

# 最新趣味乒乓活动策划方案 趣味乒乓球活动方案(大全5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。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下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。

## 趣味乒乓活动策划方案篇一

为活跃广大教职工的文化生活，营造校园廉政文化氛围，院工会和纪检监察处拟联合举办，学院‘学规矩 促和谐’教职工乒乓球、毽球比赛暨廉政教育活动’，具体活动通知如下：

### 一、活动时间、地点

1、11月27日-12月11日

2、活动地点：院体育馆

### 二、参加人员

全院教职工

### 三、关于球类比赛的具体安排

本次球类比赛为乒乓球、毽球团体赛和乒乓球个人单项比赛。

#### (一)乒乓球、毽球团体赛组队方式

各二级学院以支会为单位组成参赛队；机关、教辅各支会以抽签方式分别组成机关一、二队和教辅一、二队参赛。

## (二) 乒乓球、毽球比赛方式及参赛要求

- 1、本次乒乓球、毽球团体比赛第一轮采取小组循环赛制，第二轮采取交叉淘汰赛制。
- 2、乒乓球个人单项比赛分为男单和女单，并根据个人实力分为甲、乙、丙三级进行比赛。比赛为淘汰赛制，每局11分，三局两胜赛制，每球得分制。
- 3、乒乓球团体赛：比赛分为男单、女单、男双比赛、女双比赛和混合双打比赛。每局11分，五局三胜赛制，每球得分制。每队要求 12人(含领队1人、教练1人、男预备队员1人、女预备队员1人)。
- 4、毽球团体赛：每局15分，三局两胜赛制，每球得分制。每参赛队7人，上场3人，其中女队员至少有1人。(含领队1人、教练1人、男预备队员1人，女预备队员1人)。
- 5、每名参赛队员只能参加乒乓球团体、毽球团体和乒乓球个人单项比赛中的一项赛事，不得兼项，违规者取消比赛资格。
- 6、比赛过程中要尊重裁判、服从裁判。
- 7、各参赛队要严格按程序表规定的时间参赛，迟到10分钟按弃权处理。

## (三) 评奖办法

本着参赛即获奖的原则，根据参赛队的成绩分别设定乒乓球和毽球团体奖及乒乓球个人单项奖，团体奖分别设一等奖一个队，二等奖一个队，三等奖二个队，其余为纪念奖。单项奖分别设一等奖一人，二等奖一人，三等奖两人，其余为纪念奖。对参赛选手按一、二、三等奖、纪念奖分别颁发奖品。

院工会

## 趣味乒乓活动策划方案篇二

二、活动主题：强身健体, 增进友谊

三、活动目的:为了丰富同学的课余生活, 进一步促进同学间的交流, 同时使大一的新生更快的融入到大学的学习生活中。特举办此次乒乓球比赛活动, 也切实推动“全民健身计划”, 增强大学生身体素质。

四、活动时间: 10月26日全天(周日)

预期上午进行淘汰赛, 下午进行半决赛和总决赛

五、活动地点: 软件学院314教室

六、面向对象: 大一, 大二全体同学

七、活动内容:

前期准备: 1. 前期宣传, 贴海报和组织大家报名工作等

2. 买奖品, 球网等

3. 准备抽签纸张等

器材准备: 比赛的乒乓球及场地由我们负责提供, 球拍个人自备

比赛进程:

1. 比赛半小时前(早上8:30)参赛选手到学院抽签第一轮分组, 迟到者做弃权处理.

2. 比赛分为男单、女单和男女混打，男生为五局三胜制，女生为三局两胜制，11分制。

3. 男单、女单：抽签分组，小组淘汰赛区，晋级三强或四强，然后进行循环赛，决出冠亚季军。

4. 混打：自己找搭档，可以现场报名，然后抽签比赛。在男单女单比完过后，再进行比赛。

注意事项：注意查看擦边球，每人轮发两球，只可以在案的正侧发球，不可以碰到案，发球时，在越过或绕过球网装置时，触及球网装置要重新发球，先获得11分的同学且多于对手2分为获胜。若为10：10则加赛一球。

工作人员安排：

裁判：4人记录人员：2人

照相：2人

维持秩序：4人

让下一组选手做准备：2人

八、经费预算：

高质量乒乓球两盒： $10*2=20$ 元

冠军奖二份：电脑清洁剂 $10*2=20$ 元

亚军奖二份：鼠标垫 $5*2=10$ 元

季军奖二套：本子 $2.5*2=5$ 元

混双奖品：四张奖状 $1.5*4=5$ 元

共计：60元

## 趣味乒乓活动策划方案篇三

随着“第九届新生乒乓球比赛”的举办和圆满成功，我校同学对乒乓球的热爱日益加深，同学们的乒乓球技能也有了大幅度提高。社团正朝着一个崭新的方向蓬勃发展。为了进一步提高社员们的交流和沟通，发扬乒乓球比赛的精神，丰富同学们的课外文化生活，我社团决定举办第三届趣味乒乓球比赛。

### 二、 活动时间及地点

时间□20xx年12月01日晚上7点—9点半 地点：校内乒乓球馆

### 三、 活动宣传及通知

1. 由社联宣传部进行海报展板的设计和张贴进行宣传。
2. 在□20xx级乒乓球社团qq群里对社员进行通知。
3. 由各系体育部向各班同学通知。

### 四、 活动物资准备

道具：球拍、乒乓球（二十个）、筷子（四双）、板凳（两张）、

脸盆（一个）、纸杯（若干）、矿泉水瓶子（四个）、胶带、粉笔、海报展板。

奖品：奖状（若干，约15张）、乒乓球、笔记本（若干）、小便贴（若干）。

## 五、 活动流程及时间安排

1. 社团干事提前半小时（即六点半）需到场地准备收拾比赛场地和道具，安排比赛事宜。

2. 七点：比赛正式开始，八个项目由各个干事负责完成。

3. 九点：比赛结束，进行比赛颁奖。 4. 九点半场馆关门，活动圆满完成。 具体项目流程为：

1. 筷子夹乒乓球跑：

负责人： 时间：十五分钟

2. 单足颠球跑：

负责人： 时间：十五分钟

3. 双人打两球：

负责人： 时间：十五分钟

4. 水杯中吹球：

负责人： 时间：十五分钟

5. 定点投球：

负责人： 时间：十五分钟

6. 知识竞答：

负责人： 时间：十五分钟

8. 一边放一个盆 选手发球入盆 一定的时间记数 多着为赢。

## 趣味乒乓活动策划方案篇四

贯彻落实全国学校体育工作会议精神和教育部、国家体育总局、共青团中央《关于开展全国亿万学生“阳光体育运动”活动的通知》精神。积极贯彻“健康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代健康理念，以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”。

### 二、活动目标

通过“阳光体育运动”的开展，利用学校现有的体育设施，丰富课内外体育活动内容，使学生每天在校锻炼一小时的时间得到保证，让每天的体育运动和锻炼成为学生的自觉行动和行为习惯，促进学生体质健康和各方面的全面发展，实现学生活泼快乐、健康成长。

### 三、活动内容及时间安排

- 1、各班要利用体育课时认真学习乒乓球技术，观看乒乓球比赛，掌握乒乓球的基本技术和规则。
- 2、各班要根据学生的实际情况分好组，固定每张乒乓球台的人员及负责人。
- 3、每天晚餐后可根据实际情况按以下安排组织学生打乒乓球。
- 4、学生在乒乓球练习时各班要加强纪律管理，学校巡逻的教师要把乒乓台处作为重点地方进行巡查。
- 5、在打乒乓球的同学要讲规则，守纪律，文明打球，加强训练，学校将在5月上旬举办乒乓球比赛，请大家做好充分的准

备。

6、鼓励打乒乓球的这个时段各班同学多带自己的体育器材：如羽毛球、篮球、毽子、皮筋、跳绳等进行活动。

7、为了鼓励和引导同学们打好乒乓球，学校为七八年级各班配备了一幅乒乓球拍，供大家练习，学期结束后完好归还。

8、为了加强活动的开展，保证活动落到实处，学校成立“乒乓球活动领导小组”。组长：陈继平；副组长：李华、邓元平；成员：黄中卫、邓清平、吴春晖、张豹及各班班主任。

9、我们提倡全体教师参与到打乒乓球当中来，欢迎大家前来指导。

## 趣味乒乓活动策划方案篇五

为响应国家倡导的“锻炼身体、保家卫国”精神，搞活公司文化，给同事们的业余生活增加色彩，让同事们能够在简单而残酷的比赛活动中增进情谊、展示魅力、促进工作效率，结合公司实际，特策划一场乒乓球球比赛活动。

### 二、活动原则

1、友谊和比赛都是第一；

2、听裁判的话；

### 三、活动地点

公司四楼；

### 四、活动时间



1、报名时间：8月8。日到8月10日；

2、比赛时间：8月11日17：00；

## 五、活动方式

1、每个部门派出2名代表参赛（男女各一名）；

2、8月8。日到8月10日，各部门负责人将参赛代表名单报至行政部；

3、比赛分为男子单打、女子单打及男女双打；

4、男、女子单打根据报名人数分为初赛和决赛两个阶段；

## 六、奖品奖项设置

1、本次活动男、女子单打各设冠、亚、季军及团队优秀奖；

3、单打获胜者颁发证书一份。

## 七、活动组织

活动宣传：行政部

报名处：行政部

裁判员：

现场组织：

## 八、活动费用预算

1、购买球拍4副、乒乓球若干，约 元；

2、比赛奖品约元；

3、获奖证书、照片冲洗费用元；

以上活动费用总计 元。

## 乒乓球赛规则

2、参赛选手必须提前10分钟到赛场签名，超过10分钟判输掉该场比赛；

3、比赛采用每局11分制，到10平后先连续得2分者，当局获胜；

4、通过抽签决定对阵双方，若还剩一人，则该选手直接晋级下轮比赛；

6、初赛采用淘汰赛，每场3局2胜制，胜出者进入下一轮比赛；

7、通过初赛最后产生3或4名选手进入决赛；

8、决赛循环赛时，比赛结果必须经过选手本人签名确认；

10、如对比赛规则有疑异，由裁判委员会进行裁决和解释。

## 乒乓球赛比赛细则

### （一）发球权与选边的确定

比赛前双方通过猜硬币正反面来决定，猜中者有优先选择权，确定发球或者选边；

### （二）换发球及换边

2、当局比赛完后，双方进行换边，同时发球权也改变，

### （三）重发球

若发球方将球击到球网后，球再到对方球桌面，则不计分，发球方重新发球；

### （四）休息

- 1、每局比赛中双方可进行1次暂停，但时间不超过30秒；
- 2、每局比赛完后，双方有权要求休息，但时间不超过2分钟，

### （五）得分

- 1、发球时，击球前球必须离手（球抛起高度不限），否则算违例，对方得分；
- 2、做了发球动作，但未击到球，算对方得分；
- 3、发球后球未过网或球过网但出界，对方得分；
- 4、接球、发球下网或者越过网后直接出界，对方得分
- 5、球绕过网的侧面到达对方桌上，对方得分；
- 6、球落在对方桌面棱线以内有效，若球越过网后擦在对方桌子侧面，则对方得分；
- 7、发球方将发球到对方桌面，对方未接到球或者接球出界，发球方得分；
- 8、其它情况由当局裁判确定得分。