

# 参加篮球比赛活动方案策划(汇总6篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 参加篮球比赛活动方案策划篇一

为丰富校园生活，促进各系部间的交流，增进师生之间的感情，满足师生在球类方面的竞争要求，并为大家提供一个展示和交流的平台，本次体育节特举办此次“三对三”篮球联赛。

南京交通技师学院体育节“三对三”篮球联赛

南京交通技师学院

承办部门：汽车工程系。裁判(每系部推荐1-2名学生裁判参与)、记分员、计时员、器材搬运员。(由汽车工程系体育部负责)

抽签地点：汽车工程系综合办办公室(5-306)

篮球场

每支代表队由3名学生组成(不分年级,不分年龄,)，每支队伍选出1名队长作为联系召集人。

各代表队由各系部发动本系部学生自由组合.每个系部最多4支代表队；

1、每支代表队在抽签之后来确定所对阵队伍。

2、根据队伍报名的情况，比赛设定先淘汰后循环的模式，最后以总积分确定名次。（胜一场得2分、负一场的得1分、弃权不得分）

3、比赛时间定为两节，一节六分钟，中场休息两分钟，比赛过程中不允许换人。

4、本次比赛裁判规则按照《篮球规则》执行。

5、如遇天气或其他不可抗拒原因不能如期比赛，比赛时间顺延，以当天通知的比赛场次为准。（严重声明：每支队伍人员确定后不允许换人，否则取消比赛资格，超过10分钟不到场的按自动弃权处理）

6、其他事宜由汽车工程系负责通知和解释。

代表队各选出一、二、三名给予相应的奖励。

## **参加篮球比赛活动方案策划篇二**

一、比赛名称：

泰安长城中学三对三篮球比赛

二、比赛时间：

20\_\_年10月中旬

比赛地点：校篮球场

三、报名：

1、报名条件：泰安长城中学全体在校学生，要求身体健康，经常参加体育锻炼，有一定的篮球基础，经体检合格。

2、报名时间：截至20\_\_年10月8日，以班为单位将报名表报艺体处。

3、每队限报队员5人，不报名者不准参赛。

#### 四、竞赛办法：

1、比赛不分组别，第一轮采用双败淘汰制，从第二轮开始采用单败淘汰制，对阵形势由抽签决定。

2、比赛球场以正式篮球比赛的半个场区为准，采用国际篮联最新规则。

3、每队限报名5人，3人首发，2人为替补，每场每名队员累计犯规满三次罚下，比赛中若因罚下或受伤不满两名队员，则停止比赛，由对方球队获胜。

4、每场比赛共10分钟，比赛结束分数高的队伍为获胜队伍。如果两队比分相同，以两队由队员轮流罚球决定胜负，某队领先1分即为胜方，比赛结束。

5、得分判定：罚球中篮算一分；两分区域投中算两分；三分区投中算三分。

6、每场比赛每队可暂停一次，暂停时间为20秒。

7、比赛开始由掷硬币决定发球权，比赛开始或得分换发球时发球在中圈内；发球时不可传入2分区域直接得分，中圈发球时不可抢断。

8、当防守队抢断球、抢得篮板球时，球必须回到三分线外重新进攻；持球者必须双脚出三分线，否则进攻后为违例，由对方获发球权。

9、当得分、出界、违例、裁判均应鸣笛，表示死球，由对方

队员在中圈获发球权。

10、所有参赛选手对比赛队员、裁判、工作人员态度恶劣或有违反体育运动道德之行为时，裁判有权取消该队比赛资格。

11、各队需按照比赛规定时间准时到场，迟到十分钟，按自动弃权处理。

12、如遇全校活动或天气原因导致比赛不能进行时，时间顺延，另行通知。

13、比赛奖励前8名，分别加相应量化分。

五、裁判：

—

## 参加篮球比赛活动方案策划篇三

参赛单位：体育学院各班级(毕业班除外)

组委会：

主任：雍世仁

副主任：雷 湃 蔡 中

成 员：蒲园园 刘永隆 韩潇逸 杜 飞 燕鹏霞

郇 栋 车永陟 陈艳 朱家和 龚军军

芦文平 王锡超 刘建鑫 吴正东 赵 虎

刘晓峰 唐艳凤 司茹铨 许世发 陆祖军

刘 惠

体育学院团委

4月8日

比赛规则与具体要求策划

本次技能大赛分为三个环节：三分球大赛、技巧大赛、明星赛。

三分大赛：

三分球大赛每班报名人数不得多于三人，

(a)比赛共分为五个投篮点：三分线顶弧一个投篮点，两侧底线与两侧45度角各一个投篮点。

(b)比赛用时1分30秒；球员必须在1分30秒内完成五个投篮点的投篮，超出时间投中的不计分。

(c)一个投篮点共五个球，前四个球为普通深红色球，每投中一个计1分，第五个为浅红色球，投中算2分，单轮满分30分。

(d)比赛分为两个阶段进行，第一阶段为预赛，每名参赛队员有两轮投篮的机会。两轮比赛的成绩计为该队员的最后成绩。按照第一阶段的成绩取前八名进入第二阶段的比赛。第二阶段为决赛，八名晋级的队员每人有一次投篮的机会，按成绩取前三名。

技巧大赛：

技巧大赛每班报名人数不得多于三人

比赛的内容球员在规定时间内，在一个有各种不同障碍物的场地内完成运球、投篮等几个环节。比赛设有障碍物和规定路线。球员要综合运用运球、投篮等技巧完成规定项目，以用时多少决定胜负。具体规定为：

1. 比赛共分两个阶段，第一阶段为预赛，每名参赛队员有两轮机会，两轮比赛的成绩计为该队员的最后成绩。按照第一阶段的成绩取前八名进入第二阶段的比赛。第二阶段为决赛，八名晋级的队员每人只有一次机会，按比赛成绩决出本次技巧大赛冠、亚、季军。

2、具体要求：队员根据裁判的哨声，从底线起动开始计时，左手运球到第1障碍物做体前变向；继续运球至第2障碍物前做后转身运球；继续运球至第3障碍物，连续绕过4个障碍物到限制区进行投篮，投进为止（注：自投自抢）；然后跑至另一端线拿球运球到第4障碍物做跨下运球；继续运球至第5障碍物做身后运球，然后运球上篮，球投进后停止计时。

3. 比赛开始哨响时开始计时，球员投进最后一球时停止计时，以裁判哨音为准。

4. 球员在比赛时必须遵守篮球的基本运球规则。

5. 如果两位选手在比赛中打平（用时相差在0.1秒之内），将加赛一场。

6. 球员如果未能按要求完成某一关的动作。裁判将有权剥夺其比赛资格。

7. 比赛中的任何一关都不设时间限制。

明星赛：

大一、大二每个班级出二人，大三每班出三人组成年级明星

队。

### 一、竞赛办法：

- 1、三个队进行循环赛决出一、二、三名。
- 2、比赛分上、下半场各20分钟，中场休息5分钟。
- 3、比赛采用国家体育总局审定的最新〈〈篮球竞赛规则〉〉。
- 4、裁判员和工作人员由体育学院团委内部人员担任

### 二、积分与奖励办法：

- 1、胜一场计2分，负一场计1分，弃权计0分(小比分计为20：0)若积分相同时按c值和z值的大小关系进行排名。
- 2、本次明星赛奖励第一名，另设球员一名;优秀工作组织者和优秀裁判员各二名。

### 三、未尽事宜，另行通知。

### 注意事项

- 一：各队必须按时参加比赛，若在比赛开始5分钟内本队队员不足5人者，按弃权处理。
- 二：各队队员必须服从裁判，若对裁判有异议者，须本队队长与裁判交涉，其他人员无权发表意见，如有不服从裁判甚至侮辱，殴打裁判者，将取消全队所有参赛资格。
- 三.裁判员必须做到“严肃，认真，公正，准确”的八字方针。
- 四.各班班长组织好本班学生，在比赛结束后请将本场地垃圾清理干净。

五. 如遇雨天不能进行者，当天比赛另行通知。

六. 本次活动的解释权为裁判协会。

比赛日程

附表1

比赛项目(场地)

比赛时间

备注

技巧大赛(1)

4月10日14:00—16:30

三分大赛(2)

4月10日14:00—16:30

明星赛：大二—大三(3)

4月10日16:30—17:30

附表2

比赛项目(场地)

比赛时间

备注

明星赛：大一—大二(3)



4月13日10:00—11:00

明星赛：大三一大一(3)

4月13日15:30—16:30

## 参加篮球比赛活动方案策划篇四

为了丰富我校学生的校园文化生活，提高学生的身体素质和积极性，全面推进职业教育，增进各班级与各年级同学之间的交流，决定从即日起，举行学生篮球比赛，活动安排如下：

加强和三亚高校间的交流与友谊、促进双方的了解。展现学生的运动风采，丰富校园文化生活。旅游商务协会举办首次跨校五人篮球赛。以此培养同学们对体育活动的兴趣，促进两校文化体育的发展。同时对学校进行宣传，彰显琼州学院师生的运动风采和校园文化。

共青团琼州学院委员会主办

旅游商务协会策划承办

旅游商务协会篮球队三亚学院篮球队

11月18号琼州学院灯光篮球场

11月20号三亚学院风雨球场

11月23号场地抽签决定

张扬青春，生命脉动——为篮球而喝彩

参赛人数：比赛双方各五人

队服要求：运动服，上场前发统一队服。

比赛规则：

(1) 比赛分为四节，每节12分钟，每节每队可以有一次暂停，最后一节可以有两次暂停，最后两分钟不可喊暂停，暂停时停表。

(2) 比赛中每个队员允许4次犯规，5次罚下场。

(3) 得分多为胜，得分相同时加打三分钟。

(4) 比赛中队长是发言者，队员要服从裁判，以裁判的判决为最终决定。

(5) 比赛中倡导“友谊第一，比赛第二”

冠军：名奖金600

亚军：名奖金500

旅游商务协会各部门部长及干事

体育部：负责记录各个参赛队的成绩；

实践部：负责赞助工作，为活动拉经费、奖品和后勤工作

宣传部：负责宣传工作和公布比赛进程。

组织部：负责，维护比赛秩序，负责计分等工作；以及监督管理

保证比赛顺利进行；负责处理比赛中的违纪，争议事件。

秘书部：负责具体比赛协调工作，及咨询工作。

1、在校园宣传栏内张贴宣传画及海报

- 2、在合适的地点设置展板
- 3、在学校各个醒目位置悬挂海报
- 4、在校网，贴吧等进行网络宣传
- 5、通过校团委和旅游商务协会宣传部跟踪报导，广播赛程。

## 参加篮球比赛活动方案策划篇五

活动引言：

为了给我校大学生营造一个积极、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，我周口师范学院学生会策划组织20\_\_年度三对三篮球赛。

一、活动主题：

三对三篮球赛

二、活动目的：

为同学们打造一个互相交流、互相学习的平台，充实大学生内练素质，外树形象的岁月，展现大学生的运动风采。

三、活动宗旨：

- (1)切实推动“全民健身计划”增强大学生身体素质。
- (2)增进各系之间的感情，促进篮球爱好者之间的交流。

四、活动时间和地点

五、活动举办单位：

周口师范学院学生会体育部

## 六、宣传安排：

于月日将通知发送到各个系各个班，由各班负责组织参赛队。

## 七、参赛办法：

1、参赛单位：各个班

2、参赛资格：本班体质良好者

3、参赛人数：领队一人，运动员5人(替补2人)

4、报名日期：

## 八、比赛方法：

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。

## 九、比赛服装：

各队服装必须整齐颜色一致，服装要有号码，号码必须清楚。

## 十、比赛规则：

- 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。不允许退回二分区后而直接投篮。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。

## 十一、奖项设置

- (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。

## 参加篮球比赛活动方案策划篇六

20xx年3月12日

中国石油大学篮球场

中文系全体同学

鉴于大部分现代大学生缺少体能锻炼，身体总体素质有待提高，我系学生会体育部于3月12日开举行篮球比赛。所有同学积极参加，增加了同学们的凝聚力。从而丰富了大学生活。

通过此次活动，使同学们注意到应“动静”结合，在学习生活中做到“劳逸结合”；使同学们增强健身意识，适量的运动有益于强身健体。

同时，希望通过此次活动，增进同学相互间的交流与感情，缓解部分同学的心理压力，营造更健康更积极的心理。

（一）准备工作活动准备非常重要，事关活动能否如期举行。在本次活动中，也提前做好了活动的准备工作：

- 1、器材准备：包括篮球、哨子、计时表等基本器材。
- 2、比赛规则制定：采用常用比赛规则。

3、比赛方式采用三人篮球赛，以专业为单位抽签，分是毕业班队、10级汉本队、10文秘1队、10文秘2队，11汉本1队、11汉本2队、11文秘队以及11对外队。

4、组织全体同学参加。

5、准备相机以留影。

## （二）活动进程

3月12日为星期一天气晴朗，活动进展顺利。下午12:40，同学们都来到了篮球场，本次活动为三人篮球赛，以专业为单位。要分两场比赛一部分同学要上课，我们采用了此种情况压缩比赛时间的办法。此三人篮球赛的举行，每队发上场的三人，还有另外一人，即相当于每组四人或五人一组。参加比赛的共有8队男生，活动中也有女生参与进来，其中有男女混合赛，这也调动了更多同学的积极性。

12:40活动正式开始同学们比赛的时候非常认真，开始时也打得相对轻松。但是，男生比赛方式有别于女生，男生各队均至少要打2场，所以较为辛苦。在比赛中，同学们以友为贵，所以并不出现肉搏的情况，那不属于篮球精神。由于一些集体滑稽的失误，场上和场下的同学都时不时传出愉快的笑声。比赛规则，我们普通三人篮球比赛的规则，每场均安排一人记分，一人计时，设裁判，公正比赛。本着友谊第一，比赛第二原则进行。

到了1:30，第一轮比赛才结束。因为连续的2场比赛，同学们都显得有些疲劳了这时，参赛队还有六队，分别于13号、14号进行预赛，但由于天气原因，15号未进行比赛，推迟到16号，因为个别专业实力相差有些大所以大起来也较为轻松，但双方比分还是在焦灼上升。打得非常精彩七、活动总结总的来说，本次活动举行得相当顺利，比赛过程中没有出现任何受伤的情况。本次活动也取得了较好的效果。通过集体活

动可以分散此类同学的注意力，增进同学们的相互了解，同时改善心理健康状态。通过此次活动，同学们注意到应该“动静”结合，在学习生活中做到劳逸结合。而鉴于某些同学在比赛中相当感觉到比较劳累或体力不支，抽筋等情况，从一定程度上反映了部分同学的体质状况并不理想，平时缺少必要的体育锻炼，这使得大家的健身意识得到加强，因为适量的运动有益于身心。自始此次活动开展后，班里以前很少做运动的同学，现在也坚持每周做一定量的体育运动，例如在学校操场跑步内环。在活动中，同学们相互间的交流也比平时多，相互间的交流，从一定可以知道大家的心理状况，特别是相对较为内向的同学。

活动过程中，体现更多的是同学们间的友谊，场上打球场下加油，也吸引了一些其他的同学观看。

但是，本活动中也出现一些不足，时间的安排不够合理，活动时间估算不够准确给同学们带来了一定的不便，如果是在下午课后举行则不会出现此种情况。因此，要从中吸取教训，下次开展团日活动的时候，应该注意到时间安排的合理性，以避免给大家带来的不便，使活动举行得更尽人意。