

最新公司组织跳绳比赛 跳绳比赛活动方案 (汇总10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

公司组织跳绳比赛篇一

为了全面落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中提出的“学校要树立健康第一的指导思想，切实加强学校体育工作”的精神，本校在举办“体育节”和“田径运动会”的基础上，为了进一步丰富学生的课余生活，增强学生体质健康，活跃校园文体氛围，特地举行20xx鹿城区江临中学跳绳比赛。现将比赛有关事项通知如下：

20xx年12月21日星期二下午班会课

本校教学楼前水泥路

- 1、个人项目：1分钟跳绳、3分钟跳绳；
- 2、集体项目：8字跳绳（3分钟）；

个人项目单项报男女各5人；集体项目男女混合跳各班男女各报5人；

于20xx年12月16日星期四前上报政教处；

在同一时间内，以跳过次数多者为胜。集体跳绳10人全部要

跳，一人次通过计一次，如多人次同时通过也只计一次。

1、仲裁委员会□zz

2、发令、计时裁判□zz

3、计数裁判：

七（1□z□主裁判）学生一名七□2□z□主裁判）学生一名

七（3□z□主裁判）学生一名八□1□z□主裁判）学生一名

八（2□z□主裁判）学生一名八□3□z□主裁判）学生一名

九（1□z□主裁判）学生一名九□2□z□主裁判）学生一名

九（3□z□主裁判）学生一名

（八）、评奖办法：

1、个人项目设一等奖1名，二等奖3名，三等奖5名；

2、集体项目取前五名。

江临中学政教处

20xx鹿城区江临中学跳绳比赛报名表

班级领队、教练报名时间

项目姓名（性别）

1分钟跳绳

3分钟跳绳

成绩（次数）

名次

公司组织跳绳比赛篇二

为了促进“阳光一小时”体育活动的开展，丰富同学们的`大课间活动，加强各班之间的交流,提高学生的身体素质和预防疾病的能力,培养学生的兴趣和爱好，增强班级的凝聚力，培养学生团结协作的精神，举行本次跳绳比赛。

跳出健康、跳出快乐。

20xx年1月

学校操场（如遇雨天改在体育馆）

学生组：一年级组；二三年级组；四年级组级组；六年级组；七年级组。组、生活组。

1、并腿前跳：两分钟比赛人数：全班学生绳次数。跳绳过程中可以停顿，以两分后成绩。然后把全班跳绳总次数除以全班人数，速度跳：参加对象：4—7赛人数：全班学生、全体教师。跳绳次数。跳绳过程中可以停顿，以一最后成绩。然后把全班（全组）跳绳总次数除平均数高者为胜。

3、跳长绳分钟比赛人数：全班学生其余为跳绳员，五分钟内累计跳过次数，5—19号下午课外活动时间。

教师组：行政组参加对象：

1 比赛规则：比赛规则：参加对象：、初中组3年级比赛时间：

两分钟的时间内，单人跳钟结束时的总次数为个人最平均数高者为胜。比赛时间：一分钟。一分钟的时间内，单人分钟结束时的总次数为个人以全班（全组）人数，4—7年级比赛时间：五次数多者为胜。

2、比；五年、小学年级、教师组。比赛方法：全班选出两名学生为甩绳员，

本次比赛以班级（组）为单位，各年级组分别设一等奖（一年级组、教师组分一、二等奖）

德育处。

1、各班主任请在课余时间指导、督促学生练习，以真正体现“阳光体育”活动快乐的过程。

2、每个班级要求全员参战，如有伤病需出具医疗证明。要充分做好准备运动，指导学生活动器材学生自备（长跳绳除外）判员指挥，未按时到场班级（组）视为自另行通知。

3、请参加比赛的团队（班级）赛前关节，避免出现事故。

公司组织跳绳比赛篇三

本学期从健身体育出发，全面提高学生的身体素质及自我锻炼的意识。根据学生生理和心理特点，为学生提供自主学习活动的空间，改变原有的教学模式，以教师为主导，学生为主体，充分发挥学生主观能动性，挖掘学生内在潜力，尊重每个学生的个体差异，满足学生的不同需求，培养学生创新意识。通过多种教学方式，培养学生自学、自练、互评能力，在愉悦的气氛中完成任务。

主要是短绳和长绳练习，跳绳是深受小学生喜爱的体育教材内容，经常进行跳绳，对于促进运动器官的发育和内脏机能

的发展有重要的作用，尤其能够对发展弹跳力和提高灵敏、协调、速度、耐力等身体素质具有显著的效果。本课结合新课程标准的理念，根据二年级学生身心特点，将跳绳教材游戏化，培养学生练习的积极性，针对学生的个体差异，采用分层次教学的方法，满足学生们的不同需求，确保每个学生都受益，通过游戏提高团结、协作、竞争以及群体意识和集体荣誉感，使学生得到全面的发展，在学习中体会快乐，在运动中体验成功的同时培养学生的终身体育意识。

师生必须严格遵守作息时间和训练内容。

1. 训练时间安排：每周二下午第四节活动课。

2. 活动场地：体育场。

通过近一个学期的课余训练，拟成以下目标：

1、单摇。

2、花样跳。

3、集体项目需求编排新颖，配合默契、协调。

4、让每一个成员都热爱跳绳，并把跳绳作为自己日常的一种锻炼身体的常备手段。

公司组织跳绳比赛篇四

为庆“六一”，活跃和丰富学生的' 文化娱乐生活，为学校的精神文明建设服务。增强学生体质，提高健康水平，推动校园全民健身运动全面开展，特举行这次跳绳比赛。

总负责□xxx

负责人□xxx

辅导教师：各班数学教师

1分钟单摇跳（摇绳方向，方法不限）

参赛班级：一、二、三、五制四、五年级

5月26日早8点

地点：教学楼前

张林芳王莉靳小玉

1、比赛用绳规定：绳自备，长度不限。

2、摇绳规定：摇绳方向不限，正、反摇均可。

3、裁判方法：比赛以吹哨为开始信号，发令员的口令是：“记数员注意——运动员准备——鸣哨”，以哨音为结束信号，哨响结束计数；中途失误或绳脱手可继续比赛；运动员抢跳一次提出警告，抢跳两次取消比赛资格。

跳绳次数多者为优胜，每个年级男女各取前五名。

公司组织跳绳比赛篇五

成员：文秋云易应应唐森彪郑贵珍刘运程汪世清

裁判长：汪世清

裁判员：谢恒何玉蒋恒唐祖海罗天黎

计时员：蒋雄英、唐秋艳

计数员：由学生担任（4-6年级各班报10人担任计数员，并于9月21日课间操时间在体育组参加培训）。

记录员：何友莲、徐君华、张洁、黄敏

统计员：张文、李亚军

宣告：刘运程学生两人

学生纪律监督员：文秋云

摄影、摄像负责：蒋昱、王本有

公司组织跳绳比赛篇六

为了增强学生体质，提高学生运动兴趣，检验“人人会跳绳、人人爱跳绳”活动的开展，形成全员参与体育锻炼的良好风气，特举办本次跳绳比赛。

二、比赛时间：**年4月26日

三、比赛场地：学校广场

四、参加人员：一年级全体学生

五、比赛规则：

1、比赛时间1分钟。

2、在规定的场地内，以绳同时绕过头顶和脚底计一次。比赛过程中如跳绳绊脚中断，除该次不计外，可继续跳绳，连续记数。

3、跳绳自备。

4、跳绳个数由学校安排专人统计。

六、计分办法：

每班男、女生一分钟跳绳个数除以男、女生人数为本班男女生比赛成绩，他们的平均成绩为该班最后成绩。

七、奖项设置：

1、集体奖：根据团体总分，评出一等奖4名，二等奖4名。

2、跳绳小能手：各年级奖励男、女前十名。

八、注意事项：

1、如有学生特殊情况不能参加比赛，提前向教导处请假，以便统计成绩。（如有学生没提前请假不参加比赛的，该生成绩为0）

2、比赛时，每班要按照十人一组（男女生分开）站好队，依次参加比赛。

九、工作人员安排：

裁判员：张楠颜培峰

计时员：顾士亭

计数员：一年级全体数学老师、朱思玉、陈蕾、任庆利、李婷婷、吴文谦

统计员：赵守华

公司组织跳绳比赛篇七

为了丰富我校阳光体育活动，切实把民族传统体育与现代的阳光体育有机结合，认真贯彻教育局进修校的'指示精神，开展好学校体育活动，形成全体师生人人参与大课间活动的良好氛围。努力营造具有我校特色的阳光体育。让学生在阳光下健康成长，积极锻炼，增强体质，发扬顽强的拼搏精神。为此将举行全校师生共同参与的跳绳比赛。

20xx年11月

学校操场

- 1、以小组为单位，同学之间比赛。
- 2、参赛人员匹配：每组6人
- 3、一分钟计时，以次数多为胜
- 4、每组6名，录取前三名（1、2、3等奖）

（一分钟计时）

- 1、双脚跳绳
- 2、单脚交换跳绳
- 3、花样跳绳（每一组派一名或两名代表）
- 4、双人跳

- 1、各班级按规定场地站好
- 2、遵守赛场纪律，保持场地卫生

3、发扬“友谊第一，比赛第二”的精神，搞好团结

1、1-11小组

1、每组取前三名，按计数排序

1、奖状：以小组为单位，取一名团体奖

2、奖品：第1、2、3名，各5名。

公司组织跳绳比赛篇八

为了进一步促进“阳光一小时”体育活动的开展，丰富同学们的课外活动和课余生活，加强各班之间的交流，提高学生的身体素质和预防疾病的能力，培养学生的兴趣和爱好，增强班级的凝聚力，培养学生团结协作的精神，举行跳绳比赛。

公司组织跳绳比赛篇九

为丰富教师业余生活，提高教师身体素质，营造“阳光体育，健康快乐”的校园体育氛围，展现教师良好的精神面貌和自强进取的拼搏精神，经研究决定，学校将于20xx年10月底举行全校教职工跳绳比赛。现将比赛有关事项通知如下：

公司组织跳绳比赛篇十

为丰富职工的'业余文体生活，增进友谊，增强职工的集体荣誉感，增强全体职工的凝聚力，塑造职工顽强拼搏的精神，举办跳绳比赛。现将有关事宜通知如下：

1、竞赛组：负责竞赛组织、竞赛秩序、竞赛时间、竞赛奖励、临时事务决定。

组长：李斐

成员：张文龙、宿永明

2、承办单位：动力分厂团支部、储运分厂团支部负责通知事宜、宣传报道、器材准备、后勤保障等。

：公司办公楼前

单人跳绳、多人跳绳

1、单人跳绳比赛规则：比赛时一人摇绳（单摇），双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在一分钟时间内按累计次数多少排列名次，次数多者名次列前；次数相同，以失误次数少者名次列前，如仍相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。

2、多人跳绳比赛规则：比赛时两人摇绳，三人先后入绳双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在三分钟时间内按累计次数多少排列名次，次数多者名次列前；次数相同，以失误次数少者名次列前，如仍相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。各单位最后总成绩为团体成绩。

1、请各位参赛人员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。

2、赛前5分钟点名检录，核对队员人数，三次点名不到的视为自动弃权。

3、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请各班主任马上到计分处核准。

4、在比赛的过程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决定。

5、比赛时各参赛单位必须有指定联系人在场，维持赛场秩序。

1、本次比赛自愿参加，以分厂、站为单位统一报名，各单位可先行组织预选，每个单位参加资格赛选手名额为4名，男女不限，参加团体赛队员从各单位参加个人赛队员中挑选，名额为3名。

2、比赛不得影响正常生产，主要利用业余时间。

3、参赛人员必须是榆钢在册正式职工、汇杰派遣到榆钢的员工以及顶岗实习员工。

4、比赛为集体报名，个人参赛，各单位在1月17日14点前将参加资格赛选手名单发至动力分厂邮箱。

5、各单位须认真组织，展现积极向上、勇于进取的精神风貌。

比赛设一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名。团体奖前三名。

附件：跳绳比赛报名表

榆钢公司工会

榆钢公司团委

榆钢公司动力团支部