

班级趣味运动会策划书(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

班级趣味运动会策划书篇一

为弘扬体育精神，进一步提高我们全班同学的身体素质，营造和谐的班级氛围，培养我班学生良好的运动习惯，经决定，我班将举办第一届趣味运动会。

面向我班全体同学。

主办人员：杨琦

承办人员：实验一班其他班委成员

时间：第9周（4月20日到4月26日）

看天气挑选其中一天

地点：九栋后操场

准备阶段：各班级推选5人组成小队参加比赛，并推选出一名领队带领比赛

比赛项目：拔河，两人三足以及夹乒乓球赛跑。（待定，随后会以附件形式呈现）

奖项设置：各项比赛综合计算，各评选一等奖一队，二等奖

一队，三等奖一队。

活动所用饮品，比赛鼓励奖品（待定，随后会请生活委员列出清单。）

二〇一五年四月十七日

一. 人员分配

除杨琦和张会丽外其他同学分为4队，每7人一队（考虑可能有同学会有事请假，具体分组以实际人员为准）

比赛均为两组同时比赛，胜出组进行第二轮决赛

二. 具体项目

（一）滚雪球

1. 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

2. 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

3. 比赛规则：

1) 每纵队排在起点线上，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，折转后返回起点，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) 返回起点的人必须手拉手绕过起点、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，但必须是手拉手，不得脱手。

4. 全组人员全部超过起点才算全部到达。

（二）齐心协力（绑腿跑）：

1. 比赛距离：30米

2. 比赛赛制：按每队用时先后按计时取名次

3. 比赛规则：

2) 鸣哨后，同时启动，以每组全部人员躯干到达终点线内沿垂直面，方可到达终点。

（三）球球相传（传乒乓球）

1. 比赛距离：30米

2. 比赛赛制：按每队用时

3. 比赛规则：

2) 乒乓球中途掉落则要捡起并回到掉落点重新出发

3) 传送乒乓球途中会有障碍需要迈过去，不能绕开

其他备选活动（视具体情况选择）：踩气球，跳大绳，拔河，羽毛球

班级趣味运动会策划书篇二

xx年是我们系的所有学生跨入大二的一年，这一学期，我们既要面对理论知识学习的进一步深化，也需要加强身体素质的锻炼。同时，大二这一学年，来自生活、学习、各类组织甚至是职业方面的压力，落在我们身上，会让我们身心疲惫、

情绪得不到正常的调节。为此需要一个渠道来缓解和协调。

9月份我系的活动调查问卷显示趣味运动会的受欢迎程度最大，11月份，正值秋高气爽，雨水较少，适合各种体育活动的开展，鉴于各个班级学习的紧张情况，为此我们xx级工管营销电商系在各个班的班委的大力组织下，精心推出系列活动之一——趣味运动会，旨在强健体魄和增强班级的凝聚力。

二、活动目的

举办趣味运动会，旨在提高我们的健康意识，养成勤于锻炼的习惯，放松紧张的情绪，在活动中展现自我，提高自信；也是让大家在集体的项目里培养一种默契和团队协作能力，提高组织的作战能力和凝聚力，增强班级的团结；也是向外界扩大我们系的影响力和名誉度。

三、举办单位

xx级工管营销电商系

四、活动主题

“爱在欢笑成长季”

五、活动口号

“10gyd□且习且乐季”

我们10级工管营销电商系，在这个活动中学习其他班级各种优秀的经验并且为自己所用，所以用“习”；同时是快乐的有意义的活动，不是枯燥无味的，趣味运动会冠名为趣味，正是因为会给每个人带去一种轻松地情绪，所以用“乐”，而且是乐在其中，回味无穷；系列活动是一个完整的计划，正如一年四季的更替，趣味运动会是其中的一个重要组成部

分，所以用“季”。

六、参赛单位

XXX

七、报名须知

1、报名对象：

3、报名时间：

班级趣味运动会策划书篇三

为活跃校园文化生活，培养大学生强健的体魄，给高职模具0902班全体同学提供娱乐交流增进友谊的机会，更好地扩大高职模具0902班的影响力，加强高职模具0902班的班级凝聚力，特开展这次形式灵活多样，娱乐性强的趣味运动会。

活动主题“团结、合作、拼搏”

活动目的：促进同学间的交流、增强班级凝聚力

活动时间：待定

活动地点：校篮球场、乒乓球桌等

参加对象：机电工程系高职模具设计与制造0902班全体同学

主办单位：高职模具设计与制造0902班班委会

1、团体项目

(1)、3分钟跳绳

方法：7人一组（除去班委班级内同学自由搭配，宿舍、男女生互补），2人摇绳，5人跳绳，必须按顺序跳绳（每人记一次），也可多人同时跳，成功一次按本次跳的人数记次数，未跳过不记次数。3分钟内跳过人次多者为胜，若次数相同，加试3分钟。

（2）、4人5腿跑

方法：自由搭配4人一组（三男一女最佳），每次3组参加比赛，用时短者为胜，选每次优胜的一组参加决赛。要求绑腿必须在膝盖以下，比赛过程中不得松脱。

□3□3vs3男子宿舍间篮球pk赛

方法：男生3个宿舍共出3队，进行循环赛，比赛规则按标准篮球比赛规则执行。

（4）、拔河比赛

方法：根据具体参加人数，男生、女生混合均分为2组进行拔河比赛，根据实际情况决定比赛为一局定胜负或三局两胜。

2、个人项目

（1）、1分钟定点跳投

方法：1分钟内在固定地点取球投篮，投进多者为胜。

（2）、单人跳绳跑、1分钟双人跳绳

方法：根据场地设置，进行跳绳跑，不允许中途间断，间断者返回重跑。

双人组队报名，1分钟成功跳过次数多者为胜，次数相同时加

试1分钟。

(3)、羽毛球男女单打、双打、混双

方法：单打自由报名（男女分开比赛），抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

双打自由组队，自由报名参加，抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

混双自由组队，自由报名参加，抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

(4)、乒乓球男女单打、双打、混双

方法：单打自由报名（男女分开比赛），抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

双打自由组队，自由报名参加，抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

混双自由组队，自由报名参加，抽签决定对阵对手，比赛采取三局两胜制。

(5)、个人棋类比赛

方法：个人自由报名，不分男女，抽签决定对阵对手，由对手间自行决定所比期种，比赛采取三局两胜制。

3、奖励活动

针扎气球

方法：比赛项目结束后，全班每位同学均可以参加一次，可以抽的小礼品。

- 1、举行简单开幕式，由辅导员及班长宣布运动会开始
- 2、组委会成员介绍活动流程
- 3、按策划书顺序进行比赛
- 4、统计比赛结果，宣布奖项
- 5、颁奖仪式及简单闭幕式

- 1、班内宣传，开主题班会，鼓励同学积极参加本次趣味运动会

- 2、做好团体项目（1）、（2）、（3）、（4）的分组登记，个人项目（1）、（2）、（3）、（4）、（5）的报名登记以及双人比赛分组登记，抽签工作。

- 3、租借活动所需的各种器材

- 4、活动场地规划布置

- 5、比赛过程中场地治安维护

- 1、裁判组：待定

- 2、工作人员：高职模具设计与制造0902班班委会

- 1、未报名者不得参加。

- 2、禁止非工作人进入比赛场地，扰乱比赛秩序。

- 3、比赛中绝对服从裁判，以裁判的判罚为最终成绩。

- 4、活动项目分区域，参赛队员需听从工作人员安排，在指定区域和规定时间进入比赛场地，无故迟到五分钟以上，视为

放弃比赛。

5、团体项目每小组必须有自己的负责人，以便信息的传递和交涉。

6、参赛队员须保持场地的卫生，保持现场卫生，听从工作人员安排。

7、参赛队员比赛中要注意安全，并遵从友谊第一，比赛第二原则。

班级趣味运动会策划书篇四

在学校运动会开始前夕，我们先搞一次班级趣味运动会，在为运动会热身的同时，让同学们体验到运动的乐趣，培养体育锻炼意识，增强身体素质。

第九周周二

张立+唐毅 周芹

张森容 邱越

江帅张雪莲+陈奇华+陈洁

舒攀宇+黄征兵郭畅

1、二人三足跑（每组派三队，每队男女一人）

项目规则：两人组成一组(男女各一人)，赛前每单位两位运动员各一条腿用两条带子捆-绑在一起(捆在踝关节部位和小腿靠近膝关节部位，捆牢)。站立式起跑，鸣起跑信号后，两人同时起跑，以两人躯干到达终点线后沿垂直面，方为到达终点。按比赛时间少者名次列前。

2、蹲跳接力（每组派三队，每队男女一人）

出发时的姿式：运动员应面向跑道，背靠背挽住手臂蹲在起点线。

规则：(1)听到发令后，第一组由起点向终点线蹲跳。(2)两人都跳过终点线后，再跳回到起点线，然后第二组进行，依次类推。(3)比赛途中，两人挽臂不可分开，如分开，则必须挽好后才能继续比赛。计时与名次：以最后一组返回起点计时。用时少者胜出。

3、袋鼠跳（每组派六人，男女各三人）

1、方法：听到发令后开始穿，队员双腿进入麻袋内用双手拉起袋口，穿好后开始向终点行进(走、跑、跳等各种行进方式不限)。

2、规则：队员双腿必须套入麻袋内，双手必须拉住麻袋口，中途若脱手必须原地拉起麻袋口才能继续行进，否则取消比赛资格。

4、“螃蟹”折返跑比赛（每组派四人人，男女各两人）

1. 比赛距离和过程要求：起点和折返点之间距离30米，折返一次完成；

2. 参赛队员站在起点线。听到预备信号时，两人背对背用躯干夹抵住一球侧身向前。听到开始信号后，两人像螃蟹行走状侧身前行绕过折返点回到起点，比赛结束。

3. 比赛要求

(1) 夹球准备，听到开始信号后方可离开起跑线；在规定跑道内完成比赛，偏离跑道的在

提示下回到规定跑道继续比赛；

(2) 中途球落地，必须从落地处夹起球才能继续比赛；

(3) 抱球跑者取消比赛资格。

4. 以最短时间完成的队获第一名，其他队按完成时间依次排名次。

5、踢毽子（每组派四人人，男女各2人）

1. 比赛时间，每个队员限时1分钟；

3. 以毽子碰脚的次数计踢毽个数；

4. 比赛当中掉毽中断，在限定时间内可以继续踢，踢的个数连续计算。

以上5项目第1、2、3、4名分别加4、3、2、1第一名将获得神秘奖品

6、拔河

每组男女各八人共16人参赛，三局两胜

绳子若干麻袋4条 气球10个 毽子6个 绳子一根

班级趣味运动会策划书篇五

为了加强班级间的联系，增强班级的凝聚力，增强学生之间的相互了解，丰富同学们的课余生活，增进同学之间的友谊。同时，在寒冷的冬日也为校园增添一抹青春的活力。

二、活动内容

1. 四人五足迎面接力。
2. “下饺子”（跳大绳）

三、活动地点

操场

四、活动时间

第14周星期五的第7—8节课

五、参加人员

144001—144006班全体同学

六、活动内容及比赛规则策划

1. 四人五组——10组迎面接力

比赛规则：每班各出10组，每组4人，共40人，左右各5组迎面交叉接力，往返距离为10米，10组均跑完，用时最少的班级获胜。

场地准备——由负责

2. “下饺子”（跳大绳）

比赛规则：每班两人抡大绳，3分钟时间，每班选10人，在3分钟内各班所跳的次的最多即可获胜。

大绳——由负责从体育部器材室借

3. 50米短跑

每班选出2男1女，6人一组，共3组，计时获胜。

七、裁判人员：

由每班的文体委员组成裁判组，届时将负责比赛的裁判事宜。
由每班的宣传委员组成督导组，对裁判的工作进行监督。

八、注意事项

1. 安全第一，友谊至上。
2. 请同学们事先做好充足的准备活动，以免受伤。
3. 四人五足需要的绑绳各班自行负责。
4. 照相——由负责，新闻报道——由负责。
5. 总负责人□xx