

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。