

最新开展游泳活动的方案(大全5篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？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。

开展游泳活动的方案篇一

一、活动地点：活动中心（6泳道）

二、活动内容：比赛设个人和团体接力项目，分男子组、女子组，具体活动项目安排如下：

- 1、男子蛙泳：25米，50米，100米
- 2、男子自由泳：25米，50米，100米
- 3、女子自由泳：25米，50米
- 4、接力赛：蛙泳自由泳混合4乘25米

副总指挥：李宏成、康玺

裁判员：康玺、訾娟、焦玉坤、谈玉、张聪、肖梦淑
救生员：张聪、张忠良

工作人员：马秀英、徐丹、王抒情、吴玉婷

报名联系人：康玺

五、参赛规则

- 1、分组进行比赛，个人组采用先预赛，按计时成绩取前六名

参加决赛

2、接力赛以工会为单位，男女混合参赛，前一名运动员触及池壁后，下一名运动员才可离台出发。队员的顺序可自由搭配。

3、参赛者可自行选择比赛项目，可以重复参加

六、参赛须知：

2、参赛人员和其他参加活动人员须遵守赛事及游泳馆的管理规定，服从活动组织者的安排

3、自觉爱护环境，注意安全

4、泳衣自备

七、费用预算

1、计时器6只

2、泳道标牌12个

3、奖品：第一、第二、第三名各9名，共计27个奖品

开展游泳活动的方案篇二

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。通过开展趣味游泳比赛，增强同学之间的相互联系，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，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，不断提高自身全面素质，推动校园精神文明建设。

二、机构设置

主办：天津理工大学体育部、校团委

承办：天津理工大学“畅享自游”游泳协会

主办人：“畅享自游”游泳协会会长袁帅、副会长高志婷

三、参与对象

天津理工大学全体同学

四、活动时间、地点

20__年10月22日上午9:00——12:00

天津理工大学附近山海天游泳馆

五、活动进度

1、宣传动员阶段

(1) 条幅制作与悬挂：由袁帅、陈出新、毕欣冉、王钊、陈亚雄负责于20__年10月17日前完成。

(2) 海报制作与粘贴：由高志婷、姜丹、张昊、江舒萌负责于20__年10月18日前完成。

(3) 发出通知：由秘书部杨攀豪、李海涛负责于10月18日前完成。

2、组织报名：由高志婷、姜丹、杨攀豪、李海涛负责于10月21日12:00前完成。

3、活动所需物品：由梁礼、屈威、刘玉红、陈出新负责于10月19日前完成。

4、活动阶段：袁帅、高志婷全程负责，高志婷为总摄像师，张明洋为总裁判长

赛制规则:分组进行比赛

(1) 水中竞走：水中竞走50米，不得以任何泳姿游走，一旦犯规将被罚出局，先完成者获胜。（参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷）（本组负责人：毕欣冉）

(2) 池底寻宝：选手背身，待裁判员放置好所寻宝物后，选手开始寻找，先找到者获胜。（参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新）（本组负责人：谢宏飞）

(3) 抱球接力：球不能离开双手，泳姿不限，一个人完成25米后，将球交接给下一个人，以后以此类推，先完成的组获胜，一旦犯规被判出局。（参赛名额：共两轮比赛，每轮三组每组两男两女。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊）（本组负责人：马海东）

(4) 潜泳：比比看谁潜的远，中途不能换气，潜的远者获胜，一旦有犯规者被罚出局。（参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷）（本组负责人：李海涛）

(5) 集龙珠：由裁判将一批乒乓球散落在水中，选手尽力去抢，直到将水中乒乓球收集完为止，最后收集最多者获胜。（参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新）（本组负责人：王胜）

(6) 浅水运气球：5分钟限时，从游泳池一端运到另一端，

途中气球不得离开身体，如果离开身体则此气球无效，最后运的最多者获胜。（男女各两轮，每轮3人。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊）（本组负责人：杨攀豪）

注1：以上所有项目除本人以及穿带泳衣、泳帽、泳镜外，不得借用任何其他辅助工具。

注2：每人限报两项（接力除外）

5、颁奖阶段

个人比赛和接力比赛均采用取前三名发奖的办法，按成绩录取名次。每个奖项都有证书和奖品。

六、活动预算：

开展游泳活动的方案篇三

活动准备：

2. 蟋蟀、青蛙、蚊蝇、知了等图片；
3. 各式蚊蝇拍、硬纸板、皱纹纸、软皮线、废旧饮料罐等。

活动过程：

1. 创设夏夜的草坪情境，激发幼儿兴趣。

师：听，这是什么声音？快找它在哪儿？

（让幼儿倾听各种声音，寻找小动物。）

2. 让幼儿感受夏夜的草丛中热闹的声音。

（1）通过歌表演、创编等活动自由模仿表现各种小动物的声音。

(通过此环节来激发幼儿的表现欲，发展幼儿的表演能力和创编能力。)

(2) 让幼儿交流自己喜欢什么声音?不喜欢什么声音?为什么?

(3) 让幼儿正确处理各种小动物。

(让幼儿凭借以为以往的生活经验来，区分益虫与害虫加深对个各种虫子的认识。)

3. 利用雷声将幼儿引入室内场景。

4. 通过倾听各种声音让幼儿想象、讨论、探索各种消暑解渴的方法。

(通过提供各种室内的声音，给幼儿提供一个自由充分想象、表述的空间，发展幼儿的想象力及语言能力。)

5. 针对蚊蝇声让幼儿讨论如何来消灭蚊蝇。

(1) 让幼儿运用多种材料来制作各种灭蚊蝇的工具。

(给幼儿提供多种材料让幼儿自由选择，充分发挥了幼儿的自主性，创造力，提高幼儿的动手能力。)

(2) 幼儿进行灭蚊蝇活动，感受灭蚊蝇的有趣，在劈啪劈啪声中感受灭蚊蝇的热闹。

6. 在灭蚊蝇后，让幼儿随着悠扬的音乐安静的入睡。

(动静交替，使幼儿享受到热闹的灭蚊行动之后那份独特的安宁，体验无比的成就感。)

开展游泳活动的方案篇四

活动目标：

- 1、让幼儿感受西方传统文化节日的气氛，了解复活节代表生命顽强、生机勃勃的含义。
- 2、了解复活节的象征物。
- 3、发展幼儿的思维能力和动手粘贴的能力。
- 4、通过各种游戏来锻炼幼儿的观察力和手、眼、脚的协调性。

活动准备：

兔子头饰、彩蛋图片、鸡蛋、兔子舞音乐

活动过程：

1、复活节的由来

复活节和圣诞节一样，是外来的节日。是最古老最有意义的基督教节日之一。按基督教教义，关于耶稣基督之死。耶稣基督的身体复活，为了叫信徒得到永生。因此，基督宗教中，复活节具有极度重要伟大的意义。传说耶稣被钉死在十字架上，死后第三天复活升天。每年在教堂庆祝的复活节指的是春分月圆后的第一个星期日，如果月圆那天刚好是星期天，复活节则推迟一星期。因而复活节可能在3月22日至4月25日之间的任何一天。它庆祝的是基督的复活，世界各地的基督徒每年都要举行庆祝。复活节还象征重生和希望。时间是春分月圆后的第一个星期日。

复活节象征物：彩蛋、复活兔、百合花

2、组织幼儿玩各种游戏

1) 拼贴彩蛋。

同伴一起拼贴心愿彩蛋，激发孩子的创造能力，在动手实践中打开创想乐园。

2) 快乐捣蛋鬼

游戏规则：教师组织幼儿分成四组；四位小朋友拿起手中的沙包，瞄准目标(幼儿拼贴的到宝宝)，比比谁扔得准，用小粘贴奖励小朋友！

3) 寻蛋大行动

游戏规则：教师将彩蛋藏在隐蔽的地方，需要小朋友快速的找出扔进小框里，规定时间内收集最多蛋仔的小朋友家庭获胜哦！

4) 接力运彩蛋

游戏规则：教师将幼儿分成两组，同时有2个小朋友参加，幼儿学小兔跳将彩蛋运到终点后，回到起点，下一名幼儿接着运蛋，哪组小朋友最先将彩蛋运完！

3、欣赏幼儿复活节作品

教师组织幼儿欣赏幼儿与家人一起制作的复活节作品。

活动结束：组织幼儿跳兔子舞来结束复活节活动。

开展游泳活动的方案篇五

为进一步落实随州市“全民健身活动”精神，推动全民健身

运动的深入开展，丰富广大市民的业余文化生活，营造健康和谐生活环境，倡导文明向上的生活方式。

二、活动主题

趣味游泳比赛活动

三、活动时间

四、活动项目内容

（一）趣味游泳比赛项目：

1、池底捞宝（每组2人）

主持人向比赛区域中央投入若干宝贝。发令后，参赛者比赛区域四个角下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内（3分钟）捞到宝贝多者为胜。

2、齐心协力向前冲

齐心协力向前冲队员3人，以家庭为单位，父亲母亲和一名孩子共3人。父母年龄不限，孩子限定年龄6—16岁，赛程100米。

三人从泳池起点开始，三人牵手到对岸后上岸（可游可走可带游泳圈），先到者为胜。三人牵手到对岸前不能有家庭成员落伍，否则不计成绩；以最后一人手触池边为完成比赛。比赛过程中不能拉扯水道线。

3、猪八戒背媳妇

本项目队员2人。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

男主人将自家的“媳妇”放在游泳圈中，看谁最快把自家的“媳妇”从起点送到终点。比赛过程中不能拉扯水道线。

4、旱鸭子游泳比赛

本项目仅限女子参赛。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

参赛选手会不会游泳都可以，最好是不会游泳的，参赛选手必须将游泳圈套在身上或者手扶在游泳圈上，看谁先从起点游到终点。参赛选手不得拉动水道线前进。

五、活动流程：

参赛选手检录入场，在休息区等待比赛开始。

1、池底捞宝。每次下水四组参加比赛，主持人发令后计时裁判开始计时，计时结束后停止捞宝，计时结束后所捞宝贝不计入成绩。

2、齐心协力向前冲。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

3、猪八戒背媳妇。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

4、旱鸭子游泳比赛。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该选手成绩。

5、统计成绩，主持人宣布比赛结束，颁发奖品。

6、活动结束。

六、奖项与奖酬

（一）奖项

1、趣味游泳每项比赛按名次取前八名。不足八组的去掉最后一名

（二）奖品

一等奖：奖励一中游泳馆门票30张（价值450元）。

二等奖：奖励一中游泳馆门票20张（价值300元）。

三等奖：奖励一中游泳馆门票15张（价值225元）。

四至八名：奖励一中游泳馆门票10张（价值150元）。

颁奖方式：现场颁奖。

七、参赛注意事项

1、欲报名者请到本游泳馆检票处填写报名信息填写报名信息。

2、参赛选手不收报名费，只需购买10元门票一张即可，每人最多可报三项。

3、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。

4、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的指挥。

5、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。

6、神农飞鱼游泳俱乐部拥有本次活动的最终解释权。

7、有任何问题请咨询电话