

# 最新教职工趣味运动会活动方案 工会运动会活动方案(汇总10篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

## 教职工趣味运动会活动方案篇一

工会组织活动的内在价值包括社会需要、基层拥护和职工欢迎三个方面。下面是有20xx工会运动会活动方案，欢迎参阅。

为了深入贯彻党的xx届五中全会精神，落实国务院《全民健身计划纲要》，丰富市直机关文化生活，展示干部职工精神风貌，增强凝聚力，促进和谐机关建设，决定举办第七届重庆市直属机关“公仆杯”职工运动会。

### 一、运动会主题

和谐机关团结奋进

### 四、协办单位

根据具体比赛项目需要确定。赞助单位可取得整个运动会或者某个具体比赛项目的冠名权。

### 五、项目设置

#### 1、篮球：男子篮球

2、乒乓球：男子团体、女子团体、男子单打、女子单打、领导干部男子单打和女子单打(市直各部门领导和各区县(自治县、市四大班子领导参加)

3、棋牌：中国象棋、桥牌团体赛，三人牌竞技赛

4、拔河：拔河团体赛

5、市直机关妇女干部职工健身比赛

## 六、举办时间

市直机关“公仆杯”职工运动会逢五逢十届举行集中比赛，其余届次项目不搞集中比赛。根据总体安排在20xx年分项目单独比赛：

1、5月下旬：运动会开幕式及拔河比赛

2、6月下旬：乒乓球比赛

3、7月中旬：棋牌比赛

4、9月中旬：女工健身比赛

5、10月中旬：篮球比赛及运动会闭幕式

## 七、举办地点

根据比赛需要在市内各体育场、馆进行。开幕式及拔河比赛在重庆市劳动人民文化宫举行。

## 八、参加单位

凡党的关系在市直机关工委、工会关系在市直机工会联合会、团组织关系在市直机关团工委、妇女组织关系在市直机关妇

委会的市直机关各单位均可报名参赛。本着自愿的原则组队，由工会联合会各联系片区进行选拔，确定最终名额参加比赛。

为活跃市级机关广大干部职工文化生活，进一步创建和谐机关用“更快、更高、更强”的奥运精神，激励市级机关广大干部职工积极投身新昆明建设。经请示和协商，拟在20xx年9月下旬举办市级机关第九届职工运动会。经组委会研究现制定如下工作方案□

## 一、组织领导

市级机关第九届职工运动会由昆明市市级机关工委主办昆明市市级机关工会联合会承办，昆明市体育总会、昆明市体育学校协办。

组委会定期召开会议，会议内容具体由主任或主持人核定。

## 三、运动会地点：昆明市体育学校体育场

四、参加人员：党组织关系在市级机关工委和市级机关工会联合会的全体干部职工。

## 五、竞赛项目

- 1、气排球(3男2女)；
- 2、羽毛球男女混双；
- 3、乒乓球(男女混双)；
- 4、迎面接力赛10人×50米(6男4女)；
- 5、袋鼠跳10人×20米迎面接力赛(6男4女)；

- 6、同心协力(10男5女);
- 7、定点投篮10人×3(6男4女);
- 8、男子、女子混合游泳接力赛4×50米(2男2女不限姿式);
- 9、桥牌双人赛(限两对);

## 六、总体时间要求

筹备工作总体分为三个阶段:

第一阶段: 确定组委会人员, 运动会时间、项目, 下发通知(7.30-8.10);

第二阶段: 确定场地、报名、编排秩序册, 组织经费, 确定开幕式(8.11-9.18)

## 七、奖励

1、名次奖: 按参赛队数的30%奖励。各项目具体录取名次执行单项竞赛规程。

2、团体奖: 本届运动会设团体总分奖, 录取前八名。

名次奖和团体奖均颁发奖牌和奖金。

八、报名及截止日期: 从通知下发之日起至9月4日前;各单位将参赛人员(领队、教练员、运动员)、参加项目、联系电话, 加盖单位公章后(附带电子版), 报送昆明市体育总会办公室, 地点在市级行政中心8号楼505室, 联系电话: , 联系人: 陶艳, 邮箱: 。过时不报视为自动放弃, 人员一经确定, 不再更改。

经镇党委政府研究决定, 为丰富干部职工的文体活动, 增强

干部职工的身体素质，特举办球溪镇机关干部职工体育运动会。

## 一、举办单位

主办单位：资中县球溪镇人民政府

承办单位：球溪镇工会、球溪镇文广站

## 二、时间和地点

### 1、时间□20xx年12月4日(暂定)

12月4日下午2点-2.30分各代表团带领运动员入场，2.30分运动会正式开始。如遇天气及其他原因组委会将另行通知各单位举办时间。

### 2、地点：球溪镇民兴家园广场

## 三、参赛代表团组成

运动会参赛代表团拟由镇村建环卫服务中心、镇农业服务中心、镇社会事业服务中心、镇社会事务办公室(包括民政、计生、计生服务站)、镇党政办、镇经发办(包括财政所、群工办、安办)、镇内直管单位(包括林业、国土)。每个代表团人数不少于10人，不超过20人，参赛项目不少于三个。

## 四、竞赛项目

1、集体拔河比赛;2、个人乒乓球单打比赛;3、个人羽毛球单打比赛;4、个人跳绳比赛。

## 六、组织机构

### 1、组委会办公室

主任：孟爱民；

职责：负责运动会的策划、筹备、组织、经费等工作，协调、跟进各部门工作。

## 2、运动员报名统计及后勤组

组长：钟辉

成员：涂萍、粟国军、陈福

职责：赛前审查运动员的报名统计，赛中、赛后协助仲裁组处理比赛中遇到的问题及比赛成绩的统计；负责运动会的有关宣传、发动和比赛场的宣传布置工作；负责体育器材的保管发放和回收工作。

## 3、竞赛及仲裁组

组长：李明

成员：刘莉、谢娇艳

职责：负责各竞赛项目的章程、编排、比赛和成绩公告以及比赛场地、比赛器材的准备工作。负责解答有关比赛方面的技术、规则等问题和处理代表团的书面投诉。负责添置有关器材，准备奖牌、证书及礼品。

5、宣传报道组负责人：刘国文(负责赛事精彩图片的采集及在球溪信息网上报道赛事信息)。

## 教职工趣味运动会活动方案篇二

阳春三月，暖意融融，绿上枝头，生机勃勃。喧嚣的`元宵节刚刚结束，又迎来了一年一度的“国际三八妇女节”。为丰

富我教委全体女教职工的. 业余文化生活，展现女教工的精神风貌，倡导健康向上的`生活方式，经教委工会研究，特举行“我运动、我健康、我快乐”女教工趣味活动，希望各单位工会组织报名，务必使每一位女教职工都积极报名参与。现将具体事宜通知如下：

活动时间□20xx年3月日午点到点。

活动人员：西董教委中学、小学、幼儿园的全体女教师。

活动地点：小学田径场。

活动项目：比赛设一分钟单人跳绳、一分钟单人踢毽子、3000米健步走三项。要求每位教职工限报一项。

### 1、单人一分钟跳绳比赛

活动规则：每位参赛女教师的跳绳时间为1分钟，跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人的最后成绩，按跳绳总次数多少颁发一、二、三等奖。

活动道具：短绳（自备）、秒表。

比赛裁判：6人（待定）

### 2、单人一分钟踢毽子比赛

活动规则：每位参赛女教师的踢毽子时间为1分钟，踢毽子过程中可以停顿，允许在设定范围内移动，以一分钟结束时的总次数为个人的最后成绩，按踢毽子总次数多少颁发一、二、三等奖。

活动道具：毽子（自备）、秒表。

比赛裁判：6人（待定）

### 3、3000米健步走

活动规则：每位参赛女教师必须是走完3000米，否则将被视为犯规，取消参赛资格。参赛教师根据名次颁发一、二、三等奖。

活动道具：秒表。

比赛裁判：6人（待定）

三个项目同时进行。（或者是（按照项目顺序依次进行比赛））。

未尽事宜另行通知。

## 教职工趣味运动会活动方案篇三

团结、合力、拼搏、超越

### （一）运动会组织委员会名单

#### 1、名单：

组长：

组员：

2、职责：组长负责活动的组织领导工作和对各筹备中有关问题的最终裁决。

（二）由活动承办方组织专业体育裁判小组，并由办公室负责安排现场监督员。



(二) 地点：合肥市体育中心，电话：

8：00所有现场布置设备安装等准备工作完毕

8：10召开赛前领队会议

8：30各参赛队列队就位，运动员入场仪式

8：50奏国歌

8：55主持人开场词

9：00集团领导致辞并宣布运动会开幕

9：10运动会各比赛项目正式开始

12：00各比赛项目结束，裁判员统计分数及公布名次

12：10颁奖仪式开始，集团领导为获奖者颁奖并合影留念

12：30集团领导致辞并宣布运动会圆满闭幕

(一) 计分方法

各比赛项目第一名计3分、第二名计2分、第三名计1分。比赛完成后，按得分从高到低排名。如果出现分数相同，则按照每队获得冠、亚、季军的次数，多者排名靠前，决出先后顺序。

(二) 奖项设置

1、团体奖

(1) 团体冠、亚、季军各1名

奖金设置：冠军10000元，亚军8000元，季军6000元

## 2、单项奖

(1) 最佳队长奖4人（不在冠亚季军队中产生）

(2) 最佳队秘奖2人

(3) 勇士奖4名

(4) 最佳合作奖2组（在比赛项目“快乐的痛”、“齐心协力”中，14组中计时最短的4人组得胜）

## 教职工趣味运动会活动方案篇四

### 一、指导思想

为活跃教职工生活，更好地开展“健康生活 快乐工作”活动，丰富全体教职工的业余生活，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“教工趣味运动会”。本次趣味运动会共设置了5个趣味竞赛项目，活动方案如下：

### 二、活动主题

快乐健身，全员参与

### 三、人员分工

#### 1. 领导小组：

组长：付永飞

副组长：钟金申

2. 裁判：叶珈嫚 蓝林俊 黄维祥 郑 奕

3. 器材负责：桑亦宁

4. 摄影：武乐群

5. 后勤：曾忠明

6. 计时员：罗官银

四、活动地点：

联城小学操场

五、参加对象：

联城小学全体教师

六、活动时间：

2015年11月1日下午

七、比赛方式：

全校教师分为分成6个大组，以大组为单位，参加相应的比赛项目，每个项目设6个等次，分别从高分到低分是10、9、8、7、6、5分，计项目总分胜出为第一名，然后依次排列。

八、比赛项目：

（一）东奔西走找朋友

每位成员抽签到一张挂历年画的小纸片，东奔西走去组合成一张大张的、完整的挂历，分别组成一张大挂历年画的成员

为一个团队，用时少的团队获胜，依次排列。

## （二）各具特色抱成团

此项不计分，每个团队要求选出团长，定出本团具有特色的队名和响亮的队的呼号，并在全体教职工面前团体展示。

## （三）争分夺秒收种忙

1. 比赛方法：参赛队每队8人，分两队每队4人对面站立，中间相隔距离18米，听令声第一个运动员手持装有5个球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的5个杯中，跑至对面终点后将盘子交与对面一个运动员，运动员接过盘子依次将球捡起并放进盘中，跑至对面交给下一个运动员，依次进行，直至最后一人跑完全程比赛结束。记时决定胜负。

2. 比赛要求：去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。如有中途掉球，由掉球人自行捡起再从掉球处继续。

## （四）齐心协力滚雪球

比赛方法：

1. 参赛队每队选8人，每队中再分成2小队相距30米进行比赛。一小队站在起点，发令后，各队第一位迅速向前跑去，跑到终点绕回来在起点与第二为选手手拉手一起跑，跑到终点再绕回来一起拉第三为选手一起跑依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2. 跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

3. 跑动中必须拉手中的全部选手到达终点才算完成任务。

4. 完成任务用时时间少的团队获胜。

## （五）“心心相印搬运工”

比赛规则：

2. 本比赛以用时长短为单项评比依据，比赛用时少的团队获胜。

## （六）目标一致抛绣球

1. 准备：提供3个小筐（小筐包装的漂亮一点），60个沙包

1. 人员安排：每组选8人参赛，其中裁判记录完成时间、完成质量和人员配合情况，并给各组打分。 2. 赛程安排：

各组根据所给的'等量面皮和水饺馅在5分钟内包出尽量多的符合要求的水饺，符合标准的饺子数多者团队获胜。 3. 质量要求：

每个饺子规格统一，花纹清晰，收口完整，无脱底，破裂等现象，馅心饱满，边窄肚圆，无双边，挺实，美观并整齐，规则摆放；

九、 注意事项：

团队设一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。获奖的团队给予相应的物质奖励。

## 2015年宁化县青少年宫迎新教师趣味运动会

一、活动目的：

为了活跃教学氛围，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经研究决定，在2015年元月3日由青少年宫举办教师趣味运动会。

二、活动时间：2015年元月3日（星期六）上午8：30

三、活动地点：青少年宫（宁化县客属中心四楼）

四、参加人员：全体教师和青少年宫人员

五、活动项目：二人三足、跳绳、双腿夹球, 袋鼠跳

六、活动形式：以个人为单位报名，每人报两项。

七、活动规则：

1、二人三足（两人一队，三对为一组取第一名）

两人组成一组(男女各一人)，赛前每组两位老师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，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。按时间少者为胜。

2、跳绳（3人一组，取第一名）

一分钟内跳绳总次数为个人最后成绩，数目多者为胜。跳绳过程中可以停顿。

3、双腿夹球（3人一组，取第一名）

至身体两侧，不可用手扶球。

4、袋鼠跳（3人一组，取第一名）

听到开始后开始穿，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)，时间最短者为胜。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。

八、奖项设置：取每组第一名获奖。

宁化县青少年宫

2015年12月20日

策划人：韩毓婕

## “迎中秋”教师秋季趣味运动会方案

### 一、活动宗旨：

中秋节是我国仅次于春节的第二大传统节日，为庆祝中秋节的到来也为了教职工增进友谊，凝聚合力，提升教师在园归属感及幸福指数并更好的建设教师队伍及团队意识，我园特举办“迎中秋”教师秋季趣味运动会。

### 二、活动时间：

2015年9月22日下午18:00

### 三、活动地点：

银川二幼枫叶桥幼儿园操场

### 四、活动组织：

总指挥：韩毓婕（办公室主任）【负责整场活动的顺利进行】

副指挥：黄薇（园长）、高荣（保教主任）

成员：幼儿园全体教职工【参与各项趣味比赛】

主持人：孟娇（教师）【负责整场活动的连贯及氛围的调动】

音效师：孟娇【负责整场活动音乐的正常播放】

## 五、活动形式及要求

1、全员职工共计22人，抽签分为2队，每队11人，各队小队长由各队自行推选产生，负责各队的组织练习和参赛工作。

2、此次活动由全体教职工共同参加，涉及内容较多，活动覆盖面较广，要求全体教职工发扬团队协作精神，通力协作，服从园内安排，认真参加比赛。

策划人：韩毓婕

3、各组成员和相关负责人要认真组织好此次活动，在不耽误幼儿园工作正常进行的前提下，完成好活动组织、准备和实施工作，严格控制无故缺席和请假。

4、比赛时，参赛人员必须服从园内的统一指挥，服从裁判的统一裁决。如有异议，由小组长提出，上交组委会统一裁决。

5、活动过程中请勿接打手机或做与活动无关的事情。

## 六、活动流程

开始前抽签确定每组成员，由裁判确认后生效

活动第一项：主持人宣布教职工秋季运动会开始

活动第二项：开场舞《鸭梨大》【时长5分钟】

活动第三项：运动员入场【时长2分钟】

活动第四项：园长讲话【时长3分钟】

活动第五项：裁判宣读赛场规则【时长1分钟】

活动第六项：主持人宣布教师秋季运动会开始



## 活动第七项：运动会ing

### 第一个游戏：团结就是长度【时长6分钟】

玩法：一分钟的时间每组成员脚碰脚，由裁判用卷尺测量长度看哪组长度最长即为胜。

道具：卷尺

### 第二个游戏：你追我赶【时长14分钟】

玩法：两组成员推选分别推选两名甩绳者，本队成员在甩起的大绳上连续跳5下，下一位成员紧接着再跳5下，以此类推，如中间有间断，必须重新开始，两队用时最短者即为胜。

策划人：韩毓婕

道具：大绳

### 第三个游戏：撕名牌【时长15分钟】

玩法：两队成员分别在后背贴上自己的名字，在指定区域进行自由撕名牌，在保证安全的前提下时间到了名牌保留最多者对即为胜。

道具：名牌贴、宽胶带

### 第四个游戏：抱抱乐【时长10分钟】

玩法□a队员在地上放一个垫子，其他9名队员全部站在垫子上，脚不能落地□a队员将另外一个垫子挪动至队伍前方，其他队员再次站在挪动过的垫子上，依旧脚不能落地，如有脚落地者整队将回起点重新开始，每队派出一名队员与裁判监督对方队进度。

道具：地垫四个

第五个游戏：互帮互助向前冲【时长10分钟】

玩法：每队成员分成2组，一组5人在起点等待，一组6人在终点等待，进行五人六足、六人七足接力比赛，先完成赛程的队即为胜。

道具：绑腿用的绳子、接力棒

活动第七项：颁奖仪式（裁判宣布比赛结果，园长颁奖）  
【时长10分钟】 奖品分为：

一等奖：

二等奖：

活动第八项：合唱《手牵手》【时长5分钟】

活动第九项：活动结束

活动方案

主办方：都匀市凯口中学 承办方：凯口中学综合组

一、竞赛宗旨

为迎接第29个教师节的到来，我院举办教师节“小型趣味运动会”。活动的目的在于庆祝教师节，同时舒展心情、陶冶情操、熔炼团队，利用各种趣味活动，让参加活动的师生在愉快的氛围中度过一个特别的教师节。

二、活动主题

团结、友爱、合作、拼搏

### 三、活动时间

2012 年9 月10 日 下午：13:30

### 四、活动地点

体育场

### 五、活动项目

项目包括：1：袋鼠跳、2：双龙戏珠、3：企鹅漫步、4：踩气球比赛 5：齐心协力（拔河）。

六、录取名次：每个项目取前三名进行奖励，一等奖1组，二等奖1组，三等奖1组。

### 七、活动项目及规则

#### 袋鼠跳

参赛者：每组8人（五男三女、含班主任）

裁判员：发令1人、计时计分裁判4人。

比赛器材：麻袋4条、哨子一个、秒表4个。

规则：参赛队员成一路纵队站在起跳线后。比赛开始，第一人站在跳袋内，手提跳袋的带子向前跳出，绕过标志物返回并将跳袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

要求：(1)必须绕过标志物。(2)必须在起跑线后交接。(3)队员若摔倒必须在原地起来，重新再跳。

#### 双龙戏珠

参赛者：（每组8五男三女）以部门、班级为单位。

裁判员：发令1人、裁判3人

比赛器材：排球10个

规则：2人为一小组，5小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住1个篮球，从起点出发绕过终点的标志物回到起点，然后把球传给下一组的队员，5小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。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。

企鹅漫步

参赛人员：（学生每班1人、教师报名人数不限）

裁判员：发令员1人、计时计分员3人。

比赛器材：排球9个

参赛者三人一组需两腿、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，球掉下需夹起球，在掉球的位置继续。

踩气球比赛：

每班男女各一名队员参加，教师组也一样，每组教师每次派三位教师参赛。比赛规则：在规定的圆圈内参赛队员每人每支腿绑定2只气球共4只，在一分钟内大家相互攻击踩他人脚上的气球。一分钟结束后谁的气球多为胜。

齐心协力（拔河）

参赛人员：以部门、班级为单位参赛（班级含班主任1人）

裁判员：发令1人，记录2人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛规则：

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 比赛分组及比赛首场的站位选择由各组组长抽签决定。
3. 淘汰赛：每组抽签分成a.b组，a组，b组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

注意事项

一、 全体参赛人员要遵守大会规定，服从大会统一指挥。

二、 各班级组织好本班人员和啦啦队，在指定的地点准备。如有问题及时向大

会组委会提出，组委会将进行妥善协调、安排。

三、 参赛人员必须在比赛前10钟到检录处报到。点名不到者以弃权论。

四、 运动会期间各班级参赛人员必须在场，组委会随时清点各参赛队人数。

五、 请各班级同学保持场地清洁，离场前务必打扫干净班级区域卫生。

六、 各参赛队负责人做好安全措施，保证各参赛人员在比赛期间的安全。

七、 大赛最终解释权归综合组。

组委会名单

总指挥：罗元江

总裁判长：刘勇

检录处：赵庆平

物料：总务处

项目裁判长：项目一：袋鼠跳

主裁：孟吉 记录员：张天祥

项目二：双龙戏珠：

主裁：罗宗军 记录员： 计时员：

项目三：企鹅漫步：

主裁：陆化林 记录员： 计时员：

项目四：踩气球：

主裁：刘勇 记录员： 计时员：

项目五：齐心协力（拔河）

主裁：罗亮 记录员： 计时员：

活动流程

## 教职工趣味运动会活动方案篇五

本次比赛设组委会，下设仲裁组、裁判组。

组委会主任：

组委会副主任：

组员：

仲裁组组长：

裁判：

暂定9月29日（周四）10：00—12：00

公司办公楼前

齐心协力、单手穿衣、沙瓶保龄球、安全拍档、火线救援共5个项目。

9月20日—9月25日。9月25日前上报报名表至公司工会杜得华邮箱。

本次比赛以支部为单位组队参赛，共四支参赛队。

每个参赛项目奖励前三名，其他参赛人员发放纪念奖。

1. 各参赛队由党支部书记负责队员的召集和比赛；
3. 为体现比赛公平、公正，裁判组成员不参加比赛；
6. 各党支部应认真组织本作业区职工啦啦队到比赛现场观看比赛，啦啦队员必须听从组织者的安排，做文明啦啦队。

7. 要爱护公共财物，保护场地器材，不乱扔杂物，讲究环境卫生。

## 教职工趣味运动会活动方案篇六

为迎接学校校园文化艺术节，庆祝元旦，活跃教职工生活，更好地开展全民健身活动，丰富全体教职工的`业余时间，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“迎元旦庆艺术节”趣味运动会。本次趣味运动会共设置了6个趣味竞赛项目，望各级部全体教职工积极参加，踊跃报名。

冬季健身，全员参与

1. 领导小组：

组长：

副组长：

2. 领队：

3. 裁判：主裁判具体安排由体育组负责，副裁判分别由四个级部各安排一人。

虎山中学篮球场

虎山中学全体教职工，以级部为单位(科室、后勤、门卫等人员全部归所任课级部)

20xx年12月中旬具体时间里(具体时间另行通知)

以级部为单位，分别派规定人数的教师参加相应的比赛项目，按总成绩排名次积分，按第一名、第二名、第三名、第四名



分别计5、3、2、1分，最后以六个项目的总积分算成绩。

### 1. 跳绳接力：

每个级部各派十人参加，男女教师各五人。每人一分钟的跳绳，比赛结束后以十人跳绳数总和决定名次。

### 2. 转呼啦圈吹气球：

每个级部各派五人参加，男女不限。每人转起呼啦圈后吹气球，中途若呼啦圈掉落此球重吹，每人吹起三个气球后换下一人，最后一人吹完比赛结束，用时长短决定名次。

### 3. 圈内垫排球：

每个级部各派十人参加，男女教师各五人。每人分别在一圆圈内垫排球一分钟，要求排球要高出手臂一米以上，脚不能出圆圈，否则不予计数。比赛结束后以十人的总数决定名次。

### 4. 合作运球接力：

每个级部各派十二人参加，男女教师各六人。每两人一组，背靠背把排球夹在两人中间，往返各二十米，途中球掉落要分别回到往返的起点重新运，一组运完另一组接着用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

### 5. 袋鼠跳接力：

每个级部各派十二人参加，男女教师各六人。每人分别把球夹在两小腿中间(上不能过膝，下不能低于脚踝)，往返各二十米，途中球掉落要分别回到往返的起点重新运，一组运完另一组接着用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

### 6. 集体跳长绳：

两种比赛方式:一种是每个级部各派十人，男女教师各五人，两人摇绳，八人跳绳，碰到障碍停下结束，以所跳数目决定名次计分;一种是每个级部各派十人，男女不限，两人摇绳，八人钻绳，每次在绳内跳的人数不少于三人，钻出的人至少在绳内跳一下，跳绳时间3或5分钟，以钻出的人数多少决定名次。

请各级部在20xx年12月9日前将报名表上交工会办公室。

1. 各项比赛具体事宜最后由组委会决定通知，由体育组具体执行安排，希望全体教师在工作之余能积极参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2. 比赛未尽事宜将另行通知。

## 教职工趣味运动会活动方案篇七

为了确保工作或事情能有条不紊地开展，常常需要预先制定方案，方案是阐明具体行动的时间，地点，目的，预期效果，预算及方法等的企划案。那么什么样的方案才是好的.呢？以下是小编为大家收集的教师节趣味运动会活动方案，欢迎阅读与收藏。

比赛开始前，8名队员分别拉住雷霆鼓的8个延长把手，另有1名队员负责放置球。裁判发令后，开始原地掂球，在规定的时间内，掂球次数多者名次列前。

比赛开始前，8名参赛队员手拿3块泡沫垫立于起跑线后，裁判发令后，8名队员同时站在一块泡沫垫上，依次交替向前行进。以最后一名队员通过终点并将泡沫垫收回为计时结束，用时少者名次列前。

8名运动员手持装有10个乒乓球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的10个杯中，跑到折返点后返回，依次将球捡起并放进盘中，跑回起点交给队友，依次进行。每个队参赛人数为10名。去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。

每队8名队员，距离6米，按每队在规定时间内（3分钟）内敲打锣次数多少排列名次。

比赛规则：

2) 每队队员在进行比赛时，其他队员不得提示或牵拉，否则将视为犯规，一次犯规加时20秒。

每人身上套5个气球，时间3分钟，在规定的区域内通过挤、撞、碰、闪，将对方身上气球挤破，看谁在最短的时间内身上的气球没有破的多着为胜，评出一二三名。

比赛纪律：比赛中应服从裁判，以裁判员的判罚为最终为判决。

每组5人，比赛开始前，参赛队员穿上大鞋在起跑线上做好准备，裁判发令后，队员开始走或跑，赛程30米，最后用时最少队为胜。

每组8人，一起站在环形的布条中间，距离30米，利用双脚使环形布条向前滚动，看哪一组最后一个人过了终点线用时最少的队算赢。

## 教职工趣味运动会活动方案篇八

### 一、指导思想

为活跃教职工生活，更好地开展“健康生活 快乐工作”活动，丰富全体教职工的业余生活，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“教工趣味运动会”。本次趣味运动会共设置了5个趣味竞赛项目，活动方案如下：

## 二、活动主题

快乐健身，全员参与

## 三、人员分工

### 1. 领导小组：

组长：付永飞

副组长：钟金申

2. 裁判：叶珈嫚 蓝林俊 黄维祥 郑奕

3. 器材负责：桑亦宁

4. 摄影：武乐群

5. 后勤：曾忠明

6. 计时员：罗官银

## 四、活动地点：

联城小学操场

## 五、参加对象：

联城小学全体教师

## 六、活动时间：

2015年11月1日下午

## 七、比赛方式：

全校教师分为分成6个大组，以大组为单位，参加相应的比赛项目，每个项目设6个等次，分别从高分到低分是10、9、8、7、6、5分，计项目总分胜出为第一名，然后依次排列。

## 八、比赛项目：

### （一）东奔西走找朋友

每位成员抽签到一张挂历年画的小纸片，东奔西走去组合成一张大张的、完整的挂历，分别组成一张大挂历年画的成员为一个团队，用时少的团队获胜，依次排列。

### （二）各具特色抱成团

此项不计分，每个团队要求选出团长，定出本团具有特色的队名和响亮的队的呼号，并在全体教职工面前团体展示。

### （三）争分夺秒收种忙

1. 比赛方法：参赛队每队8人，分两队每队4人对面站立，中间相隔距离18米，听令声第一个运动员手持装有5个球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的5个杯中，跑至对面终点后将盘子交与对面一个运动员，运动员接过盘子依次将球捡起并放进盘中，跑至对面交给下一个运动员，依次进行，直至最后一人跑完全程比赛结束。记时决定胜负。

2. 比赛要求：去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。如有中途掉球，由掉球人自行捡起再从掉球

处继续。

#### （四）齐心协力滚雪球

比赛方法：

1. 参赛队每队选8人，每队中再分成2小队相距30米进行比赛。一小队站在起点，发令后，各队第一位迅速向前跑去，跑到终点绕回来在起点与第二为选手手拉手一起跑，跑到终点再绕回来一起拉第三为选手一起跑依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。
2. 跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。
3. 跑动中必须拉手中的全部选手到达终点才算完成任务。
4. 完成任务用时时间少的团队获胜。

#### （五）“心心相印搬运工”

比赛规则：

2. 本比赛以用时长短为单项评比依据，比赛用时少的团队获胜。

#### （六）目标一致抛绣球

1. 准 备：提供3个小筐（小筐包装的漂亮一点），60个沙包

1. 人员安排：每组选8人参赛，其中裁判记录完成时间、完成质量和人员配合情况，并给各组打分。
2. 赛程安排：

各组根据所给的等量面皮和水饺馅在5分钟内包出尽量多的符合要求的水饺，符合标准的饺子数多者团队获胜。

3. 质量要求：

每个饺子规格统一, 花纹清晰, 收口完整, 无脱底, 破裂等现象, 馅料饱满, 边窄肚圆, 无双边, 挺实, 美观并整齐, 规则摆放;

九、 注意事项:

团队设一等奖1个, 二等奖2个, 三等奖3个。获奖的团队给予相应的物质奖励。

## 2015年宁化县青少年宫迎新教师趣味运动会

### 一、 活动目的:

为了活跃教学氛围, 增进老师间的友谊, 锻炼老师身体, 落实全民健身纲要, 经研究决定, 在2015年元月3日由青少年宫举办教师趣味运动会。

二、 活动时间: 2015年元月3日(星期六) 上午8: 30

三、 活动地点: 青少年宫(宁化县客属中心四楼)

四、 参加人员: 全体教师和青少年宫人员

五、 活动项目: 二人三足、跳绳、双腿夹球, 袋鼠跳

六、 活动形式: 以个人为单位报名, 每人报两项。

### 七、 活动规则:

1、 二人三足(两人一队, 三对为一组取第一名)

两人组成一组(男女各一人), 赛前每组两位老师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, 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。按时间少者为胜。

2、 跳绳(3人一组, 取第一名)

一 分钟内跳绳总次数为个人最后成绩，数目多者为胜。跳绳过程中可以停顿。

3、双腿夹球（3人一组，取第一名）

至身体两侧，不可用手扶球。

4、袋鼠跳（3人一组，取第一名）

听到开始后开始穿，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)，时间最短者为胜。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。

八、奖项设置：取每组第一名获奖。

宁化县青少年宫

2015年12月20日

马尔邦中心校教师工会活动之

趣味运动会方案

活动时间：12月12日上午2：30开始

活动牵头：李子蓉

裁判：刘兴农

记录：韩昌全

参加人员：所有教师及食堂工友

奖励办法：全校教师按分成四组，3项比赛的积分累计最高



者为第一名，其余类推，按名次发放活动奖品。

活动项目：踢毽子、跳长绳（1分钟）、夹球接力

踢毽子比赛：（器材准备：毽子10个）

1、4个小组每组各派3名代表参赛。

2、比赛分4轮进行，每轮1个小组参赛，每名参赛队员连续踢毽子一分钟，记录3人成绩总和。

3、按成绩高低取名次。

“双人胸（背）夹球跑”接力赛：（气球10个）

1、每2人一组。

2、每队每次出2人，两人胸对胸或背对背，中间放1个气球，两

人用胸或背夹紧，立于起点线后。令下，两人同时侧向跑动，绕过障碍物后返回交第二队两人。第二队用同样的方法将球运回交下一组。依此类推，先完成的组为胜。

3、比赛规则：

（1）、令下后才能跑动。途中若球掉地，要在原地夹好，继续比赛。

（2）、在跑动过程中，一律不许用手触球。

（3）、球运过终点线后，才能交下两人。

4、名次录取：按速度取名次。

一分钟跳长绳比赛：

- 1、两位男老师站在固定的位置上负责摇绳，其他队员成一路纵队站于一侧
- 2、裁判“鸣哨”比赛开始，再次“鸣哨”比赛结束。
- 3、记数方法：3分钟跳的总个数。
- 4、名次录取：按成绩高低取名次。

友情提示：为了避免运动损伤，请老师们最好不穿长统靴或是高跟鞋参加活动。

马尔邦中心校 2012.12.6

曾家小学

一、指导思想：

为丰富我校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，发扬团队精神调动教职工积极性，增强教师凝聚力，我校将举行欢庆教师趣味运动会活动。

二、活动时间地点：

时间：2015年11月13日下午1:30

地点：运动场

参加范围：曾家小学全体教师

三、组委会成员：

总指挥：李庆伍

现场指挥：胡宗英 王兆政 袁 伟

裁 判：陈卫平 何传清 张能辉 郭红艳

（裁判有可能有兼顾比赛的，所以在比赛时裁判临时调配）

#### 四、比赛项目

一、项目名称：托乒乓球折返接力赛跑

器 械：羽毛球拍、乒乓球若干

参加人数：7人/队

比赛规则：

2、参赛队人员依次从起点出发前行，绕过折返点回到起点，7名队员依次接力完成；

3、比赛过程中，第一个参赛队员单手持羽毛球拍托着乒乓球，从起点出发绕过折返点回起点，再将羽毛球拍托球交给下一名队员，完成第二个折返跑。7名队员依次共完成7次折返跑，最后一名队员折返回到起点时比赛结束。

4、在跑动的过程中，队员一旦出现掉球，要捡回球（不论球滚到何处）并正确持好道具从掉落球地点再跑完成比赛。

5、按团队用时长短计入总成绩。

二、项目名称：另类曲棍球障碍接力赛

器 械：木棍 足球 障碍道具

参赛人数：7人/队

比赛规则：

2、比赛过程中，第一个参赛队员用木棍赶着足球，从起点出发绕过赛道上设置的各种障碍，完成固定路线折返点回起点，再将木棍足球交给下一名队员，完成第二个折返跑。7名队员依次完成7次折返跑，最后一名队员折返回到起点时比赛结束。

3、按规则固定路线要求，用计时长短计入总成绩

三、项目名称：打保龄球

器 械：实心球1个、替代保龄球9个

参加人数：7人/队

比赛规则：

1、比赛距离及要求：掷球点离保龄球距离为5米，掷球时脚不能超过起点线，球要滚动前行。

2、比赛过程中，每一位老师有两次掷球的机会，两次一共打-倒的保龄球个数为本人成绩。

3、本组成绩为7位老师一共打-倒保龄球的个数，每一个保龄球算作1秒计作最后的总成绩。

五、总成绩计算方法及奖励办法

总成绩=项目1+项目2-项目3（各项目时间） 本次比赛不设置单项奖，总成绩用时最少的成绩名次靠前，团体总成绩奖励一等奖一名，二等奖一名，三等奖两名。

六、重点事项：

1、趣味运动会以“友谊第一，比赛第二”为宗旨，要求全体教师全体参与，若无特殊情况要求全员参加。比赛采取现场抽签的形式，共分为4组，每组共7人3男4女，抽签完以后每个组共同完成三个项目的比赛。

2、请所有裁判、参赛队员仔细理解比赛规则。

3、未尽事宜另行通知。

综合教研组 2015年11月9日

## 教职工趣味运动会活动方案篇九

1、知道每年的9月10日是教师节了，解教师工作与自己的关系及教师节的意义。

2、能运用已有的美工经验，创新性地制作谢师卡，向老师表达感激之情。

3、参与节日游戏。

4、愿意积极参加活动，感受节日的快乐。

卡纸、油画棒、水彩笔、贴画、剪刀、印章、毛根、胶水及双面胶。

1、情景导入。

(1) 参观“幼儿园的老师”照片展。

师：照片上是谁？你熟悉她吗？她是哪个班的什么老师？她们工作辛劳吗？老师这样工作是为了谁？（幼儿互相交流）

(2) 引出教师节话题，了解教师节的由来，讨论如何向老

师表达自己的谢意。

师：今天是什么节日？每年的几月几日是教师节？

教师介绍教师节的由来。引导幼儿讨论如何向老师表达自己的问候和谢意。

## 2、小小贺卡。

(1) 出示材料，引导幼儿制作谢师卡。

儿童节是我们小朋友们的节日，教师节是我们可爱的老师的节日，小朋友们可以自己制作美丽的卡片送给老师，祝福老师节日快乐。

教师出示卡纸、油画棒、水彩笔、贴画、剪刀等制作材料，引导幼儿按自己的想法，或画画或剪贴图案或用印章和毛根装饰，制作谢师卡。

(2) 集体幼儿制作。

师：小朋友们仔细想一想你要给老师画什么样的卡片，我们比比看谁画得最美丽。

幼儿按自己的意愿，创新性地制作谢师卡。教师予以适当的协助和指导，并提醒幼儿保持桌面与地面干净。

## 3、感动的祝福。

教师根据幼儿所说，帮助幼儿写上一句表达感谢的话和祝福语。

## 4、您辛劳了。

幼儿分别向全园老师赠送谢师卡。

教师引导幼儿在送给老师贺卡时对老师说：“老师，您辛苦了！”

## 教职工趣味运动会活动方案篇十

### (一)、主办及协办单位

眉山市东坡区第二届运动会由中共眉山东坡区委、区人民政府举办，由东坡区文体局、东坡区教育局、东坡区直属机关工委、东坡区总工会承办，各相关单位协办，三苏酒业将作为本次运动会赛事冠名首席赞助。

### (二)、比赛时间、规模及项目介绍

运动会拟定于20\*\*年4月25——4月29日之间举行，共有超过50个工人团体参加比赛，比赛项目主要以象棋、乒乓球、拔河、跳绳、接力赛、羽毛球为主。

### (三)、宣传重点

- 1、弘扬团结拼搏，进取向上的体育精神，倡导体育健身。
- 2、展现我市职工文化。
- 3、展示我市工人体育发展成果。
- 4、三苏文化、苏东坡酒文化融入到比赛氛围中。
- 5、主推苏东坡红状元、黄金甲酒。

### (一)、投放地点

- 1、激情广场
- 2、东坡金城

- 3、应林健身中心
- 4、红星路
- 5、三苏雕像
- 6、市政府大转盘、激情广场小转盘
- 7、环湖路东延段
- 8、杭州路中段
- 9、诗书路北段

## (二) 广告投放形式

- 1、彩虹门
- 2、气球(空飘)
- 3、标语
- 4、展板
- 5、彩旗

## (三) 具体投放情况

### 1、激情广场

舞台、背景、音响、盆景

彩虹门2个，面对南北干道的两个路口

空飘20——28个，围绕广场一圈



桁架2组规格3米\*6米，开幕式现场两边。

道旗预计200面

## 2、东坡金城

横幅3面，赛场一面，府街口一面，凌云家电口一面

## 3、应林健身中心

篮球场地、羽毛球场地、横幅各两幅，展板各一个，门口横幅1面，停车场展板一个。共计横幅5面，展板3个。

## 4、红星路

护栏广告两面预计80个，跨街横幅整个路段

## 5、三苏雕像

桁架一个护栏10个

## 6、转盘、各4个展架

## 7、环湖路东延段跨街横幅整个路段

## 8、杭州路中段跨街横幅整个路段

## 9、诗书路北段跨街横幅整个路段