

学校妇女节创意活动方案 学校跳绳比赛 活动方案(实用5篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

学校妇女节创意活动方案篇一

为了活跃和丰富学生的文化娱乐生活，为学校的精神文明建设服务，增强学生体质，提高健康水平，增强班级凝聚力，推动校园全民健身运动全面开展，特举行这次跳绳比赛。

一分钟跳绳；花样跳绳；跳长绳。

第五周。4月7日下午15点

学校水泥操场

唐礼玲和吴日峰、董卓老师

本次跳绳比赛分三个项目进行比赛（1）一分钟跳绳1——6年级全体学生参加，以年级段为单位进行评奖，取年级段前20名。分别评选一二三等奖。

（2）花样跳绳五对）3——6年级以一分钟内跳的花样最多者为胜。

（3）跳长绳3——6年级同学参加，以年级段为单位，评选优胜奖。

各班挑选两名队员甩长绳，八名队员参跳（男女不限）1——2年级为一分钟双人跳；其中：

3——4年级跳长绳为参赛队员依次站好，两名甩绳队员甩，另外8名同学集体跳，每班4个队伍，1分钟限制，只记集体跳的次数，最后评选跳绳次数最多一组为胜，每个年级段评选前三名，5——6年级单人跳长绳（1分钟）摇绳：两摇绳者站位的距离不作硬性规定，比赛中途摇绳者不能更换，但可换手，每班4个队伍。8名队员听到信号后依次进绳，每一人次计一次，多人同时过绳或一人多次跳也计一次。中途失误可继续比赛，但失误次数应扣除，最后算每队的总次数，取前三名。

学校妇女节创意活动方案篇二

为了活跃和丰富学生的文化娱乐生活，为学校的精神文明建设服务，增强学生体质，提高健康水平，增强班级凝聚力，推动校园全民健身运动全面开展，特举行这次跳绳比赛。

一分钟跳绳；花样跳绳；跳长绳。

第五周。4月7日下午15点

学校水泥操场

唐礼玲和吴日峰、董卓老师

本次跳绳比赛分三个项目进行比赛（1）一分钟跳绳1——6年级全体学生参加，以年级段为单位进行评奖，取年级段前20名。分别评选一二三等奖。

（2）花样跳绳五对）3——6年级以一分钟内跳的花样最多者为胜。

(3) 跳长绳3——6年级同学参加，以年级段为单位，评选优胜奖。

各班挑选两名队员甩长绳，八名队员参跳（男女不限）1——2年级为一分钟双人跳；其中：

3——4年级跳长绳为参赛队员依次站好，两名甩绳队员甩，另外8名同学集体跳，每班4个队伍，1分钟限制，只记集体跳的次数，最后评选跳绳次数最多一组为胜，每个年级段评选前三名，5——6年级单人跳长绳（1分钟）摇绳：两摇绳者站位的距离不作硬性规定，比赛中途摇绳者不能更换，但可换手，每班4个队伍。8名队员听到信号后依次进绳，每一人次计一次，多人同时过绳或一人多次跳也只计一次。中途失误可继续比赛，但失误次数应扣除，最后算每队的总次数，取前三名。

学校妇女节创意活动方案篇三

推动素质教育，普及体育运动；增强学生体质，丰富校园文化；进步运动能力，进步运动爱好，进步集体凝聚力。

20xx年10月16日下午第七、八节课。

学校篮球场

（跳绳方法）

单人跳：一分钟单人原地双脚摇跳（乙组：一年级、二年级、三年级一组）（甲组：四年级、五年级、六年级一组）各班报8人。

各班如有特殊情况不能参加比赛的报教务处批准。

比赛时一人摇绳（单摇），双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚

后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在规定时间内按累计次数多少记入总成绩，次数多者名次列前；次数相同，则名次并列。跳绳进程中可以停顿，以规定时间结束时的总次数为个人最后成绩。

个人奖：各组单人跳取前6名，分一、二、三等奖（第一位是一等奖，二、三名是二等奖，四、五、六是三等奖。）

八、活动领导小组，裁判、工作职员安排

组 长：

成 员：

裁判长：

裁判员：

计时员：

计数员：由学生担负（4—6年级各班报2人担负计数员）

记录员：由学生担负

统计员：由学生担负

公布： 学生两人

摄影负责：

跳绳由学校同一配备。

1、请各位参赛职员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。

2、在比赛的进程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决

定。

3、请各位参赛职员着轻便装，运动鞋。

4、不准参赛者：各种类型的骨折职员、长年不参加体育锻炼者、刚动手术不久且身体没有恢复者或不答应参与体育锻炼者。

5、在跳绳比赛进程中，请在外预备的班级班主任认真组织好本班学生，使其不影响他班比赛。

6、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请各班主任马上到计分处核准。

7、希望参与跳绳比赛的队员，提早热身，避免受伤。

8、请所有工作职员比赛前到操场集中。望各班接到规程后，积极行动起来，做好思想动员和落实工作，迅速组队，抓紧练习，做好迎接比赛的一切预备。

9、请各班主任将报名表于10月15日前上交到教务科。

比赛日程安排

学校妇女节创意活动方案篇四

为了活跃和丰富学生的文化娱乐生活，为学校的精神文明建设服务，增强学生体质，提高健康水平，增强班级凝聚力，推动校园全民健身运动全面开展，特举行这次跳绳比赛。

一分钟跳绳；花样跳绳；跳长绳。

第五周。4月7日下午15点四、活动地点：

学校水泥操场五、活动总裁判：

唐礼玲和吴日峰、董卓老师六、活动规则：

本次跳绳比赛分三个项目进行比赛（1）一分钟跳绳1——6年级全体学生参加，以年级段为单位进行评奖，取年级段前20名。分别评选一二三等奖。

（2）花样跳绳五对）3——6年级以一分钟内跳的花样最多者为胜（3）跳长绳3——6年级同学参加，以年级段为单位，评选优胜奖。

各班挑选两名队员甩长绳，八名队员参跳（男女不限）1——2年级为一分钟双人跳；（每班至少其中：）

3——4年级跳长绳为参赛队员依次站好，两名甩绳队员甩，另外8名同学集体跳，每班4个队伍，1分钟限制，只记集体跳的次数，最后评选跳绳次数最多一组为胜，每个年级段评选前三名，5——6年级单人跳长绳（1分钟）摇绳：两摇绳者站位的距离不作硬性规定，比赛中途摇绳者不能更换，但可换手，每班4个队伍。

运动会活动方案运动会开幕词运动会解说词运动会宣誓词运动会加油稿跳绳：8名队员听到信号后依次进绳，每一人次计一次，多人同时过绳或一人多次跳也只计一次。中途失误可继续比赛，但失误次数应扣除，最后算每队的总次数，取前三名。

学校妇女节创意活动方案篇五

为了推进素质教育，普及学校阳光体育运动，增强学生体质，丰富校园文化；提高运动技术能力，提高学生运动兴趣；提高班集体凝聚力，增进同学之间的友谊，凝人气，聚力量，为全体学生提供了一个张扬个性，互动交流的平台，举办跳

绳比赛活动，树立学生为了祖国强大而努力锻炼身体的信心。

学校院内

每班报3人

一分钟单摇跳绳

以年级组为单位进行，一、二年级为一组，三、四、五年级为一组

一分钟单摇跳绳：

比赛时一人摇绳（单摇）。办法是：一人双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在一分钟时间内按累计次数多少排列名次，次数多者名次列前；次数相同，以失误次数少者名次列前，如仍相同，则名次并列。

各班在比赛前将参赛学生名单打印一份交宋永亮，便于快速登记的成绩。

顺序：一至五年级参赛选手两人一组依次跳

数个数：由田玉峰、祝雅争数个数，每两名数一个比赛队员，记录两人的平均数为最终结果。

记录：由宋永亮记录参赛队员的成绩。

八、奖项设置：

一等奖两名、二等奖三名、三等奖十名

组长：彭静

场地划分：孙生民

裁判员：孙生民

计时员、计数员：田玉峰、祝雅争

统计员：宋永亮

摄影：杨远真

跳绳各班可以自备。

1、请各位参赛人员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。

2、在比赛的过程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决定。

3、请各位参赛人员着轻便装，运动鞋。

4、不许参赛者：各种类型的骨折人员、长年不参加体育锻炼者、刚动手术不久且身体没有恢复者或者不允许参与体育锻炼者。

5、在跳绳比赛过程中，请在外准备的班级班主任认真组织好本班学生，使其不影响他班比赛。

6、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请各班主任马上到计分处核准。

7、希望参与跳绳比赛的队员，提前热身，避免受伤。

8、所有工作人员比赛前到操场集中。各班接到规程后，积极行动起来，做好思想动员和落实工作，迅速组队，抓紧训练，做好迎接比赛的一切准备。

20xx年10月24日下午2：00开始进行跳绳比赛。