

2023年三八妇女节茶话会活动简报(实用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

三八妇女节茶话会活动简报篇一

三八妇女节即将到来，我们是否有准备好什么特色活动来迎接这个节日呢？以下是三八妇女节活动方案，欢迎大家阅读参考！

三八节活动方案形式：

1、三八节活动方案每人购买两份“团体女性安康保险”，每份20元，期限一年，三八节活动方案：三八妇女节活动方案策划安排主题。

该险种是辽宁省总工会、中国人寿辽宁分公司联合开展的女职工“特别关爱”活动，针对女职工乳腺癌、子宫癌等六种疾病，每份保险可得到1~2万元的赔付。

此项活动即体现了单位对女职工特殊群体的关爱，又提高了女性自身的防病意识，为女职工抵御大病筑起了一道屏障。

2、三八节活动方案每人购买一张价值200元的电影会员卡。

为每个女职工购买了价值200元的会员卡，凭卡购票可享受七-八折优惠，规划方案《三八节活动方案：三八妇女节活动方案策划安排主题》。

此活动提倡广大女职工走进影院，保持年轻心态，提高生活情趣，享受家庭温馨。

3. 三八节活动方案以“我独立、我美丽”为主题的一系列活动让公司女职工过了一个开开心心，漂漂亮亮的三八妇女节。

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：

比赛设个人奖：每一项活动取前三名。

一、活动主题：

《三八妇女节比赛》活动与《xx年文艺晚会》活动颁奖仪式，

妇女节文艺活动方案。

我们举办此次颁奖活动，目的在于激发员工积极性，丰富员工生活，鼓励员工士气，打造新世纪积极向上的丰富多彩的舞台前沿，从而丰富企业文化，影响企业健康发展，。

二、 时 间□20xx年3月10日早7：00

三、 地 点：卫生局大院

四、活动现场布置：

- 1、红地毯铺出颁奖舞台，红地毯仪式公司领导入场；
- 2、准备话筒架1个，话筒2个(1个备用)；之前工作提前布置。
- 3、彩纸礼炮的准备，颁奖最后大集合时燃放；
- 4、条幅：新世纪购物广场文艺晚会暨三八节比赛颁奖仪式
- 5、大红花准备：根据获奖人数

五、奖品设置：

1、 文艺晚会奖品：

一等奖：（ 1 名）

二等奖：（ 2 名）

三等奖：（ 3 名）

创作奖：（ 2 名）

2、 三八节奖品：

一等奖：（名）

二等奖：（名）

三等奖：（名）

六、颁奖流程：

（一）、颁奖主持邀请冯总上台致词

（二）、主持人介绍该奖项的评选标准和评选流程

（三）、颁奖主持宣布获奖人员并上台领奖：

新春文艺晚会表演奖、创作奖获奖人员

一等奖：舞蹈《开门红》 12人

刘兰兰、朱婷婷、赵燕燕、卢元元、巩常云、李令竹、

柳增凤、林叶、于润红、王静、刘素珍、王宁、

二等奖：舞蹈《月光下的凤尾竹》 6人

于凤艳、耿丽丽、许娟、崔敏、王月春、房祥雪、

舞蹈《红色娘子军》 9人

张晓燕、苑海燕、鲍丰俊、管仁艳、王秀凤、

尹爱凤、蒋成晓、刘桂娟、周召霞、

三等奖：舞蹈《踏歌起舞》 8人

张会会、来庆娟、接桂敏、王明明、刘艳英、王娜、张平平、

王召霞、

小品《实诚人》 3人

赵军波、卢有才、段会娥、

大合唱《新世纪员工之歌》 20人

刘成海、吴立红等莒南新郎店全体员工。

创作奖：诗朗诵《新世纪祝福》 田荣娟

三句半《说说新世纪》 张晓燕

“三·八”友谊健身比赛获奖人员

一、 飞镖比赛：

二、 跳棋比赛：

三、 筷子超人：

第一名：二楼代表队

第二名：三楼代表队

四、 拔河比赛：

第一名：二楼代表队（12人）

第二名：三楼代表队（12人）

1、下面进行《文艺晚会》活动颁奖：

(1)请获得文艺晚会三等奖的： 、 等上台领奖；(人)

请公司 颁奖;大家掌声欢迎!

(2)请获得文艺晚会二等奖的: 、 等上台领奖;(人)

请公司 颁奖;大家掌声欢迎!

(3)请获得文艺晚会一等奖的: 等上台领奖;(人)

下面邀请公司 上台颁奖;大家掌声欢迎!

3、 下面进行《三八妇女节》比赛活动颁奖:

(1)请获得飞镖比赛三等奖的: 上台领奖;(1人)

请获得筷子超人三等奖的: 等上台领奖;(4人)

请获得跳棋比赛三等奖的: 上台领奖;(1人)

请获得拔河比赛三等奖的: 、 等团队上台领奖;(12人)

请公司xxx颁奖;大家掌声欢迎!

(2)请获得飞镖比赛二等奖的: 上台领奖;(1人)

请获得筷子超人二等奖的: 等团队上台领奖;(4人)

请获得跳棋比赛二等奖的: 上台领奖;(1人)

请获得拔河比赛二等奖的: 、 等团队上台领奖;(12人)

请公司 、 颁奖;大家掌声欢迎!

(3)请获得飞镖比赛一等奖的: 上台领奖;(1人)

请获得筷子超人一等奖的: 等团队上台领奖;(4人)

请获得跳棋比赛一等奖的：上台领奖;(1人)

请获得拔河比赛一等奖的：等团队上台领奖;(12人)

下面邀请公司上台颁奖;大家掌声欢迎!

3、下面请公司班子领导和所有获奖人员上台合影谢幕!大家掌声欢迎!

4、颁奖仪式现在结束，大家散会!

三八妇女节茶话会活动简报篇二

一年一度的三八妇女节即将到来，每年过节都少不了活动，那么妇女节有什么活动呢?以下是小编整理了关于2020三八妇女节活动_适合三八妇女节的活动有哪些，希望你喜欢。

可以举办“妇女能撑半边天”的座谈会。邀请单位里面一些积极有代表性的女员工参与演讲分享心得。通过树立榜样，增加女性员工在公司的地位。

举办厨艺大比拼的活动竞赛，并且设置丰厚的奖品，可以是生活家居用品。让女同志积极参与，也能够彰显出她们精湛的厨艺，突出表现女性在做饭方面的天赋与特长。

举办健康讲座，邀请相关的专家，从关爱女性身心健康的角度进行深入交流，让女性朋友得到尊重和自信，也可以纠正一些错误的思想，达到真正的男女平等。

举办体育方面的竞赛，可以是拔河或者赛跑等，由于女同志本身不热衷于体育锻炼，所以相应的获奖奖品要设置的经济适用，对女性有吸引力，可以提高她们的参与热情。

举办文艺比赛，可以比赛织毛衣等生活家居技巧或者唱歌跳舞等多才多艺的表演形式，让女性能够真正的展示自己的特长。

在我国，“三八”国际劳动妇女节前夕，中华全国妇女联合会有展开“全国三八红旗手标兵”、“全国三八红旗集体”等评选活动的传统，表彰中国妇女做出的业绩。

评选标准

1、思想红，干劲足；

4. 善于团结群众发挥共产主义协作精神的。凡是具备上述条件或条件之一的，并在完成生产或工作计划方而作出突出成绩的，都可称为全国妇女先进生产者、先进工作者或先进集体厂。

三八妇女节茶话会活动简报篇三

三八妇女节是世界的传统节日，也是广大妇女的节日，为了丰富20xx年的三八妇女节，可以举办哪些有创意的的活动呢？下面本站小编为大家整理了一些关于20xx年三八妇女节活动通知，欢迎大家阅读。

各有关单位：

为宣传表彰在推进我区经济社会发展中做出突出业绩和重大贡献的杰出妇女典型与集体典型，动员激励广大妇女在开发区率先基本实现现代化的伟大征程中艰苦创业、开拓创新、勇于创优，经研究，决定在20xx年“三八”国际劳动妇女节期间表彰一批先进集体和先进个人。具体事项通知如下：

一、评选内容

- 1、巾帼建功先进个人
- 2、巾帼建功先进集体
- 3、最美星湖人家
- 4、十佳“栾馨仁”巾帼志愿者
- 5、十佳婚姻家庭纠纷调解能手(性别不限)

二、评选条件

(一) 巾帼建功先进个人

- 1、拥护党的领导，模范贯彻执行党的路线、方针、政策。
- 2、爱岗敬业，锐意进取，开拓创新，在本职工作中成绩突出，在本单位具有一定的先进性、示范性。
- 3、具有良好的社会和职业道德，群众威信高。

(二) 巾帼建功先进集体

- 1、以女性为主体(主要领导为女性，女性成员占该单位人员总数的50%以上)。
- 2、集体成员立足本职，主动作为，争创一流，为推动开发区经济又好又快发展作出突出贡献。
- 3、集体成员政治业务素质高，工作业绩突出，具有良好的社会形象，得到本单位和广大群众的普遍赞誉。

(三) “最美星湖人家”

(1)家庭成员积极参与物质文明、精神文明、政治文明、生态文明建设，为社会做贡献；

(2)传承中华民族尊老爱幼，夫妻和睦，勤俭持家，邻里团结等的传统美德；

(3)体现与时俱进，开拓进取，男女平等，崇尚科学的时代精神；

(4)事迹突出，有代表性，在群众中有较大影响。

要重点挖掘在构建和谐开发区进程中涌现出来的“孝老爱亲”、“崇文尚学”、“廉洁诚信”、“自强奋进”、“互助奉献”等各具特色的“最美家庭”典型。

(四)十佳“栾馨仁”巾帼志愿者

1、模范遵守国家法律法规，思想品质优良，具有良好的精神风貌和高尚的道德情操。

2、热爱公益事业，甘于奉献，积极参与巾帼志愿服务活动，身体力行弘扬志愿服务精神。

3、具有较强的志愿服务能力，所提供的巾帼志愿服务产生了良好的社会反响，具有良好的模范带头作用。

(五)十佳婚姻家庭纠纷调解能手(性别不限)

1、具备一定做好维护妇女权益的法律法规知识和较强的调解能力。

2、在维护妇女权益中做了大量工作，调解成功率高，对促进家庭和谐、社会稳定有明显成效。

3、在群众中威信较高，有较高的社会美誉度。

三、评选要求

- 1、各单位要认真做好推荐工作。要按照评选条件，严格把关，确保推荐的质量。
- 2、推荐表格填写要字迹清楚，文字简练，主要事迹500字左右，填在表格相应栏(另附1500字左右的先进事迹材料)□
- 3、推荐材料一式二份及电子版，一并于20xx年1月10日前报区妇联张群，逾期视为弃权。

各市、州总工会，长白山开发区总工会，扩权强县试点市总工会，省直机关工会，省各产业工会女职工委员会：

为深入贯彻党的xx届四中、五中全会和吉林省委第十届六次会议精神，协调推进“四个全面”战略布局，着力适应经济发展新常态，进一步弘扬工人阶级的先进思想，发挥好劳模的引领示范作用，团结和带领全省广大女职工在全面深化改革和加快吉林新一轮振兴发展中再创佳绩，省总工会将在20xx年“三八”节期间对女职工提升素质建功立业活动中做出突出贡献的先进集体、个人、女职工干部、模范女职工之家进行表彰，并从中评选事迹突出的十个标兵岗和十名标兵，授予“吉林省五一劳动”奖状和奖章。现将有关事项通知如下：

一、评选条件

(一)吉林省五一巾帼标兵岗

“省五一巾帼标兵岗”以班组、科室为评选单位，女职工人数比例不少于80%，主要负责人为女性，有积极向上的团队精神，有良好的职业道德风貌，事迹突出，并具备下列条件之一者：

- 1、在市以上重点工程建设或重大科研项目中做出突出贡献的；
- 4、在全面提升女职工素质，推动职工队伍知识化进程中成绩显著，做出突出贡献的；
- 6、在其他方面做出突出贡献的。

(二) 吉林省五一巾帼标兵

“省五一巾帼标兵”应是直接从事生产、教育、科研一线的女职工、女农民工，爱岗敬业，无私奉献，具有良好的职业道德和较高的业务水平，并具备下列条件之一者：

- 1、在市以上重点工程或重大科研项目中做出突出贡献的；
- 5、在维护社会稳定，保护国家安全和人民生命财产等方面做出突出贡献的；
- 6、在其他方面做出突出贡献的。

(三) 模范女职工之家和优秀女职工干部

省模范女职工之家按照省总工会女职工委员会20xx年下发的《关于继续深入开展创建工会女职工之家活动的意见》规定的标准进行推荐，只限于评选市州以下基层工会女职工委员会。各市州、长白山开发区、梅河口、公主岭、省直和省产业工会女职工委员会按照吉会女字〔20xx〕3号《全省工会女职工工作考核办法》考核评选。

优秀女职工干部应推荐在组织女职工提素建功活动、女职工关爱行动和创建女职工之家活动中，取得突出成绩者；在维护女职工合法权益和特殊利益方面有突出贡献者。

(四) 省五一劳动奖状和奖章的评选条件

“吉林省五一劳动”奖状和奖章要在“吉林省五一巾帼奖”的基础上产生，被推荐者是直接从事生产、教育、科研等行业一线的女职工、女农民工，曾荣获市五一劳动奖章、市劳模及以上荣誉，事迹突出，成果显著。行政领导干部、企业法人不参与评选。

二、推荐、评选原则

1、推荐评选工作要面向基层，面向经济建设第一线，注重科技含量，坚持公开、公正、公平和自下而上，群众公认，层层推荐，严格把关，逐级审核。

2、推荐评选工作要坚持走群众路线，上报的推荐人选须履行民主程序，充分听取群众意见。

3、凡是被推荐为“省五一劳动奖状”所在的企事业单位及其负责人，必须经过工商，税务(国税，地税)、审计、纪检、监察、安全生产、环境保护和计划生育等部门的审查，凡在上述方面存在问题或未建工会及工会女职工组织、未签订集体合同(专项集体合同)、拖欠职工工资、欠缴职工社会保险金和工会经费、侵犯职工合法权益，当年发生重大伤亡事故等情况之一的，不得作为推荐评选对象。

4、近三年内曾获得过省劳动模范、“省五一劳动”奖章和奖状的集体和个人不得再次推荐。

三、推荐评选方法及要求

1、各地要严格按照评选条件和分配名额进行推荐(名额分配表附后)。“吉林省五一劳动”奖状和奖章将在总数额内产生，其余的推荐为“吉林省五一巾帼”标兵岗和标兵。

2、各地和产业推荐的“省五一劳动”奖状和奖章要同时上报3000字的事迹材料(3000字事迹材料必须按第一人称、以事迹报告形式上报)和300字的简要事迹(电子版和文字材料各一份)，并附上曾获市劳模、市五一奖章和省部级以上表彰证书复印件，上报日期截止到20xx年12月20日。凡不按期上报的一律视为弃权。

3、推荐登记表一式三份□ a4反正面打印，不准加页。

共2页，当前第1页12

三八妇女节茶话会活动简报篇四

各区总工会，北京经济技术开发区总工会，各产业工会，各局工会，各集团、公司工会，各高等院校工会，各直属基层工会：

为深入学习贯彻党的xx届五中全会精神，以及中央、市委党的群团工作会议精神，扎实推进“1+15”文件和《北京市实施中华人民共和国工会法办法》的贯彻落实，进一步激发广大女职工立足岗位、建功立业的积极性和创造性，为广大女职工全面发展和幸福生活营造良好的社会氛围和环境，北京市总工会女职工委员会决定继续以“助力女职工成长，关爱女职工生活”为主题，开展庆祝“三八”国际劳动妇女节106周年系列活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

“助力女职工成长，关爱女职工生活”。

二、主要内容

(一)深入开展“培育好家风——女职工在行动”主题实践活动

认真贯彻习近平总书记关于家庭建设“三个注重”的要求，落实全总女职工委员会的工作部署，以“三八”为契机，在全市工会深化“培育好家风——女职工在行动”主题实践活动，引导广大女职工自觉践行社会主义核心价值观，弘扬主旋律、树立新风尚，建设幸福家庭。

1. 北京市总工会女职工委员会与《劳动午报》合作，在前期好家规、好家训征集的基础上，通过微信投票与专家评选相结合的方式，评选出优秀作品。

2. 召开以“书香伴我育家风”为主题的全市庆“三八”大会，会上将启动“书香三八”读书活动，展示职工的好家规、好家训，举办家风建设大讲堂。

(二)开展先进女职工选树、表彰、宣传活动

各级工会女职工组织要结合“三八红旗奖章(集体)”评选表彰工作，把宣传“四自”精神和优秀女职工的先进事迹贯穿于庆祝活动始终，以适应新常态，提高女职工创新、创造、创业能力为重点，组织开展形式多样、内容丰富、各具特色的“三八”表彰会、先进事迹报告会、岗位练兵、劳动竞赛等活动，用榜样力量感召女职工，用优异业绩鼓舞女职工，引领广大女职工积极投身于首都国际一流的和谐宜居之都建设，在全面建成小康社会进程中发挥“半边天”作用。

(三)做好女职工维权服务

积极宣传普及女职工权益保护法律法规，大力推动《女职工劳动保护特别规定》及相关法律法规贯彻落实，不断提高女职工权益保护专项集体合同的签约率和履约率，切实维护好女职工的合法权益和特殊利益。

1. 3月7日—11日女职工委员会携手市总工会法律服务中心，通过12351职工服务热线和职工法律服务中心服务窗口，组织法律专家集中接受女职工维权咨询和投诉。

2. 通过市总工会法律服务中心微信平台、《劳动午报》及其手机报、微信等媒体，宣传女职工保护相关法律法规，刊载女职工维权案例分析，指导女职工依法维护自身合法权益与利益。

3. 充分发挥基层工会女职工组织作用，在女职工相对集中和职业安全隐患高危行业，开展劳动安全隐患自查和《女职工劳动保护特别规定》的贯彻落实情况的自查活动。下半年，市总工会女职工委员会将与工会届政协委员联合对部分单位进行重点督查。

(四)做好女职工关爱服务

“三八”节期间，各级工会女职工组织要开展形式多样的爱心助困、疾病救助、心理关怀和生活服务，进一步提高女职工特殊疾病保险覆盖率，完善女职工妇科体检机制，推进“母婴关爱室”的规范管理和健康发展；统筹兼顾不同群体，拓展关爱领域，提高帮扶关爱服务的针对性和实效性。

1. 3月7日—11日与市总职工服务中心共同开展“温情三月，呵护心灵”女职工心理关爱服务，为基层工会干部和女职工提供点对点的个性化服务。

2. 依托产业工会为以外来务工女性为主的特殊群体提供免费妇科体检服务。

(五)做好女职工文化服务

以提升学识修养，丰富文化生活为目标，开展丰富多彩的适应女职工特点和爱好的文化娱乐休闲活动。

1. 启动20xx年“首都女职工流动课堂”，汇集二百余名专家学者的师资库为广大女职工推出多领域、多学科的讲座服务，使广大女职工尽享文化浸润的乐趣。
2. 市总工会女职工委员会与中国缝制机械协会联合启动“快乐相‘缝’”北京市职业女性布艺大赛，3月至11月每月组织一场预赛，12月组织单场获胜者进行总决赛。
3. “三八”期间，市总工会女职工委员会向全市女职工提供持京卡互助卡免费(优惠)看电影等活动，活动信息将通过12351职工服务网实时发布。

三、具体要求

(一)各区总工会、经济技术开发区总工会、产业工会、局工会、集团公司工会女职工委员会要高度重视，提前谋划，统筹安排，将本单位举办的“三八”庆祝活动与北京北京市总工会女职工委员会举办的系列活动紧密结合起来，围绕主题，精心策划，广泛开展具有区域、系统、行业特色的活动。

(二)各级工会女职工组织要坚持针对性与普惠性相结合，以活动为载体，以普遍参与为目标，根据不同人群、不同爱好、不同年龄的女职工确定活动内容。力争让每一位女职工都能在活动中提高素质、感受关怀、丰富内涵、陶冶情操，尽情享受快乐工作、幸福生活的情趣。

(三)各级工会女职工组织要充分发挥自身优势，积极协调好本区域、本系统的服务资源，将更多的服务女职工的项目搭载到京卡互助卡，通过北京12351职工服务网发布“三八”期间女会员专享活动，扩大工会女职工组织的影响力和凝聚力。

(四)各级工会女职工组织要做好“三八”节活动的信息报送工作，北京市总工会女职工委员会将作为年终考核和评比的重要内容之一。

三八妇女节茶话会活动简报篇五

公司三八妇女节趣味活动策划方案二

3月6日，为庆祝一年一度的“三八”妇女节这一重要的节日，增进女员工的沟通，促进员工之间的团结和谐，激发员工的工作热情，公司工会在公司运动场上组织车间部门女员工开展趣味运动会。

这次运动会的项目有：集体投篮、呼啦圈过山车趣味接力和集体跳绳比赛三个项目。集体投篮的比赛的规则是，每队出10名队员，每人投1分钟，以投进的篮球数合计为成绩。呼啦圈过山车趣味接力赛，以10人为一组，一场决胜负，按每队用时最短取名次。10名运动员同时上场，站在规定的区域内，手拉手一字排开，队员与队员之间距离1米左右。第一名队员手持第1个呼啦圈，当听到发令号后，利用身体的摆动移动呼啦圈给下一位队员，依次类推。直到最后一名队员完全摆脱呼啦圈时，第一名队员手持第2个呼啦圈开始第2次转送。当第2个呼啦圈传到最后一名队员时，比赛结束。比赛中，其他队员不允许帮助移动呼啦圈，当前一名队员完成全部动作后，下一名队员方可进行摆动，其他时间内不得移动身体和脚。集体跳绳的规则是：一队出2人甩绳，8人跳绳。在3分钟的时间内，以跳绳数量多少为成绩。

这次比赛，各车间根据自己的实际情况，组织1-3个女员工代表队参赛。人员较少的与别的部门联合组队。每队为10人。参加这次比赛的共有19支代表队，其中参加集体投篮的有4支，呼啦圈过山车趣味接力的有8支，集体跳绳的有7支。

经过激烈的较量，夺得集体投篮、呼啦圈过山车趣味接力赛和集体跳绳比赛这三个项目第一名的分别是：九车间代表队、

生产技术部代表队和九车间代表队。九车间代表队夺得两项冠军。根据比赛成绩，公司对取得各项前三名的分别给以奖励。

公司三八妇女节趣味活动策划方案三

一、活动时间：

x年xx月xx日(具体时间待定，临时通知)

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，社区妇女以办事处为单位，各参赛单位所参加的项目最多可报两组人员参加。

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、双腿夹球接力

将球放在两膝上方用劲夹住，走到对面终点处，将球交给对面队友，循环反复至全队结束，时间最短者为胜。

规则：(1)必须从起点线后起步。(2)如中途皮球脱离须在原

地把球拣起夹好后继续比赛。(3)双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。(4)每队限报4人。

3、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。

4、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。

六、报名时间

各参赛单位务必在xxxx年xx月xx日前把参赛项目以及参赛人

员名单报回区妇联，并注明领队和负责人及其联系方式，过期将不再报名。望各单位认真组织，积极配合。

报名联系电话：

活动时间

3.6日下午(周五)

活动地点

爱格高尔夫练习场

地址：关山一路关山春晓小区旁，向南方见左边马路路牌三八妇女节趣味活动方案□

光谷大道特一号国际企业中心旁，728路起点站。

活动内容

高尔夫体验：

球场由专业高尔夫教练进行指导。球场安排专人负责引导老师，告之球道发放标牌。每条球道可接待2-3名教师轮流练习，并提供果岭推杆区供练习；练习完毕即组织开展趣味高尔夫比赛。

教练指导：

专业高尔夫教练

活动流程

14:15高一、高三年级教师在北门上车

14:30分组进入指定场地

14:40在教练指导下进行推杆、挥杆练习

15:00自由练习

15:45目标赛和推杆赛参赛者互换场地进行比赛

16:30由爱格高尔夫练习场为优胜者颁发奖品

16:40活动结束

17:20庆祝晚宴

比赛规则

注意事项:

1. 不得随意踏入安全线以内，小心被球杆击倒。
2. 不得随意进入球场草地或上草地击球。
3. 不得随意把球场的练习球和毛巾等物品带走。
4. 练球时球杆被打断由本人负责。
5. 建议老师参加活动不穿高跟鞋。
6. 球场内不得大声喧哗。

共5页，当前第4页12345