

# 最新拔河比赛方案策划(大全6篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

## 拔河比赛方案策划篇一

1主办单位：

2承办单位：

3协办单位：

4参赛单位：各班班级。

5比赛时间：

6比赛地点：

7指导：

8活动策划：

9比赛办法：

一、比赛规则：

1) 比赛分淘汰赛(有三个轮)、循环赛两个赛程。

2) 由各班抽签决定对手班级。

3) 比赛分为淘汰赛与循环赛，第一轮有30个班级，淘汰15个，第二轮再淘汰7个（班级轮空直接进入下一轮），第三轮再淘汰4个，最终4个进入循环赛。

4) 比赛分组首场的战位选择由各队队长抽签决定。

5) 比赛为三局两胜制，每局后双方交换场地，当两局胜出时，比赛宣告结果。获胜班级进入下一轮比赛。

6) 河界为3米，比赛始末，由裁判哨声决定，时间不限。

7) 比赛分班级赛与干部干事赛。

## 二、注意事项

1) 各队队员必须提前5分钟入场，迟到10分钟视为弃权。

2) 各队队员必须服从裁判指挥。

3) 各队以班级为单位，设领队一名，队长一名，男13人，女5人，若女生不够可做情调整。

4) 各班拉拉队必须站在规定的界外。

5) 严禁非本班级（班主任除外）人员参加本班比赛。

6) 严禁队员穿钉鞋参赛。

7) 领队负责本班抽签。

## 3、奖励办法

第一名50元

第二名40元

第三名30元

精神礼貌奖15元

4、职责分工

## 拔河比赛方案策划篇二

各科室：

为丰富干职工的文体生活，激发干职工奋发向上的.团队协作精神，结合建院三十周年庆典，经院务会研究决定，在20xx年“五一”国际劳动节之际，举办一次全院干职工拔河比赛，具体方案如下：

20xx年4月28日16：00（如遇下雨天，则另行通知调整时间）。

住院部操场。

1、参赛队伍如下：

一队：外科、急诊科、供应室。队长：周和平；

二队：内科、麻醉手术室、妇产科、保卫科。队长：陈超；

三队：医技科、放射科、检验科。队长：唐红茂；

四队：门诊部、门诊注射室。队长：于接荣；

五队：信息科、直报窗口、药剂科。队长：陈中华；

六队：办公室、医务科、护理部、预防保健科、财务科、总务科。队长：韩青春。

2、每支参赛队伍由10名队员组成，男、女各5名。

3、6支队伍先抽签，分成三个比赛小组，每场比赛均采用三局两胜制，三个获胜小组进入复赛，决出第一、第二、第三名。

4、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，各场比赛不得更换比赛选手。

5、每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一局胜负判定：当中心标志被拉到一方的进攻白色线时，比赛结束。

总裁判长：周和平

记录：肖桂兰

每一个参赛队基本奖金300元。

第一名：1个团队，奖金700元；

第二名：1个团队，奖金500元；

第三名：1个团队，奖金300元。

1、各参赛队长负责与本队科主任、护士长商定本队参赛选手。

2、各小组请于4月25日前上报参赛选手名单至院办。

3、请参赛选手按时到指定地点参赛。

## **拔河比赛方案策划篇三**

为加强教师间的'交流，同时增强大家的集体荣誉感，提高教师们的身体素质，体现团结、奋进、健康的精神风貌，工会

特举办此次比赛活动。

#### 一、比赛时间：

xx年9月10日15：30

#### 二、比赛地点：

中学比赛地点：运动场

中心小学比赛地点：餐厅前小操场

#### 三、比赛形式：

1、参赛队伍：中学组：七年级教师代表队，八年级教师代表队，九年级教师代表队，后勤、行政综合代表队等四支代表队。小学组按低、中、高、综合组四个队。

2、按四支队伍进行淘汰赛，赛前抽签定位（1号对2号；3号对4号；胜者争一、二名），每场比赛均采用三局两胜制，胜者进入复赛，输者淘汰。

#### 四、组织机构：

组长：颜xx

副组长：谭xx

成员：秦xx

总裁判长：史xx

副裁判长：向xx

记录、资料整理：邹xx

场地、器材：中学：向xx小学：向xx

活动协助：秦xx

## 五、比赛规则：

- 1、每队男、女教师参加人数不限，共计10人，不足人员由校委会调剂，每组联系领导可以参加本组。
- 2、比赛前，裁判长清点各队参赛人数，参赛队员服从裁判管理。
- 3、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。
- 4、各队必须准时参赛不准无故缺席，迟到五分钟做弃权处理。
- 5、比赛必须服从裁判员裁决。

## 六、录取名次及奖励：

- 1、比赛取第一名、第二名、最佳表现奖、精神文明奖。
- 2、第一名：羽毛球拍2副、羽毛球1桶；第二名：乒乓球拍2副，乒乓球1打；最佳表现奖、精神文明奖：大跳绳：1根、小跳绳1根。
- 3、给每位参赛队员给予奖励

## 七、比赛器材：

拔河绳：1根；标志桶：2个

八、经费预算：

颜xx□向xx

九、各队人员安排：

中学组：

九年级代表队：

队长：颜xx副队长：向xx

成员：鲁xx

八年级代表队：

队长：秦xx副队长：向xx

成员：宋xx

七年级代表队：

队长：谭xx副队长：秦xx

成员：秦xx

后勤综合代表队：

队长：周xx副队长：雷xx

成员：周xx

小学组：另行安排

## 十、相关工作安排：

- 1、时间定于9月10日下午3:30举行，学生由向凌云老师负责；教师由各队队长负责；各队副队长负责抽签确定序号。
- 2、各队确定好队员后领取手套，运动鞋自己筹备。
- 3、组委会成员在3点左右检查器材。

注：未尽事宜另行通知，最终解释权校委会。

xx县xx桥镇初级中学

xx年9月9日

## 拔河比赛方案策划篇四

增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，提供展现个人、集体风采的舞台。通过拔河比赛，发扬团队精神，增强组织凝聚力，使学生们体会集体的力量。

“激情盛夏，唱响数计”

“积极、向上、团结、奋进、运动、健康”

数计系团总支系学生会

数计系学生会社团部

铜仁学院足球场

数计系各班同学

- 1、以班为单位组成各参赛队伍
- 2、每班报名20人，15男5女
- 3、各班将参赛人员名单于4月23日(周一)中午之前交到社团部部长那里
- 4、各班负责人于4月23日(周一)晚上8:40到2401进行分组抽签。

## 比赛规则

### 一、报到:

比赛开始前，各队领队必须到赛场签到，并带领参赛队员到比赛区等候。(签到表见后面)

### 二、比赛方法:

1、比赛采取淘汰赛，三局两胜制原则，先赢2场者胜，晋级下一轮;

2、绳子的标志如下，

(1)中心记号区……绳子的中心……红色

(2)白色记号区……从绳子中心左右各2m的位置……白色(从中心记号区至白色记号的内侧测量)。

(3)蓝色记号区……从白色记号区的内侧50cm的位置……蓝色。

(4)绳子标志是使用颜色贴布或绳子标志，以便裁判员能够很容易的调整绳子的长短或适当位置。

(5) 标志线宽为50cm□蓝色记号区宽为5cm□

### 3、违规及处罚：

(1) 各班严禁使用外援或是在比赛中多人；

(2) 各班啦啦队严禁骚扰对方比赛队员或是和对方啦啦队发生不和谐；

(3) 如有违反本规则或其他不文明现象，取消比赛成绩。

### 4、申诉：

比赛中发生有关问题，必须于比赛完毕10分钟内向其比赛的主裁判提出申诉。

### 5、注意事项：

(1) 每场比赛12：10准时开始，各代表队需在12：00到达比赛场地

(2) 赛前5分钟点名检录，核对参赛人员，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

(3) 必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。

### 奖项设置：

精神文明班集体2个 班级拉拉队1个 优秀组织奖3个

### 预算：

横幅一条100元，奖品100元 奖金230元

活动总计需要480元。

拔河比赛具体人员安排：

第一，每个比赛区域设一个裁判员，共需2人

第二，每个比赛区域各设两个负责人，共需4人

第三，每个班级设三个工作人员，其中一个负责维持啦啦队秩序，另外两个负责参赛队伍，比赛时分别位于队伍两端，以防作弊。

第四，评委由主席团加系里面的老师的智囊团成员组成，共需5人

## 拔河比赛方案策划篇五

20xx年x月x日星期x14□30正式开始

xx田径运动场

xx

xx部、xx部

xx

1. 以部门为单位组成各参赛队伍。每部限报一队，每队共20人，男生10人，女生10人(若男生不足10名的班级可按男女生1：2的比率进行适当的调整)。参赛队员必须是本部人员，其余人不得参加。领导组男女各10人，各参赛队伍各选一名队长。

2、比赛开始前，参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比

赛，开场后5分钟不到的队伍取消参赛资格。

1) 比赛按抽签分组直接淘汰(每轮比赛采取三局两胜制)。比赛共分为三个阶段。

2) 比赛分组由各队队长抽签决定，比赛的站地位置采取抛硬币的方式。

3) 初赛：每队抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛。每组采取直接淘汰制，每组获胜者晋级。最终胜利的7支队伍进入下一轮比赛。

4) 复赛：由队长进行抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛，每组采取直接淘汰制，获胜的四支队进入决赛。

5) 决赛：最后的四支队伍同样采取抽签分组决出最后的. 前三名。

6) 最后的冠军队伍将与领导组进行一场拔河比赛。

比赛地为地上画3条直线，间隔为150cm，居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准，同时裁判吹鸣哨声表示比赛结束。

1、赛前5分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。

3、比赛前由队长抽签决定对阵。

4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至达到获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

7、比赛以裁判第一次吹哨为号发令表示比赛正式开始，当裁判吹第二次哨时表示比赛已有胜负，该局比赛结束。

8、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，转告给各班队员。

9、比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出申请。

按照赛制取前三名予以奖励

第一名：奖金100元及奖状

第二名：奖金60元及奖状

第三名：奖金50元及奖状

活动第一项：领导讲话

活动第二项：领导宣布比赛正式开始

活动第三项：比赛正式按秩序进行

活动第四项：对获奖部门进行颁奖(注意：颁奖活动在全部比赛结束后立即进行，请位在比赛结束后先不要离开，务必参与颁奖仪式)

## 拔河比赛方案策划篇六

培养学生团队协作精神，增强班级凝聚力。

所有在校生

决赛□20xx年1月6日下午第三节课

校篮球场

1、比赛设男、女组，各班只能组一只代表队参赛，共43支队。每支参赛队由班主任担当领队，参赛选手15人，在当场比赛中不得更换比赛选手。

2、抽签决定对阵班级，每场比赛都采用三局两胜的方式进行比赛。

(1) 各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场，比赛开始5分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够15人，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

(2) 获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员作出下一轮的比赛安排。

(3) 各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外。比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙。一经发现立即取消比赛资格。

(4) 为保证比赛的'安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(5) 比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队参赛者。

(6) 比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

男队：前八名

女队：前三名

拔河比赛方案，以供各位参考，希望大家制定的拔河比赛方案可以吸引更多人的假日，还等什么呢？一起参加拔河比赛吧！