

# 高校教师趣味运动会活动方案(通用5篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。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。

## 高校教师趣味运动会活动方案篇一

为了发扬团队精神，共建快乐、和谐校园，我校将举行“庆五一”教师趣味运动会。

时间：4月日(五一假前天，半天时间。天雨另行通知。)

- 1、抽签分为4队abcd各队小队长也在抽签中产生，负责各队的组织练习和报名工作。
- 2、体育老师为各队的技术指导。
- 3、参赛教师名单及项目请各队小队长于4月15日周五下午前上报工会(电子表格)。

### 1、“8”字跳长绳

每队8人。2人摇绳，6人跳“8”字长绳。3分钟时间，次数多为胜abcd队按顺序依次进行。

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。名次出现并列，取后退名次分数。

比赛时间：13点整

比赛地点：实验楼前的水泥地。

比赛裁判：各队没有轮到比赛的队长计数，体育老师计时。

赛后休息10分钟

## 2、搬运球接力。

比赛方法：每队6人，男女不限，成纵队站立起点线后。比赛开始，排头以最大限度拿起多个球，依次跨过两个小栏架，跑到终点，放下球后跑回，拍第二人的肩膀，第二人抱球跑出，游戏依次进行。3分钟时间，球的个数多为胜□abcd队按顺序依次进行。

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。名次出现并列，取后退名次分数。

比赛要求：1、球掉地上不算个数。

2、按排队顺序依次搬球接力，否则犯规取消该项目分数。

3、拍到肩膀后才能跑出，否则犯规取消该项目分数。

比赛时间：13点40分

比赛地点：二号篮球场横线距离。

比赛裁判：各队没有轮到比赛的队长检查人数，体育老师发令和计时。

## 3、你投我接。

参赛队员6人，2人一组。相距2.5米，一人投乒乓球，一人用纸篓接。30秒时间，一队3组人乒乓球总个数多为胜□abcd队每队3组同时进行。

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。

比赛时间：14点10分

比赛地点：实验楼前的水泥地。

比赛裁判：各队没有轮到比赛的队长数球的个数，站终点接球处。体育老师计时站起点投球处。

赛后休息10分钟过

#### 4、拔河

每队11人，男女不限。

比赛方法和比赛顺序：比赛采用三局两胜制。首先a队和b比赛，然后c队和d队比赛□ab队赢的再和cd队赢的比出第一、二名□ab队输的和cd队输的再比出第三、四名。

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。

比赛时间：14点40分

比赛地点：实验楼前的水泥地。

比赛裁判：各队没有轮到比赛的队长和体育老师。

集体总分评出一、二、三、四名。

第一名：奖励

第二名：奖励

第三名：奖励

第四名：奖励

## 高校教师趣味运动会活动方案篇二

### 一、指导思想

为活跃教职工生活，更好地开展“健康生活 快乐工作”活动，丰富全体教职工的业余生活，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“教工趣味运动会”。本次趣味运动会共设置了5个趣味竞赛项目，活动方案如下：

### 二、活动主题

快乐健身，全员参与

### 三、人员分工

#### 1. 领导小组：

组长：付永飞

副组长：钟金申

2. 裁判：叶珈嫚 蓝林俊 黄维祥 郑奕

3. 器材负责：桑亦宁

4. 摄影：武乐群

5. 后勤：曾忠明

6. 计时员：罗官银

四、活动地点：

联城小学操场

五、参加对象：

联城小学全体教师

六、活动时间：

2015年11月1日下午

七、比赛方式：

全校教师分为分成6个大组，以大组为单位，参加相应的比赛项目，每个项目设6个等次，分别从高分到低分是10、9、8、7、6、5分，计项目总分胜出为第一名，然后依次排列。

八、比赛项目：

（一）东奔西走找朋友

每位成员抽签到一张挂历年画的小纸片，东奔西走去组合成一张大张的、完整的挂历，分别组成一张大挂历年画的成员为一个团队，用时少的团队获胜，依次排列。

（二）各具特色抱成团

此项不计分，每个团队要求选出团长，定出本团具有特色的队名和响亮的队的呼号，并在全体教职工面前团体展示。

（三）争分夺秒收种忙

1. 比赛方法：参赛队每队8人，分两队每队4人对面站立，中间相隔距离18米，听令声第一个运动员手持装有5个球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的5个杯中，跑至对面终点后将盘子交与对面一个运动员，运动员接过盘子依次将球捡起并放进盘中，跑至对面交给下一个运动员，依次进行，直至最后一人跑完全程比赛结束。记时决定胜负。

2. 比赛要求：去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。如有中途掉球，由掉球人自行捡起再从掉球处继续。

#### （四）齐心协力滚雪球

比赛方法：

1. 参赛队每队选8人，每队中再分成2小队相距30米进行比赛。一小队站在起点，发令后，各队第一位迅速向前跑去，跑到终点绕回来在起点与第二为选手手拉手一起跑，跑到终点再绕回来一起拉第三为选手一起跑依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2. 跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

3. 跑动中必须拉手中的全部选手到达终点才算完成任务。

4. 完成任务用时时间少的团队获胜。

#### （五）“心心相印搬运工”

比赛规则：

2. 本比赛以用时长短为单项评比依据，比赛用时少的团队获胜。

#### （六）目标一致抛绣球

1. 准 备：提供3个小筐（小筐包装的漂亮一点），60个沙包

1. 人员安排：每组选8人参赛，其中裁判记录完成时间、完成质量和人员配合情况，并给各组打分。 2. 赛程安排：

各组根据所给的等量面皮和水饺馅在5分钟内包出尽量多的符合要求的水饺，符合标准的饺子数多者团队获胜。 3. 质量要求：

每个饺子规格统一，花纹清晰，收口完整，无脱底，破裂等现象，馅心饱满，边窄肚圆，无双边，挺实，美观并整齐，规则摆放；

九、 注意事项：

团队设一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。获奖的团队给予相应的物质奖励。

2015年宁化县青少年宫迎新教师趣味运动会

一、 活动目的：

为了活跃教学氛围，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经研究决定，在2015年元月3日由青少年宫举办教师趣味运动会。

二、 活动时间：2015年元月3日（星期六）上午8：30

三、 活动地点：青少年宫（宁化县客属中心四楼）

四、 参加人员：全体教师和青少年宫人员

五、 活动项目：二人三足、跳绳、双腿夹球, 袋鼠跳

六、 活动形式：以个人为单位报名，每人报两项。

七、 活动规则：

## 1、二人三足（两人一队，三对为一组取第一名）

两人组成一组(男女各一人)，赛前每组两位老师各一条腿用两条带子捆-绑在一起(捆在踝关节部位和小腿靠近膝关节部位，捆牢)。站立式起跑，两人同时起跑，以两人躯干到达终点线后沿垂直面，方为到达终点。按时间少者为胜。

## 2、跳绳（3人一组，取第一名）

一分钟内跳绳总次数为个人最后成绩，数目多者为胜。跳绳过程中可以停顿。

## 3、双腿夹球（3人一组，取第一名）

至身体两侧，不可用手扶球。

## 4、袋鼠跳（3人一组，取第一名）

听到开始后开始穿，双腿进入麻袋内用双手拉起袋口，穿好后开始向终点行进(走、跑、跳等各种行进方式不限)，时间最短者为胜。双腿必须套入麻袋内，双手必须拉住麻袋口，中途若脱手必须原地拉起麻袋口才能继续行进。

八、奖项设置：取每组第一名获奖。

宁化县青少年宫

2015年12月20日

二、比赛分组□a组（一年级段□b组（二年级段）

三、参赛对象：全校教职工

四、活动形式及要求：

2. 获得单项比赛项目优胜的队记一分，采用三局两胜制，优胜队获得一等奖，另外一对获得二等奖。

## 五、活动形式：

1、以小组为单位参加比赛，每位教职工至少参加单项项目中的一个项目，集体项目除外。

2□a组负责人吴伟副校长负责比赛人员安排及报名工作□b组钟林通校长负责。

3、每位队员在比赛前，在所有单项项目中以临时抽签决定至少选择一个项目，并且是，参加比赛。

2、日前请各位教职工到组长处报名，以便各组安排人员。如个别老师确有特殊情况不能参加活动的，请提前向工会组长请假。

五、比赛项目：心心相应（两人拥抱夹气球）每队4名队员，2人以合作组。比赛开始，第一合作组，两人面对共同拥抱一只气球，边跑边向前行进，绕过终点，返回起点两人用力将气球夹爆。接着有第二合作组继续比赛，第二合作组最先返回起点，并最先夹爆气球的队获胜。

## 2. 赶篮球接力跑（王玉坤）

十人九足：以系别为单位,共七个队伍。每队十人,五男五女叉排成一横排，相邻的人把腿系在一起，一起跑向终点，用时最短的胜出。分成三组进行比赛，抽签决定比赛次序。

袋鼠跳：布袋若干。每组所用布袋均为同一规格，用明显的标记划出各队的起跑线和跑道线□a□b两队起跑线间距离30米，每条跑道宽1.2米。

规则：

每组比赛四队参加，每队10人，全部由男生组成。每支队伍平均分为2个小队记为a□b□相向各排成一纵队。比赛开始前，每组a队的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向b队前进，中途布袋不得脱离双腿，至b队时脱去布袋，由b队队员套上布袋向a队前进，如上述循环直至最后一名队员。

比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，以用时较短的`次序排出前三支队伍。

开火车：参加游戏者6人一组，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩形成小火车，最后一名同学也要单脚跳步前进，不能双脚着地。场地上划好起跑线和终点线，其距离为30米（以一篮球场宽为准，来回），游戏开始时，各队从起跑线出发，跳步前进，绕过障碍物回到起点，最先到达起点的为胜。按时间记名次，按名次记分。

规则：（1）游戏过程中队员必须跳步前进，不允许松手（一直保持抬起前边的人的左腿），以防止出现断裂现象，队伍断裂必须重新组织好，从起点重新开始游戏。如果不重新组织，继续前进，则成绩视为无效，记为0分；（2）以各队最后一名同学通过终点线为准；（3）比赛过程中，参赛队必须在规定的赛道进行比赛，不许乱道，犯规一次扣时2秒，依次累加。

珠行千里：整个团队每个队员手拿一根半圆形的球槽，将球连续传动（滚动）到下一个队员的球槽中，并迅速地排到队伍的末端，继续传送前方队员传来的球，直到球安全的到达指定的目的地为止。

## 六、报名方法：

1. 个人参赛方法：由组委会统一制定发放参赛券，每位教职员工凭两张参赛券在规定时间内可任意游玩两项指定个人比赛项目。
2. 团体参赛方法：由组委会统一发报名表模板给各学部部门，各学部相关负责人将本部门教职工都通知到后进行报名，将组别分清认真填写并校对，一旦交给组委会不得增加和修改，在比赛过程中如有将组别写错被查到，将取消比赛成绩，不得补赛。

## 七、奖励方法：

1. 个人项目按成绩先后录取分别颁发一、二、三等奖，每组别一等奖2名，二等奖4名，三等奖5名。
2. 团体比赛取前三名发一、二、三等奖，名单由各学部负责人提供。
3. 凡报名参赛者获等级奖的，可重复领取；未获等级奖的，均发纪念奖一份。

## 八、备注：

1. 所有教职工必须在指定时间和地点比赛，迟到作弃权处理。
2. 参赛券转让给他人或代赛者取消个人成绩，只发纪念奖。
3. 所有的裁判员由组委会统一安排执行，裁判员要本着公平、公正、公开的态度去工作，让教职工在愉悦、和谐的氛围中参与比赛。
4. 本竞赛规程最终解释权归大会组委会。

校工会

活动方案

主办方：都匀市凯口中学 承办方：凯口中学综合组

## 一、竞赛宗旨

为迎接第29个教师节的到来，我院举办教师节“小型趣味运动会”。活动的目的在于庆祝教师节，同时舒展心情、陶冶情操、熔炼团队，利用各种趣味活动，让参加活动的师生在愉快的氛围中度过一个特别的教师节。

## 二、活动主题

团结、友爱、合作、拼搏

## 三、活动时间

2012年9月10日 下午：13:30

## 四、活动地点

体育场

## 五、活动项目

项目包括：1：袋鼠跳、2：双龙戏珠、3：企鹅漫步、4：踩气球比赛 5：齐心协力（拔河）。

六、录取名次：每个项目取前三名进行奖励，一等奖1组，二等奖1组，三等奖1组。

## 七、活动项目及规则

## 袋鼠跳

参赛者：每组8人（五男三女、含班主任）

裁判员：发令1人、计时计分裁判4人。

比赛器材：麻袋4条、哨子一个、秒表4个。

规则：参赛队员成一路纵队站在起跳线后。比赛开始，第一人站在跳袋内，手提跳袋的带子向前跳出，绕过标志物返回并将跳袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

要求：(1)必须绕过标志物。(2)必须在起跑线后交接。(3)队员若摔倒必须在原地起来，重新再跳。

## 双龙戏珠

参赛者：（每组8五男三女）以部门、班级为单位。

裁判员：发令1人、裁判3人

比赛器材：排球10个

规则：2人为一小组，5小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住1个篮球，从起点出发绕过终点的标志物回到起点，然后把球传给下一组的队员，5小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规。

## 企鹅漫步

参赛人员：（学生每班1人、教师报名人数不限）

裁判员：发令员1人、计时计分员3人。

比赛器材：排球9个

参赛者三人一组需两腿、两手臂夹3个排球，呈企鹅状在跑道上规定起点、终点间行走，球掉下需夹起球，在掉球的位置继续。

踩气球比赛：

每班男女各一名队员参加，教师组也一样，每组教师每次派三位教师参赛。比赛规则：在规定的圆圈内参赛队员每人每支腿绑定2只气球共4只，在一分钟内大家相互攻击踩他人脚上的气球。一分钟结束后谁的气球多为胜。

齐心协力（拔河）

参赛人员：以部门、班级为单位参赛（班级含班主任1人）

裁判员：发令1人，记录2人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛规则：

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 比赛分组及比赛首场的站位选择由各组组长抽签决定。
3. 淘汰赛：每组抽签分成a.b组，a组，b组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

注意事项

- 一、全体参赛人员要遵守大会规定，服从大会统一指挥。

二、各班级组织好本班人员和啦啦队，在指定的地点准备。如有问题及时向大

会组委会提出，组委会将进行妥善协调、安排。

三、参赛人员必须在比赛前10钟到检录处报到。点名不到者以弃权论。

四、运动会期间各班级参赛人员必须在场，组委会随时清点各参赛队人数。

五、请各班级同学保持场地清洁，离场前务必打扫干净班级区域卫生。

六、各参赛队负责人做好安全措施，保证各参赛人员在比赛期间的安全。

七、大赛最终解释权归综合组。

组委会名单

总指挥：罗元江

总裁判长：刘勇

检录处：赵庆平

物料：总务处

项目裁判长：项目一：袋鼠跳

主裁：孟吉 记录员：张天祥

项目二：双龙戏珠：

主裁：罗宗军 记录员： 计时员：

项目三：企鹅漫步：

主裁：陆化林 记录员： 计时员：

项目四：踩气球：

主裁：刘勇 记录员： 计时员：

项目五：齐心协力（拔河）

主裁：罗亮 记录员： 计时员：

活动流程

## 高校教师趣味运动会活动方案篇三

为丰富我园全体教职工的业余文化生活，全面提升广大教工的  
幸福指数，增强教职工的身体素质，推进教职工全民健身  
运动的深入开展，园党支部、工会、团支部举办本次教职工  
趣味运动会。

x市幼儿园全体教职工

党支部、工会、团支部

(一)组委会成员：

组长□x

成员□x

(二)时间□20xx年5月5日上午8：30分开始

(三)地点：塑胶操场

(四)主持□x

幼儿园全体人员划分为六支队伍，分别为行政队、后勤队、大班队、中班队、小班队和分园队，每队由一名队长带队参加。原则上每人应至少参加两项比赛。

1. 各队准时组织职工参加。
2. 各队入场后集中就座，自觉遵守会场秩序。
3. 比赛开始后可自由走动，但不能大声喧哗。

1. 园领导讲话，宣布比赛开始。

2. 进行个人项目比赛。

3. 集体项目预决赛。

4. 宣布团体比赛成绩。

5. 颁发个人项目奖品。

6. 集中会餐。

1. 车轮滚滚(个人项目)

负责人□x

使用标准轿车轮胎，从起点开始队员听到发令后，推轮胎出发到终点，绕过障碍物返回起点，用时最少者胜出。

每组取一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 2. 自行车慢骑(个人项目)

负责人□x

参赛选手骑自行车从起点出发，慢骑到终点，用时最长者获胜。起点、终点均以前轮为准，比赛时双脚不得踩踏除踏板以外任何位置，运动员身体任何部位接触地面即淘汰出局，车轮不得压左右边线，违者淘汰出局；因他人原因导致落地者，经裁判核准后可以重新比赛。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 3. 加油站(个人项目)

负责人□x

听到发令后，舀一碗水，单手持碗(另一只手不得罩住碗口)，跑向终点，将水倒入饮料瓶里，返回起点继续运水，规定时间内，运水最多者胜出。奖项设立：

每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 4. 袋鼠跳(个人项目)

负责人□x

听到发令后，迅速将双脚套进(标准的)麻袋里向前跳跃到终点，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 5. 端球跑(个人项目)

负责人□x

听到发令后，手执平盘端乒乓球跑到终点，如果乒乓球掉地，需捡起球从起点重新跑，速度最快者胜出。

奖项设立：

中年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

青年组：每组一等奖1个，二等奖1个，三等奖2个。

## 6. 三人四足(集体项目)

负责人□x

(1)以班级为单位进行，行政、后勤人员自由结组

(2)规则：三人并肩站立，内侧的小腿用小布条捆住，形成三人四足，听到发令后向终点出发；布条必须捆在小腿上，不得高于膝盖，并捆紧，如中途松开需系好再前进；中途若有人摔倒，应立即停下来，等重新准备好再前进。最先到达终点者胜出。

奖项设立：

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。(各3人)

## 7. 蜈蚣赛跑(集体项目)

负责人□x

(1) 每组6人参赛。

(2) 赛程50米。

(3) 比赛规则：6人站一竖排，两根竹竿，左右手齐拿，

行进过程中，不许松手，不许掉队，必须6人一竖排，不许分为两排，如有一人松手或掉队，即为违规。

奖项设立：

一等奖1个，二等奖1个，三等奖1个。（各6人）

趣味运动相关

## 高校教师趣味运动会活动方案篇四

20xx年12月17日

1、小学甲组：18个班级及以上的各所小学；

2、小学乙组、幼儿园组：18个班级以下的各所小学及公办幼儿园；

3、初中组：各初中学校；

4、高中、直属单位组：各高中学校, 直属单位。

1. 趣味投篮接力比赛；

2. 跳绳、踢毽子接力比赛；

3. 排球空中飞；

4. 手足情深接力比赛；

5. 消防接力比赛。

1. 各运动员的参赛报名，由运动员所属单位工会负责；参赛人数按各单项比赛规则执行；

2. 一名运动员限报参加两个项目的比赛；

3. 消防接力比赛项目必须有一位校级领导参加；

4. 消防接力比赛必须参加，其他四个单项中选报三个项目参加比赛。

运动员代表资格以人事从属关系或劳动关系为依据，运动员必须是教育系统身体健康的教职工。

1. 各项比赛均按各单项比赛规则执行；

2. 比赛按比赛项目顺序进行；

3. 道次由组委会编排或抽签决定。

2. 参赛队数不足录取数时，按实际参赛队数录取名次，名次计分值不变；

3. 团体总分各取八名，参赛队数不足8名时，按实际参赛队数录取名次；

4. 团体总分名次的统计办法按各单位所有单项比赛名次得分的累计总和计算，得分总和多者名次列前，得分总和相等，以单项第一名名次多者列前，以此类推。

1. 各单位需报领队、教练员各一名；

2. 报名表一律按规定格式填写内容(打印)，并经代表队所属单位审查加盖公章方为有效。报名表一经报出，不得更改。逾期报名视为自动放弃。

3. 各单位于12月1日前将报名表报龙湾区教育工会，同时报送电子文本。

## 高校教师趣味运动会活动方案篇五

### 一、指导思想

为活跃教职工生活，更好地开展“健康生活 快乐工作”活动，丰富全体教职工的业余生活，增强教职工体质，培养学校教职工团队意识和合作交流能力，我校工会特举办“教工趣味运动会”。本次趣味运动会共设置了5个趣味竞赛项目，活动方案如下：

### 二、活动主题

快乐健身，全员参与

### 三、人员分工

#### 1. 领导小组：

组长：付永飞

副组长：钟金申

2. 裁判：叶珈嫒 蓝林俊 黄维祥 郑奕

3. 器材负责：桑亦宁

4. 摄影：武乐群

5. 后勤： 曾忠明

6. 计时员： 罗官银

四、活动地点：

联城小学操场

五、参加对象：

联城小学全体教师

六、活动时间：

2015年11月1日下午

七、比赛方式：

全校教师分为分成6个大组，以大组为单位，参加相应的比赛项目，每个项目设6个等次，分别从高分到低分是10、9、8、7、6、5分，计项目总分胜出为第一名，然后依次排列。

八、比赛项目：

（一）东奔西走找朋友

每位成员抽签到一张挂历年画的小纸片，东奔西走去组合成一张大张的、完整的挂历，分别组成一张大挂历年画的成员为一个团队，用时少的团队获胜，依次排列。

（二）各具特色抱成团

此项不计分，每个团队要求选出团长，定出本团具有特色的队名和响亮的队的呼号，并在全体教职工面前团体展示。

### （三）争分夺秒收种忙

1. 比赛方法：参赛队每队8人，分两队每队4人对面站立，中间相隔距离18米，听令声第一个运动员手持装有5个球的盘子起跑，依次将球放进沿途设置的5个杯中，跑至对面终点后将盘子交与对面一个运动员，运动员接过盘子依次将球捡起并放进盘中，跑至对面交给下一个运动员，依次进行，直至最后一人跑完全程比赛结束。记时决定胜负。

2. 比赛要求：去时必须把球种进杯中，回时收起。违者为犯规，不记成绩。如有中途掉球，由掉球人自行捡起再从掉球处继续。

### （四）齐心协力滚雪球

比赛方法：

1. 参赛队每队选8人，每队中再分成2小队相距30米进行比赛。一小队站在起点，发令后，各队第一位迅速向前跑去，跑到终点绕回来在起点与第二为选手手拉手一起跑，跑到终点再绕回来一起拉第三为选手一起跑依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2. 跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

3. 跑动中必须拉手中的全部选手到达终点才算完成任务。

4. 完成任务用时时间少的团队获胜。

### （五）“心心相印搬运工”

比赛规则：

2. 本比赛以用时长短为单项评比依据，比赛用时少的团队获胜。

## （六）目标一致抛绣球

1. 准 备：提供3个小筐（小筐包装的漂亮一点），60个沙包

1. 人员安排：每组选8人参赛，其中裁判记录完成时间、完成质量和人员配合情况，并给各组打分。 2. 赛程安排：

各组根据所给的'等量面皮和水饺馅在5分钟内包出尽量多的符合要求的水饺，符合标准的饺子数多者团队获胜。 3. 质量要求：

每个饺子规格统一，花纹清晰，收口完整，无脱底，破裂等现象，馅料饱满，边窄肚圆，无双边，挺实，美观并整齐，规则摆放；

九、 注意事项：

团队设一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。获奖的团队给予相应的物质奖励。

## 2015年宁化县青少年宫迎新教师趣味运动会

一、活动目的：

为了活跃教学氛围，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经研究决定，在2015年元月3日由青少年宫举办教师趣味运动会。

二、活动时间：2015年元月3日（星期六）上午8：30

三、活动地点：青少年宫（宁化县客属中心四楼）

四、参加人员：全体教师和青少年宫人员

五、活动项目：二人三足、跳绳、双腿夹球,袋鼠跳

六、活动形式：以个人为单位报名，每人报两项。

## 七、活动规则：

### 1、二人三足（两人一队，三对为一组取第一名）

两人组成一组(男女各一人)，赛前每组两位老师各一条腿用两条带子捆-绑在一起(捆在踝关节部位和小腿靠近膝关节部位，捆牢)。站立式起跑，两人同时起跑，以两人躯干到达终点线后沿垂直面，方为到达终点。按时间少者为胜。

### 2、跳绳（3人一组，取第一名）

一分钟内跳绳总次数为个人最后成绩，数目多者为胜。跳绳过程中可以停顿。

### 3、双腿夹球（3人一组，取第一名）

至身体两侧，不可用手扶球。

### 4、袋鼠跳（3人一组，取第一名）

听到开始后开始穿，双腿进入麻袋内用双手拉起袋口，穿好后开始向终点行进(走、跑、跳等各种行进方式不限)，时间最短者为胜。双腿必须套入麻袋内，双手必须拉住麻袋口，中途若脱手必须原地拉起麻袋口才能继续行进。

## 八、奖项设置：取每组第一名获奖。

宁化县青少年宫

2015年12月20日

策划人：韩毓婕

“迎中秋”教师秋季趣味运动会方案

## 一、活动宗旨：

中秋节是我国仅次于春节的第二大传统节日，为庆祝中秋节的到来也为了教职工增进友谊，凝聚合力，提升教师在园归属感及幸福指数并更好的建设教师队伍及团队意识，我园特举办“迎中秋”教师秋季趣味运动会。

## 二、活动时间：

2015年9月22日下午18:00

## 三、活动地点：

银川二幼枫叶桥幼儿园操场

## 四、活动组织：

总指挥：韩毓婕（办公室主任）【负责整场活动的顺利进行】

副指挥：黄薇（园长）、高荣（保教主任）

成员：幼儿园全体教职工【参与各项趣味比赛】

主持人：孟娇（教师）【负责整场活动的连贯及氛围的调动】

音效师：孟娇【负责整场活动音乐的正常播放】

## 五、活动形式及要求

1、全员职工共计22人，抽签分为2队，每队11人，各队小队长由各队自行推选产生，负责各队的组织练习和参赛工作。

2、此次活动由全体教职工共同参加，涉及内容较多，活动覆盖面较广，要求全体教职工发扬团队协作精神，通力协作，服从园内安排，认真参加比赛。

策划人：韩毓婕

3、各组成员和相关负责人要认真组织好此次活动，在不耽误幼儿园工作正常进行的前提下，完成好活动组织、准备和实施工作，严格控制无故缺席和请假。

4、比赛时，参赛人员必须服从园内的统一指挥，服从裁判的统一裁决。如有异议，由小组长提出，上交组委会统一裁决。

5、活动过程中请勿接打手机或做与活动无关的事情。

## 六、活动流程

开始前抽签确定每组成员，由裁判确认后生效

活动第一项：主持人宣布教职工秋季运动会开始

活动第二项：开场舞《鸭梨大》【时长5分钟】

活动第三项：运动员入场【时长2分钟】

活动第四项：园长讲话【时长3分钟】

活动第五项：裁判宣读赛场规则【时长1分钟】

活动第六项：主持人宣布教师秋季运动会开始

活动第七项：运动会ing

第一个游戏：团结就是长度【时长6分钟】

玩法：一分钟的时间每组成员脚碰脚，由裁判用卷尺测量长度看哪组长度最长即为胜。

道具：卷尺

## 第二个游戏：你追我赶【时长14分钟】

玩法：两组成员推选分别推选两名甩绳者，本队成员在甩起的大绳上连续跳5下，下一位成员紧接着再跳5下，以此类推，如中间有间断，必须重新开始，两队用时最短者即为胜。

策划人：韩毓婕

道具：大绳

## 第三个游戏：撕名牌【时长15分钟】

玩法：两队成员分别在后背贴上自己的名字，在指定区域进行自由撕名牌，在保证安全的前提下时间到了名牌保留最多者对即为胜。

道具：名牌贴、宽胶带

## 第四个游戏：抱抱乐【时长10分钟】

玩法□a队员在地上放一个垫子，其他9名队员全部站在垫子上，脚不能落地□a队员将另外一个垫子挪动至队伍前方，其他队员再次站在挪动过的垫子上，依旧脚不能落地，如有脚落地者整队将回起点重新开始，每队派出一名队员与裁判监督对方队进度。

道具：地垫四个

## 第五个游戏：互帮互助向前冲【时长10分钟】

玩法：每队成员分成2组，一组5人在起点等待，一组6人在终点等待，进行五人六足、六人七足接力比赛，先完成赛程的队即为胜。

道具：绑腿用的绳子、接力棒

活动第七项：颁奖仪式（裁判宣布比赛结果，园长颁奖）

【时长10分钟】 奖品分为：

一等奖：

二等奖：

活动第八项：合唱《手牵手》【时长5分钟】

活动第九项：活动结束

活动方案

主办方：都匀市凯口中学 承办方：凯口中学综合组

一、竞赛宗旨

为迎接第29个教师节的到来，我院举办教师节“小型趣味运动会”。活动的目的在于庆祝教师节，同时舒展心情、陶冶情操、熔炼团队，利用各种趣味活动，让参加活动的师生在愉快的氛围中度过一个特别的教师节。

二、活动主题

团结、友爱、合作、拼搏

三、活动时间

2012 年9 月10 日 下午：13:30

四、活动地点

体育场

## 五、活动项目

项目包括：1：袋鼠跳、2：双龙戏珠、3：企鹅漫步、4：踩气球比赛 5：齐心协力（拔河）。

六、录取名次：每个项目取前三名进行奖励，一等奖1组，二等奖1组，三等奖1组。

## 七、活动项目及规则

### 袋鼠跳

参赛者：每组8人（五男三女、含班主任）

裁判员：发令1人、计时计分裁判4人。

比赛器材：麻袋4条、哨子一个、秒表4个。

规则：参赛队员成一路纵队站在起跳线后。比赛开始，第一人站在跳袋内，手提跳袋的带子向前跳出，绕过标志物返回并将跳袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

要求：(1)必须绕过标志物。(2)必须在起跑线后交接。(3)队员若摔倒必须在原地起来，重新再跳。

### 双龙戏珠

参赛者：（每组8五男三女）以部门、班级为单位。

裁判员：发令1人、裁判3人

比赛器材：排球10个

规则：2人为一小组，5小组进行接力。2人不能用双手抱球，只能用背部夹住1个篮球，从起点出发绕过终点的标志物回到

起点，然后把球传给下一组的队员，5小组轮换后，最快的那一大组就是获胜队。注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规。

## 企鹅漫步

参赛人员：（学生每班1人、教师报名人数不限）

裁判员：发令员1人、计时计分员3人。

比赛器材：排球9个

参赛者三人一组需两腿、两手臂夹3个排球，呈企鹅状在跑道上规定起点、终点间行走，球掉下需夹起球，在掉球的位置继续。

## 踩气球比赛：

每班男女各一名队员参加，教师组也一样，每组教师每次派三位教师参赛。比赛规则：在规定的圆圈内参赛队员每人每支腿绑定2只气球共4只，在一分钟内大家相互攻击踩他人脚上的气球。一分钟结束后谁的气球多为胜。

## 齐心协力（拔河）

参赛人员：以部门、班级为单位参赛（班级含班主任1人）

裁判员：发令1人，记录2人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

## 比赛规则：

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。

2. 比赛分组及比赛首场的站位选择由各组组长抽签决定。

3. 淘汰赛：每组抽签分成a.b组，a组，b组。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

## 注意事项

一、 全体参赛人员要遵守大会规定，服从大会统一指挥。

二、 各班级组织好本班人员和啦啦队，在指定的地点准备。如有问题及时向大

会组委会提出，组委会将进行妥善协调、安排。

三、 参赛人员必须在比赛前10钟到检录处报到。点名不到者以弃权论。

四、 运动会期间各班级参赛人员必须在场，组委会随时清点各参赛队人数。

五、 请各班级同学保持场地清洁，离场前务必打扫干净班级区域卫生。

六、 各参赛队负责人做好安全措施，保证各参赛人员在比赛期间的安全。

七、 大赛最终解释权归综合组。

## 组委会名单

总指挥：罗元江

总裁判长：刘勇

检录处：赵庆平

物料：总务处

项目裁判长：项目一：袋鼠跳

主裁：孟吉 记录员：张天祥

项目二：双龙戏珠：

主裁：罗宗军 记录员： 计时员：

项目三：企鹅漫步：

主裁：陆化林 记录员： 计时员：

项目四：踩气球：

主裁：刘勇 记录员： 计时员：

项目五：齐心协力（拔河）

主裁：罗亮 记录员： 计时员：

活动流程