

# 周末趣味活动策划(优秀10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 周末趣味活动策划篇一

为丰富我园全体教职工的业余文化生活，全面提升广大教工的幸福指数，增强教职工的身体素质，推进教职工全民健身运动的深入开展，园党支部、工会、团支部举办本次教职工趣味运动会。

巴彦淖尔市幼儿园全体教职工

党支部、工会、团支部

组长：张耀尹

成员：其其格 温晓锐 王 丽 陈桂兰

韩凤杉 付 敏 萨日娜王 慧

20xx年5月5日上午8：30分开始

塑胶操场

付 敏

幼儿园全体人员划分为六支队伍，分别为行政队、后勤队、大班队、中班队、小班队和分园队，每队由一名队长带队参加。原则上每人应至少参加两项比赛。

1. 各队准时组织职工参加。

2. 各队入场后集中就座，自觉遵守会场秩序。
3. 比赛开始后可自由走动，但不能大声喧哗。

1. 园领导讲话，宣布比赛开始。

2. 进行个人项目比赛。

3. 集体项目预决赛。

4. 宣布团体比赛成绩。

5. 颁发个人项目奖品。

6. 集中会餐。

负责人：萨日娜

使用标准轿车轮胎，从起点开始队员听到发令后，推轮胎出发到终点，绕过障碍物返回起点，用时最少者胜出。

每组取一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

负责人：孙艳丽

参赛选手骑自行车从起点出发，慢骑到终点，用时最长者获胜。起点、终点均以前轮为准，比赛时双脚不得踩踏除踏板以外任何位置，运动员身体任何部位接触地面即淘汰出局，车轮不得压左右边线，违者淘汰出局；因他人原因导致落地者，经裁判核准后可以重新比赛。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

负责人：王慧

听到发令后，舀一碗水，单手持碗（另一只手不得罩住碗口），跑向终点，将水倒入饮料瓶里，返回起点继续运水，规定时间内，运水最多者胜出。 奖项设立：

每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

负责人：王欢

听到发令后，迅速将双脚套进（标准的）麻袋里向前跳跃到终点，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

负责人：付敏

听到发令后，手执平盘端乒乓球跑到终点，如果乒乓球掉地，需捡起球从起点重新跑，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

负责人：韩凤杉

(1) 以班级为单位进行，行政、后勤人员自由结组

(2) 规则：三人并肩站立，内侧的小腿用小布条捆住，形成三人四足，听到发令后向终点出发；布条必须捆在小腿上，不得高于膝盖，并捆紧，如中途松开需系好再前进；中途若有人摔倒，应立即停下来，等重新准备好再前进。最先到达终点者胜出。

奖项设立：

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。（各3人）

负责人：韩凤杉

(1) 每组6人参赛。

(2) 赛程50米。

(3) 比赛规则：6人站一竖排，两根竹竿，左右手齐拿，

行进过程中，不许松手，不许掉队，必须6人一竖排，不许分为两排，如有一人松手或掉队，即为违规。

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。（各6人）

## 周末趣味活动策划篇二

:为了活跃校园文化氛围,迎接国际妇女节以及引导广大女生更多的关注自身的道德修养,文化内涵,心理健康,独立意识等综合素质的提升,彰显我校女生风采,搭建一条女生与男生之间沟通的纽带,帮助女生们走成长,成才,成功之路,让女生的魅力在三月的春风里随梦想一起放飞。“妇女节”是以关怀我校广大女生们,增进男女生交流的主旨,加强女生的自信心,全面拓展女生各方面的素质,不断突破、创新,力求挖掘出新的亮点,为校园注入动感的新鲜活力,特此举办此活动。让女生成为学生活动中的一道靓丽的风景线。

:本次活动由我系及物理系学生会女生部负责策划工作，另外同时需要宣传部(负责本次活动的宣传以及场地布置)、文娱部(负责主持等工作)、其他各部协助。

本次“妇女节”将于3月8日或3月7日举行。

(三)“靓丽动人”美容化妆讲座;(四)有关成才教育的电影播放.

:(一)人员召集;

(二)场地准备;(三)物件准备.

(二)关于女生一些问题的交流会

(1)主持人引出话题，对相关观点与同学进行探讨。

(2)主持人就同学的讨论提出问题，请其他人说说她们的观点和看法。

(三)“感恩送祝福”活动

时间:3月8日

内容:在活动当天向我系辛勤的女教师各送一束康乃馨和贺卡以表示祝福感激。

(1)时间:3月8日下午

(五)、教育电影播放:时间:3月8日晚上 名称:待定 地点:待定

我系负责:策划 拍摄 签字板 场地清理 化妆师邀请 心理老师邀请

主持人、老师代表、纪律维持人员各系派一人

胶带彩带等许多东西预算共25元；

## 周末趣味活动策划篇三

趣味运动会

相约趣味运动会 释放青春正能量

展示出理工学生的蓬勃朝气和竞技热情。在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。本次的趣味运动会给每一位学生展现自我的机会。在学习之余好好锻炼身体，注意各种才能的挖掘、培养与展示、为美好的大学生活留下灿烂的一笔财富。

位：学生工作部

承办单位：机电工程系团总支

全体学生

### 1、活动名称——齐心协力

(1) 参赛人员：参赛宿舍选四名代表

比赛规则：以宿舍为单位参赛，宿舍内选出四名代表代表各自宿舍参赛，组成一组，四人并排，依次将腿用布条绑住，形成四人五足，进行比赛，比赛距离为50米，若选手跌倒，在原地调整，继续比赛，计时算比赛名次。

(3) 裁判员：共3人，发令1人，终点1人

(4) 道具：哨子一个，布条10条

(5)活动地点：校田径场地

(6)负责部门：

## 2、活动名称——跳大绳

(1)参赛人员：参赛宿舍6人

(2)裁判员：共7人，发令1人，6个人计时与记录。(分三组)

(3)比赛规则：参赛宿舍选出4人跳绳，2人摇绳，待选手准备好裁判示意后，跳绳者开始跳绳，四人同时跳过记一次，跳绳时间为2分钟，听到结束哨音后裁判停止计数，比赛结束。以条绳次数为成绩选出获奖队伍。比赛成绩相同则进入下轮比赛。

(4)道具：跳绳1条，哨子1只，计时表1只。

(5)活动地点：学校田径场地足球场

(6)负责部门：

## 3、活动名称——定点投篮

(1)参赛人员：参赛者宿舍成员

(2)裁判员：2名

(3)道具：篮球20个

(4)比赛规则：每组宿舍选出4名同学投篮，2名同学捡球；

比赛时间2分钟，裁判示意后4名参赛者先后在罚球线出进行一次投篮并以此循

若选手比赛结束后投中篮筐次数相同则进入下一轮比赛；

(5)活动地点： 灯光篮球场

#### 4、活动名称——背靠背 心连心

(1)参赛者： 男女宿舍分别选3人为一队， 每队6人；

(2)比赛地点；学校田径场地

(3)裁判员： 4人

返回起点由下两名同学进行接力， 待最后两人到达终点后结束， 停止计时；

行进中气球不得落地、爆炸， 如有气球落地、爆炸情况出现需从气球爆炸、落地点准备好再前进， 以防途中因气球落地、爆炸造成比赛时间的浪费， 可允许一名同学跟在参赛选手身后(距离为1米)； 途中手臂不得碰球， 若出现用手臂碰球， 均视为犯规， 每次犯规加时2秒， 以时间计名次选出优秀选手。 根据比赛成绩排名次。

(5)道具： 气球50个， 秒表2只

一等奖 洗衣液+证书 二等奖 洗发露+证书 三等奖 笔记本+证书 集体奖 面镜

均分发奖品、集体奖则颁发一面面镜)

#### 1、赛前宣传

5月18、19、20、21、进行宣传

(1)制作海报进行宣传

(2)制作两个条幅，悬挂于篮球场

## 2、报名

(2)参赛者在宣传现场(校区灯光篮球场南门)报名

(3)报名以宿舍为一队(不足六人的需补齐队员)，需标明楼号宿舍号及舍长电话号码

(4)报名时间截止到5月24日晚

## 3、比赛分组

分完组后将表格保存好，并通知参赛宿舍。

## 4、准备器材

责人负责管理器材。

## 5、运动会开始

## 6、运动会结束，全体人员合影留念

## 7、赛后整理

比赛结束后，工作人员留下整理器材，打扫卫生，将所需器具整理好确认无误后送回。

(1)参赛队员应严格遵守比赛规则，本着友谊第一比赛第二为原则；

(2)遵从裁判员的判决，不可与裁判员争执；

(3)对于不遵守比赛规则的队伍，裁判员有权取消其比赛资格；

(4) 报名后，到了比赛时间无故缺席的队伍，裁判员将视为弃权，取消比赛资格；

(5) 裁判员应本着公平公正的原则参与评判；

(6) 如遇不可抗拒因素(如下雨)，比赛时间会稍作改动，另行通知；

(7) 各工作负责人员加强沟通交流，人员分工明确，责任落实到个人。

## 周末趣味活动策划篇四

阳春三月，春风送暖，我们又迎来了“三、八”妇女节。在这喜庆节日来临之际，幼儿园党支部、工会、女工委员会决定开展庆祝妇女节活动，方案如下：

### 一、活动目的

“三八”妇女节是女同胞的节日，体现了园领导对女职工的关怀，为了使佳节过得更有意义，愉悦大家的身心，过一个充实、快乐的节日，特组织老师开展“三八”活动。

### 二、活动时间

x月x日

### 三、活动地点

幼儿园操场 幼儿园多功能厅

### 四、活动内容

(1) 跳绳；

(2) 仰卧起坐;

(3) 颠球;

(4) 踢毽子;

(5) 颠乒乓球。

## 五、活动具体要求

1、全体女教师分为老、中、青三组;

2、行政后勤人员、男职工两人一组为裁判人员;

3、各组参赛选手在5项比赛项目中选2项进行比赛;

4、比赛时间为1分钟;

5、比赛结果汇总计算，分组设奖。老年组一等奖2名二等奖2名;中年组一等奖2名二等奖3名;青年组一等奖2名二等奖5名;其均为三等奖;其他未获奖参加活动的女教师为鼓励奖;男职工发放纪念品。

6、全体女教师必须全员参与妇女节活动，如有特殊情况，请向团支书请假;

7、活动期间注意安全。

## 周末趣味活动策划篇五

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！

# 周末趣味活动策划篇六

20xx年12月7日至12月11日

激发兴趣、感受数学、体验快乐

通过本次数学趣味周的活动，激发学生学习数学的热情和兴趣，启迪学生的数学思维，展示学生的聪明智慧，同时坚定学好数学的信心。努力使学生感受到童年的数学活动是生动活泼、富有生机、快乐有趣的；竭诚让学生在数学周的活动里玩出数学的创意、激情和乐趣。让学生在参与活动中得到锻炼，让全体学生享受数学的快乐，使数学爱好者能一显身手，脱颖而出。

1、构建良好的数学校园文化氛围，在全校掀起爱数学、学数学、用数学的热潮。

2、培养学生良好的学习习惯。

3、以数学趣味活动周的各项活动为载体，开阔学生视野，激发学生对数学的兴趣，引导学生探究数学的奥秘，强化学生的数学应用意识，强调基本习惯的养成，提高学生的数学素养。

全校一年级至五年级学生。

一年级：《口算小能手》

二年级：《小小神算子》

三年级：《24点速算能手》

四年级：《24星擂台赛》

五年级：《数学小博士》

各年级段分别评出数学活动积极分子(10名)

一、二年级：计算小能手，三、四年级：24点速算能手，五年级：数学之星。

## 周末趣味活动策划篇七

为了展示学校教职工崭新的精神风貌，丰富广大教职工的校园生活，营造健康文明、积极向上的校园氛围，增强教职工间的凝聚力和合作意识，提高教职员工的身心健康水平和生活质量，校工会决定举办首届教职工趣味运动会。

四、比赛项目：1、托球跑 2、双腿夹球接力 3、跳长绳 4、螃蟹背西瓜 5、踢毽子 6、踩石头过河 7、板鞋接力赛 五、分组及报名方式：

1、报名时间□20xx年10月15日星期三至10月17日星期五下午止。

2、分组情况(共六组)：交通运输教学部、机电技术教学部、财经商务教学部、电子信息教学部、民族文化教学部、行政后勤。

3、每组参加各项比赛人数要求：(每人限定报两个项目，各组自行安排参赛人员的分配)

(4)螃蟹背西瓜 8人(4男4女) (5)踢毽子 8人(4男4女) (6)踩石头过河 6人(男女不限) (7)板鞋接力赛 9人(男女不限) 六、比赛规则(附竞赛规程说明) 七、奖励办法：

2、集体奖：每个项目按第一至六名积分为： 6、5、4，3、2、1，七个项目合计总积分，根据各组累计积分高低，按参赛队的60%给予奖励，颁发荣誉证书。

注意事项：为了使活动能顺利开展，请各组组长组织好本组成员进行报名及参加比赛；如有变动另行通知。

校 工 会 20xx 年10月14日

教工趣味运动会竞赛规程

五、具体要求： 1、各组组长带队，组织好本组成员按时参加比赛；

2、领导讲话并宣布趣味运动赛开始。 七、比赛项目： 1、托球跑

器材：乒乓球拍、乒乓球各六个；队员组成：8人(4男4女)，距离20m

比赛规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来。在规定的赛程内用时最少者名次最好(其中球掉落一次和用手碰球都加1秒)

2、双腿夹球接力 器材：气排球六个；

队员组成：8人(4男4女)，距离20m

队员组成：12人(男女不限)

比赛规则：2人在三米距离间摇绳(男女不限)，其它10人依次按“8”字形跑跳，队员每跳过绳记一个，拦住或绳空摇无人跳过不记数。比赛时间为三分钟。比赛以规定时间内跳的个数定名次。

4、螃蟹背西瓜 器材：气排球六个；

队员组成：8人(4男4女)，距离20m

器材：鸡毛毽十个；队员组成：8人(4男4女)，

比赛规则：(1)队员在直径1.5米的圈内进行比赛，要求：左右脚各踢毽子一次为一个完整动作，规定时间内以多者为胜方，毽子落地或出圈外，拾起可继续进入圈内比赛，但运动员的脚不能出圈，否则停止比赛。(2) 比赛时间2分钟。(3)8人成绩累计，计算团体总分。

6、踩石头过河 器材：木板十二块；队员组成：6人(男女不限)，

比赛规则：(1)每队6人参加，规定场地内，参赛队员脚踩两木板，手拿一块，发令后出发，放下手中木板前进一步，同

时拣起身后木板，以次循环走完一段赛程，用时少者为胜。  
(2)比赛中运动员手与脚不能触地，但每人有一次犯规的机会(手或脚触地各算一次)，第二次犯规比赛即中止，不计算成绩。(3)场地长14米，宽1.5米。

## 7、板鞋接力赛

人数：每组9人(男女不限) 道具：板鞋 距离：20米 规则：(1)比赛中运动员应自始至终在各自道次内进行。运动员脚脱离板鞋触地，应原地穿好板鞋否则取消比赛资格。

果出现某一队员脚脱板鞋脚触地或摔倒，须在触地(落地)处重新套好板鞋继续比赛。以第一名运动员身体躯干任何部位抵达终点线后沿垂直直面瞬间为止，运动员的身体和板鞋须全部超过终点线后才能分离。

## 报 名 表

组 别：

## 周末趣味活动策划篇八

为进一步提高员工消防安全意识，检验并提升员工消防知识和消防技能，增强员工队伍的凝聚力、战斗力、团队意识。拟通过开展消防技能竞赛活动，让员工熟练掌握各种器材的使用和性能，为公司的消防安全防范工作打下更坚实的基础。

- 1、 单人两盘水带连接
- 2、 快速着救援服、呼吸器佩戴、灭火器使用
- 3、 紧急救援
- 4、 消防保龄球

## 5、 烟道逃生(体验项目)

1、 方案策划/组织/主持:

2、 裁判长:

3、 裁判员:

4、 计时计分:

5、 器材准备:

6、 外宣报道:

生产部室以科为单位，其余以部为单位组队。每队每项目派3人参加，体验项目派2男2女参加。

办公楼停车场

单人两盘水带连接

### 一、场地、器材布置

在长38米，宽2.5米的赛道上标出起点线、器材线、终点线、水带打开线(xx米)。在器材线上准备65mm水带2盘，水枪一支，分水器一个，并与器材线相平，队员站在器材后。

### 二、操作程序

当裁判员发出“准备”的口令时，参赛队员检查器材并背好水枪，回带起点线站好。当听到“开始”的口令时，打开第一盘水带，并将一个接口和分水器连接好。提起第二盘水带，向前奔跑。到达水带打开线时将第二盘水带打开，连接水枪，到达终点后，身体呈立射姿势并喊“好”。此时，裁判员停止计时。

附图：

### 三、评分标准

- 1、水带不是按要求打开加计5秒
- 2、连接脱落加计2秒
- 3、不在指定区域完成指定动作加计5秒
- 4、水带打开时超出赛道加计3秒
- 5、器材掉落加计5秒

快速穿着救援服

### 一、场地、器材布置

在长50米，宽2.5米的赛道上标出起点线、器材线、终点线。在器材线上准备救援服一套，队员站在起点后。在xx米位置设立第二个器材点(呼吸器)。30米处设立第三个器材点(4kg干粉灭火器)。40米处设立灭火点。

### 二、操作程序

当裁判员发出“准备”的口令时，参赛队员检查器材，回带起点线站好。当听到“开始”的口令时，首先穿好救援服，向前奔跑。到达第二器材点时，按要求将呼吸器佩戴好，到达第三器材点时，提起灭火器快速到达40米的灭火点成灭火姿态，保持两秒钟。然后提着灭火器冲过终点线。此时，裁判员停止计时。

附图：

### 三、评分标准

- 1、比赛时救援服出现不整加计3秒
- 2、遗漏器材加计10秒
- 3、没有穿戴好救援服不允许进行下一步比赛，否则，成绩无效。
- 4、器材掉落加计5秒
- 5、呼吸器佩戴不标准加计3秒
- 6、没有成灭火姿态加计2秒
- 7、没有保持姿势加计2秒

### 紧急救援

#### 一、场地、器材布置

在长20米，宽2.5米的赛道上标出起点线、器材线、终点线。在器材线上准备救援服一套，队员站在起点后。在10米位置设立障碍一处，20米设立模拟受伤人员。

#### 二、操作程序

当裁判员发出“准备”的口令时，参赛队员检查救援服，回到起点线站好。当听到“开始”的口令时，首先穿好救援服，向前奔跑。通过障碍到达模拟受伤人员处，将模拟人员带上，快速折返到终点。此时，裁判员停止计时。

附图：

#### 三、评分标准

- 1、比赛时救援服出现不整加计3秒
- 2、不带上受伤人员、不通过障碍各加计10秒
- 3、没有穿戴好救援服不允许进行下一步比赛，否则，成绩无效。
- 4、器材掉落加计5秒

## 消防保龄球

### 一、 场地、器材布置

长9米、宽2.5米的比赛场地，设立保龄球摆放区，抛掷线。在抛掷线放置标准水带两卷，保龄球摆放区按要求放置1/2装水瓶10个。

### 二、 操作程序

裁判员发出“开始”指令后，参赛队员提起水带，在抛掷线后打开水带，让水带击打水带，两次击倒多者获胜。

### 三、 评分标准

- 1、不能踩抛掷线，否则本次成绩无效。
- 2、不能自带水带，更不能用水带砸。
- 3、水带不能脱手。

## 烟道逃生(体验)

每队男女各挑2人进行比赛，每两人(男女混合)一组，两组同时进入烟道，两组之间可以相互配合、指引，判定以用时较短的一组为准。

## 体验要求

1、中途不得使用照明工具，不得折返。

2、不得大声叫喊或相互推搡、拥挤。

3、参与人员一律不得穿高跟鞋。

1、 每项比赛由一个裁判员、一个计时员组成。裁判员发出指令后，跟随比赛队员一起，记录是否有违规行为，并记录成绩。

2、比赛按顺序进行，每个项目以最后使用时间的多少决定成绩。

3、参赛队员必须服从现场裁判，不得干预裁判，否则，取消比赛成绩。

4、对比赛结果有异议，可向裁判长提出，裁判长为最终判定。

1、名次设定：各项目取前三名，分别奖励400、300、200元。

## 周末趣味活动策划篇九

为调动工会干部参与“我运动 我健康 我快乐”健身活动的积极性，强化工会干部队伍的带头作用，丰富工会干部的业余体育生活，顺义区教育工会决定举行区直单位工会干部趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

### 一、活动目的：

1、增强工会干部的健身意识，带头参与各项体育活动。

2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质。

二、比赛时间□20xx年9月23日(8: 00签到, 8: 30比赛)

三、比赛地点: 双兴小学田径场

四、参赛人员: 区直单位工会主席及一名工会干部, 保证身体健康, 无任何疾病。

六、报名办法:

每人限报3项, 其中必选一项带\*项目(1-3项)参加。

七、奖项设置: 根据报名情况录取相应名次; 获奖选手取最好名次给予奖励; 参赛选手均有纪念奖。

八、报名日期: 请各单位于9月18日前将参赛队员电话报送教育工会。

工会干部趣味运动会项目设置

1、托球跑

2、双腿夹球走

项目说明: 比赛距离20米; 将皮球放在两膝上方用劲夹住, 从起点线后起步, 走到对面终点处, 时间最短者为胜; 中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛; 双手必须放至身体两侧, 不可用手扶球。

3、摸石过河

项目说明: 比赛距离20米; 每个运动员二块泡沫板, 放在起点线后沿; 听到裁判员发出“各就位”口令后, 运动员两脚站在两块板上, 当裁判员鸣枪后, 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泡沫板, 并放置前方(距

离自定)，左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

#### 4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮(单、双手均可)；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

#### 5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

#### 6、踢毽子(小鸡毛毽)

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

#### 7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

## 周末趣味活动策划篇十

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。

二、活动领导小组： 组长：田长军

副组长：严强、唐清明、冉伟隆、蒋智高

成员：吴光军 张桥江 赵德涛 胡俊 田智 张小庆 任仕学 张志强

严萍 高小梅

三、活动时间和地点

活动分单人项目和集体项目 单人项目：

单人跳绳、引体向上/仰卧起坐、踢毽子、袋鼠跳跳跳、摸石头过河、1分钟投篮、高脚

集体项目：

双人跳绳、6人蹲跳接力、三人四足、双人抛接球、6人双脚夹球跳接力、10人跳绳、10人足式保龄球、3人板鞋 五、参加对象：全体印江中等职业学校在校学生 六、竞赛办法：

(一)个人项目每班不限制报名人数，集体项目除10人跳绳、10人足式保龄球限制一组外，其他项目不限制报名组数。

(二)已报名的运动员不得无故缺席或弃权(因公务或伤病除外)。(三)集体项目可以邀请本班级科任教师参与。 七、名次和奖励办法：

(一)个人项目取前6名，按7、5、4、3、2、1加入团体分。

(二)团体项目取前6名，按7、5、4、3、2、1加入团体分。

(三)个人项目前三名发奖状及奖金，团体项目前三名发奖状及奖金(10人跳绳和10人足式保龄球前三名班级发奖状及奖品)。

(四)团体总分排名前六名发奖状及奖金。 八、注意事项：

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、 任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

九、备注：本方案未尽之处另行通知，本方案解释权属活动领导小组。

印江中等职业学校文艺之冬

“娱乐身心 激扬青春”趣味运动会组委会

一、主办单位：印江职校

二、承办处室：团委 体育组

三、组织委员会

组长：

副组长：

成员：

四、领队：各班班主任为领队

五、医务组：

六、宣传组成员：

七、安全组

八、奖品组：

九、裁判组：组长：高小梅

成员：

十、裁判员分组：

10日下午2:30

项目名称：袋鼠跳跳跳(男子)、6人夹球接力(女子)

裁判员：

项目名称：引体向上(男子)

裁判员：

项目名称：仰卧起坐(女子)

裁判员：

项目名称：单人跳绳(女子)：

裁判员：

项目名称：双人抛接球(男子)

裁判员：

项目名称：摸石头过河(女子)、三人四足(男子)

裁判员：

项目名称：1分钟投篮(女子)

裁判员：

项目名称：踢毽子(男子)

裁判员：

项目名称：袋鼠跳跳跳(女子)、6人夹球接力(男子)

裁判员：

项目名称：单人跳绳(男子)

裁判员：

项目名称：双人抛接球(女子)