

趣味运动活动内容 趣味运动会活动方案(优秀10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

趣味运动活动内容篇一

为了更好地践行课程游戏化，促进幼儿身心健康的发展。我们大班组将开展快乐运动我做主的亲子运动会，为孩子和家长创造了一个良好的合作氛围，营造一种积极向上、勇于拼搏的体育精神，让孩子们在游戏中锻炼，在锻炼中成长！

快乐运动我做主

- 1、通过活动让幼儿体验运动的快乐，培养幼儿自信、大胆、勇于竞争的品质。
- 2、通过形式多样的亲子游戏，增进家长与孩子之间的情感交流，更好地促进家园合作。

活动时间□xx年xx月xx日

活动地点□xx

参加对象：大班全体幼儿及家长

- 1、亲子游戏的材料。
- 2、奖牌、贴纸若干。

1、贯彻安全、友谊第一，比赛第二的精神。

2、家长和孩子齐参与。让每一位家长和孩子都参与到我们活动中来，家长不再是单纯的观众和欣赏者，要积极参与，做一个让孩子自豪骄傲的爸爸妈妈！

3、公平、公正原则。活动中体现公平竞争，公平比赛原则，让孩子们树立良好的竞赛风格，体验成功的快乐，同时给获胜的孩子准备奖牌，让他们能够全身心地投入比赛中。

1、布置场地，主持人简单的宣读开场白及游戏规则。

2、家长和幼儿自由选择运动会的游戏比赛项目，并给获胜者颁发奖牌。

附：游戏项目及规则。

1、两人三足行游戏规则：6对亲子，组成一小组。在场地两端画一条起跑线和一条终点线，用一根长带子将妈妈和孩子相邻的一条腿绑在一起，听到口令后，妈妈和孩子一起出发向前跑，到终点线后返回，以先返回到起跑线者为胜。

2、你追我赶游戏规则：6对亲子，组成一小组。幼儿和家长分别站在场地两侧。听到老师口令，幼儿手推独轮车绕过障碍，来到对面家长处。幼儿坐上独轮车，家长推幼儿原路返回至起点。最先到达的组为胜者。

3、好玩的皮球游戏规则：6对亲子，组成一小组。幼儿站在起点，爸爸或妈妈在终点，听到口令，幼儿从起点运球到终点，然后再和爸爸或妈妈用身体夹球，侧向前进至起点，先将球运到者为胜。

4、《小小纤夫》

游戏玩法：每组6个家庭，将轮胎放在场地的终点，家长站在起点，裁判发令后，家长手拿绳子跑至终点，将轮胎系好，把绳子交给幼儿，幼儿手拿绳子在前拉，家长则需用双手推动轮胎前进，先到终点者为胜。轮胎滚动前进，如轮胎倒地，需扶起再进行。

5、集体项目：夹气球。

玩法：每班派出10位家长为一组，每组的第一个人把气球夹在下巴与肩膀的中间，然后传给下一个人，下一个人也必须用下巴去夹，不准用手，以此类推进行接力，看哪一组速度快，最快的为获胜者。如果途中气球掉下可以重新捡起，但必须回到原位再继续进行。

趣味运动活动内容篇二

二：地点：企业内部场地或野外场地、旅游区、度假村、学校等。

四：比赛方式：公司员工分队按小组形式比赛。

五：流程安排：

1、领导讲话；

2、领导致词并宣布比赛开始。

1、手足情深：参赛运动员一手握一足，然后用单足跳的方式完成20米交换选手，（时间最少者胜出）

2、山路弯弯：参赛运动员在要进行中要绕赛道中间的障碍物跑五圈，然后回到到起点击掌接力，下一名队员继续，（时间最少者胜出）

3、地道英雄：再行进中钻过三张桌子，再跳过三把椅子后回到，到起点击掌交接，（时间最少者胜出）

4、准星调校：有一名队员蒙上双眼拿篮球站在三分线以外，其他两位站在球场以外指挥其移动方向，把球投出后交接，每投中一球得一分，（得分最高者获胜）

5、穿针引线：20米之外的桌子上，三名队员轮流在一根线上穿针，回到时击掌为接力，三分钟内所穿针最多队获胜。

以下项目要有全部六名队员共同来完成

6、系手绢：全体队员站在篮球场中圈内，第一名队员开始那手绢跑到篮球架下把手绢绑到上头后回到中圈击掌后下一名队员出发，轮流出发，三分钟内手绢最多者获胜。

7、六人跳绳：两人摇绳，其余四人轮流跳绳，两分钟内跳过人最多者获胜。

七：比赛并计分结束后为获胜单位发奖。

以上是趴比库小编整理发布，如果有不足之处请多指教。

趣味运动活动内容篇三

：新东方幼儿园操场

教师趣味竞技性运动会

：所有教师于本周六上午8:20xx在幼儿园一楼大厅集合（不允许请假）。

1项目名称：拔河比赛

规则：每个班级中派出三名教师(可援助)，提前抽签。

第一轮淘汰赛：7个班级按抽签顺序比赛，一个班级直接进入第二轮。

第二轮淘汰赛班级重新进行抽签，进行比赛。决定出两组获胜班级。两组失败的班级

第三轮，失败的班级进行3、4名争夺，两组获胜的班级进行1、2名的争夺。

奖励：1—4名，分别加4、3、2、1分，其余不加分。

2项目名称：跳绳比赛(跳绳自带)

规则：每个班级派出一名教师，参加跳绳比赛，时间2分钟，每两人一组，共4组

跳绳记数员：

跳绳计时员：

跳绳记录员：

3项目名称：呼啦圈比赛(呼啦圈自备)

跳绳记数员：

跳绳计时员：

跳绳记录员：

4项目名称：喊数抱团(此活动共玩两轮)

规则：每组派出两名老师参与，听主持人口令统一围绕圆圈

走动，到音乐停止，主持人说出一个数字，老师们按照主持人说出的数字要求与其他老师抱成一团，人数要与数字一致，即为通过，如没有找到自己的团队或者整个团队人数偏差，均为淘汰。

奖励：每一次最后获胜的两位老师均分别获得2分。

5项目名称：琴棋书画样样通

规则：

五子棋分会场(园长室)：每个班级派出一名老师(共7名)参加五子棋大赛，采用淘汰制，即获胜者继续坐镇下棋，直到最后的胜者。

够级分会场(接待室)：每个班级中派出一名教师(共6名)参加扑克大赛，最后决定名次。

继续坐镇下棋，直到最后的胜者。

奖励：娱乐游戏，每一个分会场的获胜者可获得2分。其余不加分。够级大赛经抽签多出的老师，直接获得1分奖励。

奖励：获胜的班级依照最高分输到最低分数排列1——4名，相应加4、3、2、1分，其余不加分。

滑梯计时员：

规则：每个班级派出一名教师，参与比赛。在5分钟内，没有下去的老师即为获胜，期间允许抓沙包，抓住即为加分，抓不住溜手当场淘汰。

奖励：在5分钟内，所有没有打下去的老师均获得2分。期间抓住一次加1分。

投沙包人员：

奖励：获胜的班级依照最短时间即最高分数到最低分数排列1——4名，相应加4、3、2、1分，其余不加分。

捉迷藏计时员：

总策划

工作通知：

主持人

录像音响：

各项分数记录：

食堂饭菜：

条幅、黑板、大绳准备：《新东方幼儿园教师趣味运动会》

由统计处老师进行统计，园长宣布成绩，综合成绩第一名的班级可获得鸡腿两个/每人，第二名的班级的可获得一瓶雪碧/班，第三名的班级可获得牛奶一瓶/班。成绩最后的班级惩罚每人一杯啤酒！

由董事长宣布“教师大聚餐正式开始开始”，全体教师欢聚一堂吃午饭。

1餐后卫生由全体教职工一起承担

2食堂人员9点到位□11:20xx开饭，12:00活动结束，打扫卫生。

趣味运动活动内容篇四

为了贯彻落实《xx大学促进教职工身心健康二十条》，活跃校园文化生活，在第108个“三八”国际劳动妇女节到来之际，xx交大工会、校女教职工工作委员会拟举办20xx年女教工趣味运动会，具体安排如下：

3月5日下午2：30

xx广场

每队4名女队员，比赛开始前，4名队员骑在比赛器材上，双手把住固定把手立于起跑线后。裁判发令后，4名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

每队8名女队员，两人坐在气垫上面保护气球不掉下去，4人往前推气垫让气垫前行，2人不停的抽换柱子，赛程50米。用时少者名次列前。

每队6名女队员，裁判发令后a端1号队员抱球跳向b点，将球交给b点2号队员后返回起点取球；2号队员抱球跳向c点，将球交给c点的3号队员后返回b点球；依此类推，以最后一球（共8个球）落筐为计时停止，用时少者名次列前，赛程为60米。

每队10女名队员，比赛开始前，8名队员分别拉住雷霆鼓的延长把手，另2名队员负责放置活力球。裁判发令后，开始原地掂球，在规定的时间内，掂球次数多者名次列前。

以分会为单位组队参加，各单位可报领队、教练各1人，参加4项活动的人员尽量不交叉。

请各分会女工委委员积极组织，填写附件中的报名表，纸质版

加盖公章于2月28日（周三）下班前报校工会办公室（教学主楼），电子版请同时发至。

联系人：

祝女同胞们节日快乐！

xx大学工会

xx大学女教职工工作委员会

20xx年2月25日

趣味运动活动内容篇五

2019年秋季学期趣味运动会方案

一、运动会主题：

我运动、我健康、我快乐 二、活动目的：

为增强学生体质，真正落实阳光体育要求，让学生带着愉悦的心情去感受阳光，锻炼身体，陶冶情操，在活动中培养集体主义精神，增强集体荣誉感，在比赛中彰显个性，特举办此次趣味运动会。三、运动会时间、地点：

时间：2019年9月 地点：学校操场 四、活动领导小组：

组 长： 贺贵喜（校长）

副组长：赵雅丽（教导主任）

牛燕燕（少先队大队辅导员）

成员： 各班班主任及科任教师 五、人员分工

总裁判：

赵雅丽

裁判员：

王

靖

吴桃桃

记分员： 朱成亮

陈陇洮

赵清华

黄小波

赵秦峰

张银鹏 道具准备： 马贤 六、活动内容及比赛规则：

（一）项目：

个人项目： 盆底捞珠、保龄可乐、滚滚车轮、铁环障碍、纸衣往返、手忙脚乱、捡放沙包、速度跳绳。

集体项目： 开心盛水、螃蟹赛跑、环环相扣、财源滚滚。

（二）比赛规则：

所有比赛项目比赛开始时按裁判员讲解的比赛规则进行比赛与评分。

七、奖项设置及颁奖

个人及集体项目奖励各年级组成绩前三名，颁奖由赵雅丽负责。八、注意事项：

1、各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得乱跑，观看有秩序，在指定区域坐好，加油鼓励方式合理。

2、各班做好队员的组织工作，按时参加比赛。 3、请注意比赛过程中运动员的安全。4、贯彻和谐、友谊第一，比赛第二的精神。九、本细则未尽事宜由组委会赛前商定。

峡城中心小学 2019年9月

趣味运动活动内容篇六

活动地点□XXXXXX

活动项目：踩气球、猜谜语、下象棋跳棋、筷子夹豆、乒乓球、保龄球、踢毽子。

活动第二项：主持人宣布“助残养老共建和谐”秋季趣味运动会此刻开始，请残疾人老年人参赛选手入场。大概时间10分钟
活动第三项：我此刻宣读一下比赛规则，请选手按指定位置站好，参赛人员必须有组织有纪律，不可破坏比赛场地秩序与比赛场地的环境卫生。如发现清除比赛资格。我们根据比赛选手的身体情景分配活动项目进行比赛，如有观众想参与，设立现场报名点进行报名比赛，但仅限残疾人与老年人。报名时间为开赛前5分钟。比赛名次各个项目取前两名颁发荣誉证书，各个参赛人员均有精美纪念品送出。由于比赛场地与工作人员限制，活动不会同时开展，一项比赛结束后

开展下一项，项目顺序不分先后，哪项人齐开展哪项。其他选手场外观看。大概时间20分钟。活动第四项：比赛正式开始。

活动项目解释：1、踩气球：一人一组，每组10个气球，30秒为比赛时间，时间到比赛立即停止。清点气球剩余数量并做好记录。负责人：

2、猜谜语：一人一组，抢答计数制，每组从开始到比赛结束一分钟时间，哪位选手抢答并且答对的得一分，最终工作人员记好选手猜谜语数量并记录。负责人：

3、下象棋、跳棋：两人一组，每组不限时间，但只一盘。结束后确定输赢并做好记录。负责人：

4、筷子夹豆：一人一组，每组碗中30个豆子，从一个碗中夹到另一个碗中。比赛时间2分钟，工作人员做好记录。负责人：

5、乒乓球：一人一组，用乒乓球拍托住乒乓球前进，中途掉了捡起继续前进，放到对面10米距离的容器中，五分钟为止，工作人员记录好每组乒乓球数量。负责人：

6、保龄球：一人一组，每组对面5米距离放置10个易拉罐，工作人员记录打倒数量。负责人：

7、踢毽子：一人一组，比赛部分左右腿，每组踢毽子3分钟，工作人员计数，取前两名。负责人：

活动第五项□xx社区借此机会为更好的为辖区居民服务，请社区工作人员为大家发放廉租房、医保优惠政策及社区便民卡。我们社区举办这次活动主要以弘扬敬老孝亲、尊老爱幼的传统美德，让大家都来关心关爱老年人、残疾人。在辖区内掀起敬老、爱老、助残新高潮。

备注：活动现场邀请电视台及晚报社记者做宣传，并在活动结束后记者采访比赛选手及社区书记。努力将xx社区活动资料及主题精神传送到家家户户，做到“一提xx家喻户晓”。

趣味运动活动内容篇七

一、活动背景：

作为新世纪的青年，德、智、体全面发展越来越成为衡量大学生综合素质的准绳。作为全运会主办城市的xx市号召全民全运，为响应全运会的号召，特策划此趣味运动会。同时，也希望通过此次运动会增强同学之间的认识、了解和交流，并达到提高同学的团队意识和班级凝聚力。

二、活动时间□20xx年xx月xx日

三、活动地点：学校运动场

四、参加对象：全体师生

五、主办单位：学校

六、流程安排：

1□xx□xx会场布置人员到达体育场进行会场布置。

2□xx□xx到达体育场准备进行比赛。

3、各小组分别参加各自的项目。

4、记录各小组的成绩，评选获胜者。

5、颁发奖品。

七、活动项目：

1、《纸衣往返接力》

1)、比赛人数：每队x人

2)、道具：报纸x张(每两张报纸相对夹在一起)

3)、比赛规则：将折好的报纸放于胸前，在奔跑过程中保持不掉，如果掉下来就要重新捡起，跑xxx米后交于第二个人，类推，直至第x个人到达终点，用时最少的组为获胜组。

2、《四人五足》

1)、道具：绳子若干

2)、比赛规则：四人一组。四个人排成一排相邻的两人把脚绑在一起，从起点经过xxx米到终点，用时最少者获胜。

3、《海底传月》

1)、比赛人数及分组：每队xx名队员(至少x名女生)

2)、道具：篮球四个

3)、比赛规则：

a□每个队10名队员依次排开成一列，肩距一臂。

b□第一名队员双手举起篮球，其余队员弯下腰，双脚分开。当听到裁判发令后，第一队员将球从胯下传给第二名队员，类推，当第十名队员接到球后，持球跑到第一名队员前面依次传球，第九名接到球后，持球跑到第十名队员之前依次传球。

c□当第一名队员站在最后一位并双手持球后视为比赛结束。

d□传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球。

e□用时最少者为优胜者。

4、《单脚火车跑》

1)、参赛人数：每队参赛x人

2)、比赛规则：

a□x人排成一列，每人仅用右脚支撑。后一人右手搭前一人肩，左手托住前人的左脚，多队并排一起站在起跑线上。

b□裁判发令后各队齐出。距离xx米。

c□按所用时间排名，少者胜。注意脚掉下来的队伍将失去比赛资格。

八、活动预算：

宣传条幅一个；哨子x个；绳子若干；报纸若干；篮球x个；数码相机x台，活动照片若干；优胜者奖状，奖品若干；秒表若干；纸、笔若干；矿泉水一桶；米尺；记号笔x支；粉笔若干。

九、人员安排：

积分人员x名，会场布置x名

十、比赛要求：

要服从裁判要求。为节省时间，四个项目尽可能的同时进行。

趣味运动活动内容篇八

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：

团结合作运动快乐

全体在校教职工

20xx年11月6日下午（暂定,与校运会同步）

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）

（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z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。

趣味运动活动内容篇九

趣味运动竞技是丰富干警的业余文化生活、促进干警沟通、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干警锻炼身体，在运动中陶冶情操，热爱生活。

一、活动目的

二、活动领导小组

三、活动地点及时间

四、活动项目及规则

五、活动顺序

六、活动所需器材

活动方案主要分为六个部分

二、活动领导小组组长：郭怀炜 总裁判长：张丰登 副组长：张丰登、高丽丽；成员：张敬阳、杨江涛、董政、吴群、贾虎胜、王小明、张春强、王永宏、于浩良、杜丰、王斌、白毛良、曹亚斌、马青云、马英琳。

趣味运动活动内容篇十

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，项目第二。

二，活动整体方案

活动时间□20xx年3月14~15. 下午五点

活动地点：学校田径场

主办单位：教育系学生会

赞助单位□xx

活动参与对象：教育系全体师生

活动主题：教育系趣味运动会

三，具体活动细则简介

项目一：拔河大赛

参赛者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

项目器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

项目场地：学校操场

项目规则：在项目场地上画3条直线，间隔为150cm□居中的

线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条垂直于中线。项目准备时间内，各队队员务必依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始项目。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布项目结束和胜方。

拔河赛制：

1. 项目分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 项目分组及项目首场的站位选取由各班班长抽签决定。
3. 淘汰赛：每班抽签分成a.b组，a组四队□b组三队。每组项目采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，项目宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

项目器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

项目场地：学校操场，10米

项目规则：赛道两端各站8组队员。项目开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。明白最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，务必把球捡起再夹好，并在掉球点继续项目。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组项目。

项目三：跳长绳

参赛者：每班14人（包括甩绳人员），7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。（分两组）

项目器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

项目规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。项目开始时开始记圈数。一分钟项目时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。项目继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

项目四：袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

项目器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

项目场地：学校操场。20米。

项目规则：跑道两端各站5名参赛队员。其中一端的队员站在麻袋内，手提袋口向另一端的队员跳去，然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力，直到最后一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组项目。

四，奖励规则。

五，活动经费预算。

六，其他

1. 尊重项目，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。
2. 裁判务必做到公平、公正、公开。
3. 项目前由各班解读项目项目细则，让参赛人员更加清楚各项项目流程和规则。
4. 禁止非工作人员与参赛人员进入项目场地，打乱项目秩序。
5. 持场地的卫生，持续现场的卫生。
6. 请各班参赛队员准时到达项目场地，项目时间不到者作弃权处理。
7. 望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。礼貌项目、礼貌助威，充分展现各部门风采。
8. 遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，项目日期另行通知。