

# 2023年青少年趣味运动 趣味活动方案(汇总6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 青少年趣味运动篇一

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。

## 青少年趣味运动篇二

为了丰富广大同学的业余生活，活跃校园文化氛围，值国际妇女节来临之际，后勤集团学生公寓服务中心决定在云龙、泉山、贾汪三个校区举办庆“三·八”妇女节有奖趣味活动。现将具体事项通知如下：

一、活动日期：3月5日(星期天)下午2：30—5：30(泉山、云龙)

3月6日(星期一)下午3:30—5:30(贾汪)

(如遇雨天,活动顺延,具体时间另行通知)

二、活动地点:泉山校区(一食堂西塑胶篮球场)

a校区(学宿2、3#楼之间)

校区(教4楼东场地)

三、活动内容:

泉山:我猜我猜我猜猜猜、快乐呼啦圈、激光打靶、

小猫钓鱼、趣味保龄球、瞎子击鼓、踩气球

云龙:我猜我猜我猜猜猜、踩气球、抢凳子、

趣味保龄球、快乐呼啦圈、小猫钓鱼

贾汪:趣味保龄球、快乐呼啦圈、瞎子击鼓、

踩气球、抢凳子、小猫钓鱼

四、奖项设置:

一等奖(猜中谜底15个以上或所有游戏均获胜)

二等奖(猜中谜底10个以上或参加任意四个游戏并获胜)

三等奖(猜中谜底5个以上或参加任意两个游戏并获胜)

鼓励奖(猜中谜底1个以上或参与活动)

有奖趣味活动游戏规则

## 1、快乐呼啦圈

游戏规则：每场由4人上场比拼，比赛前每人分别领得1只呼啦圈、10根别针，比赛开始后一边在腰部摇着呼啦圈，一边将手中的别针首尾相连串成一串，中途呼啦圈掉落需重新领取10根别针再开始，最先按要求穿够10枚别针，就算本场比赛的胜利者，并在奖章券上盖章。

## 2、小猫钓鱼

游戏规则：4人一组，2分钟内钓得最多者获胜并在奖章券上盖章。（注：酒瓶必须放到桶内）

## 3、瞎子击鼓

游戏规则：鼓与参赛者距离10米，参赛者拿者鼓锤蒙上眼睛后，原地转3圈，走出去击响鼓者为胜，获奖者在奖券上盖章。（注：手先碰到鼓或桌子再敲鼓则算违例）

## 4、趣味保龄球

游戏规则：将15个饮料瓶摆放成正三角形，游戏开始后队员手持排球站在划定的警戒线外，当哨声响起后持球队员采用地滚球的方式，将球滚向成三角放置的饮料瓶，每击倒一球得一分，每人三次机会，当最终得分超过6分者胜出并在奖券上盖章。（注意事项：不得用排球砸向饮料瓶，否则视为放弃比赛。）

## 5、激光打靶

游戏规则：2个人一组(男女不限)，每人10枪，打中8枪以上(含八枪)者胜出并在奖券上盖章。

## 6、踩气球

剩余气球最多者胜出。(如最先到达终点者腿上所剩余气球非最多，不算作胜出，取下一队，直至最先到达终点且腿上所剩余气球最多者胜出。)胜出者在奖券上盖章。

## 7、我猜我猜我猜猜猜

游戏规则：参加人员请猜谜现场工作人员到谜面处，如回答正确则可以将谜面拿下直接到领奖处即可领奖。(切不可私自取下谜面)

## 8、抢凳子

# 青少年趣味运动篇三

为了丰富我校教师的的课余生活，加强同事们彼此之间的交流，增进大家的感情，让大家在工作中能轻松一下，本着娱乐第一、比赛第二、重在参与的原则，特举办本次趣味游戏活动。

一：活动时间：九周三下午放学后(五点二十分)。

二：活动地点：学校篮球场、足球场

三：参加人员：全体教职员工

四：活动说明：

1、活动以年级为单位，每个项目参加人员尽量不要重复，让大家都有机会参与。(活动算积分)。

2、活动结束后，饭堂共聚晚餐。

3、全校共分八大组：六个年级各一组，行政、教辅人员、文员一组；综合科一组，共八组。

4、工会成员冼贞华、林进亮、冯嘉亮不参与他负责的游戏。

五：器材准备：、各自准备负责的游戏所需用品。

六：游戏安排

1、顶橘子

需要道具：每组2个橘子

参赛人数：每组8人

游戏方法：开始端的老师头上顶个橘子往前走，过20米线后，另一端的老师才准出发(可提前把橘子放在头上准备)。如橘子跌落要求从跌落的地方重新放到头顶上才可以继续比赛，比赛赛距离20米，每一边5人。

2、搭桥过河

需要道具：报纸

参赛人数：每组派9人上场，三人一小组。

游戏方法：每组分三人自由组合，起点组手持四块报纸(原报纸的四分之一)，由第一名队员向前搭放报纸，第三个队员不断地把身后的报纸传给第一个队员，三人踩着报纸前进15米，要求脚不能触地，绕过障碍物回到起点，待三人全部过界后另一组将接过报纸以同样的方式继续走，直到全部组完成，算时间定成绩。

3、大家乐套圈：

需要道具：呼啦圈4个

参赛人数：每组8人

游戏方法：每组8人，每两人之间相互手握一条橡皮筋，排成一列，从第一个老师起，将身体套过呼啦圈，呼啦圈沿着手臂和橡皮筋顺着到下一个老师，套过后再到下一个，直到8人全部套完为止。

以上游戏均以时间快慢确定成绩，每个项目分别积分。10、9、8、7、6、5、4、3分。最后以总积分确定名次，纳入工会活动积分。

## 青少年趣味运动篇四

活动前言：夏季是四季中最热的季节，而冬季则是最冷的季节，那么针对这两个季节小朋友们都了解几点呢？你能够说出冬季与夏季分别种什么花吗？明白冬季与夏季的相关的特征吗？这天就让我们一齐来看有关的话题吧！

活动目标：

1. 针对冬天和夏天的话题发表自己的观点，养成专注倾听、大胆表达的良好习惯。
- 2、尝试以辩论的形式进行交流，提高语言表达的逻辑性。

活动准备：

- 1、课前与幼儿共同搜集多种反映冬季和夏季特征的图片，并布置在活动室。
- 2、可粘贴的小红花。

活动过程：

1. 出示挂图，引入话题

教师出示分别代表两个季节的花卉图片，请小朋友说说：它们分别在什么季节开花。

2. 教师提问，引导幼儿探讨冬天和夏天的特点

(1) 你认为冬天是什么样貌的？夏天给你留下了什么印象？

(2) 你认为冬天或者夏天有什么好的地方？又有什么不好的？

3. 引入论题，分组讨论

教师提出问题：你喜欢冬天还是喜欢夏天？为什么？将幼儿按观点的不同分成两个组，各组幼儿自由交流观点及理由。

4. 讲解规则，展开辩论

辩论规则：

(1) 两组幼儿轮流发言。

(2) 一次理由充足的发言能够为本队赢得一朵小花。

(3) 一方发言之后，另一方能够反驳，理由充足的，同样能够赢得小花。

幼儿园教案：此活动以辩论的方式开展更多的锻炼孩子们的口才，开发宝宝们的思维，同时也使孩子们对冬夏两个季节特征了解的更加透彻，平时在家里父母也能够多与孩子们以这样的方式来学习的噢！

## 青少年趣味运动篇五

为丰富全校教职工课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”理念，推进我校“健康幸福工程”的深入



开展，增强教职工的身体素质和凝聚力、经学校行政研究决定，由工会及体育组共同举办教师趣味运动会。

时间：20xx年4月21日起每周一下午5：00点

地点：校运动场

### (一)个人赛

(1)定点投篮裁判：何刚、唐陆林、李华伟、黄恒翔

6组参赛代表队每队分批投篮，起投位置在罚球线，每人5次，记录投中个数，姿势不限，各小组按顺序定点投篮，以全队累计投篮命中总数决定比赛名次，违反投篮位置规定的投篮入球无效。每人投5球，每球1分。

(2)垫排球裁判：胡俊杰、姜上军

比赛方法：参赛者双手垫球(球必须超过头部)，以一分钟内垫球次数多少判定名次，如球掉地，可以继续比赛。如有争议，以裁判仲裁为主。1-3名5分、4-8名3分、9-15名2分、参与的教师1分。

### (二)集体赛

(1)50米迎面接力裁判：王军、李旭文

参赛队员10人，5男5女。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。

2)双人夹球赛跑(每组16人，两人一小组)裁判：练远文

比赛规则：两人一组，背对背夹着软式排球30米往返，以球不落地为有效。按单位累计总成绩排名次。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。

## 青少年趣味运动篇六

:为了活跃校园文化氛围,迎接国际妇女节以及引导广大女生更多的关注自身的道德修养,文化内涵,心理健康,独立意识等综合素质的提升,彰显我校女生风采,搭建一条女生与男生之间沟通的纽带,帮助女生们走成长,成才,成功之路,让女生的魅力在三月的春风里随梦想一起放飞。“妇女节”是以关怀我校广大女生们,增进男女生交流的主旨,加强女生的自信心,全面拓展女生各方面的素质,不断突破、创新,力求挖掘出新的亮点,为校园注入动感的新鲜活力,特此举办此活动。让女生成为学生活动中的一道靓丽的风景线。

:本次活动由我系及物理系学生会女生部负责策划工作,另外同时需要宣传部(负责本次活动的宣传以及场地布置)、文娱部(负责主持等工作)、其他各部协助。

本次“妇女节”将于3月8日或3月7日举行。

(三)“靓丽动人”美容化妆讲座;(四)有关成才教育的电影播放。

:(一)人员召集;

(二)场地准备;(三)物件准备.

(二)关于女生一些问题的交流会

(1)主持人引出话题,对相关观点与同学进行探讨。

(2)主持人就同学的讨提出问题,请其他人说说她们的观点和看法。

### (三) “感恩送祝福” 活动

时间:3月8日

内容:在活动当天向我系辛勤的女教师各送一束康乃馨和贺卡以表示祝福感激。

(1)时间:3月8日下午

(五)、教育电影播放:时间:3月8日晚上 名称:待定 地点:待定

我系负责:策划 拍摄 签字板 场地清理 化妆师邀请 心理老师邀请

主持人、老师代表、纪律维持人员各系派一人

胶带彩带等许多东西预算共25元;