

# 健身房庆祝十一活动方案策划 健身房双十一活动策划方案(模板5篇)

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。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

## 健身房庆祝十一活动方案策划篇一

我光棍，我快乐！

让光棍节见鬼去吧！

提升餐厅营业额，提升餐厅知名度。

大厅。

今年的光棍节也格外引人关注，社会上越来越多的光棍们，想摆脱光棍的生活状态，因为我们餐厅推出光棍节活动满足光棍们的需求，避免下一个光棍节的光棍。

1. 活动当晚两人男女通行，免费一个。最低消费需要150元。时间在当天7点至23点。

2. 凭埋单收据，参与大转盘，(奖品设计有玫瑰花、公仔、精美小礼品)

1. 一楼大门口大型海报一张、店内k展架3幅、电梯小海报4张。

2. 策划部市场单位展架13幅、不同规格海报3张。

让光棍节见鬼去吧，两人男女行，一人买单。

快快行动吧，在花容酒楼告别你的单身！

11.11光棍节，给单身的你找寻另一“半”的机会！

## 健身房庆祝十一活动方案策划篇二

### 一、活动目标：

- 1、知道“十月一日”是“国庆节”，是祖国妈妈的节日，今天的幸福生活来之不易。
- 2、通过老师讲解，绘画、唱红歌等一系列环节让幼儿感受节日的热烈气氛，培养幼儿热爱祖国，身为中国人的自豪感。

### 二、活动准备：

绘画纸、油画棒、歌曲伴奏、各种食品。

### 三、活动过程：

- 1、谈话：介绍“十月一日”是“国庆节”，是祖国妈妈的生日。
- 2、通过故事讲述，让幼儿了解国庆节的来历，教育幼儿今天幸福生活来之不易，要好好珍惜。
- 3、让幼儿用自己方式庆祝“十月一日”。
  - (1) 涂色添画《彩笔画祖国》。
  - (2) 分组唱红歌
  - (3) 食品分享会

#### 四、活动延伸：

- 1、请家长在节日晚上带幼儿去看焰火。
- 2、组织幼儿节日后的谈话。

### 健身房庆祝十一活动方案策划篇三

我健身、我快乐；好体魄、好生活。

时间□20xx年11月11日8:00

地点：体育广场

主办单位：体育局

承办单位□xx体育文化有限公司

协办单位：体育器材经销商

本次运动会项目设路：财源滚滚，旱地龙舟，动感五环，毛毛虫竞速，环环相扣，碰碰球，快乐大脚，海贝接珠，袋鼠运瓜，脚踏实地，绑腿跑，协力竞走。

1、参赛单位到大会组委会报名

2、拨打热线电话报名

1、执行大会制定的趣味运动项目相关规则(详见项目具体说明)。

2、本次运动会个项目实行预决赛制，按照比赛成绩决定名次。

1、各单项均取前8名(报名队数不足8队的减1录取)，颁发相

应奖品作为奖励。根据名次按9、7、6、5、4、3、2、1计算团队积分。

2、依据团体总分取前8名颁发相应奖品作为奖励。（如遇团体总分相等的，按第1名多者名次列前，依次类推）

3、本次活动设路体育道德风尚奖6名，颁发相应奖品作为奖励。

## 1、前期准备

(1) 悬挂活动横幅

(2) 布路现场

(3) 准备道具

(4) 组织签到

## 2、中期安排

(1) 运动会开幕式

(2) 各代表队入场仪式

(3) 领导致辞；

(4) 运动员代表宣誓

(5) 裁判员代表宣誓

(6) 领导宣布趣味运动会开始

(7) 各代表队退场

(8) 开幕式表演

(9) 各项目比赛开始

(10) 领导公布比赛结果，为获奖团队或优秀运动员颁发奖品；

(11) 运动会闭幕。

### 3、后期安排

(1) 各组成员拍照留念

(2) 工作人员清理现场

(3) 体育器材展览交流

1、物品详情请参照附件1《活动物品清单》。

2、费用分为物品费用、人员费用和项目管理费用，详情请参照附件2《费用清单》。

## 健身房庆祝十一活动方案策划篇四

中秋节是我国的传统节日，正值这一佳节来临之际，我们在幼儿园内开展有关中秋节主题活动，丰富幼儿对中国传统节日的生活体验，了解中秋节的古老传说和各地不同的习俗活动。依据不同级部幼儿的年龄特点，我们制定以下方案：

农历八月十五

1、小班注重感官体验——吃喝玩乐过中秋。

2、中班注重自我挑战——我最爱的月饼。

3、大班注重文化传承——中秋文化节。

1、小班：大板纸一个班级两张大板纸。

2、中班：一楼门厅两侧各4张桌子。

3、大班：作品展示台。

每天小喇叭播送有关中秋节、国庆节的故事。

小班——吃喝玩乐过中秋：

1、甜甜蜜蜜尝月饼

秋的月儿圆又圆、中秋的月饼甜又甜……秋高气爽，月桂飘香，又到中秋月圆时。为了让孩子们最直接的了解我国中秋节的风俗习惯，感受节日的快乐，同时也结合小班的年龄特点，中秋节第一个活动是“中秋月饼品尝会”。

每位小朋友从家中带来一些美味月饼，要求种类丰富，口味各异。活动中，老师先简单的介绍中秋节，然后进行品尝活动。通过品尝，让孩子们体验到中秋月饼的香甜，中秋节日的甜蜜。

2、齐心协力拼“月饼”

为了让小班的幼儿体会到中秋节团圆的含义，让幼儿用身体拼摆“月饼”。一个一个的小圆圈围起来，组成一个大大的“月饼”，这也代表我们小班的每个班级团团圆圆一家亲。

3、快快乐乐印“月饼”

小班地幼儿都喜欢以游戏地形式开展活动，因此在此次活动中，我们也加入了游戏地成分，让孩子们在快乐自由中度过这个节日。小班每个班级准备一块大画布，在画布上画一个大大地圆，代表“月饼”。宝贝们在这个大大地圆中自由地用小手、小脚印画，体验绘画游戏地快乐，同时也充分和班

级每位幼儿交往，孩子们体验着有朋友地快乐，最后，每个班级大大地“月饼”做成，进行展示。这也代表我们小班每个班级地团结友爱。

#### 4、学说一句祝福语。

根据小班幼儿语言发展特点，学说依据简单的中秋节祝福语，并将祝福送给自己的老师、同伴和亲人，培养幼儿敢于表达的能力，提升幼儿乐于表达的情感。

在活动进行的过程中，班级老师也要进行拍照留念，最后将每个环节的照片、作品在中厅进行展示。

#### 中班——我最爱的月饼：

##### 1、认识月饼

教师向幼儿展示不同的月饼，知道月饼有很多不同的种类，和幼儿一起观察讨论月饼的外皮以及馅料的不同。

##### 2、品尝月饼

教师帮助幼儿将月饼切成小块，同伴之间互相分享品尝，感受月饼的不同口味。教师带领幼儿到小班大班送月饼，让幼儿向小班大班的老师小朋友推荐自己的月饼，比一比谁最会推荐自己的月饼。

##### 3、介绍月饼

幼儿向同伴介绍自己喜欢的月饼，说说自己月饼的口感味道以及喜欢这种月饼的原因。

##### 4、歌唱月饼

学唱一首和月饼有关的儿歌《爷爷为我打月饼》，在歌唱中

体会中秋节中月饼的含义。

## 5、创意月饼

教师启发鼓励幼儿设计一个独特的月饼，并画出来图上漂亮的颜色。为幼儿的创意月饼画照一张“月饼团圆照”，将作品悬挂在走廊上共大家欣赏。

## 6、推荐月饼

离园时，中班每个班级选出10名幼儿，在电动门口草坪上向过往的家长推荐自己的月饼，送上中秋节最温暖的祝福，并请家长对小朋友的推荐进行评价，画一张甜美的笑脸。

大班——中秋文化节：

### 1、中秋文化传承

说一说：幼儿中秋节的印象和节日习俗。

聊一聊：祖国各地过中秋节的风俗习惯。

讲一讲：中秋传说《嫦娥奔月》、《玉兔捣药》、《吴刚伐树》。

### 2、月饼创意diy

观察和了解不同材料和口味的月饼，结合中秋古老的传说，请幼儿用彩泥设计制作不同种类和造型的富有创意的月饼。

### 3、佳节古诗朗诵

学会吟诵古诗《静夜思》，与家人分享古诗的意境美，感受团圆之美。



#### 4、作品欣赏度佳节

每班挑选20个优秀作品，于一楼中厅进行展览。

1、活动前各位老师认真按照活动方案进行精心准备，确保材料配备。

2、活动组织过程要有序进行，注重孩子在体验活动的过程中获得的知识、能力的提升。

3、活动结束后，在班级内评选最有创意的月饼设计作品，在全园内展示；各班级上交活动总结以及2张活动照片。

### 健身房庆祝十一活动方案策划篇五

倡导文明健康生活方式、促进全民健身与全民健康深度融合，具有十分重要的意义。根据国家体育总局和安徽省体育局的工作部署和要求，市体育局、市体育总会决定在全市组织开展20xx年“全民健身日”暨全民健身月系列活动，现将有关事项通知如下：

认真贯彻落实党的十九大和十九届二中、三中全会精神关于体育工作的重要论述，动员和引导广大群众开展丰富多彩的体育健身活动，使8月8日“全民健身日”深入人心，推动广大群众行动起来，人人健身、天天健身、科学健身。

#### （一）以民为本

以人民群众日益增长的体育健身需求为出发点，坚持“便民惠民”，通过组织开展丰富多彩的全民健身活动，使广大人民群众有更多的获得感和幸福感。

#### （二）因地制宜

紧密结合实际，紧紧围绕群众身边，突出活动特色。

### （三）注重实效

淡化仪式、崇尚简朴、厉行节约、务求实效，在活动内容上下功夫。

### （四）广泛参与

扩大“全民健身日”的知晓度，提高群众参与率，广泛动员社会力量组织群众身边的各类全民健身活动，让全体人民动起来，营造浓郁的健身氛围。

新时代全民健身动起来

全民健身健康

（一）20xx年x月x日是星期三，为方便群众广泛参与，8月4日—12日为组织开展“全民健身日”活动时间。

（二）为进一步拓展“全民健身日”的时空范围，确定8月份为20xx年市“全民健身月”。

（一）各机关、企事业单位、城市社区、农村乡镇村、各体育社团在全民健身月活动期间，在基层广泛组织开展贴近群众、丰富多彩、特色鲜明、注重实效、方便参与、利民惠民、群众喜爱的体育比赛和健身展示等系列活动。

（二）市全民健身工作委员会的成员单位在“全民健身月”时段内要率先组织开展体育健身活动。

（三）县（区）体育行政部门在“全民健身月”期间应组织本辖区各单位、体育社团、基层健身站点、示范晨晚练点、体育俱乐部等，广泛组织开展形式多样的各类全民健身主题

系列活动和体育赛事。

（一）举办市全民健身月活动启动仪式。8月8日举办“银行杯”20xx年省“最强舞王”广场舞大赛暨“我要上省运”广场舞选拔赛海选赛。

（二）深入基层广泛开展体育健身活动。在“全民健身月”活动期间，利用全民健身的各类体育场地，在城市社区、乡镇行政村等广泛开展羽毛球、篮球、乒乓球、棋牌等体育赛事和健身活动。

（三）开展免费国民体质测试活动。在“全民健身月”活动期间，市国民体质监测中心和县区国民体质监测站要免费为群众开展体质测试活动，把科学健身理念和知识送到群众身边。

（四）开展公共体育场馆免费或低收费向公众开放。将开放措施提前向社会公示，为群众健身提供保障；鼓励支持学校、体育俱乐部和其它社会场馆免费或优惠开放各类体育设施，吸引更多人群就近开展健身活动。

（五）开展全民健身志愿服务活动。在“全民健身月”活动期间，广泛动员各级社会体育指导员、体育教练员、运动员、体育教师、体育健身专家等深入基层义务开展健身展示、技能指导和科学健身讲座等全民健身志愿服务活动，积极推广科学健身方法，指导广大基层群众科学健身。