# 体育活动策划书(优质14篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-05-23

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧体育活动策划书篇一以科学发展观...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**体育活动策划书篇一**

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。

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。

全员健身健康快乐

“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”。

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，预防与保剑

5、体育运动会及协会成果展示，秀出我风采。

活动内容

要求

活动时间

负责人

制定活动方案

11.2—11.5

杨柳

教师体育节启动仪式

全员参与

11.8下班会

杨柳

成立健身协会

1、健身协会报名

自愿报名，每人报一项

11.9—11.11

杨柳

2、分组活动

坚持每日活动或双休自主开展活动

11.12—今后

各协会负责人

活动内容

要求

活动时间

负责人

学做自编“二实小广播体操”及比赛

1、集体学习

每天上午第一节课到四楼舞蹈室

11.10—

11.12

肖正勇

龚爱琼

2、每日工间锻炼，做工间操

每天眼保健操时间为工间操时间，上、下午各一次

11.12—学期结束

杨柳

年级组长

3、分年级组加强训练，准备参加学校比赛

全员参与

11.12—参赛前

杨柳

年级组长

健康知识讲座

全员参与

11.15

杨柳

“元旦迎新”教工健身运动会

项目一：

1分钟转呼啦圈

1分钟跳绳

1分钟踢毽子

1分钟双人颠乒乓球

运动员名额分配：

转呼啦圈运动员2名

跳绳运动员3名

踢毽子运动员3名

双人颠乒乓球2名

（人少的组每项至少有1人参加）

1、11.22报名

2、比赛前自主锻炼

3、12.14—12.16比赛

杨柳

年级组长

项目二：协会成果展示

12.21展示

杨柳、各协会负责人

项目三：“二实小广播体操”比赛

12.17比赛

杨柳、年级组长

体育节活动

小结

1、“项目一”：按排名成绩取前10名，分别计10、9、8、7

、6、5、4、3、2、1分

2、“项目二”：协会成员能坚持每日或双休开展活动的，每人加适当的分数到本年级组。参加协会成果展示的再加适当的分数到年级组。

3、“项目三”：根据排名，取特优、一、二、三等奖，分别记5、4、3、2、分

1、12.2—12.24评分

2、12.27颁奖

杨柳

陈玖玖

汪开春各协会负责人

健身协会

1、呼啦圈协会

2、跳绳协会

3、踢毽子协会

4、骑单车协会

5、广场集体舞协会

6、羽毛球协会

7、乒乓球协会

8、跑步协会

9、太极拳协

**体育活动策划书篇二**

迎新春教职工趣味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。

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。

每个工会小组组选出十人参加活动

学校操场

学校全体教职工

2月2日下午

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。

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。

1、奔腾列车(1)每队由10名队员参赛，10人左脚向后抬起，用左手扶住，右手搭在前方同伴肩上，排成一排，形成链接。(2)裁判员口哨一响，由起点向终点跳，行进中要求保持链接完整，以最后一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队10人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、千足侧行比赛方法：参赛队每队10人，分2排每排5人，两排背靠背站立，每排队员上臂与相邻人员互相紧扣，两排最左端两人、最右端两人上臂紧扣，听令声侧向从起点开始移动30米，最后一个到达终点时记时决定胜负。

4、接力滚轮胎：每队参赛队员为10人，比赛开始时一人先将轮胎向前滚出，绕过五个障碍物后直线返回出发点交给同伴继续进行，假如碰到障碍物时需将障碍物摆回原地后从失误地点继续进行，当最后一名队员将轮胎滚回出发点时比赛结束。最后以所需时间最短者为胜，时间相等名次并列。

5、身手敏捷――跳、踢、扭接力10人分成两组，5人一路迎面站立。比赛开始，第一人从起点出发至跳短绳区跳3个绳，完成规定个数后，跑至踢毽区，踢3个毽子，完成规定个数后，跑至呼啦圈处，扭动3次，跑至对面击对面第一人的手掌，对面第一人按相反顺序完成规定动作，以此类推，先完成的组为胜。东城街道中心小学工会1月18日。

**体育活动策划书篇三**

团结、友爱、合作、拼搏

在20xx年响应学校号召，《关于开展大学生\"走下网络、走出宿舍、走向操场\"大学生主题群众性课外体育锻炼活动的通知》体育周是一个新的开始。为丰富同学们课余生活，加强同学们锻炼身体的意识，同时促进同学们之间团结、友爱、交流，进而提高我班凝聚力而举办的。

西安建筑科技大学继续教育学院11级建筑学全体人员

11级建筑学01班与02班全班同学

1乒乓球男子单打和女子单打

2乒乓球混双

3羽毛球男子单打和女子单打

4羽毛球混双

5男女混合制篮球

第八周和第十一周

具体时间安排如下

第八周周一下午放学之后进行单打羽毛球球初赛

周三下午在羽毛球场地进行羽毛球单双打初赛

周五下午放学之后进行羽毛球决赛

第十一周周一下午放学之后进行单打乒乓球初赛

周三下午放学之后进行乒乒球双打预赛

周五下午放学之后进行乒乓球双打决赛

校乒乓球场，羽毛球场，篮球场。

参赛队员必须是本班学生。

1报名

第七周开始报名，尽量做到让每个同学都参加。一个报名者至少填报一项。在抽签决定混双的组合情况以便留取时间给参赛者练习。

2比赛流程

乒乓球男单和女单以及羽毛球男单和女单一二班分别进行，选出单项前三名再在两个半之间进行角逐一二名。

羽毛球混双和乒乓球混双由一二班混合进行。

篮球采取四男一女进行比赛，注重趣味性。两个班的参赛人员共同参加分为两组进行比赛。

3宣传

在比赛之前宣传委员以及组织委员要做好宣传和组织，在\"三走活动\"的两个周每一个周至少三次要向同学以飞信的形式发送宣传体育锻炼好处的信息。达到体育周的最终目的，也就是提高大家的体育锻炼积极性。

4颁发奖品

在比赛完之后对各奖项胜出者和参与者颁发相应的奖品。

1乒乓球男单女单以及羽毛球男单女单决赛后对一二名进行奖励，混双一二名进行奖励，奖励是一人一个笔记本。

2对于每一个参与者都会有鼓励奖。

**体育活动策划书篇四**

承办单位:教育局文体局

二、活动主题:(待定)

三、时间和地点

时间:20\_\_年7末(具体时间待定)

地点:安图县

四、活动内容

(一)训练营活动(邀请国内专业知名球员参加)

1、足球比赛;

2、足球技术游戏;现场征文、绘画比赛活动。

-1-

3、文艺联欢活动

4、应急救护培训。

5、其它与足球相关的活动。

(二)校园足球布局学校信息员网络培训班。(各学校要选派电教部门专职人员)

(三)校园足球指导员培训班。

(四)为校园足球布局学校配发训练用球。

五、参加单位

青少年校园足球布局学校(小学32所，中学19所)。

六、报名、报到

1、各布局学校需填写《20\_\_年青少年校园足球夏令营活动报名表》上报到延边足球运动管理中心。

2、参加训练营的学校可报领队、教练员、网络信息员各1名，学生17名，共20名。

七、资格要求

1、报名参加训练营的学校必须是青少年校园足球活动布局学校。

2、参加训练营的学生必须是在全国校足办注册备案的在校学生，思想品德好，遵规守纪，具有团队合作精神。

3、参加夏令营的学生必须有全国校足办统一办理的《校园足球运动责任保险》。

4、年龄规定

小学组:1998年1月1日以后出生。

中学组:1995年1月1日以后出生。

八、经费

1、各布局学校领队、教练员、信息员、运动员每人每天食宿标准35元。

2、交通费及其他费用由学校自理。

3、主办单位负责夏令营的组织经费。

九、其他要求

1、各县市教育局、文体局要积极做好学校、家长及学生的动员工作，并做好安全预案。

2、本次夏令营活动进行全封闭式管理，每个布局学校必须参加。

3、参加夏令营活动的领队、教练员、运动员必须携带生活用品(枕头、被、牙刷、牙膏)，学习用品(笔、绘画用品、笔记本)，训练和比赛用品(训练服和比赛服、护袜、护腿板、标准足球鞋)。

**体育活动策划书篇五**

为全面贯彻落实教育部“2+1工程”，加强学校体育教育工作，全面推进校园“阳光体育活动”，根据本校办学条件与办学特色，特制定以“运动，健康，快乐”为主题的南海小学第五届体育节实施方案。希望通过本届体育节活动的宣传和推广，让孩子们到阳光下、到运动场上锻炼自己的体魄，保证学生每天在校1小时体育锻炼时间。提高学生身体素质，让学生在运动中享受快乐，健康成长。

我运动，我健康，我快乐。

略

1、筹备组组长：蒋庆节

副组长：李莹

成员：戴雯倩、陈茂功、张圣涛、汪强、刘伟帆

职责：负责策划筹备体育节各项活动与内容，组织安排活动内容，确保活动的顺利开展。

2、裁判组组长:张圣涛

成员：全体非班主任教职工

职责：负责各项活动的裁判及记分工作。

3、协调组组长：戴雯倩

成员：陈茂功、张圣涛、汪强、刘伟帆

职责：负责体育节各项活动的内容、时间、场地、人员的安排与活动项目的衔接、突发状况的解决等问题。

4、宣传组组长：郭玉琳

成员：戴雯倩、赵国琳、文娜、谢翠玉、林伟、李俊港

职责：负责体育节活动期间的宣传栏、校园广播、影像、报导等各项宣传工作。

5、后勤组组长：汪强

成员：戴雯倩、陈茂功、刘伟帆、张圣涛

职责：负责体育节期间的体育器材供给、比赛场地布置和奖品的购买。

1.比赛时间、参赛学生及工作人员名单校对（10月30日）。

2.升旗仪式。

3.校领导致开幕辞。

4.田径运动会学生检阅（11月6日）

（1）各班按顺序入场，绕田径场行进，到达本班位置。

（2）校领导致辞。

5 .田径运动会（11月6日）

1.各个班级要充分做好各项活动的准备，加强对学生的安全教育，确保活动的正常开展。

2.项目负责人要精心组织、周密安排，确保活动顺利进行。

3.裁判工作要做到严肃、认真、公平、公正。

4.各班按要求组织学生参加各项比赛，不得弃权。

1.单项名次：根据比赛项目人数决定名次。

2.团体名次（田径运动会）：

每个比赛项目取得名次的学生为可获得累计分数者，获得累计分数权的学生根据名次为班级累计相应分数，最后按各班总分排名。破记录计双倍积分。接力项目计双倍分。

另大会设田径运动会精神文明奖，希望各班同学在检阅仪式上展现出良好的精神风貌；比赛期间积极踊跃为大会投稿；观众队伍保持好赛场秩序及环境卫生。

**体育活动策划书篇六**

湖南xx学院体育文化节承载了一系列精品活动味运动会、“3+2”排球赛，以及“四对四”为广大喜好体育运动的同学开辟了一方展示青春活力，show出自我的空间和舞台。

湖南xx学院体育文化节在全校范围内产生了广泛积极的影响，得到同学们的热切回应。现在体育文化节已成为湖南xx学院校园文化中不可或缺的一部分，她从不缺少关注，从来就不缺少令人激动和向往的元素，因此，有很多的企业与我们学校合作。今年，究竟花落谁家？让我们共同期待吧！

“四对四”足球赛是伴随着武汉大学体育文化节一起诞生的一个项目，同时也是体育文化节的一款精品强档。在汲取了当今风靡世界的五人制足球赛的精彩、趣味、时尚、灵活的.优点之外，又融入了自己的特色，改制为四人制。这样就更加方便了同学组队，同时对球队的整体攻防水平要求更高，使比赛更富观赏性。

谁是绿茵场上的豪门？！谁是桑巴裙上的舞者？！激情燃烧的x月，让我们来共同期待各路英雄豪杰为大家上演20xx年最炫彩夺目的画卷吧！

自由我舞台，青春更精彩！

丰富活跃校园文化生活，倡导时尚健康生活方式，促进武汉大学足球运动水平的提高，为广大同学搭建一个相互交流与学习的平台。

20xx年11月—12月

前期：这是组委会为主的的全面而细致的准备时期，我们将以天为单位进行海报告知性宣传，并接受报名；对各队的实力按照历史记录等资料进行科学而公正的评估，选出种子队，再进行抽签分组，安排赛程。对裁判和工作人员做好培训、分工，并召开赛前队长会议，赛前裁判工作会议。为比赛的一切事宜做好准备。做到有备无患，防范突然事件。

中期：这是活动进行得如火如荼的时期，每一场，每一轮都会有更多的精彩。我们将认真地做好赛事进行时的各项组织工作，认真的布置赛场，维护比赛秩序，做好每轮比赛的赛果宣传，在每轮比赛后，做详细的工作总结。密切配合商家最大限度地为商家做宣传活动。

后期：活动的收尾阶段，以决赛和颁奖仪式为重头戏，做到最大的宣传力度和影响力，使比赛绽放最绚丽的色彩。继续宣传攻势，做好攻坚的宣传工作，并为商家进行商业活动宣传。赛程结束，做活动的总结，给比赛画上个圆满的句号。

宣传方式：

1.以大海报进行比赛活动的宣传。

2.在比赛各种用表和奖状上都醒目注明赞助商家名称。

3.对比赛场地精心布置，悬挂大块横幅和彩旗、广告牌等，渲染活动气氛。在比赛工作桌，工作点贴商家海报，如有需要，可以进行商家产品促销活动。

4.在校广播台、网站和报纸上进行活动的宣传报道，校学生会网站将放置赞助商广告，并对球赛全场进行跟踪报道。

5.邀请本地报纸，电视台等媒体进行报道。

6.每轮赛果，赛况都将伴随商家商业活动一起进行现场宣传。

本次大赛预计招收64支队伍参赛，分小组赛和复赛两个阶段，赛时2天抽签分为16个小组，每组4队，进行小组循环赛，按胜负积分排名，胜一场积3分，平一场积1分，负一场积0分。小组积分前两名进入复赛。若积分相同，净胜球多的队伍进入复赛。复赛采用单场淘汰制。胜出的32支队伍的全面而细致的准备时期，我们将以天为单位进行海报按原来的组别相邻两组进行一、二名交叉赛，负方被淘汰。决出16强后抽签决定比赛队伍，进行淘汰赛，八强也沿用此方法决出四强，然后决出决赛队伍进行决赛。

比赛时间为上午8：30—11：00、下午14：30—17：00。

一宣传费用

1．海报及传单：0.5x1000+3x100=800元(商家可以自制)

2．印制报名表：50元

二场地布置

1．条幅120x8=960元(商家可以自制)

三比赛过程中的工作用品

1．哨子：5元x15个=75元

2．圆珠笔：2元x20个=40元

3．记录本：3元x10个=30元

四奖品

冠军120x6=720元

亚军100x6=600元

季军80x6=480元

奖杯、奖状、证书500元

五其他费用

复印费（比赛规则、赛程表、成绩单等）200元

六工作人员的工作餐

盒饭（周六周日两顿午餐）：

10元×40人×2顿=800元（包括水等其他费用）

共计：5255元

**体育活动策划书篇七**

为贯彻落实《关于开展第五届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》，学校大力推进素质教育，切实加强体育工作，牢固树立“健康第一”的指导思想，构建一系列能体现学校特色及适合学生特点的体育赛事活动，引导全体学生积极参与内容丰富、形式多样的校园群众性竞赛活动，积极响应“阳光体育活动”活动，提高体育运动基本能力，重视终身体育的意识和习惯培养，提高学生健康水平，促进学生的和谐发展。不断丰富青少年的课余文体生活，进一步提高青少年的身心健康水平和审美情趣。

1、在校园中形成“人人有项目，班班有团队，各年级有比赛”的群众性体育活动新局面。

2、培养学生树立“健康第一”的观念和终身体育的意识，养成学生每天坚持锻炼一小时的生活习惯，提升全体学生的体质健康水平。

3、大力推动九江三中校园体育赛事活动的开展，让学生在校园中就能找到适合自己的体育活动项目。

4、塑造学校体育品牌意识，完善区域内体育赛事与学校体育运动特色项目共同发展。

组长：xx

副组长：xx

组员：各年级部主任、各班班主任、体育教、全体学生

1、坚持大德育观下学校体育工作整体发展思路，营造和谐生动、人文多元、丰富多彩的学校体育文化氛围。

2、坚持因地制宜，开展多种多样、形式灵活、内容丰富多彩，寓教于乐的阳光体育运动竞赛及训练合作。

3、坚持体育教学改革与群体活动、体育竞赛协同发展，并把提高体育课教育教学质量放在首位。

4、坚持推进公平公正的体育比赛精神与规则意识教育，树立学校体育达标争优创先的竞争意识。

5、坚持项目管理的过程化控制与反馈（监控和检查指导或随机抽测），并适时与政教处合作共同对学校体育工作做好督导评估。坚持体育搭台，教育唱戏，突出时代主题，整合学校优质教育资源，积极利用体育平台将学校的办学成果、教学理念及教学成绩向同行、向社会宣传展示，树立良好形象。

1、大课间操20xx年大课间活动在总结保持原有成绩的基础上要实现两个突破，以此达到对整体大课间工作的推动作用。

设想之一：在全校各班级之间开展课间操检查评比活动。

设想之二：在全校范围内开展“室内操或教室操”评比，开展课间操可进行“菜单选择式”课间操操作模式，促进课间操活动更加科学化，多样化，规范化方向发展，提高大课间的实效性，更好地实现特色发展，推动我校大课间活动再上一个新台阶。

解决措施之一：继续实施大课间活动的抽检制度。强调大课间活动的常规化管理意识，强调大课间活动每天都是迎检日，确实保证落实每天一小时的活动时间。

解决措施之二：以大课间活动特色项目申报与检查评比为契机，推动学校大课间工作与教育教学理念和整体工作的整合，形成优质教育资源。（特色项目是指学校选定自己大课间的一项内容作为特色项目）

2、课外群体活动（包括运动会模式改革）

在传统体育活动内容如跳绳、踢毽等基础上，丰富内容与形式，创新活动方式，开展阳光体育与阳光伙伴集体性体育竞赛活动，进一步丰富校园文化生活。

设想之一：推广开展“阳光伙伴系列活动之一”：初一年级男子足球赛，初二、高一年级女子跳绳比赛。学校应有意识创设师生共同参与的群体活动文化氛围。让阳光洒满校园，让阳光体育运动留给学生愉快的回忆。

设想之二：实现“人人有项目，班班有团队，年级有比赛”的新局面，在校园开展形式多样的小型集体性的.体育竞赛活动。

设想之三：尝试开展阳光历奇体育游戏体验活动，在班级搞试点再在全校推广。

解决措施之一：向典型学校学习经验并进行创新普及，为在全校的群众性体育竞赛活动开展打下基础。

解决措施之二：通过教研培训、现场会等形式进一步普及花样跳长短绳的经验，促进全校一体化发展。

解决措施之三：对校园小型多样体育竞赛活动情况进行调研，并加强指导监督工作，保证学生有充足的体育活动时间。

3、体育竞赛

目前，我市普及开展的体育竞赛项目主要有：中小学生田径运动会、足球赛、排球赛、篮球赛等。此外，各校校本课开发的课程资源或学校自己单独组队参加的竞赛项目有：羽毛球、乒乓球等。

设想之一：在已有的优势基础上，从长远发展着想，考虑设立学校重点扶持的竞赛项目，如排球。

设想之二：增加新的赛事内容。

设想之三：调整一些比赛的形式与内容，以更好地推动赛事的健康发展。

设想之四：建立新的监督与评价机制，切实保障各项比赛的公平公正。

解决措施之一：引进或聘请相关专业人才对体育教师进行相关体育专项技能尤其在训练指导能力方面的培训。

解决措施之二：发挥体育课堂教学主渠道的作用，加强体育课运动技能教学，促进学生掌握至少2项的体育运动技能。

解决措施之三：根据学校发展的需求，适当引进体育教师或对我校的体育师资力量进行合理的分配。还可以与体育运动训练学校联合，实施委托训练。

1、全校各班级开齐开足上好《体育与健康》课，政教处在适当时候要进行专项督导检查工作。

2、贯彻落实《学校体育工作条例》和《国家学生体质健康标准》的实施方法，加强学校体育课程活动基础建设，针对学生体质健康存在的不足，认真落实课程要求，认真落实学生体质健康标准测试工作，全面提升学生体质健康水平。

3、结合学校实际与特色创建，加强学校体育文化建设，寻找和挖掘学校体育特色发展的途径，使校园文化与课程活动、学生与体育老师关系共同和谐发展，形成学校体育教学的特色化、个性化。

4、加强学校体育安全管理。要强化安全意识，牢固树立“安全责任重于泰山”的思想，加强对体育教师的安全知识和技能培训，对学生加强安全意识教育。要强化活动安全管理，加强体育场馆、设施的维护，确保安全运行。加强安全制度建设，科学合理地制定活动计划和流程，明确安全责任，完善安全措施。

**体育活动策划书篇八**

显然，“腹有诗书气自华”已无法满足时代匆匆的步履，除了具备一定的科学文化素质、思想道德素质及身体素质之外，不少当代大学生最缺乏的是一种自理自立能力和团队合作精神。“一个中国人一条龙，三个中国人一条虫”的说法让我们为自己民族凝聚力感到悲哀；在衣来伸手，饭来张口的温馨呵护下，温室里长大的幼苗又怎能承受得住明日暴风雨的洗礼？为此，我们精心策划了这次野营登山活动，旨在培养大家团结互助，分工合作及动手动脑的能力。其中“徒步登山”的过程是对大家体力与毅力的一种考验；“自行设计，搭建帐篷”提供给大家一次展示能力与回的机会；热闹非凡的篝火晚会，可以增进同学们之间的了解，让同学们感受到班级大家庭的那份温馨。在活动的增整个过程中，需要大家进行全面的分工与协作，还可以进一步增强班级的凝聚力。我们会让参与本次活动的每位同学感受到艰苦与快乐并存，集体与个人同在。拥有了这种信念，我们一定会以更加饱满的激情去开拓更加美好的明天。

23日（周六）24日（周日）

1、成员注意事项

1)、衣着，鞋子要适于登山运动。山上夜间气温较低，请每位同血带上较保暖的衣服(帽子，手套)。

2)、活动过程中听从指挥，不要单独行动，遇到问题可与组长或负责人联系，请不要擅作决定。

3)、每人需带物品：

a二天的食品（集体提供部分烧烤食品和开水。）

b手电筒，洗涮用具，餐具

4)、垃圾袋装化，带到山下集中处理、

2、组长职责

1在整个活动过程中，全面负责好本组的各项事务，包括组员的分工及其协作等

2确保每一名队员的安全，确保每一名成员服从集体指挥

注：如在活动过程终遇到问题，由组长及时与负责人联系

3搭帐篷过程及注意事项

1)、组长分工a砍柴（提供砍刀）

b找合适地点，平整地面

c搭帐篷

d打桩

2)、搭好支架后要由负责人检查其安全性

3)、各小组为自己的帐篷命名挂牌并做一定装饰

4)、评选出“最有特色奖”

4晚上宿营

1)、值班小组轮流值班(每组4人)、

2)、保证篝火不灭、

5集体装备

1)、睡袋，防潮垫，照相机、

2)、急救箱，必需药品、

3)、塑料膜，砍刀，铲刀，木版，笔墨，绳子，宽胶带、

4)、手电筒，打火机，火柴，固体酒精，木炭，水桶，水壶，烧烤工具，烧烤食品、

5)、瓶装矿泉水，

1、带有急救箱及各种必备药品，可备伤病之用。

2、集体备有睡袋足够夜间保暖。轮流值班，篝火不灭，可保证夜间安全。

3、搭帐篷所需材料准备充分，并有专人指导，可保证其安全性。

4、租用校车跟随，若遇大雨，可及时转移。

5、为每一位同学购买了一份保险，以防万一。

6、班主任老师全程参与并大力支持。

7、每个小组至少拥有一部手机，确保联络畅通。

**体育活动策划书篇九**

阳光体育人人参与

培养两班学生对体育活动的热情，提高两班同学身体素质，增强团队合作，积极奋进的精神，完善班级文化建设。

友谊第一，比赛第二精诚合作互信共赢

10级本科四班

10级本科五班

20xx年6月1日星期三19：00—20：00

大学南路

160元，四班、五班各80元

活动内容

10×25m托球往返跑

掌握托球的基本技能，体会托球乐趣，提高手上控球能力。

每组乒乓球拍或板羽球拍10副，乒乓球20个。

在平整场地或篮球场上，学生每组10人，一人手持乒乓球站于起点，本组其他成员分别手持球拍，排成一排站在持球者身旁。裁判员发令后，持球的队员把球迅速放到第一名队员手中球拍上，第一名队员迅速向终点走或跑去，到达终点后把球拍上的球放置到指定地点，然后快速跑回和下一名队员击掌，下名队员继续。如此依次循环，直到本组所有队员全部完成，先完成的组为胜利。

1、在托球过程中，托球者不得用手去动球拍上的球，否则算作犯规，要重新回到起点重新开始。

2、在托球过程中，托球者如果掉球，立即原地拾起，继续比赛，直至完成。

3、比赛为两组同时进行，分四次完成。完成时间短者为胜。比赛设一等奖1个，二等奖2个。

4、比赛设裁判共四名，四班五班各两名。每小组两名，一名计时，一名计分。

**体育活动策划书篇十**

最近一段时间，我发现孩子们对小枕头很感兴趣，午睡时他们一会儿抱抱小枕头，一会儿又把小枕头顶在头上，非常开心。我想：何不收集一些抱枕，组织系列活动，让孩子们通过玩耍抱枕使其基本动作得到发展。根据小班幼儿对故事、小动物、游戏感兴趣的特点，我设计了体育活动《小蚂蚁和大面包》，让幼儿初步探索抱枕的不同玩法。通过设计游戏化的故事情境，让幼儿以小蚂蚁的角色身分参与其中，并将抱枕想象成大面包，激发了幼儿主动积极的参与意识，通过活动试图让孩子们进行走、爬、跨等基本动作的练习，并体验到与同伴合作游戏的乐趣。

1．初步尝试一物多玩，鼓励幼儿探索抱枕的多种玩法，

2．引导幼儿进行走、爬、跨等基本动作的练习，发展动作的协调性。

3．体验与同伴合作游戏的乐趣，激发对体育活动的兴趣。

蚂蚁（头饰）胸饰、抱枕每人一个(抱枕的边缘缝上子母扣) 、音乐

布置蚂蚁的家、花园、树林

一、准备活动：热身运动

1.小蚂蚁在妈妈的带领下入场

蚂蚁妈妈（教师扮演）：宝宝们，下了好长时间的雨，天终于晴了，我带你们出去玩玩吧！（放音乐做动作出场）

2. 跟随音乐和幼儿一起做韵律操。

蚂蚁妈妈：宝宝们，外面的空气真好呀，让我们来活动活动手脚，动起来吧。（放音乐，做热身运动）

点点头、点点头，我们都是好朋友。 走一走 走一走，一二三四走一走。

伸伸手、伸伸手，我的小手举起来。 跑一跑 跑一跑，你追我赶跑一跑。

弯弯腰、弯弯腰，学爷爷走路弯弯腰。跳一跳 跳一跳，一上一下跳一跳。

踢踢腿、踢踢腿，我的小脚踢得高。 爬一爬 爬一爬，努力向前爬一爬

天天锻炼身体好。

二、鼓励幼儿探索抱枕的不同玩法

1．发现“大面包”。

蚂蚁妈妈：宝宝们，那边好像有好多“大面包”，我们去瞧瞧。

2．自由玩“大面包”。

(1)蚂蚁妈妈：听一听，“大面包”好像在和我们说话呢!哦，它说：它想和我们小蚂蚁一起玩呢!那我们就带着“大面包”玩一玩吧。

(2)蚂蚁妈妈鼓励小蚂蚁想出许多办法玩“面包”。如：抛接“大面包”，推着“面包””向前滚，背在背上走一走、夹在腿中间跳一跳、抱住“面包”向前走、把“面包”顶在头上、把“面包”垒高、把“面包”放在地上跳（跨）过去等等。。(教师进行个别指导或带全体孩子集中学1―2个动作。

小游戏：开汽车红灯停绿灯行、碰碰车

教师小结：宝宝们，我们想出来许多和大面包玩耍的方法。我们还让大面包变成了小汽车和碰碰车。宝宝们表现的太棒了。

三、游戏：不怕困难的蚂蚁宝宝

(1)“大面包”找朋友

蚂蚁妈妈：刚刚有一个“大面包”又和我说悄悄话了，它说如果把“大面包”一个一个都连起来，那一定很更好玩，它们会更开心的。我们来试试吧!(鼓励小蚂蚁和妈妈一起合作把 “面包”一个一个接起来)

(2)游戏：不怕困难的小蚂蚁

蚂蚁妈妈：看看，这么多“面包”连接在一起，像是什么？

蚂蚁妈妈：咦，前面有个花园我们去看看吧！可是要到达花园要经过这条长长的路，我们用最快的速度走过去吧！ 花园的花好美呀。我们在花园散散步呼吸一下新鲜空气。

前面有片树林，想过去吗？可是有一条小河拦住了去路，还好河上有座小桥，我们从桥上过去吧。可是河水很急，有什么办法让自己过河时不那么害怕。（引导幼儿想出“爬过去”的方法）到达对岸。

不好，一条大蛇在睡觉，不要吵醒它（跨过去）

教师小结：（大家累了，咱们坐在草地上休息休息吧）我发现你们都是不怕困难的宝宝，我们走过了凹凸不平的小路，爬过了摇摇晃晃的小桥，还跨过了熟睡的大蛇，终于来的树林，呼吸到新鲜空气。来让我们深吸一口气吧！

三、把 “面包小路”抬回家

下雨了

(放“下雨”声效)蚂蚁妈妈：听一听，这是什么声音?哎呀，下雨啦!我们赶快把“面包”朋友抬回家吧！（合作将 “面包”抬回家）

四、结束部分:放松运动

蚂蚁妈妈 ：今天我们的收获真大呀，宝贝们也辛苦了，我们跟着音乐放松放松吧！

**体育活动策划书篇十一**

团结、友爱、合作、拼搏

二、【活动目的】

在20xx年响应学校号召，《关于开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”大学生主题群众性课外体育锻炼活动的通知》体育周是一个新的开始。为丰富同学们课余生活，加强同学们锻炼身体的意识，同时促进同学们之间团结、友爱、交流，进而提高我班凝聚力而举办的。

三、【举办单位】

西安建筑科技大学继续教育学院11级建筑学全体人员

四、【参加对象】：11级建筑学01班与02班全班同学

五、比赛项目

1乒乓球男子单打和女子单打

2 乒乓球混双

3 羽毛球男子单打和女子单打

4 羽毛球混双

5 男女混合制篮球

六、【比赛时间】 第八周和第十一周

具体时间安排如下

第八周 周一 下午放学之后 进行单打羽毛球球初赛

周三下午在羽毛球场地进行羽毛球单 双打初赛

周五下午放学之后 进行羽毛球决赛

第十一周 周一下午放学之后 进行单打乒乓球初赛

周三下午放学之后 进行乒乒球双打预赛

周五下午放学之后 进行乒乓球双打决赛

七、【比赛地点】

校乒乓球场，羽毛球场，篮球场。

八、【参赛要求】

参赛队员必须是本班学生。

九、【流程】

1 报名

第七周开始报名，尽量做到让每个同学都参加。一个报名者至少填报一项。在抽签决定混双的组合情况以便留取时间给参赛者练习。

2 比赛流程

乒乓球男单和女单以及羽毛球男单和女单一二班分别进行，选出单项前三名再在两个半之间进行角逐一二名。

羽毛球混双和乒乓球混双由一二班混合进行。

篮球采取四男一女进行比赛，注重趣味性。两个班的参赛人员共同参加分为两组进行比赛。

3 宣传

在比赛之前宣传委员以及组织委员要做好宣传和组织，在“三走活动”的两个周每一个周至少三次要向同学以飞信的形式发送宣传体育锻炼好处的信息。达到体育周的最终目的，也就是提高大家的体育锻炼积极性。

4 颁发奖品

在比赛完之后对各奖项胜出者和参与者颁发相应的奖品。

十、【奖励制度】

1 乒乓球男单女单以及羽毛球男单女单决赛后对一二名进行奖励，混双一二名进行奖励，奖励是一人一个笔记本。

2 对于每一个参与者都会有鼓励奖。

**体育活动策划书篇十二**

活动引言：乒乓球作为我国的国球，深受广大同学的喜爱。乒乓球作为一项技术与力量的完美结合，不但能增强同学们的体质，而且也能培养同学们的迅速反应和判断能力，还能增强各班级的交流和联系。

4月7日全天，4月8日上午。

浙江工商大学下沙校区体育馆二楼乒乓球室

浙江工商大学财会学院学生会体育部

财会学院全体学生

(1) 动员部署阶段：3月26日--4月6日

(2) 正式比赛阶段：4月7日全天，4月8日上午

(3) 颁奖仪式：4月8日上午

基本遵照标准乒乓球赛的比赛规则

(1) 男、女单打冠、亚、季军

(2) 男、女双打冠、亚、季军

(3) 混双冠、亚、季军

浙江工商大学财务与会计学院体育部20xx年1月23日

(附件1：财务与会计学院第一届\"精英\"杯乒乓球赛比赛细则)

(附件2：财务与会计学院第一届\"精英\"杯乒乓球赛比赛报名表)

财务与会计学院第一届\"精英\"杯乒乓球赛比赛细则

一、 比赛宗旨：振国球雄风 展财会魅力

二、 比赛时间：4月7日全天，4月8日上午

三、 比赛地点：浙江工商大学下沙校区体育馆二楼乒乓球室

四、 主办单位：浙江工商大学财会学院学生会体育部

五、 参赛对象：财会学院全体学生

六、 规则细则：

(一) 参赛方式及报名方法

以班级为单位组建代表队，每班限报：男、女单打各二名，混双、男双、女双各一支。填好报名表，并在4月5日之前交至体育部。

(二) 比赛规则

1.每局比赛为十一分制，采取三局两胜制。

2.比赛的得分方式及基本规则参照国际乒联的最新规则。

3.胜者积一分，负者不得分，弃权按对方获胜记分。

4.任何队员场上出现暴力事件、干扰技术台工作，不服从裁判判决、辱骂裁判及对手等有悖体育道德的行为，经裁判警告后仍不停止者，取消该队员的参赛资格。

(三) 赛程

男、女单打分为上下半区，避免同一班级的队员出现在同一半区，混双、男双、女双不做分区。各区(半区)内实行淘汰赛制。

(四) 抽签时间、地点及方式

暂定于4月6日在学院办公室抽签，每班由体委代表选手抽签。

(五) 颁奖仪式

4月8日上午

注：各班级和参赛队员若有不甚明白之处，可联系本次赛事的负责人

沈x

陆x

**体育活动策划书篇十三**

大学生体育活动的策划可有增加同学们的课外娱乐活动，以下是小编整理的\'大学生体育活动策划书，欢迎参考!

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，团体根据人数限时，最多不超过10分钟）

2．男同学做评委，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：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

（一）小礼品：100元

（二）场地布置：20元

（三）美术纸：15元

**体育活动策划书篇十四**

阳光体育 人人参与

培养两班学生对体育活动的热情，提高两班同学身体素质，增强团队合作，积极奋进的.精神，完善班级文化建设。

友谊第一，比赛第二 精诚合作 互信共赢

10级本科四班

10级本科五班

20xx年6月1日 星期三 19：00—20：00

大学南路

160元，四班、五班各80元

活动项目：

10×25m托球往返跑

游戏目标：掌握托球的基本技能，体会托球乐趣，提高手上控球能力。

游戏器材：每组乒乓球拍或板羽球拍10副，乒乓球20个。

游戏方法：在平整场地或篮球场上，学生每组10人，一人手持乒乓球站于起点，本组其他成员分别手持球拍，排成一排站在持球者身旁。裁判员发令后，持球的队员把球迅速放到第一名队员手中球拍上，第一名队员迅速向终点走或跑去，到达终点后把球拍上的球放置到指定地点，然后快速跑回和下一名队员击掌，下名队员继续。如此依次循环，直到本组所有队员全部完成，先完成的组为胜利。

游戏规则：

1、在托球过程中，托球者不得用手去动球拍上的球，否则算作犯规，要重新回到起点重新开始。

2、在托球过程中，托球者如果掉球，立即原地拾起，继续比赛，直至完成。

3、比赛为两组同时进行，分四次完成。完成时间短者为胜。比赛设一等奖1个，二等奖2个。

4、比赛设裁判共四名，四班五班各两名。每小组两名，一名计时，一名计分。

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