

# 最新春节自助餐活动 三八节活动方案(优质8篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 春节自助餐活动篇一

活动方案是对即将要举行的活动作出具体的计划，并且保证活动能够圆满的进行。下面是本站的小编为大家收集整理“2018年三八节活动方案”，供大家参考！希望能够帮助到大家！更多精彩内容请持续关注本站！

### 2018年三八节活动方案【一】

为了更好地展现城区妇女的风采，以健康向上，充满活力的精神面貌树立城区妇女形象，并培养我们妇女团队合作精神，用健康的身体素质和心理素质投身于工作中，特举办此次趣味运动会。

一、活动时间：3月8日

二、活动地点：城区政府大院后院

三、参加人员：区属各单位的妇女、社区妇女

四、活动项目：

1、拔河（每队10人）

比赛开始后，绳子两边的运动员同时发力，将对方拉过赛场

规定的河界线为赢。

规则：比赛采取3轮次、积分循环制。每轮次一局胜，每轮次比赛时间最多2分钟，2分钟内不能决出胜负者本局比赛结束。

## 2、蹲跳接力（每队8人）

出发时的姿式：运动员应面向跑道，背靠背挽住手臂蹲在起点线。

规则：

（1）听到发令后，第一组由起点向终点线蹲跳。

（2）两人都跳过终点线后，再跳回到起点线，然后第二组进行，依次类推。

（3）比赛途中，两人挽臂不可分开，如分开，则必须挽好后才能继续比赛。

计时与名次：以最后一组返回起点计时。用时少者胜出。

## 3、穿针引线。

方法：若干人一组站在起跑线后，听到口令快速跑出到中点拿起线穿过五个针孔，快速返回起点以时间多少排定名次。

规则：

（1）必须用一条线穿过五个针孔，否则成绩无效。

（2）必须在自己跑道完成，如影响他人成绩无效。

（3）距离为30米。

## 五、评分细则：

比赛设集体奖：团体取前六名，团体奖以四项积分的多少来定，报名组数加一为最高分

比赛设个人奖：每一项活动取前三名。

## 2018年三八节活动方案【二】

“三八”国际妇女节即将到来，为了更好地展现学校女职工的风采，以健康向上，充满活力的精神面貌树立形象，并培养我们女职工团队合作精神，用健康的身体素质和心理素质投身于工作中，特举办此次文体活动，让这个三月如花的季节增加积分灵翼的色彩。

### 一、活动时间：

2018年3月8日

### 二、活动地点：

学校操场

### 三、参加人员：

所有教师

### 四、活动项目：

#### 1、拔河

比赛开始后，绳子两边的运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

规则：女教师以办公室为组分为两组，比赛采取1轮次，直至

一方拉过河界线决出胜负者本局比赛结束□xxx作为裁判监督。比赛设团体奖。

## 2、我踢，我快乐

一分钟之内踢毽子最多者为胜利者。

规则：女教师以办公室为组分为两组，第一组比赛时第二组作为监督人员，负责数数，第二组比赛时第一组作为监督人员，负责数数□xxx作为裁判员计时并监督。比赛前三名设个人奖。

## 3、我跳，我健康

跳大绳最多者为胜利者。

规则：女教师依次跳大绳，直至打绊为止，计数多着胜利□xx□xxx撩绳子，另选一名作为计数者。比赛前三名设个人奖。

## 4、纸杯传水

以最快速度将纸杯内的水传递到底的为胜利者。

规则：女教师以办公室为组分为两组，同时进行，各组站为一列，每人嘴上叼一只纸杯（一次性纸杯），然后从前往后传水，不能用手，全凭嘴和头的动作，传到最后由一人结束游戏，先完成者为胜利者□xx□xxx为监督者。比赛设团体奖。

## 5、三人两足

三人两足方式前进，最先到达终点为胜利者。

规则：女教师自由组合三人一组，将中间一人两脚分别绑于两边两人的脚上前进，所有组合一同进行，最先到达终点为

胜利者□xx□xxx为监督者。比赛前两名组合设自由组合奖。

## 6、心有灵犀一点通

二分钟内猜出词语最多的一队为胜利者。

规则：女教师以办公室为组分为两组，依次进行（两队各派出一人用包子剪刀锤的方法决定谁先进行第一轮比赛），各组自行决定选出一名老师作为比划的人，比划人不得说出词语中的任何一个字，说出作废。其余人员猜出比划人员比划的内容，只要有一人猜出就算通过，然后进行下一个词语，如果觉得有些词语有困难，可以选择直接猜下一个词语。举牌的人站于猜的人群后面□xx负责计数和计时□xxx负责举牌。比赛设团体奖。

## 2018年三八节活动方案【三】

通过三八妇女节，为妈妈开展庆祝活动，让幼儿充分了解母亲，并体会母亲为家庭付出辛苦。从而培养孩子尊敬长辈、孝敬父母的传统美德以及关心他人，热爱劳动的习惯。

一、活动主题：《我爱妈妈》或《幸福手牵手》

二、活动地点：各班级教室

三、活动时间：2018年3月8日

四、活动目标：

- 1、让幼儿知道“三八”妇女节是妈妈、奶奶的节日。
- 2、通过表演和妈妈一起游戏，表达对妈妈的祝贺。
- 3、乐意与同伴家长一起活动，增进亲子间的感情。

## 五、活动前准备

- 1、准备有关歌颂妈妈的歌曲和朗诵等。如《我的好妈妈》、《世上只有妈妈好》、《不在麻烦好妈妈》等。各班级自行制定。
- 2、通知妈妈参加活动。
- 3、提前给幼儿说说妈妈的辛苦。
- 3、活动材料准备：（1）给妈妈的礼物.如：贺卡、小红花等。  
（2）每班准备：暖瓶3-5个，家长自带水盆、干毛巾各一个。糖和橘子若干。

## 六、活动过程

### （一）、欢迎仪式

- 1、教师致欢迎词。
- 2、幼儿入场。

主持语：亲爱的小朋友们，你们知道“三八”妇女节是谁的节日吗？（妈妈）小朋友们说的真好，那你们喜欢你们的妈妈吗？（喜欢）今天，我们将妈妈请来和我们一起欢度节日，你们高兴吗？现在我们以热烈的掌声欢迎妈妈的到来。

### （二）、节目表演（歌曲或朗诵等）

让幼儿通过歌曲唱出自己妈妈的情感。

主持语：孩子们，今天是妈妈的节日，就让我们大声地唱出，我们对妈妈的爱。

### （三）、赞美妈妈（说出我对你的爱）

让幼儿通过日常生活的体验，说一说母亲对自己的关爱及感激之情。

### （四）、关心妈妈

通过亲子间的活动交流，让幼儿感受亲子间的情感及对妈妈的感恩。

#### 1、我喂妈妈吃糖（吃橘子）

过程中：播放轻音乐，教师说：一个糖代表孩子的一片孝心，一片爱心。

#### 2、我给妈妈洗洗脚

主持语：从小到大，一直是妈妈给我们洗衣做饭，洗脚、洗脸，他们是那么的辛苦，今天，我们的宝贝，要用自己的小手为我们的妈妈洗洗脚。

注意事项：家长，成排成行做好，家长先在盆里放上凉水，然后，请家长帮忙到热水，家长试一试水温，然后，幼儿开始给妈妈洗脚。洗完后，家长和孩子将水倒掉，有能力的可以让孩子自己倒。

播放音乐。教师说：孩子，是父母的心肝，平时妈妈对孩子的爱，今天换来了孩子对妈妈的爱，我们的孩子一天天长大了，他们是我们的希望，我们的未来。

结束后，可以请个别家长发表一下感受。

### （五）、送礼物

主持语：孩子们，今天是妈妈的节日，你们有没有礼物要送

给妈妈呀，现在，请孩子们把自己准备好的礼物送给妈妈，送的时候还要亲亲妈妈，并说一些祝福的话。（教师提前教好）

主持语：今天，宝宝和妈妈们的欢聚一堂，共度妈妈的节日，你们开心吗？最后，我们在一起送妈妈一首《世上只有妈妈好》的歌曲。

结束语：祝所有的妈妈们，青春永驻，幸福永存，让爱的种子在孩子的心中生根发芽。今天，"我爱妈妈"主题活动到此结束，谢谢各位的参与。

## 春节自助餐活动篇二

以国际妇女节为契机，彰显教师的'风采，为本园注入动感的新鲜活力，特此举办此活动。

主持人：

策划及召集人：

游戏材料准备： 其他准备：（奖品、现场材料）

现场裁判：

节目准备：

多功能室□20xx年3月6日下午4:30——5:30

开场白——

园长讲话：

分组及参加游戏说明：全体教师按照抽签方式分成两组，每

轮游戏由每组派出两名选手参加。 游戏：（节目穿插进行）

（一）有品位——发型师 10分钟（两组人员同时进行）

游戏规则：在规定的时间内队长给队员完成发型设计。

评分标准：发型整齐、有创意、适合其队员。

（二）有默契——你做我猜 10分钟

游戏规则：一人按照提示做动作，另一人负责猜答案。

评分标准：在5分钟里，看哪组猜对的多算赢。

（三）巧手妈妈——剥吃花生 5分钟

游戏规则：将准备好的花生剥开并全部吃完。

评分标准：操作时间最短者着获胜。

## 春节自助餐活动篇三

三八妇女节是世界传统节日，为体现公司对员工的特别关爱，同时丰富广大员工的`业余文化生活，提高员工了队伍的凝聚力，公司将举办三八节娱乐活动，望广大员工积极参加。

所有在职员工

（1）分队规则。共分以下6个队，每队10位员工，最多2名男员工。 一队：车缝1队、二队：车缝2队 三队：车缝3队、四队：装配1队。五队：装配2队、六队：联合队（喷油、裁床、货仓、后勤、人事） 每队设队长一名，负责代表本队参加分组抽签等。

（2）比赛规则

- 1) 比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程。
- 2) 比赛分组及比赛首场的站位选择由各队队长抽签决定。
- 3) 淘汰赛：6队抽签分成3组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局获胜者即分出胜负。每组获胜者进入半决赛。
- 4) 半决赛：三组淘汰赛的获胜者进入半决赛。三队进行抽签分组，其中一队轮空而直接进入决赛，另外两队按三局两胜制进行拔河比赛，获胜队进入决赛。
- 5) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。
- 6) 冠军奖金500元/队、亚军奖金300元/队、第三名奖金200元/队、其它参加的队伍发小礼品1个。

(1) 分队规则。员工自由组队，可以夫妻(夫妻一方可以非本厂员工)，男女朋友(只限双方是本厂在职员工)，或是男女同事，总数10队。

## (2) 比赛规则

- 1) 参赛者围绕a2栋楼跑一圈，先到终点者即为优胜。
- 2) 比赛过程中女方身体任何部位不能接触地面，姿势可以自由选择。
- 3) 如果比赛中女方不慎落地，该组选手将被罚在时间上加上15秒。
- 4) 冠军奖价值188元可儿娃娃1个、亚军奖价值118元可儿娃娃1个、第三名奖价值88元可儿娃娃1个、其它参加的队伍发小礼品1个。

- 1) 套圈游戏
- 2) 贴鼻子游戏
- 3) 投球游戏
- 4) 敲锣游戏

以上游戏设置均不同的奖品。

人事部

## 春节自助餐活动篇四

在“三八”妇女节到来之际，为了活跃教师的课余文化生活，减轻教师工作压力，激发青春活力，提高教师的'身体素质，增进友谊，根据学校研究决定举办庆“三八”教师体育娱乐活动。

时间：3月8日中午12：30

地点：学校操场

全体教师

设个人单项比赛、团体比赛

1、个人跳绳比赛：全校教师分为三组：第一组：四十岁以下女教师；第二组：四十岁以上女教师；第三组：全体男教师。1分钟结束时的总次数为个人成绩。每组评选一等奖5名。

2、团体比赛：全校分为四个团体：第一组：一办，第二组：二办，第三组：艺体组，第四组：伙房，活动内容为水到渠成，每个参赛组派6名队员，手持塑料管，一个接一个用塑料管将球送到指定点的筐中，中途球掉了的队要回到起点重新

开始，最先到达终点为优胜组，然后依次为第二名、第三名、第四名。

跳绳比赛：第一组□x主任 第二组□ x校长 第三组□x主任

团体比赛：总负责人□x校长

每一位教师必须按时到达比赛地点，跳绳自备。

## 春节自助餐活动篇五

活动主题：三月女人天，快乐女人节

活动地点：力志·御峰营销中心

- 1、积聚客户群，收集客户档案，为后期销售打下坚实的基础；
- 2、突出力志·御峰的品牌优势，提升品牌的美誉度；
- 3、提高力志·御峰品牌的媒体曝光率，增强媒体对力志·御峰的信赖感，让媒体成为力志·御峰有力的臂膀。

参加人数：300人 参加人群：安溪所有女性为主

备注：凡3.8节当天到现场女性客户，均可获得精美礼品一份。

业务配合：凡3.8节当天成交的女性客户，均可获得3000~5000元以内的电冰箱一台。

### 1、美甲护肤体验

手对女人而言是第二张脸，无论什么场合什么地点，保持干净手、手指都是对别人的一种尊重，和对自己的爱惜。现场提供美甲及手部护理服务，将爱美的女士留在现场一同度过

美好的女性专属节日。

## 2、插花

—diy鲜花盅制作喜爱美好的事物是所有女人的共性，体验现场鲜花盅的diy[]展现一个心灵手魅力女士。

## 3、现场制作寿司

大多数女性都是烹饪高手，心灵手巧是她们的代名词，聘请日式料理师为大家现场制作寿司供大家品尝，感兴趣的来宾也可以自己动手制作。

## 4、精致糕点

现场准备精致糕点供来宾品尝

## 四、现场布置

花艺是借助于自然界的花草作为修身养性、陶冶情操、美化生活的一种方式；也是浪漫的精致呈现。

## 春节自助餐活动篇六

第二届“学感恩”三八妇女节贺卡制作评比活动倡议为培养学生的动手能力，使学生能全面发展，为庆祝“三八妇女节”，让广大学生充分感受母爱，激发学生对长辈和老师的尊敬，校团委决定举行“学感恩”三八妇女节贺卡制作评比活动，让这个三八节充满感动，充满温馨，充满爱，让同学们通过动手制作贺卡来培养和表达自己的感恩之情。

感谢您，亲爱的妈妈，敬爱的老师！

全体学生

1、作品必须纯手工制作，不得购买（贺卡上的图案必须手绘、装饰物为手工制作）。

2、贺卡要求围绕活动主题进行创意，大小不超过a4纸大小，提倡节俭，不铺张浪费。

3、作品背面左下角详细注明作者班级、姓名。

七、八、九年级分设一、二、三等奖若干，获奖作者颁发奖状。

参赛作品可以先由班级选拔，班主任向校团委选送1—5份。  
（截止第三周周三下午）。

3月4日至3月5日为征稿时间，3月7日上午展示，3月7日下午为评奖时间，3月10日早上的升旗仪式为参赛者颁奖。

## 春节自助餐活动篇七

为体现公司对女职工的关爱，同时展现“快乐工作、幸福生活”的良好氛围，培养团队合作精神，以健康的身体素质和心理素质投身于工作中，滇锦墙材和滇东商砼公司拟定于“三八节”组织女职工参加休闲旅游集体活动。具体活动方案如下：

一、活动地点：石林万家欢蓝莓庄园；

二、活动时间：暂定为3月10日和3月11日两批次出行。中午12点出发，下午晚餐后18：30集合统一返回。

三、参加人员：滇锦墙材和滇东商砼全体女职工、外机房女职工，副主任以上管理人员。职工可带一个子女参加活动（须于3月8日前报名确认）。

四、活动内容：游览富有诗情画意的田园式生态园，畅玩儿童乐园、水果采摘园。晚餐在万家欢餐厅统一就餐。

五、费用计划：约5000元左右（含50人晚餐费、车辆费、纪念品费用）。

## 春节自助餐活动篇八

三月桃花盛开时，迎来了妇女同胞们的节日——“三八”妇女节。为了庆祝这一节日，丰富教师的精神生活和业余生活，以便更有利于教师提高工作效率，增强团队意识和战斗力，学校工会决定开展庆祝“三八”妇女节烘培活动。

品味甜蜜生活，感受幸福味道

组长：夏振清

组员：朱燕红、钱佳秋、王秋红

1. 活动时间：20xx年3月8日下午

2. 活动人员：王秀小学全体女教师、女职工

3. 活动地点：综合楼一楼会议室

4. 活动项目：烘培

1. 组长和组员提前准备设备和食材，并在前一周试做，做好储备。

2. 活动当天布置活动室。

3. 相互协助，和面，擀面，压模，最后进行烘焙，出炉，品尝，摄影留念。

#### 4. 教师、职工合影留念。

女教师、女职工可在本学期内休半天的“三八”妇女节假，没休的可作为加班半天。