

# 最新拔河比赛策划方案比赛规则 拔河比赛活动的方案(模板5篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。那么方案应该怎么制定才合适呢？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。

## 拔河比赛策划方案比赛规则篇一

一、活动宗旨：

积极、向上、团结、奋进、运动、健康

为进一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康文明的校园气氛。通过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系，陶冶学生的高尚情操，展示各自体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，不断提高自身全面素质，推动校园精神文明建设。

20xx.4.3下午

学校园内篮球场

裁判长：张胜利

七年级组发令员：杨荣根

八年级组发令员：刘斌

九年级组发令员：赵敏

场地裁判员：俞振东、陈昌、李蔚、毕怀华、沈卫国、雷守江、张辉耀

摄影员：毛顺辉

## 七、活动规则：

1. 报到：比赛开始前，各班主任必须提前5分钟到赛场签到。体育委员组织参赛队员到侯赛区准备参赛。开场后10分钟不到的队伍取消参赛资格。

2、队员人数的规定：每一拔河队上场比赛队员25人，每队为男15人、女10人。参加比赛的队员必须是其班级学生，其余人员不得参加。

3、每班派2个比赛监督员，对照参赛学生清点对方人员、人数是否正确，监督是否有违反现象，如发现有违反现象立即报告裁判。

4、比赛地为水泥地上画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。胜负决定以裁判员鸣哨、将旗指向胜利一方为准。

5、各班组织委员要认真组织，其他拉拉队员必须站在场地限制线外，不得进入拔河场地内，否则以作弊处理。

## 6、比赛方法：

1) 比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程。

2) 比赛对手及比赛首场的站位选择由各班主任抽签决定。

3) 淘汰赛：每个年级分成一组。每组有一个队轮空，轮空队直接进入半决赛。比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。每组负者间进行一次淘汰赛，最终胜利的一只队伍进入半决赛。具体规定为1对3，2对4，5轮空。

5) 半决赛：四支队伍由班主任进行抽签分组，每组按三局两胜制进行拔河比赛，获胜的两支队伍进入决赛。剩余两支队伍争夺三、四名。具体规定为1对3，2对4。

6) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

## 八、赛前及赛后宣传：

1、参赛的各班班长应迅速落实参赛人员，制定本班比赛策略，在班级对本次比赛作重点宣传。

2、参赛过程学校将派专人用相机纪录各班比赛精彩瞬间。

3、赛后各班至少撰写两篇宣传稿，统一收取交于广播室。各班板报小组共同策划，制出宣传板报。

## 九、注意事项：

1、赛前5分钟点名检录，核对学生人数，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得穿钉鞋，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、比赛前由各班主任抽签决定对阵。

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。

十、奖励办法：

比赛取前三名，给予一定奖励。

本次活动奖品如下：

1. 一等奖（1名）奖班级50分
2. 二等奖（1名）奖班级30分
3. 三等奖（1名）奖班级20分
4. 精神文明奖（1名）奖班级10分

## 拔河比赛策划方案比赛规则篇二

通过拔河比赛发扬团队精神，增强组织凝聚力，使大学生体会集体的力量。下面是本站小编为您精心整理的学校拔河比赛活动策划方案模板。

一、活动宗旨：积极、向上、团结、奋进、运动、健康。

二、活动目的：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，使大学生体会集体的力量。

三、活动口号：团结友爱，青春飞扬，远离甲流，经贸最强。  
(比赛的团结口号各班自行制定)

四、比赛地点：学校足球场。

五、比赛时间：星期二、三、四、五、六下午5点。

六、裁判：邀请各二级学院体育部部长。

七、参赛要求：

1、比赛分为两个部分，即班级赛和社团赛。

2、班级赛参赛人员为经贸学院学生，以班级为单位组成各参赛队伍，全院共大一、大二18个班级，每个班一个组，每个组15人，男生8个，女生7个。

3、社团赛为经贸学院十二社团之间的友谊赛，以社团为单位组成各参赛队伍，每个社团一个组，每组9人，男生5个，女生4个。

4、参加班级赛的队员必须是本系的本班学生，其余人员不得参加。

5、参加社团赛的队员必须是本社团的人员，其余人员不得参加。

八、比赛方法：

1、比赛前由各组选出一名队长进行抽签分组和比赛首场的站位选择。(抽签时间另行通知)

2、班级赛由初赛、复赛、半决赛、决赛等四个赛程组成。

1)、初赛：大一10个班级经过抽签后，分成5个组，5个组中胜者晋级复赛。

大二8个班级经过抽签后，分成4个组，4个组中胜者晋级复赛。

2)、复赛：大一5个班级经过抽签后，分成2组和一个幸运班，得胜者2个晋级和一个幸运班级直接晋级。

大二4个班级经过抽签后，分成2组，得胜者2个晋级。

3)、半决赛：大一3个班级抽签后，分成1组和一个幸运班，得胜者1个班级晋级和一个幸运班直接晋级决赛。

4)、决赛：大一2个班级进行比赛，得胜者为冠军，次之为亚军。

大二2个班级抽签后，分成1组，得胜者晋级。

3、社团赛由初赛、半决赛、决赛等三个赛程组成。

1)、初赛：12个社团经过抽签后分为6个组，进行初赛。6个得胜者晋级半决赛。

2)、复赛：6个晋级者抽签后分为3组。胜者晋级半决赛。

3)、半决赛：3个晋级者抽签后，分成1组和一个幸运组，得胜者1个组晋级和一个幸运组直接晋级决赛。

4)、决赛：2个晋级者比赛，胜者为冠军。

九、注意事项：

1、每场比赛准时开始，各代表队需要在比赛前20分钟到达比

赛场地。

2、比赛前10分钟检录、核对学生人数，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

3、裁判员吹第一声哨时，两队各就各位两手拉绳，各队负责人检查无问题后，上体后倒，重心后移，两腿成丁字步撑地预备。

4、裁判员吹第二声哨时，双方在各自指挥下，用力拉绳，至红绸移过1、5米的标志时比赛结束。第二声哨响之前抢先用力为犯规，两次犯规为败一局。

5、为避免损坏场地，一律穿平底鞋。

十、奖励办法：

大一：

1、一等奖：一名，奖状一个，奖品为一副羽毛球拍和一筒羽毛球。

2、二等奖：一名，奖状一个，奖品为一副羽毛球拍。

3、三等奖：一名，奖状一个，奖品为一副羽毛球拍。

4、优秀组织奖：奖状一个。

大二：

1、一等奖：一名，奖状一个，奖品为一副羽毛球拍和一筒羽毛球。

2、二等奖：一名，奖状一个，奖品为一副羽毛球拍。

3、优秀组织奖：奖状一个。

团学：

最具团结奖：每人一块雪糕和一根棒棒糖。

十一、经费：

羽毛球拍5副\*50元=250元，

羽毛球2筒\*15元=30元，

雪糕100根\*1元=100元，

棒棒糖100根\*0.5元=50元，

横幅8米\*8元=64元，

总计494元。

十二、需要物品：

口哨三个，大绳三根，红绸三条，大型横幅一条，白灰两包(细节道具，待定)

一、活动对象：08级全体同学

二、赛前准备：宣传部作展板，海报及启示；

三、组织形式：

比赛采用三局两胜和循环形式进行，获胜得一分，比赛结束按积分高低排名，积分相同者按小分排名，若小分相同者加赛一场决胜负。



每个组分别推荐一支代表队(成员16人男女各半，队长一名，正式队员12名，替补4名)

#### 四、代表队分组：

一组：工商08级、电子商务08级、市场营销08级

二组：财政08级、金融08级、高本08级

三组：国际贸易08级

四组：会计08级(1-4)

五组：会计08级(5-9)

#### 五、报名时间：

请各代表队队长于3月20日(星期五)之前将名单交到经管系学生会办公室

六、比赛时间：3月23日——3月25日下午4点

比赛地点：礼堂前篮球场

#### 七、比赛流程：

此处不详述，比赛时按分组循环进行

#### 八、奖项设置：

一等奖：证书(1名)

二等奖：证书(1名)

三等奖：证书(3名)

## 十、备注：

本次活动本着“公平”“公正”的原则进行，其他细节另行通知。

一、活动目的：为了更进一步团结同学们的合作精神，努力创建文明和谐校园，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，提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，以提高我系学生合作和坚韧不拔的精神。

二、活动主题：创建文明校园，增进同学之间的交流，集体荣誉感及凝聚力。

三、主办单位：经管系学生会

四、活动时间□20xx年4月12日14：00—16：00

五、活动地点：院篮球场

六、活动对象：经管系全体学生、老师有兴趣的话也可以参加

七、参赛要求：

1、以班级为单位组成各参赛队伍。

2、每班至少报一队，每队共10人，男生7人，女生3人，各班体育委员为队长。（特殊班级可借助外援）

八、注意事项

1、比赛时由于双方都是最大拉力，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各体育委员谨记，转告给各

班队员。

2、各班级需努力完成比赛，不可有缩水现象，参赛成员应提前5分钟到比赛现场。

3、比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。

4、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。

九、比赛规则：采取三局两胜制

十、邀请嘉宾：牟军书记、黄曼丽辅导员、曾丽辅导员、周松芳辅导员、陈晓泓辅导员

十一、工作人员安排：

1、把通知派发到体委处。

2、报名工作负责人。

3、选手通知联系工作。

4、租篮球场场地

5、活动现场布置。

6、嘉宾负责

十二、主持人：夏颖欣

十三、活动流程：

1、主持人开场白，介绍出席会议的领导以及参加人员，并邀请黄曼丽辅导员做开幕词(预计6-分钟)

2、按班级抽取比赛顺序，连号队伍比赛(如：1、2队比;3、4队比…以此类推，由于有九个班级，9号队伍先不比，分出四个优胜队后四个队伍重新抽取比赛顺序，9号队伍与此时的1号队比赛，获胜者与2号队伍比赛;3、4号队伍比赛，最后两队的获胜者进行最后的决赛分出冠亚军)

3、比赛结束后选出另2个奖项，最佳团队奖，最佳风采奖.将此奖颁给最具团队精神和最有活力的团队。

十四、会场配备和经费：

2、预计经费：一等奖一名(奖状一张，奖励班级经费30元)、二等奖一名(奖状一张，奖励班级经费20元)、最佳团队将和最佳风采奖各一名(奖状一张)、总计70元。

3、现场布置：气球，彩带等等(50元)

## 拔河比赛策划方案比赛规则篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！今天，我们满怀喜悦心情，以饱满的精神状态，举办城关小学迎元旦“阳光体育”趣味跳绳、拔河比赛活动。在此，我代表学校向为了这次跳绳、拔河比赛活动积极筹备、精心组织的各位教师，积极参与、刻苦训练的各位同学及工作人员表示衷心感谢！

为了切实推动“阳光体育运动”继续深入的开展，吸引广大青少年走向操场，走向大自然，丰富学生的课余生活，深入贯彻国家体育总局提出的“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的体育健康理念，营造浓郁的校园体育锻炼氛围，切实提高学生的健康水平，积极组织学生开展有益于学生身心的体育活动。“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”衷心

希望各队的同学们在比赛场上赛出水平，赛出友谊，赛出风格，向着更高、更快、更强的目标而努力，创造新的成绩。

本次跳绳、拔河比赛活动是对全校师生素质、精神风貌的一次大检阅，是对我们师生团队拼搏精神的一次考验，更是对学校、班级文化建设的有力体现。我希望，通过这次拔河比赛，进一步推动我校体育活动的蓬勃开展，通过比赛，同学们能真正意识到，作为合格的学生，不仅应该具有高尚的品德、优异的成绩、优雅的举止，还应该具有强健的体魄，必须学会强身健体，真正成为德智体美全面发展的优秀人才。希望全体裁判员及工作人员，能够及时到位，客观、公正地履行职责。对同学们的付出，进行正确的评价和裁决。希望班主任老师恪尽职守，做好学生的组织工作，教育学生严格遵守赛场纪律，按比赛组指定地点就坐，不大声喧哗，讲究卫生、注意安全、文明观看，保持良好的大会秩序。

同学们夺冠争名，训练有序，勿忘平时点滴功夫；强身健体，持之以恒，切记朝夕宝贵时间。希望全体师生以本次跳绳、拔河比赛活动为契机，积极自觉参加身体锻炼，踊跃投入体育活动，更希望同学们把比赛表现出来的锲而不舍、坚忍不拔的毅力，勇往直前的雄心，永不言败的斗志，带到自己的学习中去，向着你们理想的明天而奋斗。最后，预祝同学们能在本次活动中取得优异成绩，预祝本次拔河比赛获得圆满成功。谢谢大家！

## **拔河比赛策划方案比赛规则篇四**

学校的生活无限精彩，只要你积极的参与，相信你一定会度过一个美好的学校生活的。学校最近组织了很多活动，有足球赛、篮球赛、羽毛球赛，为的就是丰富我们的校园生活，让我们在学习的同时尽量的运动。为了丰富同学们的课余文化生活，增进各系间的友谊和联系，体现各系团队之间的竞争精神和集体凝聚力。我校特举办本次“拔河比赛”，具体

安排如下：

一、主办单位：校团委

二、承办单位：校学生会治安部

三、比赛宗旨：增强同学们的强身意识，争做一名德、智、体全面发展的大学生；

四、赛前准备：全校十三系，各系出30名选手（男生20人、女生10人）。另各系准备好拉拉队。

五、比赛方法：采用三局两胜赛制。

六、比赛时间□20xx年5月

七、比赛地点：校生活区篮球场

八、赛事流程：比赛共分四轮；

a□首轮比赛，经抽签有一队轮空，其余十二支队进行第一轮对决。由三局两胜制淘汰六支，其余六支系队与轮空队晋级第二轮比赛。

b□第二轮从六支晋级队中抽取本轮的轮空队（第一轮轮空队除外）直接晋级第三轮比赛，然后剩余六队进行对决，获胜三支参赛队直接获得晋级第三轮的资格。

c□此时，第三轮共有四支参赛队，分两组对决胜负。

d□第四轮由上轮获胜两队进行冠亚军的争夺，上轮输的两队进行季军的争夺。

九、人员分配：设主裁判一名，副裁判两名，验数员三名。

十、器材：拔河绳、哨子、铜锣、粉笔（划线）、彩绳、扬声器。

## 十一、注意事项

各系参赛人员请准时到场，若参赛系迟到超过15分钟，以弃权处理。

各系领队应确保本系队员活动当日下午无课。

## 十二、奖励

对冠军、亚军、季军颁发奖状，并选出最佳组织奖，颁发奖状。

对各系参赛队员综测给予加分，并对系给予奖励。

## 十三、宣传

对于本次活动，希望秘书处、宣传部给予宣传，并希望各部给予支持。

学校生活是那样的精彩，每个人都应该去珍惜现在的生活，要是在毕业后回味的时候没有任何遗憾，这是最好的。

这一次拔河比赛就是团结同学的最好时刻，共同努力，拼命的加油，在加深我们的同学情谊的同时，也时刻的保持着成绩的优良。

让我们把生活过好，那就是最好的。

## 拔河比赛策划方案比赛规则篇五

为了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，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，使学生们集合集体的力量，以提高我系学生团体合作和坚忍不拔的精神增强师生之间的相互了解；促进同学之间的友好相处，加强各届同学间的交流。

4月23日、24日（根据报名班级数量，时间待定）

各班代表到指定宿舍领取报名表，填写完整交回领取地点。

男生宿舍：海xa112□

联系人 杨xx 张xx

女生宿舍：海怡b501□

联系人 吴济荣。

舞蹈楼下圆形广场

中歌艺术学院各班，

（各班自愿参加）

1. 报到：比赛开始前，各班必须提前5分钟到赛场登记台签到。并交各参赛队员的学生证，无学生证不得参加比赛。参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，因特殊原因需要调换场次的，请提前通知。开场后10分钟不到的队伍取消参赛资格。

2. 队员人数的规定：每班上场比赛队员16人，每队为男8人、女8人。参加比赛的队员必须是其班级学生，其余人员不得参加。

3、每班派2个比赛监督员，对照学生证清点对方人员、人数



是否正确，监督是否有违反现象，如发现有违反现象立即取消比赛资格。

4、比赛地为水泥地上画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。胜负决定以裁判员鸣哨、将旗指向胜利一方为准。

5、各班组织委员要认真组织，其他拉拉队员必须站在场地限制线外，不得进入拔河场地内，否则以作弊处理。

6、比赛方法：具体根据报名班级数量待定

1) 14月23日上午10:00 比赛正式开始，比赛实行淘汰制，比赛双方由各自抽签决定，如果比赛队伍呈单数，将直接晋级(按抽签结果而定)

2) 比赛首场的站位选择由各班代表抽签决定。

3) 每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。胜两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。

1. 参赛的各班队长应迅速落实参赛人员，制定本班比赛策略，在班级对本次比赛作重点宣传。

2. 宣传部制作海报、宣传标语。

3. 秘书处通知各班比赛报名

4. 参赛过程网信部用相机纪录本班比赛精彩瞬间并录制视频。

5. 纪检部现场检录、记录比赛成绩

6. 网信部、朗诵团总结制作微信推文、中歌stv视频

7. 宣传部、文娱部布置场地 张贴标语

8. 各部门派两人协助体育部举办比赛。

1、赛前5分钟点名检录，核对学生证，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得穿钉鞋，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、比赛前由各班队长抽签决定对阵。

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，各体育委员谨记，转告给各班队员。

8、各班级需努力完成比赛，不可有缩水现象。

比赛取前三名，给予奖励。

1. 一等奖（1名）

2. 二等奖（1名）

三等奖（1名）

精神文明奖（1名）

5. 最佳组织奖（1名）