

2023年跆拳道亲子活动策划方案 跆拳道 亲子活动策划书(大全6篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。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。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

跆拳道亲子活动策划方案篇一

- 1、让孩子们通过自己的努力完成比赛，感受成功的快乐。
- 2、激发孩子参与体育活动的积极性，发展孩子身体的协调性和灵活性，增强身体锻炼。
- 3、激发孩子参与亲子体育游戏的兴趣，感受和父母一起运动的快乐。

(1)组织工作

- 1、向整个博物馆的家长 and 儿童发布活动倡议。
- 2、各个年龄段的教练都认同适合这个年龄段孩子年龄特点的运动。
- 3、组织亲子登记。
- 4、在奥运会开幕式上，各班应组织运动员在广场进入体育场进行排队练习。
- 5、在运动会上做好分工。

(2) 经验准备

孩子和家长提前知道每个项目的玩法，在家或者晨间体育活动中练习。

(3) 材料准备

1、运动场布局、活动横幅、环境营造等。

2、每项运动所需的`用品。

(1) 活动时间:20xx年3月25日下午2:30开始

(2) 地点:西峡区青少年活动中心一楼(风雨操场)

(3) 少儿春运活动主题:“我运动, 我健康, 我快乐”

(4) 运动会工作人员分布:

总指挥:雷, 王

仲裁负责人及地点:寇驰王磊寇驰马寇驰李万宁

主裁判:雷王马李万宁

倪老师葛王劳石郑雷林

主持人:倪老师

照片:吴双

赛前运动器材准备:雷教练

音乐:贾磊

分数:每次比赛的负责人

统计:各种比赛负责人

安全与物流:王福

(5) 奖项设置:

项目奖励的设置:

总共有1个第一名, 1个第二名, 其他都是优秀奖

个人

设置为:体育明星班、健康宝宝班、文明宝宝班、快乐宝宝班等

(6) 奖项:白元昌郭元昌高元昌蒋元昌

(7) 出口。

(8) 开幕式:

- 1、宣布奥运会开幕
- 2、旗手入场演奏“运动员进行曲”
- 3、运动员进入体育场。
- 4、全体师生唱国歌。
- 5、运动员(儿童)代表发言。郭还是
- 6、家长代表发言。

7、馆长发表讲话宣布奥运会开幕。

(9)注意事项:

1、遵守比赛规则，服从裁判的决定。友谊第一，竞争第二。

2、每个班的教练都要管好这个班的学生，注意安全，不要在球场上自由行走或奔跑。

3、保持清洁，保持比赛场地清洁，爱护公共设施，做到文明。

(10)竞赛项目和规则:小型体育项目

一、集体体育项目:

1、袋鼠接力(集体游戏)

人数:八户(一大一小)分成两组，两排相对的站(距离10米)。

怎么玩:孩子面对父母，双手抱住父母的脖子，双腿勾住父母的腰。父母用手摸不到宝宝，赶紧跑到对面把接力棒传给下一任父母。获胜的队将是第一个通过的队。

2、螃蟹夹球(集体)

如何玩:一位家长和孩子握着手，把球放在上面，迅速向旁边移动。获胜者是先把球送到终点线的人。

3、继电器运行

怎么玩:亲子游戏。听口令，孩子手里拿着接力棒开始，走到已经站在中线的家长面前，把接力棒交给家长，然后家长拿着接力棒跑到终点。最快的组是赢家。

4、夹球跑

怎么玩:孩子把球从起点抱到终点,交给父母。父母把球夹在两条腿之间,跑回终点线。赢家越早。如果球掉了,你需要捡起来。抓住它,继续走。

二、个人亲子项目:

1、踩气球

准备:几个气球

怎么玩:每个家庭都有父母和孩子参加。老师给每个家庭一个气球和一根绳子,让父母把气球吹大,绑在脚踝上。听到老师的口令,家长背着孩子踩上了其他家庭的气球。气球爆了就淘汰了。比较谁是冠军。

2、推手推车

怎么玩:父母抱着宝宝的腿,宝宝用双手抱着地面。宝宝听到口令后,双手向前爬,看谁先赢。

3、可爱的袋鼠宝宝

怎么玩:让孩子紧紧抱住父母的脖子,用腿掐父母的腰,像小袋鼠一样紧紧挂在胸前。父母弯腰,手脚着地往前爬。第一个走到最后的人获胜。

4、穿大鞋子

怎么玩:一个家长和一个孩子参加。家长脱鞋坐在场地另一边。孩子们穿上父母的鞋子,站在另一边。听到口令后,孩子开始走向父母,走向父母,和父母一起穿上鞋子,父母拉起孩子向终点跑去。

5、我是小姚明。

怎么玩:父母和孩子面对面站在指定的位置。游戏开始后,孩子们把篮子里的五个沙袋扔进父母手里的篮子里。家长配合收沙袋。最后,获胜者将是被扔进篮子里的沙袋。

三、一家三口游戏

1、幸运球

准备:几个未充气的气球,四个大箱子,四条跑道。

怎么玩:爸爸妈妈和孩子站在起点,游戏开始。爸爸用嘴吹气球打结(不能比气球样品小)。妈妈和孩子背靠背,抱着气球,运到指定地点,游戏重复进行。在规定时间内,气球多的一方获胜。

规则:手不要触球,途中坠落或爆破无效。

2、两人三脚

准备:几根绳子

怎么玩:爸爸妈妈和孩子用绳子把相邻的腿绑在一起。听到口令后,三个人一起向前跑,看谁先跑到终点。

跆拳道亲子活动策划方案篇二

个人简历不是宣泄内心情绪的工具,能够依靠更加精简的语言突出自身的竞争优势,每位求职者均能够找到更加适合自己的工作岗位。而岗位的好坏个人简历的制作水平起到至关重要的影响。

个人信息

性别:男

民族：汉族年龄：23

婚姻状况：未婚专业名称：电子信息工程技术

主修专业：电子类政治面貌：群众

毕业院校：闽西职业技术学院毕业时间：6月

最高学历：大专电脑水平：一般

工作经验：一年以上身高□173cm体重：70公斤

现所在地：新罗区户籍：泉州市

求职意向

期望工作地区：新罗区期望工作性质：全职

最快到岗时间：1周以内需提供住房：不需要

教育/培训

教育背景：

学校名称：闽西职业技术学院(9月-206月)

专业名称：电子信息工程技术学历：大专

所在地：龙岩市曹溪路8号证书：中级无线电装接工，计算机一级

专业描述：课程包括通信原理plc单片机等

培训经历：

工作经验

公司名称：唯拉婚礼策划(年2月-2月)

所属行业：其他公司性质：其他

公司规模：10~50人工作地点：龙岩市

职位名称：执行部主管(兼销售)

工作描述：我的工作主要唯销售婚礼服务，已经对一场已接单的婚礼进行统筹规划，安排进程。

离职原因：收入不稳定

自我评价

语言能力

语种名称掌握程度

英语良好

普通话优秀

拓展阅读：求职宣言对于个人简历毫无意义

很多求职者在书写个人简历内容时，喜欢将很多目标的宣言写在简历上。而对于企业而言，更加重视求职者实际的工作能力，盲目的将个人目标宣言融入到个人简历的制作过程没有任何的实际意义。对于知名企业而言，非常讨厌喜欢耍嘴皮子的员工。

学会定位目标减少各类“信誓旦旦”的宣言

求职者之所以将很多宣言写入个人简历，其主要目的在于通过自己表示的决心，让招聘单位感觉到只要求职者获得工作的机会，必然会认认真真的完成全部工作任务，将企业作为全部生活的中心。其实企业需要的人才不需要将工作作为生活的全部，懂得享受生活的人才，才能更好的适应工作环境。单纯以各类求职宣言提高简历的通过率效果微乎其微，甚至影响到招聘单位对于求职者的正确判断。

尤其在制作个人简历书写各类求职宣言，不如将大量的篇幅提供与书写求职者的工作经验。企业在招聘的时候，对于高学历与丰富经验的求职者认可度非常高。能够针对企业岗位突出自身技能优势，可以赢得企业的垂怜。帮助每位求职者在更短的时间内，找到更加适合自己的工作岗位，达到高薪就业的目标。

提高个人简历的竞争力，不断的书写求职宣言毫无意义，能够将自己的高学历与工作经历突出显示，可以赢得招聘单位认可。从而在优质个人简历的帮助下，顺利完成就业，并且就业的岗位能够达到求职者与其的标准。

跆拳道亲子活动策划方案篇三

一、活动背景

萱草生堂阶，游子行天涯；慈母依堂前，不见萱草花。慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁言寸草心，报得三春晖。这些诗句，表达了儿女们对母亲的感恩之心，歌颂了人间最伟大的爱母爱。母爱是人类一个亘古不变的主题，我们赋予它太多的诠释，赋予它太多的内涵。没有历史史诗的撼人心魄，没有风卷大海的惊涛骇浪，母爱就像一首深情的歌，婉转悠扬，浅唱低吟……想起了母亲，志向消沉就会化为意气风发；想起了母亲，虚度年华就会化为豪情万丈；想起了母亲，漂泊的游子就会萌发起回家的心愿。通过此次活动在于弘扬母亲的伟大，加强我们与母亲的交流

与沟通。充分体现母亲的伟大，充分感受那份爱的无尽与伟大！

二、活动目的

在，为了丰富校园文化生活，重温成长过程，感恩伟大母爱。让感恩氛围校园，让大学生学会感恩，学会用心灵关怀。旨在繁荣校园文化，强化大学生的感恩意识，让我们更加深入的理解母亲那无私的爱，进一步拉近彼此的距离。同时借此机会宣传妈妈的爱，感谢母爱的无私，让这种爱不断的流传下去。

三、活动主题

感恩母亲节。

四、活动宣传

1. 海报宣传：在社区各宣传栏张贴海报
2. 展板宣传：在活动前期及期间制作相应的展板
- x. 社员宣传：通过各社干社员在身边同学，朋友中的宣传达到深入宣传的效果

五、活动时间：205月x日下午

活动地点：社区

六、活动对象

社区居民及建材学院在校部分大学生代表；

七、活动流程

- 1、由此次活动主持人介绍母亲节的由来，让在场的社区居民及大学生代表深刻了解母亲节在我们心中神圣的地位。
- 2、由建筑工程系文艺部表演关于歌颂伟大母亲的歌曲舞蹈及社区带来的大合唱等节目。
- 3、活动中由主持人和学生代表讲述自己母亲的感人事迹，同时邀请社区代表讲述自己对母亲节的理解及关于发生在自己子女对她的生活点滴记录。
- 4、由参与此次活动的学生代表和社区居民在展览墙上贴上对母亲爱的寄语，愿我们的母亲能健康平安。
- 6、最后由社区主任对本次感恩母亲节活动做出总结，并宣布此次活动举办的意义。

八、活动后期总结及相关事项

- 1、活动结束后，主办部门做好总结，并建档留作资料保存下来，用作教育、启发和宣传的素材。
- 2、参与同学积极动员身边同学用行动去回报母爱，感恩母爱！
- 3、此次活动由编辑部拍照，用于校内宣传和推广社区活动。为歌颂母爱，起到积极的教育作用。

母亲节活动策划2

我公司为弘扬中华民族传统美德，提高员工素质，筑牢员工 " 爱国、爱家、爱厂 " 思想基础，增强员工 " 孝道 " 意识，全面推动企业健康发展，经公司党委研究决定，借助5月x日 " 母亲节 " 之际，组织开展一次 " 感恩母亲，从我做起 " 主题活动。

一、活动对象及方式

以公司在岗员工双重母亲为对象，采取上门走访方式，送去公司的问候及一封以公司名义写的 " 致伟大母亲的一封信 " ，同时送去慰问金，每位母亲慰问金额为100元。

二、活动分工

以公司工会为主，办公室、财务科、党办协助。

三、活动步骤

- 1、对在岗职工的母亲居住地址及电话进行登记，摸清详细情况、划定走访区域、路线，输入电子表格，保留存档。
- 2、确定走访路线及家庭，制定走访日程计划，确定走访人员。
- 3、先期对和父母在一起生活的和睦家庭进行走访慰问，留存影像资料。同时对职工父母75岁以上的进行登记存档。
- 4、为每位职工母亲送上一封公司 " 致伟大母亲的一封信 " 和一本 " 弟子规 " 读本，为每位母亲送上慰问金100元。
- 6、走访慰问范围为市区内居住的职工母亲，如母亲不在本地，采用电话问候方式，说明公司意图，表达公司的问候。没有双重母亲，已为人母的女职工，孩子在十岁以上的，有阅读能力的可让孩子读公司致 " 伟大母亲的一封信 " ，孩子没有阅读能力可由父亲或母亲代读信件，以求达到教育作用。
- 7、活动经费：双重母亲为200元。单方母亲为100元，没有双重母亲，本人为母亲的100元。
- 8、母亲节前三天一分公司车厢悬挂 " 关爱母亲从我做起，母亲节快乐！ " 条幅，乘务员戴康乃馨，座位放【母亲节】—致全体乘客的一封信，并由乘务员宣读给信件内容。

四、活动要求

要充分重视，周密安排，态度认真，以确保活动实施到位，达到预期目的。要确保在“母亲节”前三天时间里，每位在岗职工母亲都收到公司的问候和关心。

母亲节活动策划3

为提升餐厅的知名度和美誉度，增进目标消费群体对母亲节的印象和记忆，通过媒体以亲情进行包装，号召做儿女的向父母亲表达关爱和祝福，借势造势，强化家庭责任，反哺母亲，奉献孝心，值5月日母亲节到来之际，策划以感恩母亲母爱永恒为主题的专题活动，具体方案如下：

一、活动目的

- 1、母亲节促销活动方案，提高品牌知名度；
- 2、提高目标消费群体在餐厅的购买率和消费额；
- 3、通过活动，增进餐厅和公众的了解和沟通，制造新闻线索，扩大对外形象宣传。

二、活动时间

年5月日-日（5月第2个周末）

三、目标群体

母亲节活动目标群体为25岁-45岁之间的时尚白领女青年和在政府机关、企业担任中高层职务的成功人士。由于公务或商务繁忙，与家人在一起的时间一般较少，特别是与父母亲在一起的时间更少，回报养育之恩的情结，可以引发其潜在的消费可能和情感需求。

四、活动主题

- 1、广告主题：感恩母亲母爱永恒！
- 2、广告词：世界上有一种最美丽的声音，那便是母亲的呼唤。
但丁（神曲）

五、活动内容

- 1、赠送康乃馨鲜花：凡2020年5月日当天到店消费的女士每人赠送康乃馨1支。
- 2、微博抽奖：到店消费晒照，并@餐厅官微及3位好友，就有机会获得价值228元的免费自助餐券。
- 3、生日祝福：凡5月日当天生日的女士，可凭身份证领取精美礼品一份。
- 4、女士营养菜单：餐饮部推出三道养颜营养菜肴。自助餐消费的女士可免费任选一道菜肴。
- 5、优惠酬宾：活动期间原价228元观景自助餐，母亲节专享套餐□x元。x美食城推出母亲节专享港式下午茶套餐。

六、活动宣传

- 1、短信群发：感恩母亲母爱永恒！5月日餐厅推出母亲节专享特惠活动，当天生日女士更有精美礼品赠送！
- 2、店内pop□大堂、餐厅门口、一楼电梯口各一块。
- 3、网络推广：通过官方微博、官方vx展开线上推广，5月2日开始预热，5日起开展为期7天的线上抽奖活动，关注餐厅官微并@3位好友，每日送出一张自助餐免费券。

4、主流媒体：5月日、5月日，活动前、后软文报道。

母亲节活动策划4

一、活动背景

根据酒店工会的活动计划，将在五月份举办“母亲节”感恩活动，感恩母亲是中华民族优良传统，“乌鸦反哺”的性灵原态，让我们感悟到作为人的重要表证，漂泊在生活的经纬里，总有千丝万缕的母爱情感把我们支撑。

二、时间

5月日（星期天）上午10：30分

三、地点

二楼国际会议厅

四、主持人

□

五、悬挂条幅

内容“妈妈，我们爱您！”

六、参加人员

酒店主管以上及酒店年x月份优秀员工□y□代表的母亲、婆婆、妻子，共计人。

其中：综合部（人□□x总、x总、x总、x总、□x□x□x□□x□

房务部□x人）□□x□□x□x□x

餐饮部(x人) □□x□x□□x□x□x□x□x□

营销部(x人) □x□x

财务部(x人) □x□x□□x

工程部(x人) □x□x□x□x

七、活动目的

感谢母亲，给了我们生命，感谢母亲，给了我们温暖，在母亲节的节日里，作为延续母亲的后续体，我们要充满激情地为母亲讴歌情怀，弘扬中华传统，进一步宣扬“以人为本”，关爱母亲的企业文化。

八、活动内容

在“母亲节”这个特殊的日子，为感谢酒店管理人员及优秀员工母亲对工作的大力支持，特别邀请优秀员工及管理层的母亲、婆婆、妻子来酒店参加母亲节感恩活动，让亲人们了解酒店的敬老爱老的酒店文化，加深对酒店工作的理解，提高团队凝聚力，增强员工对酒店的归属感。

2、由餐饮部员工演唱《感恩的心》、房务部员工演唱《妈妈的吻》；

4、邀请各位参加“母亲节”的嘉宾及员工至五楼西餐厅用餐，席间请酒店领导及各部经理向各位母亲敬酒。

母亲节感恩活动策划

跆拳道亲子活动策划方案篇四

时间：

8月15日星期一

上午6.30出发

下午7:30到达海城万和城正门

报名截止日：8月7日

地点：

沈阳野战排

活动：坐大客前往沈阳与本溪交界处的真人cs基地集合

开展真人cs对抗

10岁以要求有家长陪同

费用：350元/人

(包含来回路费100、午餐10元及真人cs费用200元管理费40元)

二、晋级(段位)考试

时间：

地点：

万和城大明跆拳道馆

活动：要求道馆所有学员参加，如有事不能参加请提前与教练沟通

费用：200元/级

备注：（有其他课同学请提前跟补课老师请假，如果着急考级的学员教练将尽力安排，但如实在不方便耽误您的宝贵时间还请谅解，也请大家遵守考级秩序）

考级当天，当正式开始考试时请家长撤出道馆，并保持考场安静。

三、野外拓展训练

时间：

8月22日-26日

报名截止日：

8月7日

地点：海城望台

费用：

包括(服装费、帐篷、睡袋、及伙食费管理费等)

活动：培养团队精神，塑造坚强的意志品质，克服困难。

脱离温室的怀抱，让队员真正的能够长大能够自立。

四、暑假课程结束日期

8月21后暑假班正式结束，课程恢复到周六周日全天

课程如果没有上完的同学请于9月1日前每周六周日来补课

跆拳道亲子活动策划方案篇五

2. 攀岩

3. 水枪大战

4. 户外拓展

活动细节如下：

一、活动时间□201x年7月30日星期六；

集合地点：城北广场

二、时间安排：上午7点20分集合，上午8时整点出发，下午16点30返程

三、报名参加人员划分三大组

1、幼儿组(8岁以下)要求：家长必须陪同。

2、儿童组(8到10岁)。

3、少年组(10岁以上)

四、服装要求：

1、学员上身穿爵士跆拳道t恤衫，下身穿道裤，系好腰带，穿运动鞋。

2、家长穿运动装、运动鞋。

五、报名费用请咨询教练员

六、注意事项

- 1、一切行动听教练安排，任何同学离队须由家长亲自向教练请假，批准后方可离开；
- 2、如遇天气和其他特殊原因，将根据情况，适当调整活动内容和时间安排；
- 3、进行活动期间如身体有不适，请及时向教练报告；
- 4、参加活动的家长要完全配合教练员安排，不得干扰正常活动进行。

报名截止时间□201x年7月29日截止

爵士跆拳道咨询电话：

跆拳道亲子活动策划方案篇六

二、公司年会策划方案之年会时间：

1月1日下午14点30分至22点00分

会议时间：14:30——18:30

晚宴时间：18:30——22:00

三、公司年会策划方案之年会地点：酒店多功能宴会厅

四、年会参会人员：公司全体员工

五、公司年会策划方案之流程与安排

年会的流程与安排包括以下两部分：

(一)年终大会议程安排

(二)晚宴安排以及年会创意节目表演

六、公司年会策划方案中关于年会准备及相关注意事项：

(一)年会的通知与宣传：公司办公室于今天向机关各部门及各项目部发出书面的《关于20__年度年终总结会的通知》，对本次年会活动进行公示和宣传，达到全员知悉。

(二)条幅的制作

(三)物品的采购：抽奖礼品、生肖礼品、游戏奖品、大会席位人(会议用)、笔、纸、员工席位卡(晚宴用)、会场布置所需用品、游戏所用物品、抽奖箱；会议所需矿泉水、晚宴所需酒水、各类干果小食品。

(四)现场拍照人员安排，做好大会以及活动拍摄工作

七、公司年会策划方案之年会筹办任务

主要包含：会务前期人员，中期协调工作人员，会议阶段主持人，晚宴阶段主持人，物品购置，会场布置、条幅、证书、人名台制作、鲜花预定、现场拍照的人员。