

职工趣味运动会活动策划方案 教职工趣味运动会方案(模板5篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

职工趣味运动会活动策划方案篇一

1. 愉悦心情，缓解工作压力。
2. 增进教职工之间的团结友好互助关系。

主任□z

副主任□z

委员□z

待定

田径运动场

20xx年1月28日 下午

(1)、拔河比赛

比赛方法：分为男教师和女教师组（男教师和女教师组分别分为a□b组），采取三局两胜制决定名次。（如人数少，不分组别）

(2)、齐心协力

比赛方法：成男、女混合人数均等的. 两队，比赛开始前先把每一组人员的左腿和右腿分别绑在一起，站在起跑先后，两地相距30米。用时最少的组获胜。

器材准备：绑腿绳子数根

(3) 乒乓球接力

比赛方法：成男、女混合人数均等的两队，比赛开始第一个参赛者用羽毛球拍端着乒乓球，从起点线出发跑到终点交到另一个参赛者手中。接到羽毛球拍的参赛者迅速启动托好乒乓球，交给对面的参赛者，依次循环下去。最快的一组获胜。比赛过程中，手必须握住后把，乒乓球落地，要返回起点重新开始。

器材准备：羽毛球拍2副 乒乓球2个

活动设一等奖和二等奖，分别颁发奖品。

备注：1、参与者都有奖，不参与者视为自动放弃。

2、每位教师限报一个项目。

职工趣味运动会活动策划方案篇二

为丰富我校教职工业余生活，促进教职工身心健康，增强团队的. 凝聚力，推进和谐校园建设，校工会根据本学期工作安排，定于体育节期间举办教职工趣味运动会。现将有关事项通知如下：

时间：11月11日（周四）中午12：00

地点：海临小学操场

1、比赛项目：同舟共济、运球接力、定点投篮、8字跳绳。

2、各项目比赛规则详情见附件。

1、除特殊情况外，全校教职工均要参加。

2、比赛以组为单位参加，共十大组。

以各组积分累计相加，得分名列前五名者为一等奖，其余均为二等奖。

1、比赛以“健康、快乐、和谐、友谊”为宗旨，望各组长积极组织教职工参加训练。2、参赛队伍、队员须准时到达比赛场地，比赛开始，未到者作弃权处理。

3、参赛队伍、队员应尊重和服从裁判员的裁决。

4、未尽事宜，另行通知。

职工趣味运动会活动策划方案篇三

为活跃教职员生活，增强团队的凝聚力，工会按照学校校园文化周的总体安排，安排了教职工趣味运动会，运动会共分四个集体项目，六个人项目，除师生篮球对抗赛在不同时间外，其余项目均在11月28日（下周周五）下午2:00至5:30举行，请所有在职教职员准时参加。具体安排如下：

一、领导小组

顾问：袁章军 赵司伟 陈新春

组长：李忠民

副组长：杨厚伟 易修平

成员：杨培燕 郑安江 宋建渠 张明干 刘俊平 聂续红

王国清 周卫 王景 刘剑波 黄勇 许根华

贝承珂 廖建旗 邱继彬 谭跃良 刘军训

二、节目安排：负责人：杨厚伟

1、师生篮球对抗赛：责任人：杨厚伟 各工会组长

参赛队伍

比赛时间

场地

裁判

记分

器材准备

责任人

艺术部师生

11月24日下午3:40—50:00

北校区

篮球场

丁玉科

甘传贵

艺术部学生

陈学凡

晏伯宽

杨厚伟

张明干

高一师生

11月25日下午3:40—50:00

北校区

篮球场

陈 剑

胡 兵

高一学生

陈学凡

晏伯宽

杨厚伟

许根华

高二师生

11月26日下午3:40—50:00

北校区

篮球场

陈 剑

胡 兵

高二学生

陈学凡

晏伯宽

杨厚伟

黄 勇

高三师生

11月27日下午3:40—50:00

北校区

篮球场

丁玉科

甘传贵

高三学生

陈学凡

晏伯宽

杨厚伟

刘剑波

注意事项：1、每节12分钟包场，一、二、四节为男性师生对抗赛，第三节为女性师生对抗赛，女队得分均翻一倍计入总分。

2、10人踩汽球比赛（时间：11月28日下午1：40开始）

内容：每工会小组出10人，男女各5人，将1男1女的一只脚绑在一起，每人脚上均绑二只汽球，比赛中只许用脚踩破对方汽球，在规定空间（半个篮球场）规定时间（3分钟）内，以保留汽球多的一方为胜，按六个工会小组抽签进行淘汰制比赛，负方的三个队进行一次抽签进行复活（只有一队复活），复活出的队与胜方的. 三队共四队抽签进行半决赛，再进行决赛。

项目责任人：杨厚伟、宋建渠

器材准备：宋建渠

场地：北校区一、二球场

记录、记时：宋建渠

裁判：杨厚伟（每小组派一人任助理裁判）

比赛结果：取前四名

3、女子跳绳比赛

时间：11月28日下午2:10开始

内容：每工会小组派5位女同志，在1分钟跳绳次数多者为胜

项目责任人：易修平、聂续红

器材准备：聂续红

场地：一球场

记录：刘俊平

裁判：聂续红

比赛结果：五人所跳次数之和为小组总成绩，团体取前4名，个人成绩取前6名

4、男子定点投篮比赛：

时间：下午2:10开始

内容：每工会小组派四人（男）参加，在三分线外的四个位置各投两球（共8球），在罚球线上投2球，三分线每投中一球记两分，在罚球线投中一球记一分（总分18分），投篮必须在1分钟内完成，超时进球无效。

责任人：杨厚伟、杨培燕

器材准备：杨培燕

场地：二、三球场

记录：杨培燕

比赛结果：小组4人所投分数之和由高到低取前四名，个人总分由高到低取前六名

5、滚轮胎接力比赛：

时间：下午2:40开始

内容：每小组派出10人（6男4女）进行滚汽车轮胎（小）接力赛（分跑道），跑道中途置小障碍一个，接力时轮胎必须压到终点线，否则成绩无效。

责任人：杨厚伟、郑安江

器材准备：杨厚伟、郑安江

场地：三个篮球地

裁判：杨培燕（并每小组派出1人任助理裁判）

记录：郑安江

场地准备：郑安江、陈学凡、贝承珂

比赛结果：全部按序排名取前四名

6、自行车慢车赛：

时间：下午3:00

内容：每小组派出2人（男女不限）参加，在规定的跑道内横穿三个篮球场，以慢到场获胜，倒地一次扣10秒钟（倒地后必须立即上车），最多只能倒地三次。倒地四次者成绩无效。全体参赛人12人分两轮进行，以时间长短为序取名，自行车自备。

项目责任人：易修平、王国清

场地准备：晏伯宽、陈学凡

记录：王国清

裁判：王国清（每小组派一人任助理裁判）

结果：每组个人成绩（时间）之和为小组总成绩，取前四名，个人成绩取前六名

7、抱篮球接力赛

时间：下午3:20开始

内容：每小组派10人（5男5女），进行迎面接力，迎面接力队员手抱三个篮球接力棒用绳子系好挂在脖子上，到达终点站后，将球交给下手，并将接力棒挂到下手的脖子上后，下手再进行跑步，跑步过程中如有球落地，须由选手本人将球拾起，旁人不能帮忙，整个过程须三球及接力棒同行方为有效。

项目责任人：杨厚伟、聂续红、周卫

场地器材准备：周卫、晏伯宽、陈学凡

裁判：聂续红（每小组派一人任助理裁判）

记录：周卫

8、拔河比赛：

时间：3:50开始

内容：每小组派12男8女共20人组成，进行抽签淘汰制比赛，胜者晋级，败者采用抽签复活（只一队），然后4：2：1制决出最后1——4名。

项目责任人：易修平、张明干

场地、器材准备：张明干、陈学凡

裁判：易修平

记录：周卫

比赛结果：取前四名

三、后勤和宣传：责任人：何维平、李祖秀、杨志长、学生会成员若干

1、准备饮水机2台，纯净水4桶，一次性纸杯若干。（何维平负责）

2、准备坐椅若干。（何维平负责）

3、制作运动会成绩公示红榜，并在现场及时书写成绩；将所有成绩进行统计并将其公布在校园网内网。为整个职工运动会写一个简报并上传至校园网内网。（周卫负责）

4、要准备好广播和录像机，并进行现场解说。

四、表彰和奖励：责任人：李忠民、王景

1、表彰：对个人项目的前6名，对团体项目的前4名予以红榜表彰，并发放到校园网内网，此成绩作为评定优秀工会小组的重要依据。

2、奖励：

对每一位在2:30-5:30来到北校区球场的在职职工，无论你是参加比赛，还是呐喊助威，工会均发给纪念品一份。未按时到位者，不予补发。

职工趣味运动会活动策划方案篇四

阳春三月，暖意融融，绿上枝头，生机勃勃。喧嚣的元宵节刚刚结束，又迎来了一年一度的“国际三八妇女节”。为丰富我教委全体女教职工的业余文化生活，展现女教工的精神风貌，倡导健康向上的生活方式，经教委工会研究，特举行“我运动、我健康、我快乐”女教工趣味活动，希望各单位工会组织报名，务必使每一位女教职工都积极报名参与。现将具体事宜通知如下：

活动时间□20xx年3月 日 午 点到 点

活动人员：西董教委中学、小学、幼儿园的全体女教师

活动地点：小学田径场

活动项目：比赛设一分钟单人跳绳、一分钟单人踢毽子、3000米健步走三项。要求每位教职工限报一项。

1、单人一分钟跳绳比赛

活动规则：每位参赛女教师的跳绳时间为1分钟，跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人的最后成绩，按跳绳总次数多少颁发一、二、三等奖。

活动道具：短绳(自备)、秒表。

比赛裁判：6人(待定)

2、单人一分钟踢毽子比赛

活动规则：每位参赛女教师的踢毽子时间为1分钟，踢毽子过程中可以停顿，允许在设定范围内移动，以一分钟结束时的总次数为个人的最后成绩，按踢毽子总次数多少颁发一、二、

三等奖。

活动道具：毽子(自备)、秒表。

比赛裁判：6人(待定)

3、3000米健步走

活动规则：每位参赛女教师必须是走完3000米，否则将被视为犯规，取消参赛资格。参赛教师根据名次颁发一、二、三等奖。

活动道具：秒表。

比赛裁判：6人(待定)

三个项目同时进行。(或者是(按照项目顺序依次进行比赛))。

未尽事宜另行通知。

职工趣味运动会活动策划方案篇五

为欢度佳节、丰富职工业余生活，促进职工之间的沟通交流，强化中心职员的凝聚力、向心力，特组织开展职工趣味活动。为保证此项活动顺利进行，特制订本方案。

一、活动时间及地点

20xx年5月12日五楼举行

二、活动项目

1、足球绕杆

参赛队员站在起点处，脚下放一个足球，裁判发令后，迅速

用脚运球成“s”型绕过障碍物前进，绕过折返点再“s”型路线返回起点后计时，用时少的队伍获胜。（球运出界后可以用手捡回球，但必须放于出界处继续用脚运球才能继续比赛。）

2、企鹅漫步

参赛选手站在起点处，裁判发令后，双脚夹住一个排球，双手各夹一个排球出发，到达往返点后，原路返回起点。以完成比赛用时少的队伍为胜。（比赛过程中禁止用手扶着双腿中的排球，扶一次或掉落一次加3秒。）

3、翻山越岭

参赛选手站在起点处，手持乒乓球拍，把乒乓球置于乒乓球拍上，裁判发令后，托球往前跑，中途需托球钻过一个呼啦圈，越过一个障碍物（矮长凳）后，将球放入折返点的水桶内，再原路返回起点，以完成比赛用时的队伍为胜。（比赛过程中如乒乓球掉落一次加5秒，重新放置好乒乓球才能继续进行比赛，比赛中不得用手握球或夹球跑，否则成绩无效。）

4、运沙包投篮参赛选手站在起点处，双脚夹一个沙包准备，裁判发令后，用双脚跳跃方式出发，跳到15米远处时双脚夹着沙包起跳，将沙包投入水桶跑回，再将第二个沙包以相同方式投入水桶后返回起点。以完成比赛用时少的队伍为胜。（比赛中必须用双脚夹沙包投篮，如沙包掉落加2秒并要在掉落处重新夹好方能继续进行比赛。）

5、飞镖

每组队员只能掷一镖，每个选手在轮到他的时候投掷一次飞镖，然后由选手自己取回自己的飞镖。如果选手的脚越过投掷线或不小心绊倒而释放了他的飞镖，该分不计，并且没有重投的机会，最后合计各组的得分成绩总和。

- 注：1、本次比赛按团体名次颁发奖品，分设一、二、三等奖。
- 2、每个活动项目派出6名选手参加，由组长根据实际情况安排。
- 3、裁判员需详细了解比赛规则，严格监督他队的比赛情况。
- 友情提示：恳请大家业余可以训练一下游戏项目。