

运动会策划书的内容 运动会策划书(大全6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

运动会策划书的内容篇一

本趣味性游戏旨在增强各部门的凝聚力，展示新时代大学生旺盛的'生命力和竞争热情。弘扬奥林匹克精神，增强团队凝聚力。在这个充满活力和光明的时代，只有挑战才能带来财富。这个有趣的运动会是一个丰富学校社会委员会所有成员课后生活的机会，并给每个学生一个展示自己的机会。

学以致用，注重各类人才的挖掘、培养和展示，增加学生与学院之间的沟通，增进友谊，为完美的大学生活留下辉煌财富。

娱乐身心、激励青年

活动目的

友谊第一，比赛第二。

地点：学校田径

组织者：教育部学生会

赞助商□xx

参与者：教育部全体师生

活动主题：教育部趣味运动会

项目1：拔河

参赛者：15

裁判：1名起跑手和1名记录员。

比赛装备：1根拔河绳、1根红布条和1只哨子。

比赛场地：学校操场

比赛规则：在比赛场地上以150cm的间隔画三条直线。中线是中线，两边的线是河边，红布条系在拔河绳的中间，垂直于中线。在比赛准备期间，每队队员必须轮流站在河流边界外。裁判发出“准备就绪”命令后，所有运动员都蹲下，但不能用力拉绳子。此时，红线在中线，裁判吹口哨后开始比赛。当红布和拔河绳的平局点越过河流边界时，裁判吹口哨宣布比赛结束，宣布胜利者。

拔河系统

1比赛分为两个阶段：淘汰赛和决赛。

2. 比赛第一局比赛组和站的选择由班长抽签决定。

3. 淘汰赛：每班以抽签方式分为a□b两组□a组四队□b组三队，每组采用三局两胜制，每场比赛结束后双方交换场地。当结果可以在两盘之间平时，比赛就结束了。每一组的优胜者都将获得晋升。共有两个队参加了决赛。决赛：采用三盘两胜制，冠军为总冠军。

第2项：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判：一名起跑手和四名计时和录音员。

比赛装备：4个篮球。四个秒表和一个哨子。

比赛地点：学校操场，10米

比赛规则：跑道两端8组选手。比赛开始后，一端的一组球员用背部夹住篮球，侧身走到另一端，然后将篮球交给另一组球员。来回继电器。我懂了。最后，一组玩家来到了另一端。如果篮球在运球过程中掉落，请务必捡起球并将其夹好，然后在掉落点继续比赛。记录器记录时间，记录并统计排名。

比赛制度与拔河比赛制度相同。分两组玩。

第3项：跳绳

参赛者：每班14人（含抛绳人员），每组7人，分为两组。

裁判：一名先发球员，4人计时和录音。（分为两组）

比赛器材：长绳、4个秒表和1个哨子。

比赛规则：五个人站在长绳上，两个人摆动长绳。在比赛开始时开始计算圈数。一分钟的比赛时间。如果有人跳绳过程中因失误而断绳，则不计入圈数。游戏还在继续。冠军在一分钟内拥有最多的内环。前三名。

第4项：袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判：一名起跑手和四名计时记录员。

比赛装备：4个大口袋和4个秒表。哨子。

地点：学校操场。20米。

比赛规则：跑道两端各有5名选手。一端的队员站在袋子里，从手提包口跳到另一端的队员面前，然后把袋子交给另一端的队员。来回接力，直到一名队员手拿麻袋跳到跑道的另一端。记录器记录时间，记录并统计排名。

比赛制度与拔河比赛制度相同。分两组玩。

v.活动预算。

vi.其他

1.尊重比赛、裁判、对手、水平和风格。

2.裁判员必须公平、公正、公开。

3.比赛前，各班将讲解比赛细则，让参赛者更好地了解比赛流程和规则。

4.禁止非工作人员和参赛者进入比赛场地，扰乱比赛秩序。

5.保持现场清洁，保持现场清洁。

6.请准时到达比赛现场。少于比赛时间的选手将被淘汰。

7.各班认真组织班内队员参加活动，组织后勤工作和部门啦啦队。礼貌地竞争和欢呼，充分展示各部门的风格。

8.如遇不可抗拒因素（如下雨）或全校活动，比赛日期另行通知。

运动会策划书的内容篇二

为建设“健康xx□活力xx□和谐xx”□全面推动农村体育事业发展和农民健身活动蓬勃开展，增强农民体质，提高农民文明素质，促进农村精神文明建设和农村经济发展，推动社会主义新农村建设，经镇党委政府研究，决定举办xx镇首届农民运动会。

本届农运会共设置运动项目七个，分别是快速运送乒乓球、慢骑自行车、引体向上、口吹乒乓球、100米短跑、仰卧起座。为成功举办首届农运会，特制定本实施方案：

xx年9月28日(半天)

原xx初中操场

各村(居)委会、学校、国兴水泥厂、永嘉盛针织厂、比而特皮件厂

1、大会组委会

主任□xx

副主任□xx

成员□xx

2、后勤保障组

组长：吴石军

副组长：冯亮明

成员□xx

- 1、运动员入场；
 - 2、领导致辞；
 - 3、领导宣布农民运动会开始；
 - 4、各代表队退场，农民运动会正式开始。
 - 5、为各项目前三名颁发奖状和奖品。
- 1、各参赛队做好队员的组织工作，按时参加比赛。
 - 2、注意比赛过程中运动员和观众的安全。
 - 3、注意运动场内的卫生。
 - 4、贯彻和谐、友谊第一，比赛第二的精神。

1、现场挂横幅“xx镇首届农民运动会”

2、其他条幅标语若干

自行车2部

杯子25个

啤酒瓶25个

垫子3个

乒乓球4套(含球100个)

奖状：(视具体情况确定)

奖品：(视具体情况确定)

1、快速运送乒乓球

裁判□xx

规则：参赛人员一手握球拍，一手将球放置球拍上面，放置数量不限，听到“开始”哨音后单手快速将球运到终点(10米)放好，途中若球掉于地上，此次运送失败，不能将球捡起再继续，应重新回到起点再运，在规定的时间内(2分钟)内按运送球的数量排位，取前三名。

2、慢骑自行车

裁判□xx

规则：参赛人员在出发线上准备好后，听到“开始”哨音后按谁用时最长视为第一名，依次类推，取前三名。

3、引体向上

裁判□xx

规则：参赛人员在指定地点做好准备运动，听到“开始”哨音后开始做，要求两手伸直握杠用力使身体向上运动，下颌过杠视为有效，否则无效，在规定时间内(2分钟)，按次数多少进行排位，取前三名。

4、口吹乒乓球

裁判□xx

规则：参赛人员在指定地点，按规定时间内(2分钟)依次将20个瓶顶的球用嘴吹入杯中，按落入杯中球的数量多少进行排位，取前三名。

5、100米短跑

裁判□xx

规则：参赛人员在指定地点做好准备运动，听到“开始”哨音后开始向目标方向运动，按用时快慢进行排位，取前三名。

6、仰卧起座

裁判□xx

规则：参赛人员在指定地点做好准备运动，听到“开始”哨音后开始运动，要求两手抱头，着地时背部要接触地面，可以压腿，在规定时间内(2分钟)，按次数多少进行排位，取前三名。

运动会策划书的内容篇三

当青春的旋律又一次在春天响起，当拼搏的精神再一次被*点亮，我们迎来了本校第30届运动会！这是我们经管学院升为学院后第一次承办校运动会，在经管学院的历史具有重要的意义，我们将继承前辈永不言败的精神与意志，接过承载50多年的厚重与坚强，在本届运动会上放飞梦想，挥洒汗水！

一、活动宗旨与目标

1、活动目的：

第10届全校运动会将于09年4月22日开幕，校运动作为xx一个全校性的综合型运动会，备受瞩目。为了丰富大学生的课余生活，深化我校的体育特色，展现全校师生良好的精神风貌和充满斗志的活力。增强全体师生的竞争意识和集体凝聚力，融洽师生感情，提高我校学生的田径运动技术水平，使学生得到全面发展。并希望通过此次运动会的举办，帮助学生接

触社会、融入社会，增强社交能力，学习社交技巧。弘扬体育精神，营造一个文明向上的校园文化氛围。

2、活动目标：经管学院作为此次校运动会的承办学院，我们将尽自己的义务和努力为大家带来精彩的比赛和一届成功的运动会。本次运动会得到了学院团委和学校相关部门的大力支持，规模大、参与者多，能吸引更多师生及其家属来观看，深受同学欢迎，并推动学校体育事业的发展，必引起全校性的轰动。

二、运动会主题

活动口号：自信、努力、成功、超越。

运动会标语：体艺如花绽放美丽校园。

青春似火燃烧精彩人生！

三、运动会主要流程

（一）开幕式开幕式活动程序安排[20xx年4月22日]

1、07：30—07：45：全体工作人员到岗，各工作组检查准备工作（各组长负责）。2、07：45：学生观众入场就坐。

各仪仗队和各系代表队在操场指定位置集合列队。（由各队指挥人负责）。

3、07：55：领导、嘉宾上台就座。

4、08：00：开幕式正式开始。

宣布各方队入场

进场顺序：国旗校旗运动会旗花队旗队裁判方队各系方队

(经管学院第一出场，其他系按顺序出场)

5□08□30—09□00

(1) 全体肃立、奏国歌、升国旗。

(2) 宣布运动会开幕、致开幕辞（宣布开始时在操场四角及主席台前放鸽子）

(3) 裁判员代表宣誓

(4) 运动员宣誓

(5) 宣布大会纪律

6、09：00各方队退场，啦啦操表演开始（五个系表演）

7、10：00运动会比赛开始

(二) 活动项目

□1□20xx年04月22日

10：00男子100米10：20女子100米

10：40男子400米11：10女子400米

(2) 10：30男子三级跳11：00女子三级跳

要求：两组分别进行，队员按抽签先后顺序进行比赛，每组进行2轮，每名队员取成绩作为最后成绩。

(3) 13：30男子800米14：00女子800米

起跑后即可换道，过程中不准拉人，不准带跑，不准换人，

如有发现，取消比赛资格。

(4) 13: 30男子跳远14: 00女子跳远

选手起跳时不能踏过跳板，否则按犯规处理，选手可以跳三次，按成绩算。最后

取成绩的前十名进行决赛

(5) 14: 20男子跳高15: 00女子跳高

对于每位运动员在自选高度上有3次试跳机会，按照高度运动员依次出场

(6) 接力赛:

220xx年04月23日

9: 00男子4乘100米接力9: 30女子4乘400米接力

10: 00男子4乘400米接力11: 30女子4乘400米接力

比赛规则：四个选手分别站在指定的旗袍位置，由第1个选手起跑，依次将棒传到第2个的选手手中，依次进行，有最后一个选手冲刺，每人跑规定的路程。比赛过程中选手不能窜道，否则取消比赛资格。

(7) 9: 00男子铅球9: 50女子铅球

规定的次数能取有效成绩，没有预赛，直接根据成绩决出最后名次

(8) 10: 30男子铁饼11: 10女子铁饼

规定的次数能取有效成绩，没有预赛，直接根据成绩决出最

后名次（注意比赛区域，避免意外受伤情况）

（9）13：30男子5000米14：30女子3000米

起跑后即可换道，过程中不准拉人，不准带跑，不准换人，如有发现，取消比赛资格。

（10）13：30男子标枪14：30女子标枪

按顺序出场进行第一轮初赛，成绩前十名进行最后决赛。
（注意比赛区域，避免意外受伤情况）

所有选手参赛前必须出示有效证件，如有顶替者取消资格。如身体不易剧烈活动的同学请勿参加。

（三）闭幕式

闭幕式活动程序安排（20xx年4月23日）

1、15：20：表演的啦啦操队在操场指定地点集合

2、15：30：闭幕式正式开始。

啦啦操表演（4个系表演）

3、16：30：表演方队退场，裁判，运动员，各系代表队入场

4、16：35：宣布精神文明创建活动评选结果颁奖

宣布比赛成绩颁奖

6、17：00：由经300名经管学院学生进行集体表演。表演结束后，致闭幕词运动会结束。

运动会后在操场上举行联欢活动，观众，运动员，老师自愿

参加，有小礼品。

四、运动会的宣传方案：

宣传总体按“两个板块，三个阶段，具体方案”进行

（一）两个板块

1、媒体宣传，借助广播站、校报、舍报、团委等媒介，加大宣传力度，为运动会的成功举办提供强有力的舆论支持。

2、校园宣传，主要结合比赛项目，利用横幅、展板，彩旗等进行进行必要的宣传活动。

（二）三个阶段

1、会前宣传阶段：从3月开始到运动会开幕前，主要宣传运动会的筹备情况进展情况，前期举办的各项准备工作，我校体育发展成就。

2、会中宣传阶段：从运动会开幕到闭幕，主要宣传决赛的比赛和重要活动。

3、会后宣传阶段：主要宣传运动会对我校体育事业发展起到的推动作用。

（三）具体安排

1、横幅：为期一个月的大横幅宣传，在学校内悬挂横幅，（横幅内容为运动会的内容和公司的相关宣传——赞助商名称），活动之前悬挂在一食，礼堂之间，操场围栏等路段，活动前三天粘贴在运动场等人流量最多的位置。悬挂时间是一天24小时不间断性。

2、我们将在运动会的宣传海报中点明赞助单位。（前期宣传）

3、立式广告牌。在运动会期间作为独立的宣传方式在学校内进行宣传。（由赞助单位提供）

4、宣传海报，主要由经管学院学生会宣传部门负责，其他部门配合宣传照，如大氢气球，丝带等。海报下方印赞助单位的宣传语。）间、主办单位、吸引人的特色等。）

5、在运动会举行期间，向裁判员和保安志愿者分发有标志的帽子，加大宣传力度。

6、校广播站负责运动会进行期间的广播宣传。

7、运动会前后在校学生会网页上宣传并且发放传单。

8、宣传棋方阵。在运动会期间在会场主干道，主席台等显眼位置放置彩旗进行宣传。几条主干道的数上绑写宣传经管学院标语的宽丝带。

9、气球方阵。在运动会期间在一些重要位置利用氢气球悬挂宣传。在观众席入口出发放写有经管学院标语的气球。

10、调查问卷：活动结束后，出调查问卷我们运动会举办的成功与否。

11、在运动会期间在校内设立宣传台、服务台。

（海报内容：正面印有比赛项目的照片，背面印有经管学院识别标志的传单，在运动会开始前一星期，在各主要路口法传单。

五、运动会经费预算

（一）宣传

1、宣传展板：100元/块×5块=500元

2、宣传横幅：150元/条×5条=750元

3、宣传海报：30元/张×6张=180元

4、照相费用：100元

（二）后勤费用

1、饮用水：15元/箱，50箱，总计650元

2、工作人员和运动员救护药品：400元

3、会场防晒伞：300元

4、会场值班人员饮食：200元

5、会场保洁费：100

（三）裁判费用

1、服装及道具：2500

2、裁判饭补：300

（四）颁奖及奖品费用

1、奖品费用

（1）一等奖：无线鼠标和4gu盘

（2）二等奖□4gu盘

（3）三等奖□2gu盘

2、颁奖

(1) 礼仪服装：800

(2) 鲜花：30元/束

(五) 会场布置

1、横幅：200

2、彩旗：1500

3、大气球：1000

4、盆装鲜花租赁：300

六、人员配备

开幕式讲话：管理学院院长

主持人：管学院院长

广播员：

闭幕式讲话：学院院长

(一) 体育部（负责人：成员：）

1完善各种资料，办理运动员的注册手续和报名工作；

2入场式方阵，广播操参赛人员的训练；

3比赛进行前现场分发号码布，并于所有比赛结束后现场收回；

5协调各部门工作，做好工作导向；

6负责购买运动会相关物品及药物。

（二）办公室（负责人： 人员： ）

- 1督促各工作组落实各项工作，协调各部门的工作；
- 3书写各项通知；
- 4协助体育部落落实运动员参赛秩序；
- 5做好运动会期间经费收支报告。

（三）分团委组织部、繁星文学社（负责人： 人员： ）

- 1负责广播稿的积极投稿工作（于精神文明奖至关重要），及时报道好人好事；
- 2策划入场式方案并即时与主席团，体育部商议；
- 3协助生活部做好休息场地的卫生工作。

（四）宣传部（负责人： 人员： ）

- 1拟定有关标语，口号，开幕式中的方阵入场式解说词；
- 2配合办公室书写各项通知并做好新闻报道工作；
- 3做好各项宣传工作，以多种形式宣传运动会，营造良好比赛氛围（出海报等）。

（五）学习部（负责人： 人员： ）

- 1准备两块宣传板，根据赛程安排和现场广播及时提前公布比赛项目和参赛人员名单；
- 2及时公布比赛成绩，提醒取得名次的运动员参加颁奖仪式和*；

3书面记录所有获奖情况，并于运动会结束后上交办公室作为档案；

4协助生活部作好休息场地的卫生工作。

（六）保卫部（负责人： 人员： ）

1负责开，闭幕式秩序的管理（看台上的观众），保证一定数量的人员参加闭幕式；

3与*中心共同负责运动会所有使用物品的搬运工作（并且及时搬回）；

（七）*中心（负责人： 人员： ）

1负责有关运动员请假事宜，防止不参加比赛出现的倒扣分情况；

3与保卫部共同负责我院运动会使用物品的搬运工作（并且及时搬回）。

（八）生活部（负责人： 人员： ）

1赛前根据运动员需要，准备固定号码布所需的别针，饮用水，钉鞋等一切物品；

2全权负责做好钉鞋的发放和收回及转送等工作并做好相关记录，看管好比赛用品；

3每半天比赛全部结束后做好器材检查，归类，保管工作；

4带扫帚，畚箕以及垃圾袋到休息处，做好休息场地的卫生负责工作。

（九）外联部（负责人： 人员： ）

1协助体育部购买所需的物品，制作相关横幅。

2做为机动部门及时协调突发事件，（哪个部门缺人就到哪个部门）。

（十）分团委宣传部（负责人：人员：）

1负责拍照新闻工作，向投稿中心报道好人好事事迹；

2协助外联部做好机动工作，应对突发事件。

（十一）现场观看加油人员（负责人：）

1务必做到分团委学生会全体成员到场，任何请假都需主席团批准；

2级每班必须组织十名以上人员观看比赛，同时当天各班向主席团通报人数，开幕式和闭幕式要求都要参加。

附录：

1、运动会报名表

2、运动会裁判员名单

3、运动会秩序册

学院第10届运动会报名表

运动会策划书的内容篇四

当代大学生渴望激情与挑战，而今的年轻人需要学习团结与合作；本次活动就是通过周末大讲堂、经济爱好者协会和自考家园三个协会参赛者的默契配合，共同完成；不但可以展示同学们自我的舞台，而且可以培养团结协作的精神。

二:活动目的

为了促进自考家园、经济爱好者协会和周末大讲堂之间的友谊，彼此之间相互学习与交流，共同进步，共谋发展。给大家提供展示、锻炼自我的舞台。更为了培养协会之间相互团结、相互帮助的精神，增强团队的内部凝聚力，锻炼各协会相关人员的组织、策划能力等。

三:活动口号

青春如火、超越自我

挥动青春、放飞梦想

团结拼搏、树我雄风

友谊第一、比赛第二

顽强拼搏、挑战自我

遵规守纪、团结互敬

拼搏奋进、永不止步

四:活动对象

周末大讲堂、经济爱好者协会、自考家园

五:活动时间

20xx年11月20日上午9:00

六:活动地点

篮球场

七:主办单位

周末大讲堂、经济爱好者协会、自考家园、法律协会

八:活动流程

准备阶段:

- 1、根据活动规则，做好人员安排，并按时参加比赛；
- 2、选两名主持人；
- 3、会长做好开幕演讲辞的准备；
- 4、各协会安排没有参加比赛的同学作为啦啦队；
- 5、邀请社联办公室成员出席做裁判。

活动进行阶段:

- 1、由体训处的把所有同学集合在一起；
- 2、主持人作开场陈词；
- 3、社联办公室代表致词；
- 4、会长作演讲，并带领大家喊口号，最后宣布比赛开始；
- 5、比赛开始。

比赛项目:

女生:乒乓球、羽毛球

男生:篮球、乒乓球、羽毛球

九:活动规则

- 1、每个项目设立一等奖一名，二等奖一名，三等奖一名以及优秀奖数名；
- 2、每个项目采取三局两胜制，一局结束，中场休息十分钟；
- 3、啦啦队必须在指定的场地内加油助威，不得干涉比赛。做个文明的观众。

十:活动经费

预算购买数量购买金额

伞250、00元

水杯28、00元

笔记本410、00元

笔1010、00元

预算共计:78、00元

十一:注意事项

- 1、此次比赛是一场友谊赛，应注重过程的交流与合作；
- 2、在赛事过程中，大家应注意安全；
- 3、互相的啦啦队之间不得有不文明、不礼貌等行为；
- 4、若有突发事件，大家不要慌乱，等待组织人员的安排；
- 5、大家一定要互相交流学习。

运动会策划书的内容篇五

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：

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

运动会策划书的内容篇六

我的青春我做主，飞扬的心总是随着这个社会的步伐而跳动着，当代大学生在我国繁荣昌盛的时代下更应该发扬团结如一的精神，为了集体的荣誉去奋力拼搏，在大学放飞活力，树立良好的精神面貌。

为了积极响应学校的号召，为了深入开展“三走活动”，让更多的同学走出寝室，走下网络，走向操场，我们决定组织这次趣味运动会，为大家提供一个运动与交流的平台，让大家享受运动的乐趣，更加体会到团结的力量。

第一位同学投完的同学自动排到最后一名同学身后，依此类推，连续投篮，时间为三分钟，投进一球算1分，投不进不算分，带球走步则扣1分。

举办这次趣味运动会的主要目的是丰富大一、大二学生的课余生活，给他们提供一个互相信任、互相团结的舞台，让他们尽情释放自己青春的活力；同时，也希望他们能够为了班级这个团体而精诚团结；其次，也是希望他们能够提高对课外活动的积极性。

青春有你，激情飞扬

20xx年11月9号上午

西北农林科技大学北校区篮球场

完善我们学院学生会的博客，把运动会的最新信息上传上去，运动会期间办公室的值班安排(网络部负责，5月20前部署)

大一、大二所有同学

- 1、道具准备：游戏道具，工作道具
- 2、工作人员：相关工作人员的分配。(裁判、计时员、医疗组、机动组、道具管理组)
- 3、报名工作以及宣扬工作。
- 4、清空比赛场地。
- 5、赛前对体育相关人员分配事宜，各项目工作人员布置赛场。

各单项男、女均取前6名，奖励前三名，按3、2、1计分，参赛人数不足6人(队)时名次递减一名录取，依次类推，计分从高。接力和集体项目奖励前三名。

1、二人三足跑(男女各一人)

比赛规则：两人组成一组(男女各一人)，赛前每单位两位运动员各一条腿用两条带子捆绑在一起(捆在踝关节部位和小腿靠近膝关节部位，捆牢)。站立式起跑，鸣起跑信号后，两人同时起跑，以两人躯干到达终点线后沿垂直面，方为到达终点，按比赛时间少者名次列前。

2、螃蟹背西瓜(两男两女)

比赛规则：4名队员同时站于起跑线后，共同用背部夹住球前行，途中背部离球，用其他部位碰球，或球掉落，皆为犯规，须在犯规地停止前进直至重新调整好始得继续比赛，在规定距离内，用时少者胜出。

3、托球跑(两男两女)

比赛规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，

每个人每次只能托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来，在规定的赛程内用时最少者名次最好。

4、集体跳绳

比赛规则：参赛人数为十人，至少四个女生，在比赛过程中人选两个人出来摇绳。规则：(1)8人从摇绳a者左手排队，依次进入绳中，然后从摇绳b者左手转向b者右手排队，8人全跳完一遍后，再从摇绳b者右手依次进入绳中到摇绳a者右手转向a者左手排队，呈8字形进行。(2)摇绳者必须抓住大绳两端的抓手。(3)必须是8人完全通过，比赛时如有队员未通过，应重跳。(4)裁判在现场大声计数。比赛时间为两分钟，在限定的时间内跳的越多名次越靠前。

5、双腿夹球接力

内容：众人拉成一圈，呼啦圈从一人处开始传递，不能松手，仅靠头部和手部力量进行传递。考察协调性与合作能力。

比赛规则：起点终点各三人，将球放在两膝上方用劲夹住，走到对面终点处，将球交给对面队友，循环反复至全队结束，时间最短者为胜。规则：(1)：必须从起点线后起步。(2)：如中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛。(3)：双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。(4)：每队限报6人，(至少要有两名女生)。

6、奔跑吧，白大褂(三男三女)

比赛规则：每队准备一件三粒钮扣的实验服，起点终点各三人，在起点将衣服穿好并系上纽扣，裁判发令后跑到终点，把衣服脱掉后给队友穿上(需系上纽扣)，然后从终点处跑至起点，以此类推，时间越短名次越靠前。

7、赶小猪(仅限女生)

比赛规则：每班三名队员参赛，在规定的跑道内用羽毛球拍去赶篮球，但羽毛球拍不能离开篮球，在规定的赛程内接力完成比赛用时最少者名次最好。

8、滚雪球(三男三女)

比赛规则：在指定的距离内，起点和终点各站三个人，从起点开始，发令枪响起时，起点的人开始跑，到终点后牵队友的手跑回来，然后队友在牵另一名队友的手，依次方式，直到所有的人跑完全程，计最后一名同学到终点的时间，用时越短名次越靠前。

9、拯救吸管(三男三女)

比赛规则：每班六人参加，三男三女，起点和终点各三人，从起点开始，发令枪响起时，起点的人用上嘴唇嘟嘴夹住吸管，跑到终点交给下一个人，不能用四肢接触吸管，然后跑回起点，依次进行，所用时间最短者获胜。

10、16×60米接力(八男八女)

比赛规则：每班16人参加，八男八女，起点终点各八人，从起点开始，发令哨声响起时，起点上的一名同学手持接力棒，跑向终点，将接力棒交给下一名同学，依次进行，若中途掉棒应拾起棒从掉棒处重新开始，直至最后一名同学完成比赛，用时最短名次越靠前。

1、开幕式。

2、比赛开始。

(1)两人绑腿跑、螃蟹背西瓜

(2) 托球跑、集体跳绳

(3) 双腿夹球接力、奔跑吧，白大褂

服务分院运动员和后勤工作，指派2到3名志愿者到各组帮忙，指派数名志愿者到各比赛现场记录运动员成绩，中长跑时要派人去扶运动员，务必落实到个人。(实践部负责)

(4) 赶小猪、滚雪球

(5) 拯救吸管、16×60米接力

3、颁奖仪式

4、闭幕式

注：1. 奖项设置，每个项目前三和总成绩前三的班级颁发奖状，另设有“精诚团结奖”一个。

2. 每个项目的前八名按照8、7、6、5、4、3、2、1分一次计分，最后取总分前三的班级颁奖。