

2023年学生会趣味运动会策划方案 趣味运动会策划方案(通用5篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

学生会趣味运动会策划方案篇一

本次趣味运动会的宗旨在于增强各个部门的凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。弘扬奥运精神，增加团队凝聚力，在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。本次的趣味运动会是丰富校社联各个成员的课余生活，给每一位学生展现自我的机会。在学习之余好好锻炼身体，注意各种才能的挖掘、培养与展示，同时增加同学之间、学院之间的交流、并促进友谊为美好的大学生生活留下灿烂的一笔财富。

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

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

项目一：拔河大赛

参赛者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛场地：学校操场

比赛规则：在比赛场地上画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。比赛准备时间内，各队队员必须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，裁判员鸣哨后开始比赛。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制：

- 1、比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
- 2、比赛分组及比赛首场的站位选择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。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。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。

比赛器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

比赛场地：学校操场，10米

比赛规则：赛道两端各站8组队员。比赛开始后，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。知道最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，必须把球捡起再夹好，并在掉球点继续比赛。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

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）

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。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。

比赛器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

比赛场地：学校操场。20米。

比赛规则：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。分两组比赛。

- 1、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。
- 2、裁判必须做到公平、公正、公开。
- 3、比赛前由各班解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。
- 4、禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
- 5、保持场地的卫生，保持现场的卫生。
- 6、请各班参赛队员准时到达比赛场地，比赛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。文明比赛、文明助威，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，比赛日期另行通知。

策划书：吉首大学师范学院教育系体育部

20xx年2月

学生会趣味运动会策划方案篇二

10米处放一折回标志物。

比赛方法：用布带子把三人相邻脚的踝关节绑在一起，相互搂腰向前走动，绕过标志物折回起点线，以先完成的队为胜。

比赛规则：两人同侧踝关节绑好后才能离开起点线；若在途中带子散开，要重新绑好后方可继续前进。注意宝宝的安全！

器材准备：10厘米宽、30厘米长的布带子6条，标志物6个。

（八）袋鼠之家比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：在原地孩子背对父母向后抛球，离3米远的父母用挂在腰间的篮子接球，在60秒中投接，接皮球最多者为胜。

比赛器材：皮球若干，接球篮6个。

（九）揪尾巴比赛

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：爸爸把孩子托在肩上或背在背上，孩子裤子后有一尾巴，在规定的圆圈内跑，妈妈们揪其它孩子的尾巴，看最后哪组家庭揪的“尾巴”最多为胜。

比赛器材：纸尾巴若干条（6条）。

（十）跳跳马比赛

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：比赛开始后，宝宝个人骑着跳跳马前行，最先到达者为胜。

比赛器材：跳跳马6只。

（十一）蚂蚁搬球比赛

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，参赛宝宝将一只盆内的乒乓球用勺子放进另一只盆内。运送中，不得用手护球，最先搬完者为胜。

比赛器材：小盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

（十二）运送乒乓球比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：10米跑道上，宝宝双手执勺，将起点盆内的乒乓球，一次一粒运送至终点的盆内。运送中，不得用手护球，最先运完者为胜。

比赛器材：盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

（十三）宝宝骑爸爸比赛：

参赛方式：宝宝与爸爸（妈妈）参赛。

比赛规则：比赛开始后，爸爸（妈妈）反手四肢着地，宝宝坐在爸爸身上，在10米跑道上四肢反向爬行，最先到达终点者为胜。

（十四）踩气球比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：比赛开始后，爸爸一条腿上捆着一串气球，由宝宝与妈妈一起踩其他爸爸腿上的气球。爸爸们可以跑动躲避，但不能踩球。全部被踩爆者依次退出比赛。规定时间内剩余气球最多的家庭为胜。

比赛器材：气球串若干。

（十五）羊角球比赛：羊角球〈篮球〉

参赛方式：宝宝与爸爸（妈妈）参赛

比赛规则：10米跑道上，家长从起点拍球到终点，孩子从终点骑羊角球回起点，先到起点者为胜。

比赛器材：羊角球6只。

九、运动会比赛原则：

趣味运动会比赛分为预赛和决赛，预赛前6名晋升决赛；比赛项目报名多者设预赛，如少则直接进行决赛。

十、奖项设置及奖励办法：

（一）宝宝个人比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛宝宝均为第三名，预赛宝宝均获纪念奖。前三名颁发证书及奖品。（最好由赞助商提供）。

（二）三口之家比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛家庭均为第三名。预赛家庭获纪念奖。只颁发奖品。（最好由赞助商提供）。

（三）优秀组织奖一名。按鸡会宝宝的月龄，将参赛者分为几个组。根据比赛中组织、纪律、作风、成绩等情况，评选

优秀组织奖一名。并为组织获奖组的每位成员颁发奖品一份。

十一、组织奖积分办法：

1、个人项目每申报一人积1分，家庭项目凡申报一组织积3分。
（根据实际情况可对参赛人数进行控制，给予一定的定额。
对报满定额的给予积分，少报则扣分）。

2、个人项目如申报后未参加扣2分，家庭项目凡申报后未参加扣6分。

3、不遵守比赛规则者，扣3分，随意离开者扣3分，影响比赛进程者扣6分。

十二、趣味运动会秩序册：

（一）运动会组委会组成：

总指挥：好好爸爸。趣味运动会总负责人。

指挥组成员：星辰星宇妈妈、禹涵爸爸、峻峻的爹等等（副会长）

外联组长：好好爸爸。负责寻找运动会冠名企业，筹集赞助资金及物品。

总策划：禹涵爸爸。负责趣味运动会的整体策划工作。

总裁判长：峻峻的爹。统调所有比赛项目的裁判工作。

裁判组长：待定。熟透比赛规则，负责所有项目的裁判工作。

裁判员：待定

一、运动会主要目的：

我们的童年生活，在家长与孩子间建起一座沟通的桥梁，让我们在比赛中感受运动的快乐；因为玩是儿童的天性，让孩子们在比赛中尽情的玩，让孩子们在玩的过程中增长知识，增进团结和友谊，培养他们挑战自我、超越自我的信念。

二、运动会主办单位：

一家人

五、运动会参赛对象：

人民家庭。

六、运动会参赛地点：

备选场地：本地区操场、实验小学校园操场、。希望诸位家长发动社会关系，各显神通联系场地。根据赞助情况，可适当给予回报。

对比赛场地提供者，在趣味运动会背景、条幅标语中为之做相应的宣传，在丹东电视台、鸭绿江晚报和时代丹东网等新闻媒体采访中，对之给予鸣谢。

七、运动会时间及日程安排：

1、9月9日：召开家长会，进行活动策划，组建组委会。

2、9月10日至30日：联系冠名单位、赞助单位，购置奖杯、证书和奖品等。

3、9月10日至20日：网上讨论运动会比赛项目。

4、9月20日：公布比赛项目讨论结果。

5、9月20日至10月上旬：比赛项目网上报名。

6、9月20日至30日：准备器材和道具，确定舞台、音响、摄影、摄像师等。

7、10月上旬某日上午5：00，布置舞台、背景、音响、空飘球、宣传条幅等；

8：00——12：00：举行运动会开幕式，比赛正式开始。当日下午举行闭幕式，对运动会表现突出的小组进行表奖。

八、运动会备选项目：（项目取舍由大家讨论决定）

（一）钓鱼比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：在比赛现场，所有愿意挑战的宝宝按月份分组进行打擂。在一分钟的挑战时间内，所钓鱼的数量超过本组擂主的数量，即为挑战成功，可得到一份奖品。挑战失败者，只能领取一份纪念品。每组的擂主成绩都是由挑战者自己创造并保持，直到新的挑战者挑战成功后，将其顶替。

器材准备：水池（水盆），塑料鱼若干，钓鱼杆若干。

（二）自行车比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，幼儿骑小自行车沿自己的车道前行，最快到达终点者为胜。

器材准备：小自行车6辆；

（三）造房子比赛

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：跑道为10米。比赛开始后，家庭中的爸爸从起点推车到终点，等在那里的妈妈将大型积木装在车上（一次只能装三块），然后将积木推向起点，并卸下车，由等在那里的孩子用积木搭建房子，搭得又快又好者为胜。

器材准备：小独轮车6辆，大型积木若干。

（四）踩高跷比赛：

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：宝宝与家长面对面，踩父（母）脚上，起点准备，听口令向终点走去。先到终点者为胜。游戏中宝宝与家长必须始终手拉手，宝宝脚不得踩地。

（五）送气球比赛

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：孩子手拿气球，站在起点线上做准备，听到口令后，立即向前跑去。送到父母身边（父母背靠背侧身在终点处等孩子），把气球放到父母的背上，父母使劲把气球夹破。先夹破者为胜。

器材准备：气球筐6个，气球若干。

（六）收获果实比赛：

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道6条。分别在4条跑道起点放置小草帽一顶，并在10米终点处挂果实一枚。

比赛办法：由爸爸妈妈用双手抓腕盘起让孩子戴着草帽坐上，三个人协助跑到终点，由孩子取下水果后原样折回起点。速

度最快者的为胜。

比赛规则：比赛时，小朋友必须要戴上草帽后才可以离开起点，水果必须要由小朋友采摘。

器材准备：小草帽6顶，果实6枚，支架两个，铁丝一条。

（七）并驾齐驱（三人四足）

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道4条，10厘米宽、30厘米长的布带子六条，在离起点线前方1组长：待定。负责所有比赛项目的计时、计分工作。

计分员：待定

仲裁组长：待定。当比赛出现异议时，仲裁判决。

组织组：各组组长。负责本组在运动会上的一切事务。

奖品组长：飞妈。负责所有比赛项目的奖品购置、存储、分类及发放工作。

奖品组员：待定

后勤组长：待定负责前期场地布置、桌椅摆放，运动会结束后一切收尾工作。

后勤组员：待定

保卫组长：待定。负责整个比赛场地的安全保卫工作。

保卫组员：待定

器材组长：彤彤妈妈。负责所有比赛项目的器材及道具。

器材组员：待定

新闻组长：王齐妈妈。接待各新闻单位，安排采访对象。

医务组长：待定

主持人：禹涵爸爸

（二）趣味运动会纪律：

1. 参赛家庭及宝宝应服从、尊重裁判裁决，如有意见可由组长向仲裁组提出。
2. 参赛者应严格遵守比赛时间，三次点名不到，以自动弃权论。
3. 为使比赛顺利进行，非裁判、非参赛家庭及宝宝不得进入比赛场地。
4. 不准以任何形式弄虚作假，违者取消该项目比赛资格，扣该组10分。
5. 参赛宝宝及家庭应自觉遵守比赛规则，坚决杜绝故意犯规行为。

（三）运动会总程序：

1. 领导宣布：“冠名”鸡会趣味运动会开幕。
2. 主持人宣布：运动员入场并解说，同时放运动员进行曲。入场次序（略）。
3. 运动员入场列队，请到场领导致辞。）

4. 主持人宣布：“冠名”鸡会趣味运动会，请裁判员、运动员各就各位。（正式开赛）

5. 主持人宣布：全部比赛结束，各组重新列队，参加颁奖仪式。

6. 主持人宣布：“冠名”趣味运动会闭幕

（四）运动会比赛顺序及分组（略）

十一、运动会主要经费预算：

1、活动器材：

2、活动背景、舞台、音响：

3、宣传横幅、空飘球：

4、摄影、摄像：

5、宣传费用：

6、奖品费用：（最好能寻求由赞助商提供现金或奖品）

7、交通费用：

学生会趣味运动会策划方案篇三

趣味运动会所倡导的理念，例如：享受运动、快乐运动；我运动、我快乐、我健康；

1、主办单位：趣味运动会的主体单位

2、协办单位：趣味运动会的协助单位

趣味运动会要达到什么样的目的,包括个人的、团队的、社会的。

趣味运动会什么样的人可以参加,以及怎么报名参加。

趣味运动会怎样评比名次,包括个人奖项和集体奖项,以及各比赛名次的奖品。

趣味运动会要比赛的都有哪些项目,以及规则都是什么。

趣味运动会比赛过程中常出现的一些问题,包括易违例犯规的、不公正的、危险的等等都要事先给参赛者写明了,以免在比赛中影响比赛成绩或是出现意外情况。

把趣味运动会比赛现场需要的一切器材工具都要列出来,例如:趣味运动器材、秒表、、发令枪、哨子等等,提前准备好。

1、开幕式

- (1) 各参赛代表队入场,领导检阅;
- (2) 升国旗奏国歌;
- (3) 领导致开幕词并宣布运动会开幕

2、闭幕式

- (1) 各参赛代表队集合
- (2) 领导宣布获奖名次并给参赛队颁奖
- (3) 领导讲话并宣布运动会闭幕

学生会趣味运动会策划方案篇四

“趣味运动会”是运动会的延伸，但传统的运动项目中，大多都以竞技为目的，对参与者的体能与技巧要求特别高，需要长时间的训练，才能掌握一定的技巧，这只能适合，少数从事体育运动者。现在，就来看看一些三篇关于趣味运动会策划方案的文章吧！

为引领健康生活、展现和谐单位风采，公司决定举办第x届冬季运动会。现将有关事项通知如下：

(一)冬运会主题：

强体魄、展风采、增合力、促发展。

(二)参赛人员及组队要求：

- 1、各单位务必组织一个代表队参加运动会。
- 2、团体项目，各单位务必按竞赛规则要求的人数组队参加，否则不计算团体总分。

(三)比赛时间、地点

时间□20xx年12月

地点：公司篮球场

(四)组委会

总指挥：

副指挥：

成员：

(五) 比赛项目

健步走

项目说明：分男子、女子组。参赛人员绕篮球场走10圈(划线)，先到达终点者为胜出。(每参赛队报名人数不限)

要求：绕跑道步行10圈，不能跑，不得少圈。如有违规，则取消比赛成绩。

十人九足

项目说明：以单位组队。每队五男五女交叉排成横排，相邻的人把腿系在一齐，一齐跑向终点，用时最短的胜出。

道具：5米的绳子一根

链接加速

项目说明：各单位派6人为一组，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩构成小火车，最后一名队员也要单脚跳步前进，不能双脚着地。场地上划好起跑线和终点线，其距离为30米(以一篮球场宽为准，来回)，游戏开始时，各队从起跑线出发，跳步前进，绕过障碍物回到起点，最先到达起点的为胜。按时间记名次，按名次记分。

要求：(1)游戏过程中队员务必跳步前进，不允许松手(一向持续抬起前边的人的左腿)，以防止出现断裂现象，队伍断裂务必重新组织好，从起点重新开始游戏。如果不重新组织，继续前进，则成绩视为无效，记为0分；(2)以各队最后一名队员透过终点线为准；(3)比赛过程中，参赛队务必在规定的赛道进行比赛，不许乱道，犯规一次扣时2秒，依次累加。

送鸡毛信

依次类推，直到最后一名队员记住密码后到工作人员那里确认密码准确性。

道具□a4纸10张，中性笔一支

抢种抢收

项目说明：以单位组队，每支队伍可报5人(至少要有1名女队员)。参赛选手手持装有10个羽毛球的盘子起跑，依次放进沿途设置的10个杯子中，跑到终点后回到，依次捡起杯子中的羽毛球，放回盘子中，跑回起点交给队友，依次进行。每队五名选手，以所用时间多少进行排行，时间越少，排行越前。

要求：羽毛球必需放进杯子中，交接前盘中必需有十个羽毛球，否则成绩无效。

道具：羽毛球、纸杯、托盘若干

同舟共济拔河比赛

项目说明：每组10人参加务必有3名女队员，游戏过程以裁判口哨及指令为准、犯规者弃权。

道具：拔河绳一根

坐地起身

项目说明：以单位组队，每队五男五女共10人，用接力赛的方式。每队第一人手抱一个气球，在起跑线上一字排开。比赛开始，队员将气球抛在空中，在规定的区域内进行10米赛跑。气球可用手拍，脚踢等方式，使其悬于空中，不得用手抓住。先到达终点的队伍获胜。用手抓住气球或气球掉地的

队伍淘汰。

袋鼠跳

项目说明：以单位组队，每队10人。每组比赛四队参加，全部由男生组成。每支队伍平均分为2个小队记为a□b□相向各排成一纵队。比赛开始前，每组a队的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向b队前进，中途布袋不得脱离双腿，至b队时脱去布袋，由b队队员套上布袋向a队前进，如上述循环直至最后一名队员。

比赛过程中，如有摔倒能够自行爬起，但布袋务必始终套在腿上，如有滑落务必重新套上后方可继续比赛。从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程务必在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，以用时较短的次序排出前三支队伍。

道具：5个麻布袋

(六)报名时间：

20xx年12月日---日

(七)评奖办法

- 1、个人项目奖：比赛项目男、女均取前3名，分别设一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名。
- 2、团体项目奖：每个比赛项目取前3名，一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名。

(八)：注意事项：

- 1、各代表队务必按时到达比赛现场参加开幕式和比赛。

2、运动员要按时到各项检录处进行检录，没有向裁判请假，三次点名不到者，视为自愿放下比赛，不得再进行比赛。

3、参赛人员务必服从裁判员。

4、各项比赛均以参赛队为单位，按抽签顺序进行。

一、活动目的

为丰富全校师生课余文化生活，倡导“每一天健身一小时，健康生活一辈子”，全面推进我校健身运动的深入开展，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办趣味运动会，现制定活动方案如下。

二、活动领导小组：

组长：杨林

副组长：刘爱龙任珍云

成员：刘晓峰金建肖旭

三、活动时间和地点

1、时间：4月28日下午13：00—16：30

2、地点：校操场

四、活动资料及方法：

活动分为个人项目和群众项目。

(一)个人项目

1. 前抛实心球(男女) 2. 立定跳远(男女)

3. 1500米(男子) 4. 800米(女子)

(二)、群众项目:

1. 项目名称: 《赛龙舟》

方法: 每班报名运动员10人(至少4名女生), 配小垫子6-8块。将小垫子纵向连成一条“龙舟”在起点后放好, 运动员分别跪在各自的垫子上。裁判员发令后, 各组队员迅速爬至垫子的前沿, 最后一名队员爬至前一名队员的垫子上, 然后迅速拿起自己的垫子向前传递, 直到传给最前面的队员把垫子连起来, 构成新的“龙头”, 并向前行进。按此方法依次循环直到终点。先到达终点的组获胜。

规则: (1)、务必在小垫子上逐个依次传递垫子, 不许将小垫子抛越过前面的队员。

(2)、膝盖不能离开垫子, 身体的其它部位不能触地。

(3)、违规者务必重新传递才能够继续比赛。

(4)、小垫子务必首尾相连, 不能有空隙。

2. 项目名称: 《背球接力赛》

(1)、比赛人数及分组: 参赛队每队共10人, 分为5组, 男女各半。

(2)、比赛规则:

1) 2人为一小组, 5小组进行接力。2人不能用双手抱球, 只能用背部夹住1个篮球, 从起点出发绕过终点的标枪再回到起点, 然后把1个球传给下一组的队员, 5小组轮换后, 最快的那一大组就是获胜队。

2)注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规，都要从起点重新出发。

3、项目名称：《众人一条心》

规则：参赛者以8人为一组，男女不限，要求8人肩搭肩，从起点起跑，不可出现摔倒和放手的现象，（出现以上现象者放下比赛资格）手始终在另一个队员的肩上。哪一队所发的时间最少，哪一队就是获胜队。

4、项目名称：《滚雪球》

1. 比赛人数及分组：每队12名队员（女生至少5人），分为两组依次进行

2. 比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志

3. 比赛赛制：按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次

4比赛规则：

1)每队12人，纵队排在起点线上，发令后，各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑向终点，折转后回到起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑……依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2)回到起点的人务必手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑。

3)跑动中不限制队伍的排法，但务必是手拉手，不得脱手。

5全队人员(12人)全部超过起点才算全部到达。

6. 比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决

5、项目名称：《赶猪》

1. 比赛人数及分组：每队10名队员(至少4名女生)

2. 比赛距离：10米

3. 比赛赛制：一场决定胜负，用时最少的队伍获胜

4. 比赛规则：每个队10名队员同时站在起点处排成一列，第一名队员手持木棒，当听到裁判发令后，利用木棒将起点处的“猪”(实心球)赶至终点，然后再从终点赶回起点交与下一名队员。

6、项目名称：《小马过河》接力赛

道具：呼啦圈

规则：分四组同时进行，每一组10人参加(女生至少4人)，第一个参赛者从起点用两个呼啦圈依次向前摆放，每次参与者的双脚务必踏在圈内，以最快到达终点为胜利。依次轮流直到10人参加完毕，哪一组最快哪一组就获胜。

7. 项目名称：《障碍跑接力》

方法：每队各15名队员(至少7名女生)障碍共计五个标志杆，杆与杆之间间隔4米，起点距离第一根标志杆12米，最后一根标志杆距离折返点12米。第一名运动员手持接力棒听到指令后出发，依次绕过标志杆，到达折返点后，绕过标志物，继续依次绕过标志杆，回归本队，将接力棒传递到下一名运动员，第二名运动员继续出发。全队用时最短的为胜利队。

个性注意：碰倒标志杆的运动员，务必将标志杆恢复原样，

才能继续比赛。否则不予计算成绩。

五、参加对象：全体初一、初二在校学生

六、竞赛办法：

(一)个人项目每班限报三人，每人限报两项；群众项目按照每项要求人数报名(在总人数不变的情况下，可增加女生人数)；每名运动员包括个人项目和群众项目限报5项。

(二)报名有缺项的班级，最后计算团体总分时，按照每人扣1分。

(三)已报名的运动员不得无故缺席或弃权(因公务或伤病除外)，违者按照每人扣该队总分5分。

(四)个人和群众项目都不得冒名顶替，如有违规现象，经举报查实后，扣除该班所有分数，扣除德育量化评比10分。

七、名次和奖励办法：

(一)个人项目取前八名，计分按照9、7、6、5、4、3、2、1计入总成绩。

(二)团体项目按照14、10、8、6、4、2计入总成绩。

(三)团体前两名颁发奖状。

八、注意事项：

1、各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得随意走动，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、各班要求服装统一。任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

九、备注：本方案未尽之处另行通知，本方案解释权属活动领导小组。

为了促使单位职工激情、职责、快乐的工作，提高单位全体职工的凝聚力，向心力。特举办20xx年机关年终趣味运动会。

一、时间

二、地点：旅游局办公区域

三、参赛人员及组队要求

1、旅游局局机关所有成员，人人参与。

2、个人项目参赛，部门群众项目和部门协作项目，每人每项限报2项，因部门队员不足，经组委会同意，可兼报。

3、部门群众项目和部门协作项目参赛，按游戏规定人数参与。

四、比赛项目设置

1、珠行万里

每个队员手拿一支乒乓球拍，将乒乓球放到球拍上，绕过障碍物到达指定目的地，乒乓球不能落地。先到达者为胜。（道具：乒乓球、乒乓球拍、椅子4把）

2、套圈游戏

每人每次发五个铁环，套中目标将获得一份奖品。每人只能玩一次，重复玩此游戏者，不获奖。（道具：套圈10个、啤酒瓶4个）

3、夹乒乓球

比赛时间为3分钟，在2张桌子上各放一个小筐，里面有乒乓球的小筐放在第1张桌子，一个为空的放在另一张桌子上(距离4米)，用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球，3分钟内夹乒乓球多者为胜，途中掉到地上不允许捡起。(道具：筷子、乒乓球、小筐、桌子)

4、正话反说

选手须将主持人所念词句依照顺序反向大声念出，如主持人出题“诚信创新”选手念“新创信诚”，主持人出题“说曹操，曹操到”选手念“到操曹，操曹说”等等。选手比赛共分三轮，采用淘汰制进行。第一轮出四字题，第二轮出五字题，第三轮出六字题。三轮过后留存选手胜出。

1、毛毛虫

准备呼拉圈两个，每个部门派出三人排成一列纵队，第一个圈套在前面两人身上，第二个圈套在后两人身上，比比哪组跑完规定路线，放置障碍物。(道具：呼啦圈4个，椅子2把)

2、踩气球

每个部门选派三名队员，一名站在起点，一名站在终点(相距4米)，站在起点的队员吹气球，吹好气球后第三人拿到终点队员处，终点队员踩气球，在5分钟时间内比一比，哪个部门吹得多为胜。(道具：气球若干)

3、指手画脚

每个部门选派两名队员，一个人根据主持人手中的资料透过肢体语言向另一人表达，在3分钟时间内猜出最多的获胜。

4、心心相印

每个部门选派两名队员，背夹一圆球，步调一致向前走，绕过转折点回到起点，球掉后从起点重新开始游戏。最先完成者胜出。途中不得以手、臂碰球，如有违反均视为犯规。(道具：皮球2个)

1、盲人方阵

各部门选派两人，分派到两组，每组4人，让所有队员都蒙上眼睛，在十分钟内，将一根绳子拉成一个最大的正方形，并且四个队员分别站在四个角上。哪组先完成，哪组获胜。(道具：8米长的绳子2根)

2、抱球接力

每两部门选派两名参赛队员，每组2人，一名队员抱起3个皮球，从起点绕过终点障碍物回到起点，由另一名队员接过三个皮球，继续从起点绕过终点障碍物，回到起点的。途中不能掉球，先回来者为胜。

3、大珠小珠落纸篓

各部门选派参赛队员，每组三人，其中一人拿一个纸篓，与另两位应对面站在两条线外。一人将5只皮球分别抛入篓中，另一人将5只乒乓球分别打入篓中。拿纸篓的人能够前后左右转动身体接球，但不可过线。进球多的一队为胜。(道具：5个乒乓球、5个皮球、一副乒乓球拍)

4、袋鼠跳跳跳

各部门选派代表，每组3人，各队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后从起点出发到绕过终点回起点，其他两人逐一接力，中途布袋不得脱离双腿，先到者为胜。(道具：布袋2个)

五、奖项设置

每组比赛分为a□b两组进行比赛，比赛奖项设置为胜出奖和参与奖。

胜出奖：洗衣液/家庭装洗衣粉参与奖：毛巾/香皂

六、物品采购

道具：乒乓球若干、乒乓球拍1副、8米长绳子2根、布袋2个、铁环5个、啤酒瓶4个、皮球5个、纸篓2个、纸箱2个、气球一包、呼啦圈2个。

奖品：洗衣液/家庭装洗衣粉100份

学生会趣味运动会策划方案篇五

在都市亚健康问题这么严重的今天，很多企业都会为了员工的健康问题而选择定期举办运动会。但是如果只是单纯的举办普通的运动会，长期下来员工也会感到无趣乏味。下面是小编整理的关于趣味运动会策划方案，欢迎参阅。

一、时间：

二、地点：

体育场。

三、参加对象：

全市国有、非公企业负责人与青年员工，

四、具体要求：

以企业为单位组队，要求各单位统一着装，自带旗帜，旗帜

上标识有企业标志。

五、流程安排：

- 3、运动员代表宣誓；
- 4、裁判员代表宣誓；
- 5、领导宣布趣味运动赛开始；
- 6、各代表队退场，趣味运动会正式开始。

四、比赛项目：

集体赛： 趣味接力赛；

五、比赛方法

个人赛和老总赛同时进行，9：45开始进行集体赛。要求各参赛队伍按单位统一着装。

(一)个人赛

1、花样跳绳

比赛规则：花样分为正跳、倒跳、正编麻花三种，每种单独记成绩。比赛限时1分钟，以规定时间内跳的次数多少记成绩，中途停顿可继续进行。分16组同时进行。

时间安排：8：45-9：00 正跳比赛

9：00-9：15 倒跳比赛

9：15-9：35 正编麻花比赛

道具：跳绳(各参赛人员自带)

裁判：16人

现场仲裁(兼计时)：1人

2、企鹅漫步

比赛规则：(同上)

分16组同时进行

时间安排：8：45-9：40 比赛

一、趣味运动会的主题

趣味运动会所倡导的理念，例如：享受运动、快乐运动；我运动、我快乐、我健康；

二、趣味运动会的组织架构

1、主办单位：趣味运动会的主体单位

趣味运动会策划方案2、协办单位：趣味运动会的协助单位

三、趣味运动会的目的

趣味运动会要达到什么样的目的，包括个人的、团队的、社会的。

四、趣味运动会的参赛对象和报名办法

趣味运动会什么样的人可以参加，以及怎么报名参加。

五、趣味运动会的积分方法和奖励办法

趣味运动会怎样评比名次，包括个人奖项和集体奖项，以及各比

赛名次的奖品。

六、趣味运动会比赛项目

趣味运动会要比赛的都有哪些项目，以及规则都是什么。

七、趣味运动会项目注意事项

趣味运动会比赛过程中常出现的一些问题，包括易违例犯规的、不公正的、危险的等等都要事先给参赛者写明了，以免在比赛过程中影响比赛成绩或是出现意外情况。

八、趣味运动会器材配置

把趣味运动会比赛现场需要的一切器材工具都要列出来，例如：趣味运动器材、秒表、发令枪、哨子等等，提前准备好。

九、趣味运动会比赛时间流程

1、开幕式

- (1) 各参赛代表队入场，领导检阅；
- (2) 升国旗奏国歌；
- (3) 领导致开幕词并宣布运动会开幕

2、闭幕式

- (1) 各参赛代表队集合
- (2) 领导宣布获奖名次并给参赛队颁奖

(3)领导讲话并宣布运动会闭幕

【范例】

为了提高员工身体素质，活跃业余文化生活，经工会委员会全体(扩大

)会议讨论通过，举办*有限公司系统第四届职工运动会。

运动会安排足球、篮球、羽毛球、乒乓球、网球、扑克牌、拔河、田径等8类比赛。拟于7月至11月进行，11月初举办运动会闭幕式(不举行开幕式)。本届运动会由公司工会负责总体策划，具体竞赛事项由营运单位工会负责协办。*公司工会负责组织田径、拔河比赛，**大桥公司工会负责组织足球比赛，**段公司工会负责组织羽毛球、网球比赛，**公司工会负责组织扑克牌(拖拉机)比赛，线公司工会组织乒乓球、篮球赛和闭幕式。

足球

篮球

乒乓球

羽毛球

网球

田径

拔河

扑克牌

男子

男子七人小足球

男子篮球

男子乒乓球

男子羽毛球

男子单打

男子田径

男女混合

不分男女

女子

女子篮球

女子乒乓球

女子羽毛球

女子单打

女子田径

组织：1、成立运动会组织委员会，组委会领导成员为：名誉主任：主任：；副主任：；组委会成员为：。

2、组委会下设办公室和仲裁委员会，负责运动会总体组织、最终仲裁、裁判员和运动员资格审查、后勤保障、宣传和精神文明建设等事宜。

办公室主任： ;副主任： 。 办公室成员： 等。

仲裁委员会，由组委会办公室主任、副主任和裁判员等组成，仲裁委员会是本届运动会的最高仲裁机构。

3、协办比赛单位工会分别成立筹备组，筹备组人员由各承办单位工会安排。按上述

计划负责竞赛项目的组织、场地安排、安全、医护、裁判以及比赛工作，并向各单位提供比赛秩序册和闭幕式方案。

各协办单位工会请于6月30日前，将承办项目的详细比赛规则制定出来，一并报运动会组委会办公室。

4、闭幕式举行男子篮球决赛，其他项目都在闭幕式前决出名次。闭幕式由线公司工会承办。

原则：本着友谊第一，比赛第二的原则，所有参赛队伍和队员都要服从裁判和竞赛组委会的安排。如代表队或运动员对比赛结果和安排有异议的，要通过领队和总领队向组委会或仲裁委员会提出，不得在比赛场地起哄闹事。组委会或仲裁委员会对不服从管理的队伍或队员可以发出警告直至取消其比赛资格。各参赛队伍和队员要发扬奥运精神，争做精神文明的典范。按**公司本部、**有限公司、筹建处等9个单位分别组队报名。各单位要成立体育代表队，设总领队，负责本单位比赛的一切事务。各单位由工会组织本单位员工进行选拔、组队，每个项目必须有运动员、领队(可以由运动员兼任)，于6月30日前将参赛人员名单报组委会审批。

各单位参赛运动员名额：

足球：每单位一队不超过14人(含领队、教练)，设甲级组、乙级组。

篮球：每单位男队不超过14人(含领队、教练)，设甲级组、乙级组；

每单位女队不超过14人(含领队、教练2人)。

乒乓球、羽毛球、网球三项设青年组和中年组、女子中年组，凡年满35周岁以上，可参加中年组比赛，报名人数不限。为鼓励参赛，奖励名额可适当增加。网球项目**公司可多报人数。

乒乓球青年组：每单位男队不超过10人(含领队、教练)；

每单位女队不超过10人(含领队、教练)；

设混合团体、男子单打、女子单打；

乒乓球中年组：设男子单打、女子单打。

羽毛球青年组：每单位男队不超过10人(含领队、教练)；

每单位女队不超过10人(含领队、教练)；

设混合团体、男子单打、女子单打；

羽毛球中年组：男子单打、女子单打。

网球青年组：每单位男队不超过10人(含领队、教练)；

每单位女队不超过10人(含领队、教练)；

设男子单打、女子单打。

网球中年组：男子单打、女

子单打。

田径：各单位限男队9人，女队9人(含领队、教练)；

其中：男子1500米：各单位不超过5人；

女子800米：各单位不超过5人；

4x100米接力：各单位男女各1队；

拔河：各单位一队限男10人，女5人(广珠北段公司不参加)；

扑克牌：各单位不分男女不超过11人(含领队)组5对以下；

资格：参赛人员必须是在公司系统聘用的正式员工(xx年5月1日前聘用)，临时招聘者不得参赛。1971年1月1日前出生的参赛选手可参加中年组比赛，以身份证为准。严禁从外单位借运动员参赛，如发现作弊行为，取消比赛成绩，并通报批评。

所有参赛选手比赛前必须提供身份证、工作证备查，以便竞赛裁判组验证。

比赛：各单位工会按比赛日程安排表进行比赛。日期为7月至11月。

分甲级、乙级队，其中*公司参加甲级队比赛，公司系统其他单位参加乙级队比赛。乒乓球、羽毛球、网球分青年组和中年组分别进行比赛。拔河由本部共8支代表队进行比赛。

各比赛项目日期安排如下：足球9月，篮球9-10月，乒乓球8月，羽毛球9-10月，网球10-11月，田径10月，拔河10-11月，扑克牌7月。具体比赛日期和比赛时间，由各协办单位竞赛筹备组提供的比赛秩序册为准。如遇特殊情况，可适当调整。

裁判：足球、篮球由各协办单位负责聘请具有三级以上裁判资格人员担任。其他项目由各单位安排合格人员提供给组委

会，根据需要选派。

奖励：9项集体项目奖励前三名，包括奖杯、奖金；球类个人项目奖励前四名，其它项目视参赛人数奖励前3-6名，包括证书、奖金。另设精神文明奖1—2项。

其他：邀请上级领导单位及兄弟单位有关方面的同志作为嘉宾指导

一、活动背景

为了增强各个部门及车间的凝聚力，展示出兄弟职工的竞技热情和精神风采。以健康向上，充满活力的精神面貌树立兄弟集团形象，并培养团队合作精神，提高服务意识，用健康的身体素质和心理素质投身于工作中，特举办此次运动会。

二、活动意义

提高员工的身体素质，丰富员工的娱乐生活，加强同事之间团队合作精神。

三、活动名称

兄弟集团职工趣味运动会。

四、活动主题

娱乐身心、展示职工风采。趣味运动会策划方案五、活动简介

(四)比赛项目：

1、趣味障碍接力赛 2、螃蟹接力赛跑

3、托乒乓球球30米赛跑 4、袋鼠跳接力赛 5、二人三足 6、

企鹅漫步

7、百米木门设计赛 (五) 参赛规则:

全厂人员按所在岗位分为五个队，分别为蓝队、红队、绿队、黑队、白队五队(队员按服装颜色区分，队服自备)。

名队员都能够参与。并提前将参赛队员名单上报筹备组(企宣部)。

(六) 奖励规则:

比赛采取积分制，积分居多者获胜，前3名将获得丰厚大奖，第一名完全符合比赛规则积30分，第二名积20分，第三名积10分。

六、比赛项目及规则 1、100米障碍接力赛

道具：接力棒、凳子、绳子

参加人员：分2组*5人*5队=50人，男女各半

比赛规则：比赛开始前每队各出一人手持接力棒站在起跑线上，裁判发令后运动员开始跑。途中运动员需绕过凳子、钻过绳子，到达场地另一端下一个人接上。如此最先到达终点的为获胜者。

参赛人员：分2组*5人*5队=50人，即每队出10人参赛，男女各半 规则：

1) 参赛队员1男1女为一小组参赛，赛道长20米，接力折返。

2) 听到预备信号时，同组两人背对背用躯干夹抵住球，开始信号后，两人像螃蟹状横着向前跑，人完全过线后将球交予下组队员，折返回起点，如此往复，先完成的三队获胜。

3) 听到开始信号夹好球后方可离开起跑线

道具：乒乓球拍5个，乒乓球5个。

参赛人员：分2组*5人*5队=50人，即每队出10人参赛，男女各半 1) 参赛顺序：第一、二组为男队、第三、四组为女队。

2) 听到预备信号时，一手握球拍将乒乓球放到球拍上，听到开始信号后，开始跑，先到达终点者获胜。

3) 托球跑时中途球落地，必须从落地处捡起才能继续进行。落地视为犯规，犯规三次出局。

4) 手握球跑者取消比赛资格。 4、袋鼠跳20米接力赛 道具：麻袋5个。

参赛人员：分2组*5人*5队=50人，即每队出10人参赛，男女各半 规则：1) 女队员在起点线、男队员在终点线。第一位队员将双脚套在麻袋内，用手提着。比赛开始，双手提着袋口向前跳，沿跑道前行20米，通过终点线后将麻袋交给同组女队员，重复前过程，如此往复，先完成的三队获胜。

2) 比赛中途跌倒，可爬起继续。

参赛人员：分3组*2人*5队=30人，每2人为1组，每队各选6人，男女各半。

规则：

1) 参赛队员为1男1女，2人并排站立，男女队员的右脚和左脚绑在一起。 2) 比赛开始，2人齐心协力向终点跑，先完成的获胜。 6、企鹅漫步15米。 道具：球5个 参赛人员：分3组*1人*5队=15人，每组5人进行比赛。

规则：需要两腿，两手臂夹着三个排球，以企鹅的姿态行走。

每个队员15米，一共三十米，最先完成到达终点者获胜。

7、百米木门设计赛

道具：硬纸板5个，白纸若干张，笔5支。

参赛人员：分3组*1人*5队=15人，每组5人进行比赛。

规则：听到预备信号后，在起点开始起跑，中途时由工作人员高举出题牌，队员根据题牌上面的提示，完成设计图，最先完成到达终点者获胜，交白纸者第一无效。

七、活动安排

(一)前期工作安排 1、宣传安排：

海报宣传：将海报张贴在各车间通道处 厂报宣传：在兄弟风采上刊登相关活动信息 现场报名宣传：活动前各组组长要将通知下发给每名员工，然后统计好申报项目名单于活动前一周上报至企宣部。

2、准备工作

1)设计3张海报，横幅1条

4)购买活动所需物品，并记录 5)做好领导的发言稿 6)安排好相关的工作人员 总指挥：

负责运动会的全局工作

副总指挥：

协调好总指挥的指令，负责运动会的全局工作

总裁判长：

1、负责组织、协调运动会有序进行，会同相关组处理突发事件 2、关心爱护队员

3、遵循客观公正、公平的比赛原则 4、遵守比赛规则记录好成绩 终点裁判长：

工作认真、主持正义

发令员2人，看起点指挥1人 要求：裁判旗，拉线、发令枪
筹备宣传组：李丽达

1、准备有关条幅、标语和文字材料

2、摄影摄像 终点记录组：于春莲

记录好每场的比赛成绩，统计出各组的总分，并排出名次。
物品、奖品采购组：刘丽

负责获奖人员的奖品准备及所需器材准备 后勤保障及会场布置组：刘立新、王东华

场地划分，各种器材准备(地面划线可考虑先清理好地面，然后用宽纸

胶带粘贴在地面，1是方便易操作，2是用石灰粉后期不好清理，纸胶带能揭下来)

检录组：

负责运动会时意外受伤人员的简单医务护理。 发奖组：刘丽

负责运动会各类获奖情况的及时统计、公布，证书奖品准备和发放

(二)大会流程安排 1、领导致辞开始

2、赛事开始

3、颁奖典礼

八、活动主要细节

1、场地布置：搬椅子、桌子、收场工作

2、会场服务：引导领导及各队到指定位置，维持好现场的秩序。 3、裁判提前分工好，做好比赛记录。

4、突发事件由负责该区域的负责人及时处理。

5、收尾工作：工作人员首先把自己负责的工作完成，工作人员一起清场，带走垃圾。

九、活动经费预算(待算) (一)所需物品：

接力棒、凳子、绳子、大球5个、乒乓球拍5个、乒乓球5个、麻袋5个、绳带5条、球5个、硬纸板5个、白纸若干张、笔5支、条幅、海报。

初计350元

(二)所需奖品： 1、个人奖

2、团体奖

一、二、三等奖颁发证书*10=30元 3、组织策划奖

6名队长+策划人=7*100元=700元 4、工作人员纪念奖

以16人为计*25元=400元 累计费用：6000元左右

十、后附：队员申报项目报名表

队员申报项目报名表

申报项目统计表

开幕式流程 时间： 地点：

- 1、 候场：全体员工按照事先分好的五组，纵向排列，组长和副组长站最前排。等候。
- 2、 主持人邀请公司领导入场，并致开场词。 3、 由公司领导讲话。 4、 由裁判员代表发言。
- 5、 由主持人宣布趣味运动会开始。

闭幕式流程

时间： 地点：

- 1、 主持人宣布闭幕式开始
- 5、 宣布第一届春季趣味运动会闭幕。

十、注意事项

- 1、 比赛中应绝对服从裁判判决，若有异议，可申诉至评委组进行判定。 2、 参赛队员应听从工作人员安排，在指定时间和规定场地进入比赛区域，无故迟到五分钟以上，视为放弃比赛。
- 3、 参赛队员比赛中应注意安全，并遵从“友谊第一，比赛第二”的原则。 4、 组长应合理组织本组队员参赛，使每名队员都能够参与。并提前将参赛队员名单上报筹备组(企宣部)。