

# 2023年趣味文化运动会活动方案设计(优秀6篇)

“方”即方子、方法。“方案”，即在案前得出的方法，将方法呈于案前，即为“方案”。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么写，我们一起来了解一下吧。

## 趣味文化运动会活动方案设计篇一

为了促进部门群众性体育运动的蓬勃发展，增强团队建设及职工体质，丰富职工生活，培养职工的竞争意识，挑战自我的机会，贯彻“健康第一”的指导思想，特面向公司全体职工举办本次趣味运动会活动。

携手同心 共创卓越；激情工作 快乐生活；健康 协作 奋进

xxx公司

xxx公司全体职工

xx月xx日上午

XXXX

- 1、报名参赛人员统一着装，由公司提供运动装备；
- 2、每人限报比赛项目3项；

每项设一等奖1名价值200元奖品，二等奖2名价值150元奖品，三等奖3名价值100元奖品，参与奖价值50元纪念品。

组 长□ xxx

副组长□xxx

成 员□xxx

裁判长：聘请学校有资质的体育老师

裁判员：聘请学校有资质的体育老师

1、趣味接力赛（每队4人）设置单项和团体奖项

1）、手足情深参赛队员：每队1人

比赛规则：参赛运动员一手握一足，另一手拿篮球，然后用单足跳的方式完成30米赛段。

2）、我是乔丹（弯道）参赛人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员后退运篮球完成30米赛段。行进途中不得持球跑，也不能双手触球。

3）、30米背对背夹球跑（每队2人）

每项比赛都以时间记成绩，用时少者名次列前，分单项成绩和接力成绩。

2、企鹅漫步单人赛

比赛规则：参赛者需两腿、两手臂夹3个排球，呈企鹅状在跑道上规定起点、终点间行走（30米），球掉下需夹起球，在掉球的`位置继续。

3、趣味保龄球自由组队 5人一组 分单人成绩和团体成绩

规则：每队每人一次机会，5米外用脚踢足球打矿泉水瓶，以击倒瓶为准，7人的累计成绩为本队成绩，按击倒多者名次列前。

#### 4、一分钟踢毽子

规则：计时1分钟；在直径2米的圆圈内，用一只脚或两只脚互相踢毽；以一分钟成功次数多者名次前列。

#### 5、50米慢骑自行车

规则：多人同时比赛，每人在自己的跑道上，比赛过程中脚着地的或离开自己跑道的直接算失败，以用时计算成绩，最后用时多者名次列前。

#### 6、1分钟单人跳绳比赛

规则：男女不限，1分钟内成功次数多的名次列前。

1、参赛人员及所有工作人员统一着装，按每套运动服490元，面向全体职工共计48人，预计花费23520元。

3、需要活动器材篮球5个、排球15个，足球5个，毽子5个，跳绳5条，口令哨5个等；预计花费800元。

4、聘请裁判费用约5人，按每人200计算，预计1000元。

5、矿泉水5箱，横幅两条预计200元。

费用合计约为：35020元。

## 趣味文化运动会活动方案设计篇二

孔子学院已在蒙德拉内大学成立三载有余。可在孔子学院四

周岁生日前后，

我们希望携全体孔院师生，开展有关中国传统游戏的趣味运动会，增进孔院师生

间的交流和友谊，同时吸引蒙大在校学生，达到宣传中国文化、增强孔院知名度

和影响力的目的

1. 负责单位

主办单位：蒙德拉内大学孔子学院

2. 筹备时间□20xx年3月

3. 开始时间□20xx年 4月初

4. 活动地点：待定（蒙大校园内）

5. 组织方式：本次运动会以班级为单位举行，任课教师为各班负责人。由于每班

学院人数不平均，可以申请外援，但必须是孔院学员。

（一）开幕式：领导讲话、运动员入场、裁判宣读比赛内容和规则

（二）运动会开始

主要活动内容及规则

1. 项目名称：拔河

（1）每班8-10人为一组

(2) 拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为100cm，居中的线为中线，

两边的线为河界。除参赛队领队、选手以外，其他人员一律不得进入拔河道。

(1) 比赛采取三局两胜。每局比赛时间最多2分钟，2分钟内不能决出胜

1

负者本局比赛结束。

(4) 获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员作出下一轮的比赛安排。

(5) 为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

2. 项目名称：集体跳大绳

活动方法：每班6或8人一组，其中两人摇绳，其余4或6人跳绳

## 趣味文化运动会活动方案设计篇三

XXXXXX

响应我校校园文体艺术活动的号召，增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，并且对大学生之间的配合与团队合作精神加以磨合，特为全院大一大二学生提供展现集体风采的舞台。

通过举办趣味性的运动项目让同学们积极参与，发扬同学们

的团队精神，增强凝聚力，展现青春的活力，从而提高我院学生合作和坚忍不拔的精神。

9月17日

信息科技学院大一、大二全日制本科生

南农大体育场、篮球场

（一）滚雪球：

1、比赛人数：每组8名队员（至少3名女生）；

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时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）每组8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）全队人员全部超过起点才算全部到达。

（5）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。

（二）心心相印：

1、比赛人数：每组6人，男女各半。

2、比赛赛距：50米；

3、比赛赛制：一场决胜负，按每组用时先后取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）每组先由2人用背夹球走到终点，再由另外2个人接力到起点，最后2个人再接力到终点。

（2）向前走时，双手必须在前方，不能碰到球，否则一次罚2秒；

（3）进行接力时，接力方必须在线内完成接力活动；

（4）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。

（三）送鸡毛信：

1、比赛赛距：男生赛道长200米，女生赛道长150米；

2、比赛人数：个人赛，男女、参赛人数不限；

3、比赛赛制：按每个人完成本项目时间取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分；

4、比赛规则：

(1) 听到比赛开始的信号后，记熟由裁判发放的十位数字，记熟数字后进行跑步，到终点后告诉终点裁判自己在起点背的数字，准确无误之后即可停下。

(2) 背不准确者需重新记忆同一组数字，再进行200米（150米）跑。

(3) 中途有忘记数字者可以返回起点，再进行记忆后，重新跑完全程。

(4) 比赛中不得穿越中间草坪，有穿越者取消比赛资格

(5) 按跑完全程先后顺序评定本项目成绩，不分男女。

(四) 开火车：

1、比赛赛距：50米；

2、比赛人数：每组5位男生；

4、比赛规则：

(1) 第一位同学正常站立，第二位同学站在前者身后，将左手搭在前者左肩上，右腿抬起，前者用右手将其右腿拎住（也可都抬左腿），后面的同学效仿第二位同学。

(2) 每组第一位男生从站在起点处，比赛开始时，每位同学单脚向前跳，按照排头到终点的顺序评定本项目成绩。

(3) 如果比赛时队伍松掉，即立刻重新架好，继续比赛，不可违规前进。

(五) 齐心协力：

1、比赛人数：5人（不分男女）



2、比赛赛距：100米

4、比赛规则：

5人站成一排，相邻的同学脚绑在一起，听到开始的指令后出发，开始计时，跑到终点，计时结束，按用时多少获得本项目相应排名。

（六）限时上篮：

1、比赛人数：每组8人，男女各半；

2、比赛限时：3分钟；

3、比赛赛制：按每组3分钟内进球总数取名次，前5名分别给分5、4、3、2、1分。

4、比赛规则：

（1）从三分线依次排成一竖列，每组一个篮球。计时开始时，各组成员依次站在三分线准备运球上篮。

（2）第一位同学从三分线处运球到篮框附近1米左右上篮，不论进球与否都要立刻把运球回到三分线。

（3）第一位同学投完的同学自动排到最后一名同学身后，依此类推，连续投篮，时间为三分钟，投进一球算1分，投不进不算分，带球走步则扣1分。

（七）乒乓总动员：

1、比赛人数：个人赛，男女、参赛人数不限；

2、比赛赛制：采用三局两胜淘汰制，按照淘被汰先后顺序排名。前3名分别给分5、4、3分。

### 3、比赛规则：

(1) 击打乒乓球的道具并不全是乒乓球拍，还有可能是金属盆、塑料盆、木板等，具体道具在每一轮比赛前都要抽签决定。

(2) 第一轮抽签决定各组，每组2人对打3回合，采用三局两胜制淘汰输的人，赢的人则进入下一轮，依次类推，最后选出前三名。

#### (八) 过关斩将：

1、比赛人数：每组参赛人数为5男5女。

2、比赛赛制：本项目由4个小比赛组成，各小组完成第一个比赛之后才能参加下一个比赛。本项目总分共10分，分为2部分，一部分为按照顺利完成前三个小比赛的顺序分别给5、4、3、2、1分；另一部分则是参加“呼啦圈”比赛获得成绩，按照该小比赛成绩分别给分5、4、3、2、1分（附加分另算）。

### 3、比赛规则：

(1) 参加本项目的小组里每个人至少要参加其中一个小比赛。

(2) 每一轮小比赛完成的小组必须去裁判处登记才可参与下一轮比赛。

### 4、具体流程：

#### (1) 猛龙过江：

每组由8人参赛，比赛开始时，选手按照顺序依次跳绳，每人跳一个后离开，后一个接上，依次循环。计时3分钟，完成连续15个的小组方可进入下一个比赛。3分钟后仍无法达到要求的小组则淘汰。

## (2) 踢毽子:

每组由一人先踢毽子，若毽子落地，则换下一个人继续，直到该组踢毽子总数达到200则可进入下一轮。踢毽子时，可以用下肢的任意部位接触毽子；个数以裁判员数的为准。每小组至少有3人参与本比赛。

## (3) 跳小绳:

每组选出3人，跳绳过程中可以停顿，每个人跳一分钟，一分钟后换下一个人，在3分钟内跳绳总数达到300的小组则可进入下一轮。

## (4) 呼啦圈:

每组选出6人，转呼啦圈1分钟，由裁判记圈数。根据小组总圈数排序评定“过关斩将”项目成绩第二部分。小组内有几个男生参与该小比赛，则本项目就另外加几分。

## (九) 特别项目:

### 1、瞎子背瘸子:

比赛赛距为50米。男生在比赛前用眼罩蒙住眼睛，比赛时，男生背着女生往终点走，中途有很多障碍物，也有一些精美的小奖品。由女生指路，男生在比赛中要绕过障碍物，去捡奖品，捡到则属于自己，终点处也会有3个奖品等着本目前前三名去领取。中途只能由男生捡起物品，女生不得从男生背上下来，否则视为弃权。

### 2、拔河:

各参赛班级在本运动会即将结束时可选出12至20人参与拔河项目，具体人数视拔河双方人数决定。

发令枪、秒表、呼啦圈、毽子、眼罩、大绳、小绳、布条、篮球、乒乓球、乒乓球拍、不锈钢盆、塑料盆、木板。

3、将通知发到各班生活委员及体育委员；

4、体育项目报名统计；

5、确定各项目具体比赛时间；

6、确定运动会各项目主副裁判；

7、准备体育项目道具。

本次运动会以每班20人为基准，对参赛人数超过20人的班级，多1个人则运动会总成绩加1分。对总成绩优异的班级进行奖励。

## 趣味文化运动会活动方案设计篇四

为了提高教职工身体素质，活跃教职工业余化生活，促进“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的健康理念深入人心，认真贯彻落实《全民健身计划纲要》，根据市教育局4月份局办公会安排和□xx市教育工会20xx年工作要点》要求，市教育局、市教育工会决定，举行20xx年市直学校教职工趣味运动会。现将有关事项安排如下：

主办：市教育局、市教育工会

承办□xx市第二十四中学

xx市一中、二中、三中、四中、五中、八中、九中、二十四中、三十六中、东风中学、致远中学、汽车职院、学院附中、四中义教部、二实小，市教育局机关干部代表队。

## 第一项：60迎面接力赛

- 1、参赛人数：每所学校28人，其中女教师14人，男教师14人。
- 2、比赛地点□xx市第二十四中学运动场
- 3、规则要求：各参赛学校分两路纵队，由裁判员先清点人数（每边14人），女运动员在前，男运动员在后。人数确定后，裁判长发令，排头队员（××学校女1号）手持接力棒，向前跑60将接力棒交给下一名队员（××学校女2号），完成一次接力，依次进行，以完成全部接力的时间用时最短决胜名次。

## 第二项：男女混合跳长绳比赛

- 1、参赛人数：每所学校20人，其中女教师10人，男教师10人。
- 2、比赛地点□xx市第二十四中学运动场
- 3、规则要求：每人每轮跳一次，各参赛队运动员依次进行，女运动员在前，男运动员在后。连续轮回，记时4分钟，按完成个数多少决胜名次，空绳和跳失误时不计个数。按学校顺序号，每所学校为一组，依次进行比赛。
- 4、绳长：每一轮长度不少于6。
- 5、每队另派2名男教师（或女教师）摇绳。

六、奖励办法：每组分别取前8名，另设体育道德风尚奖。

## 七、竞赛要求：

- 1、各参赛学校报裁判员1人（自带秒表、口哨）。
- 2、报名时间：市直各学校于4月20日之前将参赛运动员报名表

（女运动员在前）交市教育工会。

3、运动员中至少有1名校级领导参加比赛。

4、比赛用绳，各参赛学校自带（也可用xx市二十四中比赛用绳）。

5、各学校领队由主要负责人担任。

6、各学校派拉拉队不超过10人。

7、各学校不得弃权，并将参赛情况作为工会评先，年度工作目标考核的重要依据。

请市直各学校注意安全，在组织教师训练和比赛中先做好准备活动，防止教师意外损伤。

市教育局、市直机关工委、市总工会、市体新局□xx市二十四中领导为参赛前八名代表队颁奖。

xx电视台□xx日报□xx晚报、楚天都市报□xx教育网等。

xx市教育工会

## 趣味文化运动会活动方案设计篇五

工作组委员□xx

团学各部部长

工作组组员：团总支学生会全体成员及各班级志愿者

1、运动会开幕式进场式宣传海报，主题突出我们分院的特色风格。和制作卡纸组，入场式时使用的宣传抬牌。（广告部负

责，5月15日前完成)龙虎榜的出版(班级承包，5月15日前完成)宣传横幅(外联部负责，5月20日前完成)

2、安排整理班级志愿者名单。(实践部负责，5月20日前完成)

3、策划安排运动会期间的稿件宣传工作，组织安排通讯员，特别注意稿件的质量水平，争取拿下道德风尚奖。(宣传部负责，5月20日前完成)

4、安排大一年级学生进行运动会前的广播操练网络部负责，5月20前部署)

10、发送校内通短信，通过短信平台来宣传本次运动会

11、出版并发放两期《校运快讯》，(新闻部和网络部负责，运动会结束之前)

项目组一：稿件宣传组

组长□xx

副组长□xx

组员：宣传部、新闻部、各班宣传委员。

任务：1、落实写广播通讯稿的人员，保质保量，稿件写好统一交于大本营，宣传部负责初审并修改，再上报学校广播台(优秀的广播稿留有备份)。(宣传部负责)

2、做好稿件登记工作，在运动会结束后评出优秀宣传班级。(宣传部负责，5月25日前完成)

3、在各个比赛项目中安排报导人员前往观看，最晚在比赛结

束后两小时内将稿件上报，可以在此期间进行采访报道，运动会结束后编辑成简报(新闻部和秘书部负责，运动会期间)

4、摄影拍照。(新闻部负责)

项目组二：后勤服务组

组长□xx

副组长□xx

组员：生活部、秘书部

任务：1、运动会期间负责药品的保管，安排具体人员留守大本营，为受伤运动员服务。(生活部负责)

2、安排组员密切关注各项比赛中出现的运动员损伤之类的事情，特别是中长跑的项目。(生活部负责)

3、负责营养品、茶水、杯子、饮水机的添置和保管。(秘书部负责)

4、体育器材的保管(号码布、运动鞋的借用和保管工作)，运动会结束后归还。

项目组三：大本营组

组长□xx

副组长□xx

组员：团学各部成员

任务：1、负责大本营建设并留守大本营，协助体育部比赛项



目的通知安排工作(检录)，确保各个比赛项目运动员都能准时到位。(科研部负责)

2、负责签到制度，学生会成员和班级的考勤及大本营值班工作，加强各部之间的联系。(纪检部负责)

3、一旦发生任何状况都应及时上报到大本营值班人员处，或者直接通知给总负责人。(外联部负责)

4、保持大本营的卫生状况。(生活部负责)

5、大本营的桌椅等的保管归还工作，需提前借好桌椅。(纪检部负责，5月20日前落实完毕)

6、遮阳伞的保管归还工作，需提前借好遮阳伞。(外联部负责，5月20前落实完毕)

项目组四：统计组

组长□xx

副组长□xx

组员：组织部、科研部

任务：1、负责统计每项比赛的结果，并在第一时间公布在龙虎榜上，安排特定的同学负责写龙虎榜。(组织部负责)

2、赛事安排日程表。(科研部负责)

项目组五：青年志愿者组组长□xx

副组长□xx

组员：实践部、文艺部、外联部、广告部、班级志愿者(阳光义工)

任务：1、维持本院会场纪律。(外联部负责)

2、服务分院运动员和后勤工作，指派2到3名志愿者到各组帮忙，指派数名志愿者到各比赛现场记录运动员成绩，中长跑时要派人去扶运动员，务必落实到个人。(实践部负责)

3、宣传板块的保管和搬放，在运动会结束后所有板报都搬。(广告部负责)

4、负责组织好啦队 and 观看人员。(文艺部负责)

5、负责横幅的悬挂和保管。(外联部负责)

6、运动会结束的收尾工作，提前

安排好人员进行整理(各部做好本部的相应收尾工作)。

7、安排部分志愿者协助上面四个项目组的需要(实践部负责)。

## 趣味文化运动会活动方案设计篇六

### 一、活动目的与意义：

为丰富校园文化,体现学校的教育特色,有机地将家庭、学校、社会结合在一起,让家长和社会进一步了解学校的办学理念及办学特色,增进家长与孩子、老师与学生之间的感情,我校拟定于201x年x月举行趣味运动会。

x月x日下午2:00~5:00一二年级

x月x日上午8:00~11:30五六年级

三、活动地点：操场

四、活动内容：

1、校长为本届趣味运动会致词。

2、运动会正式开始。

五、活动内容及报名办法：

一二年级项目

1、一分钟内的单人跳绳(每班报男女各3人)

一分钟内的踢毽子(每班报男女各3人)

一分钟内的师生跳绳(班主任带一学生)

2、选报亲子趣味项目：

活动一：二人三足跑(每班报10组)

游戏方法：在场地起跑线后，家长和孩子相邻的一条腿绑在一起，听到口令后，家长和孩子一起出发向前跑，同一班级分两组进行迎面接力，以先到达终点线的班级为胜。

游戏规则：行进当中孩子要始终有一只脚在接触地面，不允许家长将孩子抱离地面，否则将不计成绩。

活动二：袋鼠跳(每班报10人)

游戏方法：。比赛开始前，每组的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向前进，中途布袋不得脱离双腿。比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。

### 活动三：呼啦圈接龙(每班20人)

#### 三四五六年级项目

- 1、一分钟内的单人跳绳(每班报男女各3人)、  
一分钟内的踢毽子(每班报男女各3人)、  
一分钟内的双摇跳绳(每班报男女各3人)、  
一分钟内的师生跳绳(每班班主任带一学生)、  
一分钟内的大绳(每班报10人包括四男四女和两个摇绳者)。
- 2、拔河(每班20人男女各10人)

#### 六、名次及得分办法

- 1、本着全员参加的原则，每人限报一项。
- 2、活动设团体奖、单项奖。团体奖按班级各项成绩之和排列名次，得分多列前，得分相等按第一名多少排列名次，以此类推，取前三名。
- 3、本次活动设文明班集体一个，优秀组织班级一个。
- 4、单项奖取前六名，得分别为7分、5分、4分、3分、2分、1分。
- 5、双人项目取前三名，得分别为7分、5分、3分。
- 6、集体游戏项目得双倍分得分别为14分、10分、8分、6分、4分。
- 7、本次运动会各个项目进行评奖，前三名将获得证书，第

四名至第六名只记本班级分)。

## 七、活动要求：

- 1、亲子项目各班家长以自愿报名为原则，班主任统一向需要参加亲子项目的学生家长发出通知，以便家长及时了解情况，提前做好准备。
- 2、绑腿跑的项目由学校提供绑腿带(禁止使用学生的红领巾)。
- 3、全体学生统一穿运动服或校服和运动鞋，来参加运动会的家庭代表也请穿运动装和球鞋。
- 4、全体参与活动的班级，注意保持会场秩序，并保持好所在位置的卫生，会后评出优秀班级时将本班纪律作为重要参考。
- 5、学校的保安负责做好安全保卫工作，卫生室在现场设立急救工作点，负责当天的安全突发事件。