（捡球人员交叉捡球，具体安排为红队帮黄队捡球、黄队帮蓝队、蓝队帮绿队、绿队帮红队），参赛队员分成三组，每组两人。

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（开始时其他队员可以协助放好球，游戏中由捡球人员放球），跨过终点线将球挤爆后下一组才能出发，用时最短者获胜。

游戏规则：队员移动途中手不得触球，球掉落须将球重新放好后在掉落处继续行进。

四) 集体跳绳 (比赛负责人: 刘彦)

选手: 每队10人, 比赛时, 每队任选2人悠绳。

规则: (1)8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, 8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。8人全部从a到b再从b到a跳完为一轮, 用时短者获胜。

(2)悠绳者必须抓住大绳两端的抓手。

(3)必须是8人完全通过, 比赛时如有队员未通过, 应重跳。

(4)抽签决定比赛顺序

五) 瞎子背瘸子 (比赛负责人: 张为)

目的: 沟通配合能力, 活跃气氛

游戏规则: 每支队伍选4名人员参赛, 2男2女, 选1名监督人员 (监督方式为红队监督黄队、黄队监督蓝队、蓝队监督绿队、绿队监督红队), 先由红队、黄队比赛, 男生背女生, 男生当“瞎子”, 用眼罩蒙住眼睛, 女生扮“瘸子”, 为“瞎子”指引路, 首先, “瞎子”原地转2个圈, 然后在“瘸子”的指引下绕过路障, 达到终点, 监督人员吹响口哨后另一组队员出发。用时短者获胜。

其中路障设置摆放塑料凳3张, 须绕行; 汽球, 须踩破; 塑料凳上的面包, 须吃完才能继续比赛。

名次: 以到达终点用时最短为准。

每轮比赛第1、2、3、4名分别计5、3、2、1分, 五轮比赛结束后计总分, 根据得分高低列出1、2、3、4名。

趣味魔方比赛活动方案篇三

为增强镇机关年轻干部及大学生村官的凝聚力，经镇团委研究，决定举办**镇趣味运动会。

策划： **

参与人员： 机关35岁以下年轻干部、大学生村官，35岁以上干部可报名参加

**年5月4日下午1： 30在龙头井集合

**

全体年轻干部、大学生村官采取现场男女分开抽签选择分组的方式，按照抽签颜色分为四个组（红、黄、蓝、绿），各队自行选出队长一名。（制作红黄蓝绿四种颜色小纸片，地面画好红黄蓝绿四个方阵队伍，抽到相应颜色纸片的人站到相应的队伍中，各队选出队长报主持人）

现场主持： **

负责： 1、 人员抽签分组。 2、 游戏规则介绍。

一）拔河比赛（比赛负责人： 黄河）

视到场人数决定参赛人数，每队人数在8-10人之间。

初赛对阵： 抽签决定（制作标有a1□b1□a2□b2的纸牌，抽到a1的对阵b2□a2对阵b1□

决赛对阵： 由初赛中选出的两支优胜队伍进行比赛决出冠、亚军，剩下两支队伍决出三、四名。

二) “三人四足”接力比赛 (比赛负责人: 许婷)

参赛四支队伍分两轮进行, 每队派出6名参赛选手, (四名男队员和两名女队员), 每队参赛队员分成两组(两男一女一组), 赛场的两头各站一组, 每组三人。

三人并排站立, 女队员在两名男队员中间, 女队员的左、右脚分别和旁边男队员的`右脚和左脚绑在一起。比赛开始, 始点的三人齐心协力向终点跑, 赛道长30米。到达后在换另一组队员接力返回。根据用时长短决出1、2、3、4名。(每支队伍只发两根绑腿绳, 队伍第一组人员到达后取下绑腿绳给接力人员, 接力人员绑好后再跑, 计总共用时)

三) 快乐“抱抱爆”(比赛负责人: 蒋勇)

参赛四支队伍同时进行, 每队派出6名参赛选手, 1名捡球人员(捡球人员交叉捡球, 具体安排为红队帮黄队捡球、黄队帮蓝队、蓝队帮绿队、绿队帮红队), 参赛队员分成三组, 每组两人。

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(开始时其他队员可以协助放好球, 游戏中由捡球人员放球), 跨过终点线将球挤爆后下一组才能出发, 用时最短者获胜。

游戏规则: 队员移动途中手不得触球, 球掉落须将球重新放好后在掉落处继续行进。

四) 集体跳绳(比赛负责人: 刘彦)

选手: 每队10人, 比赛时, 每队任选2人悠绳。

规则: (1)8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, 8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。8人全部从a到b再从b到a跳完为一轮，用时短者获胜。

(2) 悠绳者必须抓住大绳两端的抓手。

(3) 必须是8人完全通过，比赛时如有队员未通过，应重跳。

(4) 抽签决定比赛顺序

五) 瞎子背瘸子 (比赛负责人: 张为)

目的: 沟通配合能力, 活跃气氛

游戏规则: 每支队伍选4名人员参赛, 2男2女, 选1名监督人员 (监督方式为红队监督黄队、黄队监督蓝队、蓝队监督绿队、绿队监督红队), 先由红队、黄队比赛, 男生背女生, 男生当“瞎子”, 用眼罩蒙住眼睛, 女生扮“瘸子”, 为“瞎子”指引路, 首先, “瞎子”原地转2个圈, 然后在“瘸子”的指引下绕过路障, 达到终点, 监督人员吹响口哨后另一组队员出发。用时短者获胜。

其中路障设置摆放塑料凳3张, 须绕行; 汽球, 须踩破; 塑料凳上的面包, 须吃完才能继续比赛。

名次: 以到达终点用时最短为准。

每轮比赛第1、2、3、4名分别计5、3、2、1分, 五轮比赛结束后计总分, 根据得分高低列出1、2、3、4名。

趣味魔方比赛活动方案篇四

为活跃校园文化氛围, 提高教师运动技能, 增进友情, 加强交流, 增强员工身体素质, 弘扬体育精神, 展现积极健康向上的精神风貌。

1. 游戏设计
2. 游戏器材：乒乓球、球拍、筷子、碗等（zz负责准备器材）
3. 总裁判
4. 裁判助理
5. 成绩统计
6. 摄影摄像
7. 新闻撰写
8. 纪念品购买

1、工会小组长易露讲话

2、总裁判讲话

3、趣味比赛：

（1）乒乓球单打（负责人）

胜方得2分，负方得1分

（2）乒乓球双打（负责人）

胜方得4分，负方得2分

（3）“大搬运”筷子夹球（负责人）

按两分半钟之内运球个数排名：第一名得10分；第二名得8分；第三名得6分；第四名得4分。

(4) 乒乓球运球接力（负责人）

按运球时间长短排名：第一名得10分；第二名得8分；第三名得6分；第四名得4分。

4、宣布比赛成绩，颁奖、合影

5、易主任讲话。

八、项目负责人职责：

1. 游戏器材的准备。

2. 赛场规划、器材搬运、摆放，保证比赛的正常进行。

3. 负责赛前组织人员进行赛前游戏的示范。

1. 各组组长要高度重视，组织好本组教师积极参加，保证活动顺利开展。

2. 比赛成绩：以积分的多少评出一、二、三、四等奖。

3. 发扬团队精神，友谊第一，比赛第二。

1、12月7日下午全体女教职工抽签分组。

2、12月8日下午各项目负责人、各组组长召开培训会。

趣味魔方比赛活动方案篇五

扬体育精神展青春风采。

高中全体同学。

主办人员：

承办人员：

时间□20xx年x月x日——x月x日。

地点：篮球场。

1、个人项目：

五十米跑

立定跳远

2、男女混合集体项目：

投沙包

五十米混合接力

立定跳远：每人跳三次，不允许垫步跳步，不允许踩线，取个人成绩，以米为单位，保留小数点后两位小数，按跳的远度评出名次。

五十米跑：按跑得时间排名次，用时少者名次靠前。

跳绳：一分钟时间跳得个数。

投沙包：团体赛，从小到大画十个圆圈，每个圈分别是一到十分，然后从十米白线处投，投到几圈里是几分，一人五次机会，每个组十个人，然后每个组所有学生投的分加一起，分得高低排名次，取前三名。

五十米混合接力：不越线跑，不击掌不能跑，按跑到终点线得先后排名次。

活动比赛鼓励奖品(班级委员：朱亚琪，按比赛项目列出清单。

)

单项奖前三名：奖励笔和本子，和班级量化考核分别三、二、一分。

团体前三：奖励笔记本和量化考核全体组员三、二、一分。

趣味魔方比赛活动方案篇六

针对我校学生数学基础差，对基础知识、基本定理、概念掌握不牢的现状，为了夯实基础知识，促进学生对书上基础知识、定理、定义、概念的理解掌握；同时为了培养我校学生学习数学的兴趣，提高数学思维，本着“抓基础，练技能”的宗旨，考查学生对数学基础知识的掌握举办此次数学知识竞赛。

阿勒泰市第三中学高中部教务处

承办单位：

高中部数学

1、出卷人□xxx

2、监考人员：各班班主任

3、阅卷组：数学组

统一于周日(12月x日)第九节课在各班教室同时进行，有各班班主任监考。于12月x日公布获奖名单。

高一、高二全体学生

竞赛以答试卷的方式进行，教师下发相应的试题，学生在规

定的时间内答完，并上交答卷。范围是：

1、一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名、优秀奖6名

2□20xx年12月日颁发奖品

趣味魔方比赛活动方案篇七

时间：3月8日下午3：00

地点：幼教部操场。

1、滚轮胎

四人一组进行比赛，要求沿跑道滚到终点，速度快者获胜。

2、跳绳

四人一组，时间为一分钟，数量多者获胜。

3、拔河

分为两组进行对抗，三局两胜。

分组及顺序抽签决定。

根据各项比赛结果分为一、二、三等及团体奖进行相应奖励。

望大家积极参与，锻炼身体、愉悦身心、增进友谊，使我们共度一个愉快而有意义的节日！

趣味魔方比赛活动方案篇八

为了迎接县中小學生乒乓球比赛，培养同学们的乒乓球兴趣，提高同学们的乒乓球运动技能，丰富同学们的课余文体生活，

加强交流，增进友谊，增强同学们的身体素质，特组织此次趣味乒乓球比赛活动。

学校决赛 4月23日——4月25日

学校田径场

本次活动项目共设三项，分设男、女组，1、托球折返跑；2、乒乓球掷准；3、乒乓球单打。

各系部制定系部趣味乒乓球初赛的活动方案，在规定的时间内完成比赛，最终选拔出男女共6人参加学校的决赛，每人限报二项，每项限报2人。各系部在4月18日下午下班前将系部比赛报名表电子档发到学工处邮箱。

托球折返跑 房金荣 沈 滇

乒乓球掷准 陈 军 张 跃

乒乓球单打 李玉军 何绵良 陈 涛 赵树奎

1、单项奖 各项取前8名

2、团体奖 系部团体总分前3名（前8名按9、7、6、5、4、3、2、1记分）

附件：项目比赛方法和规则

一、托球折返跑

1、乒乓球放在球拍的中间，每人每次只能托一个球。

2、比赛的过程中手不能触及到球。

3、从出发点到折返点，再从折返点返回出发点，球不掉在地

上为有效。

4、如果球在比赛途中掉落在地上，选手必须捡起球回到出发点重新开始比赛（计时不停）。

5、在规定的赛程内用时最少者名次最好。

二、乒乓球掷准

1、起掷线处放一装有20粒乒乓球的塑料盆，距起掷线3米处放一空塑料水桶。

2、比赛开始前选手站在起掷线后，裁判发出比赛开始的信号后，比赛方为开始，比赛过程中，选手的脚不能踩到或越过起掷线。

3、选手必须先用一手连续向塑料水桶投掷10粒乒乓球，再换另一手继续投掷，允许多球同时出手。

4、如果投入桶的乒乓球反弹到地上，则这个球为无效球。

5、比赛时间为60秒，以投进桶中的有效乒乓球个数决定名次，个数多者名次列前。如果投入桶中的有效乒乓球数量相同无法判断名次，则相关人每人用任意手再投一球，直至决出名次。

三、乒乓球单打

（一） 选择方位和发球权

每场比赛开始前，由双方选手用抽签的方法选择方位和发球、接发球。中签者有选择方位和发球、接发球权。如中签者选择发球或接发球，对方则选择方位；如中签者选择方位，对方则选择先发球或接发球。

（二）练球

一场比赛开始前，选手有权在比赛开始的球台上练球2分钟。

（三）正当发球

1、发球时，球应放在不持拍手掌上，手掌应静止、张开、伸平、四指并拢，拇指自然张开。

2、球停留在静止的不持拍手掌上的最后一刻，直到发球时击球，不持拍手和球以及整个球拍，应始终高于球台水平面。

3、发球员只能手向上抛球，不得使球旋转，使球从手掌向上直抛，至少抛到离不持拍手手掌上16厘米。

4、当球从抛起的最高点降落时，发球员才能击球，并使球首先触及发球员台区，然后直接越过或绕过球网，接球员台区。

（四）胜败评定

1、一局比赛：在一局比赛中，先得11分为胜方，但打到10平以后，必须先得2分着胜方。

2、一场比赛：规定为三局两胜。

（五）比赛方法

比赛采用抽签单淘汰制

趣味乒乓球比赛报名表

系部： 组别：

负责人： 手机号码：