

# 最新策划运动会活动方案 运动会策划书(优秀5篇)

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

## 策划运动会活动方案篇一

1、20xx年新生运动会旨在鼓励学生积极参加体育锻炼，提高学生身体素质及运动技能，培养学生顽强拼搏的精神，同时响应国家全民健身的号召，展示新生的形象与风采。

2、本次运动会将继续本着“发扬传统体育精神，提高大学生的身体素质”的目的，为每位新生提供一个平台，使他们能够展现自己优异的体育技能，坚持大学期间的素质锻炼。

3、新生运动会将很好地契合即将举办的校级运动会，是20xx年武汉大学校级运动会的预备。在新生运动会上，学院将选拔成绩优异的运动员参加本次校级运动会，为学院的体育增光添彩。

10月20日 上午8:00~11:30

田径场

20xx级全体新生

1、申请借用场地及器材

2、物资采购（详见开销清单）

3、宣传报名

(1) 宣传工作

□a□确定活动口号，请求宣传部制作宣传展板、海报；海报张贴于食堂、教学楼等人流集中处。

□b□9日中午12点，召集各排负责人开会，通知运动会相关事宜，进行

宣传活动，并以排为单位组织同学报名；

□e)12日，邀请宋书记，薛老师，黄老师，陈邵旻主席参加开幕式；完成比赛场地布置及区域划分；并可能召开第二次筹备会（包括其他部门的工作人员出席）。

(2) 报名方式：

体育部摆摊时可以现场报名；

各排负责人收集报名人员。

4、通讯稿件和摄影

活动前期，学习部通知每个班级，让每人写稿件5篇，并由班长和体委进行审查，比赛当天将稿件送往主席台，优秀稿件将有道德风尚奖加分，并由工作人员现场广播，活跃气氛。

邀请新闻部工作人员到现场摄影、记录。

女子组：100米、200米、400米、800米、3000米、跳高、跳远、铅球

趣味项目： 50米2人3足跑，垒球掷准，夹包甩远

团体项目： 4\*100米

1、 7： 15工作人员就位，布置场地；

2、 7： 45所有同学入场，8点开幕仪式，邀请宋书记等致辞；

4、 比赛进行中，有工作人员负责统计成绩，取各项前三名，并即时广播；

5、 11： 30所有比赛结束，进行闭幕式，邀请薛老师致辞并公布获奖名单。

总负责人：主席台工作人员： 3名（1名统计成绩，2名处理稿件）汤贵良负责 签到处工作人员： 3名（2名签到，1名协调）

径赛工作人员： 8名（2名发令，4名计时，2名登记成绩）

田赛工作人员： 6名（跳高、跳远、铅球各2名）

夹包甩远工作人员： 4名

垒球掷准工作人员： 4名

2人3足工作人员： 4名（由跳高工作人员外加2名）

机动组： 8名（负责维持赛场秩序，将运动员带到比赛场地，保证信息传达）

1、 运动会前一天或当天下雨。

解决：首先看查询当天还有没有继续下雨的`可能及比赛场地的干湿情况，如果天气和场地允许就赛事照常。如果天气恶劣则推迟比赛，通知各部委及各排负责人，确保各领导及运

动员了解运动会推迟和运动会改变的具体时间的消息。再将所借器材场地的事情做好解释并推迟。

## 2、比赛过程中有运动员受伤。

解决：事先准备校医的联系方式，在事故发生后立即联系，由专门负责的工作人员带运动员去就医。比赛则由下轮运动员顶替，保证秩序不变。

## 3、某项比赛中按顺序的运动员缺场。

解决：机动组的人负责通知，活动组的人迅速跳过组织下一个运动员的参赛。若缺席的运动员到场后再按照顺序安排。

## 4、比赛过程中某项目中某组运动员的成绩因各种原因而导致成绩有误。

解决：先向运动员解释成绩有误的原因，安抚好运动员情绪。再负责通知该组运动员在其他组结束后在进行比赛一次。

## 5、比赛项目超出预算时间很多，导致其他项目相应延迟。

解决：迅速通知该项目负责工作人员，缩短比赛不必要的准备时间，提高效率，必要时加派人员，保证跟上预算的步伐。

# 策划运动会活动方案篇二

本次运动会不同于传统运动会的田径比赛项目，而是将传统运动的竞技项目和趣味游戏相结合，把其趣味性与个人某方面的学习需求结合起来，形成融合了体育、文化、趣味、智力等元素的趣味运动。

## 二、 活动意义

另一方面它具有强身健体的作用，对于整天在办公室工作的员工来说，它的经济性、趣味性及观赏性能给他们带来另一种新奇体验，能够使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，进一步锻炼员工的团队精神与协作能力。

### 三、 活动名称

“润恒地产第一届运动会”

### 四、 活动主题

“拥抱春天、全员健身”

### 五、 活动简介

(一) 活动时间□20xx年4月中上旬，具体时间另行通知

(二) 活动地点：待定

(三) 参赛对象：公司全体员工

(四) 比赛项目

1、二人三足；

2、足式保龄球；

3□4\*50m乒乓接力赛；

4、结对而行；

5、齐心协力(背球接力)；

6、跳绳；

7、众人一条心；

8、拔河；

(五) 参赛规则：

1、公司员工除工作人员外分成4队，每队10人；

2、各比赛项目参加人员由本队人员推选

(六) 奖励规则：

1、本次比赛采取积分制共100分，总积分最多的队胜利；

2、相关比赛会有奖品颁发给获胜者；

3、根据积分排出相应对队伍的名次，按名次颁发奖品：

第一名：所在队员每人

第二名：所在队员每人

第一名：所在队员每人

第二名：所在队员每人

六、比赛项目及规则

(一)、两人三足：

比赛道具：绳子(或布条)4段

比赛方法：

3、每队推选出两人进行比赛；

4、2个人中有一只脚与对方的一只脚绑在一起。

5、比赛开始，2人从起点向终点跑去，用时少者获胜。

参赛人数：2人一组 共四组

比赛规则：

1、比赛距离为30米；

3、两人都过终点，计时结束，以耗时最少为胜方

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

奖品设置：第一名的两名获得者可获得由公司提供的羽毛球拍每人一套

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责在终点计时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查绳子是否捆好；渠攀峰负责安全；

(二)、足式保龄球：

参赛道具：足球3个，装满水的矿泉水瓶10瓶

比赛方法：

1、每组选派1人参赛，

2、在离水瓶6米外，以等边三角形的形状按1、2、3、4排列摆放10个装满水的饮料瓶。

比赛规则：

参赛人员必须在规定的范围内踢球，否则成绩作废

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

奖品设置：第一名的获得者可获得由公司提供的空气加湿器一个

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责在终点计时；祝清秀负责记分；

乔菲负责道具摆放；渠攀峰负责安全；

### (三) 4\*50m乒乓接力赛

比赛道具：乒乓球10个、乒乓球拍3付

比赛方法：

1、每队选出4名参赛者参加接力赛，参赛者均匀的分配在各规定的点；

3、传的最快组获胜。

比赛规则：

1、参赛人数4人；比赛距离为200米；

2、行进过程中，不得用身体的任何地方触碰球拍上的乒乓球，违者重回起点；

3、比赛途中，不得以自己的球拍干扰对方队员；

4、比赛过程中，球掉于地上，需返回起点重新开始；

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责在终点记时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查是否有违规行为；渠攀峰负责安全；

(四)、结对而行：

比赛道具：绳子(或布条)若干

比赛方法：

1、4人一组(两男两女)

2、比赛开始前把每一组人员的左腿和右腿两辆绑在一起成一排。

3、4组并排并排一起站在起跑线上，裁判喊开始时，各队起出；

4、最先到达终点的对获胜；

比赛规则：

1、比赛距离为30米；

3、本组所有人都过终点，计时结束，以耗时最少为胜方

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责在终点计时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查绳子是否捆好；渠攀峰负责安全；

#### (五)、齐心协力 《背球接力赛》

比赛道具：篮球1个

比赛方法：

1、每一队自由组合成5小组进行接力，2人为一小组。

3、5小组轮换后，最快的一队就是获胜队。

比赛规则：

1、在交接球时，交接者必须踏上起点线，才能交接，违者重新踏线；

2、夹球时两人手臂必须伸直；

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责在终点计时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查是否有违规行为;渠攀峰负责安全;

#### (六)、跳绳(15分钟)

比赛道具：长跳绳2根

比赛方法：

- 1、每组10名选手参赛，8名选手跳绳另2名选手摇绳；
- 2、所有选手都进入跳绳后开始计数
- 3、中途有出现错误的行为，则所有人需重新开始，计数累加

比赛规则：

- 1、比赛时间3分钟;计人、计数；
- 2、按8人同时跳计算；
- 3、在规定时间内同时起跳个数最多的队为胜利方；

比分设置：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分；

工作人员安排：董志强负责发口令;单庆贤负责记数;祝清秀负责记分；

乔菲负责检查是否有违规行为;渠攀峰负责安全;

#### (七)、众人一条心(15分钟)

比赛方法：

- 1、参赛者为本队所有队员，要求10人肩搭肩，
- 2、从起点起跑，手始终在另一个队员的肩上。
- 3、用时最少的队获胜。

比赛规则：

- 1、必须全员参加。
- 2、如出现摔跤或者放手现象则视为违规，违规者须回到起点重新开始比赛

比分设置：第一名得分20分、第二名得分16分、第三名得分14分、

第四名得分10分；

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责记时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查人数及是否有违规行为；渠攀峰负责安全

(八)、拔河：

比赛道具：拔河长绳一条

参赛人员：队与队之间的比赛

比赛赛制：

- 1、抽签决定两两对抗组的搭配顺序；
- 2、每组获胜方进入决赛，决赛取获胜者一名；

3、故意放手致使对方队员跌倒视为违规，违规者取消本次比赛成绩

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责记时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查人数及是否有违规行为；渠攀峰负责安全

比分设置：第一名得分20分、第二名得分16分、第三名得分14分、

第四名得分10分；

工作人员安排：董志强负责发口令；单庆贤负责记时；祝清秀负责记分；

乔菲负责检查人数及是否有违规行为；渠攀峰负责安全

## 七、其他具体工作及工作人员安排

### (一) 工作人员安排：

1、裁判： 记时： 记分： 安全： 道具摆放： 现场检查

2、场地收拾：全体员工，由各队队长负责安排各队所在活动场地的卫生管理情况。

3、后勤保障：单庆贤活动用品的运送及其他工作。

4、物品采购：张君、乔菲、祝清秀，负责活动所需物品的采购工作。

5、摄影师：黄海

### (二) 赛场规则

- 1、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格；
- 2、裁判必须做到公平、公正、公开。
- 3、比赛前各小队解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则；
- 4、禁止非工作人员与非参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序；
- 5、保持各小队所在场地的卫生，保持比赛现场的卫生；
- 8、遇不可抗因素、公司重大活动，比赛日程另行通知。

奖品设置：

羽毛球拍一套、运动水壶一个、电子称一台、洗护套装一套、  
所需相关道具：

## 策划运动会活动方案篇三

(1) 宣传方式：在活动现场、学校北苑过道或7栋，悬挂带有商家宣传语的横幅。

(2) 宣传优势：相较于版面海报之类，具有更强的视觉冲击力。能够使路人不自觉地将宣传内容“铭记于心”。

(1) 宣传方式：在北苑1楼放置宣传板，直到该活动结束。

(2) 宣传优势：一目了然，持续时间长

(1) 宣传方式：由我们的专门负责人员，在每栋宿舍楼的一楼大厅张贴（建议商家对海报自行设计，以求能对活动的优势特色作出更好的诠释）。

(2) 宣传优势：宿舍是大家最放松的地方。在这里进行宣传，更为贴近生活，大家会有更多的闲暇时间去关注。

(3) 海报份数：待定

(1) 宣传方式：摆摊的时候派发；扫楼的时候派发

(2) 宣传优势：撒网式宣传，宣传范围大、针对性强。使活动得与每位学生“亲密”接触，以较少的投入获得较大的影响。

(3) 宣传页份数：1000份。

(1) 宣传方式：由我们的工作人员发飞信给会员，告知会员这一活动。

(2) 宣传优势：宣传落到实处，更加到位。

联系广播部，看是否能在广播上宣传我们活动。

4月16日、17日在南北苑设置摊位，进行为期2天的宣传。

4月16日、17日两天分别对大三大四和一大大二学生宿舍进行扫楼宣传，每间宿舍分发一至两张活动宣传单。

在4月17日、18日早上或课间在大一大二教室播放活动宣传视频，各干事也要在本班播放)

(1) 宣传方式：在微博中发表活动信息，可加上商家宣传，并由协会人员及好友转发。（可私下先找那些广金比较有名的微博，私信其帮忙转发）

(2) 宣传优势：微博是现今学生最常接触的网络工具，更易达到宣传效果。

注：摆摊、扫楼、教室宣传等工作安排以及动员大会时间待定（总之在对应的每项工作开始之前务必安排好，由策划组干事负责）

## 策划运动会活动方案篇四

为活跃企业的文化生活，增进企业之间、员工之间的了解和沟通，培育员工的凝聚力、向心力、归属感和集体主义荣誉感，籍此开展了职工运动会。

主办单位□xx

承办单位□xx

时间□20xx年xx月xx日

地点：休闲运动中心

1、(团体赛)气排球

2、(团体赛)拔河

3、(团体赛)游泳

4、(个人赛)环园长跑

5、(个人赛)游园竞技游戏

1、气排球(男女混合5人一组，男3女2，循环淘汰赛)

2、拔河(男女混合16人一组，男12女4，直接淘汰赛)

3、游泳(4\*50米男女混合4人一组，男女不限接力赛)

4、环园长跑(3000米男女分组赛，人数不限)

5、游园竞技游戏(挑战世界杯突破进球、同心协力、乒乓球接力、板鞋比赛，个人可自由参加)

各项目具体竞赛规程见《xxx职工运动会比赛规程》

1、团体赛项目奖励前六名，颁发荣誉证书和奖金；

3、各竞赛项目团体设“体育道德风尚奖”。

xx月xx日

8: 15运动会各单位领队、裁判员、教练员、运动员到场签到；

8: 30职工运动会开幕仪式

9: 00—18: 00比赛项目赛程见《20xx年xxx职工运动会赛程表》

xx月xx日

8: 00—11: 00相关项目半决赛、决赛

11: 15—12: 00职工运动会闭幕仪式及颁将典礼

领队□xx

教练员□xx

运动员□xx(共计：33人)

1、运动员必须身体健康、无任何病发现象，适合体育运功者；

3、运动员参赛要做好一切相对应的准备工作，听从教练员的指导；

4、参赛中、裁判员发生争执，必须尊敬其它单位运动员和裁判员；

8、所有运动员必须严格遵守比赛时间，因为集体项目是团队项目，请参加集体项目的运动员，务必看清比赛时间，准时到场，以免影响整个团队比赛。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 策划运动会活动方案篇五

xx年x月xx日(周六) 12:00—14:30

五环体育场

艺术与传媒学院秘书处

协办方：

## 艺术与传媒学院体育部

### 艺术与传媒学院学生会全体成员

- 1) 丰富大家的课余生活。课程相对宽松的大学生活需要充实起来，运动会的开办可以吸引更多的人参与到各种有益的活动之中。
- 2) 促进学生会内部成员的交流。学生会应该是一个和谐的大家庭，所有的成员应该能从中感受到快乐。
- 3) 锻炼学生会成员的团队协作精神。
- 4) 促进文化的交流，提高心理素质，培养合作精神，追求卓越，完善自我。

#### 1) 队伍组建：

本次运动会是学生会内部运动会，学生会十三个部门组成十三支队伍。由于人数较多，有的项目会分批进行比赛，轮空的队伍对正在比赛的队伍进行一对一的监督，做到运动会的公平公正公开。

#### 2) 器材准备：

a4纸若干张、彩色气球若干、凳子若干、纸杯、奖状5张、计时表、胶带、剪刀。

#### 3) 奖项设置：

分别为一等奖、二等奖、三等奖、四等奖以及五等奖(以上奖项全部以队为单位颁发)和最佳表现奖等。

#### 1) 活动现场布置

2) 各代表队入场

3) 具体环节：运动会项目开展

4) 总结发言、举行颁奖

5) 清扫活动现场

每个部门各自为一组，在比赛项目开始前，用扑克牌抽签决定比赛的顺序，整个运动会项目下来，都按照此次抽签的顺序进行。

(一) 螃蟹接力赛跑(双人夹球接力跑)：

道具：

气球若干个

参赛人员：

每部一组8人，4男4女，十三个部门接力进行，分部门计时。

规则：

1、参赛队员1男1女为一小组参赛，25米一小组男女队员，赛道长100米, 进行接力。

2、听到预备信号时，同组两人背对背用躯干夹抵住球，开始信号后，两人像螃蟹状横着向下一组跑去，人完全过线后将球交予下组队员，最后一组越过终点线为胜利。

3、听到开始信号夹好球后方可离开起跑线

4、中途球落地，必须从落地处夹起才能继续进行。

5、抱球跑者取消比赛资格。

## (二) 考考你的肺活量

道具：

气球若干，凳子若干、纸杯若干

参赛人员：

每个部门出2男2女，分三轮进行(4、4、5)。

比赛规则：

将凳子摆开，每个凳子上摆上一个一次性纸杯，一组5个凳子，派一个队员用一口气吹一个气球，只能吹一口气，在吹气过程中换气的不算成绩，吹完后正对纸杯将气球撒气。每组4名队员依次上场，累计整组打倒的杯子个数，打倒最少的部门每位成员需要模仿一个动物。

## (三) 瞎子背瘸子

道具：

彩色气球若干，凳子若干

参赛人员：

每部三男三女，接力进行，需要分组计时。

比赛规则：

将各色气球绑在凳子的四个腿上，男生将眼蒙住背女生，由女生指挥踩破各部指定凳子上的气球，在最短时间内将气球全部踩完的队伍获胜。

#### (四)顶a4纸接力赛跑

道具：

a4纸若干张

参赛人员：每部2男2女，分三轮进行(4.4.5)，需要分组计时。

比赛规则：

- 1、将a4纸放于胸前，当听到起跑口令后，在起跑的同时将手背于背后，利用空气阻力将a4纸顶在胸前进行50米折返跑，一名队员跑过50米线将纸交予另一名队员，50米起点和终点每组各2名队员，男女自由组合，哪队先跑回起点为胜利。
- 2、比赛过程中不允许手触碰a4纸，否则取消成绩；当a4纸掉落同样取消成绩。

#### (五)链接加速

参赛人员：

每部4男4女，分3轮进行(4、4、5)，赛道长50米，需要分部门计时。

规则：

参加游戏者8人一组排成一列，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩形成小火车，最后的一名同学也要单脚跳步前进，游戏过程中队员必须跳步前进，不许松手(一直保持带起前边的人的左腿)，一旦断裂队伍，必须原地重新组织好。如不重新组织继续前进，则成绩为无效。一个队最后一名同学通过终点线为准。

此次运动会所有项目均以计时确定成绩，其中第一名6分，第二名5分，第三名4分，第四名2分，第五名1分。比赛完成后统计每队总分，确定或一至五名队伍队伍。