

# 跳绳活动方案设计的评价幼儿园(实用6篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

## 跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇一

- 1、比赛用绳规定：绳自备，长度不限。
- 2、摇绳规定：摇绳方向不限，正、反摇均可。
- 3、裁判方法：比赛以吹哨为开始信号，发令员的口令是：“记数员注意——运动员准备——鸣哨”，以哨音为结束信号，哨响结束计数；中途失误或绳脱手可继续比赛；运动员抢跳一次提出警告，抢跳两次取消比赛资格。

## 跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇二

为了促进“阳光一小时”体育活动的开展，丰富同学们的大课间活动，加强各班之间的交流，提高学生的身体素质和预防疾病的能力，培养学生的兴趣和爱好，增强班级的凝聚力，培养学生团结协作的精神，举行本次跳绳比赛。

跳出健康、跳出快乐。

第十一周

学校操场

1-5年级个人速度跳，每班选班级总人数的50%，男女各一半。

3-5年级团体速度跳，每班10名，男女各5名。3-5年级跳大绳，全班同学。

裁判员：陈秋林、王国辉、李金夺、张延生、王淑英、张书芹、谢凤兰以及全体大队干部

1、个人速度跳：参加对象：1—6年级 比赛时间：一分钟

比赛规则：

一分钟的时间内，单人跳绳次数。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。然后把全班跳绳总次数除以全班人数，平均数高者为胜。

2、团体速度跳：参加对象：3-5年级。比赛时间：一分钟。

比赛规则：一分钟的时间内，单人跳绳次数。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。然后把（全组）跳绳总次数除以全班（全组）人数，平均数高者为胜。

3、集体跳长绳

参加对象：3-5年级 比赛时间：五分钟 比赛人数：全班学生

比赛方法：全班选出两名学生为甩绳员，其余为跳绳员，五分钟内累计跳过次数，次数多者为胜。

1、各班主任请在课余时间指导、督促学生练习，以真正体现“阳光体育”活动快乐的过程。

2、每个班级要求全员参战，如有伤病需出具医疗证明。

3、请参加比赛的团队（班级）赛前要充分做好准备运动，指导学生活动关节，避免出现事故。

4、按时到达比赛场地，听从裁判员指挥，未按时到场班级（组）视为自动弃权。

5、未尽事宜，另行通知□xxx小学跳绳比赛活动总结

20xx年11月24日下午我校成功举行了学生全员跳绳比赛。看那赛场上：根根彩绳飞舞，个个龙腾虎跃，一片欢腾的景象。这次跳绳比赛凝聚了老师们、同学们的热情，丰富了同学们课余生活，增进同学之间的默契和团结合作的能力，让同学们深刻体会到集体荣誉，更让同学们在运动中体会到了快乐。“摇绳练臂力，跳绳练腿力，跳摇配合练脑力”，这是跳绳运动的主要健身功效，希望同学比赛过后仍能在课间拿起跳绳；练好个人跳，集体跳，花样跳。跳摇配合练脑力受益无穷保年轻，希望全校师生借此次跳绳比赛的东风，再次掀起冬季阳光体育运动的高潮。

第二组：四年级

第三组：六年级

个人一等奖：第一组：王明磊第二组：黑龙飞第三组：李浩然

个人二等奖：第一组：柏天虎黑俊杰第二组：郑国鑫杨晓涌杜玉鹤第三组：杜波张峰

个人三等奖：第一组：陈宇轲陈宇轩杜珂第二组：杜秀健高笑媛

第三组：杜倩萍陈锦瑞杜秀芳

### 跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇三

以国际妇女节为契机，彰显教师的风采，为本园注入动感的

新鲜活力，特此举办此活动。

主持人：

策划及召集人：

游戏材料准备：其他准备：（奖品、现场材料）

现场裁判：

节目准备：

多功能室□20xx年3月6日下午4:30——5:30

开场白——

园长讲话：

分组及参加游戏说明：全体教师按照抽签方式分成两组，每轮游戏由每组派出两名选手参加。游戏：（节目穿插进行）

（一）有品位——发型师10分钟（两组人员同时进行）

游戏规则：在规定的时间内队长给队员完成发型设计。

评分标准：发型整齐、有创意、适合其队员。

（二）有默契——你做我猜10分钟

游戏规则：一人按照提示做动作，另一人负责猜答案。

评分标准：在5分钟里，看哪组猜对的多算赢。

（三）巧手妈妈——剥吃花生5分钟

游戏规则：将准备好的花生剥开并全部吃完。

评分标准：操作时间最短者着获胜。

## 跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇四

一、时间：20\_\_年4月28日下午(暂定)

二、比赛地点：初一、初三西院操场

初二、行政东院操场

三、参加单位：各工会小组

四：裁判组：

西校区：姚春生(组长)、孙业贵、隋晓松、王旭东、孙琦、姜涛、王铮

东校区：刁晓岩(组长)、吕晓曼、王岩、韩涛、张涛、于路、李梦秋

五：参、比赛原则：自愿参加，量力而行。

锻炼第一，比赛第二。

六、比赛内容及要求：

(一)一分钟(短绳)。

1、分三组比赛：

青年组：35岁以下教职工

中年组：35岁——45岁教职工

老年组：45岁以上教职工

2、比赛时间一分钟(何种跳法不限)。

3、参赛教师自备跳绳。

(二)三分钟(长绳)。

1、以初一、初二、初三、行政工会小组为单位参加比赛,工会组长负责。

2、每组12人(2人摇绳)。

3、比赛时间三分钟，不计失败次数。以每组所跳的个数排名次。

(三)报名、要求：

参赛教工到各工会小组长处报名，报名从即日起至4月22日止。参赛人员要服从指挥和尊重裁判；裁判人员要公正、公平裁判；各工会组长要认真组织本工会小组的报名、参赛、发奖等工作；各工会委员要积极配合，大家齐心协力确保比赛顺利进行。。

七、奖次：

团体奖：

一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名，纪念奖1名。

个人奖：

成绩汇总分别取各组前6名，其他均为纪念奖。(奖品在成绩统计后，由各工会组长代表小组领取后发送到教工)

七、活动执行负责人(联系人)：刁晓岩

翻飞的跳绳，摇动着健身的欢畅；

勃发的跳跃，沸腾了生活的热望；

矫健的身姿，舒展在虹桥的操场；

欢声和笑语，激扬起快乐的交响……

## 跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇五

为了全面落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中提出的“学校要树立健康第一的指导思想，切实加强学校体育工作”的精神，本校在举办“体育节”和“田径运动会”的基础上，为了进一步丰富学生的课余生活，增强学生体质健康，活跃校园文体氛围，特地举行20xx鹿城区江临中学跳绳比赛。现将比赛有关事项通知如下：

本校教学楼前水泥路

1、个人项目：1分钟跳绳、3分钟跳绳；

2、集体项目：8字跳绳（3分钟）；

在同一时间内，以跳过次数多者为胜。集体跳绳10人全部要跳，一人次通过计一次，如多人次同时通过也只计一次。

1、仲裁委员会□zz

2、发令、计时裁判□zz

3、计数裁判：

七（1□z□主裁判）学生一名七□2□z□主裁判）学生一名  
七（3□z□主裁判）学生一名八□1□z□主裁判）学生一名  
八（2□z□主裁判）学生一名八□3□z□主裁判）学生一名  
九（1□z□主裁判）学生一名九□2□z□主裁判）学生一名  
九（3□z□主裁判）学生一名

（八）、评奖办法：1、个人项目设一等奖1名，二等奖3名，三等奖5名；

2、集体项目取前五名。

江临中学政教处

20xx鹿城区江临中学跳绳比赛报名表

班级领队、教练报名时间

项目姓名（性别）

1分钟跳绳

3分钟跳绳

成绩（次数）

名次

**跳绳活动方案设计的评价幼儿园篇六**

一、活动目的：



通过开展跳绳比赛，丰富同学们的课余生活，加强各班之间的交流，提高学生的身体素质和预防疾病的能力，培养学生的兴趣和爱好，增强班级的凝聚力，培养学生团结协作的精神。

## 二、活动要求：

- 1、每班选出5名同学。
- 2、动作连贯、身体协调。
- 3、必须遵守比赛规则。
- 4、每个学生只能跳1分钟。
- 5、各班于4月18日下午将参赛学生名单上报学校。

## 三、活动时间：

2011年4月20日下午第二节

## 四、活动地点：学校操场

## 五、评比办法：

一、二年级一组；

三、四年级一组；

五、六年级一组，每组分别评出前三名进行表彰。每组评出优胜班级一个。

## 六、成立评委小组

组长：校长魏红霞

计数：学生四名

计时：韩美芹牟洪霞

固堤小学

2011年4月18日