

最新大学激励活动方案 活动方案大学体育活动方案(大全8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。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学激励活动方案篇一

一、活动目标：

1. 通过课外体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。
2. 在课外体育活动中，让学生有选择地参与、学习享受体育，激发学生的体育活动兴趣，发挥学生学习的积极性和潜能。
3. 通过课外体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作，竞争意识和交往能力。
4. 通过课外体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。
5. 通过课外间体育活动，要让学生锻炼身体，强健体魄，磨练意志，陶冶情操，发展个性，增强终身锻炼意识，培养人格健全的跨世纪新人。

二、活动内容与形式：

踢毽子、乒乓球、羽毛球、短跑、跳绳等

三、活动时间：

四、活动原则：

安全第一、全员参与

五、组织安排：

统筹：张香灵

指导教师：程效礼胡洋田凤梅

安全保障：闫春先许永军盛家礼

大学激励活动方案篇二

一、活动意义(目的或目标)：

- 1、激发全校同学的羽毛球热情
- 2、推动校园羽毛球运动的发展
- 3、加深羽毛球爱好者之间的友谊
- 4、丰富大大学生活

二、活动时间：

20__年10月08日

三、活动地点：

__大学体育馆

四、主办单位：

__大学社团联合会

承办单位：__大学羽毛球协会

五、参赛对象：

大一新会员及所有大一新生

六、活动内容

(一)活动前期准备

1、活动宣传：社联制作海报张贴于公告栏

2、场地借用：向__大学体育部或后勤部借用

3、选拔运动员~裁判员

选拔运动员：

报名，全校大一新生均可报名，会员免费，非会员报名费5元

报名时间地点：09月27日--29日晚6：00--7：00____教学楼

短信报名：_____姓名+参赛项目

分组抽签：比赛前对报名选手进行随机分组抽签

裁判员有裁判部负责，有“省运会金牌裁判队”裁判

4、运动器材的准备

羽协仅提供羽毛球，球拍有参赛选手自备

(二)比赛规则

采用最新国际比赛规则

(三) 活动流程

比赛项目：男单，女单，混双，男双，女双

1、比赛流程：本次比赛采用分组晋级模式，组内选手循环比赛，两两之间进行一局比赛，每局11球，胜者记3分，负者1分。积分相同净胜球多者排名靠前。每组取前两名进入决赛。

进入决赛选手重新抽签。决赛每局21球，三局两胜，采用淘汰赛。直到决出名次

2、颁奖：所有比赛结束后为获奖者颁发奖品。奖状在比赛后一周补发

七、活动物资

(一) 人力资源

(二) 物力资源

八、经费预算

场地费用=报名人数_元进场费，约70人参加70_=140元(具体场地待定)

羽毛球：35_2桶420元奖品费用90(包括奖状)

预计非会员参赛15人15_=75元

总计经费：575元

九、具体组织安排：

裁判部：负责裁判工作，做到正确裁判，不误判、错判

技术部：负责场务及赛程安排

骨干：负责协调相关资源，保持赛事井然有序

秘书部：负责记录比分、积分、名次

附件：报名表

羽毛球协会：____

羽毛球比赛方案大学体育活动方案大全

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

大学激励活动方案篇三

一、活动目的：

开展形式多样，轻松活泼的趣味体育活动，使学生活跃身心，丰富校园生活，共同感受校园生活的快乐，同时培养队员团

结合作的精神，增强队员集体荣誉感。

二、活动时间□20xx年3月15日下午14：30——16：20

三、活动地点：大操场

四、活动内容：背后投球、趣味pk棒传递、背靠背夹球

五、参加人员：全院师生。

六、活动安排：

(一)背后投球(1、2年级)

1. 活动规则：每队10名学生参加，每轮每队出一人，每人背对塑料篓2.5米投掷垒球3次(20秒内)，投进一个为本队计1分，3次都进计3分，一个都未进计0分，10轮的累计得分为本队得分。把塑料篓投倒，垒球滚出塑料篓无效，计0分；未滚出塑料篓有效，算投进有效。转过头或转过身投掷的垒球进了都算无效，计0分。

2、活动组织人员：主裁：刘盛勇副裁：叶兴健记分员：钟梅

自愿服务者4名学生(捡球、监督)

裁判还要负责准备场地和器材(12个以上的垒球、4个塑料篓、秒表一只、小黑板一块、粉笔若干)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

(二)趣味pk棒传递(3、4年级)

1. 活动规则：每队30名学生参加(男、女生各15人)，学生均匀地站在一条30米的直线上成为一列。第一名学生利用自己

下颚和胸部把pk棒夹在颈子处，发令后，从前往后依次利用颈子进行传递(禁止用手和手臂，违者算失败)，依据传递到最后一名学生的先后顺序确定获胜名次。(每个年级4队同时进行)

若中途掉棒，只能由掉棒学生前面一人，利用脚夹住棒送到掉棒学生颈上夹住，否则算违规失败;未逐一依次传递的也算违规失败。

2、活动组织人员：主裁：黄跃副裁：陈力强记录：李仁信

自愿服务者4名高年级学生(监督)

裁判还要负责准备场地和器材(4根pk棒)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

(三)背靠背夹球(5、6年级)

1. 活动规则：每队20名学生参加(男女生各10人)，每轮每队出2人，背对着背夹住一个球(不准用手扶住球，否则违例计0分)，共同走完20米直道而球未掉，以到达终点的顺序，评出1、2、3、4名，分别计4、3、2、1分，10轮的累计得分为本队得分。

在20米途中球掉到地上或用手扶了球，计0分;只靠一个人的手臂夹住球记0分。

2、活动组织人员：主裁：覃昌明副裁：刘德荣记分员：周小刚

自愿服务者4名学生(捡球、监督)

裁判还要负责准备场地和器材(8个排球、小黑板一块、粉笔

若干)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

看过2017大学趣味体育活动策划方案的人还看了：

1. 大学趣味运动会活动方案
2. 趣味体育活动方案
3. 大学校园体育活动策划方案
4. 趣味活动方案

大学激励活动方案篇四

【活动名称】：“手拉手一起走”联谊活动.

【活动主题】：交流连你连我连他，带着梦想一起出发

【活动时间】：_年4月22日下午2:00—5:00

【活动地点】：_职业技术学院_校区c-503教室

一、 活动工作流程：

1, 宣传工作

取得与南职10级和11级班长的联系方式，让他们了解我们这次联谊活动的目的和意义，共同协商顺利开展这次活动。通过创立专业qq群，为三个班级的同学创建一个交流平台，在没有联谊之前先熟悉彼此，增进相互之间的友谊，以此达到联谊的效果化。

2， 组织工作

(1)作为客体的建院同学， 主要根据联谊内容做好相关的座谈问题的准备工作；

(2)班团干做好组织外出的安全工作；

(3)班长要做好对本班级的简介；

(4)联谊前召开班会， 声明联谊的注意事项， 特别强调安全问题和礼貌问题；

(5)利用半个月的时间做好联谊时的神秘节目排练工作；

(6)生活委员配合南职班委的活动安排做好经费支出预算。

3， 安排工作

12:30 全班同学到校门口集合， 组织委员和纪检委员负责点名， 人齐后安排启程。 确保14点前顺利到达南职。

14:00 与南职接待人员会合， 到指定教室开展座谈会。 期间， 纪检委员做好纪律监督， 做到礼貌、 谦让、 随和。

17:00 联谊活动结束， 主动帮助南职的同学清理打扫教室。 过后组织委员和纪检委员负责召集同学， 集体返校。

4， 后续工作

做好活动照片的收集和上传工作， 宣传委员及时做好本次活动的广播稿的递交工作， 班长负责收集全班同学对本次活动的反映信息。

二、 活动要求：

(1) 两校的学生事前应该做好号召工作，积极响应大家参与到活动中来，感受两校的集体氛围，从而吸取他校的精华和优势之处，建立和谐、欢乐的联谊之路。

(2) 两校派出的主持人要提前认识和交流，准备联谊的主持稿，并且要适时灵巧地带动现场气氛。

(3) 具体的工作安排、任务分配和活动流程在与南职联谊负责人沟通之后做到详细分工到位。

大学激励活动方案篇五

一、活动主题

激情五月，阳光体育。

二、活动目的

为了丰富大学的业余生活，给大家一个体现团队精神及凝聚力的空间，在活动中让大家增进友谊，从中学会团结，培养全体学生的集体荣誉感和竞争意识，打造一个我专业同学相互交流，相互学习的平台，我专业组织开展“激情五月”体育活动。通过这个活动，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的`校园气氛。鼓励学生积极参加各项活动，培养学生健康体魄，发扬团结向上，努力拼搏。

三、活动单位

活动参与者：药学五班

四、活动流程

第一阶段：前期准备

- 1、购买简单的体育用品，如毽子绳，羽毛球等。
- 2、由班级中爱好晚上运动的同学带动寝室的人晚上出去运动。

第二阶段：活动开展1、每天晚上8点以后，在微信群里呼吁大家出去运动，想要玩什么的，一起找人组团。

比如，想要踢毽子，打羽毛球，跑步。

五、活动意义

推进同学的相互交流、相互沟通、相互融合，增进同学之间的互动了解，增进同学之间的情感和友谊，更有利于打造和谐班级环境。

六、活动中应注意的问题和细节

- 1、如遇活动期间天气的变化，我们将另行通知；
- 2、活动时注意安全，由各班体委维护安全秩序。

大学激励活动方案篇六

活动准备场地

活动重点跑的方法

活动指导1. 准备活动：今天的天气真正好2. 游戏：

设计意图以游戏的方式吸引幼儿的兴趣。引出今天的主题通过孩子的进一步的示范发现孩子的问题所在，并进行进一步的提示鼓励宝宝大胆做画。

活动反思在活动中发现幼儿讲述了很多的假期有一丝的事情结合孩子和我们的需要进行了绘画自己的快乐的活动，体验

预约的表情。

活动方案幼儿体育活动方案大全

大学激励活动方案篇七

一、活动目的：

响应学院示范性院校的建设，四川省“阳光体育”运动的号召，弘扬奥林匹克精神；丰富全院学生的第二课堂，推动我院体育事业的发展。

二、主办单位：院团委、学生会

三、承办单位：院学生会体育部

四、协办单位：院学生会各部、各系体育部

五、比赛要求：友谊第一，比赛第二；尊重并服从裁判的判定

六、报名时间：即日起至4月9日

七、比赛时间：4月14日(星期三)下午

八、比赛地点：四教广场

九、报名方式及相关事宜

1、各系以班级为单位参加比赛，每班至多组2支队伍，每支队伍限报一个项目。由各系体育部组织本系各班报名，每队注明队长姓名及其联系方式；每队可为队伍取名(字数不超过5个字，不能起怪异名字)；各队人数根据报名参加的项目确定。各系体育部统计好本系报名情况后在4月9日之前将报名表交至院学生会体育部(4119)。

2、各参赛队队员必须遵守比赛规则，服从裁判及组委会的判罚，本着友谊第一，比赛第二的原则参加比赛，在比赛中尊重对手，服从组委会和裁判的安排、裁定，如出现不服从裁判判罚或不尊重对手行为，直接取消该队比赛资格，成绩计零。

3、参赛队员必须身体健康，无心脏病等突发性疾病，并在学生处购买了个人人身保险。

4、报名时间：即日起至4月9日

5、报名地点：各系体育部

十、比赛项目及规则策划

1、拔河比赛：以班级为单位，每队15人，男生10人，女生5人，比赛采用三局两胜制，胜者进入下一轮(两队一组进行比赛，赛前抽签划分小组，如报名队数为单数，则有一队将抽到轮空直接晋级下一轮)。

2、绳子诱惑力：每队6人，男女各三人，比赛时对立而站，从各自的方向依次跳入(第一名起跳开始计时);当所有队员都进入绳子中并跳上3圈为完成一个轮回(中途如有队员跳死则从第一名开始重新来过且不停表)，计时停止;比赛时间以完成用时最短者获胜;比赛若用时超过6分钟都仍然未完成一个轮回则直接淘汰。

3、五人六足：每队5人，男生3人，女生2人，每轮比赛3支队伍同时进行，队员排列顺序由队员自行商定;参赛队员排成纵列将左右脚与队员用布条绑住脚踝，形成五人六足。比赛开始后，前行20米结束比赛，用时最短的队伍获胜，进入下一轮(两队一组进行比赛，赛前抽签决定，如报名队数为单数，则有一队将抽到轮空直接晋级下一轮)。

4、花样赛跑：每队12人，男女各6人；比赛采用接力形式，男生跳绳，女生运篮球，赛程为30米；比赛过程中，绳子和球都必须处于由运动员控制的活动的状态，若篮球是滚向前的，则需运动员回到起点方能继续比赛；比赛时，男女各站一列，女生为起始，最后一个男生跳回起点时比赛结束，比赛以时计算，用时最短的队伍获胜；比赛分小组进行(两队一组进行比赛，赛前抽签决定，如报名队数为单数，则有一队将抽到轮空直接晋级下一轮)。

5、袋鼠跳跳跳：每队4人，男女生各2人，每轮比赛由2支队伍同时进行，选手将自己套在布袋内，用手把布袋边缘提到与自己的胸口同高，跳跃前进10米，然后按上面同样的方法返回原地，下一名队员接力出发，用时最短的队伍进行下轮比赛，决赛中取用时最短的前三获奖。

6、水杯接力：每队5人，男生2名，女生3名；用一次性纸杯装满水，用嘴叼住杯子，跑向距离出发点30米处的小桶，并将水倒入桶中(整个过程中不得用手作辅助，否则视为违规，违规一次在最终成绩上扣掉5秒)，然后返回起点，与队员击掌接力，下名队员进行比赛，最后一名队员跑回起点则比赛结束；比赛由4支队伍同时进行，最后用时最少桶内水最多者获胜。

十一、比赛奖励

(一)、奖项设立

1、单项奖：各个比赛项目的前三名。

2、团体奖(针对各系)：采用单项奖得分累计的方式评比，一二三名分别累计5、3、1分，以此评出一等奖、二等奖、三等奖。

3、优秀组织奖：根据各系组织的情况，及各队的表现情况，

如队员到场是否有序迅速，系上各班参与度的高低，是否全情投入比赛等。

4、道德风尚奖：比赛过程中展现了良好的精神风貌和大学生素质的各队和各系均可参与评选。

(二) 奖品证书

1、团队奖：一等奖一名足球+证书

二等奖一名排球+证书

三等奖一名乒乓拍+证书

优秀组织奖两名加油手掌、口哨+证书

道德风尚奖四名证书

2、单项奖：第一名六名(单项奖各一名)笔记本+奖状

第二名六名(单项奖各一名)笔记本+奖状

第三名六名(单项奖各一名)笔记本+奖状

注：单项奖是每名队员均有奖状和奖品。

十二、注意事项

1. 各参赛队队员必须遵守比赛规则，本着友谊第一，比赛第二的原则参加比赛，在比赛中尊重对手，服从组委会和裁判的安排。

2. 由于天气等外在因素，比赛中有潜在的危险，请各参赛队带好必备用品，做好充分准备。

3. 比赛结束后，请各参赛队将本队遗留在场地内的垃圾带走，保持场地的清洁卫生。

4. 请各参赛队仔细阅读参赛项目规则，比赛过程中严格遵守各项规则。

十三、本次比赛最终解释权归院学生会体育部所有

大学激励活动方案篇八

二、主题：签下春天的承诺，挥洒青春的汗水

三、口号：友谊第一，比赛第二

四、活动意义：

远不够的，我们还要不断的提高同学们的综合能力，素质。

五、活动目的：

风貌，丰富同学们的课余文化生活，培养同学们顽强奋斗、勇于拼搏的优良品质和团队进取精神，的回忆，分享多姿多彩的大学生活，特举行此次活动。

六、活动对象：

七、活动时间：

八、活动流程：

1、三人四足跑。规则：每三人一组(一男二女)用丝带捆绑一起向前走，间距为

2、袋鼠接力跳。规则：每组五人(三女二男)相对站立，间接20米，每组用一个麻袋，参赛者将自己的腿装进麻袋中，

双手提着麻袋边沿向前跳，为止，用时最少的一组为胜。

3、一分钟跳绳接力。规则：每组五人(三女二男)动的跳绳，在一分钟内成功跳过的次数最多者为胜，以及增强班级凝聚力和留住温馨、20__级物流二班全体同学20__-04-11上午50米，用时最短的一组为胜。直到五名同学全部跳完)对于当代大学生而言，仅仅学习课本上的知识是远提高自身身体为了响应全民健身的号召，突显现代大学生的青春欢笑跳到最后将麻袋交与队友，一次跳过摇如出现成功次数相同的组，则四绳最少者为胜。

九、活动要求：1、组织委员和体育委员要做好本班活动动员工作，鼓励同学们积极参与本次活动。

2、纪律委员要负责活动纪律以及安全问题。

3、活动未结束前，同学们不能离开活动场地。

十、策划人：王新伟、范文霞

十一、奖励:本次比赛设：个人奖一名

人气奖一名

团队奖一组

十二、后期总结：1、对获奖同学进行颁奖

2、开班会对获奖同学给予鼓励和表扬指导老师：陈国芳

活动方案大学体育活动方案大全