

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) 踢毽比赛

(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，体验胜利的喜悦。

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

比赛规则：每组5人，短跑比赛，哨声一响向前冲。

裁判：

终判：

拍照：

4、乒乓球比赛

比赛用具：乒乓球，球台

比赛规则：

裁判：

5、羽毛球比赛

比赛用具：

比赛规则：

裁判：

集体项目：

6、篮球比赛

比赛用具：篮球、篮球场

比赛规则：每队3人

裁判：

7□400m

比赛用具：无

比赛规则：

裁判：

终判：

8、拔河比赛

比赛用具：粗绳

比赛规则：

裁判：

六、参加活动人员：

公司全体员工在不影响正常生产经营工作的情况下均可参加。

七、活动筹备及负责人：

1、总负责人：

2、负责人：

3、主持人及催场：

4、方案策划：

5、会场布置及各单位人员组织：

6、宣传、摄影摄像：

7、器材道具准备、纪念品采办和发放：

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。
- 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