

最新工会职工运动会的活动方案 工会运动会的活动方案(大全8篇)

在竞争激烈的市场环境中，广告策划能够帮助企业突出自己的特点，与竞争者区分开来。以下是一些经过实践检验的调研方案，希望能给正在准备调研的你提供一些参考和启示。

工会职工运动会的活动方案篇一

20xx年7月15日

待定

公司部门代表队、傲城代表队、公园1903售楼部代表队、公园1903圣维望代表队、彼岸代表队、护卫部代表队（人和苑管理处除外）

各单项活动比赛顺序由工作人员在比赛开始前组织抽签。

XX

（一）、男子篮球赛：男子篮球赛由各代表队组成6只参赛队，按照篮球比赛规则进行循环赛，时间为10分钟每场，首先进行积分赛，各队分别与其它队比赛一场，赢队积3分、输队积0分、平局各积1分。然后按照积分的排名，由排名第一的队和排名第二的队进行决赛，争夺一、二名。由积分排名第三和第四的队争夺第三名。若出现积分相同的两个队，则按其在积分赛时的胜负关系决定其排名。

（二）、拔河：各代表队组织一个10人的'拔河队（男女各5人），每场比赛、采用三局两胜制。胜进入下一轮比赛，负者被淘汰，直到决出冠军。

（三）、集体跳绳：每队10人，至少有3名男选手。比赛时，每队任选2人甩绳，其余8人站成一排，每队只有一次比赛机会，比赛时间为3分钟，记录员记录每队比赛成绩，在规定时间内按跳绳次数多者胜出。

（四）、结对而行（6人5足）：每个参赛队6名运动员（3男3女），第一名运动员右脚与第二名运动员左脚绑在一起，第二名运动员右脚与第三名运动员左脚绑在一起??以此类推，6人在一起从起点向终点（距离20米）走或跑过去，到达终点后绕开障碍物后在回到起点，以最终回到起点的先后顺序进行排名。若比赛过程中某队中途绳子松开视比赛成绩无效；每队有2次比赛机会取其中最好成绩。

（五）护卫队列训练表演：5个代表队选派8名队员参加比赛，比赛内容：稍息、立正、向左、右看齐、起步、正步、跑步、车辆引导手势（左行、右行、前行、停车、倒车）。表演结束由公司领导、品质部统一评分后，决出前三名。

运动会经费安排本着既节约又能调动参与人员积极性的原则，确保运动会规模上档次，有成效达目的，现将经费预算如下：

（一）、器材费1000元

（二）、奖品或奖金

1、男子篮球为集体项目：参赛人员较多，场次较多，取前三名，其奖品及奖金预算为1900元。（一等奖800元、二等奖600元、三等奖500元）。

3、拔河为集体项目、队列训练表演项目。参赛人员较多，取前三名，其奖品及奖金，预算为3000元。（一等奖600元、二等奖500元、三等奖400元）。

4、集体跳绳、结对而行比赛项目各取前六名，共2项6组，每

个项目奖品及奖金为900元。（一等奖一名400元、二等奖二名300元、三等奖三名200元）合计1800元。

5、大会设优秀组织奖和体育道德风尚奖，其奖金各为600元，合计：1200元。

6、其他费用（包括奖状、饮用水等）2400元

以上经费预算合计为10300元。

原则：每项比赛结束后，现场记录比赛成绩，随即奖状及奖金，本次活动不以竞技为主，贵在人人参加，活跃公司企业文化活动气氛，争强团队合作精神，为把本次活动组织有序，特成立以下组织：

a□奖金颁发组：

组长：

组员：

任务：完成每一项比赛获奖队伍奖金颁发

b□活动监督组：

组长：

组员：

工会职工运动会的活动方案篇二

本院运动会即将来临，通过趣味运动会丰富多彩的内容形式使每位同学积极参与其中。本次活动本着以丰富同学们课余生活的主旨，以选拔优秀运动员为院运动会准备为主要目的，

希望各位同学积极报名主动参与；于此同时促进同学间交流，加强班级间互动，创造出和谐欢乐的班级氛围。

20xx年3月17日星期四，下午3：00——5：00

西区体育场

三班班委

1、100米敏捷测试

2、200米耐力敏捷性测试

3、三级跳远

4、立定跳远

5、乒乓至准

6、100米三足协同跑

7、跳绳接轮

8、拔河比赛

1、班委提前十分钟到，做好比赛事项的准备；

2、所有同学到时要签到

3、比赛期间注意安全

4、穿运动衣、运动鞋

5、每人至少参加三项

班委记录成绩，参与的成员要尽量展示自己的体育特长，尽可能的参加所有项目。

参加完五项的同学可凭纸条兑换奖品

三班文娱委员

工会职工运动会的活动方案篇三

一、活动目的：

为了丰富广大教职工的校园生活，营造健康文明、积极向上的校园氛围，增强教师间的凝聚力和合作意识，促使教师身体素质着实发展，特举办此次运动会。

二、活动时间□20xx年12月28日（周六）早上9：00

三、活动地点：第二幼儿园

五、活动准备：

六、活动项目：

七、积分制介绍：

运动会总计按集体分数记录，每项比赛设立4个名次第一名4分、第二名3分、第三名2分、第四名1分备注：如有出现并列名次则将后一名次推后一名记算。

八、注意事项：

1. 友谊第一，比赛第二，确保安全。
2. 本次活动要求每位老师参加。

3. 比赛前，每位老师要穿好适合运动的鞋子，以防运动受伤或突发事故。

4. 活动当天请全体老师都要穿园服。

九、活动项目方法与规则：

（一）、滚雪球比赛方法：

1、参赛队每队24人，每队中再分成3小队进行比赛。两小队站在起点，发令后，各队第一位迅速向前跑去，跑到终点绕回来在起点与第二为选手手拉手一起跑，跑到终点再绕回来一起拉第三为选手一起跑……依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2、跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

3、跑动中必须拉手中的全部选手到达终点才算完成任务。

比赛规则：场地长约30米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。全队人员（22人）全部超过起点才算全部到达。比赛中应绝对服从裁判，比赛结果按小队赢的多的为本项目的胜者。

（二）、千足侧行比赛方法：参赛队每队20人（至少5名女性），分2排每排10人，两排背靠背站立，每排队员上臂与相邻人员互相紧扣，两排最左端两人、最右端两人上臂紧扣，听令声侧向从起点开始移动30米，最后一个到达终点时计时决定胜负。

项目：心灵手巧器材：弹珠数个，碗10个，小木棍5双人数：共5支参赛组，每组8人按一定顺序比赛（每队至少一名45岁老师参加，男女不限）地点：南操足球场简介：该项目为以考验耐心的趣味性项目，项目在田径场跑道上进行，赛道长5

米。发令前, 每组队员做好准备工作, 发令后, 由每一组出一个人用筷子夹上弹珠跑到终点, 到了终点将弹珠放在指定地方后快速返回将筷子交到下一位, 后面以此类推。

规则: 只能用筷夹起弹珠, 严禁用手。如果中途弹珠掉地, 需回到终点处重新夹起, 重复上述操作, 直到将弹珠顺利夹到终点的碗里。

评分: 每组按到达终点先后顺序依次得分5分、4分、3分、2分、1分?项目: 长绳接力跳器材: 5根长绳场地: 南操足球场人数: 共5队参赛队伍, 每队限7人参加(注: 参赛人员中2名为舞绳人)简介: 该项目为体能及技能偏重项目, 在南操场划分五组5米×8米平整场地, 赛前由五组两名舞绳人持绳站好, 其他每组参赛选手排成一排站在每一组舞绳人的同一侧做好准备, 听裁判员发出“预备”口令开始摇绳并参赛人员开始跳, 比赛时由参赛的5名选手每人以第一次跳5个, 第二次4个, 第三次3个, 第四次2个第五次1个的形式参赛, 直至最后一名参赛者跳出绳圈结束比赛。

规则: 比赛期间如前面的人没跳完时后面的人不能进入绳圈中, 在比赛的过程中出现任何个人接跳失败那么这位选手出绳, 则所跳个数记为零, 重新开始跳并完成所需的个数, 直到该项比赛全部结束为止。评分: 每组按到达终点先后顺序依次得分5分、4分、3分、2分、1分2、2分钟集体跳长绳方法与规则:

a□抽签决定分3组, 每组为一个团队, 在规定时间内, 跳绳数量最多为胜者。

b□裁判宣布比赛预备, 开始摇绳, 裁判鸣哨开始计时, 全体一起跳, 不是一个一个进去。

项目: 送鸡毛信器材: 计数牌10个记号笔5支人数: 共5支参赛队伍, 每队4人参赛(限2男2女)地点: 南操足球场简介:

男士赛道长100米，女士赛道长80米，听到比赛开始的信号后，记熟由场务发放的数字（10位数数字），记熟数字后先由男士进行100米跑，回到终点后写出自己开始所记忆的数字，然后又由女士按相同方式进行比赛，先男士比赛待男士完成后女士继续参加比赛，准确无误之后停表，如男（女）士书写错误则需要回到起点从新记忆，记熟数字后再次回到终点书写，直到正确为止。

- 1、筹备组提前到达活动地点布置好活动现场，调试好音响以及清点活动器材。
- 2、各组组长召集教师，整队入场。
- 3、由主持人介绍到场参赛队伍。
- 4、全体做准备活动。
- 5、啦啦队入场表演。
- 6、按运动项目有序进行比赛。

工会职工运动会的活动方案篇四

为了活跃校园文化生活，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经学校行政研究决定，在学生运动会后由工会及教导处、体育组共同举办教师趣味运动会。

总裁判：

裁判：

记录：

照相：

摄像：

20xx年3月23日（星期五）下午四点

学校操场和体育馆

全校教职员工

投乒乓球进篮、双手托羽毛球、运篮球投篮接力、打保龄球
以年级组为单位，记团体积分。

1、投乒乓球进篮

每队4人，每队一名运动员持6只乒乓球跑xx米至终点线，向距终点线外2.5米处的.篮筐内用手逐只抛投乒乓球进篮(脚过线犯规)，无论是否进筐，每只乒乓球只允许抛投1次。6只球抛投完毕，拿球跑回起点线，与第二名队员击掌后，第二名队员方可接力，如此反复，直至4人全部完成。每队总限时4分钟，以限时时间内各队进篮筐乒乓球总数计算名次。如进球数相等，则以用时少的队名次列前。超时则不计成绩。

2、双手托羽毛球

每队4人，第一人双手托着乒乓球拍，球拍上有一个羽毛球沿跑道前进xx米至另一端，绕过标志后返回；第二人接棒后重复前过程，如此循环，用时少的队名次列前。比赛过程中，中途如果羽毛球掉在地上，必须捡起羽毛球回到掉落点重新出发。

3、运篮球投篮接力

每队4人，第一人从篮球场的中场线开始运球投篮（投篮方式不限），球投进后运球返回中场线，与下一人击掌后；第二

人重复前过程，直到第4个人将球投中后，运球返回终点线，用时少的队名次列前。

4、打保龄球

每队4人，4人同时进行。距投球线外7米，按倒三角形状放置10只矿泉水瓶作为击打目标，运动员在投球线处手持篮球滚射目标（滚射方式可单手可双手，但不允许用脚），每人滚射2次。以每队4名队员击倒矿泉水瓶总数计算名次。

根据各队所取名次，每个项目按1、1.5、2、2.5、3、3.5、4、4.5、5、6、7计分，本次运动会只设团体奖，按积分多少取前三名，其余队伍为优胜队。

工会职工运动会的活动方案篇五

为了活跃校园文化生活，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经学校研究决定，在学生运动会后由政教处、体育组共同举办教师趣味运动会。

裁判：徐景彭跃彬徐壮记录：刘雪飞照相：潘璐露

三、活动时间：

20xx年5月24日（星期五）下午四点

学校操场

全校教职员工

五人六足、挤牛奶

五人六足：参赛者以办公室为单位

挤牛奶：每队8人，每组一名队长

小学部语文

一、二年级老师一组；队长：

小学部语文三——六年级老师一组；队长：

小学部数学老师一组；队长：

小学小科老师和英语老师一组；队长：

七年级一楼老师一组；队长：

七年级二楼老师一组；队长：

1、五人六足

各队用布带子把两人的异侧脚（一人左脚，一人右脚）的踝关节绑在一起，互相搂肩，准备起跑，必须在起跑先后把脚绑好不准抢跑，跑到终点为胜出。参赛者以办公室为单位，选出5人参赛，以时间快慢进行排名。取前五名。

2、挤牛奶

每队8人，每个队员相距两米，第一个队员手拿海绵沾水后专递给下一个队员依次传递下去，最后一名队员把海绵里的水挤到啤酒瓶子里，然后依次传递回去，时间三分钟，最后瓶里多水多者为胜。

工会职工运动会的活动方案篇六

一、主办单位：

金堂中学外国语实验学校工会

二、活动目的

为丰富我校教职工业余生活，缓解教职工教学紧张的压力，增强工会的凝聚力，增进教职工之间的交流和友谊，提高教职工身体素质，促进教职工身心健康，培养教职工对体育的兴趣，坚持“友谊第一，比赛第二，重在参与”，提高教职工、和的. 竞技水平，为创建和谐校园营造良好的氛围。

三、组织机构

1、比赛领导小组

组长：唐中福

组员：刁其刚金洋琼吴晓敏肖永余年级正副主任

2、比赛工作组

组长：古代永

副组长：周玉

组员：体育教师

篮球比赛负责人：刘波

迎面接力、跳绳负责人：周玉

羽毛球比赛负责人：杨国平

乒乓球比赛负责人：王文贵

四、参赛人员：

全校教职工

五、参赛办法

1、篮球、跳绳、迎面接力：

(1) 采用团体比赛形式，

(2) 设奖：第一名1000元，第二名800元，第三名700元，第四名600元。

2、乒乓球、羽毛球：

(1) 采用个人单打形式，分男、女单打。

3、设活动参赛奖：

六、比赛时间、地点

比赛时间：

(1) 11月24日—12月28日，篮球、羽毛球和乒乓球

(2) 12月31日，迎面接力、跳绳比赛

七、比赛要求

1、篮球、乒乓球、羽毛球及迎面接力、跳绳负责人制定好本类比赛的规则。

2、坚持活动不影响教学的原则，一般安排在活动课进行，力求人人参与。

3、学校工会委员、年级正副主任全程参与，做好相关组织工作。

工会职工运动会的活动方案篇七

团体项目：拔河、双龙戏珠接力赛、六人五足、摸石过河

(一) 组织机构

(二) 竞赛规则

a□拔河道为场地上画3条直线，间隔为200cm□居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队选手以及裁判等工作人员以外，其他人员一律不得进入拔河道。

b□比赛开始前，各队按照比赛的要求准备好，比赛开始后，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

c□比赛不限制时间，一直到能判断胜负为止；比赛分淘汰赛、决赛。

选手：每队20人(其中女同志不少于6人)分为两组依次进行规则：

1、各队分成两大组分别站在东西两侧，每次由两名队员背对背夹着篮球，听到开始信号后，从起跑线起侧前移动，到达终点线后，在交界区内拿下篮球交给下一组队员(其他队员不能帮忙)；以此类推，以最后两人冲过终点线为结束比赛，以时间多少排列最终名次。

3、若有用手托(扶)或没有在交界区交接者按每一次犯规加时2秒计入比赛成绩。

6名队员横向排成一排，用绳将相邻两名队员的脚绑在一起，跑完全程，全程约为30米。在15米处，将横向放置若干气球，参赛队员在行进过程中必须踩破所有气球并到达终点方才完成比赛。整个过程中绳子不能散开，如途中绳子脱落需系好绳子再继续比赛，否则取消比赛成绩，用时最少队获胜。

参加人数：每个参赛单位选派二支队伍，参赛人数为6人，男女不限。

每个运动员二块砖头，放在起点线后沿(纵向放置)，听到裁判员发出“各就位”口令后，运动员两脚站在两块砖上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起动，提起左脚(左右脚可自定)，用手拿起原左脚踏的一块砖头，并放置前方(距离自定)，左脚踏上前方砖头，提起右脚，用手拿起原右脚踏的一块砖并放至到前方(距离自定)，右脚踏上前方木砖头，这样依此前进，直至最后一块砖头用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。每10人一组参加比赛(其中必须有2名女性)。

- 1、按照各单项竞赛规程规定的竞赛办法进行比赛；
 - 2、每位运动员只参加1个项目的比赛；
 - 3、运动员不得无故弃权(因公务或伤病除外)。
 - 4、参赛队员能遵守比赛的相关安全要求，不发生任何意外情况。
 - 5、各队应该积极配合竞赛活动工作人员开展竞赛的相关服务工作。
 - 6、参加活动有始有终，无中途无故退场现象。
 - 7、每位同学要保持现场清洁卫生，所在场地不留下任何垃圾。
- 1、团体总分取一等2名(各奖500元)，二等2名(各奖400元)，三等2名(各奖300元)。
 - 2、每项得分为(每分奖50元)：第一名7分，第二名5分，第三名4分，第四名3分，第五名2分，第六名1分。总分取单项总和，总计奖励金额为：3500元。
 - 3、得分相同，看每个项目的小分。

4、每个参加运动会的队员发纪念品一份。

工会职工运动会的活动方案篇八

为了加强公司精神文明建设和企业文化建设，丰富员工体育文化生活，活跃公司运动文化气氛，提高公司全体员工的凝聚力，向心力。我公司将举办首届趣味运动会，现将有关方案制定如下：

团结、合力、拼搏、超越

（一）运动会组织委员会名单

1、名单：组长：李阳

组员：徐睿、张力、许凡、李忠瑞

2、职责：组长负责活动的组织领导工作和对各筹备中有关问题的最终裁决。

（二）由活动承办方组织专业体育裁判小组，并由办公室负责安排现场监督员。

（一）时间□20xx□9□24上午8：00—12：30

（二）地点：合肥市体育中心（地址：合肥市庐阳区阜南路40号，电话：（0551）62656154）

（一）活动流程

8：00所有现场布置设备安装等准备工作完毕

8：10召开赛前领队会议

- 8: 30各参赛队列队就位，运动员入场仪式
- 8: 50奏国歌
- 8: 55主持人开场词
- 9: 00集团领导致辞并宣布运动会开幕
- 9: 10运动会各比赛项目正式开始
- 12: 00各比赛项目结束，裁判员统计分数及公布名次
- 12: 10颁奖仪式开始，集团领导为获奖者颁奖并合影留念
- 12: 30集团领导致辞并宣布运动会圆满闭幕

（一）计分方法

各比赛项目第一名计3分、第二名计2分、第三名计1分。比赛完成后，按得分从高到低排名。如果出现分数相同，则按照每队获得冠、亚、季军的次数，多者排名靠前，决出先后顺序。

（二）奖项设置

1、团体奖

- （1）团体冠、亚、季军各1名

奖金设置：冠军队10000元，亚军队8000元，季军队6000元

2、单项奖

- （1）最佳队长奖4人（不在冠亚季军队中产生）

(2) 最佳队秘奖2人

(3) 勇士奖4名

(4) 最佳合作奖2组（在比赛项目“快乐的痛”、“齐心协力”中，14组中计时最短的4人组得胜）

1. 各队在比赛之前熟悉比赛规则，并分配好各项比赛队员；

3. 进场举牌的队员，赛前每队自选决定；

4. 各队口号2句8个字的，注意喊口号时重复一遍；

5. 比赛当天8:15分之前各队列队完毕候场，请注意安排时间，不得迟到。