# 趣味运动会策划书格式 趣味运动会策划(大全8篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-07-05

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。趣味运动会策划书格式篇一1、培养幼儿对体育活动的兴趣，激发幼儿的运动潜能，体...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**趣味运动会策划书格式篇一**

1、培养幼儿对体育活动的兴趣，激发幼儿的运动潜能，体验运动的\'快乐。

2、提高幼儿的规则意识及克服困难的勇气，树立自信心，体验胜利的愉悦。

3、培养幼儿初步的团队和竞争意识，增强集体荣誉感，体现团结协作的集体风貌。

1、安全第一，必须保证每一个孩子参与活动时的安全。

2、重在参与，让每一个孩子都有机会展现自己。

3、利用家长资源，发动家长自愿报名参加＂志愿者＂，协助老师维护活动现场秩序

20xx年x月x日（星期五）

xx、xx负责管理班级幼儿，xx、xx负责计分。

1、单人项目：

游戏名称：《跳绳》。

游戏准备：跳绳。

游戏方法：每组4人参加，在1分钟规定时间内谁跳的多为胜者。

2、小组项目：

游戏名称：《小小坦克兵》。

游戏准备：轮胎4个，脚踏车4个，皮球若干

游戏方法：幼儿两人一组从起点在相应的轨道里滚轮胎行驶，前进到第一个标志后放下轮胎骑脚踏车行驶，到达终点两人夹球原路返回，先到达起点者为胜。

说明事项：

1、遵守比赛规则，服从裁判决定。友谊第一，比赛第二。

2、各班级教师管理好本班幼儿，注意安全，不在赛场内自由走动或奔跑。

3、讲清洁，保持比赛场地卫生，爱护公共设施，做文明人。

**趣味运动会策划书格式篇二**

趣味运动会所倡导的理念，例如：享受运动、快乐运动;我运动、我快乐、我健康;

1、主办单位：趣味运动会的主体单位

2、协办单位：趣味运动会的\'协助单位

趣味运动会要达到什么样的目的，包括个人的、团队的、社会的。

趣味运动会什么样的人可以参加，以及怎么报名参加。

趣味运动会怎样评比名次，包括个人奖项和集体奖项，以及各比

赛名次的奖品。

趣味运动会要比赛的都有哪些项目，以及规则都是什么。

趣味运动会比赛过程中常出现的一些问题，包括易违例犯规的、不公正的、危险的等等都要事先给参赛者写明了，以免在比赛过程中影响比赛成绩或是出现意外情况。

把趣味运动会比赛现场需要的一切器材工具都要列出来，例如：趣味运动器材、秒表、、发令枪、哨子等等，提前准备好。

1、开幕式

(1)各参赛代表队入场，领导检阅;

(2)升国旗奏国歌;

(3)领导致开幕词并宣布运动会开幕

2、闭幕式

(1)各参赛代表队集合

(2)领导宣布获奖名次并给参赛队颁奖

(3)领导讲话并宣布运动会闭幕

**趣味运动会策划书格式篇三**

在学院内对青年志愿者协会进行宣传增加协会在院内的影响力。

增加家教部内部的.凝聚力。

缓解学生压力，扩展学生思维加强学生体能锻炼。

培养学生动手能力，培养学生的积极性。

20xx年3月24日

上午:在206教室进行开幕式和进行场外预赛

下午：决赛和颁奖典礼

四川航天职业技术学院运动场

家教部所有学生（除有限制活动外其余活动均可以参加）

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50米赛段，去速度最快。负责人：王浩）花样跳绳（比赛规则：花样分为正跳、倒跳、正编麻花三种，每种单独记成绩。比赛限时1分钟，以规定时间内跳的次数多少记成绩取所有总数。负责人：曹丽容、向欣欣）

中国象棋（三局两胜制，每步棋限时20s。负责人：徐恬）

兵乓球（单打双打三局两胜制采用国标。负责人：冉超、聂梦林）

绘画(限小学四年级以下学生参赛，主题自选。负责人：韩琴)

定时投篮（限时一分钟。负责人：黄伟辰、李龙）

定时踢毽子（限时一分钟，不限地点。负责人：孙秀娟）

短跑100米（取最快者。负责人：苗伟）

羽毛球（单打双打三局两胜制采用国标。负责人：陈娥、陈美玲）

比赛设特等奖、优秀奖、优秀运动员（限两名）

张玲袁睿戴永琴戴丽

奖状24张11x1.5 =16.5元1x13=13元

签字笔20支1x20=20元

笔记本（大）10x12=120元

笔记本（小）12x6=72元

绘画彩笔（大）1x9.5=9.5元

绘画彩笔（小）1x7=7元

合计:rmb258(贰佰伍拾捌元整)

裁判团组成:

裁判长：李龙韩琴

裁判员:家教部所有成员（根据需要临时分配）

1、裁判员必须本着公平、公正、公开的原则。尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2、比赛所需工具参赛选手自带或自借

3、遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，比赛日期另行通知

4、比赛时必须注意参赛选手安全，不得发生任何冲突。

5、所有限时项目均取最快（最多）

6、比赛所需笔、本子家教部成员自带

7、每一单项比赛需要一名负责人

8、组委会由家教部所有成员构成

9、其它所需物品家教部自备或自借

10、大会共十一个比赛项目，比赛项目不限人数，但参赛项目不得超过三项

航天学院青年志愿者协会

青年志愿者协会爱心

未尽事宜由大会组委会赛前商定

**趣味运动会策划书格式篇四**

活动口号：我运动，我团结，我环保！（只是我个人写的，可以根据情况来修改）构思：运动会首当其冲当然是运动了啦，然后无论是运动还是做事团结是必须得，而环保则体现了我们大庙山人的修养和素质。

一、活动目的：激发学生们的参与热情，使学生感到体育的快乐和魅力，从运动中了解集体的力量，也培养学生团结协作意识。

二、参与人员以及分配：（见下文）

三、时间：中午休息2个小时

地点：橘园洲中学的（具体地点如大操场要有广播）

四、活动流程安排（因为不知道几点开始所以大概写了下）

宣布规则和准备要先花5分钟

1、3分球投篮大赛（和备选项目1v1斗牛）35~40min开始时间：结束时间：

2、萝卜蹲20分钟开始时间：结束时间：

3、耳语传真20分钟开始时间：结束时间：

4、动作模仿20分钟开始时间：结束时间：

5、我爱环保20分钟开始时间：结束时间：

五、活动的具体内容

1、活动名称：3分球投篮大赛。用时：35分钟活动以男生为主。

a地点分为有4~6个篮球场进行。

b报名要求在进行项目前先进行广播，喜欢报名有意向的同学到（指定地点）填写报名表，然后进行分组，分为4~6组。

c具体内容与赛制每人有1分钟的时间进行投篮，踩到线进球无效。裁判由文体部的成员组成，每个人要事先准备有一个秒表，最后由每个小组的裁判取每组的第一名或第二名（这个根据具体时间来改时间）

以上用时25分钟

接下来是精彩部分

同样按以上的规则来进行活动，地点分为2个体育场进行决出4个选手。

最后决出123名

以上用时10~15分钟

d活动奖励：如证书、篮球、等等

e活动总结：活动优点观赏性强，提高同学的积极性

缺点缺少女生的参与

1、活动名称：1v1斗牛。

a地点分为有4~6个篮球场进行。用时：35分钟活动以男生为主。

b报名要求在进行项目前先进行广播，喜欢报名有意向的同学到（指定地点）填写报名表，然后进行分组，分为4~6组。

c具体内容与赛制（一下是根据我平时打球总结有待完善）

1、进攻方若是被防守方盖帽，抢断，将球拍出界，那么球权归防守方、

2、进攻方若投篮不进，球也归防守方（也就是没有篮板球）

3、一般来说，在进攻方进攻时，要将球传给防守方，然后防守方再把球传给你，以示礼貌（也是为了防止偷袭等一些不公平的手段）

以上用时25分钟

接下来是精彩部分

同样按以上的规则来进行活动，地点分为2个体育场进行决出4个选手。

最后决出123名

以上用时10~15分钟

d活动奖励：如证书、篮球、等等

e活动总结：活动优点观赏性强，提高同学的积极性

缺点缺少女生的参与

（以上大型的活动，下面是小型的而且比较有趣）

2、活动名称：萝卜蹲（就是快乐大本营常玩的那个）：。

a地点空旷的操场即可。总共用时：20分钟。

b报名要求随便名额不限，男女不限（主要是要拉动同学的积极性）

c具体内容与赛制：

就是好几个人，条件允许的话每个人头上顶一种蔬菜的图片，其中开始的人喊一种蔬菜名比如说萝卜蹲，那么顶萝卜的那位就蹲一下，正确的话顶萝卜的人接着喊另一种蔬菜名，相对应的那位蹲一下，以此类推，可以速度很快，直到出现错的为止，这时可以处罚，比如说唱歌什么的就随便了，可将同学分成四堆以上，每堆人手牵着手围成一圈，给每堆人以颜色或数字命名，任意指定一堆萝卜开始统一下蹲，同时还要念词，再指定别的萝卜堆做同样动作，目标要一致，依此类推但不能马上回指。

例加以说明。有红、白、黄、紫四堆萝卜，白萝卜先蹲，蹲的时候念\"白萝卜蹲，白萝卜蹲，白萝卜蹲完红萝卜蹲。\"念完后所有白萝卜手指一致指向红萝卜堆。红萝卜们马上要开始蹲且口中一样要念念有词，之后他们可以再指定下一个但不能是白萝卜。

d活动奖励：看你们文体部的情况来定，其实在处罚是大家能够开心就行了。

e活动总结：这个游戏比较好玩，应该会有男生和女生的参与。

3、活动名称：耳语传真。（构思也是来源于快乐大本营）

a地点空旷的操场即可。用时：20分钟。

b报名要求随便名额不限，男女不限（主要是要拉动同学的积极性）

c具体内容与赛制将人员分成两列，分别对头个同学说一句话，不让其他人听见，要求以做动作的形式来表达，以此类推其他的同学传给下一个同学，由列尾者报出结果，看两列队伍哪个正确率更高，以次结胜负。输的队伍要惩罚。

d活动奖励与惩罚：唱歌啊，跳舞啊，展现自己的才艺都行。

e活动总结：游戏快乐有趣，一定大家会喜欢

4、活动名称：动作模仿

a地点空旷的操场即可。用时：25分钟。

b报名要求随便名额不限，男女不限（主要是要拉动同学的积极性）

c具体内容与赛制：各队分别派代表表演，由另一队模仿，一个一个往下传，最后将表演者的表演与最后一个模仿者的动作进行比较。（武术、舞蹈、其他表演，30秒，每队各派出5人参加，第一个其他队员背过身去）

5、活动名称：我爱环保

a地点同学的活动区。用时：25分钟。

d活动内容：我发现每次运动会有些同学很不文明乱丢垃圾，因此可以通过广播来开展环

保教育，然后你们文体部的每个成员都要参加，走到一些不环保的不文明的地方来宣传环保的理念并且收集垃圾。

六活动所需道具

1、篮球4~6个、裁判4~6个、配秒表4~6个。

2、5种蔬菜的图片，但一定要有萝卜。裁判1个。

3、要有纸和笔用来写同学表演的内容、裁判1个。

4、热情就够了

5、每人一个垃圾袋和带有环保标语的牌子

6、医务箱

七、工作安排

每一项节目都要在半个小时前准备好，可以指定几个一个成员来做，还要安排一个后勤人员来处理特殊情况，全部工作在一天前就要准备好。

八、安全问题

到时候不一定有人受伤，安排一个人来处理医务箱，具体的可以去询问校医。

制作人：李文琪

高一三班

**趣味运动会策划书格式篇五**

为丰富教师课余文化生活，增强教师的身体素质和凝聚力，倡导“健康生活、快乐工作”的\'理念，院工会根据年初工作计划特举办20xx年教师趣味运动会。

20xx年11月15日下午1：30―5：00

学院本部操场

院工会会员

1、主办单位：院工会

2、成立运动会组委会：

顾问：

主任：

副主任：

成员：

3、工作职责：

（1）制定、审核运动会方案，决定有关事项，处理相关问题；

（2）协调运动会各项工作，组织工会会员积极报名参赛；

（3）检查督促各项工作开展情况，保证按时、按质开展工作，使运动会顺利进行。

2、11月15日下午2：00―2：40，集体比赛项目；

3、11月15日下午2：40―5：00，个人比赛项目；

4、如遇下雨，另行通知。

1、以分工会为单位组队参加比赛；

3、根据工会会员的年龄、性别分为四组：青年男子组（45岁以下，含45岁）、青年女子组（45岁以下，含45岁）、中年男子组（45岁以上）、中年女子组（45岁以上）。

（一）集体项目：

1、50米迎面抱球接力

地点：院本部足球场；

组队：每队16人，男队员8人，女队员8人；

规则：参赛队员双手抱两个排球迎面跑向队友，在指定地点将球交给下一位队友，待全部16人跑完，以先到达目的地为胜利。

2、10米立定跳远接力

地点：院本部足球场；

组队：每队10人，男队员5人，女队员5人；

规则：参赛队员手持接力棒立定跳远至对面指定地点，将接力棒交至下一位队友，待全部10人跳完，以先到达目的地为胜利。

（二）个人项目：

1、端球跑（中年男、女组，青年男、女组）

地点：院本部操场跑道；

规则：参赛队员将乒乓球平放于球拍上，从起点手持乒乓球拍跑到终点，时间最短者获胜。如中途掉球则需从起点重新开始。

2、篮球定点投篮（中年男、女组，青年男、女组）

地点：院本部篮球场；

规则：一分钟之内在定点位置投球，以进球数量确定比赛名次。

3、单人跳绳（中年男、女组，青年男、女组）

地点：院本部篮球场；

规则：双脚同时落地1分钟内计算跳绳总次数。

4、掷实心球（中年男、女组，青年男、女组）

地点：院本部操场；

规则：以掷球距离远近录取比赛名次。

5、引体向上（中、青年男组）

地点：院本部操场单杠训练场地；

规则：无时间限制，以连续做引体向上次数确定比赛成绩。

6、仰卧起坐（中、青年女组）

地点：院本部足球场；

规则：以一分钟做仰卧起坐数量确定名次。

1、取录名次：

（1）集体项目取前四名；

（2）个人项目取前六名（如果参赛人数不足6人减一取录）；

（3）所有参加者均发纪念奖。

2、奖励办法：

集体项目、个人项目、纪念奖均发给奖金。

1、比赛严禁年龄弄虚作假和冒名顶替，一经发现，取消名次；

3、未尽事宜，另行通知。

**趣味运动会策划书格式篇六**

活动背景：摇滚乐登陆中国大陆已有20余年，经历着坎坷并在此生根发芽，不断成长。

现下摇滚爱好者的数量与日俱增，随着越来越多的摇滚歌手的诞生、摇滚唱片的发行，更多的年轻人逐渐接受摇滚乐成为自己生活中的一部分。

二外作为一个外语院校，总能站在时代的浪尖，以最快的速度吸收外来的营养。

摇滚乐也毫无例外地成为了学校里少男少女的宠儿。

在校园里经常可以听到有人谈论重金属、英式、后朋克、复古摇滚乐等流行词汇。

然而没有交流的平台成为摇滚乐发展的障碍，摇滚爱好者不能互相沟通，无法更多地了解摇滚乐的精神。

摇滚乐成为了地下音乐，所有乐队和乐手们焦急地等待一个机会的到来…

在这个摇滚乐萌动的时期我们所有摇滚乐爱好者期待一场甘霖的到来。

而天天艺术所号召的正是我们想做的——让音乐之花在校园绽放。

社团联盟与乐队联合即刻行动起来，用最饱满的精神和最强大的阵容举办二外首届摇滚音乐节，迎接摇滚乐在二外的第一场生命的洗礼。

主办方简介：此次活动由学院社团联盟及本校乐队联合共同策划主办。

社团联盟自成立以来曾多次举办或承办校内大型文艺晚会及校外活动，组织经验丰富，人才众多，既有外联、文艺、宣传等职能部门，同时也是所有院级社团的领导组织机构，是二外学生活动的表率。

二外拥有多支乐队，就在校已知乐队而言，总数已超过10支，其中既有闻名全校的[理想国]乐队，也有初出茅庐的[candy&toys]乐队。

由各乐队代表组成的二外乐队联合以主办方的身份参与本次活动的策划及筹备，并组织校内乐队以及校外专业乐队进行演出。

活动内容：

主题：首届北京第二外国语学院摇滚音乐节

时间：初定于5月14日至17日之间，具体日期根据校外乐队情况待定。

地点：视听中心礼堂。

规模在500人以上，进行音乐演出效果最佳。

形式内容：全部以乐队形式进行演出，突出摇滚乐主题。

第一天由校内乐队出演，力求表现学生特色的音乐，其中穿插本校内知名歌手进行音乐互动活动及赞助方的宣传活动。

第二天由校外专业乐队出演，不做过多修饰，保持演出连贯性，力求带给大家纯粹的音乐享受，让大家感受真正摇滚乐的`魅力。

宣传工作：

(一)户外视觉宣传：

1.精致展板\*3(彩色)，标明活动主题、赞助方及主办方。

形式简单直接，配以醒目色彩，吸引群众注意。

放置于主楼大厅、食堂门口及中文楼大厅。

尺幅为1.5m\*1m。

时间为4月26日至4月30日及5月7日至5月15日即活动开始当天。

(如赞助商有需要可添加其标致)

2.宣传海报\*50(彩色)，标注活动时间及简单介绍内容，突出活动主题。

放置于学校海报栏、宿舍楼宣传栏、操场外围、小卖部、书报亭、水房及其他可张贴海报处。

尺幅为中小型。

时间为5月7日至5月16日即活动结束当天。

(如赞助商有需要可添加其标致)

3.条幅\*1，标注活动主题及副主题。

尺幅1.5m\*8m。

放置于视听中心礼堂门口，演出当晚置于厅内。

时间为5月7日至5月16日。

(如赞助商有需要可冠名)

(二)校内媒介宣传：

1.校广播台宣传：自5月7日至14日播放3次，用于宣传活动内容，引起群众注意，最后说明赞助商名称。

2.校内杂志宣传：隶属于社团联盟的文学社团春华秋实刊内制作活动专栏，向读者宣传此次活动同时讲解摇滚乐相关历史及知识，介绍即将演出的乐队概况。

(由于该刊物为校内刊，不能涉及商业行为，因此不能为赞助商提供除名称外过多宣传机会，请予以谅解)

(三)门票：制作小门票，于5月11日及12日两天发票。

门票只是宣传手段，即使未持有门票也可进场观看演出。

具体流程安排：

第一天(预计为5月15日周二)：

(一)12：00设备到场，14：00道具组安排布置会场，安装音响、调音师调试设备，乐队试音，安装灯光并调试，。

提早做准备，以求全力保证音响效果以及舞台效果。

(二)18：00所有工作组就位，包括导演组、道具组、演员组、18：30开始检票，观众进场。

(三)19：00介绍出场乐队以及赞助商，演出正式开始。

(四)20：10结束第一阶段演出，穿插进行音乐互动活动，由校内十佳歌手等客串嘉宾，与观众交流、介绍摇滚乐知识同时对赞助商进行鸣谢，活跃会场氛围。

为时15分钟左右。

之后音乐会继续进行。

(五)21：30演出结束。

主办方(包括社团联盟方面负责人及乐队联合方面负责人)感谢赞助商的支持，感谢校内乐队及到场校外嘉宾乐队，感谢学校媒体。

播放退场音乐。

(六)10：00之前所有设备全部卸下。

清扫卫生。

工作人员退场

第二天(预计为5月16日周三)：

(七)14：00道具组安排布置会场，安装音响、校外乐队试音，安装灯光并调试，调音师调试设备。

(八)18：00所有工作组就位，包括导演组、道具组、演员组、18：30观众进场。

(九)19：00介绍出场乐队以及赞助商，演出正式开始。

(十)20：10结束第一阶段演出，场内放轻音乐舒缓观众情绪，乐队休息。

为时6分钟左右，之后音乐会继续进行。

(十一)21：30演出结束。

主办方(包括社团联盟方面负责人及乐队联合方面负责人)为本次音乐节活动做简短总结，并感谢赞助商的支持，感谢校外专业乐队及校外嘉宾乐队，感谢学校媒体。

播放退场音乐，二外摇滚音乐节活动到此落下帷幕。

其他事项：

1.关于前期：此次音乐节的筹划工作由社团联盟文艺部及乐队联合负责人共同制作，社联方面以宣传、布置晚会为主，乐联以联系乐队编排节目为主。

目前已经确定下来场地和宣传工作的各细节，如会场工作人员安排、会场布置、宣传工作人员安排、宣传内容、广播稿，确定下校内可参加演出的各乐队及演出曲目，部分校外专业乐队及其演出曲目。

2.关于演出：此次音乐节定在视听中心礼堂，为室内环境，不受天气等因素影响，同时声音传播效果也有相对保障。

参与会场安排的工作人员都是属于正规校级部门，有能力及经验处理基本的突发情况或不良状态等。

演出致力于音乐表现方面，除开场报幕、过场调节、为赞助商宣传等必要环节外不做其他与音乐无关活动，例如发奖做游戏等。

3.关于设备：目前和一家认识的设备租赁有联系，质量高价格低，如果音乐节可以如期举行将能够以以下设备进行演出：laney65w吉他专用音箱\*2，100w贝斯专用音箱\*1，一套tama鼓，反馈音箱\*3(1个给鼓，两个给前台乐手)，台口音箱\*4总计500w，一个调音台，并请调音师。

10个麦克风，4个给鼓，3个给前台乐手，3个做备用拾音话筒，连接线若干。

4.关于组织者：如对活动有疑问可联系以下组织者：郎子隆(13691551992)，负责有关赞助事宜及协调各部门工作。

社联方面于博(13581732208)，负责晚会现场和宣传工作。

乐联方面郑磊(13811226851)，负责所有演出乐队和设备。

预算：

名称

项目

预算额

备注

设备

guitar音箱\*2

总计3000

设备选择经反复定夺，既保证演员要求的质量也考虑到资金情况。

和老板认识，所有设备不以单价计算，同等设备预计比市场价格低1000元左右，且包括调音师在内。

**趣味运动会策划书格式篇七**

为了在我中心深入开展体育活动号召广：大同学们积极参加运动，宣传全民健身。在校园形成热爱体育、崇尚运动的风气，不断提高我院学生的身体素质和意志品质，培养同学们的集体荣誉感以及团体协作能力，展现当代大学生青春活力和积极向上的精神风貌，共同构建和谐校园。并以此办成具有特色的属于的活动。

二．活动目的

为了增进中心每个部门，每个同学的凝聚力，人际交往能力，团队合作能力，让大家能够从课外的体育活动中获得更多的友谊，给业余生活添加更多的快乐，让每个人都融入到管院这个大家庭。通过一些游戏，是大家拥有的不只是学习和生活中的一些辛苦，还能得到全方面的发展，使自己更加开朗。也并不是一味的欢乐游戏，二十从中更加学会与人相处，从游戏中我们收获的不只是快乐而已，还有一些精神层面上的体会，以此来丰富大家。

三．活动主题

发扬团队精神，增进组织凝聚力，体会集体力量。

四．参赛对象

江苏大学勤工助学全部人员

五．活动时间

20xx年3月29日

六．活动地点

西山操场

七．参赛形式

1. 以部门为单位按每个比赛所需人数组成参赛队伍，并选出本部门队伍负责人一名。

2.各部门负责人上交报名表，并抽签决定比赛出场顺序。

3. 参赛运动员无故迟到10分钟以上或比赛缺席，视为弃权，将扣适当的团队总分。

八．活动形式

主要为部门积分赛和趣味接力赛，各活动按照原先报名人员开始比赛，采用计时的形式。

九．活动方案

（一）部门积分赛

1. 盛水接力比赛方法

跑道前方设置一个水盆，起点外设置一个大塑料瓶，比赛开始时，参赛选手持水瓶到水盆内盛水后返回倒入大塑料瓶，直到大塑料瓶盛满水为止，用时短者获胜。

2. 男女混合羽毛球

各部门男女一组，采用抽签方式决定比赛顺序，以11分制，如果双方打成10比10，一方需超过对手2分才算获胜，以三局两胜。

3. 毽球

一名同学站在指定线外踢毽球，另一名同学用盆接住。两人相距3.5米，只能在指定圈内接球，不得出圈，违规接球将不计入总数。规定时间内，接到的有效毽球数量最多则为获胜。（每部门两人）

（二）趣味接力赛

1. 转晕跳绳

一名队员在起点先转圈10圈，然后拿起绳子向前跳30米，完成第一阶段比赛，以击掌形式向下一名队员接力。

2. 企鹅漫步

此阶段由一名队员完成，需要两腿两手臂夹住三个排球，以类似企鹅的姿势 行走，运送过程中排球若不小心掉落，则需要捡起球在掉落点继续行走。需 前进20米。

3. 仙人指路

赛道长20米，其中路设置气球障碍物，一名同学蒙眼背过另一名同学（负 责指路）前进，按到终点顺序进行排名。

4. 与前一阶段队员完成接力后，一名队员用羽毛球拍拨动篮球向前滚动3米，完成趣味接力比赛。由裁判计时，得出排名。

十．评奖方式

1. 每场比赛第一名得5分，第二名得3分，第二名得2分，第四名得1分， 其余部门不得分。

2. 积分最高的部门取前三名颁发奖状。

3. 根据各部门参与活动得热情和积极程度，评选出一名“优秀活动组织奖”， 以此鼓励各部门同学。

十一．备选方案

1.若因天气原因，比赛不能进行，则比赛时间推迟，具体时间确定后通知 各班负责人。

2.若比赛人员缺席，则缺席的比赛项目视为弃权。应扣适当的团队总分。

十二．活动预算

江苏大学

勤工助学服务中心 二〇一六年二月

**趣味运动会策划书格式篇八**

快乐运动 健康工作

为提高全体机关干部团体协作能力，体验运动乐趣，增强健身意识，营造“比健康、比工作、比效率”的浓厚氛围。

xx年x 月x日

大院院内

全体机关干部

(一)团体项目：

1、背夹球接力 比赛道具：气球

比赛方法：以代表团为单位组成参赛组;每代表团出2组(4人)进行比赛;比赛开始时各组在起点处站成一路纵队，每组队员背对背，两人手臂相挽，将球夹在两人的后背之间。裁判发令后，第一组队员出发，到终点处时，将球传给第二组，第二组以如此的形式出发。第三、四组以此类推。第四组先到终点的代表团为胜。

注意事项：交接过程中如果球掉落，必须由掉球人将球捡起。如果行进中掉球，正在比赛的两名队员均可捡球，但必须回到掉球处继续前进。

2、三人四足： 比赛道具：绳子

起来，再把第二个人的右脚和第三个人的左脚绑起来，比赛开始，第一组3人从起点向终点跑去，达到终点后第二组以如此的形式出发。第二组最先到达终点的代表队为胜。

注意事项：绑腿位置为小腿中部;比赛过程中中途有人的绑腿绳子松开，其余人必须在原地等待绑好后重新站定，方能开始继续前进;三人都过终点，计时结束，以耗时最少为胜方。

3、齐心协力

比赛道具：呼啦圈、气球

比赛方法：以代表团为单位组成参赛组;每代表团出1组(2人)进行比赛;比赛开始后，第一组两人绑腿后抱球套在呼拉圈内，从起点跑向终点，到达终点后第二组以如此的形式出发。第二组最先到达终点的代表队为胜。

注意事项：如果交接球过程中球掉落，必须由掉球人将球捡起。如果行进中掉球，正在比赛的两名队员均可捡球，但必须回到掉球处继续前进。

4、心有灵犀 比赛道具：题词卡

比赛方法：以代表团为单位组成参赛组;每代表团出1组(2人)进行比赛;每组5个成语或词语，游戏开始表演的一组两人先要面对面(一人表演动作，一人猜测)，然后由工作人员把需猜测的成语或词语举在猜测人背后，让表演动作者做给猜测者看，当表演者表演完，猜测者能猜出表演者所做动作的成语或词语时，就算过关。两组猜出词语最多且用时最少的代表团获胜。

注意事项：动作者可以用语言来解释，但不能说出成语或词语中

的字。

5、跳大绳 比赛道具：跳 绳

比赛方法：以代表团为单位组成参赛组;每代表团限报10人,男女不限，其中2名为摇绳队员，上场跳绳队员为8名。

注意事项：限时5分钟，跳绳过程中出现失误者退出比赛。其他队员继续跳绳，跳绳时间最长，剩余队员最多代表团为胜。

6、拔河

比赛道具：拔河绳

比赛方法：以代表团为单位组成参赛组;每个代表团限报10人，女同志不得低于2名。比赛采用三局两胜制。

注意事项：要求参赛队员空手，不准戴手套;出现下列情况判对方获胜：(1)某队队员任何一只脚踩出边线时;(2)某队队员手超过限制标志握绳时;(3)该队在比赛中人数超出规定时(运动员总数多出规定人数和女运动员少于规定人数);(4)本方非参赛队员在比赛中接触拔河绳或参赛运动员身体任何部位时;(5)比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳。

(二)个人项目

1、托球跑

比赛道具：乒乓球、球拍

比赛方法：比赛开始，参赛者单手用乒乓球拍托着乒乓球，从起点出发3分钟内运球最多者为胜。

注意事项：行进过程中，不得用身体的任何地方触碰球拍上的乒乓球，违者重回起点;比赛途中，不得以自己的球拍干扰对方队员;比赛过程中，球掉于地上，需返回起点重新开始。

2、踩气球 比赛道具：气球

比赛方法：每个人的脚上绑上一(两)个气球，比赛开始后，每个人一方面去踩破他人的气球，同时必须保持自己的气球不被踩爆。剩余气球最多者胜出。

注意事项：女同志不得穿高跟鞋;比赛过程中只许踩球不得踢球。

1、每代表团选出两名裁判。

2、活动准备：团委

3、活动宣传报道：宣传室

1、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2、裁判必须做到公平、公正、公开。

3、各位参赛选手比赛前熟悉比赛规则及流程。

4、请保持赛场卫生。

5、望各代表团积极组织本代表团参加比赛，文明比赛，文明助威，充分展现各代表团风采。

6、与不可抗因素，比赛时间另行通知。

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