最新高中冬季运动会活动方案设计 冬季运动会活动方案(汇总6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。写方案的时候需要注意什么呢?有哪些格式需要注意呢?以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容,希望对大家有所帮助。

高中冬季运动会活动方案设计篇一

为迎接xx市2012年冬季体育活动的顺利召开,提高本站职工身体素质,增强职工间的交流、协调和配合,特举办xx市中心血站2012年冬季职工运动会。

二、活动时间2012年

12月下旬

三、参加人员全站符合参加活动条件的职工

四、活动内容

- (一) 拔河比赛
- (二) 跳绳比赛
- (三)仰卧起坐比赛
- (四) 踢键比赛
- (五)口吹气球比赛
- (六) 乒乓球击球比赛

- (七) 多人齐走赛
- (八) 动感单车比赛

五、活动细则

- (一) 拔河比赛: 所有参赛人员分为两组(不分男女),采取一次定输赢的方式,拔河绳中心标志偏向并超过4m线方为获胜方。(本组组织: 袁介秋裁判: 陈纯超)
- (二)跳绳比赛: 所有参赛人员分为两组(不分男女),各参赛组各派1人同时在一条绳内跳动,在跳绳时没有跳过使绳停下者则出局,组内再派1人接替比赛,未出局者则继续进行比赛,最后以剩下未参加跳绳人数多的一组为优胜组。(本组组织□xx裁判□xxx□
- (三)仰卧起坐比赛: 所有参赛人员分为两组(不分男女), 以参赛组内组员仰卧起坐累计个数多的'一组为优胜组(本组组织□xx□
- (四) 踢毽比赛: 所有参赛人员分为两组(不分男女),以参赛组内组员踢毽累计个数多的一组为优胜组(本组组织□xxx□
- (六)乒乓球击球比赛: 所有参赛人员分为两组(不分男女),参赛人员在双脚立定不动的情况下,用乒乓球拍向上击打乒乓球,以累计击球次数多的一组为优胜组(本组组织□xx□
- (七)多人齐走赛所有参赛人员分为两组(不分男女), 以3-4人为1组,各参赛人员两只足分别固定在同一木板上, 行走,到达终点后并返回起始点,由组内另组队员接替进行。 以组员完成活动所需时间短的一组为优胜组(本组组织□xxx□

(八)动感单车比赛: (分男女组个人赛)以在相同的档位相同的时间内,轴承转动的次数多少决定优胜。

六、获奖者奖励办法

- (一) 凡集体赛活动均只设置一等奖, 奖金每人450元
- (二)个人赛活动设置一等奖(1名、200元)、二等奖(2名、150元)、三等奖(3名、100元)

七、特别说明

参赛人员及项目负责组织者、裁判均必须遵守时间,不能准时到场参加者视为自动弃权,不得参与评奖,其后果自行负责。

高中冬季运动会活动方案设计篇二

为了促进幼儿身体的发展和基本动作的提高,在教师有目的的组织幼儿参与体育活动和户外活动的基础上,我们旨在通过冬季运动会的开展来丰富幼儿的生活,提高他们参与体育活动的兴趣,使幼儿身体得到锻炼、体质得到增强,从而推动全园体育运动的开展。本着让每一个孩子参与、快乐、健康的原则,本学期我们根据工作的安排,结合幼儿身体发展情况和日常体育活动开展的情况,举行我园的冬季运动会,让每一个幼儿积极地参与活动。现将本次冬季运动会策划方案制定如下:

- 1、培养幼儿对体育活动的兴趣,增强各年龄段幼儿动作的协调性和灵活性,提高幼儿的身体素质。
- 2、培养幼儿初步的团队意识和竞争意识,帮助幼儿懂得在活动中要合作、谦让、遵守规则。勇于克服困难,体验胜利的愉悦。

3 为孩子创设一个大胆与人交往的氛围,增进小朋友之间,师幼之间的情感交流。

2017年11月27日

韵扬艺术幼儿园2017年第一届冬季运动会

幼儿园操场

- 1、通过这次运动会让幼儿进一步提高跑步、跳跃、钻爬的能力。
- 2、加强幼儿的体育锻炼。
- 3、培养幼儿之间团结友爱,努力拼搏的精神。
- 1、裁判员: 每级老师互换。
- 2、音响准备/摄像机准备/横幅"韵扬艺术幼儿园冬季运动会"等比赛道具。
- 3、各班提前上交各项运动员名单
- 1、运动员出场/升国旗/早操展示。
- 2、园长宣布冬季运动会开始。
- 3、大班组比赛: 跑步、平衡车、越障碍物接力

(障碍赛内容: 跑步、钻洞、跳圈、平衡木、爬行、夹球跳 投球)

4、中班组比赛: 跑步、运球车、越障碍物接力赛

(障碍赛内容: 跑步、钻洞、跳圈、平衡木、爬行、夹球跳

踢球)

5、小班组比赛: 跑步、脚踏车、越障碍物接力赛

(障碍赛内容: 跑步、钻洞、爬行、运球车运球踢球进框)

- 1、跑步:分小组,小组第一后再赛一次。
- 2、车类: 分小组, 小组第一后再赛一次。
- 3、越障碍物接力赛:每班分成3组进行比赛,最快完成的一组为第一。

(以班为单位,每项都要与一小朋友合作进行五项障碍物比赛,二人三足/抱小孩过障碍物/跳绳/夹球走/投球。)

高中冬季运动会活动方案设计篇三

一、活动背景:

运动竞技是促进员工沟通感情、加强联系,建立团队意识,以提高工作热情和效率的方式之一。本次趣味运动会秉着鼓励员工锻炼身体,在运动中陶冶情操,热爱生活。

二、活动目的:

公司工会通过组织健康向上、群众喜闻乐见的文体活动,庆祝圣诞节,同时提高全体员工的团队意识,增强团队精神,丰富员工的. 文化生活,促使员工有更好的精神面貌和工作效率,能以饱满的热情投入到大干四季度中去,为全面实现公司20xx年各项目标而努力奋斗。三、活动组织单位:

公司工会主办

四、活动时间、地点:

时间: 暂定于20xx年12月24日(如有变化,另行通知)

地点:公司

五、活动项目及现场负责人:

个人项目:

1、1分钟跳绳

比赛用具: 跳绳2.5m

比赛规则:每组5人,裁判吹哨开始跳,一分钟计时,下一组跳的人负责给他们数,一分钟后裁判喊停把成绩记录下来,以最后成绩多者为最后胜利者。

裁判:

2、吹气球

比赛用具:气球

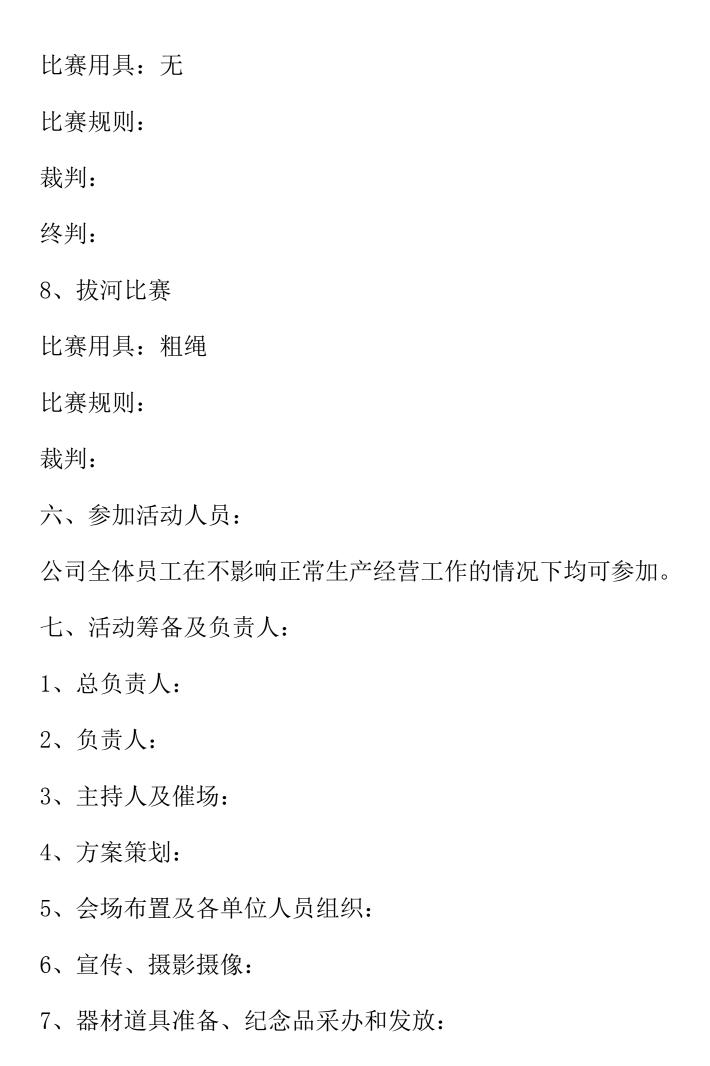
比赛规则:每组5人,裁判吹哨开始吹气球,将气球吹到终点,中间如果掉在地上,捡起来再从原地重新开始吹。

裁判:

终判:

3[]100m赛跑

比赛用具:无



- 8、横幅:
- 9、各比赛项目道具的摆放:企管部

八、注意事项:

- 1、在比赛过程中,有拔河人数超过15人的,则该组当局比赛 算输;
- 2、安全注意事项:有心脏病、高血压或身体不适者请勿参加比赛活动,所有运动员必须穿运动鞋参赛,请参赛者注意安全、防滑防摔,赛前做好热身运动。

九、报名时间及报名地点:

报名时间:于20xx年12月1日起到20xx年12月15日止(一周报名时间)

报名地点:各单位文员处报名,由文员将运动员名单上报到公司办公室。每人限报两项,逾期未报名者,视为自动放弃参赛资格。

注:参赛项目和运动员一经确定,无特殊情况不得更改和弃权。比赛的开始与结束均以裁判的哨声为准。

高中冬季运动会活动方案设计篇四

学校"阳光体育周"又开始啦,在这次"阳光体育周"活动中,学校为我们设置了很多有趣的比赛项目:有适合全体学生参与的"一分钟跳绳比赛,同时还有激动人心的师生拔河赛和师生pk赛,怎么样?你想参加吗?那就从现在开始积极训练吧,到时候我们来比一比,谁是跳绳小冠军?谁是拔河胜利者?让我们拭目以待!

组长□xx

成员[] xx

全体体育老师、各正副班主任老师

以人为本、健康第一:各班要充分认识学校"阳光体育周"的活动意义,积极组织全体学生参与项目活动,以人为本、健康第一。

全员参与、安全至上:各班要重视安全教育与规则教育,确保学生按照比赛规则进行比赛,不发生意外伤害事故,使每个孩子在运动中体验快乐(考虑到有部分特殊体质的学生,跳绳比赛每班可以有两名学生不参赛)。

- 1、集体项目要求:全校学生以班级为单位进行比赛。
- 2、集体比赛时间: 12月29日下午12: 30开始。
- 3、运动项目

项目一:一分钟跳绳比赛。

比赛规则:按照班级学生平均数评选年级组一、二等奖。

项目二: 拔河比赛(每班男生10名,女生10名)

比赛规则:

- 1、 按1-6年级进行分组,赛前抽签,每场比赛均采用三局两胜制,胜者进入下一轮,输者淘汰。
- 2、 比赛分a□b二组□ a组东边篮球场□b组西边篮球场。

3、拔河比赛项目评选年级组一二等奖。

xx小学体育组

20xx年12月

高中冬季运动会活动方案设计篇五

活动日期 时间 赛事安排 比赛场地

10月16日 下午 开幕式暨拔河比赛 **体育中心

10月18日-24日 晚上 篮球 **体育中心

10月24日 上午 登山 梧桐山

10月24日 全天 羽毛球 **体育中心

10月25日 全天 乒乓球 **体育中心

10月31日 下午 趣味运动会暨闭幕式颁奖仪式 **体育中心

二、竞赛及积分办法

(一) 竞赛办法

- (1) 按照赛程安排,各企业可选拔队伍或运动员参加比赛;
- (3) 在运动会中尊重组委会、尊重裁判,赛出风格,赛出水平。

(二) 积分办法

(3) 总积分=团体项目积分总和+个人项目积分总和。

三、开幕式流程

10月16日下午 活动内容

四、比赛规程

(一) 拔河比赛竞赛规程

1、报名人数:每支队伍可报名12名运动员,其中男队员9人,女运动员3人;

2、竞赛规则:

- (1) 比赛为男女混合拔河,每支队伍每局比赛派出派出8男2 女参与拔河比赛;
- (4) 半决赛及决赛期间,每场比赛采取三局两胜赛制,胜队 伍晋级,负队淘汰;
- (5)局与局之间不能换人,比赛双方必须决出胜负后才能换人;
 - (6) 场与场之间比赛结束后,可以任意替换报名表内的队员。
 - (二) 篮球比赛竞赛规程
- 1、报名人数:每支队伍可报名12名运动员(全部男队员);
- 2、竞赛规则: (1) 比赛男子五人制篮球赛, 比赛规则均参 考国家篮协最新颁布的竞赛规则。 (2) 比赛前各队伍派代表 抽签分组,取小组前2名出线晋级半决赛及决赛,直至决出冠 军。

比赛日期 赛程安排

- (三) 羽毛球赛竞赛规程
- 2、竞赛规则:
- (3) 每场赛事包含三项单项目: 男子单打、男子双打、混合双打;
 - (4) 每场赛事采取三局两胜制;
 - (6) 如缺席赛事,分数均作为31比0;
- (7)每场赛事每人只可参加一项单项目,每队出场人数最少四男四女;
- (8) 分组赛事完结后,如有同分,将以得失场数较佳者为出线队,如得失场数相同,将以得失细分决定出线权。
 - (四) 乒乓球赛竞赛规程
- 1、报名人数:每支队伍最多可报名男单、女单各3人;
- 2、竞赛规则:
 - (1) 赛事共设男子单打、女子单打两个比赛项目;
 - (3) 赛程及赛制根据实际报名人数另行调整。
 - (五)登山比赛
- 1、报名人数:
 - (1) 每支队伍报名人数7人, 男队员5人, 女队员2人;
 - (2) 各参赛队须设领队1名、负责比赛事务联络和团队管理。

2、竞赛规程:起点是**体育馆旁登山口,全程沿梧桐山南路,到梧桐山管理处为中途折返点,最终原路返回到**体育馆登山口。全程8公里,设两个休息点,分别是梧桐山小瀑布(2.6公里处)、梧桐山管理处(4公里处)。中途折返点需签到,用时最少的团队为冠军,依次类推。

(六) 趣味运动会

1、报名人数:

- (1) 每支队伍报名人数20人, 男队员12人, 女队员8人;
- (2) 各参赛队须设领队1名、负责比赛事务联络和团队管理。

2、竞赛规程:

- (1) 团体趣味项目均以团队为单位参与;
- (2)按照每个比赛项目的单项成绩排列名次获取相应积分,第一名至第八名分别可以为团队获得10、8、6、5、4、3、2、1积分,其余名次不得分。

高中冬季运动会活动方案设计篇六

为弘扬奥运精神,激发师生的体育热情,促进校园体育文化活动的开展,为我校学生提供一个能够展现个人和集体魅力的大舞台。经研究决定于201x年10月25日举办我校冬季田径运动会。现将竞赛方案发给大家,希望各班认真准备。

一、主办本届冬季运动会领导小组

组长:

副组长:

二、比赛时间

20xx年10月25日——20xx年10月26日

- 三、参赛办法
- 1、各队以班级为单位参加比赛。
- 2、各队按学校安排的项目选派队员参加。
- 3、各班根据个人项目限报男女各3人,接力赛每班男女各4人, 拔河选30人参加(男女各15人)。

四、参赛项目

本次活动主要参赛项目:

三至四年级: 五分钟呼啦圈、打陀螺;50米三人五足、三分钟踢毽、100米、4×100米接力、拔河。

五至六年级:三分钟踢毽;五分钟呼啦圈、50米三人五足、100米;4×100米接力赛;50米×8往返跑;拔河。

(一)参赛时间:

项目:

田赛: 五分钟呼拉圈、一分钟拍皮球、三人五足、二人绑腿、投沙包、立定跳远、三分钟踢毽、打陀螺。

径赛: 50米、4×50米接力、100米、4×100米接力、50米×8 往返跑。

(二)参赛办法

- 1、各队以班级为单位参加比赛,个人项目限报3人(其中男生、女生各3人,接力赛男女生各4人)。
- 2、三人五足男女生各6人, (男女生各2队)
- 3、二人绑腿男女生各4人, (男女生各2队)
- 4、比赛时由低年级到高年级的顺序进行。
- 5、拔河比赛每班30人,男女各15人,各队按年级抽签参加比赛,并进行a[b]c单循环比赛,并按比赛积分多少取名次。比赛采用三盘二胜制,每胜一场得2分,负一场得1分,弃权得0分,积分多者名次列前。如遇两队或两队以上积分相等,则按抽签要场地拉一次决定名次。
- 6、各项比赛 在学校指定的比赛范围内进行。
- 7、冬运会是学校每学年度的一项重要活动,没有报名参加比赛的学生,应遵守运动会的纪律,为各代表队加油助威,做好后勤保障工作。各班应加强管理、组织有序,确保比赛顺利进行。

(三)比赛规则:

- 1、运动员应按规定的比赛时间提前20分钟到达比赛场地。
- 2、呼啦圈: 在学校指定的的范围按年级参加比赛, 在一分钟内甩的个数多者取胜。
- 3、打陀螺:在裁判指定的半径为1米的圆圈内进行比赛,持续时间长者为胜,陀螺和人不能出圆圈或停止。如果陀螺死和队员的脚及陀螺出线外,则违例,不记成绩。
- 4、立定跳远:运动员跳三次,取最高一次成绩。

- 5、投沙包: 在10米距离投进筐内数量多者取胜。
- 6、拍皮球:在一分钟内拍的个数多者取胜。
- 7、三分钟踢毽:在三分钟内踢的个数多者取胜。
- 8、拔河:参赛队必须按时到场,迟到15分钟,以弃权处理,并判对方2:0获胜。
- 9、接力跑:分道进行,运动员不得抢道,接棒者必须在接棒 区线内接棒,接棒者脚不能踏出起跑线,传接必须在参赛者 指定的线道内进行,接力棒必须拿在手上,直到比赛结束为 止。任何人掉了棒,必须由其本人拾回,而且要在不影响别 人的情况下,方可越出自己的跑道以拾回接力棒。
- 10、50米、4×50米接力、100米、4×100米接力、50米×8往 返跑等径赛项目:在听到「各就位」及「预备」口令和发令 枪响之后,参赛者立即起跑。运动员在抢跑时第一次、第二 次由裁判员给以警告,第三次取消比赛资格。

(四)奖项设置:

- 1、个人项目: 各年级男、女按成绩各取前三名。
- 2、集体项目:一年级取前二名,二年级取前三名,三年级取前三名、四年级取前三名、五年级取前三名,六年级取前三名。 名。
- 3、一二年级设一个纪律优秀奖。
- 4、三四年级设一个纪律优秀奖。
- 5、五六年级设一个纪律优秀奖。
- 五、活动应注意的事项

- 1、本次冬运会由工会、团支部、少先队、体育教研组统一组织实施,望各班主任负责将每项活动的具体时间和开展形式具体逐项落实,各班要按照学校的总体安排制定本班的具体活动方案,并在活动时间里先行安排选拔,积极组织本班学生参与各项活动。
- 2、各班主任必须在20xx年11月16日前上报本班运动员名单, 逾期不上报,视为弃权。
- 3、本届冬运会将举行开幕式,开幕式安排在11月24日上午8:30分举行,9点开始比赛;闭幕式安排在25日下午16:00进行。
- 4、本届冬运会暨各体育活动项目实行项目责任制,裁判员及工作人员由综合组负责落实。

六、活动前的工作安排

为了筹备好此次活动,希望各位教师要积极配合学校的工作。

- 1、 开幕式的筹备
- (1) 舞台布置
- (2) 仪仗队
- (3) 后勤保障
- (4) 治安及安全组
- (5) 场地组:
- 2、 资料收集汇总及公布成绩
- 3、 奖状书写