

体育活动策划方案书(模板7篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。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。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

体育活动策划方案书篇一

本届体育文化节各项比赛均以年级为单位分组，各年级独立成组进行比赛。田径运动会不同年级组在相同地点、不同时间进行比赛；长绳比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛；滑轮比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛；短绳比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛。

- 1、长绳比赛：11月3日，8：00—8：35风雨操场
 - 2、短绳比赛：11月3日，14：00—14：30风雨操场
 - 3、滑轮比赛：11月3日，16：10—17：30田径场
 - 4、投掷比赛：11月4日，8：00—8：3
 - 5、一、二年级田径场11月4日，14：00—14：30
11月4日，16：10—17：30
- 跳远比赛：11月5日，8：00—8：3
- 一、二年级田径场11月5日，14：00—14：30
 - 三、四年级田径场11月5日，16：10—17：30

五、六年级田径场

6、径赛项目：11月6日，8：30—3：00田径场

三、竞赛项目：

- （一）滑轮比赛：200米计时，4—6年级参加。
- （二）短绳比赛：一分钟跳绳比多，1—3年级参加。
- （三）长绳比赛：二分钟集体跳绳比多，2—6年级参加。
- （四）田径运动会：实心球投掷跳远、实心球投掷

四、运动员条件：运动员必须是身体健康，并掌握所参加比赛项目的`技术要领。

五、竞赛办法：田径运动会比赛项目采用中国田径协会审定的最新《田径竞赛规则》

六、记分办法：

1、田径运动会1—6年级组设团体第一名，团体总分按照各组取得相应名次运动员累计得分及接力项目得分总和计算排名。在各项比赛中得分如遇积分相等，以第一名多者列前，以此类推。

七、录取名次、奖励办法：团体总分：1—6年级组奖总分第一名。各个单项：田径运动会项目各年级组奖前6名，报名人数5—7名奖前4名；3—4名奖前2名；2名奖前1名。非田径运动会项目各年级组奖前10名长绳比赛：各年级组奖前2名。

八、报名日期及办法

- （一）报名日期交手写报名表或传送电子版均可

（二）报名人数

1、田径运动会（2）60米、200米、400米、800米、跳远、投掷项目每项每班报4人（2男2女）。

2、短绳比赛及滑轮比赛均不限制报名人数，参加滑轮比赛的运动员请自备比赛装备（单排辊轴滑轮鞋及防护用具），无装备者不得参加比赛。

3、长绳比赛要求以班级为单位集体参赛，有特殊情况不能参赛的学生需向组委会说明情况。裁判员名单（略）

体育活动策划方案书篇二

1. 活动开始，由活动主持人讲述活动目的及活动注意事项

2. 由支部书记讲话

3. 活动进行具体阶段a.地雷阵游戏时间：20~25分钟（每一次的比赛时间控制在7分钟以内）人数：至少20人，越多越好。分四组进行，分三轮决定出最佳团队。道具：·每对参赛者一块蒙眼布。

两根绳子

一些报纸，使用对角线约60cm的硬纸板、胶合板代替亦可。用来代表游戏中的地雷。目的：1. 建立小组成员间的相互信任。

2. 促进沟通与交流。

3. 使小组充满活力。步骤：1. 选一块宽阔平整的游戏场地。

2. 安排不想参加游戏的人做监护员。当参加游戏的人较多时，

游戏场地会变得非常喧闹。这是一个有利因素，因为这会使穿越地雷阵的人无所适从，难以分清听到的指令是来自自己的同伴，还是来自其他小组的人。

3. 让每个队员找几个搭档。

4. 给每对搭档发一块蒙眼布，每对搭档中有一个人要被蒙上眼睛。

5. 眼睛都蒙好之后，就可以开始布置地雷阵了。把两根绳子平行放在地上，绳距约为3米。这两根绳子标志着地雷阵的起点和终点。

6. 在两绳之间尽量多地铺上八张纸。

7. 被蒙上了眼睛的队员在同伴的牵引下，走到地雷阵的起点处，挨着起点站好。他的同伴后退到他身后两米处。

8. 致游戏开场白，开场白示例如下：

几天前，你和你的同伴们因叛乱而被捕，被一起关在一间牢房里。黎明前。你侥幸逃了出去。可糟糕的是，他们非常不熟悉牢房外面的情况。这是一个没有月亮的夜晚，外面一片漆黑，伸手不见五指。为了逃离危险，你的同伴们必须穿过一个地雷阵。你清楚地知道地雷阵的布局 and 每个地雷的位置。可是你的同伴不知道，你需要以喊话的方式，在他穿越的时候为他指引方向。如果他不小心碰了地雷，那么一切就都结束了，你们小组将被淘汰出局。天很快就要亮了，你的同伴必须尽快穿过地雷阵。一旦天亮，哨兵就会发现地雷阵中的人，并开枪将他们击毙。赶快开始行动吧！祝你们好运！

惩罚：由失败小组中牺牲的同伴发表临终遗言

活动道具：5根绳子，粉笔二支

目的：促进成员之间的相互协作

促成成员之间团队意识的养成

活跃活动气氛

活动流程：

1. 活动当场征集一名裁判进行时间的统计。
2. 设置50为的赛程，用粉笔在地上画出起点和终点。
3. 每场比赛参赛队伍为两组的一支小组。可以根据自己的组长安排组合。
4. 由主持人进行现场监督，有违纪者为小组加上1秒时间。

体育活动策划方案书篇三

积极、向上、团结、奋进、运动、健康，在读书月里，我们不仅要有好的头脑还要有一个健康的身体，一系列精品活动(eg□迎面接力、跳长绳、拔河)，为广大喜好体育运动的同学开辟一方展示青春活力□show出自我的空间和舞台。

“健康的身体是革命的本钱”在读书月里，我们不仅要有清醒的头脑还要有一个健康的身体，为了增强学生体育锻炼的意识，丰富活跃校园文化生活，倡导时尚健康生活方式，促进纺院运动水平的提高，通过拔河，迎面接力，跳长绳比赛，发扬团队精神，增强组织凝聚力，为广大同学搭建一个相互交流与学习的平台，使学生们体会有纪律有组织的集体力量。

本次比赛由纺织分院体育部和纪律部联合组织

足球场

1、以班为单位组成各参赛队伍

2、各班限报领队1名，

1. 报到：

比赛开始前，各队领队必须把队员带到指定场地，并向纪律部工作人员签到，无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，请提前告知体育部。

2. 队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员20人，每队位男、女各10人。如班里的男生人数不够，可以三个女生代替两个男生或两个女生代替一个男生。

1) 比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程，三局两胜制。

2) 淘汰赛：是同专业的大一、大二的班级进行比赛，共18队，胜出9组。(9号队直接晋级)。

4) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

以班级为单位，一队十个人跳，两个人甩长绳，在一分钟内看那个队跳的多就胜出，取前三名。

以班级为单位，一队十个人(男5名，女5名)距离50米迎面接力，时间短的队伍胜出。

1、每场比赛15点30准时开始，各代表队需在15：20到达比赛场地。

2、比赛前由各班体育委员或者领队抽签决定对阵(抽签时间另行通知)。

3、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，又不听从指挥的，判输。

4、奖励办法

比赛取前三名，给予一定奖励。

此次比赛的表现都会做为学生会对学生会的考核

体育部：参加者加1分，积极配合工作班级视工作情况加0.5~2分.

纪律部：未在规定时间内签到每人扣0.5分，比赛时若出现弄虚作假现象按情节严重扣分。

体育活动策划方案书篇四

1、因天气对活动的影响较大，当天如若天气不适合活动，则推迟，若天气影响部分活动，则根据情况舍弃。

2、因活动场地有限，当天很可能会出现无场地的情况，所以活动前应找人去抢占场地（特别是羽毛球场地，）如已被占，可与之进行协商解决。

体育活动策划方案书篇五

当我们成为大学生的那一刻，我们的学习生活方式发生了巨大的改变，我们不再成天埋头苦读于沉闷的教室，交流便随之重要起来。

宣传部的成员一直都是为大家服务，繁重、枯燥的工作也消逝了大家在生活中、工作中的激情。因此，为丰富同学们的大学生活，营造互助互爱、积极愉悦、浓厚学习氛围。特此

举办本次活动。

为加强院系学生会联系，体现团队精神，丰富同学们的大学生活，释放学习中的苦闷，也为院系宣传部以后更好的开展活动，提供一个交流的平台。本次活动主旨在发掘大学生的团队精神，使其更深一层的体会到团结就是力量，亲身感觉阳光般的温暖。

院系学生会各宣传部、院学生会主席团大一成员

5月15日下午5点20新纪元广场

- 1、5月6日召开部门成员会议安排工作
- 2、5月6日召开院系宣传部例会，介绍并安排本次活动。
- 3、5月8日由海报组负责出全开海报2张，通知组负责出通知3份，并分别张贴于2栋门口黑板，2教旁黑板，食堂通道处等地方。
- 4、5月11日-14日，由院系宣传部各负责人组织训练。
- 5、5月14日邀请各系学生会主席及副主席参与活动。
- 6、5月15日，下午5点所有成员到达比赛场地进行布置。
- 7、5月下旬，进行本次活动照片展。

1、比赛方法和规则：

a□以队为单位参加比赛，每队6人，不分系别、男女，抽签决定队友。

b□发令前，每队按横排立于起点线后，分别将相邻队员的左

右腿用绑腿套套在一起(套在踝关节附近)。

c□所有队员以站立方式起跑，听到发令后，同时走或跑向终点(终点处放有海绵包)，以最后一名队员通过终点线为计时终止。用时少者名次列前。

d□行进中所有相邻队员两腿自始至终要用绑腿绳绑在一起，如遇脱落，需在原地重新系好后方可继续行进，否则成绩无效。如中途有队员摔倒，待整理好后可继续行进。

e□本次大赛分初赛、复赛和决赛

2、奖项设置

a□活动评选出：活动前5组，分别为第1、2、3、4、5名。

b□奖品设置：第一名的.组每个成员获得价值20元的奖品

第二名的组每个成员获得价值15元的奖品

第三名的组每个成员获得价值10元的奖品

第四名的组每个成员获得价值8元的奖品

第五名的组每个成员获得价值5元的奖品

3、活动结果现场公布，现场颁奖。

1、参赛选手抽签，确定队友和参赛顺序。

2、活动主持人介绍本次活动目的、意义及主题，宣读本次比赛规则和注意事项。

3、请院学生会主席荣青为本次大赛致辞，并宣布活动正式开

始。

4、工作人员准备好器材，并通知选手顺序。

5、进行比赛。

6、活动主持人对个别参赛选手进行采访。

7、公布大赛结果，举行颁奖仪式。

8、活动主持人总结本次大赛，工作人员整理现场及合影留念。

所需材料：绑绳若干、秒表5个、饮用水+一次性杯子(30元)、消毒药水(5元)、红花油(10元)、棉签(2元)、照片冲洗(8元)

所需奖品：358元

活动总共需经费：413元

体育活动策划方案书篇六

响应市教育局、区教育局开展“学生阳光体育活动”的号召，丰富学校课间活动的内容，更好地促进学生身心健康发展，提高做操质量，进一步推动阳光体育运动的开展，经学校决定举行广播操、手语操比赛。

6月5日(星期六)下午3：00-4：00

学校田径场

从一年级至六年级

1、比赛流程：

(1)各班级成四路纵队站在指定的地点。

(2)分年级进场后，先做《七彩阳光》，后做手语操《飞翔》。

(3)做完操列队退场回教室。

2、评比方法：

(1)以年级为组别：按七彩阳光、手语操分别取前三名。

(2)着装整齐：10分。要求统一服装，不整齐按每人次扣1分。

(3)进、退场各5分。要求听从指挥，队伍整齐，纵横成行。没有达到要求，酌情扣1-5分。(较整齐，出现个别差错扣1-2分，不够整齐扣3-4分，交错不齐扣5分。)自由散漫每人次扣0.1分。

(4)精神面貌：10分。要求参赛队员精神状态好，注意力集中，团体气势好。根据表现，酌情扣1-5分。(队员精神面貌欠佳扣1-2分，较差扣3-4分，很差扣5分。)

(5)动作规范整齐：70分。动作规范、整齐、到位，跟准音乐节奏，不抢拍、不拖拍。根据表现，酌情扣1-10分。(欠规范扣1-3分，明显偏差扣4-6，严重偏差扣7-10。)

1、裁判：行政组；

2、统分、计分：

3、现场组织调控：体育组老师；

4、广播：

5、摄像、照像：

6、救护：

体育活动策划方案书篇七

前的学业负担较重，锻炼时间严重缺乏，因而同学们身体素质差，抗力差，班级凝聚力有待进一步提高。

增强同学们体质，加强班级凝聚力，特别是男女生之间的沟通和了解，在互帮互助中，建立男女生间的良好友谊。提高集体荣誉感，缓解同学们的学习压力，为更好的学习打好基础。

0307204班全体同学

- 1、每周二下午2：00~~3：00在西操场练太极拳。复习大家在体育课上的`学习成果。由会做的同学带着不会的同学一块做。
 - 2、每周六上午全班同学有兴趣的一起看nba球赛或举行棋类比赛活动。具体时间和时同知。
 - 3、每周日轮流举行以下活动：3对3篮球赛女生到场，男生教女生打球、乒乓球赛、羽毛球类、徒步旅行如到附近的将军山等。优胜者有奖励哦！具体时间另行通知。
 - 4、鉴于大家在周二晚上在统一时间在九楼上机，而且此时间段电梯很紧张，可以组织一个竞赛爬楼梯比赛，既可加强体力，也可促进全班感情。
 - 5、鼓励大家在周末进行晨跑。
- 1、由班长及体委组织，在离校过程中务必确保安全问题，在球赛中注意协调同学的关系。
 - 2、若有新活动另行通知。
 - 3、尤其强调女生的参加情况，争取达到预定目的和效果。

4、在适当时期可以和其他班联合进行阳光体育活动。

5、活动与学习并不冲突，要求大家处理好两者之间的关系。

每周由班长做小节并对下次活动细节进行通知。