

2023年职工趣味运动会 职工的趣味运动会方案(通用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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

职工趣味运动会篇一

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们擅于把趣味运动和同学们某方面的学习的需求进行融合错位策划，使它同时融合了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了观赏性。

一方面它非常适合各同学联合开展活动，因为它比拓展训练更具趣味及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每个同学，增进同学与同学之间的亲密感，从中学会团队协作。另一方面它具有强身健体的作用，对于埋头学习或者游戏的大学生来说更具吸引力。它的竞技性、趣味性及观赏性带给同学们另一种新奇，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，某些能力进一步的锻炼。让大家也有“亚运我参与”的感同身受！

大学生趣味趣味拓展运动会

亚运齐同参与

(一)、活动时间：

(二)、活动地点：田径场及篮球场。

(三)、参赛对象：各系一支代表队(每队16人)以及提前报名的个人参赛者

(四)、比赛项目：

集体赛： 趣味接力赛；跳大绳；毽球；拔河；定点投篮

(五)参赛规则：

1、集体赛由系体育部决定出赛人员，每支队伍16人

2、个人赛在一号三楼门口接受报名

(六)奖励规则：

1、集体赛以系为单位，采取积分制，总积分居多的系队获胜，前6名将获得丰厚的奖金：一等奖1名：200元；二等奖2名：各100元；三等奖3名：各50元。

2、个人赛，采取积分制，总积分居多的队员获胜，前6名将获得丰厚的奖金：一等奖1名：100元；二等奖2名：各50元；三等奖3名：各20元。

集体赛

1、集体赛——趣味接力赛

接力赛总赛程400米，共分八个挑战项目，每个项目的比赛距离为50米，前一个项目运动员将接力绸带交给后一个项目运动员，后一个项目才能开始。各队以完成比赛的先后顺序计算成绩。各参赛队伍分成3组进行预选赛，每组4支队伍，一时间多少排名。

(1)、手足情深

参赛队员：每队1人

发令员：2人 现场裁判：4人(全程跟随运动员)

(2)、山路弯弯

参加人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员在行进中要绕赛道中间的障碍物跑10圈，然后继续往前跑，完成50米赛段。

道具：凳子2x4 现场裁判(维持秩序)：2人

(3)、宝贝新娘

参加人员：每队3人(一男两女)

比赛规则：比赛开始两名女选手双手交叉搭成“花轿”，一名男选手打扮成女生坐在“花轿”上，完成50米赛段。男选手如果落地，在落地处重新坐上“花轿”前进。

现场裁判(维持秩序)：2人

(4)、齐心协力

参赛人员：每队2人

比赛规则：二名参赛运动员面对面用身体将一排球夹住，每人双手在背后交握，侧跑完成规定赛段，如果球落地，则要在球离开身体处由裁判重新放球继续赛程。

道具：排球×4 现场裁判(维持秩序)：2人

(5)、地道英雄 (弯道)

参加人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员在行进中钻过3个栏架，完成50米赛段。如果栏架翻倒，需参赛运动员扶起栏架并重新钻栏。

道具：跨栏3×4 护膝2×4 护肘2×4

现场裁判(维持秩序)：2人

(6)、我是乔丹 (弯道)

参赛人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员后退运篮球完成50米赛段。行进途中不得持球跑，也不能双手触球。

道具：篮球×4 现场裁判(维持秩序)：2人

(7)、过桥袋鼠

参加人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员先越过跑道上设置的2座独木桥，然后用袋鼠跳跃方式完成后半程。

道具：长凳2×4 麻袋(麻袋上绘制图案)×4

现场裁判(维持秩序)：2人

(8)、巨人脚步

参赛队员：6人，其中至少3名女运动员(分在两段)

比赛规则：分两段，每段25米，每段3人，参赛运动员踩在木板上前进，完成50米赛段。

道具：特制木板2×4 现场裁判(维持秩序)：2人

注：除第3、第8项比赛外，其他项目至少有一项参赛运动员为女性。

2、集体赛——跳大绳：

参赛队员：16人 道具：大绳三条，秒表三个 现场裁判：6人(每队两个) 共7男7女，各支队伍另出2人执绳，限时两分钟，记录成功跳过的人次，多者获胜。(每人每次都要轮到)

3、集体赛——毽球：

参赛队员：6人 道具：10个毽子、秒表1个

职工趣味运动会篇二

为丰富教职工文体生活，展示教职工风采，进一步弘扬“竞和”学校精神，经学校研究决定，举行首届教职工趣味运动会。现将有关事项通知如下，希望老师们积极准备，争取优异成绩。

一、时间：

四月中下旬

二、地点：

学校操场

三、参加对象：

教工组队：参赛队员分甲、乙两个组别

甲组：六年级级部 七年级级部 八年级级部 九年级级部 综

合组（校领导□z□办公室、工会、后勤、财务、图书馆、信息中心）共五个组。注：其他各处室的教职工归属自己的代课级部。

乙组：一年级级部 二年级级部 三年级级部 四年级级部 五年级级部 共五个组。

四、比赛项目：

1、个人项目

女子组：托球跑 跳绳 踢毽子 足式保龄球

男子：定点投篮 自行车慢骑 足球射门 投掷飞镖

2、集体项目

拔河比赛 沙包投准 4x50m接力 抢收抢种

要求：教师必须参加个人项目的比赛，个人项目每人限报2项。

五、报名：

1、各代表队可报领队一人，教练员一人。

2、个人项目每人限报两项，可兼报集体项目。

3、报名表于 4月10 日前报至政教（电子版放ftp中学政教，小学报z处）。

4、集体项目，每个项目每个代表队限报一组队员参加

六、录取名次与计分：

1、单项取前六名，按7、5、4、3、2、1计分。

2、团体取前三名，以各队在各单项中得分之和计算团体总分，如遇两队或两队以上得分相等，则以获第一名多的队名次列前，余类推。

七、奖励办法

每个项目根据竞赛结果，评出一等奖、二等奖、三等奖进行奖励；凡参加人员每人一份纪念品。

八、参赛须知：

1、运动员必须服从大会组织安排，遵守竞赛规则。

2、运动员必须在赛前15分钟到达指定赛场报到，点名不到者，作弃权论处。

营东区第一中学

二〇一五年四月

首届教职工趣味运动会竞赛项目规则简介

1. 30米托球跑：运动员单手持羽毛球拍后端把手处（不得出把手），网球置于球拍上，站立式起跑，宽度按跑道标准，比赛距离为30米。运动员必须单手持拍到达终点，成绩方有效。途中托球不得用另一只手做扶助动作，途中网球掉地，直接取消比赛资格，退场时不得影响其他选手比赛。

2、投飞镖：参赛队员站在投掷线距离飞镖环靶3米处，令发后，依次投掷飞镖至靶盘。每人6次机会，环数多者名次列先。

3、一分钟跳绳：每跳一次摇绳一圈，比赛时间为连续跳跃1

分钟。跳跃过程中如有脱绳或者绊脚，取消该次次数，可继续进行，并连续计算次数，次数多者为胜。

4、踢毽子：各选手在比赛中只有一次机会，均为1分钟。在规定时间内，中断后可以接下去踢并计数。取2次中的合计个数作为个人最终比赛成绩。

5、足式保龄球：在每边长为0.6米的等边三角形中，按1、2、3、4排列10只矿泉水瓶，三角形顶端指向踢球方向。运动员在距三角形尖端10米处，以踢足球的任何方式，踢到矿泉水瓶，每人踢3次。累计每人3次踢倒瓶数，排列名次。

6、抢收抢种：每队8人（四男四女）成纵队站在起跑线后面，队员手持装有8个乒乓球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的8个杯子中，跑到折返点后返回，依次将球捡起并放进盘中，跑回起点交给队友，依次进行。所有队员按照规定完成规定动作后，游戏结束。按照完成时间，最快完成的获得第一名。以此类推进行积分。

要求：

（1）去时必须把球种进杯中，回时收起。

（2）乒乓球必需放入杯内，不许抛掷。如未能放入，必需放好后，才能继续向下进行

7、拔河比赛：甲组男女各6人；乙组8人，比赛采用淘汰制三局两胜，比赛顺序用抽签决定。

8、沙包掷准：每队由8人（4男4女）组成，每人手持三个沙包站在投掷线后依次将沙包投向3米处的水桶内，八名队员全部投完后数数，桶内沙包个数多的名次列前。

职工趣味运动会篇三

活动内容和细则：

婚庆部支拱门，广告部制作条幅“20xx巨野国运集团春季
员工运动会隆重开幕”

一、团体项目

1、拔河比赛

根据各部门实际情况确定人数。采取循环赛，3局两胜制。

2、50米2人3足短跑赛

方法：每组将相靠的两腿绑在一起在起跑线作准备，发令后，以到终点时间短者为胜。企业运动会策划方案(绑腿必须在膝盖以下，途中不得松脱)。

3、5分钟跳绳

方法：每队6人，2位摇绳，4位跳绳，必须按顺序依次跳，相邻的人可同时跳，并记相应的次数。5分钟内以跳过的人次计算(未跳过者不计)，跳过人次多者为胜。

4、篮球上篮接力赛

方法：每队4人，2男2女，1队队员集体在球场一端底线排队。听到口令开始后运球到对面篮架上篮，投中后运球返回起点篮架。本队队员在篮下接应，上篮成功后，接应的队员开始下一轮投篮。以到终点短者为胜。

二、个人项目

1、百米短跑

在指定场地队员在指定起跑线就位，听到号令后起跑，以到终点时间短者为胜。

2、 乒乓球男单、女单比赛：比赛采用11球计球制。

3、 1分钟投篮：在指定点自投自抢，如此反复，以投中次数多者为胜，投球时不能越过指定投篮区。

4、 背靠背夹球跑(1男1女)：15米直道折返标志物，篮球。听到口令后两人同时侧身向前进，到15米处折返，两人绕过标志物继续返回。若中途球落地，必须在落地点将球夹好继续比赛，否则视为犯规，取消比赛成绩。以到达终点时间短者为胜。

5、 男、女托球100米奔跑，用乒乓球拍单手托篮球或足球从起点奔跑至终点，以时间短者为胜。

奖项类

团队类：一等奖(第一名)，洗发水一瓶

二等奖(第二名)，丝袜一双或洗衣粉一包

参与奖，护肤香皂一块

个人类：一等奖(第一名)，太阳伞一把

二等奖(第二名)，洗发水一瓶

三等奖(第三名)，丝袜一双或洗衣粉一包

参与奖，护肤香皂一块

职工趣味运动会篇四

为庆祝中华人民共和国成立**周年，丰富全公司职工的'业余文体生活，激发职工团队协作、敢于拼搏的精神，提升职工的精神面貌和工作效率，以饱满的工作热情投入到公司改革发展和生产经营建设工作之中，公司决定在国庆前夕在全体职工中开展趣味运动会，现将有关事宜及活动项目安排如下：

本次比赛设组委会，下设仲裁组、裁判组。

组委会主任：

组委会副主任：

组员：

仲裁组组长：

裁判：

暂定9月29日（周四）10：00—12：00

公司办公楼前

齐心协力、单手穿衣、沙瓶保龄球、安全拍档、火线救援共5个项目。

9月20日—9月25日。9月25日前上报报名表至公司工会杜得华邮箱。

本次比赛以支部为单位组队参赛，共四支参赛队。

每个参赛项目奖励前三名，其他参赛人员发放纪念奖。

1. 各参赛队由党支部书记负责队员的召集和比赛；

3. 为体现比赛公平、公正，裁判组成员不参加比赛；
6. 各党支部应认真组织本作业区职工啦啦队到比赛现场观看比赛，啦啦队员必须听从组织者的安排，做文明啦啦队。
7. 要爱护公共财物，保护场地器材，不乱扔杂物，讲究环境卫生。

职工趣味运动会篇五

华师大江松实验中学

20xx年9月15日

华师大江松实验中学体育场

- 1、江松区教育局所属各单位。
 - 2、由各单位工会组队参加（男女均分a□b两组）。
 - 3、各单位可报领队1人、教练2人，各队报男运动员12名，其中b组运动员（1966年12月31日以前出生）4名；女运动员12名，其中b组运动员（1971年12月31日以前出生）4名。
 - 4、每名运动员限报2项，并可兼报接力（每项限报2人）。
 - 5、报名表男女分开，参加b组运动员名单填写在报名表最后四名。
 - 6、报名表（见附件）一份必须经单位盖章后，于6月30日之前送交区教育工会，一份以电子邮件发送至区教师进修学院俞峰老师处，逾期不予办理。
- 1□b组运动员只能参加立定跳远、双手头上前掷实心球□2kg□□

2、其他运动员参赛项目：100米、200米、400米、800米□4x100米接力、跳高、跳远、铅球（男6kg女4kg□□

1、比赛规则按中国田径协会20xx年《田径规则》执行。

2、特殊规定：除100米，所有径赛项目均按成绩录取名次，名次取前8名，个人项目分值为9、7、6、5、4、3、2、1分□4x100米接力按18、14、12、10、8、6、4、2计分。

3、比赛项目参赛人（队）数不足8人（队），按实际报名人数（队）数n—1录取名次。

职工趣味运动会篇六

趣味运动竞技是丰富教职工的业余文化生活、促进教职工沟通、加强联系、增强团队凝聚力，以提高工作热情和效率的方式之一。本次趣味运动会鼓励教职工锻炼身体，在运动中陶冶情操，热爱生活。具体安排如下：

二、活动主题：

我运动、我健康、我快乐

三、活动时间：

20__年__月28日

四、活动地点：

中学操场

五、参加活动人员：

全体教职工

六、组织机构

(一)、运动会组委会

主任：

副主任：

成员：

(二)、裁判组

总裁判长：

裁判员：

(三)、会务组

组长：

成员：

摄像：

(四)、秘书组

组长：

成员：

播音：

(五)、后勤组

组长：

成员：

(六)、安全保卫组

组长：

七、比赛项目：

集体赛：

- 1、篮球(每队出5人、5男参加)
- 2、大队接力(每队出10人、5男5女参加)
- 3、拔河比赛(每队出10人、5男5女参加)
- 4、穿针引线(每队出10人、5男5女参加)

个人赛：抢板凳、保龄球、袋鼠跳、铅球、跳远、60米、自行车慢赛

乒乓球、酒瓶插花、踩气球、夹乒乓球、跳棋、拔棍

(每人限报4项)

八、项目比赛规则及奖项：

1、抢板凳

游戏规则：每组6人围着4个椅子站一圈，裁判员敲鼓。鼓响人转，鼓停看谁抢到座位。每次淘汰2人，之后再减少2个椅子。如此循环，直到最后2人胜出。游戏规则：裁判唱歌或打鼓等，游戏者围绕凳子转圈，可拍掌助兴。裁判声停，既可抢凳子。奖项按报名分组情况待定。

2、夹乒乓球

游戏规则：距离：5米，参赛人员从a点夹乒乓球5个到b点。奖项按报名分组情况待定。

3、袋鼠跳

游戏规则：参赛队员站在跑道一端，并将自己站在麻袋内，手提袋口向跑道另一端的跳去，记录员记好时间，并登记，统计出名次。奖项按报名分组情况待定。

4、趣味保龄球

游戏规则：将矿泉水瓶摆成三角形，参赛人员在距矿泉水瓶10米处，用手摔实心球，击打矿泉水瓶，击倒瓶子个数最多的队员获胜。奖项按报名分组情况待定。

5、踩气球

游戏规则：每组5人，参赛人员的两条腿各绑有4个气球，吹哨即比赛开始，参赛队员互相踩对方的气球，最后统计每队所剩的气球，数目多者胜，哨声停止即比赛结束。奖项按报名分组情况待定。

6、酒瓶插花

游戏规则：每组5人，隔一定距离放啤酒瓶，参与者从起点跑出将手中的花插入所有瓶中，速度最快者为胜，奖项按报名分组情况待定。

7、铅球、跳远、60米、乒乓球、跳棋等项目按国际比赛标准执行。

8、自行车慢赛比赛规则：距离30米，每组5人，当裁判发出

比赛信息后，参赛运动员支撑脚立即离地(否则判失误)，在各自行车道内进行，当自行车前轮压在起点线时，比赛开始。当自行车后轮压在终点线时，比赛结束。

9、拔棍比赛规则：拔棍时，俩人对面伸腿坐地，双脚相蹬。拿一根结实的木棍横在中间，两双手紧握木棍，号令“开始”，俩人使劲往自己怀中拔棍。只要把对方臀部拔离地面，就算胜利。

九、项目裁判：

抢板凳：

夹乒乓球：

袋鼠跳：

趣味保龄球：

踩气球：

酒瓶插花：

60米：

十、运动会注意事项及要求：

- 1、要求所有工会成员按时参加，不得无故迟到、请假、缺席。
- 2、请各裁判员按比赛所需物品提前准备齐全。
- 3、要求运动员着装统一。
- 4、要求运动员听从裁判指挥按比赛规则参赛并注意安全。

十一、奖项设置

集体赛：分队取一、二、三、四名。（奖金分别为800、600、400、300）

个人赛：奖项按报名分组情况待定

十二、分组名单(共四队)：

略

职工趣味运动会篇七

一、比赛时间：

__年12月17日

二、比赛地点：

三、主办单位：

四、承办单位：

五、参加单位及分组：

1、小学甲组：18个班级及以上的各所小学；

2、小学乙组、幼儿园组：18个班级以下的各所小学及公办幼儿园；

3、初中组：各初中学校；

4、高中、直属单位组：各高中学校, 直属单位。

六、比赛项目：

1. 趣味投篮接力比赛；
2. 跳绳、踢毽子接力比赛；
3. 排球空中飞；
4. 手足情深接力比赛；
5. 消防接力比赛。

七、参加办法：

1. 各运动员的参赛报名，由运动员所属单位工会负责；参赛人数按各单项比赛规则执行；
2. 一名运动员限报参加两个项目的比赛；
3. 消防接力比赛项目必须有一位校级领导参加；
4. 消防接力比赛必须参加，其他四个单项中选报三个项目参加比赛。

八、运动员资格：

运动员代表资格以人事从属关系或劳动关系为依据，运动员必须是教育系统身体健康的教职工。

九、竞赛办法：

1. 各项比赛均按各单项比赛规则执行；
2. 比赛按比赛项目顺序进行；
3. 道次由组委会编排或抽签决定。

十、录取名次：

2. 参赛队数不足录取数时，按实际参赛队数录取名次，名次计分值不变；
3. 团体总分各取八名，参赛队数不足8名时，按实际参赛队数录取名次；
4. 团体总分名次的统计办法按各单位所有单项比赛名次得分的累计总和计算，得分总和多者名次列前，得分总和相等，以单项第一名名次多者列前，以此类推。

十一、报名规定：

1. 各单位需报领队、教练员各一名；
2. 报名表一律按规定格式填写内容(打印)，并经代表队所属单位审查加盖公章方为有效。报名表一经报出，不得更改。逾期报名视为自动放弃。
3. 各单位于12月1日前将报名表报龙湾区教育工会，同时报送电子文本。

十二、本竞赛规程的解释权和修改权属龙湾区教育工会

职工趣味运动会篇八

待定

学校

各年级组身体健康的教师，均可报名参赛。

集体类：

1、两人四足往返接力：每队6人，男女不限

2、欢乐大锻炼：每队4人，男女不限

个人类：

1、定点投篮（各年级组2名）

2、3分钟拍毽子（各年级组2名）

3、“欢乐保龄球”（各年级组2名）

（一）两人四足往返接力（每队6人，男女不限）

1、场地设置：篮球场

2、比赛器材：两人四足木板器材、由体育组提供。

3、运动员2人1组两脚各踩一块板，站在起点线后，当听到裁判员发令后，运动员开始两人四足的往返接力比赛，如脚脱离板面必须穿戴完毕才可继续出发，用时最短者获胜。

（二）欢乐大锻炼：（每队4人，男女不限）

1、场地设置：篮球场。

2、比赛器材：海绵垫、海绵球、板羽球板、短绳，由体育组提供。

3、当裁判员发令后，第一名老师仰卧起坐5个（由一名教师按压腿部），完成以后，第二、三名教师一起合作双人跳绳，完成5个以后，第四名教师进行板运海绵球，完成3个，如中间某一个环节在完成的过程中出现中断，那该组必须从头开始进行，用时最短的运动队获胜。

（三）定点投篮

（1）、场地设置：采用标准篮球场和篮球架。男女运动员按照5个

不同设置点，进行定点投篮的比赛，每个点投篮2次。

（2）、比赛器材：比赛用球由体育组提供。

（3）、计分规定：定点投篮，投进得1分。计各教师得分之和为总成绩。

（四）拍毽子比赛规则

单人计时比赛

时间为3分钟，在规定的区域内进行比赛，不可换手，毽子脚每次均应着板一次，不可颠毽，中途失误可继续比赛，以累计成绩为比赛成绩。

（五）欢乐保龄球

（1）、场地设置：篮球场

（2）、比赛器材：器材由体育组提供。

（3）、计分规定：每位运动员共有3次出手机会，3次击倒的总个数累计为总成绩。

1、所有项目比赛不设预赛，全部为决赛。

2、接力为计时项目，成绩计取到百分之一秒。如果成绩相同，名次并列。

职工趣味运动会篇九

为了贯彻“健康第一”的指导思想，积极响应“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的阳光体育运动。丰富广大教职工的课余文体生活，增强教师的身体素质，培养广大教师团队合作的集体荣誉感精神，达到“团结、和谐、友谊、快乐、温馨”的目的。经学校工会委员会研究，拟在11月开展全校教职工运动会，方案如下：

一、活动主题：

团结合作运动快乐

二、参加对象：

全体在校教职工

三、活动时间：

20__年11月6日下午(暂定,与校运会同步)

四、项目及方式

2、团体项目以工会小组为团体参赛，共分为4个工会小组，由各组组长组织(分组名单附后)

五、各项目安排

(一)集体项目

1. 花样接力赛

(1)参加人数：每组8人，其中至少2个女生(或男生)，共4组队伍参赛。

(2)方式：30米跑道上，第一面跳绳过去，第三面赶猪(篮球)跑回，第五面运球走，第七面抱球跑回，第二、四、六、八面拿接力棒。除第一面与第二面不进行交接棒外，其余的都要进行交接棒。

(3)计时比赛，取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4)裁判及临时抽调未参加比赛的老师；记录；场地及器材

2. 拔河比赛

(1)参赛人数：每组为11人(其中至少有3女生)或12人(其中至少有9名女生)，共四组队伍参赛。

(2)抽签决定比赛顺序。其中1号与2号；3号与4号进行比赛，胜者决出1、2名，负者决出3、4名。

(3)每场以三次比赛决定胜负。取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4)裁判；记录；器材

3. 瞎子敲锣

(1)参赛人数：每组为10人，共四组队伍参赛。

(2)比赛方式：每组队员蒙眼原地转三转圈后，走到8米外的锣旁敲中记分，一个队员完成全部动作记1分，最后以每组总分确定名次。

(3)取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4)裁判；记录；器材：黑眼罩4副、铜锣及手锤2副，器材准备

4. 集体项目以团体总分评奖，若有并列，取访名次及下个名次的平均数进行奖励。

(二) 趣味单项比赛

1. 计时跳绳：在1分钟内跳绳个数确定名次。负责人：卿绍维

2. 定点投篮：在规定区域内定点投篮10次，以投中次数确定名次。负责人：陈丽

4. 其他

(2) 名次确定：单项比赛，每人不超过两项；评奖不分男女，每个单项各取前三，一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。

职工趣味运动会篇十

9月10日是我国第二十八个教师节，学校研究决定于9月10日（周一）上午进行隆重的庆祝活动，举行育才小学教职工趣味运动会。具体方案如下：

1、欢庆节日，增强教师职业的自豪感和幸福感。

2、增加教师之间的沟通和交流，增强团组织的凝聚力、向心力。

总裁判长：

裁判：

照相：

摄像：

20××年9月10日（周一）

学校塑胶操场

全校一线教师

趣味运动会

趣味运动会以段为单位，记团体积分。

1、活动宣传动员：

2、活动策划及裁判员的组织工作：

要求：制定活动方案，协调好裁判员名单和任务分工

3、各组参赛人员由各段长自行安排

要求：各段认真学习活动方案，尽可能全员参与。

4、器材准备：各项目负责人

要求：活动前期做好器材及场地的准备工作。

5、计分汇总：

要求：各裁判员设计好各单项的计分纸，并根据计分办法做好汇总工作。

6、奖状及奖品：工会委员

要求：依据活动奖励办法，设计好奖状和安排好相应的奖品。

活动安排

项目

时间

地点

负责人

备注

三分钟集体跳绳

9□30□□10□00

小学塑胶操场

吴仔瑜

陶皓

抛绣球

10□00□□10□30

戴贤法

包长左

心心相印（背夹球）

10□30□□11□00

张风挺

陈学泽

（1）、三分钟集体跳（8字跳绳）

比赛人数：12人。

比赛规则：两人摇绳，其余队员排成一列，依次从绳的一边跳进再从绳的另一边跳出，随后以八字形循环跑动。如果跳绳者不能成功通过绳子，不计数。以三分钟内通过绳子的累计人数为最后成绩。

（2）、抛绣球

比赛人数：11人。

比赛规则：其中一队员胸前抱一箩筐，另10名队员在6m以外依次循环用羽毛球拍发球，挂筐队员在限定区域内以不借助身体其他部位单纯用胸前的箩筐接住同伴发来之球（不可以移动脚步），每人发3个球接住羽毛球多者为胜队。

（3）、《心心相印》（背夹球）

比赛人数：20人。

比赛规则：比赛场地15米，每一组十队。游戏开始两队员背夹一篮球，步调一致向前走；向前走时，双手必须在前方，不能碰到球，否则一次罚2秒；球掉了，必须回到掉球的地方重新开始，六队接力，最先完成为胜队。

备注：

1、活动期间无重要事情，教师不得请假；缺席的在小组总积分中扣1分/人。

2、活动由工会主席负责，体育教师协助，请段长督促本组成员穿好运动鞋准时参加活动（身体不适的老师除外）。

3、道具准备：体育组

根据各队所取名次，每个项目按7、5、4、3、2、1计分，本次运动会设团体奖，按积分多少取前三名，其余队伍为优胜队。

本规程未尽事宜由组委会另行通知。