

趣味运动会活动方案设计(优秀6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。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

趣味运动会活动方案设计篇一

孔子学院已在蒙德拉内大学成立三载有余。可在孔子学院四周岁生日前后，

我们希望携全体孔院师生，开展有关中国传统游戏的趣味运动会，增进孔院师生

间的交流和友谊，同时吸引蒙大在校学生，达到宣传中国文化、增强孔院知名度

和影响力的目的

1. 负责单位

主办单位：蒙德拉内大学孔子学院

2. 筹备时间□20xx年3月

3. 开始时间□20xx年 4月初

4. 活动地点：待定（蒙大校园内）

5. 组织方式：本次运动会以班级为单位举行，任课教师为各班负责人。由于每班

学院人数不平均，可以申请外援，但必须是孔院学员。

（一）开幕式：领导讲话、运动员入场、裁判宣读比赛内容和规则

（二）运动会开始

主要活动内容及规则

1. 项目名称：拔河

（1）每班8-10人为一组

（2）拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为100cm，居中的线为中线，

两边的线为河界。除参赛队领队、选手以外，其他人员一律不得进入拔河道。

（1）比赛采取三局两胜。每局比赛时间最多2分钟，2分钟内不能决出胜

1

负者本局比赛结束。

（4）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。

（5）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；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

2. 项目名称：集体跳大绳

活动方法：每班6或8人一组，其中两人摇绳，其余4或6人跳

绳

趣味运动会活动方案设计篇二

一、活动目的与意义：

为丰富校园文化,体现学校的教育特色,有机地将家庭、学校、社会结合在一起,让家长和社会进一步了解学校的办学理念及办学特色,增进家长与孩子、老师与学生之间的感情,我校拟定于201x年x月举行趣味运动会。

x月x日下午2:00~5:00一二年级

x月x日上午8:00~11:30五六年级

三、活动地点：操场

四、活动内容：

1、校长为本届趣味运动会致词。

2、运动会正式开始。

五、活动内容及报名办法：

一二年级项目

1、一分钟内的单人跳绳(每班报男女各3人)

一分钟内的踢毽子(每班报男女各3人)

一分钟内的师生跳绳(班主任带一学生)

2、选报亲子趣味项目：

活动一：二人三足跑(每班报10组)

游戏方法：在场地起跑线后，家长和孩子相邻的一条腿绑在一起，听到口令后，家长和孩子一起出发向前跑，同一班级分两组进行迎面接力，以先到达终点线的班级为胜。

游戏规则：行进当中孩子要始终有一只脚在接触地面，不允许家长将孩子抱离地面，否则将不计成绩。

活动二：袋鼠跳(每班报10人)

游戏方法：。比赛开始前，每组的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向前进，中途布袋不得脱离双腿。比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。

活动三：呼啦圈接龙(每班20人)

三四五六年级项目

1、一分钟内的单人跳绳(每班报男女各3人)、

一分钟内的踢毽子(每班报男女各3人)、

一分钟内的双摇跳绳(每班报男女各3人)、

一分钟内的师生跳绳(每班班主任带一学生)、

一分钟内的大绳(每班报10人包括四男四女和两个摇绳者)。

2、拔河(每班20人男女各10人)

六、名次及得分办法

1、本着全员参加的原则，每人限报一项。

- 2、活动设团体奖、单项奖。团体奖按班级各项成绩之和排列名次，得分多列前，得分相等按第一名多少排列名次，以此类推，取前三名。
- 3、本次活动设文明班集体一个，优秀组织班级一个。
- 4、单项奖取前六名，得分别为7分、5分、4分、3分、2分、1分。
- 5、双人项目取前三名，得分别为7分、5分、3分。
- 6、集体游戏项目得双倍分得分别为14分、10分、8分、6分、4分。
- 7、本次运动会对各个项目进行评奖，前三名将获得证书，第四名至第六名只记本班级分)。

七、活动要求：

- 1、亲子项目各班家长以自愿报名为原则，班主任统一向需要参加亲子项目的学生家长发出通知，以便家长及时了解情况，提前做好准备。
- 2、绑腿跑的项目由学校提供绑腿带(禁止使用学生的红领巾)。
- 3、全体学生统一穿运动服或校服和运动鞋，来参加运动会的家庭代表也请穿运动装和球鞋。
- 4、全体参与活动的班级，注意保持会场秩序，并保持好所在位置的卫生，会后评出优秀班级时将本班纪律作为重要参考。
- 5、学校的保安负责做好安全保卫工作，卫生室在现场设立急救工作点，负责当天的安全突发事件。

趣味运动会活动方案设计篇三

一、活动目的为丰富全校师生课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，全面推进我校健身运动的深入开展，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办趣味运动会，现制定活动方案如下。

五、参加对象：全体印江中等职业学校在校学生 六、竞赛办法：（一）个人项目每班不限制报名人数，集体项目除10人跳绳、10人足式保龄球限制一组外，其他项目不限制报名组数。（二）已报名的运动员不得无故缺席或弃权（因公务或伤病除外）。（三）集体项目可以邀请本班级科任教师参与。

七、名次和奖励办法：（一）个人项目取前6名，按7、5、4、3、2、1加入团体分。（二）团体项目取前6名，按7、5、4、3、2、1加入团体分。（三）个人项目前三名发奖状及奖金，团体项目前三名发奖状及奖金（10人跳绳和10人足式保龄球前三名班级发奖状及奖品）。（四）团体总分排名前六名发奖状及奖金。

八、注意事项：1、各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得随意走动，观看有秩序，加油鼓励方式合理。2、任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

九、备注：本方案未尽之处另行通知，本方案解释权属活动领导小组。

印江中等职业学校文艺之冬“娱乐身心 激扬青春”趣味运动会组委会

一、主办单位：印江职校

二、承办处室：团委 体育组

四、领队：各班班主任为领队

五、医务组：谭海琴、赵四芳

六、宣传组成员：张桥江、严萍

七、安全组：田智 张小庆 陈海凤 未参加运动会的护校队成员

八、奖品组：任仕学 严天萍 陈正勇

趣味运动会活动方案设计篇四

为培养幼儿对体育活动的兴趣，提高幼儿的身体素质，加强家园合作，增进亲子间的交流，体验自信快乐的情感。我园将举办20--年“我健康、我快乐、我参与”冬季亲子趣味运动会，具体事项如下：

时间：20--年12月3日上午(如下雨改期另行通知)

地点：明桂圆大门前坪

主题：我健康、我快乐、我参与

一、开幕式程序

1、运动员入场。各班运动员身穿园服，手举彩旗或花环，排成两路纵队依次入场，入场顺序为葡萄班、蜜桃班、菠萝班、芒果班，入场口号自定(锻炼身体、身体健康!友谊第一、比赛第二!我健康、我快乐、我参与!……)

2、奏国歌，升国旗。

3、家长代表讲话。

- 4、运动员代表讲话。
- 5、园长致辞，宣布运动会开幕。
- 6、运动员退场。

二、比赛程序

地点：明桂圆大门前坪

- 1、幼儿项目《捞汤圆》（芒果班）
- 2、幼儿项目《乌龟爬》（蜜桃、菠萝班）
- 3、幼儿项目《铺路》（蜜桃、菠萝班）
- 4、幼儿项目《滚轮胎》（葡萄班）
- 5、亲子项目《种豆捡豆》（芒果班）
- 6、亲子项目《抬花轿》（蜜桃、菠萝班）
- 7、亲子项目《快乐小青蛙》（蜜桃、菠萝班）
- 8、亲子项目《引路》（葡萄班）
- 9、幼儿合作项目《拖小猪》（芒果班）
- 10、幼儿合作项目《运球》（蜜桃、菠萝班）
- 11、幼儿合作项目《螃蟹运球》（葡萄班）
- 12、家长合作项目《毛毛虫》（芒果班）
- 13、家长合作项目《拔河》（蜜桃、菠萝班）

14、家长合作项目《接力赛》（葡萄班）

三、比赛方法

- 1、以托、小、大年龄班为单位，各班组织幼儿、家长报名参加，比赛中先进行预赛，在预赛中产生决赛选手再进行决赛。
- 2、决赛每项取前三名，获得冠、亚、季军的选手都有一块奖牌、一张奖状、一份奖品，未获奖运动员都有一份纪念品。

四、注意事项

- 1、各班老师要配合裁判维持赛场次序，管理班级纪律；提醒家长看好自己的孩子，不要在赛场自由走动或奔跑，注意安全。
- 2、参赛的幼儿和家长要按时到位，迟到者为自动放弃比赛；选手要遵守比赛规则，听从裁判的指挥，服从裁判裁定（包括老师和家长）。
- 3、幼儿合作项目及家长合作项目的人数根据各年龄班的要求自定。
- 4、保持运动场地的卫生，爱护公共设施。

趣味运动会活动方案设计篇五

本次趣味运动会的宗旨在于增强公司团队的凝聚力，展示出当代员工的竞技激情。弘扬奥运精神，增加团队凝聚力，在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。丰富员工课余生活，给每一位员工展现自我的机会，增进交流。

一、趣味运动会活动主题

娱乐身心、携手共进

二、活动整体方案

活动时间：20__年__月__日、早上9点

活动地点：__奥林匹克体育中心

主办单位：__活动策划品牌

三、具体活动项目

趣味运动会的魅力第一个是好玩，第二个项目多多，为的是玩转大家，更主要是为了让大家玩的开心，玩得尽兴，项目包含快乐大脚、同舟共济、集体跳绳接力、摸石过河、阳光伙伴、又好又快、袋鼠跳跳、欢乐乒乓球、纸衣往返接力、同“舟”共济、仙人指路、网球掷准、踢毽子、盲人摸向、踩地雷、勇往直前、二人三足、狂运足球、袋鼠跳、二人背夹球跑接力、懒惰的自行车、赶篮球、骑羊角球赛、瞎子敲锣、拔河比赛、2人3足、袋鼠跳、无敌烽火轮、背球接力赛、单腿火车等，下面挑一些做方案。

1、投靶掷准

比赛方法：每位队员只投一轮，每轮投五镖，以环数多的为先，若环数相同，可追加一镖，决出名次。

比赛规则：投镖时脚尖不得越线，每轮只投5镖，多投无效。

2、足式保龄

比赛规则：个人参赛，参赛距离3米，只限踢三次，累计瓶子打倒数我者为胜。

3、袋鼠夹球

比赛方法：每队由1名队员组成，分立于场地两端，

每个队员用双腿夹住球(排球)，然后以跳跃方式前进到达终点(25米)，然后将球传给下一名队员，依次接力，至最后一名队员完成，以时间计分。

4、孤岛求生

预赛的规则是每组10人抢9岛，音乐响起后，大家可绕岛屿转圈，音乐停止时抢占岛屿，一人将被淘汰，依次类推，最后剩余一个为胜者，决赛：各组的胜者共5人，角出名次。

5、跳长绳

参赛者：每班14人(包括甩绳人员)，7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。(分两组)

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

6、袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

比赛场地：学校操场。20米。

7、鸿运彩球

比赛开始前，4名队员托举比赛器材过肩立于起跑线后。裁判发令后，4名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程为100米。以各参赛队中的任一队员的身体任意部位触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

8、百米障碍跑

9、疯狂毛毛虫

比赛开始前，6名队员骑在比赛器材上，双手把住固定把手立于起跑线后。裁判发令后，6名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程60米。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

四、活动其他事项

- 1、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。
- 2、裁判必须做到公平、公正、公开。
- 3、比赛前由各队解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。
- 4、禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
- 5、工作人员持场地的卫生，工作人员保持现场的卫生。
- 6、请各班参赛队员准时到达比赛场地，比赛时间不到者作弃权处理。

趣味运动会活动方案设计篇六

各分会：

为了丰富教职工的业余文化活动，培养教职工良好的体育锻炼习惯，营造健康向上的校园文化体育氛围，根据长安大学体育工作委员会《关于举办长安大学第十届阳光体育运动暨20xx年春季运动会的通知》的精神，校工会举办20xx年教职工趣味运动会。现将有关事宜安排如下（如遇雨天，比赛时间另行通知，以校园信息门户公告、广播通知为准。）：

时间：4月14日（星期四）上午8：30——12：00。

地点：校本部北院体育场（足球场）。

：（以下三项活动的具体规则见附件）

夹乒乓球与投沙包接力比赛（女8名、男8名）

足球踢准接力比赛（女8名、男8名）

五人木质协力竞走接力比赛（女5名、男5名）

每个分会报领队、教练、工作人员各1名，共45人组成。以上各项比赛，如男队员缺少，可以由女队员顶替；女队员不够时男队员顶替，则成绩不进入排序中。

每项比赛取成绩排序前6名给予团体奖励，参赛个人均有参与奖。

各分会请于4月8日（星期五）下午5：30前报名。

请参赛教职工量力而行，尽力而为，确保安全。