

# 2023年篮球联赛方案策划书(模板5篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。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。下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 篮球联赛方案策划书篇一

一、活动目的：

- 1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。
- 2、增加教职工之间的'沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：每个工会小组组选出十人参加活动

三、活动地点：学校操场

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、千足侧行、接力滚轮胎、身手敏捷

五、参加人员：学校全体教职工

六、活动时间：2月2日下午

七、活动形式：

- 1、全体教职工自行到学校操场集合。
- 2、以工会小组为单位参加趣味活动。

九、奖励办法：设团体奖一等奖3个，二等奖6个。（如遇得分相同，抽签决定）每个项目分别按名次计分：第一名20分，第二名16分，第三名14分，第四名12分，第五名10分，第六名8分，第七名6分，第八名4分，第九名2分。五个项目得分总和为该组总分。按得分从多到少决定名获奖等第。

## 十、比赛方法和规则

### 1、奔腾列车：

（1）每队由10名队员参赛，10人左脚向后抬起，用左手扶住，右手搭在前方同伴肩上，排成一排，形成链接。

（2）裁判员口哨一响，由起点向终点跳，行进中要求保持链接完整，以最后一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队10人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、千足侧行比赛方法：参赛队每队10人，分2排每排5人，两排背靠背站立，每排队员上臂与相邻人员互相紧扣，两排最左端两人、最右端两人上臂紧扣，听令声侧向从起点开始移动30米，最后一个到达终点时计时决定胜负。

4、接力滚轮胎：每队参赛队员为10人，比赛开始时一人先将轮胎向前滚出，绕过五个障碍物后直线返回出发点交给同伴

继续进行，假如碰到障碍物时需将障碍物摆回原地后从失误地点继续进行，当最后一名队员将轮胎滚回出发点时比赛结束。最后以所需时间最短者为胜，时间相等名次并列。

5、身手敏捷——跳、踢、扭接力10人分成两组，5人一路迎面站立。比赛开始，第一人从起点出发至跳短绳区跳3个绳，完成规定个数后，跑至踢毽区，踢3个毽子，完成规定个数后，跑至呼啦圈处，扭动3次，跑至对面击对面第一人的手掌，对面第一人按相反顺序完成规定动作，以此类推，先完成的组为胜。东城街道中心小学工会1月18日。

## 篮球联赛方案策划书篇二

作为全国著名的“体育名校”。体育，无疑是我们这座美丽校园中，最亮丽、最具代表性的一种文化。篮球是我们这座飞速发展的校园学生心中新的自豪。享受篮球、体验激情、感受快乐、强身健体，已成为我们打造文化校园、建设健康校园的重要组成部分。

作为一个“体育名校”，设有动力工程系、电力工程系、建筑工程系、机电工程系、经济管理系、环境艺术系、软件学院这7支篮球队，这是多么深厚的体育文化土壤啊！当我们看到许许多多熠熠生辉的体育明星们，从这里成长起航，为校争光，我们禁不住深情感慨：这是魅力电力的又一篇盛世华章。因为体育，我们的学校更有激情！因为篮球，我们的学校更具魅力！

因此在这种形势下，开展业余篮球赛事活动及篮球体育产业走向商业市场化的时机已经成熟，是势在必行的。学校篮球季活动的开展也是我们电力学院宣传、推广与普及篮球运动最直接有效的方式，这不但可以提高我们学生的篮球技术水平，同时也推动了学校篮球体育产业走向商业市场化的步伐。

二、策划目标：“四赢”

- 1、学校：全校参与，强身健体，构建和谐校园；
- 2、宜昌：彰显全国著名“体育之乡”的风采；点燃全市人民的运动热情；
- 3、赞助商：得到无形财富(声望、品牌)、有形资产(赢利)双丰收的回报；
- 4、公开赛：形成固定活动，打响独特的赛事品牌；

### 三、活动事宜：

1、组织机构：各系学生会

2、活动口号：自主确定

3、活动主题定位：

(1)青春活力的舞台：时尚、动感；

(2)学生参与的盛事：大众，趣味，包容。

4、参赛人员：学校新生

比赛时间：待定

比赛地点：篮球场

## 第二部分比赛策划

### 一、参赛规则：

#### 第一条

1. 运动员人数：比赛双方可报名5人，上场队员为三人。

## 2. 比赛时间:

2-1初赛、复赛不分上下半时，全场比赛时间为15分钟。比赛进行到5分钟，10分钟和14分钟30秒时，记录员各宣布一次时间。比赛中分别允许比赛双方请求两次暂停，每次暂停时间为30秒(遇有队员受伤，裁判员有权暂停比赛1分钟)。

2-2半决赛、决赛分上下两个半时，每半时10分钟，上半时与下半时之间休息3分钟。

2-3比赛中除在暂停、球员受伤等情况下均不停表。

## 第二条

1. 比赛开始：双方以掷硬币的形式决定发球权，然后在发球区掷界外球开始比赛。

决赛阶段，上半时获发球权的队，下半时不再获发球权，由对方队在发球区掷界外球开始比赛。

2. 发球区：中圈不在场地中的半圆叫做发球区，发球区的地面(包括线)算界外。

3. 发球：在发球区掷界外球算做发球。

## 第三条

1. 攻守转换:

1-1每次投篮命中后，都由对方发球。

1-2所有交换发球权的情况(如违例、界外球及投篮命中后)，均为死球，在发球区掷界外球继续比赛。

所有不交换发球权的情况(如不执行罚球的犯规)，则在就近

的三分线外发球。在这种情况下，发球前，必须由裁判员递交球。

1-3守方队员断球或抢到篮板球后，必须将球运(传)出三分线外(持球队员必须双脚踏在三分线外)，才可以组织进攻，否则判进攻违例。

1-4争球时，在罚球圈跳球，任何一方得球都必须将球运(传)出三分线(持球队员必须双脚踏在三分线外)，才可以组织进攻，否则判进攻违例。跳球中得意外投中无效，重新跳球。

## 篮球联赛方案策划书篇三

为了确保工作或事情顺利进行，常常需要提前进行细致的方案准备工作，方案具有可操作性和可行性的特点。那么什么样的方案才是好的呢？下面是小编帮大家整理的川巴中学班级篮球联赛竞赛活动方案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

时间□20xx年11月—20xx年6月，暂定每周星期星期一、三下午第四节课。

地点：校园篮球运动场。

各班男、女篮球代表队。

参赛运动员必须是本校在校学生，遵守学校各项规章制度，文化成绩合格，身体健康，适宜参加该项运动者，方可报名参赛。

(一) 各参赛队领队兼教练员1人(由班主任担任)，男、女运动员各10人。

(二) 篮球特长生所在班每场比赛限男、女各一名篮球特长生参加(不得有2名及以上队员同时在上场比赛)。

(一) 比赛根据实际,结合中国篮球协会审定的最新《篮球竞赛规则》执行。

(二) 每周星期一、三下午第四节课,共四个篮球场同时进行,每节课各进行四场比赛。每场比赛共35分钟,分上下半场,女子15分钟包干,男子20分钟包干。每队每半场可暂停两次,下半场最后2分钟不能暂停。

(三) 比赛班级男、女篮球队各比赛半场时间,上半时均为女篮比赛时间,下半时均为男篮比赛时间,以女篮、男篮上下半时累积分确定当场比赛结果。比分相同,则打5分钟加时赛,直至分出胜负。

(四) 按各年级各学区抽签决定比赛序位,进行单淘汰赛,胜者进入下一轮,直至取出学区前两名。各学区前两名进行循环赛决出年级1—6名。比赛序号由艺体处组织各班体育委员抽签决定。

(五) 如某队弃权一场,则各队与弃权队不再比赛,弃权队已经比赛的成绩无效,并对其予以通报。

(六) 比赛服装:各队应准备深浅两种不同颜色的.比赛服,并有明显的号码。

(一) 各年级取前16名录取名次。分别设一,二,三等奖(一等奖1—4名,二等奖5—12名,三等奖13—24名)。

(二) 体育道德风尚奖

集体:各年级评选5支代表队(统一比赛服装为必备条件)。

个人：每队评选2名（男女各一名）。

经由学校艺体处统一抽调体育老师和部分学生担任，培训时间另寻通知。（每班推荐裁判员三名）

（一）本《规程》的解释权、修改权属学校艺体处。

（二）未尽事宜，或遇雨需调整时间，则另行通知。

## 篮球联赛方案策划书篇四

为了确保工作或事情能高效地开展，我们需要事先制定方案，方案是为某一行动所制定的具体行动实施办法细则、步骤和安排等。制定方案需要注意哪些问题呢？以下是小编帮大家整理的八年级男子篮球联赛竞赛活动方案，欢迎阅读与收藏。

为了丰富本校学生课外娱乐活动，进一步落实阳光体育工程在我校的全面开展，增进各年级班级之间的友谊，加强交流，推动学校篮球活动的开展，促进学校篮球水平的提高。

时间□20xx年10月11日开始，以体育课及课余时间为主

地点：校篮球场

八年级各教学班

（一）参赛必须以班级为单位，每一班级限报男队员10名，其中包括一名队长。

（二）参赛运动员必须为本班级学生，热爱篮球运动，身体健康。

（三）参赛单位需要服装统一，上衣应印有明显的号码。

(一) 本次比赛分三个阶段:

第一阶段10月11——16日: 班级选拔队员, 由班主任组织报名;

第二阶段10月17——23日技战术及简单的裁判法培训(体育教师负责);

第三阶段10月24——31日班级比赛(体育组负责)。

(四) 竞赛规则采用最新篮协审定的《篮球规则》执行。

(五) 比赛采用上下半场制, 每场比赛时间18分钟, 中间休息5分钟。每场比赛每队可暂停4次, 每队每场比赛累计犯规七次执行两次罚球, 个人犯规5次下场。

(一) 胜一场得2分, 负一场得1分, 弃权0分, 以积分多少决定名次, 积分多者名次列前。

(二) 如遇2队积分相等, 以2队相互间比赛的胜负决定名次, 胜者名次列前。

(三) 如遇3队或3队以上积分相等, 则以这些队之间胜场多者名次列前; 如仍相等, 以这些队之间的得失分率(得分之和除以失分之和)决定名次; 如再相等, 以所有场次的得失分率(得分之和除以失分之和)决定名次。

一等奖两名; 二等奖两名; 三等奖四名;

获得一等奖的班级在10月份级部班级考评总分中加2分, 二等奖的加1.5分, 三等奖的加1分。

报名截止时间□20xx年10月16日

报名地点：中学政教处

联系人

报名注意事项：参赛队以班级为单位，认真填写《报名表》电子稿，填准确无误后放入篮球赛文件夹中。

仲裁委员会：

主任

副主任

委员

裁判员□z

摄影 场地器材

备注：每两个队比赛时要求服装颜色要有明显差异，可在赛前自行和各队领队商榷。

附：1、营东区第一中学20xx年学生篮球比赛对阵表

2、营东区第一中学八年级男子篮球联赛报名表

## 篮球联赛方案策划书篇五

篮球是一种普及的运动，大多数同学都会打，并且能够强身健体，提高人的免疫力，使同学们远离疾病。下面是本站小编为您精心整理的大学生篮球联赛策划方案范本。

一、活动目的及意义：丰富同学们的课外娱乐生活,提高我们

的综合素质,培养积极向上的进取精神,致力于打造成一个真正属于信息所有热爱篮球,钟情篮球的学生的节日,致力于打造一个互相交流,互相学习的平台。我们将本着“友谊第一,比赛第二”的原则,以促进部门间成员以及新老成员间的交流和沟通为根本出发点,让本次活动顺利进行。

## 二、活动整体方案:

活动时间□20xx年9月下旬。

活动地点: 学院篮球常

活动参与对象□xx届新生。

活动主题□20xx迎新杯班际篮球赛。

活动具体形式:

(1) 以xx学院各班为单位,进行班际篮球赛。

(2) 采用循环赛机制进行比赛。

(3) 具体的比赛配对方式抽签决定。

(4) 女生以班级的为单位自愿报名参加,如果队伍不超过3个,则取消比赛

奖励方法: 男生取前3名,并评选精神文明奖,最有价值球员一名;

女生只取前3

第一名: 锦旗, 奖品

第二名：锦旗

第三名：锦旗

精神文明

最有价值球员(mvp)证书

比赛预算：裁判员，记分员饮用水(每场比赛两瓶)  $2*30场=60瓶$   
 $*1=60元$

(男生) 一，二，三名奖品：第一名150元奖品

第二名130元奖

第三名100元奖品

(女生) 一，二，三名奖品：第一名100元奖品

第二名80元奖品

第三名50元奖品

复印赛程表，记分表，比赛规则：30元

共青团-xx学院

20xx年9月12日

活动目的：

培养班与班之间的篮球情谊以及顽强拼搏和永不言弃的精神，增强大学生的团队意识，发扬团结协作的精神。赛场上任何事情都可能发生，还能锻炼同学们的随机应变能力和临危不惧的品质，提高同学们的心理素质。

活动时间：

10月20日下午3：00——4：30

活动地点：

第二篮球场

活动主题：

培养篮球文化，增强团队意识。

活动策划组织者：

83班与80班的班长、组织委员和文体委员。

活动对象：

83班与80班的篮球爱好者

活动流程：

(1)两班的宣传委员向同学们宣传该活动的主要目的和意义，呼吁篮球爱好者都参加，其他同学以拉拉队队员的身份参加。

(2)文体委员负责训练工作，使球员们鼓足勇气，刻苦训练，树立自信心，坚定“友谊第一，比赛第二”的信念。同时要统一服装，订做篮球队服。

(3)班长提前预定场地，以免发生冲突，同时请深入了解篮球规则的同学当裁判。

(4)组织委员组织拉拉队的呼喊口号和呼喊时机，在比赛前准备好饮用水；组织摄影技术好的同学在比赛时摄影、拍照，在比赛结束时拍合影照。

(5) 赛前两队队员进行友好握手，在抢球时要注意安全，避免受伤，同时要尽全力去比赛，展现各班的风采，拉拉队要选择好时机为球员加油，把气氛搞得活跃点。

(6) 比赛结束时，两队球员要再一次友好握手，同时各队球员要在一起合影留念，以建立深厚的友谊。

活动预算：

## 一、可行性分析

1、本次篮球联赛得到了所有学校团委和学校相关部门的大力支持，规模大、参与者多，能吸引更多师生及其家属来观看，深受同学欢迎，并推动学校体育事业的发展，必引起全校性的轰动。

2、在校大学生达6000余人，人流量大，每天观看人次为500左右。人口密集，而且本校的消费能力较高，为贵公司宣传的成效更明显。

3、本次活动得到师生关注，贵公司的产品也将得到大力的宣传。

4、通过此次活动可扩大公司在各高校影响，通过全面的宣传，提高公司产品在高校的市场占有率。

## 二、宣传方式

1、横幅：在学校内悬挂该公司的广告。

2、我们将在篮球联赛的宣传海报中点明贵公司为赞助单位。（前期宣传）

3、立式广告牌。在篮球联赛比赛期间作为独立的宣传方式在学校内进行宣传。（由贵公司提供）

4、校广播站为期5天做有关贵公司的广播宣传。

5、篮球联赛比赛期间由贵公司在篮球联赛赛区附近进行一定规模的产品销售活动。

### 三、赞助活动意义

1] 增加校企间的交流与合作，共同学习，共同发展。

2、扩大公司在各高校影响，通过全面的宣传，提高公司产品在高校的市场占有率。

3、通过赞助相关活动树立企业形象，提高公司的社会效益。

4、我们真心的希望能够以此次活动为契机，和贵公司建立更长久的合作关系，帮助贵公司不仅在校内，而且在社会上的最大的利益的实现。我们将在以后的工作为贵公司提供更大支持。

赞助单位：

希望贵公司能慎重考虑我们的建议,给我们提出宝贵的意见.所有在校内的宣传活动由我们负责,公司可以派人监督.希望能和贵公司通力合作,共同搞好这次篮球联赛,期望贵公司尽快回复.期待您的加入!合作愉快!

共青团-xx学院