# 社会体育活动策划方案 体育活动策划方案(通用15篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2025-04-20

*为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。社会体育活动策划方案篇一在“5....*

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**社会体育活动策划方案篇一**

在“5.1”劳动节来临之际，为增强企业凝聚力，充分调动广大员工的积极性和工作热情，丰富员工业余生活，经公司研究决定，于20xx年4月29日举办迎“5.1”第一届职工体育运动会。

裁判组：

组长：崔总

组员：周总、田 野、丁天勇、唐红燕

后勤安全保障组：

工程科：负责比赛前期准备工作

办公室：负责协调安排各部门人员做好救护、饮水保障

人事：负责统计比赛人员及比赛名次

武威天祥清真分公司全体员工，各部门组织好本单位的员工按时参加；

1.扑克：车间二楼会议室

2.篮球：宿舍楼前篮球场

3.乒乓球：宿舍一楼乒乓球室

4.齐心协力：车间至发货台前方空地

5.200米接力赛跑：车间至发货台前方空地

扑克：崔总

篮球：周总

乒乓球：丁天勇

齐心协力、200米接力赛跑：田野、唐红燕

扑克：全员参与，每4人一组进行淘汰赛，取获胜者10人；

乒乓球：分为男子组、女子组分别进行淘汰赛，取男、女获胜者各一人。

齐心协力：2人一组，每组分别由男、女各1人组成，将

两人各一腿捆绑后共同协调前进，取前2组。

200米接力赛跑：

4人×50米接力赛跑，每组男、女各2人，取前2组。

一等奖共22名，奖励价值60元奖品一份。

二等奖共6名，奖励价值40元奖品一份。

优胜奖共10名，奖励价值30元奖品一份。

获奖者名单将在4月29日下午17:00在表彰大会上宣布并颁奖。

**社会体育活动策划方案篇二**

指导大学生正确创业，提高大学创业成功率。

1.活动目的。

业计划，宣传推广专家网项目，促进大学生就业项目的开展。

2.活动原则。

xx单位指导，xx公司全程实施，xx学院提供场地支持，组织协会参与互动，媒体报道，大学生参与。

时间：2012年12月x日。

地点：影剧院（13栋）x教室。

主办：xx单位。

协办：xx公司。

承办：讲座老师。

黔南州在校大学生及毕业学生。

1.宣传口号。

流水不断，创业不止；理性创业，全程保障以创业带动就业，创业我最强；我们创业，中国力量。

2.宣传方式。

条（横）幅宣传手册（课程介绍）报刊（专家网内刊，员工刊物）网络（专家网、其他热门论坛、大学生社区等）。

1.创业就业讲座。

2.个人生涯和自我行销系列课程。

3.创业论坛。

4.推荐就业，地区信息门户。

5.专家助理，或者是公司助理推荐。

前期准备（会场布置，易拉宝，背景板，讲座文字资料，工作人员安排等）。

活动执行（讲座老师全程主导实施1.场地确认；2.课程制作；3.讲解课程）。

后期跟踪（备案参会人员资料，深度交流培训，小团队辅导等）。

根据活动情况而定。

（略）。

1.组织准备要充分，做好详细周密的计划，合理利用各种资源。

2.活动要求合适的学生参与，尽量在活动过程中与学生保持互动。

3.活动后续的服务支持，有专人对接合作。

通过这些多次次公益讲座活动的举办，宣传推广专家网项目，同时找到了一批志同道合之士，大学生创业项目也将会有一批团队开始操作，再借助媒体的力量，打响大学生创业基金的品牌，同时这样也将是教科文基金工作的一部分。更重要的是促进了大学生创业就业，结盟了一批社会优质资源。

**社会体育活动策划方案篇三**

一、时间：

二、地点：

三、参加对象：全矿所有团支部。

四、具体要求：

以团支部组队，要求由团支部标志。

五、流程安排：

1、团委书记讲话；

2、领导致词并宣布比赛开始。

六、比赛项目：

本次比赛以推进凝聚力，加强团结精神为宗旨，不设置个人项目，全部为集体项目，每个项目每单位派三人参加，共分为七个项目：

每项比赛第一名7分，第二名5分，第三名4分。

1、手足情深：参赛运动员一手握一足，然后用单足跳的方式完成20米交换选手，（时间最少者胜出）。

2、山路弯弯：参赛运动员在进行中要绕赛道中间的障碍物跑五圈，然后返回到起点击掌接力，下一名队员继续，（时间最少者胜出）。

3、地道英雄：再行进中钻过三张桌子，再跳过三把椅子后返回，到起点击掌交接，（时间最少者胜出）。

4、准星调校：有一名队员蒙上双眼拿篮球站在三分线以外，其他两位站在球场以外指挥其移动方向，把球投出后交接，每投中一球得一分，（得分者获胜）。

以下项目要有全部六名队员共同来完成。

7、六人跳绳：两人摇绳，其余四人轮流跳绳，两分钟内跳过人最多者获胜，

七：比赛并计分结束后为获胜单位发奖。

**社会体育活动策划方案篇四**

为关爱年级女同学，展现年级学生朝气蓬勃，积极向上的青春风采，全面活跃年级课余文化生活，在女同学节到来之即，结合年级实际情况，体育系20xx级特举办“女同学节，我们一起度过”主题活动，让大家积极参与活动，共享节日的快乐，体验难得的感动;同时也能加强班级、年级同学之间的交流，促进男女同学之间的友谊，给同学们锻炼和展示自我的舞台。

女同学节，我们一起度过。

体育系20xx级全体学生。

20xx年3月7日晚19：00—21：00。

田径馆。

(一)辅导员讲话并宣布活动开始。

(三)女同学自我介绍，才艺展示。

1.年级34名女同学用简洁有特色的语言进行自我介绍、魅力秀场及才艺展示，展现青春活动，秀出真我风采。自我介绍内容包括：姓名、班级、性格、爱好以及一年多来大学生活的真切感受。也可自由结合，以班级、寝室为单位介绍并展示自己的团队(个人1分钟，团体根据人数，最多不超过10分钟)。

2.男同学做评委，评出人气的个人及团队(个人前三名，团队两名)。

(四)我的愿望我实现——幸运大抽奖。

2.请年级代表从所有的书签中抽出5名幸运大奖，当众公布她们的心愿和祝福并送上幸运礼物。

3.将愿望和祝福贴在各寝室的“愿望墙”上面，这样既可以帮助学生实现愿望，加强同学之间的交流，也可自己动手美化学生宿舍。

(五)年级拔河大赛，团队意识的培养。

2.混合比赛(男女混合比赛)：男女自由结合成四组，每组男同学10人，女同学5人，进行三局两胜淘汰赛，评出第一名，并颁发小奖品。

注：裁判员：朱永飞计时员：王振标记录员：年纪通讯员。

(六)男女混合呼啦啦，互相交流转转转。

男女互相结合，共十组，分为两大组进行。每小组要求三名女同学，两名男同学进行呼啦圈转转转，每人一分钟，共五分钟，最后按照圈数的多少决定胜负。(注：总裁判1人，朱永飞;计时员2人，王振标、杨雪;记录员若干，为每班通讯员。)。

(七)由主持人宣布获奖人员名单，辅导员为每组获胜者颁奖。

(一)活动总负责：xx。

(二)活动总协调：xx。

(三)活动主持人：xx。

(四)海报宣传：xx。

(五)通讯稿件：xx及本年级通讯员。

(六)活动场地布置：xx。

(七)礼品准备：xx及各班班长、

(八)摄影：xx。

(九)清扫工作：全体年级委员会成员及部分学生。

(一)小礼品：100元。

(二)场地布置：20元。

(三)美术纸：15元。

**社会体育活动策划方案篇五**

体育是公司活动的重要组成部分，体育活动的开展对改善员工人际关系起着重要作用。下面是有20xx公司员工体育活动策划方案，欢迎参阅。

20xx公司员工体育活动策划方案范文1在“5.1”劳动节来临之际，为增强企业凝聚力，充分调动广大员工的积极性和工作热情，丰富员工业余生活，经公司研究决定，于20xx年4月29日举办迎“5.1”第一届职工体育运动会。

一、比赛组委会设置：

裁判组：

组长：崔总。

组员：周总、田野、丁天勇、唐红燕。

后勤安全保障组：

工程科：负责比赛前期准备工作。

办公室：负责协调安排各部门人员做好救护、饮水保障。

人事：负责统计比赛人员及比赛名次。

二、活动时间。

五、比赛裁判(同时担任此项目组织)：

扑克：崔总。

篮球：周总。

乒乓球：丁天勇。

齐心协力、200米接力赛跑：田野、唐红燕。

六、比赛规则及奖项设置：

扑克：全员参与，每4人一组进行淘汰赛，取获胜者10人;篮球：分为男队2组、女队2组。每组7人，5人上场，分别取男、女各1队获胜。上午9点30举行男子比赛;10点40分女子比赛;乒乓球：分为男子组、女子组分别进行淘汰赛，取男、女获胜者各一人。

齐心协力：2人一组，每组分别由男、女各1人组成，将。

两人各一腿捆绑后共同协调前进，取前2组。200米接力赛跑：

4人×50米接力赛跑，每组男、女各2人，取前2组。七、表彰奖励办法：

一等奖共22名，奖励价值60元奖品一份。

二等奖共6名，奖励价值40元奖品一份。

优胜奖共10名，奖励价值30元奖品一份。

获奖者名单将在4月29日下午17:00在。

总结。

表彰大会上宣布并颁奖。

20xx公司员工体育活动策划方案范文2迎新春教职工趣味活动方案为丰富教职工的业余生活，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力，倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念，特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

一、活动目的：

1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：每个工会小组组选出十人参加活动。

三、活动地点：学校操场。

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、千足侧行、接力滚轮胎、身手敏捷。

五、参加人员：学校全体教职工六、活动时间：2月2日下午。

七、活动形式：1、全体教职工自行到学校操场集合。2、以工会小组为单位参加趣味活动。

九、奖励办法：设团体奖一等奖3个，二等奖6个。(如遇得分相同，抽签决定)每个项目分别按名次计分：第一名20分，第二名16分，第三名14分，第四名12分，第五名10分，第六名8分，第七名6分，第八名4分，第九名2分。五个项目得分总和为该组总分。按得分从多到少决定名获奖等第。

以科学发展观为指导，全面落实贯彻《全民健身计划纲要》，以形成健康的工作生活方式为重点，以增强教职工的身心健康为核心，传递“全民健身，人人参与，人人受益，天天健身，天天快乐”的健身理念，从而形成生动活泼、健康向上、幸福和谐的校园生活氛围，促进学校教育事业又好又快发展和谐局面的形成。

二、活动宗旨。

生命在于运动，幸福源于健康;只有身心健康,生活才能美满，家庭才能幸福，工作才能快乐。通过举办体育节鼓励广大教职工参与各项健身项目，积极进行锻炼，积累一定的健身知识，掌握科学的养生之道，学会劳逸结合，心情舒畅，建立和谐的人际关系。

三、活动主题。

全员健身健康快乐。

四、活动口号。

“天天健身，天天快乐”、“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”、“我运动，我健康，我参与，我快乐”。

五、活动内容。

1、成立体育健身协会，定时开展活动。

2、学习自编“二实小广播体操”，坚持工间锻炼。3、参与大课间活动，师生同运动。4、举办健康知识讲座，预防与保健。5、体育运动会及协会成果展示，秀出我风采。

六、具体安排。

活动内容：xxx要求：xxx活动时间：xxx负责人：xxx。

文章仅作为参考使用，请依据实情需要另行修改编辑（2020年2月22日星期六）。

**社会体育活动策划方案篇六**

冬至大如年，阴极之至，阳气始生，公司将每年的冬至日定为公司的公祭节。在这个隆重的节日里，为增强员工身体素质质，提高团队协作意识，激发积极向上的精神风貌，公司组织了丰富多彩的体育活动。为使各项运动项目有序开展，特制定公司公祭节体育活动方案如下。

一、运动项目分类

1、个人参赛项目：

（1）传统运动项目：中国象棋、五子棋、乒乓球、羽毛球、跑步。

（2）趣味运动项目：呼啦圈跑步、套脚漏瓢运河沙、盲跑撞大运。

2、集体参赛项目：

（1）传统运动项目：蓝球、乒乓球双打、羽毛球双打、双扣、接力赛、拔河

（2）趣味运动项目：长板拖鞋赛跑、螃蟹赛跑。

二、比赛办法

a、个人传统项目

（一）中国象棋、五子棋

1、赛制：淘汰赛。每一轮比赛获胜选手直接进入下一轮比赛，直至决出冠亚季军。

2、比赛方案：

（1）所有参赛选手抽签决定参赛序号。（建议参赛人数为32人或16人或8人）

（2）第一轮对阵形式：从1号开始，相邻两个序号的选手为第一轮比赛对手（即1号对2号、3号对4号依此类推），胜者进入第二轮比赛，轮空的选手直接进入第二轮。

（3）第二轮对阵形式：1、2号的胜者对3、4号的胜者，5、6号的胜者对7、8号的胜者依此类推。（说明：a.如果第一轮有轮空的选手，进入第二轮的获胜选手为单数，最后序号的获胜选手与第一轮轮空的选手对阵；如果进入第二轮的获胜选手为双数，就在第一轮淘汰的选手中抽签决定一人与第一轮轮空的选手对阵。b. 如果第一轮没有轮空的选手，进入第二轮的`获胜选手为单数，最后序号的获胜选手轮空直接进入第三轮。以后各轮比赛出现类似情况照此处理。）

（4）以后各轮比赛均比照第（3）项规则进行。

3、比赛规则：

（1）谨慎思考，落棋不悔；

（2）提高效率，5秒内落棋；

（3）出现和局，抽签决定胜负；

（4）文明比赛，重在参与，友谊第一。

（二）乒乓球单打、羽毛球单打

1、赛制：淘汰赛。（与中国象棋赛制相同）

2、比赛方案：（与中国象棋方案相同）

3、比赛规则：

（1）每局11分，采用每球得分制。一局决胜负，领先2分及以上取得11分者为胜；当比分出现10:11时，继续比赛，领先2分者为胜。

（2）开赛前投掷硬币决定场地位置和先发球权；

（3）每发5个球后交换发球权，直至决出胜负；

（4）文明比赛，重在参与，友谊第一。

（三）800m赛跑

比赛规则：

（1）比赛一次进行，最先冲过终点线的三名选手分获前3名。

（2）比赛开始前，所有参赛选手全部站在起跑线后做好准备，听从裁判员指挥。

（3）当裁判员发出“预备”指令时，各参赛选手立即进入起跑准备；当裁判员接着发出“跑”的指令时，所有选手才能越过起跑线起跑，不得抢跑。

（4）崇尚体育道德，遵守比赛规则。比赛过程中选手之间不得互相推搡、拥挤，后面选手超越前面选手必须从空处绕过，前面选手不得有意阻挡后面选手超越。否则取消参赛资格和成绩。

（5）文明比赛，重在参与，友谊第一，安全第一。

b、集体传统项目

（一）篮球

1、赛制：淘汰赛。每一轮比赛获胜球队直接进入下一轮比赛，直至决出冠亚季军。

2、比赛方案：

（1）所有参赛球队抽签决定参赛序号。

（2）第一轮对阵形式： 1号队对2号队、3号队对4号队、5号队对6号队、7号队对8号队，胜者进入第二轮比赛。

（3）第二轮对阵形式：1、2号的胜者对3、4号的胜者，5、6号的胜者对7、8号的胜者。

（4）第三轮对阵形式：第二轮的胜者决冠亚军，第二轮的败者争夺第三名。

3、比赛规则：

（2）每场比赛分为上、下半场，各20分钟，中间休息5分钟；

（3）开赛前投掷硬币决定场地位置，上半场结束后交换场地；

（5）40分钟比赛结束时，双方比分相同，进行延时赛，比分首先领先者获胜；

（8）比赛不采用30秒、10秒、5秒及3秒规则；

（9）文明比赛，重在参与，友谊第一，安全第一；

（二）乒乓球双打、羽毛球双打

1、赛制：淘汰赛。每一轮比赛获胜球队直接进入下一轮比赛，直至决出冠亚季军。

2、比赛方案：

（1）所有参赛球队抽签决定参赛序号。

（2）第一轮对阵形式： 1号队对2号队、3号队对4号队、5号队对6号队、7号队对8号队，胜者进入第二轮比赛。

（3）第二轮对阵形式：1、2号的胜者对3、4号的胜者，5、6号的胜者对7、8号的胜者。

（4）第三轮对阵形式：第二轮的胜者决冠亚军，第二轮的败者争夺第三名。

3、比赛规则：

（1）每局15分，采用每球得分制。一局决胜负，领先2分及以上取得15分者为胜；

当比分出现140:15时，继续比赛，领先2分者为胜。

（2）开赛前投掷硬币决定场地方位和先发球权；

（3）乒乓球双打每发5个球后按照对角线原则交换发球权，直至决出胜负；发球必须发在对方对角线一半桌面内，接球时必须一人一板不得连接，否则判对方得分。

（4）羽毛球双打每发5个球后按照对一人一次的原则交换发球权，直至决出胜负；发球员必须站在本方球场的右下角或左下角发球区发球，一个球员可连续接、扣球。

（5）文明比赛，重在参与，友谊第一。

（三）4200m接力赛

比赛规则：

（1）每个参赛队4名队员，每名队员接力跑200m；

（2）比赛一次进行，最先冲过终点线的三个队分获前3名。

（3）比赛开始前，各队第一棒队员站在起跑线后做好准备，听从裁判员指挥。

（4）当裁判员发出“预备”指令时，各参赛选手立即进入起跑准备；当裁判员接着发出“跑”的指令时，所有选手才能越过起跑线起跑，不得抢跑。

（5）下一棒选手必须在上一棒选手越过接力线后才能接棒继续接力跑。

（6）崇尚体育道德，遵守比赛规则。比赛过程中选手之间不得互相推搡、拥挤，后面选手超越前面选手必须从空处绕过，前面选手不得有意阻挡后面选手超越。否则取消参赛资格和成绩。

（7）文明比赛，重在参与，友谊第一，安全第一。

（四）拔河

1、赛制：淘汰赛。每一轮比赛获胜队直接进入下一轮比赛，直至决出冠亚季军。

2、比赛方案：

（1）所有参赛队抽签决定参赛序号。

（2）第一轮对阵形式： 1号队对2号队、3号队对4号队、5号队对6号队、7号队对8号队，胜者进入第二轮比赛。

（3）第二轮对阵形式：1、2号的胜者对3、4号的胜者，5、6号的胜者对7、8号的胜者。

（4）第三轮对阵形式：第二轮的胜者决冠亚军，第二轮的败者争夺第三名。

3、比赛规则：

（1）一个拔河队10人，其中男队员6人，女队员4人；

（4）比赛开始前，由裁判员将拔绳上的红飘带与赛道上的红色中心线对齐；

（6）当裁判员发出“开始”指令时，双方选手立即用力将拔绳拉向本方赛道侧，当红飘带越过一方的白色标志线时，比赛结束，该方获胜。

（7）文明比赛，重在参与，友谊第一，安全第一；

c、个人趣味项目

（一）呼啦圈跑步

（二）套脚漏飘运河沙

（三）盲跑撞大运

d、集体趣味项目

（一）长坂拖鞋拖鞋赛跑

（二）螃蟹赛跑

为喜迎2012年新春；丰富员工业余生活，增强企业凝聚力，推动企业文化的全面发展；展现员工风采，特在春节到来之际举办行本次活动年会；具体方案如下：

一、基本精神

欢乐趣味性为主，娱乐，竞技

（口号：凝聚——挑战）

二、参赛资格

1、尚澳公司全体员工。

2、按分组排。

3、自愿报名。

（凡是参加活动的员工，均有机会获得参与奖品。）

三、参赛办法

1、公司员工均可直接报名参加。

2、行政部指定各参赛项目领队1名。

四、活动方式

以参赛项目为单位划分预赛对，各预赛对进行预赛，决出优胜者参加决赛。 预赛各项目前前两名名进行冠军挑战赛。

参加啦啦队的人员，公司发放哨子，气球，饮用水。

五、竞赛办法

1、项目包括：篮球投篮；羽毛球；俯卧撑；踢毽子；打羽毛球、拔河

预赛以参赛项目为单位，参赛队员赛前集中到公司饭堂前广场，赛前抽签决定对阵形势。决赛办法同预赛。

2、各项竞赛竞赛规则执行。

3、裁判员行政部选派。

六、活动流程

1、报名宣传阶段：12月15 ～ 12月30日

宣传方式：第一、张贴活动预告；第二、竞赛行政部动员大家报名。 报名方式：请大家于2011年12月30日17点前报名。

比赛场地 ：公司饭堂前场地

14：00 ～ 16：00 预赛及抽签

5 赛间休息

15：10 ～ 17 ：00决赛及颁奖

5 赛间休息

17:10 现场合影

七、报名

活动详情可咨询行政部，联系电话：苏惠钻（电话：××）。

八、奖项设置

各项目均设有冠军1名，二等奖1名，三等奖1名，参与奖若干。

九、竞赛规则（试行）

手身体其他部位碰到毽子只能视为调整，不记 做个数。不得用手持毽子或身体夹住毽子，不得借助其他人或其它工具来完成活动，否则均取消比赛资格。

2、限时项目：（俯卧撑）

（1）俯卧撑：2分钟之内连续完成的标准（允许有三次违例机会，但是违例动作不算成绩）动作个数最多者获胜。如果违例动作超过3次，则取消比赛资格。

3、计时项目: （包括：篮球投篮、打羽毛球、拔河）

在规定范围内，按照竞赛现场要求篮球投篮各队双方、羽毛对双方、拔河双方，以项目规则判决赢者为胜。

4、组织与分工

赛事筹委会人员名单：

分工：

预算：

拟定：苏惠钻 审核： 批准：

年 月 日

一．服务内容：

1、基本服务:

（1）日常活动：固定的运动场馆,可提供教练员、裁判员、后勤服务和管理；

2企业之间各类友谊赛；

（3）大型的业余俱乐部联赛；

（4）拓展培训、团队训练、客户联谊、公司运动型年会、体育旅游、品牌策划推广。

2、个性化服务：定制个性化社会团体及个人的体育活动体育赛事的整套方案。

二．活动意义：

1、企业健康福利：促进员工积极锻炼身体，保障员工身体健康，提高工作效率；

3、交友会友的平台：利用业余时间提供锻炼团队、交友、会友的机会；

4、商务活动：与合作伙伴运动交流是目前最时尚的商务交流方式；

5、人事的考察：企业中重要人士的考察，可通过体育活动或比赛进行评估；

6、企业形象的推广：通过体育活动和比赛，使企业的形象得到健康的宣传和推广；

7、便捷省心：贵公司只需确定一个联系人，其他事情可都交给我们来做。

三．关于我们：

1、我们拥有专业的体育健身、运动消费网站

2、我们拥有资深的体育运动、赛事策划团队；

4、能够常年提供固定运动场馆，目前深圳市已签约合作的运动场馆有上百家；

5、我们拥有自己的体育业余俱乐部，为会员及社会团体提供运动、交友的互动平台；

6、每年定期组织俱乐部业余联赛。

四.友情提示：

1、由于运动场馆紧缺，定制活动请提前一周通知我们；

2、若贵公司希望长期举办体育活动或比赛，建议确定每周或每月固定的时间段，

以便我们提前安排运动场馆和工作人员。

**社会体育活动策划方案篇七**

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

一、活动目的：

为了更好地推动我班的体育文化建设，促进班级的交流，体现当今大学生应有的朝气蓬勃的时代精神面貌，同时也为全面贯彻教育方针，丰富同学们的业余文化生活，展现青春活力，培养同学们顽强奋斗、勇于拼搏的优良品质。特举办此次团体意识性的比赛。

活动期间，我们准备一些相关的热身活动，主要有羽毛球赛，篮球赛，乒乓球赛等素质拓展训练活动，经过这些活动以促进和增强个人及组织(团队)的系列优势，经过游戏，培养团队意识、领导技能、组织能力、创新精神，增进成员友谊。让学生在活动过程中感受集体的魅力，感受彼此之间的友谊，更让学生对自身有个全面的了解，得到一些启示等，分别从几个方面来锻炼当地学生的能力，使之有新的感悟与提升。

就现实的意义而言，刚考完试，带领同学们出门透透空气，活动活动身体，加强体育锻炼，实现自身抵抗力的提高，为全心全意的学习打下坚实基础。

二、活动形式：篮球赛，跳绳，羽毛球赛，乒乓球赛。

三、

活动时间：待定(大概在5月22日周三上午体育课星期天下午)。

四、活动地点：第二体育场第四体育场。

五、参加对象：20xx级创新实验班所有同学。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

活动过程：

(一)篮球赛：根据参赛的人数来确定，可打全场，也可打半场。

(二)游戏时间：四十分钟左右。

需要场地：第二体育场。

需要道具：篮球一个一桶矿泉水。

活动细则：

1;比赛采用2\*20分钟模式，半场休息时间为10分钟。

2.比赛不加时，如遇两队结束时得分相等，以罚球定胜负，此时男女得分都按正规比赛计算，第一轮每队出五名队员(含两名女队员)，每人罚一球，如还未分出胜负，则下面轮次每轮出一名队员，直到分出胜负。

3.比赛过程中要尊重对手与裁判，不得出现暴力冲突。

4.其它规则与正规篮球比赛相同。

5负责在一旁监督，以防止暴力事件的发生。

2、活动项目名称：羽毛球赛。

(1)比赛场地：第二体育场。

(2)器材设备：比赛羽毛球球拍班级准备。

(3)羽毛球比赛细则：

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

二、参赛队伍须提前15分钟到达比赛场地，在比赛开始时，迟到。

15分钟的队伍做弃权处理并判对方球队以3：0处理。

三、挑选场地或发球权：

任何一场正式比赛开始之前，参赛双方首先要做的事是在自由协商的前提下，确定挑选场地和首发球权。

四、局数和分数：

1.每场正式比赛以三局二胜制决定胜负。

2.混双打11分为一局，先得11分的一方胜该局。

五、发球权、得分：

1.比赛中由经过双方自由协商获得发球权的运动员先发球，发2个球后交换发球权，由对方发2个球后再交换，直至比赛结束。

2.下一局比赛开始时，均由上一局的输方先发球。

3.比赛中如有发球方在发球时发出边线、底线或没有过网则算。

该运动员失误，对方运动员得分。

4.发球方在发球时没有触及球拍有第2次发球的机会、如第2。

次发球仍未触及球拍则算该运动员失误对方得分。

六、交换场地。

1.第一局比赛结束，双方应交换场地进行第二局的比赛.如。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

前二局双方战成1比1时，双方也应交换场地进行决胜局的比赛，即第三局的比赛。在第三局比赛中，当任何一方先得6分(11分为一局)时，必须再次交换场地后，才能进行余下的比赛。

2.在比赛中，如选手未按规则规定，按时、正确地交换场地,一经发现,应立即交换、已得分数有效,并继续进行比赛。比赛过程中，双方应该相互协调，不再安排裁判。

七、奖项设置：依据最后比赛成绩，评选出第一名、第二名、第三名。

三、活动项目名称：乒乓球赛。

(1)项目类型：团队协作型单打混合打。

(2)道具要求：乒乓球拍乒乓球。

(3)地点：第四体育场。

比赛细则:。

第一轮：单打淘汰赛。

每队所有队员，不论男女，比赛前各队各自抽签确定各运动员出场顺序(此工作由队长协调组织)，比赛为7球分胜负制。

比赛赛制：

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

中，以剩余球数多少排名)。

a-bb-ca-c。

第一名：6分第二名：4分第三名：2分。

第二轮：混合双打团体赛。

每队队员按照公平自愿的原则，各自选出3支队伍参赛。(此工作由队长协调组织)。比赛前，由队长提交比赛队伍成员，按照抽签的原则(各队队长手中有1.2.3张出场顺序票，由各队的三支队伍抽取，抽到1的组相互对抗，赢一场比赛得一分;抽到2.3的同理)。

a队b队c队。

临时分组，参与者人人有奖。

负责组织及记录。

四活动项目名称：跳绳比赛(1)地点：二体(2)道具要求：跳绳。

(3)参赛人员：主要是女生。

负责组织及记录。

比赛细则:。

比赛时间一分钟一分钟内谁跳的最多，前三名有奖。

一、参加方法：

1.参赛队员为12级实验班班所有有意愿参与的学生。

2.班级分为(待定以六个预算)个队，每队有4名男队员和1名女队员组成。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

(四)活动过程中，各班委应该积极合作，主动参与现场的组织和安排，别外，活动的记录由宣传委员负责。

(四)、本次活动经费预算及物资准备。

时间总是轻易的过往，留下的只有我们的足迹，或许就连那些足迹我们都不曾拥有。明天，当你想得起今天;是否觉得过往就如初夏的雨点，落得有些敷衍。多年后的你，你又在谁的身旁，是否记得当年的月光，是否记得那些朝夕相处的同窗、你们的故事。在时间的数轴里，我们做着不但相同的事，带着不一样的心情，哪怕是百花争艳，还是孤芳自赏。我们依旧有很多相同的地方，彼此都有着美好的向往、憧憬，不妨我们一起走走看看……或许那又是别样的风景!

为了丰富同学们的课余生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强班级凝聚力，也给同学们展示自我的舞台，信工学院研究生定于在四月中旬举办主题为“和谐信工，精彩缤纷”的体育节，包括篮球、羽毛球、乒乓球等比赛，旨在增强各班凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。

一.信工研究生体育节开幕式。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

1.参加人员：信息工程学院研究生。

2.开幕式时间：

3.开幕式地点：

4.开幕式流程。

前奏。

主持人开场白请领导宣读开幕词领导宣布体育节开始12人13足比赛开始。

比赛规则见附件1.二.信工研究生体育节各项活动。

1.篮球(负责部门：文体部)。

比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。

(2)比赛规程：见附件2.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。

2.羽毛球(负责部门：文体部)。

比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。比赛分为女单、男单、男双、女双、混双。每人至多可报两项。

(2)比赛规程：见附件3.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积1。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。

3.乒乓球(负责部门：文体部)。

比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。比赛分为女单、男单、男双、女双、混双。每人至多可报两项。

(2)比赛规程：见附件3.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。

4.拔河(负责部门：学术部)。

比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。

(2)比赛规程：见附件4.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。

三.信工研究生体育节闭幕式。

1.参加人员：信息工程学院研究生。

2.闭幕式时间：

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

3.闭幕式地点：

4.闭幕式流程。

四.信工研究生体育节经费预算。

1.篮球。

(1).场地费：小组赛9场，决赛4场，总计13场比赛。订场：五次2小时，一次3小时，总计13小时，每小时30元，费用为390元。

(2).裁判费：一二名决赛和三四名决赛将请专业裁判执法，费用为40元。

(3).比赛工具：20元。

(4).裁判用品及工作人员用品：20×13=260元。

合计：710元。

2.羽毛球。

(1)、场地费315.00。

(2)、羽毛球费用35。

(3)、裁判用品及工作人员用品100.00。

合计:590.00元。

3.乒乓球。

(1)、场地费300.00。

(2)、乒乓球费用50.00。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

(3)、裁判用品及工作人员用品100.00。

合计:。

4.拔河。

(1)裁判用品及工作人员用品。

(2)比赛用品。

合计：

5.奖金奖品。

(1)锦旗3面。

(2)总分前3名班级奖励：

(3)奖状若干。

合计：

6.宣传及其它费用。

(1)海报。

(2)机动费用。

附件2：篮球比赛规程。

一、比赛流程:。

1.比赛分a、b两个小组，a组四支球队，b组三支球队，抽签决定小组，进行小组循环淘汰赛，胜一场积2分，负一场积1分，积分多者名次列前。

2.取各小组前两名进入淘汰赛(若小组赛两球队积分相同，看。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

相互的胜负的关系，胜者晋级，若胜负关系无效，看小组赛中的晋胜分，晋胜分多者晋级)，由a组第一名对阵b组第二名，a组第二名对阵b组第一名，胜者进入决赛，负者进行第三名的争夺。

3.比赛日期：日期未定，比赛赛程由小组抽签后决定。

二、裁判员组织比赛。

三、本次篮球赛竞赛规则按照中国篮协近年制定的竞赛规则执行。

1.比赛的开始：比赛时间为四节，每节十分钟;在第一节结束及第三节结束，中间休息两分钟;第二节结束(上半场)休息五分钟;第一节比赛开始十分钟前，各队队员需要在纪录台进行签到。

2.比赛的结束：比赛在计时员发出比赛结束终了信号时结束;在比赛时间即将终了前的投篮，如在信号发出前球已在空中，投中有效。

3.比赛应从裁判员在对手中间抛球，以中圈跳球开始;出现加时赛的情况，同样执行跳球程序;半场后交换场地进行比赛。

4.决胜期：下半场比赛结束，如两队得分相同，则进行一次或多次的五分钟加时赛;每次加时赛前有两分钟的休息时间。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

由被侵犯球员主罚。

6.弃权：比赛开始时，一方队员不足五人时，球赛不得开始。在比赛时间十分钟候后，依然不足五人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜;一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

7.三秒违例：当一队控球时，其本队球员不能在对方禁区内超过连续三秒以上的停留;违例则由对方在违例处最近边线外掷界外球。

8.暂停：每队在每节内能够请求一次暂停，第四节可请求两次暂停;规定时间内未使用暂停不得保留至下半场或加时赛;加时赛各队均有一次暂停。

9.替补：替补球员入场前，应向纪录员报告;球成死球状态或正当停表时或裁判宣判犯规时，替补球员方可上场。

10.不得请外援，若有此违规行为，取消球队成绩及继续比赛资格。

11.若有特殊情况，如天气原因，可延迟比赛日期

四、积分规则。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

制，每局11个球，局与局之间休息2分钟。由于一共7个班，抽签时将有一个晋级签，抽到此签者将直接晋级前四强。采取积分制原则，获胜队员可为班级赢得较高积分。最后班级按积分高低排名。

附件4.乒乓球比赛规程：以抽签的形式决定比赛对手，各项目单独抽签。以二叉树的形式进行淘汰赛，每场淘汰赛采取3局2胜制，每局11个球，局与局之间休息3分钟。由于一共7个班，抽签时将有一个晋级签，抽到此签者将直接晋级前四强。采取积分制原则，获胜队员可为班级赢得较高积分。最后班级按积分高低排名。

一、活动宗旨：

提高本院学生的身体素质，锻炼同学的意志，培养同学吃苦耐劳的精神品质。经过出早操增进同学感情，激发同学的集体荣誉感，增进班级凝聚力。

二、活动主题：

“锻炼身体，彰显青春活力”。

三、活动对象：

马克思主义学院09级1班同学。

四：活动内容：

对于同学们的不同的兴趣爱好进行分组活动，分为毽球组、羽毛球组、拍求组、跳绳组。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

1、第一阶段，每天早晨6：30组织学生进行晨跑：男生1000m，女生800m(800m跑是体育考试的重点也是同学获得高分的障碍，因此每天的集体800m就成为锻炼的最好机会，这样既能够逐步提高同学的耐力使其更为容易的经过考试也能够促进团结)。(20xx-4-8至20xx-4-23)。

2、第二阶段，在原长跑的前提下组织同学以寝室为单位进行拔河、跳绳、二人绑腿跑、毽球等趣味活动。(20xx-4-24至20xx-5-20)。

3、第三阶段，以班级为单位组织毽球、羽毛球、排球跳绳比赛。(20xx-5-21至20xx-6-25)。

1)毽球比赛：分为寝室集体计数比赛和对抗比赛。

a.计数比赛：女生共五个寝室每个寝室六人参加进行踢毽将每人踢毽数累积最后统计前两组为胜者;男生分成两组进行相同比赛只有一组为胜。

b.对抗比赛：将男女生进行重新分组分成五组，按照正式毽球比赛规则进行循环比赛，前两名为胜者。

2)跳大绳比赛：分为追逐计数和集体计数。

a.追逐计数：将全班分为四组，每组十人，进行计数追逐每组共三次机会，将三次跳绳次数累加，取两名优胜。b.集体计数：将班级同学分为六组，每组六人进行集体跳绳比赛，三次机会累积，取三组优胜。

三、经费预算：140元。

文档仅供参考，不当之处，请联系改正。

毽球6个(6\*2=12)。

羽毛球拍6双(6\*12=72)。

羽毛球一筒(10)。

排球1个(1\*30=30)。

跳绳6个【5\*2=10(小绳)1\*6=6(大绳)】。

四、注意事项：

1，体委协助院体育部做好点名、签到活动。

2，活动前做好准备活动，防止同学摔伤、扭伤。

3，请假同学要出示请假条。

4，如有恶劣天气早操活动取消。

5，天气如有转变提前一天通知同学注意保暖。

五、主办单位：

马克思主义学院体育部。

六、活动。

总结。

每阶段活动结束后各班级体委以文字、图片等形式进行总结并形成报告上交。

**社会体育活动策划方案篇八**

为全面贯彻落实素质教育，丰富学生的课余生活，让多姿多彩的体育运动伴随小学生健康成长，经研究，我校举行第十届小学生体育运动会，特制定如下方案。

一.比赛项目。

一年级：跳绳(每班男女各5人)。

二年级：立定跳远(每班男女各5人)。

三年级：25米混合接力赛(每班男女各10人)。

四年级：抛实心球(每班男女各5人)。

五年级、六年级：拔河(分男子组和女子组，每班男女各15人)。

班主任必须在3月15日前把参赛选手报到翁副主任处。

二.比赛要求。

跳绳：1分钟跳的次数多的获胜。

立定跳远：每人跳3次，以最远的一次为最终成绩。

25米混合接力赛：以跑最快的为第一名，其他依次类推。

抛实心球：每人抛3次，以抛最远的一次为最终成绩。

拔河：三局二胜，抽签进行淘汰赛。(级与级比)。

三.比赛时间安排。

时间。

4月16日下午。

4月17日下午。

年级。

上午开幕式下午一、二年级。

三、四年级。

五六年级。

四.奖励办法。

20\_\_年春第十届小学生体育运动会开幕式程序。

1.运动员进场：国旗班——彩旗队——腰鼓队——一1班、一2班-----六5班的顺序依次进场，逆时针方向沿着彩旗走，走到距舞台2米处,全班齐喊口号经过舞台回到原来的位置。(附各班排队位置)。

各年级的口号是：

一年级：我运动、我健康、我快乐。

二年级:强身健体，报效祖国。

三年级：齐心协力，奋勇拼搏。

四年级：努力拼搏，扬我班风。

五年级：努力拼搏，超越自我。

六年级：团结拼搏，展现自我。

2.升旗仪式。

3.校长讲话。

4.方基袖副校长：运动会间的安全及注意事项。

5.潘小英副校长：宣读比赛时间。

为了使本届运动会圆满、顺利举行，切实做到比赛安全、器材安全、交通安全、人身财产安全等，现将运动会期间需注意事项告知：

一.各班主任加强安全教育，提高学生对安全问题的认识，牢记“安全第一、比赛第二”的原则。

二.要遵守赛场纪律，服从大会的管理，不得随意穿越跑道，应按划出的通道行走，不得在终点附近和实心球场地投掷区嬉戏、打闹、逗留。

三.比赛时，要穿好服装和鞋子，不带有金属徽章、尖利或硬质物体等。

四.参加比赛前做好准备活动，以使身体适应比赛;赛中要听从指挥，按照规则进行比赛;。

五.非运动员按照指定位置观看比赛，保持观看区的清洁卫生，做到文明为本班队员呐喊助威，尊重其他班选手。

六.运动会期间注意教室安全，锁好门、窗，妥善保管好贵重物品，按照大会规定的作息时间活动。没有到放学时间，不能出校门。

七.搭班老师要积极协助班主任，组织运动员参赛，维持非运动员的纪律，处理好突发事件。

**社会体育活动策划方案篇九**

为使小班幼儿度过一个幸福、难忘的体育运动会活动，应如何策划体育活动的实施方案呢?下面本站小编给大家介绍关于小班体育活动。

的相关资料，希望对您有所帮助。

一、活动主题：我运动!我健康!我快乐!

二、活动目的：

1、培养幼儿对体育活动的爱好，让孩子体验运动的快乐，竞争的乐趣，参与的欣慰;。

2、培养孩子的规则意识及协作精神，激发孩子的运动潜能;树立孩子的自信心，增强集体荣誉感敢于克服困难，能体验胜利的愉悦。

3、培养幼儿初步的团队和竞争意识，体现团结协作的竞赛风格。

三、活动形式：体操表演、体能比赛、集体比赛。

四、活动地点：幼儿园大操场。

五、活动原则：

1、安全第一。

2、全园孩子齐参与。每一个孩子都有机会展现自己。

六、物品准备。

1、主席台布置(主楼前，搬桌子)。

2、音响(磁带、光盘、运动员进行曲)。

3、活跃气氛的小喇叭，哨子。

4、各个表演队做的班级牌。

5、游戏道具、秒表、奖品。

七、人员安排。

总指挥：赵素珍赵建芬各班负责人：各班级老师。

裁判：大(彭丹)、中(史小林)、小(朱丽娜)。

八、活动流程。

1、运动会开幕式(xx年11月1日)。

(1)主持人宣布——幼儿园第×届秋季运动会开幕。

(2)在持班牌引领员的带领下各班级成方队高呼自己班级的。

口号。

入场。(入场顺序：小——中——大)。

(3)园长致。

开幕词。

(4)各班级在引领员引导下退场。

2、同年龄组组织运动项目比赛。

活动时间：

11月8日上午：中班：8：00-----8：30《袋鼠跳》。

小班：8：40-----9：10《投球》。

下午：中班：2：10-----2：40《羊角球》。

11月9日上午：中班：8：00-----8：30《运西瓜》。

小班：8：40-----9：10《扭扭车》。

下午：大班：2：10-----2：40《跳圈》。

11月10日上午：大班：8：00-----8：30《脚踏车》。

小班：8：40-----9：10《小推车》。

下午：大班：2：10-----2：40《滚轮胎》。

同年龄组组织运动集体比赛：

11月11日上午：中班：8：00-----8：30《拍球》。

小班：8：40-----9：10《乌龟爬》。

下午：大班：2：10-----2：40《跳绳》。

各班级早操操轮流展示。

展示顺序：小——中——大。

活动时间：xx年11月4日。

6、运动会闭幕式。

(1)颁奖仪式：给优胜的班级或个人发奖品(其他的小朋友让班级老师给发)。

(2)园长致。

闭幕词。

(3)喷礼花，活动结束。

一、活动思路：

以“学会感恩，我运动、我健康，我文明、我阳光“为主题，为幼儿创设了一个在体育游戏中练习走、跑、跳、跨、钻、爬等基本体育动作技能的活动平台，使孩子们在游戏中充分体验到体育活动所带来的快乐!

本次活动的口号是：“快乐运动!“。

二、

(一)活动地点：恒丰幼儿园操场。

(二)活动时间：20xx年12月28日上午9：30分。

(三)活动准备：

1、场地准备：会标、主席台的布置、比赛场地分配及比赛用品的准备。

2、班级准备：班牌、头饰、口号、班级会场布置、体操表演。

3、班主任准备：游戏项目道具的制作、项目器械的准备。

(四)活动流程：

1、园长宣布：恒丰幼儿园20xx年“庆元旦“幼儿趣味运动会开幕(放礼花、彩带、气球)。

2、运动员入场仪式。(检阅入场顺序：国旗队、大中班、小班、豆豆班的顺序在《运动员进行曲》的音乐中整齐有序的入场)。

3、园长致开幕词。

4、家长代表讲话：

5、小运动员代表讲话：

6、团体操表演：

a中大班：b豆豆班c小班d中大班e亲子操：

7、游戏项目竞赛活动：活动规则：请家长朋友坐在原地，由各班班主任为每位家长派送游戏卡，家长领到游戏卡后，搬上幼儿的板凳到班上领幼儿，在听到广播后方可到规定区域进行游戏，此次活动设有三个游戏：分别是百米跑道《袋鼠妈妈》，大厅《小螃蟹学走路》，操场《运球》，每个游戏处贴有游戏规则。玩完一个游戏，由负责老师在游戏卡上盖章，家长必须跟幼儿玩完三个游戏后凭游戏卡到领奖处领取礼物。

游戏规则：

a亲子游戏《袋鼠跳跳跳》。

游戏准备：麻袋8条，袋鼠头饰、圈圈8个游戏人数：四人为一组，分三组。

游戏玩法：袋鼠妈妈和小袋鼠以家庭为单位在起点准备，游戏开始袋鼠妈妈与小袋鼠在袋子里以双脚行进跳的形式跳至制定点，取得一个圈圈后双脚行进跳返回，游戏反复进行。游戏时一定按照游戏规则进行，如犯规，将不盖章。

b游戏《小动物运球》。

游戏准备：彩色大球、小筐、小动物家模型、小动物头饰游戏人数：四人为一组，分四组。

游戏玩法：幼儿以家庭为单位，幼儿和家长分别在起点和终点面面对面站好，游戏开始，幼儿抱球通过障碍到达对面，将球交至家长手上，折回时，由家长抱住幼儿，于最快的速度跑回起点，游戏反复进行。

c游戏《小螃蟹学走路》。

游戏准备：螃蟹头饰、皮球游戏人数：四人为一组，分四组。

游戏玩法：幼儿两人为一组，面对面用胸部夹住皮球，侧身横跑，先到达终点的小组获胜。(不许用手扶球，球若中途掉了课捡起来夹好继续跑)。

(五)注意事项：

1、各段以学年组为单位进行游戏道具的制作和准备，利用体育课和户外活动时间练习游戏项目，12月3日对各段游戏道具的准备及游戏项目的训练情况进行检查验收;2、各班教师负责游戏项目道具、材料的摆放、撤退及本班运动员的入场等，3、各班幼儿早9：00分入场按指定位置坐好，9：30活动准时开始，各班要保持会场秩序，做到会场气氛活跃热烈而不乱，同时为保持会场地面卫生，各班级要自备垃圾袋;4、要求各班幼儿在游戏中要积极为参赛运动员加油、呐喊、助威!

(六)活动工作人员具体安排：

1、主持：吴老师小朋友。

2.录像、照相：麦园长。

3.音响效果：麦叔。

4、机动：刘静玲。

活动目标：

1、培养幼儿对体育活动的爱好，激发幼儿的运动潜能，体验运动的快乐，感受亲子游戏的乐趣，增强体质。

2、培养幼儿的规则意识及合作精神，树立幼儿的自信心，增强集体荣誉感及克服困难的意志力与耐力。

3、向家长和社会展示我园体育活动特色及成果，展示我园教师的风采及良好形象。

活动原则：

1、分年龄组进行，每年龄组设集体项目、小组项目、亲子项目各一个;项目内容由组内讨论决定。

2、每个孩子至少参与一个运动项目，运动项目的设置符合孩子年龄特点，能促进幼儿体能发展，富有趣味性、竞争性。

活动口号：

锻炼身体、从小做起;亲子运动、健康有益!

活动时间：

早教：11月28日(周四)，本园：11月29日(周五)。

活动程序：

一、举行开幕式。

1、8：40整队入场;。

2、升国旗、奏国歌;。

3、全体幼儿唱园歌;。

4、乔园长宣布开幕;。

5、分管副园长致开幕词;。

6、运动员代表讲话;。

7、顶岗老师表演开场舞;。

二、运动员入场式。

三、集体展示早操。

四、各组进行游戏比赛。

活动要求：

1、服装统一，全体教师和幼儿着园服。

2、为营造氛围，入场时各班幼儿手拿彩花，每两个班间隔一种颜色，注意整体协调、颜色的搭配。

3、各班设计个性化口号，入场式时教师带领幼儿两路队摆手踏步走，经过升旗台前，在塑胶操场上绕操场一圈，边走边回应班级个性化口号和集体口号。

4、展示操时由各班班主任带操，动作统一，富有激情。

5、各组游戏比赛安排：小班组早操后先进教室休息、喝水入厕，之后再到塑胶操场西侧参加游戏比赛;中班组和大班组早操后直接在塑胶操场东侧、水泥小操场举行游戏比赛。

6、家长要求：遵守会场纪律，在操场四周环形水泥地面的指定地点观看(家长看班级指示牌)。家长一律不带车辆，分管领导龚主任要在大门口出通知，各班要协助班上通知。

7、11月26日、27日(周二、周三)彩排，不当班教师上午九点、下午三点到班协助。

8、11月28日(周四)7：40本园不当班教师到早教协助，维持秩序(陈丽娟负责)，11月29日(周五)7：40早教不当班教师到本园协助维持秩序(涂红负责)。

9、运动会两天幼儿不搭早、中餐，教师在园吃早、中餐。

10、为确保安全，教师车辆统一放在车棚内，要放置有序，其他地方不得随意停放。

组织保障：

为了使运动会顺利、圆满、成功，特成立领导小组。

组长：乔园长。

副组长：办公会全体成员。

组员：全体教职工。

具体分工：

总指挥：乔建。

总策划：汪先霞。

后勤保障：汪晓妮(运动会道具、幼儿奖品及纪念品的购买发放、操场卫生)。

安全保障：龚元林、李自明、余志、杨勇(各楼层及操场秩序、家长观看秩序、门口车辆摆放等)。

环境布置及宣传报道：张健(挂横幅、彩旗、标语及新闻报道)。

音响及主持人、具体组织：本园：梅琴花(余素萍协助广播室放音乐)。

早教：曹汉霞。

各组活动负责人：

早教小小班：刘玮。

小班组：陈丽娟(本园)张红柳(早教)。

中班组：熊芳(本园)袁丽君(早教)。

大班组：周敏(本园)涂红(早教)。

现场新闻组稿与播报：

每班至少组稿一篇(写幼儿运动会现场表现情况)，由班主任负责，所有稿件先交由叶丽审稿，再播报。播报员：周婷(本园)、龚洁(早教)。

小班组：彭秀红董清华。

中班组：梅琴花余素萍。

大班组：田妤江正丽。

医务室：周荣芬，负责幼儿卫生保健。

。

**社会体育活动策划方案篇十**

1.宣传部在校园宣传栏内贴宣传画及海报。在合适的地点设置展板。每场比赛完及时公布结果。

一、比赛时间及地点。

时间：10月14日每日16：30开始，具体时间会根据时间作出调整。地点：风雨篮球场（最好能申请场地，提前占场，布置）二、比赛细节1.报名规则：以年级为单位，每个年级出两个队伍，每支队伍10—12人（其中队长1人）。

1.参赛的时间为4小节，每节为10分钟，每节之间休息2分钟。

2.比赛中队员犯规5次罚下场，每个队累计5次后该队的第六次以后的侵入犯规由对方执行2次罚球。每场各队可叫3次暂停,3次暂停的总用时时间为5分钟。

3.赛制分为小组单循环和淘汰赛制，小组赛分为a、b两组，ab各分三队，由队长抽签决定分组，胜一场为2分，负一场为1分，弃权为0分。按积分排名，每组积分前两名首先进入淘汰赛，如果出现三队积分相同的情况则按c值较大的前两名出现（c值计算方法：三场比赛总得分/三场比赛总失分）。小组赛结果和淘汰赛赛程会由体育部更新，发给体委。

4.本次篮球赛竞赛规则按照中国篮协近年制定的竞赛规则执。四、注意事项。

4.在比赛中须尊重裁判、尊重工作人员、尊重对手、尊重队友。场上裁判有比赛最终裁定权。

1、报名规则：每班以班级为单位，每个班级组织一个队伍，每支队伍8人（其中队长1人）。

各班组成一个球队，每对可报正式队员8名2、比赛办法和计分方法。

（1）比赛采用每球得分制和三局两胜制，胜两局的队胜一场。（2）1:1平局时，进行决胜局。

（3）先得21分的队胜一局，不打赢两分。

（4）决胜局，先得15分的队即获得该场比赛的胜利。

比赛开始前，两队可上场合练5分钟，然后由裁判员宣布比赛开始。3、比赛的组织。

每队上场队员5名，前排3人，后排2人，由1号位发球后，按顺时针方向轮转发球，不论发球队得分与否，只能发球一次，以此类推。发球队员可在本场区底线外任意地方发球。当发球队员击球后，双方队员在场内可随意换位置。五、比赛行为1、比赛开始：裁判员鸣哨允许发球，发球队员击球时比赛开始进行。2、比赛中断：裁判员鸣哨则比赛中断。

3、界内球：球触及比赛场区的地面，包括界限均分界内球。

（9）发球队员在裁判员鸣哨后5秒钟内没有将球发出；或者球被抛起，未触。

（13）队员对对方发过来的球，在球的整体高于球网上沿时，完场进攻性击球。

六、暂停、延误、换人、交换场区。

教育科学学院分团委学生会成员四、活动流程（一）活动前期准备。

1.根据各年级空闲时间和天气情况，规划确定活动时间。

2.活动场地的确定和提前申请。根据活动时间，提前申请活动场地和做好占场准备工作，确保活动顺利开展。

3.活动道具的制作。活动游戏和流程确定后，按照游戏需要和预计参与人数，准备和制作游戏道具。

“新生杯”趣味竞技每班可选出6名代表参与比赛，6名代表男女比例不限，各班6名代表组成一个小组，以接力和合作的方式完成以下几项活动，最终完成所有活动总用时最短的小组获胜。

1.活动一：袋鼠跳跳跳每组6位队员分成abc三个小组。

为了更好地推动我班的体育文化建设，促进班级的交流，体现当今大学生应有的朝气蓬勃的时代精神面貌，同时也为全面贯彻教育方针，丰富同学们的业余文化生活，展现青春活力，培养同学们顽强奋斗、勇于拼搏的优良品质。特举办此次团体意识性的比赛。活动期间，我们准备一些相关的热身活动，主要有羽毛球赛，篮球赛，乒乓球赛等素质拓展训练活动，通过这些活动以促进和增强个人及组织(团队)的系列优势，通过游戏，培养团队意识、领导技能、组织能力、创新精神，增进成员友谊。让学生在活动过程中感受集体的魅力，感受彼此之间的友谊，更让学生对自身有个全面的了解，得到一些启示等，分别从几个方面来锻炼当地学生的能力，使之有新的感悟与提升。

三、活动时间：待定(大概在5月22日周三上午体育课星期天下午)四、活动地点：第二体育场第四体育场五、参加对象：20xx级创新实验班所有同学活动过程：

(一)篮球赛：根据参赛的人数来确定，可打全场，也可打半场。(二)游戏时间：四十分钟左右需要场地：第二体育场需要道具：篮球一个一桶矿泉水活动细则：

1;比赛采用2\*20分钟模式，半场休息时间为10分钟。

2.比赛不加时，如遇两队结束时得分相等，以罚球定胜负，此时男女得分都按正规比赛计算，第一轮每队出五名队员(含两名女队员)，每人罚一球，如还未分出胜负，则下面轮次每轮出一名队员，直到分出胜负。

3.比赛过程中要尊重对手与裁判，不得出现暴力冲突。4.其他规则与正规篮球比赛相同。

(2)器材设备：比赛羽毛球球拍班级准备(3)羽毛球比赛细则：

一、比赛全程实行淘汰制，参赛队员进行抽签分组。每组最终决出2队参加决赛。期间，可以复活一组参加晋级赛(按比分多少决定)。对抗组：a——bc——de——f二、参赛队伍须提前15分钟到达比赛场地，在比赛开始时，迟到15分钟的队伍做弃权处理并判对方球队以3：0处理三、挑选场地或发球权：

任何一场正式比赛开始之前，参赛双方首先要做的事是在自由协商的前提下，确定挑选场地和首发球权。四、局数和分数：

1.每场正式比赛以三局二胜制决定胜负。

2.混双打11分为一局，先得11分的一方胜该局。五、发球权、得分：

1.比赛中由通过双方自由协商获得发球权的运动员先发球，发2个球后交换发球权，由对方发2个球后再交换，直至比赛结束。

2.下一局比赛开始时，均由上一局的输方先发球。3.比赛中如有发球方在发球时发出边线、底线或没有过网则算该运动员失误，对方运动员得分。

1.第一局比赛结束，双方应交换场地进行第二局的比赛.如前二局双方战成1比1时，双方也应交换场地进行决胜局的比赛，即第三局的比赛。在第三局比赛中，当任何一方先得6分(11分为一局)时，必须再次交换场地后，才能进行余下的比赛。

每队所有队员，不论男女，比赛前各队各自抽签确定各运动员出场顺序(此工作由队长协调组织)，比赛为7球分胜负制。比赛赛制：

临时分组，参与者人人有奖负责组织及记录。

四活动项目名称：跳绳比赛(1)地点：二体(2)道具要求：跳绳(3)参赛人员：主要是女生负责组织及记录比赛细则:比赛时间一分钟一分钟内谁跳的最多，前三名有奖一、参加方法：

1.参赛队员为12级实验班班所有有意愿参与的学生。

2.班级分为(待定以六个预算)个队，每队有4名男队员和1名女队员组成。

3.在比赛进行中对有争议判罚可在当节比赛结束后向当值裁判员提出申诉、在赛后向班委会反映;4.裁判来自我班有经验的同学，各参赛队需尊重裁判，违者取消该参赛队该轮次成绩得分;(四)活动过程中，各班委应该积极合作，主动参与现场的组织和安排，别外，活动的记录由宣传委员负责。

(四)、本次活动经费预算及物资准备。

时间总是轻易的过往，留下的只有我们的足迹，或许就连那些足迹我们都不曾拥有。明天，当你想得起今天;是否觉得过往就如初夏的雨点，落得有些敷衍。多年后的你，你又在谁的身旁，是否记得当年的月光，是否记得那些朝夕相处的同窗、你们的故事。在时间的数轴里，我们做着不仅相同的事，带着不一样的心情，哪怕是百花争艳，还是孤芳自赏。我们依旧有很多相同的地方，彼此都有着美好的向往、憧憬，不妨我们一起走走看看??或许那又是别样的风景!大学体育活动策划方案二：

主持人开场白请领导宣读开幕词领导宣布体育节开始12人13足比赛开始比赛规则见附件1.二.信工研究生体育节各项活动1.篮球(负责部门：文体部)比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。

(2)比赛规程：见附件2.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。2.羽毛球(负责部门：文体部)比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。比赛分为女单、男单、男双、女双、混双。每人至多可报两项。(2)比赛规程：见附件3.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。3.乒乓球(负责部门：文体部)比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。比赛分为女单、男单、男双、女双、混双。每人至多可报两项。(2)比赛规程：见附件3.(3)奖励办法：此次比赛积分将计入团体总分，第一名积15分，第二名积12分，第三名积10分，第四名积8分，其余球队积4分。4.拔河(负责部门：学术部)比赛细则：(1)信工硕士研究生以班级为单位各派一支队伍参赛，博士研究生整体派一支队伍参赛。

四.信工研究生体育节经费预算1.篮球。

(1).场地费：小组赛9场，决赛4场，总计13场比赛。订场：五次2小时，一次3小时，总计13小时，每小时30元，费用为390元。

(2).裁判费：一二名决赛和三四名决赛将请专业裁判执法，费用为40元。(3).比赛工具：20元。

(4).裁判用品及工作人员用品：20×13=260元合计：710元2.羽毛球。

(1)裁判用品及工作人员用品(2)比赛用品合计：5.奖金奖品(1)锦旗3面。

(2)总分前3名班级奖励：(3)奖状若干合计：

6.宣传及其他费用(1)海报(2)机动费用。

总计：3000元元×5=175元元元元元450.00元100元100元200元100元600元50元750元100元200元附件2：篮球比赛规程一、比赛流程:1.比赛分a、b两个小组，a组四支球队，b组三支球队，抽签决定小组，进行小组循环淘汰赛，胜一场积2分，负一场积1分，积分多者名次列前。2.取各小组前两名进入淘汰赛(若小组赛两球队积分相同，看相互的胜负的关系，胜者晋级，若胜负关系无效，看小组赛中的晋胜分，晋胜分多者晋级)，由a组第一名对阵b组第二名，a组第二名对阵b组第一名，胜者进入决赛，负者进行第三名的争夺。3.比赛日期：日期未定，比赛赛程由小组抽签后决定。二、裁判员组织比赛。

三、本次篮球赛竞赛规则按照中国篮协近年制定的竞赛规则执行。

1.比赛的开始：比赛时间为四节，每节十分钟;在第一节结束及第三节结束，中间休息两分钟;第二节结束(上半场)休息五分钟;第一节比赛开始十分钟前，各队队员需要在纪录台进行签到。

2.比赛的结束：比赛在计时员发出比赛结束终了信号时结束;在比赛时间即将终了前的投篮，如在信号发出前球已在空中，投中有效。

3.比赛应从裁判员在对手中间抛球，以中圈跳球开始;出现加时赛的情况，同样执行跳球程序;半场后交换场地进行比赛。

4.决胜期：下半场比赛结束，如两队得分相同，则进行一次或多次的五分钟加时赛;每次加时赛前有两分钟的休息时间。

5.犯规：球员与对手身体接触或违反运动道德的违规，即为犯规;犯规登记在球员个人名下，单场个人犯规达到五次自动离场;单场比赛时，每节内，每队球员侵人犯规满五次时，其后该队每一次的球员犯规应判罚两次(投三分球时被犯规，则罚球三次)，由被侵犯球员主罚。6.弃权：比赛开始时，一方队员不足五人时，球赛不得开始。在比赛时间十分钟候后，依然不足五人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜;一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

7.三秒违例：当一队控球时，其本队球员不能在对方禁区内超过连续三秒以上的停留;违例则由对方在违例处最近边线外掷界外球。

;球成死球状态或正当停表时或裁判宣判犯规时，替补球员方可上场。10.不得请外援，若有此违规行为，取消球队成绩及继续比赛资格。11.若有特殊情况，如天气原因，可延迟比赛日期四、积分规则。

活动参与者；10级生物科学四、活动流程第一阶段：前期准备1、通知。

时间：4月15日（周日）12:30—14:00地点：乒乓球馆。

乒乓球、羽毛球（女生组）：初赛1组2组3组4组决赛。

**社会体育活动策划方案篇十一**

1、促进幼儿健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、让幼儿有选择地参与、学习、享受体育，激发幼儿的运动兴趣，发挥幼儿的学习积极性和潜能。

3、改革幼儿园课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使幼儿乐于参加，主动地掌握健身的方法并自觉锻炼。

4、促进师生间、幼儿间的和谐关系，提高幼儿的合作和交往能力。

（二）原则

1、以人为本，树立“健康第一”、“终身体育”的意识。实施体育育人功能，根据学生的发展需求，有效地设置和开展各项活动，以达到对幼儿的促德、健体、调智、审美等的教育功能，重视活动过程的教育。

2、根据幼儿的身心发展的规律及特点，以及幼儿园的实际情况，因地制宜，科学合理的安排大课间的课程计划和活动内容。增设器械操、踏步操等，将艺术、体育融为一体。

1、时间安排

晨间活动7：50—8：05，早操8：50——9：35，任何老师不得挤占阳光体育活动时间。

2）认真学习提高健康意识

认真理解“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，深刻反思自己，了解幼儿发展之需，使广大教师深刻体会到：拥有健康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命，在深化课程改革，全面提高质量的工作中，注入快乐体育的全新理念，确立合作、竞争、快乐、主动、健康发展的体育观。

3）全员参与强化过程管理

坚持幼儿全员参与，学校领导紧密配合，教职工全员协作，建立领导区域推磨巡查、教师安排指导、班主任组织实施、检查评比等机制。以保证阳光体育活动的有效开展。

1、每班班主任必须到本班活动场地，选择、设计分散活动内容，组织安排本班幼儿站队和活动。分散活动时以推荐内容为主，各班可根据实际情况操作，尽量做到顾全点面，让每个幼儿活动起来，并注意安全。

2、老师负责本年级班级的场地安排，并对学生的站队、广播操、分散活动进行指导与监督。

1、活动必须由班主任到场负责管理，做必要的技术指导。

2、加强安全防范管理。班主任必须加强教育，引导学生安全、文明、有序的参加活动。

3、如果遇到小型体育竞赛，老师必须提前到达比赛场地。各班快速、有序地进入比赛场地进行比赛。

4、遇到阴雨天不能进行正常室外活动时，各班由班主任自行在教室进行室内游戏（器材自备）

**社会体育活动策划方案篇十二**

1、在情境中尝试采用匍匐爬行的方式爬过障碍物，提高匍匐爬的能力。

2、积极地参加活动并在乌龟搬家的的活动中感受爬行及团队合作的重要性。

1、教学重点：掌握匍匐爬得动作要领，在爬行过程中不碰响小铃铛。

2、教学难点：尝试带物匍匐爬行，并在过程中勇于探索不轻言放弃。

1、大积木若干。

2、三根橡皮筋并穿有小铃铛。

3、椅子六把。

4、红黄两色即时贴标记。

（一）情景导入。

1、t：“立正，你们都是神气的小乌龟，快跟着妈妈一起跑一跑，锻炼一下身体吧！”（妈妈带着乌龟宝宝跑步进场）。

2、队列练习。

t：“立正，向右看齐，立正，稍息，立正。”

t：“孩子们你们可真是神气勇敢的小乌龟啊！你们能帮妈妈实现一个很难实现的愿望吗？”

（二）分层活动。

1、教师创设情境：孩子们对面可真漂亮啊！妈妈真想住到在有花有树的环境里哦！可是要把家搬到对面我们就要爬过这些铁丝网。如果碰到了铁丝网，小铃铛就会响起来。到时候任务就失败了，我的愿望就再也实现不了了。”

2、幼儿尝试爬过铁丝网。

（1）t：“看这里就有一条铁丝网，请你们来试一试，看看怎么样才能不碰响小铃铛，又能安全的爬过去呢？”

（2）幼儿尝试，教师在旁观察指导。

t：“孩子们，成功了吗？请你说说你是怎么样安全的爬过去，没有碰响小铃铛的。”（身体尽量贴着地面、头不要抬得太高）。

t：“你能为我们演示一下吗？”教师在幼儿演示的时候将匍匐前进的动作要领讲解一下。（身体怎么样，头怎么样，能不能抬得很高，手要怎么动）。

（3）教师归纳总结。

t：“原来他在爬的时候用到了我们身体的一个特殊的部位——手肘。（教师介绍手肘）这就是我们的手肘，我们在爬的时候手肘紧贴地面，通过手肘一前一后的移动，来带动我们身体前进。”

t：“孩子们我把安全过铁网的要领编了一首儿歌，你们想听吗？匍匐爬很简单，记住四点准没错。身体贴地面，头要侧一侧。手肘带动身体爬一爬，最后不要忘记屁股也放低。安全过铁网，本领练得好。”

t：“孩子们，我们也来用这个方法试一试好吗？”

t：“这次你们都成功了吗？”（如果还有不成功的询问他们为什么不成功，并请大家一起想办法找出原因。如投没有低下、屁股撅得太高了）。

t：“那刚才还有个小朋友没有成功，请你们帮他找找原因。为什么他没有成功。”（请没有成功的孩子演示，请其他孩子找出他没有成功的原因。”

**社会体育活动策划方案篇十三**

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

我运动？我健康？我快乐。

人人有项目班班有活动。

组长：

副组长：

成员：

1、营造良好的舆论氛围。通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，使“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号家喻户晓，深入人心。

2、与体育课教学相结合，开齐开足体育课和体育活动课，通过体育教学，教育、引导学生积极参加阳光体育运动。

3、与课外体育活动相结合。保证学生在每天能到室外去，保证能有一小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入学校年度教育计划。

4、建立学校体育活动的长效机制，营造人人参与、个个争先的氛围，形成促进青少年健康成长的良好育人环境。通过学校体育活动，保证每名学生至少掌握两项日常锻炼运动技能，养成终身体育锻炼的习惯。

1、活动计划。

充分利用体育课、课间操、眼保健操锻炼，并根据学生的学习规律、体能差异及兴趣爱好。以班级为单位，学生进行跳绳、踢毽子、扔沙包、呼啦圈、象棋等作为运动项目，全面开展阳光体育活动，实现每天1小时体育锻炼的目的。

2、活动方式。

领导监督，体育教师巡视评价，班主任组织、引导，学生自主锻炼。

3、活动步骤。

（1）自主锻炼。利用体育课、课间操、和学生自主选择的运动项目，坚持每天1小时体育锻炼，促进师生体质健康发展。

（2）效果检测。学校组织开展秋季运动会、春季运动会、参加校外机构组织的各类比赛活动及随时检测，检查运动效果。

4、活动具体安排见附件！

以学生兴趣爱好入手，带领学生全员参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，突出篮球特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯。

1、规范作息时间，坚持搞好阳光体育活动。坚持科学规范的学生作息制度，制定科学的作息时间表，保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利。积极开展体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间，切实做到“三定”，即定内容、定时间、定指导教师。

2、开齐、开足、上好体育课。同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育课堂教学质量。

3、开展常规竞赛活动。每学期，学校组织运动会或篮球赛等，用比赛促发展。

4、做好《学生体质健康标准》测试。深入做好《学生体质健康标准》测试工作，认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化，以此全面落实《学生体质健康标准》。

5、做好体育科目测试。坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

6、着力打造校园体育文化特色。将学校体育工作跟行知校园文化建设有机结合，为孩子们拓展最大的生活空间，让校园体育文化也能展现生活教育的魅力，让阳光体育成为学生生活的一部分，让每个学生从中得到快乐。将校内体育活动打造成学校文化名片之一。20xx年11月，我校首届体育运动会举办，开展各项竞赛，有田径运动会，篮球赛，象棋比赛等，到今年的第五届学生田径运动会。这些比赛活跃了校园气氛，陶冶了学生情操，增加了班集体的凝聚力，对学生全面发展起到了良好的促进作用。xx年，我们将在此基础上精心策划，合理组织，文明比赛，让“校园体育”再结硕果。

**社会体育活动策划方案篇十四**

为促进和谐校园建设，培养同学们养成积极主动的体育锻炼习惯，提高同学们的身体健康素质，本站小编精心准备了体育活动。

范文，欢迎参阅。

为活跃公司员工的文娱体育生活，不断提高广大员工身心健康水平，使文体活动成为创建企业文化的载体，确保公司的健康、快速、和谐发展，特制定今年开展文化体育。

一、指导思想：按照科学发展观和构建和谐社会、和谐企业的要求，秉着健康、喜乐、节约的原则，利用大的节假日，结合公司实际，由公司工会出面安排活动，起到强建身体、活跃气氛、振奋精神、和谐友爱的作用。

二、活动内容：

1.三八国际妇女节。由工会女职工委员会组织总部及在城区的企业女职工开展活动，活动形式由女职工委员会决定并组织实施。市区外企业由企业工会组织女职工开展适当活动。

2.五一国际劳动节。由工会组织公司总部和城区企业员工开展一次群众性体育活动，如兰球、乒乓球、羽毛球、拔河、趣味赛跑等，不设奖项，只向参加者发点纪念品(如毛巾、洗发水等)。

3.八一节建军。组织一次全公司的兰球、乒乓球竞赛，公司所属各企业组队参赛，评出名次并予以奖励。

4.中秋及国庆节，组织一次全公司文艺晚会，各企业出一个以上节目，评优秀节目并给予奖励。(也可以将八一节的体育比赛合并到这个时间一起进行)。

5.十一、十二月间组织一次外出旅游，可以是优秀员工、管理人员或企业骨干。旅游地点限于本省或广东、广西等周边省的风景区，人数在30人以内(由旅行社组织人平1000至1500元即可)。

三、费用计划。全年总公司用于文体旅游活动的总费用控制在20万元以内(相当于公司应当提取的工会经费的50%左右)，由工会财经审计委员会从严掌握使用。

四、其它。每次活动要提前做出详细方案，安排人员分工负责，确保安全、顺利实施;要安排专人用照相机、摄影机拍摄，留下影象资料。

一、背景。

1.教师在立定跳远教学与训练中方法、手段比较单一，枯燥，想不出好办法。

2.教师在课堂上使用校园课程资源(场地、器材等)的意识与能力方面尚存不足。

3.选择哪些方法最能有效提升立定跳远运动能力存在困惑，缺少对经验的实践思考与提炼。

4.目前在备考阶段的课堂教学中常常出现指导不到位，课堂教学效能低的现象。体育备考在常态下如何做到“轻负-高效”对各位体育教师提出了挑战!

二、目标。

1.围绕有效提升立定跳远成绩这一目标，从技术分析的层面上帮助教师进一步理解立跳技术动作要领、动作规格、技术原理，提高合理运用技术的能力。

2.帮助教师在丰富教学&训练内容、完善方法手段等方面有一定程度的收获。

3.落实过程性考核，进一步提升教师专业水平。

三、主题。

变量变换变化------提高立定跳远课堂教学&训练质量。

四、时间。

20xx年3月15日下午13：00。

五、地点。

进修附校(先室内后操场)。

六、内容。

1.初二年级教师立定跳远教学质量分析(现状、做法、经验、问题与困惑，每人3分钟交流，形成文稿，结束后上交)。

2.小组为单位合作研讨与小组汇报交流分享立定跳远技术教学&训练、体能教学&训练的内容、形式与方法，在以下几方面力求达成共识：

立定跳远技术的动作顺序由几部分组成?

关键的动作顺序是什么?正确的动作要领?(能示范)。

立定跳远能使用的校园课程资源有哪些?

针对其中的2种课程资源小组内设计出一套有效的发展跳跃能力的方法(内容与方法体系)(现场小组合作完成，小组分享与交流)。

3.“变量--变换--变化”关于对提高立定跳远课堂教学质量的思考。

4.落实过程性考核技术交流与演练。

七、流程。

1.初二教师立定跳远质量分析。

2.全区初一初二教师分成四组专题小组合作研讨预设问题，小组汇报与分享(初三教师欢迎参加，可列席)。

3.教研员调研反馈与专题指导。

4.落实过程性考核。

4.1以教研组为单位的武术教材套路演练(强调“会做”，对老教师强调“会讲”,“会教”在五月份教研交流)。

4.2单杠教材技术示范能力与保护帮助方法等现场切磋(50岁以下，老教师点评)。

4.3支撑跳跃同上。

(如遇天气寒冷，再做调整)。

八、要求。

1.请初二年级教师结合上报的质量分析，精心准备，做好3分钟的分析汇报，汇报要有价值，对别人有启发。

2.小组合作研讨部分，属“头脑风暴”，教研时会提供纸张，列出相关问题，请各位老师在研讨时认真思考，坦诚交流，做好本组的研讨记录，切实发挥出各位老师的真实水平。

3.初三教师欢迎参加，并希望积极参与其中，初三教龄在20xx年以内的老师请安排好自己的工作参加本次教研。

附小组名单：

第一组：杨强、崔启顶、张浩、陈正凯、李叶珍、张梅、马军。

第二组：王志宏、刘洋、刘舰刘伟、韩博、盛鹏、隋权。

第三组：刘栋、张培斌、王双龙、朱军、王波、马平、孙芳。

第四组：赵振龙、张晓磊、张恭赫、梁洁、魏微徐世英。

第五组：初三列席代表上述人员如有遗漏，请多多包涵，希望仍能参加，在这里对老赵帮忙收集名单表示感谢!

一、活动背景与意义。

为关爱年级女生，展现年级学生朝气蓬勃，积极向上的青春风采，全面活跃年级课余文化生活，在女生节到来之即，结合年级实际情况，体育系20xx级特举办“女生节，我们一起度过”主题活动，让大家积极参与活动，共享节日的快乐，体验难得的感动;同时也能加强班级、年级同学之间的交流，促进男女生之间的友谊，给同学们锻炼和展示自我的舞台。

二、活动主题：女生节，我们一起度过。

三、活动对象：体育系20xx级全体学生。

四、活动时间：20xx年3月7日晚19：00—21：00。

五、活动地点：田径馆。

六、活动具体内容。

(一)辅导员讲话并宣布活动开始。

(三)女生。

自我介绍。

才艺展示。

1.年级34名女生用简洁有特色的语言进行自我介绍、魅力秀场及才艺展示，展现青春活动，秀出真我风采。自我介绍内容包括：姓名、班级、性格、爱好以及一年多来大学生活的真切感受。也可自由结合，以班级、寝室为单位介绍并展示自己的团队(个人1分钟，团体根据人数限时，最多不超过10分钟)。

2.男生做评委，评出最具人气的个人及团队(个人前三名，团队两名)。

(四)我的愿望我实现——幸运大抽奖。

2.请年级代表从所有的书签中抽出5名幸运大奖，当众公布她们的心愿和祝福并送上幸运礼物。

3.将愿望和祝福贴在各寝室的“愿望墙”上面，这样既可以帮助学生实现愿望，加强同学之间的交流，也可自己动手美化学生宿舍。

(五)年级拔河大赛，团队意识的培养。

2.混合比赛(男女混合比赛)：男女自由结合成四组，每组男生10人，女生5人，进行三局两胜淘汰赛，评出第一名，并颁发小奖品。

注：裁判员：朱永飞计时员：王振标记录员：年纪通讯员。

(六)男女混合呼啦啦，互相交流转转转。

男女互相结合，共十组，分为两大组进行。每小组要求三名女生，两名男生进行呼啦圈转转转，每人一分钟，共五分钟，最后按照圈数的多少决定胜负。(注：总裁判1人，朱永飞;计时员2人，王振标、杨雪;记录员若干，为每班通讯员。)。

(七)由主持人宣布获奖人员名单，辅导员为每组获胜者颁奖。

七.活动具体分工。

(一)活动总负责：王瑞琴、郭会艳。

(二)活动总协调：王振标、朱永飞、苏昊晨。

(三)活动主持人：张慧娟、焦健。

(三)海报宣传：陈亚京、王瑞琴。

(四)。

通讯稿。

件：王少华及本年级通讯员。

(五)活动场地布置：王菲菲、郭玲、魏宗豪、王海龙、陈鹏。

(四)礼品准备：岳新佳、马骥及各班班长、

(五)摄影：苏昊辰。

(六)清扫工作：全体年级委员会成员及部分学生。

八.活动经费预算。

(一)小礼品：100元。

(二)场地布置：20元。

(三)美术纸：15元。

。

**社会体育活动策划方案篇十五**

一、活动思路：

以“学会感恩，我运动、我健康，我文明、我阳光“为主题，为幼儿创设了一个在体育游戏中练习走、跑、跳、跨、钻、爬等基本体育动作技能的活动平台，使孩子们在游戏中充分体验到体育活动所带来的快乐!

本次活动的口号是：“快乐运动!“。

(一)活动地点：恒丰幼儿园操场。

(二)活动时间：20xx年12月28日上午9：30分。

(三)活动准备：

1、场地准备：会标、主席台的布置、比赛场地分配及比赛用品的准备。

2、班级准备：班牌、头饰、口号、班级会场布置、体操表演。

3、班主任准备：游戏项目道具的制作、项目器械的准备。

(四)活动流程：

1、园长宣布：恒丰幼儿园20xx年“庆元旦“幼儿趣味运动会开幕(放礼花、彩带、气球)。

2、运动员入场仪式。(检阅入场顺序：国旗队、大中班、小班、豆豆班的顺序在《运动员进行曲》的音乐中整齐有序的入场)。

3、园长致开幕词。

4、家长代表讲话：

5、小运动员代表讲话：

6、团体操表演：

a中大班：b豆豆班c小班d中大班e亲子操：

7、游戏项目竞赛活动：活动规则：请家长朋友坐在原地，由各班班主任为每位家长派送游戏卡，家长领到游戏卡后，搬上幼儿的板凳到班上领幼儿，在听到广播后方可到规定区域进行游戏，此次活动设有三个游戏：分别是百米跑道《袋鼠妈妈》，大厅《小螃蟹学走路》，操场《运球》，每个游戏处贴有游戏规则。玩完一个游戏，由负责老师在游戏卡上盖章，家长必须跟幼儿玩完三个游戏后凭游戏卡到领奖处领取礼物。

游戏规则：

a亲子游戏《袋鼠跳跳跳》。

游戏准备：麻袋8条，袋鼠头饰、圈圈8个游戏人数：四人为一组，分三组。

游戏玩法：袋鼠妈妈和小袋鼠以家庭为单位在起点准备，游戏开始袋鼠妈妈与小袋鼠在袋子里以双脚行进跳的形式跳至制定点，取得一个圈圈后双脚行进跳返回，游戏反复进行。游戏时一定按照游戏规则进行，如犯规，将不盖章。

b游戏《小动物运球》。

游戏准备：彩色大球、小筐、小动物家模型、小动物头饰游戏人数：四人为一组，分四组。

游戏玩法：幼儿以家庭为单位，幼儿和家长分别在起点和终点面面对面站好，游戏开始，幼儿抱球通过障碍到达对面，将球交至家长手上，折回时，由家长抱住幼儿，于最快的速度跑回起点，游戏反复进行。

c游戏《小螃蟹学走路》。

游戏准备：螃蟹头饰、皮球游戏人数：四人为一组，分四组。

游戏玩法：幼儿两人为一组，面对面用胸部夹住皮球，侧身横跑，先到达终点的小组获胜。(不许用手扶球，球若中途掉了课捡起来夹好继续跑)。

(五)注意事项：

1、各段以学年组为单位进行游戏道具的制作和准备，利用体育课和户外活动时间练习游戏项目，12月3日对各段游戏道具的准备及游戏项目的训练情况进行检查验收;2、各班教师负责游戏项目道具、材料的摆放、撤退及本班运动员的入场等，3、各班幼儿早9：00分入场按指定位置坐好，9：30活动准时开始，各班要保持会场秩序，做到会场气氛活跃热烈而不乱，同时为保持会场地面卫生，各班级要自备垃圾袋;4、要求各班幼儿在游戏中要积极为参赛运动员加油、呐喊、助威!

(六)活动工作人员具体安排：

1、主持：吴老师小朋友。

2.录像、照相：麦园长。

3.音响效果：麦叔。

4、机动：刘静玲。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn