

最新工会新春趣味活动方案设计(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。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？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。

工会新春趣味活动方案设计篇一

和谐、友谊、进步

9月下旬

XXX

第一项：共同进步(双人跳绳)

比赛规则：

一男一女为一组，同跳一付单人跳绳，一分钟内跳的最多的那组获胜。

奖项设置：

一等奖2名；二等奖2名；纪念奖12名。

参加人数：

每个工会小组4名，共16人。

第二项：挤眉弄眼(吃饼干)

比赛规则：参加人员把饼干放在自己额头上，用自己的脸部肌肉把饼干移到嘴里吃掉。一分钟之内吃的数量多的获胜。掉落的不计数，用手帮助的不计成绩。

奖项设置：抽签分两轮比赛，每组取一等奖1名。

共计一等奖2名；纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人

第三项：吹球入碗

比赛规则：在桌上放五个碗，都装满水，从第一只碗开始吹乒乓球，一直吹到第五只碗，谁吹的时间最少，就算获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，每组取一等奖1名；纪念奖3名；

共计一等奖2名，纪念奖6名

参加人数：每个工会小组2名(不限男女)，共8人。

第四项：争先恐后(推球)

比赛规则：将2根接力棒末三分之一处交叉绑紧，手握较长的一段叉开作剪刀状，用另一端的豁口叉住一只篮球，发令后，迅速推球向前跑，至小红旗处绕过返回，先到的小组获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，第一、二轮预赛获胜小组进入决赛，未进入决赛小组获纪念奖。决赛获胜小组一等奖，另一小组获二等奖。共计一等奖4名，二等奖4名，纪念奖8名。

参加人数：每个工会小组4名(不限男女)，共16人。

工会新春趣味活动方案设计篇二

- 1、增强工会干部的'健身意识，带头参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质。

20xx年9月23日（8：00签到，8：30比赛）

小学田径场

区直单位工会主席及一名工会干部，保证身体健康，无任何疾病。

托球跑、双腿夹球走、摸石过河、定点投篮、一分钟跳绳、踢毽子、金豆搬家

每人限报3项，其中必选一项带x项目（1—3项）参加。

根据报名情况录取相应名次；获奖选手取最好名次给予奖励；参赛选手均有纪念奖。

请各单位于9月18日前将参赛队员电话报送教育工会。

工会干部趣味运动会项目设置

- 1、托球跑
- 2、双腿夹球走

项目说明：比赛距离20米；将皮球放在两膝上方用劲夹住，从起点线后起步，走到对面终点处，时间最短者为胜；中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

3、摸石过河

项目说明：比赛距离20米；每个运动员二块泡沫板，放在起点线后沿；听到裁判员发出各就位口令后，运动员两脚站在两块板上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起动，提起左脚（左右脚可自定），用手拿起原左脚踏的泡沫板，并放置前方（距离自定），左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮（单、双手均可）；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

6、踢毽子（小鸡毛毽）

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

工会新春趣味活动方案设计篇三

为展示机关干部风采，丰富职工文化生活，不断增进友谊，提高机关干部凝聚力，街道机关工会准备在中秋节暨国庆节前夕举办“双节同庆机关干部趣味比赛”。

和谐、友谊、进步

9月下旬

XXX

第一项：共同进步（双人跳绳）

比赛规则：一男一女为一组，同跳一付单人跳绳，一分钟内跳的最多的那组获胜。

奖项设置：一等奖2名；二等奖2名；纪念奖12名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人。

第二项：挤眉弄眼（吃饼干）

比赛规则：参加人员把饼干放在自己额头上，用自己的脸部肌肉把饼干移到嘴里吃掉。一分钟之内吃的数量多的获胜。掉落的不计数，用手帮助的不计成绩。

奖项设置：抽签分两轮比赛，每组取一等奖1名。

共计一等奖2名；纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人

第三项：吹球入碗

比赛规则：在桌上放五个碗，都装满水，从第一只碗开始吹乒乓球，一直吹到第五只碗，谁吹的时间最少，就算获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，每组取一等奖1名；纪念奖3名；

共计一等奖2名，纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组2名(不限男女)，共8人。

第四项：争先恐后（推球）

比赛规则：将2根接力棒末三分之一处交叉绑紧，手握较长的一段叉开作剪刀状，用另一端的豁口叉住一只篮球，发令后，迅速推球向前跑，至小红旗处绕过返回，先到的小组获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，第一、二轮预赛获胜小组进入决赛，未进入决赛小组获纪念奖。决赛获胜小组一等奖，另一小组获二等奖。共计一等奖4名，二等奖4名，纪念奖8名。

参加人数：每个工会小组4名(不限男女)，共16人。

方案二：顺义区教育工会区直单位工会干部趣味运动会活动方案

为调动工会干部参与“我运动我健康我快乐”健身活动的积极性，强化工会干部队伍的带头作用，丰富工会干部的业余体育生活，顺义区教育工会决定举行区直单位工会干部趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

一、活动目的：

- 1、增强工会干部的健身意识，带头参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质。

二、比赛时间□20xx年9月23日（8：00签到，8：30比赛）

三、比赛地点：双兴小学田径场

四、参赛人员：区直单位工会主席及一名工会干部，保证身体健康，无任何疾病。

六、报名办法：

每人限报3项，其中必选一项带x项目（1-3项）参加。

七、奖项设置：根据报名情况录取相应名次；获奖选手取名次给予奖励；参赛选手均有纪念奖。

八、报名日期：请各单位于9月18日前将参赛队员电话报送教育工会。

工会干部趣味运动会项目设置

1、托球跑

2、双腿夹球走

项目说明：比赛距离20米；将皮球放在两膝上方用劲夹住，从起点线后起步，走到对面终点处，时间最短者为胜；中途皮球脱离须在原地把球拣起夹好后继续比赛；双手必须放至身体两侧，不可用手扶球。

3、摸石过河

项目说明：比赛距离20米；每个运动员二块泡沫板，放在起点线后沿；听到裁判员发出“各就位”口令后，运动员两脚站在两块板上，当裁判员鸣枪后，运动员即可起脚，提起左脚（左右脚可自定），用手拿起原左脚踏的泡沫板，并放置前方

（距离自定），左脚踏上前方泡沫板，提起右脚，用手拿起原右脚踏的泡沫板并放至到前方，右脚踏上前方泡沫板，这样依此前进，直至最后一块泡沫板用手拿起人出终点线。途中如有脚落地，判为犯规，不记成绩。

4、定点投篮

项目说明：运动员比赛时站在罚球线后投篮（单、双手均可）；每人投篮10次，以进球个数多少计算成绩；如成绩相等，以先投中者名次列前。

5、一分钟跳绳

项目说明：一分钟记数跳绳，固定时间内个数多者名次列前。

6、踢毽子（小鸡毛毽）

项目说明：在直径2米的圆圈内，用一脚内侧或两脚内侧互相踢毽，踢毽脚每踢一次要落地一次，不得悬踢；以一分钟成功次数多者名次列前。

7、金豆搬家

项目说明：参赛选手面前放置两个塑料筐，一筐中放置若干乒乓球，一筐为空，两筐间距离3米；比赛时选手用筷子从盛有乒乓球的筐中往空筐中夹球；2分钟内以夹球的多少计算成绩。

方案三：机关工会趣味活动方案

为调动全体教工参与“我运动我健康我快乐”健身活动的积极性，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，推进我校广大教职工健身运动的深入开展，增强教职工的身体素质，构建“和谐校园”，加快学校发展，工会决定举行全校教职

工趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案如下：

一、活动目的：

- 1、增强全体教工的健身意识，积极参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质，

二、组织机构

趣味运动会组委会：

主任：方建

副主任：陈理畅姚增超钟清云袁媛那红王德深

总策划（兼裁判长）：钟清云

成员：王德深杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉。

职责：负责比赛的组织、次序编排等策划工作及裁判组的工作。

总协调：姚增超

成员：钟清云袁媛那红王德深余晶

职责：负责开幕式、闭幕式及整个趣味运动会各组的组织协调及报名工作。

比赛裁判组：钟清云王德深

成员：杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉何干张群彩。

职责：裁判、工作人员分工和培训，趣味运动会各项比赛裁判工作，负责场地道具器材（皮尺、扩音器、黄色大胶带、矿泉水、大瓶空矿泉水瓶引导牌、中性笔、沙袋、编织袋、排球5个；羽毛球拍5副；空瓶子100个；排球20个；米袋子30个；乒乓球60个、空杯60个、盘子10个）的保障。

仲裁组：陈理畅

成员：姚增超钟清云袁媛那红王德深

职责：负责运动员在比赛过程中有争议的仲裁，评选优秀组织奖。

宣传组：袁媛

成员：吴乾莉林师师

职责：负责趣味运动会整个过程的摄像、照相、横幅（一大300，二小200现场悬挂）和文字宣传工作，负责提供扩音器2个。

奖品（纪念品）筹备组：那红

成员：魏红俊余晶

职责：负责本次趣味运动会的奖品（奖金）的准备及发放。

二、比赛时间：初定20xx年5月25日（星期五）下午15：00。

三、比赛地点：第一教学楼风雨操场。

四、参赛人员及单位：

1、参赛人员：全校教职工（含外聘教师），以工会小组为单位组队。

2、参赛单位：（14个）

五、竞赛要求：

1、各工会小组不得无故弃权。

2、比赛时运动员必须服从组织人员统一指挥，服从裁判统一裁决，如有异议由负责人提出，最后服从裁判组、仲裁组的统一裁决。各工会小组须认真组织，理解比赛规则，协调处理好运动会期间出现的各种矛盾和问题。

3、各队集中报名后（尽可能把人落实到每个比赛项目），于20xx年5月11日（周五）前以书面形式向校工会正式确认参赛项目，否则按不参加处理。

4、裁判工作由通识教育学院体育教研室的教师担任（不参加比赛）。

5、项目与规则（见附表一）

六、奖励办法：

1、各个项目按计时快慢录取名次，不进行预决赛。

2、每个项目取前三名给予奖励，发放奖金，未获名次的参赛队将获得参与纪念奖（每队200元）。

3、大会将根据报名情况及参与情况评出优秀组织奖。

工会新春趣味活动方案设计篇四

体验换位思考，树立相互配合、支持的团队合作意识；通过积极有效地合作，树立团队合力制胜的信念；发现团队问题，培养团队领导能力、改善团队管理方法；增强工作当中的责任

感及勇于迎接挑战的信心，激发创造性思维；增强团队合作意识，改进协作方法和团队管理技能。

二、活动负责部门、活动安排及领导小组成员

1、主办部门：公司工会(方案制定、活动组织)

2、协助部门：综合管理部(负责物资采购、场地准备)

3、活动安排：分两批进行

3.1第一批领队：

召集人：

3.2第二批领队：

召集人：

三、活动时间、地点

1、活动时间：

2、活动地点：360篮球场

四、参加活动成员

集团职工及子公司个别优秀代表具体名单见附表。

五、安全保障措施

1、在活动前所有参与活动的人员集合进行安全提示，增强安全防范意识和自我保护能力。

2、提前通知参加人员准备运动鞋，女同志不穿裙子、高跟鞋。

3、备好创可贴、红药水、荷香正气水。

六、活动项目

1、背靠背运球；

2、2人3足走；

3、乒乓球接力跑；

4、珠行万里；

5、投筷子；

6、跳大绳。（规则详见附件）

七、物资准备

1、篮球2个；

2、橡皮绳15个(长50厘米)；

3、乒乓球拍4个、乒乓球5个；

4、塑料管5根(直径5厘米、长1.5米、对半劈开)

5、筷子5根、矿泉水瓶5个；

6、长跳绳1根(10米)；

7、口哨1个；

8、喊话器1个；

9、“小蜜蜂”讲话器1个。

八、奖品

月饼

九、费用预算：

预算费用约xxx元。该项费用由集团工会统一开支。

工会新春趣味活动方案设计篇五

为丰富职工文化生活，缓解职工工作压力，愉悦身心，增进职工的沟通与友谊，工会拟在国庆、中秋节前组织开展的健身趣味活动。实施方案如下：

围绕医院的中心工作，立足和谐医院的建设，培养职工的阳光心态，提高职工的幸福指数，营造生动活泼、积极向上的工作氛围，让医院真正成为全体职工的精神家园。

强身健体营造温馨团队心手相牵构建和谐医院。

- 1、投篮比赛；
- 2、挟玻璃珠比赛；
- 3、端乒乓球比赛，
- 4、阳光伙伴齐步走；
- 5、拔河比赛；
- 6、背向夹球往返接力赛；
- 7、盲人击鼓；
- 8、钓鱼比赛

9月28日下午

医院篮球场

在职职工及部分退休职工。

1、投篮比赛

每小组5人，在指定区域投篮，每人投5次，时间3分钟，以投进数目多者为胜。

评委：

2、挟玻璃珠

在1分钟内，夹出的玻璃珠不低于5颗为过关。

评委：

3、端乒乓球比赛

各小组3人参赛，每人手持一个乒乓球拍，将乒乓球从指定路线运送到下一个队友身边，第2个人旁边接龙，以此类推。在运球过程中，不得用手拿球，一旦乒乓球落地就要回到起点重新开始。以计时方式，速度最快的队伍取胜。

评委：

4、阳光伙伴齐步走比赛规则

各小组选5人参赛，绑腿齐步走，两组并排站在起跑线上，听到哨声，各队齐出，以计时方式进行，速度最快的队伍为胜。

比赛过程中，如果绑腿的布带出现脱落，需绑好后再进行比赛，否则视为犯规。

评委：

5、拔河比赛规则

分为3组，各小组6人参赛，循环比赛后决定胜者。评委：

6、背向夹球往返接力赛

各小组4人参赛，分两组进行20米接力赛，两人为一组，相背而立，中间夹一气球，侧向移动往返接力，距离为20米。

如移动中出现球掉落，需捡球后在球掉处开始继续比赛。以两组接力完成时间少者为胜。

评委：

7、盲人击鼓

参赛者蒙上双眼，通过指定距离，击到挂在墙上的鼓者为胜。

评委：

8、钓鱼比赛

用鱼竿在指定时间钓起鱼者为胜。

评委：

八、奖励办法：

1、凡参与人员均给予参与奖，其余参与奖单项和集体的按照比赛情况，给予奖励。

2、具体奖励办法以工会委员会决定为准。

工会新春趣味活动方案设计篇六

为丰富职工工会的业余生活，提高职工工作热情，决定举办趣味工会活动，如何写活动方案呢?下面本站小编给大家介绍关于趣味工会活动方案的相关资料，希望对您有所帮助。

为丰富全校教职工课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，推进我校广大教职工健身运动的深入开展，增强教职工的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办20xx年首届工会趣味运动会，现制定活动方案如下：

一、组织机构

组织策划：

裁判长：

裁判：

主持：

医务：

后勤保卫：

器材准备：

二、活动时间□20xx年4月30日

三、活动地点：学校操场

四、活动项目：

1、个人项目：以办公室为单位组队共七队(学前班及一年级队6人、二年级科任队7人、三四年级队7人、五年级队8人、六年级队7人、教导处队6人、行政后勤队6人)，每队每项目报2-3人，每人限报1项。

2、集体项目：学前班及一年级队6、二年级科任队7、三四年级队7、五年级队8、六年级队7、教导处队5、行政后勤队5，共七队。

五、奖励办法：

1、集体项目按一等奖一名；二等奖两名；三等奖四名予以奖励。

2、个人项目取前三名颁奖。

3、参赛选手颁发参与奖。

六、实施步骤：

1、召开各年级组长会，组织学习活动方案，要求分组落实，组织报名，4月23日上午将报名表上交到校工会。

2、4月27日下午，召开领导组和裁判组人员会议，制定和分解运动会的任务、场次、时间和规则。

3、4月30日再次召开年级组长会议，将活动安排计划和比赛规则等有关事项反馈到年级组。

4、根据报名情况，临时抽调部分教师协助裁判工作。

活动时间：12月12日上午9：30开始

活动目的：为丰富教职工的文化生活，增进教职工的身心健康，学校拟利用本周末组织开展健身趣味活动。特制定活动实施方案如下：

活动地点：跳马乡辰午山庄

活动牵头：江虹、喻晓燕

总裁判：陈强

裁判：陈强、唐小红、梁斌、胡佳、

邓杰、蒋晓维、谭获、何琪瑶(共8人)

记录：唐小红、何琪瑶

参加人员：所有教师(含代课教师)及食堂工友

后勤准备：钟浩为、廖曙文、江虹

照相：吴铁军

奖励办法：学校根据教师出勤表顺序将全校教师按a\b\c\d顺序任意分成四组，每项比赛决出第一名至第四名，依次计分为9、7、5、3，4项比赛的积分累计最高者为第一名，其余类推，按名次发放活动奖品。

活动项目：踢毽子、跳长绳(3分钟)、夹球接力、猪八戒背媳妇

踢毽子比赛：(器材准备：毽子10个)

1、4个小组每组各派6名代表参赛，性别、年龄不限。

2、比赛分4轮进行，每轮1个小组参赛，每名参赛队员连续踢毽子一分钟，记录6人成绩总和。

3、按成绩高低取名次，按9、7、5、3记分

“双人胸(背)夹球跑”接力赛：(气球20个)

1、4个小组各派12名代表参赛，性别、年龄不限，12个人分成6组，每2人一组。

2、每队每次出2人，两人胸对胸或背对背，中间放1个气球，两人用胸或背夹紧，立于起点线后。令下，两人同时侧向跑动，绕过障碍物后返回交第二队两人。第二队用同样的方法将球运回交下一组。依此类推，先完成的组为胜。

3、比赛规则：

(1)、令下后才能跑动。途中若球掉地，要在原地夹好，继续比赛。

(2)、在跑动过程中，一律不许用手触球。

(3)、球运过终点线后，才能交下两人。

4、名次录取：按速度取名次，按9、7、5、3记分。

“猪八戒背媳妇”比赛：

1、4个小组各派12名代表参赛，性别、年龄不限，12个人分成6组，每2人一组。

2、每队每次出2人，一人将另一人背起立于起点线后，裁判吹哨后，背起“媳妇”向前跑动绕过障碍物后返回，第二组用同样的方法进行比赛，依此类推，先完成的组为胜。

3、比赛规则：

(1)、令下后才能跑动。

(2)、途中若有脚落地现象，要在原地背好，继续比赛。

(3)、前一组参赛队员越过终点线后，下一组队员才能出发。

4、名次录取：按速度取名次，按9、7、5、3记分。

三分钟跳长绳比赛：

1、每个小组各派14名代表参赛，性别、年龄不限。

2、两名队员站在固定的位置上负责摇绳，其他队员成一路纵队站于一侧

3、裁判“鸣哨”比赛开始，再次“鸣哨”比赛结束。

4、记数方法：每摇一次只准进有一人，跳一次后跑出，如进两人或两人以上记一人，空摇不记数。因配合失误出现绊绳现象而使摇绳不能继续时，该次成绩不算。

5、名次录取：按成绩高低取名次，按9、7、5、3记分。

学校工会定于12月7日下午举行趣味运动会，具体方案如下：

1. 全校教师分成三组进行，一二年级为低段组，三四年级中段组，五六年级高段组组。（体育老师做裁判，不列入比赛人员）

2. 每位教师至少参加两项以上比赛项目。

3. 以四个项目累计得分排出第一、第二、第三名，并分发奖品。

4. 周四之前各组将报名情况教给冯丽君。

5. 比赛项目及规则

1. 齐心协力

报名方式：每队出3人

比赛规则：两人三足，布条系于小腿处，跑的距离为+
篮球场两底线距离，时间最短队获胜。

参加比赛人数：12人。

2. 心心相印(俩人背夹篮球接力)

报名方式：全队

比赛规则：参赛人员两人搭配背*背夹一篮球，裁判宣布开始
比赛后，前行运到对面，将篮球交接给队员，完成n/2次接力，
最快到达终点组为胜。

参加比赛人数：8人。

3. 同舟共济(垫子运人过“江”：篮球场宽)

报名方式：全组接力

比赛规则：参赛人员踩在垫子上，交替使用两块垫子。脚不
得踩在地上，手可以撑地去拿垫子，谁踩在地上谁得回到原
地，若垫子扔的太远可由一名队员踩出垫子去捡回，不过捡
的人得回到起点。到达对岸后由一名队员把两块垫子送回到
地点给队友使用，自己再跑回对岸。全队最先到达对岸队为
胜。

参加人数：6人

4. 跳长绳

报名方式：10人集体跳绳

比赛规则：2人甩绳，其余8人集体跳绳，一分钟内计总数。

参加比赛人数：10人。