

2023年写作竞赛活动方案 班级篮球比赛 活动方案(通用5篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

写作竞赛活动方案篇一

为了配合学生体育发展的引导，积极参与学校的体育活动，希望通过本次比赛发掘运动人才，充分展示学生的活力与激情。

为了丰富同学们的课余文化生活，带动青春气息，培养同学们的个人爱好，激发同学们参与活动的热情。通过这次比赛，达到增强同学们凝聚力，使同学们更加团结、关系更加融洽效果。同时也为我系篮球方面的人才提供一次表现自己的好机会。

运动——由你做主

1、比赛人数规定

(1) 每队由10名队员组成

(2) 每队报一个10人的详细名单，联赛开始后，名单不能进行补充或更改。未经报名的球员，不得出场比赛。

(3) 球队如有未经报名或不符合规定之球员出赛时，一经发现或经检举属实者，严厉批评。

2、比赛赛制：

分为单循环和冠亚军决赛两个阶段。

(1) 单循环赛□(a□b组，每组三支队，各小组的第一名进入决战阶段争夺总冠军)胜一场积2分，负一场积1分，弃权积0分。

(2) 单循环赛积分相同情况的判决：

a□以全部比赛的净胜分为标准，多者名次在前。

b□如净胜分相同，以队与队间的胜负关系决定。

3、比赛规则：(除以下特殊规则外，比赛均按照最新国际篮球竞赛规则执行。)

(1) 时间：本次比赛采用男子4-10分钟的比赛模式，第一和第二节、第三和第四节中间的休息时间为2分钟，半场的休息时间为5分钟。

(2) 计时：罚球、换人、场外暂停停表，在第四节最后1分钟停表。其他均不停表。(裁判要求停表的情况除外)

(3) 球权：本次比赛仅第一节跳球。在比赛过程中是采取球权轮替制。

(4) 加时赛：4节比赛结束后若仍未分胜负，休息两分钟时间进入一次或多次的五分钟延长赛，接续第四节进攻的篮框(即不用交换场地)。

(5) 暂停：每队上半场(即一、二节总的时间)总共可以请求两次暂停;下半场(即三、四节总的时间)总共可以请求三次暂停，每一延长赛可以请求一次暂停。暂停的申请人为队长。

(6) 违例：使用24秒进攻、7秒前场和3秒区规则。

(7) 换人：当球呈死球状态时，双方皆可请求换人。欲换上场的`选手必须先通知纪录台，至纪录台前或两侧，到下一个死球或暂停方可依从裁判的手势上场进行换人。第四节最后二分钟及延长赛最后二分钟在球中篮后，除非裁判停止比赛或非得分队请求球员替补，得分队不得请求球员替补。

(8) 犯规：球员犯规满五次必须离场，该队换上一名替补球员上场。全队每节满四次犯规进入加罚状态。

4、服装：

(1) 每队每场比赛着统一颜色衣服。

(2) 穿着适用于比赛的鞋和袜子。

20xx年9月17日

一般活动地点可以选择的是：篮球场

学生

写作竞赛活动方案篇二

1. 比赛具体时间安排：

5月25日：第一节课一年级；第二节课二年级

5月26日：第一节课三年级；第二节课四年级

5月27日：第一节课五年级；第二节课六年级

2. 上课铃响，班主任组织学生进场，按照抽签的顺序站好，一个班级演唱时，同年级其它班级安静认真观看。

3. 学生上、下台阶的顺序：

写作竞赛活动方案篇三

为了营造一个积极、健康、热烈、活泼、朝气蓬勃的校园环境，在活动月来临之际，为增强学生的体质，丰富同学们的课余文化生活，我院学生会策划组织20__年度篮球联赛。

为同学们打造个互相交流、互相学习的平台，树立大学生内练素质，外树形象的. 岁月，展现大学生的运动风采。

山东建设学院

于11月10日将通知发送到各个班，由各班负责组织参赛队。

1、参赛单位：各个班

2、参赛资格：凡属本班，体质良好者

3、参赛人数：每队领队一人，教练一人，运动员5人

4、报名日期：11月10日-11月15日

1、采用“三人制”篮球赛的比赛规则

2、比赛为单循环方式，所有参赛队均能相遇一次，最后按各队在全部比赛中的积分排列名次。

3、计分方法：

(1)胜一场得2分，负一场1分，积分多者名次列前。

(2)如果两队积分相同，则按两队在同阶段比赛中所得比赛分数。

各队服装必须整齐颜色一致，服装要有号码，号码必须清楚。

1、每队至少有三名参赛队员，每场比赛每队可以只上两名队员，但不准仅有一名队员。

2、比赛开始后不准更换原有队员，否则取消参赛资格。

3、比赛换人没有限制，但仅在死球或半场结束时才能换，进球也可以换人。

4、进球后换发球。

5、一方投篮未进，由队方抢到篮板球后，则需退到三分线后再进攻。

6、每次换发球

发球方必须退到中场后再进攻。若发球方没有退到中场或发球时踩线，此次发球不算并换发球。不允许退回二分区而直接投篮。如果一方欲在未退回二分区之前就投篮而另一方犯规，则犯规不算，且由另一方发球。

7、所有犯规(7次以下)或球出界，到中场发球区发球。

8、二分区：与专业比赛中三分球相似，在6.096米弧线外出手投中篮作二分算，二分区内投中算一分。

9、每场比赛中，一队先打到12分，并对对方2分以上则为胜方，以20分钟为限。

10、比赛时，实行“30秒”制，会有比赛监督员记录，若30秒未投篮，则换发球。

11、每队各有两次45秒的暂停，暂停不停钟，仅最后三分钟会停钟。

12、打到20分钟，以比分高队伍为胜方，若为平局，则再打加时赛，先得分的一方为胜方。

(1) 获前3名的队给予集体奖和个人奖。

(2) 在比赛中得分最多的运动员得mvp称号，给予物质奖励。

(3) 裁判员每人赠送一份纪念品。

写作竞赛活动方案篇四

1、丰富学校学生课余生活，增强学校篮球氛围，缓解学业压力，同时加强同学们体育锻炼意识，增进各级同学之间的了解与交流，在学校内营造一个积极、团结、向上的学习环境。

2、在学生中选拔篮球人才，为学校篮球队输送新鲜血液。

校操场或体艺馆

赛前报名：11月17日—11月19日

正式比赛：拟定在11月22日星期一中午12：20

1、比赛分男生组和女生组分别进行比赛。

2、以各班为单位，每班一只队伍（其中高一段：男生取新生赛进入前八强班级代表，女生则取新生赛进入四强班级代表参加比赛），高二高三段不限队伍。每支队伍10人以下，各班级自备统一球服。

3、比赛采用单败淘汰制，比赛按赛前抽签分组进行。当参赛队伍为奇数时，采用轮空制。

4、每场比赛分上下半场：4节，每节10分钟，比赛前3节不停

表，最后1节停表。

5、比赛常规时间结束后，如两队得分相同，则进行加时赛；加时赛每节5分钟。每次加时赛前有两分钟的休息时间，直至决出胜负。

6、单场个人犯规达到五次将取消本场参赛资格；单场比赛时，每队球员侵人犯规满4次时，其后该队每一次的球员犯规应判罚两次（投三分球时被犯规，则罚球三次），由被侵犯球员主罚，或替换上来的队员进行罚球。

7、比赛开始时，一方队员不足5人时，球赛不得开始。在比赛时间10分钟候后，依然不足5人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜；一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

8、每队上半时有2次暂停，下半时有3次暂停，暂停时间为30秒。

9、替补球员入场前，应向纪录员；球成死球状态或正当停表时或裁判宣判犯规时，替补球员方可上场。

10、场上发生打架或赛后由于比赛而引发打架事件，取消该班级的本次比赛资格及在校的所有篮球比赛资格，并上报政教处处理。

比赛分别设男、女生一二三名，颁发奖状及奖品。

1、人力资源

（1）学生裁判2人/场，计分及犯规次数2人/场，由校篮球社成员担任。

（2）现场后勤（包括提供饮水、药品等）2人，由校篮球社

成员担任。

(3) 活动裁判组，负责活动当天具体事项，由校篮球社成员担任。

(4) 现场及赛后宣传，包括摄录像、比赛总结等，由篮球社负责。

2、物力资源

(1) 比赛用球6个，向校体育组借用。

(2) 比赛裁判所用黑板。

(3) 比赛用水由校篮球社统一购买

写作竞赛活动方案篇五

为进一步丰富学校化生活，培养学生健康的审美情趣和良好的艺术修养，提高学生的综合素质，努力营造积极向上、快乐无限的学校化氛围，促进学生合唱水平的提高，激发学生热爱生活、热爱家乡、热爱艺术的情感，我校将“我们的班歌最嘹亮”合唱比赛活动。具体方案如下：