

# 促销趣味活动策划方案 趣味活动策划方案 (实用9篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

## 促销趣味活动策划方案篇一

金秋十月，为丰富我校教职工的文化体育生活，进一步增强教职工之间的团队合作意识，充分体现年级组之间的和谐氛围，经学校研究，决定组织举办20xx年培育小学教职工趣味排球比赛，具体方案如下：

运动·健康·时尚·幸福

十月（最后一周）

校排球场

一组队方式：由工会小组长负责，六个工会小组分别组队，由小组长负责，独立成队。

二参赛人员：每个参赛队依据项目人数要求报名，每人限报两项。

三比赛项目：

### 1、四人垫球接力

规则：每个参赛队派出四名队员进行接力比赛，每人垫球30秒，一人完成30秒后，第二人接力补上，依次类推，四人全

部完成垫球时间定为本轮结束，并对垫球总数累计，垫球个数最多者队获胜。

## 2、排球对墙垫球

规则：每队派出四名队员，垫球者离墙适当距离做好准备，面对墙进行垫球，球不能落地，每人垫球一分钟，四人连续垫完之后，对四人垫球成功数进行累计，多者为胜。

## 3、定点发球比赛

规则：每队派出四名队员，每人以5球为限进行发球，按落中指定a□b□c区域，每个区域的分值不同，其中□b区分值最高□a区和c区分值相等。每队的所有成员发完球后，统计总分，分数最高的队伍为胜。注意：如果球压线、出界，不计分。

计分方式：每个项目以第一名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。然后将三个项目累计积分，最终以参赛队所有活动总分排名次。

为了充分调动教师参与积极性，奖项共设团体第一名、第二名、第三名和参与奖。

## 促销趣味活动策划方案篇二

高二全体学生（每班派三名代表参赛）

红五月科普艺术节5月24、25日

时间：5月4日；

地点：放飞路近高二楼；

备注：当天中午12点40在8号楼104召开班长会议，通知各班

开展报名及相关事宜；

自海报张贴起接受报名；

5月10日下午第八、第九节课机器人实验室进行赛前辅导，参赛选手务必准时参加；

25日：按照班级顺序依次进行比赛，由工作人员计时和打分；

评比方式：设一等奖（1个），二等奖（2个），三等奖（3个），

负责人：

联络员：

1、机器人各项比赛，均使用乐高标准套装（即上课时使用的），各班之间不得私自将本班备件进行交换，否则视为违规，取消该项目比赛资格。

2、比赛过程中，机器人必须完成所有任务，在最短的时间内完成任务者为胜。

3、出发时，机器人的任何部分必须在起跑区域内。

4、比赛过程中，只有在机器人全部进入起跑区选手才能触碰机器人，其余情况一律不得干预机器人，如有必要，可向裁判示意干预，但要在总时间加上10秒。

5、比赛期间出现的临时问题，由裁判委员会协商处理。

### **促销趣味活动策划方案篇三**

为了活跃员工的生活，更好地开展全国性的健身活动，倡导

每天健身一小时，健康生活一生的理念，我们的花园工会特别举办了秋季有趣的.运动会。有趣的运动会设立了8个有趣的比赛项目，希望工会小组积极参与，积极注册。

强身健体，全员参与

人员安排□xx

主持人□xx

裁判员□xx

记分员□xx

背景布置□xx

道具准备：工会组组长

xx幼儿园东园大操场

全体工会会员

20xx年xx月xx日上午8点

1. 以工会组为单位参加比赛，每位教职员工至少参加一个项目。30天前，请所有教职员工到组长处报名，以便每组安排人员。如果个别教师在特殊情况下不能参加活动，请提前向工会组长请假。

2. 比赛项目按总分排名，按第一、第二、第三、第四分5、3、2、1分，最后按8个项目总分计算。

(1) 运动员入场：以工会组为单位，使用简单的设备，安排简单的节奏和口号入场。按1-4组的顺序显示。

运动员宣誓

裁判员宣誓

唐主任宣布比赛开始

## (二) 比赛

### 1. 转呼啦圈吹气球：

规则：每组派四人参加。每个人转动呼啦圈后吹气球。如果呼啦圈中途掉下来，球会重新吹，每个人吹三个气球后会换一个。比赛结束后，最后一个人用时间决定排名。

### 2. 骑慢车比赛：

规则：每组派4人参加。自行车在规定的跑道上行驶（约50厘米宽，15米长），看看哪辆自行车行驶最慢，谁是赢家。

单脚触地、压线均为犯规。

### 3. 袋鼠跳接力：

规则：每组派出四人参加。每个人把球夹在两条小腿中间（上膝盖不能过膝盖，下脚踝不能低于脚踝），往返20米，球落在路上回到起点，一组运输另一组，然后用同一个球，最后一个人运输比赛结束，时间决定排名。

### 4. 串珍珠：

规则：每组派4人参加。比赛以接力的形式进行。听到命令后，每队第一人跑到终点线，穿上5颗塑料彩珠，挂在指定地点跑回。第二个继续，第一个完成的团队获胜。

### 5. 定点投球比赛：

规则:每组派四人参加。参赛者在指定位置投球。共投五球,按进球数多胜利。

#### 6. 赶猪赛跑(用短棍赶两个球):

规则: 每组派三人参加。比赛距离为20米,两个球和人到达往返线,两个球和人到达终点线,最短时间到达终点线。

设备:羽毛球拍1副,红绿球2个,标志物2个

#### 7. 穿衣接力:

#### 8集体跳绳:

规则: 每组两名甩绳队员,另请5名队员跳绳,5名队员同时跳绳为1个计数,根据合作完成的人数,评出1-4名。

五个人同时跳过绳子开始计数。

(三)记分员统计分数,由唐主任公布比赛结果,颁奖仪式。宣布秋季运动会闭幕。

1. 选手尽量穿适合运动的鞋服,注意自身安全。

2. 活动前请做好运动准备,避免运动受伤。

## 促销趣味活动策划方案篇四

趣味活动是集思广益的智慧创造,它的样式不同,内容各异,那么如何策划趣味活动的方案呢?下面本站小编给大家介绍关于趣味活动策划方案的相关资料,希望对您有所帮助。

### 一、活动目的:

为了丰富广大群众的文化娱乐生活,缓解职工的紧张工作节

秦，满足职工日益增长的精神文化生活需求，倡导健康的文化生活习惯，培养大家对文体活动的爱好，树立正确的劳动价值观念，建立和谐劳动工作环境。

## 二、组织机构：

领导小组组长：蒋桂英

副组长：杨军

成员：杨和平、罗正东、兰毅、李树源(办公室成员及工会小组长)

三、(一)活动第一项：由工会主席蒋桂英发表庆祝“五一”活动演讲

(二)第二项：趣味活动、比赛内容及规则

所有团体项目由各部门选派代表代表本部门参加，(其中每项活动：业务部派三人参加，其它部门派一人参加，仓储部与办公室共同组队参加)

除灭火器演练活动在库区进行外，其它活动在“百花园”进行。

1羽毛球——兰毅负责

(1)、单打：各参赛单位选手分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。(11分一局，三局二胜)

2、斗地主——李树源负责

(1)、每个参赛单位报两名选手分成两组，分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。

### 3、灭火器演习短跑-----杨军负责

(1)、提灭火器短跑50米现场灭火：公司全体人员参加现场演练，各部门选代表参加，由区粮食局安全管理员讲解消防知识，灭火器的使用，现场灭火演练(邀请出租户的代表参加，目的学会使用灭火器)

### 4、摸“福”----杨和平负责

(1)、全部选手都可以参加，以摸到“福”为准，给予奖励。

### 5、拔河—— 由罗正东负责

各参赛单位全部队员参赛，采取抽签淘汰方式进行比赛，前两三名予以团体奖励。

(三)、活动第三项：以上活动完后在“百花园”自由活动，6:00“百花园”就餐。

活动环境中，让心灵得到提升，身心愉快、舒畅。

一;时间:

二;地点:

三;参加对象：全矿所有团支部四;具体要求:

以团支部组队，要求由团支部标志。

五;流程安排:

1，团委书记讲话;

2，领导致词并宣布比赛开始。



## 六;比赛项目:

本次比赛以推进凝聚力, 加强团结精神为宗旨, 不设置个人项目, 全部为集体项目, 每个项目各单位派三人参加, 共分为七个项目:

每项比赛第一名7分, 第二名5分, 第三名4分

1, 手足情深: 参赛运动员一手握一足, 然后用单足跳的方式完成20米交换选手, (时间最少者胜出)

2, 山路弯弯: 参赛运动员在进行中要绕赛道中间的障碍物跑五圈, 然后返回到起点击掌接力, 下一名队员继续, (时间最少者胜出)

3, 地道英雄: 再行进中钻过三张桌子, 再跳过三把椅子后返回, 到起点击掌交接, (时间最少者胜出)

4, 准星调校: 有一名队员蒙上双眼拿篮球站在三分线以外, 其他两位站在球场以外指挥其移动方向, 把球投出后交接, 每投中一球得一分, (得分最高者获胜)

以下项目要有全部六名队员共同来完成

6, 系手绢: 全体队员站在篮球场中圈内, 第一名队员开始那手绢跑到篮球架下把手绢绑到上面后回到中圈击掌后下一名队员出发, 轮流出发, 三分钟内手绢最多者获胜。

7, 六人跳绳: 两人摇绳, 其余四人轮流跳绳, 两分钟内跳过人最多者获胜。

七: 比赛并计分结束后为获胜单位发奖。

## 一、活动目的

为丰富我园全体教职工的业余文化生活，全面提升广大教工的幸幸福指数，增强教职工的身体素质，推进教职工全民健身运动的深入开展，园党支部、工会、团支部举办本次教职工趣味运动会。

二、参加人员：巴彦淖尔市幼儿园全体教职工

三、组织：党支部、工会、团支部

(一)组委会成员：

组长：张耀尹

成员：其其格 温晓锐 王 丽 陈桂兰

韩凤杉 付 敏 萨日娜王 慧

(二)时间□20xx年5月5日上午8：30分开始

(三)地点：塑胶操场

(四)主持：付 敏

四、队伍划分

幼儿园全体人员划分为六支队伍，分别为行政队、后勤队、大班队、中班队、小班队和分园队，每队由一名队长带队参加。原则上每人应至少参加两项比赛。

五、具体要求

1. 各队准时组织职工参加。
2. 各队入场后集中就座，自觉遵守会场秩序。

3. 比赛开始后可自由走动，但不能大声喧哗。

## 六、活动程序

1. 园领导讲话，宣布比赛开始。

2. 进行个人项目比赛。

3. 集体项目预决赛。

4. 宣布团体比赛成绩。

5. 颁发个人项目奖品。

6. 集中会餐。

## 七、活动规则

1. 车轮滚滚(个人项目)

负责人：萨日娜

使用标准轿车轮胎，从起点开始队员听到发令后，推轮胎出发到终点，绕过障碍物返回起点，用时最少者胜出。

每组取一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

2. 自行车慢骑(个人项目)

负责人：孙艳丽

参赛选手骑自行车从起点出发，慢骑到终点，用时最长者获胜。起点、终点均以前轮为准，比赛时双脚不得踩踏除踏板以外任何位置，运动员身体任何部位接触地面即淘汰出局，车轮不得压左右边线，违者淘汰出局；因他人原因导致落地者，

经裁判核准后可以重新比赛。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

### 3. 加油站(个人项目)

负责人：王慧

听到发令后，舀一碗水，单手持碗(另一只手不得罩住碗口)，跑向终点，将水倒入饮料瓶里，返回起点继续运水，规定时间内，运水最多者胜出。 奖项设立：

每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

### 4. 袋鼠跳(个人项目)

负责人：王欢

听到发令后，迅速将双脚套进(标准的)麻袋里向前跳跃到终点，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

### 5. 端球跑(个人项目)

负责人：付敏

听到发令后，手执平盘端乒乓球跑到终点，如果乒乓球掉地，需捡起球从起点重新跑，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 6. 三人四足(集体项目)

负责人：韩凤杉

(1)以班级为单位进行，行政、后勤人员自由结组

(2)规则：三人并肩站立，内侧的小腿用小布条捆住，形成三人四足，听到发令后向终点出发；布条必须捆在小腿上，不得高于膝盖，并捆紧，如中途松开需系好再前进；中途若有人摔倒，应立即停下来，等重新准备好再前进。最先到达终点者胜出。

奖项设立：

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。(各3人)

## 7. 蜈蚣赛跑(集体项目)

负责人：韩凤杉

(1)每组6人参赛。

(2)赛程50米。

(3)比赛规则：6人站一竖排，两根竹竿，左右手齐拿，

行进过程中，不许松手，不许掉队，必须6人一竖排，不许分为两排，如有一人松手或掉队，即为违规。

奖项设立：

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。（各6人）

## 促销趣味活动策划方案篇五

、活动目标：

通过开展庆祝“六一”系列活动，突现我园的数学特色，使幼儿在积极的参与中体验数学游戏的快乐，从而度过一个难忘的“六一”儿童节；使家长在参观和参与幼儿的节日庆祝活动中，进一步感悟幼儿教育的观念，从中使自己对如何教育孩子有所启发；通过向家长展示幼儿的“六一”活动，进一步塑造本园的良好形象。

### 二、活动准备

- 1、布置富有欢庆气氛的环境(班级环境及全园周围环境)。
- 2、以年级组为单位作好参加活动的准备：本次活动共选择6个数学游戏及6个文艺节目。
- 3、根据数学游戏内容制定玩法与规则。
- 4、制作有关数学游戏的道具。
- 5、由幼儿园准备活动奖品和礼品。

### 三、活动内容

- 1、目的：为了使幼儿能度过一个愉快、难忘而有意义的“六

一”儿童节，教师们结合我园特色，以“欢乐数学在我园”为主题，举办x班庆“六一”亲子活动，倡议x班家长积极申报亲子活动，鼓励幼儿积极参与“六一”节的各项活动。

2、时间□x月xx日下午两点。

3、对象：小班全体幼儿和家长。

4、评奖：以班级为单位，每项数学游戏分别评出一等奖1个、二等奖2个、三等奖3个。

四、活动节目：

1、游戏——图形蹲(班级赛)

准备：圆形、三角形、正方形、长方形挂饰各两个。

玩法：共3轮，8人一轮。

听主持人口令，做下蹲动作，动作错误、迟缓或提前者均为淘汰，直至留有一名幼儿为获胜者。

2、文艺节目——喜羊羊与灰太狼(小三班歌表演)

3、游戏——给小动物喂食(班级赛)

准备：自制小动物大嘴巴、相应的食物。

玩法：共3轮，6人一轮

听主持人口令，幼儿将规定数量的点心送到相应动物的嘴巴里，每次只能送一个，送得又对又快的幼儿为获胜。

4、文艺节目——快乐和我在一起(小二班歌表演)

## 5、游戏——串项链(班级赛)

准备：各种颜色的木珠子、绳子

玩法：共3轮,6人一轮

听主持人口令，幼儿根据范例将规定数量的木珠穿完，又对又快者为获胜。

## 6、文艺节目——洗澡歌(小一班歌表演)

## 7、游戏——我的地盘我做主(班级赛)

准备：圈若干

玩法：共3轮,10人一轮

听主持人口令，幼儿开始抢圈，未抢到圈者淘汰，直至留有一名幼儿为获胜者。

## 8、文艺节目——芭拉芭拉小魔仙(小三班歌表演)

## 9、游戏——企鹅运蛋(家庭赛)

准备：水果玩具若干

玩法：共2轮,6人一轮

幼儿站在家长脚上听主持人口令，在规定时间内将篓中的水果运送到指定地方，时间到由幼儿说出水果的总数，运送的水果多的家庭为获胜。

## 10、文艺节目——稍息立正站好(小二班歌表演)

## 11、游戏——回家(家庭赛)



准备：房子图、实物图(1—5)、数字(1—5)

玩法：共3轮,6人一轮

听主持人口令，家长选择数字卡片单脚跳过呼啦圈，将卡片粘贴在房子图上后快速跑回原点与幼儿击掌，幼儿选择相应的实物卡片双脚跳过呼啦圈，将卡片粘贴在房子图上，送图片又快又对的家庭为获胜。

12、文艺节目——聪明的一休(小一班歌表演)

## 促销趣味活动策划方案篇六

增强各个部门的凝聚力，展示出新时代新企业的蓬勃朝气和竞技热情。弘扬奥运精神，增加团队凝聚力，在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。

一方面它比拓展训练更具有趣味及凝聚力，能更好的把企业文化渗透到每个员工，增进员工之间的情谊，从中学会团队协作。另一方面它具有强身健体的作用，对于整天在办公室工作的员工来说它的刺激性，趣味性及观赏性能给他们带来另一种新奇体验，能够使活动形成兴奋，热烈，互动的气氛，进一步锻炼员工的团队精神与协作能力。

友谊第一，比赛第二，重在参与。

“全民健身，共迎奥运”。

一)、活动时间：待定。

二)、活动地点：待定。

三)、参赛对象：公司全体人员。

#### 四)、比赛项目

- 1、滚雪球;
- 2、两人三足;
- 3、足式保龄球;
- 4、三分钟跳绳;
- 5、众人一条心;

#### 五)、参赛规则:

- 1、公司员工除参赛人员外分成四队，每队8人。
- 2、各队选出一名领队，各比赛项目参加人员由本队人员选。

#### 六)、奖励规则

- 1、本次比赛采取积分制共100分，总积分最多的队伍获胜。
- 2、相关比赛会有奖品颁发给获胜者。

##### 1) 滚雪球(20分)比赛道具：长杆标志物两个。

比赛规则：每队参赛人员纵队排在起点线上，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。时间短的队胜利。

#### 注意事项:

- 1、全队人员全部超过终点才算全部到达。

2、参赛人员必须手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑，否则算犯规。犯规者必须绕过未绕过的折转标志物才能重新向前跑。

3、中途掉手算犯规，需在掉手的地方手拉手重新起跑。

## 2) 两人三足（20分）

比赛道具：长绳或布条若干，长杆标志物2根。

比赛规则：各队队员两人一组成纵队在

起点排列好，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，不准抢跑。裁判发令后各队第1组立即向前跑，绕过标志物跑回起跑线，把布带解开交给第2组。游戏照上述方法依次进行，每人轮流跑一次，最后以用时最短的队伍为胜利者。

注意事项：1, 若中途带子散开，应在原地绑好后继续跑。

## 3) 足式保龄球（10分）

比赛道具：足球1个，装满水的塑料瓶10个。

比赛规则：每组选派1人参赛，在参赛选手6米外，以等边三角形按1, 2, 3, 4排列摆放10个装满水的塑料瓶。参赛选手用足球以踢球的方式撞到塑料瓶。每人三次机会，撞到一个塑料瓶得一分，三局累计最高分者胜利。

注意事项：参赛选手必须在规定范围内踢球，否则成绩作废。

## 4) 三分钟跳绳（20分）

比赛道具：长绳两根。

比赛规则：每队派出6人参赛，两人摇绳四人跳绳，所有选手进入跳绳后开始计数，如中途有出现错误的情况，则所有人重新开始，计数累加。比赛时间3分钟，在规定时间内起跳次数最多的队伍获胜。

注意事项：比赛必须要四人同时起跳并成功跳跃才计数，否则比赛成绩无效。

备注：第一名为积20分，第二名积16分，第三名积12分，第四名积8分

#### 5) 众人一条心（30分）

比赛规则：参赛选手为每对的所有成员，要求所有人肩搭肩，从起点起跑，手始终搭在前一个队员的肩上，用时最少者获胜。

注意事项：必须全员参加，如出现摔跤或放手现象则视为犯规，犯规的队伍必须回到起点重新开始比赛。

备注：比赛距离为50米，第一名为积30分，第二名积24分，第三名积18分，第四名积12分。

附录：

1、活动前期准备。（时间： . . . ）

1、1，进行场地申请。（时间 . . . ）

1、2，进行活动宣传。

1、3，购买活动必需品及活动器材。

1、4，安排裁判人员及摄像人员。

## 2、趣味运动会开始前准备

2、1提前清理好活动场地

2、2把活动器材按规定摆好

2、3检查音像，话筒及活动器材的问题

2、4主持人及裁判员做好准备

## 3、开幕式流程

3、1主持人宣布各参赛队入场

3、2领导代表发言

3、3参赛队员代表发言

3、4裁判代表发言

3、5趣味运动会正式开始

## 4、趣味运动会结束

4、1组织人员清理现场

4、2将录制的过程整理并做总结

4、3做好运动会反馈内容

## 5、注意事项

5、1各小组之间衔接好

5、2裁判员要记录好比赛成绩

5、3比赛场地提前布置好，排好活动比赛顺序

5、4协调内部成员要沟通好，团结合作

5、5人员分工明确，责任到人

6、人员安排

6、1主持人：

活动期间项目解说、开幕式、闭幕式发言

6、2裁判员

活动期间认真记录比赛成绩，安排比赛顺利进行

6、3后勤人员

活动期间配合其他人的调配和安排

6、4摄像师

活动期间把活动项目及开幕式，闭幕式全程录制

7、比赛结束，闭幕式及总结

## **促销趣味活动策划方案篇七**

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司

趣味运动会策划方案

目录

一、活动背景

二、活动意义

三、活动名称

四、活动主题

五、活动简介

（一）活动时间

（二）活动地点

（三）参赛对象

（四）比赛项目

（五）参赛规则

（六）奖励规则

六、比赛项目及规则

七、其他具体工作及工作人员安排

1

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司

一、活动背景

本次运动会不同于传统运动会的田径比赛项目，而是将传统运动的竞技项目和趣味游戏相结合，把其趣味性与个人某方面的学习需求结合起来，形成融合了体育、文化、趣味、智

力、团结等元素的趣味运动。

## 二、 活动意义

另一方面它具有强身健体的作用，对于整天在办公室工作的员工来说，它的经济性、趣味性及观赏性能给他们带来另一种新奇体验，能够使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，进一步锻炼员工的团队精神与协作能力。

## 三、 活动名称

“红旗纺机第一届运动会”

## 四、 活动主题

“参与5s□参与健身”

## 五、 活动简介

（一） 活动时间：2012年8月中下旬，具体时间另行通知

（二） 活动地点：待定

（三） 参赛对象：公司全体员工

（四） 比赛项目

1、二人三足；

2、定点投篮；

3□4\*50m乒乓接力赛；

4、立定跳远；



- 5、齐心协力（背球接力）；
- 6、跳绳（大）；
- 7、飞镖；
- 8、吹气球；
- 9、踩气球；
- 10、拔河；

2

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司

#### （五） 参赛规则：

- 1、公司员工除工作人员外分成5队，每队 人；
- 2、各比赛项目参加人员自行报名或由本队人员推选，不得弃权。

#### （六） 奖励规则：

- 1、本次比赛采取积分制共100分，总积分最多的队胜利；
- 2、相关比赛会有奖品颁发给获胜者；
- 3、根据积分排出相应对队伍的名次，按名次颁发奖品：

第一名：个人单项奖、团队奖

第二名：个人单项奖、团队奖

第三名：个人单项奖、团队奖

参与奖：所有参与人员

## 六、比赛项目及规则

### （一）、两人三足：

比赛道具：绳子（或布条）4段

比赛方法：

3、每队推选出一组进行比赛；

4、2个人中有一只脚与对方的一只脚绑在一起。

5、比赛开始，2人从起点向终点跑去，用时少者获胜。

参赛人数：2人一组 共 组

比赛规则：

1、比赛距离为30米；

2、中途有人的绑腿绳子松开，其余人必须在原地等待绑好后重新站定，方

能开始继续前进；

3、两人都过终点，计时结束，以耗时最少为胜方，一组多次的以最好成绩为准。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

（二）、定点投篮：

参赛道具：篮球2个

比赛方法：

1、每组选派 人参赛，

2、在指定位路，向蓝框内投球。

3、每人10次机会，进球得一分，以累计成绩总数最高为胜者，一组多次的以最好成绩为准。

比赛规则：

参赛人员必须在规定的范围内投篮，否则成绩作废，如有同等分值的分组比赛。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点计时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

### （三）4\*50m乒乓接力赛

比赛道具：乒乓球10个、乒乓球拍3付

比赛方法：

- 1、每队选出4名参赛者参加接力赛，参赛者均匀的分配在各规定的点；
- 2、比赛开始，第一个参赛者单手用乒乓球拍托着乒乓球，从起点出发把球传给下一个点的另一个队员，依次循环进行；
- 3、用时最少的组获胜。

比赛规则：

- 1、参赛人数4人；比赛距离为200米；
- 2、行进过程中，不得用身体的任何地方触碰球拍上的乒乓球，违者重回起

点；

4

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司

- 3、比赛途中，不得以自己的球拍干扰对方队员；
- 4、比赛过程中，球掉于地上，需返回起点重新开始；

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点计时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

（四）、立定跳远：

比赛道具：米尺5把、粉笔若干

比赛方法：

1、单人组（男/女）

2、在指定位路起跳，不得超越起跳线。

4、最远者获胜；

比赛规则：

1、比赛距离不限；

2、超越起跳线成绩作废，重新起跳，每人给予3次试跳；

3、各小组内决出最远距离后，进行最终比试。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点计时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

### （五）、齐心协力 《背球接力赛》

比赛道具：篮球1个

比赛方法：

5

1、每一队自由组合成5小组进行接力，2人为一小组。

2、2人用背部夹住1个篮球，从起点侧跑出发绕过终点的标枪再回到起点，

然后把球传给下一组的队员；

3、5小组轮换后，最快的一队就是获胜队。

4、注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规，如若

犯规本小组犯规的两人则要由起点重新开始游戏；

比赛规则：

1、在交接球时，交接者必须踏上起点线，才能交接，违者重新踏线；

2、夹球时两人手臂必须伸直；

3、夹球跑过程中如果球失去控制滚开，必须在原位等待裁判

重新放球继续

赛程，否则视为犯规；

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□XX-X负责发口令□XX-X负责在终点记时□XX-X负责记分；

XX-X负责检查绳子是否捆好□XX-X负责安全；

#### （六）、跳绳（15分钟）

比赛道具：长跳绳2根

比赛方法：

1、每组7名选手参赛，5名选手跳绳另2名选手摇绳；

2、所有选手都进入跳绳后开始计数，计数原则：1×5、1×4、1×3

3、在跳绳时出现错误时，错误人员退出比赛，数量累计，直至只剩2人时

停止。

比赛规则：

1、比赛时间3分钟；计人、计数；

2、按5、4、3人同时跳计算；

3、在规定时间内同时起跳个数最多的队为胜利方；

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□XX-X负责发口令□XX-X负责在终点记时□XX-X负责记分；

XX-X负责检查绳子是否捆好□XX-X负责安全；

### （七）、飞镖（15分钟）

参赛道具：飞镖4套

比赛方法：

1、每组选派 人参赛，

2、在指定位路，向标靶投射。

3、每人10次机会，按每标得分累计成绩，总数最高为胜者，一组多次的以最好成绩为准。

比赛规则：

参赛人员必须在规定的范围内投射，否则成绩作废，如有同等分值的分组比赛。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6



分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点记时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

#### （八）、吹气球

比赛方法：

男生组：分五队比赛，每队5人。

分团队赛和个人赛。

女生组：分五队比赛，每队5人。

分团队赛和个人赛。

比赛规则（男）：三分钟内吹爆气球的个数最多的为优胜者。

每队吹爆气球的个数为团队总分，分数最多的团队为优胜团队。

每队选成绩最优者再次比赛，选出最后个人冠军。

以现场裁判判定的结果为准。

比赛规则（女）：吹出的气球直径必须有15cm以上才过关。

三分钟内以吹出的气球数量多少排定名次。

每队吹出的气球数量总数为团队总分，分数最多的团队为优胜团队。

每队选出成绩最优者再次比赛，选出最后的个人冠军。

以现场裁判判定的结果为准。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点记时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

### （九）踩气球

比赛方法：

男生组：分五队比赛，每队10人。

规则：画一大圈圈，一个人每只脚捆-绑3个气球。

每个人不允许出圈，只能用脚，否则视为违规，取消继续比赛的资格。

十分钟内踩爆别人气球，剩余气球最多的为优胜者。

在自己无气球的情况的退出比赛。

每队选成绩最优者再次比赛，选出最后冠军。

以现场裁判判定的结果为准。

女生组：分五队比赛，每队5人。

规则：画一小圈圈，一个人每只脚捆-绑3个气球。

每个人不允许出圈，只能用脚，否则视为违规，取消继续比赛的资格。

十分钟内踩爆别人气球，剩余气球最多的为优胜者。

在自己无气球的情况的退出比赛。

每队选成绩最优者再次比赛，选出最后冠军。

以现场裁判判定的结果为准。

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点记时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

（十）、拔河：

比赛道具：拔河长绳一条

参赛人员：队与队之间的比赛

比赛赛制：

- 1、抽签决定两两对抗组的搭配顺序；
- 2、每组获胜方进入决赛，决赛取获胜者一名；
- 3、故意放手致使对方队员跌倒视为违规，违规者取消本次比赛成绩

比分设路：第一名得分20分、第二名得分16分、第三名得分14分、

第四名得分10分；

比分设路：第一名得分10分、第二名得分8分、第三名得分6分、

第四名得分4分、第五名得分2分；

奖品设路：第一名的获得者可获得由公司提供的 一个

工作人员安排□xx-x负责发口令□xx-x负责在终点记时□xx-x负责记分；

xx-x负责检查绳子是否捆好□xx-x负责安全；

七、其他具体工作及工作人员安排

（一）工作人员安排：

1、裁判： 记时： 记分： 安全： 道具摆放： 现场检查

2、场地收拾：全体员工，由各队队长负责安排各队所在活动场地的卫生管理情

况。

3、后勤保障：负责活动用品的运送及其他工作。

4、物品采购：负责活动所需物品的采购工作。

5、摄影师：

## （二）赛场规则

1、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格；

2、裁判必须做到公平、公正、公开。

3、比赛前各小队解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则；

4、禁止非工作人员与非参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序；

5、保持各小队所在场地的卫生，保持比赛现场的卫生；

6、请各小队参赛队员准时到达比赛场地，到比赛时间有参赛人员不到赛场者作

弃权处理；

7、望各小队认真组织本队人员参加活动，文明比赛，文明助威，充分展现个

队的风采；

8、遇不可抗因素、公司重大活动，比赛日程另行通知。

奖品设

所需相关道具：

青岛天一集团红旗纺织机械有限公司 2012年7月30日

地点：筹建处篮球场

时间：2012年1月1日（元旦节） 15:00~17:30 活动内容具体如下：

以集体游戏为主，现场报名，自由组队，游戏强调团队协作，各项游戏中获得第一名的将获得礼品。

本着“娱乐第一，比赛第二”的原则，重在参与！希望大家可以在欢乐与笑声中度过一个愉快的下午！

活动项目：

### 1、齐心协力

游戏方法：现场报名，自由组队，3位员工一组，3名队员站成一排，将中间相邻的脚绑在一起，做3人4足，然后用筷子夹着乒乓球运到5米外的另一边（可左右手同时进行），两分钟内看哪组运得最多的胜出，（乒乓球掉地上的做废，不能再夹起来）。

### 2、当仁不让

后一人为止，这人就算赢了。赢的人给予奖励。

### 3、马兰花

游戏方法：多人游戏，大家在顺时针跑动时随主持共同大声朗诵童谣““马兰花，马兰花。风吹雨打都不要怕，勤劳的人们在说话，请你马上就开花。开几朵？”“开\*朵”（主持人），大家根据主持人说指令，就近迅速抱拢，人数为主持

人宣布的数量，多了少了都为失败，失败者即遭淘汰。剩下的人继续游戏，最后，主持人根据情况宣布胜利者（原则上3人以内）

#### 4、“水！水！水！”

游戏规则：每个组出5个人站成一列，每人嘴上叼一只纸杯，然后从前往后传水，不能用手，全凭嘴和头的动作，在规定时间内按传到最后的水的多少算胜负。

#### 5、混合接力

篮球、排球、乒乓球（严肃规则，篮球弹两次为违例，排球、乒乓球落地为违例，违例者返回起点重新开始）

#### 6、飘来飘去

参加人员：两组对抗（每组一般为3人到7人）

游戏规则：游戏开始前先把绳子沿场地的正中间拉开（像网球网一样），然后双方排开用头顶球，哪方先落地为输，双方轮流发球。体现配合能力和竞争能力。（注意只能用头，不能用身体的其它部位）

#### 7、投圈套物

游戏规则：每队5人，每人有5次投圈的机会，套一瓶啤酒，累

计套中最多的队有奖品，而最少的队，需在众人监督下，喝完一瓶啤酒。（单组进行，计数）

#### 8、背部运球

游戏方法：现场报名，三人一组；一人将气球吹大，二人背

对背，将气球放于两人背部之间，从起点开始，两人用背部夹住气球共同行进20米往返（于10米处设置折返点），同时携带一个未充气的气球，如气球中途落地，则需返回起点重新再运，到终点后由两人用背部将气球挤爆，另一人将未充气的气球吹爆，游戏动作完成。用时最短者获胜。（单组进行，计时）

## 9、吸星大法

游戏规则：

人数：分2~4队

器材：吸管、一次性纸杯、椅子、黄豆

方法：在距离起点约十公尺放置椅子、一次性纸杯及黄豆，然后让队员拿吸管从起点出发至椅子处，用吸管将杯中黄豆吸起跑回起点，将黄豆放到免洗杯中，黄豆多者胜。

## 10、“滚来滚去”

游戏规则：持棒赶球，20米往返（于10米处设置折返点），每个队3名队员同时站在起点处排成一路纵队，第一名队员手持木棒，当听到裁判发令后，利用木棒将球赶至并绕过障碍物，然后再赶球返回起点交与下一名队员，用时最少的队伍获胜。

华能澜沧江水电有限公司如美水电工程筹建处

二〇一一年十二月三十一日

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：

## 一、运动会主题

团结、合力、拼搏、超越

## 二、组织机构及职责

### （一）运动会组织委员会名单

#### 1、名单

2、职责：负责活动的组织领导工作和对各比赛中有关问题的最终裁决。

### （二）组委会办事机构及成员名单

负责人：

#### 1、筹备组：办公室

#### 2、会务组

负责赛场布置、组织颁奖及赛事的'各项协调工作

负责道具准备

负责会场秩序及突发事件处理(医务和安全保障)

负责比赛结果检录

#### 3、宣传组

负责组稿

负责摄影

#### 4、裁判组

（起点发令员）、张鹤龄 贾立业（现场监督员）

（终点裁判员）、安雪言 杨 林（机动裁判员）

#### 三、运动会时间、地点

待定

共 7 页

有限公司首届趣味运动会方案稿

#### 四、比赛项目及规则

##### （一）二人三足跑（每队男女队员各1名）

1、比赛规则：赛前每对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，螺旋式前进，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、用时：约5分钟

3、场地：50米长、10米宽

##### （二）螃蟹背西瓜（每队3名队员，至少1名女队员）

1、比赛规则：3名队员同时立于起跑线后，共同用背部夹住球前行，途中背部离球，用其他部位碰球，或球掉落，皆为犯规，须在犯规地停止前进直至重新调整好始得继续比赛；

在规定距离内，用时少者胜出。

2、用时：约3分钟

3、场地：50米长、10米宽

（三）抛绣球（每队男女队员各1名）

1、比赛规则：

（1）接球者站于距抛球者5米之外的圆圈（直径0.5米）内用篓子接球；

（3）抛球者共抛出20个球，5分钟内抛完，接球者篓内球数多者为胜；如有成绩相同者，进行复赛，直至决出胜负。

2、用时：约15分钟

3、场地：10米长、10米宽

（四）蹲跳接力（每队2组，每组男女队员各1名）

1、比赛规则：

（1）出发时，运动员应面向跑道，背靠背挽住手臂蹲在起点线；

（2）听到发令后，第一组由起点向终点线蹲跳；

（3）两人都跳过终点线后，再跳回到起点线，然后第二组进行；

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。

(4) 计时与名次：以第二组返回起点计时，用时少者胜出。

2、用时：约8分钟

3、场地：50米长、10米宽

共 7 页

(五) 摸石过河（每队1名队员）

1、比赛规则：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，选手必须返回起点重来。

2、用时：约10分钟 3、场地：50米长、10米宽 （六）托球跑（每队1名女队员）

1、比赛规则：乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，每个人

托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来。在规定的赛程内用时最少者名次最好。

2、用时：约3分钟

3、场地：50米长、10米宽

## （七）双腿夹球接力（每队男女队员各1名）

### 1、比赛规则：

（1）将球放在两膝上方用劲夹住，走到对面终点处，将球交给对面队友，队友用同样方式夹球返回起点，时间最短者为胜。

（2）必须从起点线后起步；

（3）如中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；

（4）双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

2、用时：约10分钟 3、场地：50米长、10米宽

## （八）穿衣接力（每队3人、至少1名女队员）

1、比赛规则：每队准备一件五粒钮扣的衣服，在起点将衣服穿好，裁判

发令后跑到终点，把衣服脱掉后给队友穿上，然后从终点处跑至起点，以此类推。时间最短者为胜。

2、用时：约10分钟 3、场地：50米长、10米宽

## （九）袋鼠跳（每队2组，每组男女队员各1名）

### 1、比赛规则：

（3）从裁判发令开始计时，至每组队员躯干触及终点线垂直面的瞬间止。将麻袋交给队友，然后从终点处跑至起点，以此类推。最先完成比赛者获胜。

2、用时：约10分钟 3、场地：50米长、10米宽

(十) 拔河比赛 (每队5名, 至少2名女队员)

## 五、参赛单位及组织报名

(一) 各参赛代表队

办公室、研展部、亨泰公司联队 财务部、策划部、置业部联队 销售部一队 销售部二队

(二) 组织报名

4、办公室负责接收报名并进行资格审查。

## 六、活动流程及赛事安排

(一) 活动流程

(二) 赛事安排

## 七、计分方法与奖励办法

(一) 计分方法

各比赛项目第一名计10分、第二名计7分、第三名计5分、第四名计2分。

(二) 奖项设置

### 1、团体奖

(1) 团体冠、亚军各1名 (2) 优秀组织奖2名

### 2、单项奖

(三) 奖励方案

## 八、其他事项：

1、 月 日召开动员会，公布运动会方案； 2、 月 日制订报名表，组织报名；

3、 月 日召开筹备会议，落实运动会的各项工作； 4、 月 日竞赛场地与器材的准备。

办公室 2015年1月1日

### 一, 活动宗旨：

展现全体员工良好的精神风貌和充满斗志的活力. 增强员工的竞争意识和集体凝聚力, 融洽彼此感情, 向着更高, 更快, 更强, 更新的目标迈进!

### 二, 活动时间：

2012 年 3 月 7 日, 下午 13:30—17:00

### 三, 活动地点：

中洲公园中央广场，溪边草坪，阳光沙滩

### 四, 人员安排：

1, 大会主席一名(sk); 2, 总裁判长一名(sk); 3, 裁判员, 记分员四名(mh); 4, 检录处一名(mh); 5, 赛事指挥一名(mh); 6, 赛事场记一名(mh).

### 五, 竞赛项目：

1, 袋鼠跳：

比赛方法:比赛分四队同时进行,所有队员全部参与.每支队伍平均分为 2 个小队记为 a,b,相向各排成一纵队.比赛开始前,每组 a 队的第一名队员将布袋套至腰部,听裁判员发令后向 b 队前进,中途布袋不得脱离双腿,至 b 队时脱去布袋,由 b 队队员套上布袋向 a 队前进,如上述循环直至最后一名队员.最终用时最短的队伍获胜.若四队队员人数有差异,择取平均成绩为评判标准.

道具:每组所用布袋均为同一规格,用明显的标记划出各队的起跑线和跑道线.a,b 两队起跑线间距离 20 米,每条跑道宽 1.2 米.

详细规则: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.从开始脱下布袋交接,至下一名队员的布袋完全套好前,整个交接过程必须在跑道端线以外进行,不能越线.所有队的比赛结束后,以用时较短的次序排出前三支队伍.

## 2, 端水梅花桩:

内不会将桶装满.

## 3, 智慧拔河:

比赛方法:比赛分四队,每两队角逐,所有队员全部参加.每队赛前将队员分成任意人数的三组,并将分组人员数量报与裁判,比赛开始后人数不得更改.三组同时比赛,两组以上获胜则为胜利.拔河时将绳子中线拉过己方 2 米处获胜.

道具:长约 20 米的绳子三根.

详细规则:四对抽签选择对手,两队胜者正夺冠军;两队败者争夺第三名.



#### 4, 动感颠球:

比赛方法:一面四周绑了数根绳子的鼓. 要求每位队员拿起一根绳子, 把鼓提起来;用这面鼓颠起一个排球, 在排球不落地并超出一米高的情况下连续颠, 颠球次数最多得队获胜. 道具: 绑着绳子的鼓四个, 排球四个.

#### 六, 娱乐项目:

##### 1, 踩气球:

比赛方法:每次 10 人参赛, 男女不限, 每名队员脚踝处绑上一个气球, 3 分钟时间, 在指定的范围内, 踩暴对方选手的气球, 并保证自己的气球不被踩破. 气球被踩破的队员要及时离场, 不能参与比赛. 比赛时间到, 保留气球多的人获胜.

道具: 每组 20 个气球

详细规则:自愿报名, 够 10 人开始游戏.

##### 2, 喝啤酒:

比赛方法:每次 5 人参赛, 男女不限, 裁判喊开始后, 将面前准备的啤酒喝光, 速度最快者获胜. 3, 呼啦圈: 比赛方法:每次 5 人参赛, 男女不限, 裁判喊开始后, 转动呼啦圈, 三分钟时间, 坚持到最后的人获胜.

#### 七, 评分标准:

1, 每项比赛根据规则, 评选名次;第一名加分 10 分, 第二名 6 分, 第三名 3 分, 最后一名 1 分.

2, 所有比赛项目结束后, 将得分累计, 评选出前三名.

3, 竞赛过程严格按照比赛评分标准, 由裁判监督, 每次违例将

扣 2 分.

4, 整个比赛另评选出一队最佳创意奖, 评奖标准如下:

全队入场时和竞赛过程中表现的各种创意;

全对整体精神面貌, 比赛纪律的遵守;

违规次数少, 服从裁判;

八, 运动会时间流程:

1, 赛前分好比赛队伍(4 队), 每队选出队长, 起队名, 队训, 制作好队旗;

2, 场地布置, 在运动会开始前, 由 mh 提前布置好  
11:30—12:30;

中间等待宣布运动会开始.

准备不超过两分钟的演讲稿;

指

定休息区(比赛场地的四边, 每队一边);

成绩.

圈.

8, 继续后两项比赛 15:30—16:40;

9, 根据成绩, 评选优胜队伍和精神文明奖获得者; 由总裁判长核算并公布成绩

代表讲话. 11, 运动会主席评语, 宣布运动会结束  
16:55—17:00; 12, 运动员退场.

九, 场地安排:

1, 拱形门, 横幅标语

2, 彩旗

3, 扩音喇叭, 口哨

4, 各种比赛道具, 积分表

5, 各队队旗

## 促销趣味活动策划方案篇八

所有群内人士及所有爱心车主及社会朋友。

xx县xx镇。

20xx年xx月xx日。

xx县绿丝带志愿顺风车。

上半场: 所有车主和所有爱心人士上午7点统一集合(地点xx□□统一绿丝带和统一车标。集体打双闪灯向七彩河出发, 沿途在凤城镇、演礼乡、固隆乡、次营镇、董封乡所在地停靠派发传单, 宣传爱心顺风车活动意义。下半场: 到达七彩河后举行我们的爱心顺风车趣味运动会。

既可增加爱心顺风车的. 宣传力度, 又融洽所有爱心车主彼此感情。

aa费为xx元。（包括车费、中午集体聚餐、儿童免费）

20xx年xx月xx日。

致电群管理保持幸福[xxxxxxxxxxxx]报名时请带身份证复印件，儿童请带户口本复印件，并交纳相关费用以确定人数，并说明是否拼车或者自驾车的车辆情况、车牌号以及同行人数。

全程每辆车号有号码牌、顺风车标识、工作车首、中、尾做指引保障。

1、本次活动是xx县绿丝带顺风车的首次自驾宣传巡游活动，活动中有不尽人意的地方请多提宝贵意见，将在下次集体活动中做出整改，户外活动有一定的危险性，请大家酌情参与。

2、统一在xx进行车队编号集合，张贴车标，所有车辆行驶当中禁止穿插超越头车，保持队形。响应国家节能减排的号召，本次活动建议4人以下不驾车，组团拼车。

3、所有参与人员各自承担各自人身及财物安全，顺风车队概不负责由此引起的一切不良后果，所有参与本次活动人员必须听从领队的统一指挥。

4、行车线路[xx]途中在乡镇所在地发放传单)

5、车辆费用：参加车辆的车主要对自己的和车辆安全性能进行认真检查，确保行驶安全。每车乘坐4人，补助油费50元。

1、本次活动具体行程期间可能会有各种各样的未知事件出现，一切困难要在活动中大家商量解决。

2、凡报名参加者均视为甘愿自冒风险，其生命及财产只能是自己对自己负责。如有意外发生本车队及其它同行者虽会尽力相助，但并不承担，也无能力承担其它责任。这一点请决

定同行的人员务必想清楚并与家人沟通好，且勿盲目报名。

3、本人详细阅读，自愿同意以上声明，一同出行。报名后视同完全同意本次活动的特别声明。

## 促销趣味活动策划方案篇九

为了加强部门间的联系，促进干事之间的相互了解及增进其感情，培养干事的团队合作精神，提高干事的综合素质，形成良好的工作氛围，并提高干事的综合素质，使学生会成为一个团结友爱，和谐相处的集体，为今后的工作，学习建设打好扎实稳定的基础，使整个学生会齐心协力，团结向上，特举办浙江师范大学工学院首届趣味运动竞赛活动。

4月24日（周六）

商业街后篮球场

“携手合作，闪亮工学”

：浙江师范大学工学院团委

承办单位：工学院团委学生会体育部

协办单位：工学院团委学生会文娱部、纪检部

**【10分钟团队】** 规定十分钟时间，各个参赛队伍在这段时间内要求选出1名队长，1名副队长，同时在队长的带领下，大家一起想出自己团队的名字，并且明确主题，口号，队歌，队标。最后，由各小组轮流展示，并演唱队歌，由主席团评委打分。（提示：主题与口号，队歌，队标等均与运动有关）

**【运动知识pk赛】** 本环节采取抢答的形式，由主持人出题，各参赛队伍抢答；题目形式以选择题为主；每题5分，答对加

分，答错扣分；在主持人出题后，指示“抢答开始”后，各队举手抢答，否则作抢答无效处理。

## 【运动实战】

本环节以实战型的趣味运动为主，体现团队团结合作精神；共8个项目比赛，每个比赛项目均需男女搭配完成，各个队伍选派参加；具体男女参赛比例见游戏规则；比赛采取积分形式决出胜负。

项目一：爱心速递 1、参赛人数： 每队选出10名队员参赛（5男5女）

2、比赛规则： （比赛设两组，一组3队，一组4队参赛）

a□ 每个队10名队员依次排开排成一列，间距一臂；

b□ 第1名队员双手举起象征爱心的篮球，其余队员站立，当听到裁判发令后，第1队员将球传给第2名队员，依次类推，当第10名队员接到球后，持球跑到第1名队员前面依次轮换传球。

c□ 当第1名队员站在最后1位并双手持球并高举后视为比赛结束（比赛过程中，第1名队员是不跑动的）。

d□ 在传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球。

3、赛制规定： 一场决定胜负，按用时长短的排取名次，第一名加10分，第二

名加8分，第三名加6分，第四至第七名分别加5、4、3、2分

项目二：运乒乓球比赛

1、该项比赛每个队选4人参赛（2男2女）。

2、比赛规则：

a□赛程全长10米，采取接力运球形式，4名选手来回两次。

b□参赛人员将乒乓球平放在乒乓球拍上，在工作人员宣布比赛开始之后，立即平端着球快速向前移动，到达对面以后，采取接力形式，4名队员接力结束且最先到达终点而且球不落地者即为胜利。

c□乒乓球必须放在乒乓球拍的中间，不能用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点，再从终点返回起点，球不掉在地上为有效，如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来。

项目三：背夹气球接力 1、该项比赛每队选择4人参赛，至少有一对男女搭配参加。

2、比赛规则：

a□两名队员背靠背站立，由工作人员将球放在两膝上方用劲夹住，当听到裁判指示开始后，开始走到对面终点处，将球交给对面队友，循环反复至全队结束，时间最短者为胜。

b□必须从起点线后起步。

c□如中途气球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛。

d□双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

e□如果气球破裂，直接记成绩为0。

项目四：绑脚接力

1、比赛人数：每队4名队员，（至少一对男女同学）

## 2、比赛规则

a□2人在起点站成一排，用棉绳将中间的每两只脚绑在一起，准备出发，另外2人在终点待命。

b□当听到裁判指令后开始起步，当到达对面终点时，马上解下绳子，再由待命的两名同学绑上，往回走，直到回到起点视为比赛结束，最先到达终点的队伍为获胜。

c□比赛期间，如果绳子脱落，则需在原地重新绑好后，方可继续前进。

3、比赛赛制：一场决定胜负，按用时长短的排取名次，第一名加10分，第二名

加8分，第三名加6分，第四至第七名分别加5、4、3、2分

项目五：1分钟投篮 1、每队选取2男2女参赛。

## 2、比赛规则

a□参赛队员统一在罚球线站立，在听到裁判指令后开始投篮，4名队员必须轮流投篮，在规定的1分钟时间内，按进球数排取名次，决出胜负。

b□参赛队员必须统一在罚球线后投篮，越线或踩线则进球无效。

c□如发现参赛队伍没有轮流投篮，则直接取消参赛资格。

3、比赛赛制：一场决定胜负，按进球数排取名次，第一名加10分，第二名加8



分，第三名加6分，第四至第七名分别加5、4、3、2分。

## 项目六：模拟保龄球

1、该项比赛每队有3次机会，男女不限。

2、游戏规则：

a□在相距参赛者20米的地方用矿泉水瓶摆放成三角形状的简易保龄球，参赛者在起点线后，用排球击球，按照击倒的球数排出名次，决出胜负。

b□参赛队员必须统一起点线后投篮，越线或踩线则进球无效。

3、比赛赛制：一场决定胜负，按击倒的水瓶数排取名次，第一名加10分，第二

名加8分，第三名加6分，第四至第七名分别加5、4、3、2分。

## 项目七：团体跳绳

1、比赛人数：该项比赛每队选取3男3女参赛，6名选手参赛。

2、游戏规则：

a□由2名队员持绳，其他4名选手准备。

b□在听见裁判指令后，2名选手开始舞绳，同时其他4名选手开始起跳，在规定的3分钟内，按跳的个数排取名次。

c□跳绳过程中只要不是，所有队员齐跳过的都视为没过。

3、比赛赛制：一场决定胜负，按跳绳个数排取名次，第一名加10分，第二名加

8分，第三名加6分，第四至第七名分别加5、4、3、2分。

9: 15 学生会所有成员在商业街集合并进行分组，各部部长负责点到，

将所有参加的学生会成员组合成7队，每组人数待定

10: 10—10: 40进行运动知识pk赛环节

10: 40—10: 45各队进行运动热身，准备比赛

10: 45—11: 45 进行运动实战赛

11: 45—12: 00比赛结束，进行表彰，由主席团进行颁奖

12: 00全体解散，活动结束

1. 总调度：主席团

负责活动统筹，协调各部门的工作，保证活动正常有序的进行

2. 节目组：

组长：钱俊

组员：体育部、文娱部全体【趣味活动比赛活动方案】

- (1) 负责活动流程以及裁判人员的安排；
- (2) 负责活动的主持和礼仪工作；
- (3) 负责整个活动裁判赛事工作；
- (4) 负责比赛成绩纪录与最终成绩的统计；