

# 2023年工会活动方案趣味活动 工会趣味活动方案(模板5篇)

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 工会活动方案趣味活动篇一

为展示机关干部风采，丰富职工文化生活，不断增进友谊，提高机关干部凝聚力，街道机关工会准备在中秋节暨国庆节前夕举办“双节同庆机关干部趣味比赛”。

和谐、友谊、进步

9月下旬

XXX

第一项：共同进步（双人跳绳）

比赛规则：一男一女为一组，同跳一付单人跳绳，一分钟内跳的最多的那组获胜。

奖项设置：一等奖2名；二等奖2名；纪念奖12名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人。

第二项：挤眉弄眼（吃饼干）

比赛规则：参加人员把饼干放在自己额头上，用自己的脸部

肌肉把饼干移到嘴里吃掉。一分钟之内吃的数量多的获胜。掉落的不计数，用手帮助的不计成绩。

奖项设置：抽签分两轮比赛，每组取一等奖1名。

共计一等奖2名；纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人

第三项：吹球入碗

比赛规则：在桌上放五个碗，都装满水，从第一只碗开始吹乒乓球，一直吹到第五只碗，谁吹的时间最少，就算获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，每组取一等奖1名；纪念奖3名；

共计一等奖2名，纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组2名(不限男女)，共8人。

第四项：争先恐后（推球）

比赛规则：将2根接力棒末三分之一处交叉绑紧，手握较长的一段叉开作剪刀状，用另一端的豁口叉住一只篮球，发令后，迅速推球向前跑，至小红旗处绕过返回，先到的小组获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，第一、二轮预赛获胜小组进入决赛，未进入决赛小组获纪念奖。决赛获胜小组一等奖，另一小组获二等奖。共计一等奖4名，二等奖4名，纪念奖8名。

参加人数：每个工会小组4名(不限男女)，共16人。

方案二：顺义区教育工会区直单位工会干部趣味运动会活动方案

为调动工会干部参与“我运动我健康我快乐”健身活动的积极性，强化工会干部队伍的带头作用，丰富工会干部的业余体育生活，顺义区教育工会决定举行区直单位工会干部趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

#### 一、活动目的：

- 1、增强工会干部的健身意识，带头参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质。

#### 二、比赛时间□20xx年9月23日（8：00签到，8：30比赛）

#### 三、比赛地点：双兴小学田径场

四、参赛人员：区直单位工会主席及一名工会干部，保证身体健康，无任何疾病。

#### 六、报名办法：

每人限报3项，其中必选一项带x项目（1-3项）参加。

七、奖项设置：根据报名情况录取相应名次；获奖选手取名次给予奖励；参赛选手均有纪念奖。

八、报名日期：请各单位于9月18日前将参赛队员电话报送教育工会。

#### 工会干部趣味运动会项目设置

- 1、托球跑
- 2、双腿夹球走

项目说明：比赛距离20米；将皮球放在两膝上方用劲夹住，

从起点线后起步，走到对面终点处，时间最短者为胜；中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

### 3、摸石过河

项目说明：比赛距离20米；每个运动员二块泡沫板，放在起点线后沿；听到裁判员发出“各就位”口令后，运动员两脚站在两块板上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起动，提起左脚（左右脚可自定），用手拿起原左脚踏的泡沫板，并放置前方（距离自定），左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

### 4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮（单、双手均可）；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

### 5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

### 6、踢毽子（小鸡毛毽）

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

### 7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干

乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

### 方案三：机关工会趣味活动方案

为调动全体教工参与“我运动我健康我快乐”健身活动的积极性，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，推进我校广大教职工健身运动的深入开展，增强教职工的身体素质，构建“和谐校园”，加快学校发展，工会决定举行全校教职工趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案如下：

#### 一、活动目的：

- 1、增强全体教工的健身意识，积极参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质，

#### 二、组织机构

趣味运动会组委会：

主任：方建

副主任：陈理畅姚增超钟清云袁媛那红王德深

总策划（兼裁判长）：钟清云

成员：王德深杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉。

职责：负责比赛的组织、次序编排等策划工作及裁判组的工作。

总协调：姚增超

成员：钟清云袁媛那红王德深余晶

职责：负责开幕式、闭幕式及整个趣味运动会各组的组织协调及报名工作。

比赛裁判组：钟清云王德深

成员：杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉何干张群彩。

职责：裁判、工作人员分工和培训，趣味运动会各项比赛裁判工作，负责场地道具器材（皮尺、扩音器、黄色大胶带、矿泉水、大瓶空矿泉水瓶引导牌、中性笔、沙袋、编织袋、排球5个；羽毛球拍5副；空瓶子100个；排球20个；米袋子30个；乒乓球60个、空杯60个、盘子10个）的保障。

仲裁组：陈理畅

成员：姚增超钟清云袁媛那红王德深

职责：负责运动员在比赛过程中有争议的仲裁，评选优秀组织奖。

宣传组：袁媛

成员：吴乾莉林师师

职责：负责趣味运动会整个过程的摄像、照相、横幅（一大300，二小200现场悬挂）和文字宣传工作，负责提供扩音器2个。

奖品（纪念品）筹备组：那红

成员：魏红俊余晶

职责：负责本次趣味运动会的奖品（奖金）的准备及发放。

二、比赛时间：初定20xx年5月25日（星期五）下午15：00。

三、比赛地点：第一教学楼风雨操场。

四、参赛人员及单位：

1、参赛人员：全校教职工（含外聘教师），以工会小组为单位组队。

2、参赛单位：（14个）

五、竞赛要求：

1、各工会小组不得无故弃权。

2、比赛时运动员必须服从组织人员统一指挥，服从裁判统一裁决，如有异议由负责人提出，最后服从裁判组、仲裁组的统一裁决。各工会小组须认真组织，理解比赛规则，协调处理好运动会期间出现的各种矛盾和问题。

3、各队集中报名后（尽可能把人落实到每个比赛项目），于20xx年5月11日（周五）前以书面形式向校工会正式确认参赛项目，否则按不参加处理。

4、裁判工作由通识教育学院体育教研室的教师担任（不参加比赛）。

5、项目与规则（见附表一）

六、奖励办法：

1、各个项目按计时快慢录取名次，不进行预决赛。

2、每个项目取前三名给予奖励，发放奖金，未获名次的参赛

队将获得参与纪念奖（每队200元）。

3、大会将根据报名情况及参与情况评出优秀组织奖。

## 工会活动方案趣味活动篇二

体验换位思考，树立相互配合、支持的团队合作意识；通过积极有效地合作，树立团队合力制胜的信念；发现团队问题，培养团队领导能力、改善团队管理方法；增强工作当中的责任感及勇于迎接挑战的信心，激发创造性思维；增强团队合作意识，改进协作方法和团队管理技能。

### 二、活动负责部门、活动安排及领导小组成员

1、主办部门：公司工会(方案制定、活动组织)

2、协助部门：综合管理部(负责物资采购、场地准备)

3、活动安排：分两批进行

3.1第一批领队：

召集人：

3.2第二批领队：

召集人：

### 三、活动时间、地点

1、活动时间：

2、活动地点：360篮球场

### 四、参加活动成员



集团职工及子公司个别优秀代表具体名单见附表。

## 五、安全保障措施

- 1、在活动前所有参与活动的人员集合进行安全提示，增强安全防范意识和自我保护能力。
- 2、提前通知参加人员准备运动鞋，女同志不穿裙子、高跟鞋。
- 3、备好创可贴、红药水、荷香正气水。

## 六、活动项目

- 1、背靠背运球；
- 2、2人3足走；
- 3、乒乓球接力跑；
- 4、珠行万里；
- 5、投筷子；
- 6、跳大绳。（规则详见附件）

## 七、物资准备

- 1、篮球2个；
- 2、橡皮绳15个(长50厘米)；
- 3、乒乓球拍4个、乒乓球5个；
- 4、塑料管5根(直径5厘米、长1.5米、对半劈开)

5、筷子5根、矿泉水瓶5个；

6、长跳绳1根(10米)；

7、口哨1个；

8、喊话器1个；

9、“小蜜蜂”讲话器1个。

八、奖品

月饼

九、费用预算：

预算费用约xxx元。该项费用由集团工会统一开支。

## 工会活动方案趣味活动篇三

1、增强工会干部的’健身意识，带头参与各项体育活动。

2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质。

20xx年9月23日（8：00签到，8：30比赛）

小学田径场

区直单位工会主席及一名工会干部，保证身体健康，无任何疾病。

托球跑、双腿夹球走、摸石过河、定点投篮、一分钟跳绳、踢毽子、金豆搬家

每人限报3项，其中必选一项带x项目（1—3项）参加。

根据报名情况录取相应名次；获奖选手取最好名次给予奖励；参赛选手均有纪念奖。

请各单位于9月18日前将参赛队员电话报送教育工会。

## 工会干部趣味运动会项目设置

### 1、托球跑

### 2、双腿夹球走

项目说明：比赛距离20米；将皮球放在两膝上方用劲夹住，从起点线后起步，走到对面终点处，时间最短者为胜；中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

### 3、摸石过河

项目说明：比赛距离20米；每个运动员二块泡沫板，放在起点线后沿；听到裁判员发出各就位口令后，运动员两脚站在两块板上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起动，提起左脚（左右脚可自定），用手拿起原左脚踏的泡沫板，并放置前方（距离自定），左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

### 4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮（单、双手均可）；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

### 5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

## 6、踢毽子（小鸡毛毽）

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

## 7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

# 工会活动方案趣味活动篇四

体验换位思考，树立相互配合、支持的'团队合作意识；通过积极有效地合作，树立团队合力制胜的信念；发现团队问题，培养团队领导能力、改善团队管理方法；增强工作当中的责任感及勇于迎接挑战的信心，激发创造性思维；增强团队合作意识，改进协作方法和团队管理技能。

## 二、活动负责部门、活动安排及领导小组成员

1、主办部门：公司工会(方案制定、活动组织)

2、协助部门：综合管理部(负责物资采购、场地准备)

3、活动安排：分两批进行

3.1第一批领队：

召集人：

### 3.2第二批领队：

召集人：

### 三、活动时间、地点

1、活动时间：

2、活动地点：360篮球场

### 四、参加活动成员

集团职工及子公司个别优秀代表具体名单见附表。

### 五、安全保障措施

1、在活动前所有参与活动的人员集合进行安全提示，增强安全防范意识和自我保护能力。

2、提前通知参加人员准备运动鞋，女同志不穿裙子、高跟鞋。

3、备好创可贴、红药水、荷香正气水。

### 六、活动项目

1、背靠背运球；

2、2人3足走；

3、乒乓球接力跑；

4、珠行万里；

5、投筷子；

6、跳大绳。(规则详见附件)

## 七、物资准备

1、篮球2个;

2、橡皮绳15个(长50厘米);

3、乒乓球拍4个、乒乓球5个;

4、塑料管5根(直径5厘米、长1.5米、对半劈开)

5、筷子5根、矿泉水瓶5个;

6、长跳绳1根(10米);

7、口哨1个;

8、喊话器1个;

9、“小蜜蜂”讲话器1个。

## 八、奖品

月饼

## 九、费用预算:

预算费用约xxx元。该项费用由集团工会统一开支。

## 工会活动方案趣味活动篇五

深入贯彻市委十届九次全会精神，认真学习我市“”发展的总体思路和目标任务，围绕创新型、生态型城市建设要求，团结动员机关干部职工为“助推企业转型升级，提升企业科

学发展，加快经济发展方式转变”服务；围绕学习型城市建设要求，充分发挥工会大学校作用，不断提高干部职工的科学和文化素养，努力培养和造就高素质的工会干部和职工队伍。

## 二、活动形式

本次活动采取分散活动和集中活动相结合，自选动作和规定动作相结合等方式，从基层工会、工会片组、市级机关工会三个层面开展，以基层工会、片组层面为主，活动时间贯穿于全年。

## 三、活动内容

### (一)明确目标任务

各级机关工会要认清“”期间机关工会工作面临的新形势和新任务，要把广大干部职工的思想和认识进一步统一到市委十届九次全会精神上来，牢牢把握加快转变经济发展方式这条主线，调动一切积极因素，把广大干部职工的智慧和力量进一步凝聚到实现“”时期的目标任务上来。

1、解读规划。各级工会要组织工会会员特别是工会干部解读“”规划认真学习市政府的各项扶持政策，开展各种形式的政策宣传和培训，更好地服务企业、促进发展。市级机关工会将举办工会干部“”规划专题学习培训班”，为企业组织政策答疑活动。

2、建言献策。各级工会要组织动员干部职工以高度的主人翁责任感和使命感，以实现“”规划目标任务为己任，积极开展为“”发展建言献策活动；要引导职工树立节约、绿色、低碳发展理念，发动干部职工开展开源节流、节能减排合理化建议活动努力在构建创新型、生态型城市发挥工会作用。

3、岗位建功。各级工会要深化“立足岗位做贡献”活动，激

发干部职工的建功热情，鼓励干部职工立足本职，发挥聪明才智，实现岗位建功。要引导干部职工树立岗位创先争优的意识，组织干部职工开展社会主义劳动竞赛，为实现“”目标做出新贡献。

## (二)开展系列服务

各级工会组织要围绕构建“3+1”现代产业体系，充分发挥优势，积极整合资源，围绕中心，主动作为，组织干部职工在服务加快转变经济发展方式上，推动现代工业、现代服务业、和文化创意产业建设，促进文化创意、旅游休闲、金融服务、电子商务、信息软件、先进装备制造、物联网、生物医药、节能环保和新能源等十大产业发展。

1、“服务项目”集中公开。以工会网、机关党建网为平台，采取服务项目内容网上集中公开的方式，多渠道、多平台、及时地将支持产业发展、创造良好人才环境等一系列政策告知企业。帮助企业用足用好政策，充分激发企业科学发展的积极性、主动性和创造性。

2、开展“企业需要”调查。各级工会、片组要树立服务大局、服务社会的理念，通过座谈、走访、发放调查表等形式，开展企业需求的调查活动，积极争取各类资源，创造一个与企业联系沟通的平台，并将企业需求，通过工会舆情及时上报有关部门，帮助企业化解发展困难，推动不同行业、企业科学发展。

3、组织“结对服务”活动。为了更好服务企业科学发展，各级工会、片组要解放思想，主动作为，创新作为，高效作为，结合本单位、本片组的实际，深入企业第一线，采取结对帮扶、建立科研服务队等创新的服务方式，帮助企业突破发展瓶颈，激发企业发展活力。争取各方资源、积极组织动员广大职工在推动杭州发展，服务企业科学发展中发挥作用。各基层工会、片组要积极组织参与市级机关工会组织的各类服



务活动。