

# 2023年小学体育运动活动方案设计 幼儿园体育运动活动方案(汇总5篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 小学体育运动活动方案设计篇一

创新多种玩毽子方法，发展幼儿的创造力和动作的协调能力。

毽子、乒乓球板，羽毛球拍等。

1、走：幼儿将毽子放在头顶上，向前走。幼儿将两只毽子分别放在双脚脚背上，向前走。幼儿将若干毽子同时放在肩、肘、手背等部位，向前走。

2、踢：幼儿将毽子放在脚背上，用力向前踢。幼儿将毽子放在脚背上，用力向上踢，双手接住。幼儿用一脚内侧连续向上踢毽子。幼儿将毽子踢入一定距离的目标中。

3、拍：将毽子放在乒乓球拍或羽毛球拍上，用球拍连续向上击毽子。

4、抛接：将毽子放在掌心，向上抛起，并用手背、肘等部位接住。

5、投：将毽子投入有一定高度的目标中。

## 小学体育运动活动方案设计篇二

团结就是力量。团队在一起可以做出单独一个人所不能做出的事业；智慧+双手+力量结合在一起，才是完美的结合。这样就需要阳光般的伙伴去实践。

### 二、活动背景

当我们成为大学生的那一刻，我们的学习生活方式发生了巨大的改变，我们不再成天埋头苦读于沉闷的教室，交流便随之重要起来。宣传部的成员一直都是为大家服务，繁重、枯燥的工作也消逝了大家在生活中、工作中的激情。因此，为丰富同学们的大学生活，营造互助互爱、积极愉悦、浓厚学习氛围。特此举办本次活动。

### 三、活动意义、目的

“阳光伙伴”即“12人13足”50米计时赛，是一项面向青少年的集体竞赛体育活动。此项活动是以青少年为主要参与对象的集体竞技类项目，旨在通过团队协作激发青少年身体素质潜能、磨练积极阳光的生活性格、携手并进的团队精神、不畏困难的毅力与品质。

### 四、活动对象

数控班全体学生

### 五、活动时间、地点

20xx年3月28日下午第三节课操场

### 六、活动内容

比赛方法和规则：

a□以队为单位参加比赛，每队12人，不分男女，抽签决定队友。

b□发令前，每队按横排立于起点线后，分别将相邻队员的左右腿用绑腿套套在一起(套在踝关节附近)。

c□所有队员以站立方式起跑，听到发令后，同时走或跑向终点，以最后一名队员通过终点线为计时终止。用时少者名次列前。

后可继续行进。

## 七、大赛流程

1、参赛选手抽签，确定队友和参赛顺序。

2、主持人介绍本次活动目的、意义及主题，宣读本次比赛规则和注意事项。

3、请院学生会主席荣青为本次大赛致辞，并宣布活动正式开始。

4、工作人员准备好器材，并通知选手顺序。

5、进行比赛。

## 八、活动要求及注意事项

1. 训练时把安全工作放在第一位，每次训练前要充分做好准备活动，及时给予学生关爱，确保不发生意外事故。

2. 身体不宜参加剧烈运动的学生不要参加此项活动。

3. 参加比赛的学生在比赛过程中必须服指导。

## 小学体育运动活动方案设计篇三

为了丰富同学们的高中课余文化生活，活跃校园气氛，展现同学们的青春活力，体现同学们的青春面貌；激发同学们积极参与体育活动的激情，提高运动技能水平，促进德智体美的全面发展；促进校园文化建设，彰显学生内强体质，外树形象，自尊，自强，自立，自信的风采，体现高中生的时代风采和精神风貌。学校将于9月末举办秋季趣味体育活动。具体方案安排如下：

### 一、指导思想：

“我运动，我快乐”。本着全体同学全员参与的原则，有效利用学校体育资源，推进学校体育工作的发展，积极贯彻“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代健康理念，以形式多样的体育活动为载体，蓬勃开展“阳光体育活动”，使全体学生养成良好的锻炼习惯和健康的生活方式，形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气，在校园内营造注重健康、重视体育的良好氛围。

### 二、活动组织机构：

组长：

副组长：

组员：政教干事、全体班主任及体育教师

活动总协调：

各项目负责人：

跳绳：拔河：

踢毽子：60米勇往直前：

器材负责人：

摄像：

高一学生组织：高二学生组织：

总裁判长：

跳绳裁判长：

裁判员：

拔河裁判长：

裁判员：

踢毽裁判长：

裁判员：

勇往直前裁判长：

裁判员：

三、活动主题：阳光体育，快乐无限。

四、活动原则：

1、全体学生全员参与。2、弘扬特色校园体育文化。

3、健康第一。4、节约、环保、高效。

五、活动项目：跳绳、踢毽子、拔河、60米勇往直前（推轮

胎赛跑)

六、比赛时间：9月末（具体时间另行通知）

七、比赛地点：学校操场

八、参加对象：高一、高二全体学生

九、比赛规则：

1、跳绳：比赛时间，2分钟；比赛人数，每队8人；8名同学比赛同时进行，跳绳过程中可以停顿，以2分钟结束时的总次数为个人最后成绩；8人最后总成绩为团体成绩，团体跳绳次数总数多的为胜。

2、踢毽子：比赛时间，2分钟；比赛人数，每队8人，8名同学比赛同时进

行；踢毽子时，只可以用下肢的任意部位接触毽子；毽子落地，则该球不算。踢毽子过程中可以停顿，以2分钟结束时的总次数为个人最后成绩；8人最后总成绩为团体成绩；团体跳绳次数总数多的’为胜。

3、拔河：每个年级各分两个组别，采用淘汰制进行比赛，比赛采用三局两胜制。通过掷硬币决定方位后，双方队员在各自的选手区内站好。等待比赛开始。裁判举旗，双方开始举绳作拔河的准备，使绳中央红色标记与中线重合。裁判挥下旗帜，并吹口哨时比赛正式开始。当一方将红色标记点拉过中线拉到一方2米线处，则判该方此局比赛获胜。比赛时，以裁判判罚为最终判决。

4、60米勇往直前：每名队员从起跑线开始起跑，计时开始，跑到30米处捡起车轮胎然后用手推轮胎跑完剩余的30米，跑到终点后，人和轮胎要同时到达终点，计时才能结束，用时

少者获胜。

#### 十、报名须知：

拔河项目每个班限报11人（要求5男5女，队长1人不参加比赛）；勇往直前项目每班限报4人（要求：2男2女）；踢毽子项目每班限报8人，男女不限；跳绳项目每班限报8人，男女不限。要求每个同学只能参加一个项目不得兼项。

#### 十一、要求：

1. 各班要高度重视秋季趣味体育活动，要把这次活动当做学校体育工作的一项重要工作。各班要统一计划，统筹安排，要根据本班实际，认真制订既符合要求，又切实可行的实施方案。

2. 各班要认真组织学生积极参加趣味体育活动各项项目的锻炼，使每个学生都快乐地参与到此项活动中来。要做到人人参与，在全校掀起一个体育锻炼的热潮。

#### 十二、奖励办法：

高一、高二年级每个项目分别奖励前六名，计分为7、5、4、3、2、1，并给予物质奖励，其他为优秀奖；另外每个年级设团体总分奖，奖励前三名，颁发奖状，按团体总分成绩在文明班评比中给予加分。

#### 十三、其他未尽事宜另行通知。

20xx

第二中学年9月20日

## 小学体育运动活动方案设计篇四

为进一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、清新高雅、健康文明的校园文化氛围，为师生提供展示才华的舞台，促进审美能力和水平的提高，丰富学生的文化生活，发挥个性特长，激发创造和创新能力，从而推进素质教育的实施，推动书香校园建设和全员育人工程的'深入开展。

营造人文环境，繁荣校园文化，谱写时代旋律，以文化装扮校园；展青春风采，深化内涵发展，创特色品牌，用艺术陶冶心灵。

组长： 刘光领

成员： 张德平张华张伦吉刘吕

主任： 张德平

成员： 穆朝荣汪海魏俊生黄朝富刘正光黄青川熊灿芬

体育艺术节的总体策划、组织领导及活动方案的审定，重要问题的研究决定与协调。

组委会下设宣传秘书组、联络协调组、展评活动组、竞赛活动组、后勤保障组、安全保卫组、纪律检查组。

### 1、宣传秘书组（魏俊生负责）

（1）职责：布置校园环境、活动场地及开幕式；撰写讲话稿；负责扩音、播音、摄影、摄像、通讯报道等。

（2）成员：李晓芳杨建霞

### 2、联络协调组（黄朝富负责）



(1) 职责：联系各工作小组，协调人员调配、时间安排和场地使用，保障各项活动有序顺利进行。

(2) 成员：王丽沈梅吕彦洁

### 3、展评活动组（汪海负责）

(1) 职责：具体安排、布置展评活动，活动组织指导，展评结果统计。

(2) 成员：李鹏程樊永梅谢晓梅

### 4、竞赛活动组（穆朝荣负责）

(1) 职责：具体安排、布置竞赛活动，活动组织指导、场地建设指导和竞赛结果统计。

(2) 成员：丁永张珊

### 5、后勤保障组（黄青川负责）

(1) 职责：负责物品的供应与购置，活动场地整理，准备横幅、旗帜及其它服务。

(2) 成员：李秀芳

### 6、安全保卫组（刘光正负责）

(1) 职责：负责维护校园秩序和治安保卫，全面清理检查环境卫生。

(2) 成员：各班班主任

### 7. 纪律检查组（熊灿芬负责）

(1) 职责：负责各班纪律情况的检查和评比。

(2) 成员：谢贵娟陈轶芬

20xx年6月29日

时间□20xx年6月29日—上午

主题：学会感恩。

要求：写出一篇不低于600字的作品，以书信体进行呈现，题目自拟（征文稿纸学校统一发放）。

展评：学校成立评审小组，对所有参赛作品进行集中评选，颁发“文学小明星”证书，展评优秀作品。

时间□20xx年6月29日—上午

主题：传承中华民族文化精髓，反映健康的审美情趣和艺术修养以及健康向上的精神风貌。

要求：内容积极健康，字体风格不限，写规范、美观。书写作品注明班级、姓名。

软笔要求宣纸四尺对开，章法完整。每班3幅作品。

硬笔要求用a4大小方格纸，全体学生参赛（学校统一发放a4方格纸）。

时间□20xx年6月29日—上午

主题：关注大方古城建设的发展。

要求：画的种类不限，以素描、涂画为主。可以是写实，也

可以是科幻画（想象）。

展评：对学生的作品进行集中评比，组织优秀作品展评，颁发证书。

20xx年6月29日，在学校操场。

低、中、高年级男、女组。

（1）4\*25米男女混合往返接力、立定跳远。

（2）传统项目：一分钟单人跳绳。

（3）集体项目：队列队形比赛（立正、稍息、报数、四面转法、齐步走、跑步走、立定）。

（1）运动员必须经体检证明身体健康并参加学生平安保险，适合参加剧烈运动项目。

（2）每班运动员人数为男、女各6人，教练员1人。

（3）每项每班限报2人，每人限报一个项目，4\*25往返接力和队列队形要求全队参加。

（4）1分钟跳绳以1分钟跳过双脚的次数（跳一次摇一次）记成绩，次数多者名次列前。

（5）队列队形比赛顺序：跑步入场—整齐、报数主席台报告人数—原地四面转法—齐步走、立定—跑步走、立定—跑步退场。

（6）号码簿佩戴于胸前。要求用运动鞋训练、比赛。

（1）按年级组进行比赛，顺序为高年级组、中年级组、低年级组。

(2) 比赛执行20xx年《田径竞赛规则》。

(3) 对迟到、无理取闹或顶撞裁判者，取消其比赛资格。

(1) 各单项均录取前六名记入总分，分别以

7、6、5、4、3、2、1计分；100米男女混合迎面接力项目以4倍计分；队列队形比赛项目以6倍计分。

(2) 各班级男、女运动员名次得分之和为其团体总分，得分多者名次列前；如积分相等，按队列队形得分多者名次列前；如再相等，按100米男女混合迎面接力得分多者名次列前；再相等，则按第一名多者名次列前；再相等，则按第二名多者名次列前，以此类推。

(1) 各年级组奖励前三名，单项奖励前三名。

(2) 设精神文明奖3名。

## 小学体育运动活动方案设计篇五

为全面落实“阳光体育工程”精神，增强我校体育工作的针对性和实效性，丰富学生的体育活动，激发和保持学生的运动兴趣，提高学生的体质健康水平，培育顽强拼搏、团结合作的体育精神，推动我校体育工作更上一个新台阶。经研究决定举行我校秋季运动会。现将活动方案通知如下：

一、活动主题：

办快乐教育，建和谐校园，强师生素质，创特色效应。

二、活动时间：

10月29下午--30日

### 三、活动地点：

操场

### 四、活动组织：

#### 1、活动领导组：

组 长：兰荣贵

副组长：伍 鑫 李宏伟

组 员：各班班主任

职责：统筹领导此次运动会的筹备及举行。

#### 2、裁判组：

总裁判长：李小平

裁判长：袁文睿

裁判员： 兰喜萍 闫建明 王保强

职责：确定比赛项目、比赛标准，运动员造册，并进行赛时裁判工作。

#### 3、后勤保障组：

组 长：杨维义

组 员：张国平

职责：负责场地规划、音响设备、茶水供应、成绩登记、奖状印制等工作。

## 五、活动内容：

### （一）趣味：

1-2年级：多足虫竞走（8人）

搬运球接力（2男2女）

跳绳（2男2女）

沙包掷准（1男1女）

3-4年级：乒乓球托球跑（2男2女）

搬运球接力（2男2女）

拔河（8男8女）

5-6年级：齐心协力（3男2女）

四人五足（2男2女）

拔河（8男8女）

教师组：齐心协力 两人夹球跑 四人五足 摸石过河 袋鼠跳接力

### （二）竞技：

3-4年级：60米 100米 200米 立定跳远 掷沙包 5-6年级：60米 100米 400米 跳远 跳高 垒球 实心球（女） 铅球（男）

## 六、活动要求：

竞技比赛每班限报6男6女，每人限报2项

## 七、积分办法：

参照田径运动竞赛规程积分采取取8名按9、7、6、5、4、3、2、1分计算。若不足8名则向前递减一名计算。

## 八、奖项设置：

计算班级团体总分，按年级排列名次，每年级取前三名。

## 九、注意事项：

- 1、各班接到通知后，应认真做好选拔工作，精心备战，争取赛出水平，赛出风格。
- 2、各班应加强对学生在活动期间的安全教育，确保此次活动顺利进行。