

# 2023年乡镇拔河比赛活动方案策划 拔河比赛活动方案(通用5篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。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。

## 乡镇拔河比赛活动方案策划篇一

为进一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康文明的校园气氛。通过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系展示各自的体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，推动校园精神文明建设，按照学校的统一安排，组织三至六年级学生开展拔河比赛，有关事宜安排如下：

20xx年4月11日（周四）下午

学校操场

1、参赛队伍：三年级至六年级各班

1、每班参加人数男生（15人）、女生（8人），共计23人

2、比赛前，裁判员清点各班的参赛人数，参加队员服从裁判员管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可比赛，非参赛队员不能帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各班必须准时参加不准无故缺席，迟到5分钟作弃权处理。

5、三四年级班先进行抽签，如抽到1班和2班，则1班和2班、3班和4班先进行三局2胜制比赛，获胜者和获胜者比，失败者和失败者进行三局两胜制比赛，最后决出一二三名。

五六年级，三个班先进行抽签定位，如抽出1班2班，则1

班2班先进行三局两胜制比赛，若一班输，在由1班和3班进行三局两胜制比赛，获胜者最后与2班进行三局两胜制决赛，最后决出一二三名。

即比赛共分为三轮，为公平起见，每轮比赛五六年级各比赛一场。如果各班参赛选手在比赛时出现体力不支的，可要求换替补人员。

最后由教职工进行拔河，比赛一楼二楼办公室对三楼办公室进行三局两胜制比赛。

组长□xxx

副组长□xxx

裁判□xxx

记录□xxx

xx学校

20xx年xx月x日

## 乡镇拔河比赛活动方案策划篇二

为丰富全区干部群众文体生活，激发工作热情，促进干群交

流，加深友谊，培养团队合作精神，经党委政府研究，决定举行社区拔河比赛活动，为确保活动顺利开展，特制定本方案。

官地坪社区人民政府

时 间□20xx年3月29日（星期五）

地 点：官地坪社区烟站

组 长：钟照寰

副组长：郁双菊 程国平

组 员：陈兆旭 杨 慧 李德斌 王冬月 吴秀明

朱维杰 陈东初 王雄吾 谷建州 王祥望

领导小组下设三个工作组：

（一）综合协调组

组 长：程国平

成 员：谷成文 谭 壹 彭南初 夏文球

职 责：负责活动的总协调，安排活动场地，准备比赛用具等。

（二）裁判组

组 长：杨 慧

成 员：李德斌 谷 鑫 向飞虎 甄如芳 周 敏 向尚桂

涂志国 向佐林 丘德帅

职责：负责组织安排赛程，评判胜负，做好记分，保障比赛的顺利进行。

### （三）安全秩序组

组长：吴秀明

成员：谷建洲 陈东初 黄广峰 朱维杰 王雄吾

王祥望 谷精选 许云飞 钟家森 联防队

职责：负责活动的安全保卫、秩序维护及车辆停放等工作。

### （四）后勤接待组

组长：陈兆旭

组员：王冬月 \*\*书吉 周丽群 向才明

职责：负责整个活动的接待登记及后勤保障工作。

#### 1、参赛队伍：

以村（居）、社区直机关为单位成立参赛队，每队领队1人，队员10人（男性8人、女性2人），共11人。社区直机关人数不足的可单位间联合组队参赛，社区政府成立队伍参与比赛。

#### 2、参赛资格：

各参赛队必需保证队员身体健康、无任何疾病，能按时上场参加比赛；各队队员必需是本村村民或本单位职工，不得任用其它单位或外村人员参赛。

1、每场比赛采用三局二胜制，参赛队每胜一场记3分、负一场记1分、弃权的记0分。

2、参赛队伍分成a□b□c□d四个小组，比赛分二个阶段：第一阶段为小组内循环，每小组前2名出线，第二阶段为淘汰赛，淘汰赛阶段每输一场即被淘汰。

3、循环赛名次决定：各组积分前两名出线，如出现积分相同，则两队再进行一次附加赛，决定名次。

4、决赛方式：实行淘汰制，输者即被淘汰。决赛共分八场，组与组之间交叉进行，即每组第一名与别组第二名比赛。

5、比赛结果取前四名，分别给予各队1000元、800元、600元、400元奖励。

1、08：30赶到烟站并签到

2、08：40召开领队会议，讲解比赛要求及注意事项。

3、09：00——12：00进行比赛

4、12：00——13：30午餐及休息

5、13：30——16：30进行比赛

1、赛场：拔河道在操场水泥地上画3条直线，中间为中线，两边为各方限制线，三线相邻间隔为2m□拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛时，除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地，比赛首场的站位选择由各队队长抽签决定。

2、每场比赛由裁判组负责监督，赛前清点对方人数是否正确，监督是否有违规现象，如发现有违规现象立即取消比赛成绩。

3、比赛开始，裁判员两脚分别站在中心线两侧，让绳上中心点标志正对场上中心线，双方队员手握住绳并持平衡状态时，

以鸣哨为信号，比赛开始。

4、决定胜负：比赛中一方把绳子中心点上标志拉过本方的限制线，裁判员鸣哨为胜，一局比赛结束后双方交换场地。

1、比赛重在参与，注意安全，量力而行。各领队负责本参赛队员的安全，并将各注意事项告诉参赛者。

2、各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，参赛队未按时到达现场则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

3、各参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

4、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员作出下一轮的比赛安排。

5、所有参赛人员及现场观众必须服从裁判和工作人的`员指挥，站在规定的赛道外。比赛时不得故意干扰或上场帮忙，发现各队有违规现象则立即取消比赛成绩。

6、比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

### **乡镇拔河比赛活动方案策划篇三**

\*月15日下午，\*\*医院全体医务人员在篮球场举行了“魅力九月”拔河比赛。此次比赛以促进各科室间交流为宗旨，以丰富医务人员的生活为目的，以比赛的形式为工作人员提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力。

此次比赛按科室分队，参赛队员为各科室，分成6个队，通过

比赛前两名奖金分别为1000元、800元。比赛实行淘汰制晋级方式，自发形成顺序。

裁判们依据公平公正的原则，参赛人员本着“友谊第一、比赛第二”的原则，整场比赛井然有序。经过激烈的耐力、体力较量，最终外科获得冠军，骨科和妇科获得亚军。

此次拔河比赛，不仅丰富了该院文化生活，加强了该院内部的团结合作精神，还促进了各科室、各医务人员间的交流，加深了工作人员与院领导之间的感情，更是培养了拼搏进取的精神和积极乐观的生活态度。

很多情况下我们都要运用到新闻稿（通讯稿），但是在写新闻稿（通讯稿）的时候，我们要怎么样才能把它写好呢、在这就简单的给大家介绍一下。

通讯是记叙文的一种，是报纸、广播电台、通讯社常用的文体。是运用叙述、描写、抒情、议论等多种手法，具体、生动、形象地反映新闻事件或典型人物的一种新闻报道形式。

（1）严格的真实性。

（2）报道的客观性。

（3）较强的时间性。

（4）描写的形象性。

（1）按形式分，通讯分为一般记事通讯、访问记（专访、人物专访）、小故事、集纳、巡礼、纪实、见闻、特写、速写、侧记、散记、采访札记。

（2）按内容分，通讯一般分为人物通讯、事件通讯、概貌通讯、工作通讯。

第一，主题要明确。有了明确的主题，取舍材料才有标准，起笔、过渡、高潮、结尾才有依据。

第二，材料要精当。按照主题思想的要求，去掂量材料、选取材料；把最能反映事物本质的、具有典型意义的和最有吸引力的材料写进去。

第三，写人离不开事，写事为了写人。写人物通讯固然要写人，就是写事件通讯、概貌通讯、工作通讯，也不能忘记写人。当然，写人离不开写事。离开事例、细节、情节去写人，势必写得空空洞洞。

第四，角度要新颖。写作方法要灵活多样，除叙述外，可以描写、议论，也可以穿插人物对话、自叙和作者的体会、感受，既可以用第三人称的报道形式，也可以写成第一人称的访问记、印象记或书信体、日记体等。通讯所报道的新闻事实，可以从各个不同的角度去观察，去反映，诸如正面、反面、侧面、鸟瞰、平视、仰望、远眺、近看、俯首、细察……角度不同，印象各异。若能精心选取最佳角度去写，往往能使稿件陡然增添新意，写得别具一格，引人入胜。

所谓人物通讯，就是以报道各条战线上的先进人物为主的通讯。它着重揭示先进人物的精神境界，通过写人物的先进事迹，反映出人物的先进思想，使之成为社会的共同财富。同时，也报道转变中的人物和某些有争议的人物。“金无足赤，人无完人”，在写作时切不可把先进人物写成从来没有过的大智大勇，十全十美，写人叙事力求言真意切，恰如其分。

所谓事件通讯，就是报道典型的、有普遍教育作用的新闻事件。写事当然离不开事件有关的人，但它不像人物通讯那样着力刻画人，而是以事件为中心，在事件的总画面中，为了写好事来写人。它既可以反映现实生活中发生的重大的、振奋人心的典型事件和突出事件；也可以从某一新闻事件截取一个或若干个片断，进行细致详尽的描述，揭示事件的深刻

含义；还可以是若干事件的综述。

所谓工作通讯，就是反映贯彻执行党的路线、方针、政策中的成绩，总结实际工作中的经验和教训，或者探讨有争议的亟待解决的问题的报道。它是报纸上经常运用指导工作的重要报道形式。它的主要特点有四条：一是把介绍工作经验和分析问题作为主旨；二是凭借事实，深入分析；三是生动活泼，讲究文采；四是不拘一格，形式多样。随笔、散记、侧记、札记、记事均可。

概貌通讯又称风貌通讯。它是以反映社会生活、风土人情、自然风光和日新月异的建设成就为主的报道。尤其是改革、开放、搞活所带来的变化，又为这类通讯增加了新的内容。概貌通讯与事件通讯不同，它不是围绕一个人物或一个中心事件来写，也不要求写一件事发生、发展的完整过程，而是围绕主题集中各方面的风貌和特色。在表达方式上，往往运用点上具体事例来叙述和描写一个地区、一条战线、一个单位、一个点、一个方面的风貌变化，展现时代的步伐和人的思想境界的变化。一般采取“巡礼”、“纪行”、“散记”、“侧记”等形式，向读者介绍。

反映现实生活中的一个片断，通常表现一人一事，线索单一而有故事情节，短小精悍，生动活泼。不能写得人物繁多，场面太大，枝节横生，否则就失去“小”的特点。

## 乡镇拔河比赛活动方案策划篇四

进取、向上、团结、奋进、运动、健康

为近一步丰富学校文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康礼貌的学校气氛。经过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系，陶冶学生的高尚情操，展示各自体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的团体荣誉感、热爱团体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发

广大学生热爱学校和体育努力成才的活力，不断提高自身全面素质，推动学校精神礼貌建设。

具体日期另行通知

学校篮球场

3个小旗、3个口哨、3根粗绳，细绳若干，白灰若干

1、报到：

比赛开始前，各班体育委员必须提前5分钟到赛场登记台签到。并交各参赛队员的学生证，无学生证不得参加比赛。参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，因特殊原因需要调换场次的，请提前通知。开场后10分钟不到的队伍取消参赛资格。

2、队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员15人，每队为男9人、女6人。参加比赛的队员必须是其班级学生，其余人员不得参加。

3、每班派2个比赛监督员，对照学生证清点对方人员、人数是否正确，监督是否有违反现象，如发现违反现象立即取消比赛资格。

4、比赛地为水泥地上画3条直线，间隔为150cm，居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准。胜负决定以裁判员鸣哨、将旗指向胜利一方为准。

5、各班组织委员要认真组织，其他拉拉队员必须站在场地限制线外，不得进入拔河场地内，否则以作弊处理。

6、比赛方法：

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班体育委抽签决定。

3) 淘汰赛：每队抽签分成组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共6支参赛队伍进行三轮淘汰赛，最终胜利的三只队伍进入半决赛。

4) 复活赛：淘汰赛中未晋级半决赛的三支队伍，由体育委员进行抽签分组进行循环赛，每队按三局两胜制进行拔河比赛，以获胜次数的多少决出五、六名，获胜次数最多的一支队伍进入半决赛。（若出现三支队伍各胜一次情景，则由体育委员抽签得出晋级队伍，剩余两支队伍决出五、六名）

5) 半决赛：四支队伍由体育委员进行抽签分组，每组按三局两胜制进行拔河比赛，获胜的两支队伍进入决赛。剩余两支队伍争夺三、四名。

6) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

1、参赛的各班班长应迅速落实参赛人员，制定本班比赛策略，在班级对本次比赛作重点宣传。

2、参赛过程各班用相机纪录本班比赛精彩瞬间。

3、赛后各班至少撰写两篇宣传稿，统一收取交于本院媒体部门。各班择优选取照片一张，申请宣传版一个，由各班板报小组共同策划，制出宣传板报。

- 1、赛前5分钟点名检录，核对学生证，三次点名不到的代表队视为自动弃权。
- 2、参赛人员不得穿钉鞋，不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。
- 3、比赛前由各班体育委员抽签决定对阵。
- 4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。
- 5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至到达获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。
- 6、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

比赛取前三名，给予必须奖励。

本次活动奖品如下：

- 1、一等奖（1名）
- 2、二等奖（1名）
- 3、三等奖（1名）
- 4、精神礼貌奖（3名）

## 乡镇拔河比赛活动方案策划篇五

第x个“教师节”拔河比赛

拔河比赛是中国的传统体育活动，在比赛中能够很好的体现队员之间的团结协作能力，从而加强参赛团体之间的合作、交流，增强整个参赛队伍之间的凝聚力。为了加深同事之间的友谊，特举行此次拔河比赛。

全校教职工

20xx年9月10日下午14: 30

学校运动场

1、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为200cm□拔河绳中

间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以教研组为单位参赛，共10支队。语文组vs物理组，数

学组vs政治组，英语组vs化学组，历史组vs生物组，综合组vs地理组，后勤组直接进入第二轮。每支参赛队由领队1人，参赛选手8人（其中男选手5人，女选手3人）组成，在当场比赛中不得更换比赛选手。

3、每场比赛会派2个比赛监督员，清点对方人数是否正确，监督是否有违反现象，如发现违反现象立即取消比赛资格

4、比赛时设有一个主裁，两个监督人员。

5、比赛按照教研组分别进行比赛。

（2）比赛开始前，各队按照每8人一个纵队以站立的姿势准备好，比赛开始后，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。

(3) 每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一局胜负判定：当中心标志被拉到一方的2m白色线时，及绳子向一方移动2m□比赛结束。

(1) 各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始10分钟参赛队未到达现场，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动晋级。

(2) 各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外。比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙。一经发现立即取消比赛资格。

(3) 为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队参赛者。

(5) 比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。