

2023年篮球联谊赛活动方案改进 篮球联谊活动方案(通用6篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

篮球联谊赛活动方案改进篇一

一、活动流程：

(一)候场

每位入场的嘉宾入口处领取不粘胶，工作人员写上号码(男女分开领取)，贴在外衣上。另在记事贴上写上对应的数字投入姻缘箱中(男女嘉宾各一个箱子)嘉宾按照指示入座，保证男女错开入席。在等待过程中，男女嘉宾可以踊跃报名才艺展示。

(二)暖场

1. 联谊活动开始，主持人开场，申明活动主题，单身联谊并圣诞节活动;介绍活动流程。(5分钟)

2. 嘉宾视人数而定，分队，每队选队长，取队名，画队标，唱队歌。并在以后的活动中，完成分组任务，小组内的互动。(15分钟)3. 各队在队长的带领下，集体上台，每个人走模特步先亮相，再一起展示自己队的队名、队标、队歌。在这个过程中，每位嘉宾都得到了上台展示的机会。(每队8分钟，共30分钟)

(三) 团队作战部分:

1. 篮球情缘一线牵:每个队全体出动, 男女间隔同向站立。(每队6分钟, 共30分钟)

传递篮球, 从上传、从下传、上下交替传、一边拍球一边传, 计时。各队比完后, 用时最少的队伍获胜。获胜队伍的所有队员可以介绍自己的资料, 并获得一份纪念品。最后一名的队伍要接受惩罚, 惩罚内容由获胜队决定。

2. 我的地盘我做主:每个队全体出动。(每队10分钟, 共40分钟)

给大家几张报纸, 所有人都站在报纸上, 最后用报纸面积最少的队伍获胜。获胜队伍的所有队员可以介绍自己的资料, 并获得一份纪念品。最后一名的队伍要接受惩罚, 惩罚内容由获胜队决定。

3. 七拼八凑动脑筋:每组先选出一名接收者, 手持托盘站在舞台上, 其它小组人员按照主持人的要求提供物品放到托盘中, 最先集齐物品的小组获胜。获胜队伍的所有队员可以介绍自己的资料, 并获得一份纪念品。最后一名的队伍要接受惩罚, 惩罚内容由获胜队决定。(20分钟)背景音乐起, 主持人开始宣读物品, 每一个相隔一定时间给队员准备, 慢慢加快。采集物品来自日常用品, 例如:眼镜、手表、高跟鞋、皮带、口红、一角钱、白头发等。

(四) 个人参与部分:

1. 终极密码:邀请10人, 5男5女, 自己报名啦。(15分钟)

猜数字(1~100), 先由一个人来写一个数字, 然后大家在1~100间进行猜, 每猜一次范围缩小, 最后猜中的人接受惩罚。下一轮由受罚者再写数字, 进行三轮。

2. 爱情圈圈:邀请10人, 5男5女, 自己报名啦。(10分钟)

男女间隔站立, 手拉手围成一个封闭的圆圈, 在其中一人手臂上套上一个呼啦圈, 比赛开始时, 在不许用手的情况下, 把呼啦圈穿过每个人的身体, 最后传一圈, 最先完成的一组胜出(呼啦圈不能太大, 否则穿越的时候太容易, 也不能太小, 让大家都穿不过去)

3. 神仙眷侣:邀请10人, 5男5女, 自己报名啦。(20分钟)

事前先在纸上写着诸如“罗密欧”、“朱丽叶”;“王祖贤”与“齐秦”;“梁山伯”与“祝英台”……等对对佳偶的名字。将这些已写好名字的纸中的男性名字贴在男性的背后, 女性名字贴在女性背后。同时不可让所有参赛者看到彼此背后所贴的名字。一切就绪后, 所有出场者, 个个竭尽所能, 说出他人背后的名字, 然后推想自己的背后的名字. 倘若读出了所有人员背后的名字, 就不难推出自己背后的名字了. 联想出自己背后的名字后, 要赶快与自己搭档的对象凑成一组, 互相挽住胳膊。到最后没有成对的人, 就要接受惩罚。

(五)红娘出动:

姻缘一线牵大奖:在之前的活动中, 男女嘉宾把心仪的号码写在记事贴上, 由主持人邀请双方共同完成节目。如果人数不足, 由主持人从因缘箱中抽取号码, 即时配对。(不少于三对)配对的男女嘉宾合作演绎谈恋爱、求婚、结婚、有了孩子等等的场景(可以自己选择或者想象), 最后由所有嘉宾选出情侣, 获得圣诞大奖!票选方式:站在支持的那组选手后面。

(六)主持人结束语。

二、场内布置及物资准备:

场内布置:烘托圣诞气氛, 灯光啦, 气球啦, 彩带啦, 圣诞树

啦。所需物品：

1. 游戏道具：两种颜色的不粘胶贴(写上号码贴在身上)，记事贴，白纸，彩笔，秒表，篮球，托盘、呼啦圈，因缘箱(两个)，肉麻情诗几首(打印好)。2. 纪念品、礼品：

三、游戏的奖励惩罚方式：

奖：得胜者可介绍自己的资料，展示才艺，为惩罚者选定惩罚方式，或指定下轮参与游戏的嘉宾。

四、其他可供选择的游戏：

1. 拍七令。

多人参加，从1-99报数，但有人数到含有“7”的数字或“7”的倍数时不许报数要拍下一个人的后脑勺，下一个人继续报数，如果有人报错数或拍错人则接受惩罚。

2. 探戈舞

“探戈探戈走，三步一回头，两步一招手。”男女做跳探戈舞状，和着词做动作。

3. 成语接龙。

选出几位年轻人上台，让大家先在纸上写出4个成语。等大家都写好之后，让大家都把自己的成语向台下观众读一遍。然后让每个人在4个成语前加上“我初恋时、我结婚时、我洞房花烛夜时、我结婚后”，这样连起来就变成“我初恋时(第一个成语)、我结婚时(第二个成语)、我洞房花烛夜时(第三个成语)、我结婚后(第四个成语)。有时效果会意想不到的搞笑。

4. 正话反说：

5. 眉目传情：

一组嘉宾站成一排。主持人规定左眼、右眼、嘴等为个位数、十位数、百位数等。每组各给他们一个数字，只告诉最后一个人，然后第一个人向前面那个人报数。但是不准用讲的，必须用左眼、右眼、嘴等来报数，排头将正确数字报出来。由于眼、嘴的不灵活，传达间就会多少了几位数，这时主持人就可以说有人眉目传情，多加少减了几下。

6. 情意快递：

每个人事先准备份圣诞小礼物，或者说段祝福的话也行，写上自己的号码，放在大大的纸箱子里；每人上来抽礼物，互相认识礼物的主人，拥抱献上圣诞的祝福。

篮球联谊赛活动方案改进篇二

1、构建和谐校园，增进师生间相互交流和了解，丰富师生们的课外娱乐生活，活跃校园气氛。

2、锻炼同学们的体魄，提高我系学子的综合素质，培养积极向上的进取精神，提高篮球竞技水平，加强交流，促进团结，为同学们提供一个展示自己的舞台。

20xx级冶金系党支部

20xx级冶金系全体同学，我院老师

西院篮球场

四月下旬（具体见附页赛程表）

大赛顾问□xxx□院团委书记，04级学生党支部负责人）

主席□xxx

副主席□xxx□xxx□xxx□xxx□

委员□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx

秘书长□xxx

主任□xxx

委员：廖广府、王安学、杨果

总裁判长□xxx

裁判员：各队选派一名裁判员，听从裁判长调派（老师队不选裁判）

负责人□xxx

成员：支部全体党员及预备党员，听从负责人调遣，各团支书全力配合负责人工作

1、本次参赛对象为20xx级冶金系全体学生及我院老师

3、各队上报裁判员一名，并能保证由裁判委员会统一调配

4、本次比赛共4支代表队，循环赛制（队队见面）

5、各代表队应文明竞赛，端正赛风，注意安全，友谊第一

6、参赛队员的健康状况由各代表队严格把关，若比赛中出现健康问题由队员所在代表队负责。

（一）比赛为循环赛

（二）循环赛决定名次的办法

1、进行积分制比赛，胜一场得2分，负一场得1分，弃权得0分。

2、积分相同的队伍按场均得分排名

3、场均得分相同按场均犯规次数排名

（三）比赛具体办法

2、如参赛的队伍在超过比赛时间十分钟仍未到场按自动弃权处理。

3、比赛规则：采用国际篮联通过的20xx年规则及新增条款。

4、比赛服装：各参赛队比赛服装颜色统一。每个队员运动服前后必须有清晰号码，单色并与运动服的颜色有明显的区别。

5、各参赛队在比赛中应服从裁判，如有问题可由队长向仲裁委员会申诉。

1、冠军代表队颁发集体奖、个人证书，亚军颁发集体奖。本次比赛将设道德风尚奖、优秀组织奖、最有价值球员奖、优秀裁判员奖。

2、优秀组织奖评比包括比赛队员按时到达，啦啦队按时到达，观众人数以及观众的秩序。每场比赛由本场负责人员结合裁判意见综合评比。

3、体育道德风尚奖包括队员比赛动作适度，无危险，无不文明举动，整体秩序，场地卫生。每场比赛由本场负责人员结合裁判意见综合评比。

篮球联谊赛活动方案改进篇三

一、活动目的：

- 1、构建和谐校园，增进师生间相互交流和了解，丰富师生们的课外娱乐生活，活跃校园气氛。
- 2、锻炼同学们的体魄，提高我系学生的综合素质，培养积极向上的. 进取精神，提高篮球竞技水平，加强交流，促进团结，为同学们提供一个展示自己的舞台。

二、主办部门□20xx级xx系党支部

三、参赛单位□20xx级xx系全体同学，我院老师

四、比赛地点□xx篮球场

五、比赛时间：四月下旬（具体见附页赛程表）

六、大赛组织委员会：

大赛顾问□xx □院团委书记，09级学生党支部负责人）

主席□xx

副 主 席□xx xx xx

委员□xx□xx□xx□xx□xx□xx□xx□xx□xx

秘 书 长□xx

七、仲裁委员会：

主任□xx

委员□xx□xx□xx

八、大赛裁判组：

总裁判长□xx

裁判员：各队选派一名裁判员，听从裁判长调派（老师队不选裁判）

九、场务及宣传工作组：

负责人□xx

成员：支部全体党员及预备党员，听从负责人调遣，各团支书全力配合负责人工作

十、参加办法及其他：

1、本次参赛对象为20xx级xx系全体学生及我院老师

3、各队上报裁判员一名，并能保证由裁判委员会统一调配

4、本次比赛共4支代表队，循环赛制（队队见面）

5、各代表队应文明竞赛，端正赛风，注意安全，友谊第一

6、参赛队员的健康状况由各代表队严格把关，若比赛中出现健康问题由队员所在代表队负责。

十一、竞赛办法：

（一）比赛为循环赛

（二）循环赛决定名次的办法

- 1、进行积分制比赛，胜一场得2分，负一场得1分，弃权得0分。
- 2、积分相同的队伍按场均得分排名
- 3、场均得分相同按场均犯规次数排名

（三）比赛具体办法

- 1、比赛采用4×10分钟（停表）四节制，第一、二节与三、四节之间休息五分钟，中场之间休息十分钟。前三节可各暂停一次，第四节可暂停两次，暂停时间为半分钟；换人不限名额，但第四节最后两分钟不能换人。若比赛在规定时间内比分打平，则休息两分钟，再打加时赛五分钟，必要时要延长几个这样的五分钟，直到分出胜负为止。
- 2、如参赛的队伍在超过比赛时间十分钟仍未到场按自动弃权处理。
- 3、比赛规则：采用国际篮联通过的20xx年规则及新增条款。
- 4、比赛服装：各参赛队比赛服装颜色统一。每个队员运动服前后必须有清晰号码，单色并与运动服的颜色有明显的区别。
- 5、各参赛队在比赛中应服从裁判，如有问题可由队长向仲裁委员会申诉。

十二、名次与奖项：

- 1、冠军代表队颁发集体奖、个人证书，亚军颁发集体奖。本次比赛将设道德风尚奖、优秀组织奖、最有价值球员奖、优秀裁判员奖。

2、优秀组织奖评比包括比赛队员按时到达，啦啦队按时到达，观众人数以及观众的秩序。每场比赛由本场负责人员结合裁判意见综合评比。

3、体育道德风尚奖包括队员比赛动作适度，无危险，无不文明举动，整体秩序，场地卫生。每场比赛由本场负责人员结合裁判意见综合评比。

篮球联谊赛活动方案改进篇四

一、活动目的：

1、真诚答谢各级领导、社会各界一直以来对学校工作的关心、理解与支持，增进学校与社区、社会的互动、沟通与和谐，共同展望——教育的美好未来，促进学校更好地以科学发展观为指导，站在新起点，确立新目标，实现新发展。

2、提升教师的职业认同感、职业责任感，营造关爱学生、全员育人、和美与共的校园氛围。

二、活动主题：

情满阳光——庆祝教师节联谊会

三、活动时间：

20__年9月10日下午16：30(学校要统一在此告知家长，学生下午15：30放学，确保每位家长都知道，保证学生的安全)

四、活动地点：

文昌大厦二楼(初定)

五、活动出席人员：

六、活动总指挥：--书记

七、活动总策划：---

八、活动具体负责人：---(活动组织、整体调度、协调安排、整体音乐、奖状名单提供、主持人主持环节及各种相关彩排等)，另外上周和本周执行校长全面配合。

九、学校分工负责：

1、活动主持：--、---(初定)

2、串场词准备：---(主持词里应体现学校阳光理念和教育的阳光传递。)

3、来宾迎接(送)：由---

4、---“爱心处”负责人、来宾签到-----

5、与会来宾礼品发放：---

6、内退教师礼品发放：---

7、请柬书写：办公室负责(名单提供见邮箱)

8、请柬发送：--主任、--主任等(周三前必须发送完毕)

9、奖状书写：赛主任负责

10采购：办公室。负责采购：来宾礼品、教师奖品、现场抽奖奖品、会场布置所需物品和现场所用小吃、水果、奖品、道具、奖状、签名本、签名笔等等。

11、会场布置：--主任、--主任

横幅：情满阳光——庆祝第26个教师节联谊会

会场各项设备的协调及布置

12、就餐协调、教师桌席：---

13、活动照相：---

14、活动录像：---

15、活动整个演示文稿：电教组(各分环节由项目负责人提供)

16、其他相关工作临时通知。

十、活动流程：

(一)红色阳光篇——爱心感恩

1、主持人上台，宣布活动主题，介绍来宾

2、校长感恩致辞

3、学校校委会成员为来宾每人献一枝花，引导插成心形。(音乐)

4、其间由一书记随机讲话

5、校长为老教颁发学校特殊贡献证书和送上学校准备的礼品(音乐)

篮球联谊赛活动方案改进篇五

本站发布篮球联谊赛活动方案范文，更多篮球联谊赛活动方

案范文相关信息请访问本站策划频道。

一、活动目的：

1、构建和谐校园，增进师生间相互交流和了解，丰富师生们的课外娱乐生活，活跃校园气氛。

2、锻炼同学们的体魄，提高我系学子的综合素质，培养积极向上的进取精神，提高篮球竞技水平，加强交流，促进团结，为同学们提供一个展示自己的舞台。

二、主办部门：2019级冶金系党支部

三、参赛单位：2019级冶金系全体同学，我院老师

四、比赛地点：西院篮球场

五、比赛时间：四月下旬（具体见附页赛程表）

六、大赛组织委员会：

大赛顾问：刘泽喜（院团委书记，04级学生党支部负责人）

主席：贺智贤

副主席：曹磊付全虎吴静

委员：杨果、牟川福、李家梁、廖广府、萧超、徐欢、莫尚军、王才进、王安学

秘书长：黄君

七、仲裁委员会：

主任：吴峰

委员：廖广府、王安学、杨果

八、大赛裁判组：

总裁判长：宋凯

裁判员：各队选派一名裁判员，听从裁判长调派（老师队不选裁判）

九、场务及宣传工作组：

负责人：黄君

成员：支部全体党员及预备党员，听从负责人调遣，各团支书全力配合负责人工作

十、参加办法及其他：

- 1、本次参赛对象为2019级冶金系全体学生及我院老师
- 3、各队上报裁判员一名，并能保证由裁判委员会统一调配
- 4、本次比赛共4支代表队，循环赛制（队队见面）
- 5、各代表队应文明竞赛，端正赛风，注意安全，友谊第一
- 6、参赛队员的健康状况由各代表队严格把关，若比赛中出现健康问题由队员所在代表队负责。

十一、竞赛办法：

（一）比赛为循环赛

（二）循环赛决定名次的办法

1、进行积分制比赛，胜一场得2分，负一场得1分，弃权得0分。

2、积分相同的队伍按场均得分排名

3、场均得分相同按场均犯规次数排名

（三）比赛具体办法

篮球联谊赛活动方案改进篇六

1、场地：标准的半个篮球场地（14米×15米），场地界线外有1.5—2米的安全地带。

2、工作人员及其职责：

设1—2名裁判员和一名记录员，裁判员是比赛中唯一的宣判和终决的人员，负责在记录表上签字，兼管计20秒违例。记录员兼管计时，记分，记录两队累积的分数（包括投篮和罚球的得分）、全队及个人犯规次数以及比赛时间，并按规则要求宣布比赛进行的时间、比分。

3、除下列特殊规则外，比赛均按照最新国际篮球规则执行。

（1）比赛双方报名为4人，上场队员3人。

（2）比赛时间：

初赛、复赛不分上下半时，全场比赛10分钟，组织者可根据参赛队多少修订时间为12或15分钟。比赛进行到5分钟和9分钟时计时员各宣布一次时间。10分钟内双方都不得暂停（遇有球员受伤，裁判员有权暂停比赛1分钟）。

决赛分上下两个半时，每半时8分钟。上半时之后休息2分钟

再进行下半时。

(3) 比赛开始，双方以掷硬币的形式选发球权。

(4) 比赛开始和投篮命中后，均在发球区（中圈弧线后）掷球入场，算做发球。

(5) 每次投篮命中后，由对方发球。所有犯规、违例及界外球均在发球区发球，发球队员必须将球传给队友，不能直接投篮或运球，否则处以违例。

(6) 守方队员断球或抢到篮板球后，必须迅速将球运（传）出3分线外，方可组织反攻，否则判违例。

(7) 30秒违例的规则改为20秒。

(8) 双方争球时，争球队员分别站在罚球线上跳球。

(9) 比赛中，每个队员允许3次犯规，第四次犯规罚出场。任何队员被判夺权犯规，则取消该队比赛资格。

(10) 每个队累计犯规达5次后，该队出现第六次以后的侵人犯规由对方执行两次罚球。前五次犯规中，凡对正在做投篮动作的队员犯规：如投中，记录得分，对方个人及全队犯规次数，不追加罚球，由守方发球；如投篮不中，则判给攻方一次罚球，罚中得1分，并由攻方继续发球，如罚不中，则由攻方继续发球。

(11) 只能在死球的情况下进行替换，被换下的队员不能重新替换上场（场上队员不足3人时除外）。

(12) 比赛中，队长是唯一发言人。

(13) 比赛时间終了，以得分多者为胜方。如出现平局，初赛及复赛阶段执行一对一依次罚球，只要出现某队领先1分为胜

方，比赛结束。

(14) 在使用小篮架的比赛中，不允许队员出现扣篮动作，绝不允许队员将身体任何部位悬挂于篮圈（或篮架）上，否则，可被判罚离场并不能再替换进场。

(15) 比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终决定。