

当经理发言稿(优秀10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。那么方案应该怎么制定才合适呢？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。

亲子趣味运动会活动方案篇一

为提高广大学生体质，创设文明、健康、活泼、和谐的校园文化生活。让学生投身到积极、健康的户外活动中去，做一个健康向上，充满活力的人。

组 长：

副组长：

成 员：

活动地点：本校操场

一二年级组：赶猪 种豆得豆 吊瓶

三四年级组：摸石头过河 两人三足 托球跑

羽毛球比赛

见附表

各组第一名为优胜奖。第二名为拼搏奖。

1、 各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得乱跑，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、精心选拔队员参赛，抓紧时间演练，熟练掌握比赛规则及参赛要求，达到既锻炼了体质，任课教师并协同管理好各班。

3、请注意比赛过程中运动员的安全。

4、贯彻和谐、友谊第一，比赛第二的精神。

活动内容：竞赛项目

1、赶猪

一名同学在左右宽为50厘米的跑道同用一木棍向前推实心球，距离为50米，用时最少者为胜。推出跑道或中间用手、脚接触球即为犯规。

2、种豆得豆

队员手持一空筐和一双筷子站于起点，发始令后跑至中间处放乒乓球的筐前，用筷子将球夹入自己筐中，再快速跑至终点，用时少者为胜。

3、吊瓶

队员手持鱼钩站于起点发令后跑至中间放瓶处将瓶吊起跑至终点，快者为胜。（瓶掉地成绩无效）

4、摸石头过河

【参赛人数】 每组比赛2名队员。

【比赛器材】 过河砖

【比赛方法】 比赛开始前，参赛队员站于起跑线后的第1、2块河石上，手拿第3块河石。裁判发令后，队员依次将河石踩在脚下交替向前行进，赛程为15米（根据场地大小而定）。

以参赛队员的任一脚踩在越过终点线所在垂直平面的河石上为计时停止，用时少者名次列前。

【比赛规则】（1）比赛开始前，参赛队员必需立于起跑线后的河石上。（2）比赛过程中，参赛队员不得越出其指定赛道；若有队员变道或阻碍其他非本队队员将直接取消其比赛资格。（3）比赛过程中，任何参赛队员被推或被迫脱离指定赛道，只要未获得实际利益，可以继续保留其比赛资格。（4）比赛过程中身体的任何部位不得直接接触除河石之外的支撑物，否则视为犯规。（5）比赛过程中，队员每犯规一次，就在该队员最终用时中加上3秒；若有队员在一轮比赛中累计犯规次数满五次，则直接取消其比赛资格。

5、两人三足

本项比赛为的接力赛，每班出四名选手，分为两组，两名选手并肩而立，用布条将两人中间的两腿绑上，然后跑到终点，终点的另外两选手准备，当前一组选手跑到他们身边时开始跑回终点。速度快者为胜。

6、托球跑

比赛者手持乒乓球拍托一球站于起点，发令后跑出至终点，速度快者为胜。（球掉地成绩无效）

羽毛球比赛

羽毛球计分规则 正式比赛，每场均采用三局两胜制。单打每一局为11个球，当分数成10平时，先领先对方两球者获胜。每一局比赛结束，双方应换场区。

亲子趣味运动会活动方案篇二

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人

兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们擅于把趣味运动和同学们某方面的学习的需求进行融合错位策划，使它同时融合了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了观赏性。为了更好的促进班级男生女生的交流，将举办趣味运动会愉悦同学们的身心，使大家在学习之余，增强同学们之间的交流。

趣味体育运动，一方面非常适合同学们联合开展活动，因为其比拓展训练更具趣味及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每个同学，增进同学与同学之间的亲密感，从中学会团队协作；另一方面具有强身健体的作用，对于埋头学习或者游戏的大学生来说更具吸引力。它的竞技性、趣味性及观赏性能够带给同学们另一种新奇的体验，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，进一步锻炼同学们的能力。

(一)、活动时间□20xx年4月22号

(二)、活动地点□c区高地操场

(三)、参赛对象： 16-1班全体学生，以宿舍为单位参加

(四)、比赛项目：

1、三人四脚：以组为单位参赛。从起点出发，到达终点后再返回起点，按用时进行排名，用时最少者为第一名。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

2、踢毽子：以组为单位参赛。组内每人有1分钟的参赛时间(过程中毽子掉落可捡起继续踢)，总成绩记组内成员的个数总和。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

3、全员跳绳：以组为单位参赛。两人摇绳，两人跳绳。跳绳

队员2人全部依次上绳，进行齐跳。以2人齐跳开始计数，不足2人不计数，计时1分钟，每次中断重新开始。第一名记10分，第二名记9分，第三名记8分，以此类推。

4、百投百中：以组为单位参赛。组内每人有两次机会，站在指定位置向目标位置投掷沙包，取最好成绩，组内最终取四人平均成绩为该项目的成绩。

一等奖1组：蓝月亮洗衣液2kg 或 羽毛球拍一副(跟2kg洗衣液同等价位)

二等奖2组：蓝月亮洗衣液1kg 或 羽毛球拍一副(跟1kg洗衣液同等价位)

三等奖3组：精美笔记本(每人一本)

参与奖：每人一瓶脉动

亲子趣味运动会活动方案篇三

趣味运动竞技是丰富干警的业余文化生活、促进干警沟通、加强联系、增强团队凝聚力，以提高工作热情和效率的方式之一。本次趣味运动会鼓励干警锻炼身体，在运动中陶冶情操，热爱生活。

一、活动目的

二、活动领导小组

三、活动地点及时间

四、活动项目及规则

五、活动顺序

六、活动所需器材

活动方案主要分为六个部分

二、活动领导小组组长：郭怀炜 总裁判长：张丰登 副组长：张丰登、高丽丽；成员：张敬阳、杨江涛、董政、吴群、贾虎胜、王小明、张春强、王永宏、于浩良、杜丰、王斌、白毛良、曹亚斌、马青云、马英琳。

亲子趣味运动会活动方案篇四

为了贯彻“健康第一”的指导思想，积极响应“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的阳光体育运动。丰富广大教职工的. 课余文体生活，增强教师的身体素质，培养广大教师团队合作的集体荣誉感精神，达到“团结、和谐、友谊、快乐、温馨”的目的。经学校工会委员会研究，拟在11月开展全校教职工运动会，方案如下：

团结合作运动快乐

全体在校教职工

20xx年11月6日下午（暂定，与校运会同步）

2、团体项目以工会小组为团体参赛，共分为4个工会小组，由各组组长组织（分组名单附后）

（一）集体项目

1. 花样接力赛

（1）参加人数：每组8人，其中至少2个女生（或男生），共4组队伍参赛。

(2) 方式：30米跑道上，第一面跳绳过去，第三面赶猪（篮球）跑回，第五面运球走，第七面抱球跑回，第二、四、六、八面拿接力棒。除第一面与第二面不进行交接棒外，其余的都要进行交接棒。

(3) 计时比赛，取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判及临时抽调未参加比赛的老师；记录；场地及器材

2. 拔河比赛

(1) 参赛人数：每组为11人（其中至少有3女生）或12人（其中至少有9名女生），共四组队伍参赛。

(2) 抽签决定比赛顺序。其中1号与2号；3号与4号进行比赛，胜者决出1、2名，负者决出3、4名。

(3) 每场以三次比赛决定胜负。取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判；记录；器材

3. 瞎子敲锣

(1) 参赛人数：每组为10人，共四组队伍参赛。

(2) 比赛方式：每组队员蒙眼原地转三转圈后，走到8米外的锣旁敲中记分，一个队员完成全部动作记1分，最后以每组总分确定名次。

(3) 取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判；记录；器材：黑眼罩4副、铜锣及手锤2副，器材准备

4. 集体项目以团体总分评奖，若有并列，取访名次及下个名次的平均数进行奖励。

(二) 趣味单项比赛

1. 计时跳绳：在1分钟内跳绳个数确定名次。负责人：卿绍维

2. 定点投篮：在规定区域内定点投篮10次，以投中次数确定名次。负责人：陈丽

4. 其他

(2) 名次确定：单项比赛，每人不超过两项；评奖不分男女，每个单项各取前三，一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。

亲子趣味运动会活动方案篇五

为丰富社区居民体育文化生活，促进文明和谐社区的发展，推动“六进社区”活动的开展，提高社区居民的生活质量和健康水平。

组长：

副组长：

组员：各参赛队领队、教练员

时间：11月17日下午

地点：

1、篮球投准：各单位出五位选手，在规定点投篮，每人五次，

以投进的总数计成绩。

2、齐心协力：各单位出六位选手，脚与脚互相绑住，以哪组先完成规定距离为胜。

3、八人集体跳长绳：在1分钟内完成次数多者为胜。

4、双人互垫排球：各单位出三队选手，在规定时间内(3分钟)、规定距离(4米)内完成的总成绩决定名次。(总成绩相等以最好成绩多者为胜)

5、五子棋：各单位出三位选手，以团体比赛计算名次。

各比赛项目第一、第二、第三名有积分，各单位以参加项目总成绩为总团体名次。团体前三名发锦旗以此鼓励。

主办：

承办：

亲子趣味运动会活动方案篇六

为了贯彻“健康第一”的指导思想，积极响应“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的阳光体育运动。丰富广大教职工的`课余文体生活，增强教师的身体素质，培养广大教师团队合作的集体荣誉感精神，达到“团结、和谐、友谊、快乐、温馨”的目的。经学校工会委员会研究，拟在11月开展全校教职工运动会，方案如下：

团结合作运动快乐

全体在校教职工

20xx年11月6日下午（暂定，与校运会同步）

2、团体项目以工会小组为团体参赛，共分为4个工会小组，由各组组长组织（分组名单附后）

（一）集体项目

1. 花样接力赛

（1）参加人数：每组8人，其中至少2个女生（或男生），共4组队伍参赛。

（2）方式：30米跑道上，第一面跳绳过去，第三面赶猪（篮球）跑回，第五面运球走，第七面抱球跑回，第二、四、六、八面拿接力棒。除第一面与第二面不进行交接棒外，其余的都要进行交接棒。

（3）计时比赛，取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

（4）裁判及临时抽调未参加比赛的老师；记录；场地及器材

2. 拔河比赛

（1）参赛人数：每组为11人（其中至少有3女生）或12人（其中至少有9名女生），共四组队伍参赛。

（2）抽签决定比赛顺序。其中1号与2号；3号与4号进行比赛，胜者决出1、2名，负者决出3、4名。

（3）每场以三次比赛决定胜负。取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

（4）裁判；记录；器材

3. 瞎子敲锣

(1) 参赛人数：每组为10人，共四组队伍参赛。

(2) 比赛方式：每组队员蒙眼原地转三转圈后，走到8米外的锣旁敲中记分，一个队员完成全部动作记1分，最后以每组总分确定名次。

(3) 取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判；记录；器材：黑眼罩4副、铜锣及手锤2副，器材准备

4. 集体项目以团体总分评奖，若有并列，取访名次及下个名次的平均数进行奖励。

(二) 趣味单项比赛

1. 计时跳绳：在1分钟内跳绳个数确定名次。负责人：卿绍维

2. 定点投篮：在规定区域内定点投篮10次，以投中次数确定名次。负责人：陈丽

4. 其他

(2) 名次确定：单项比赛，每人不超过两项；评奖不分男女，每个单项各取前三，一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。

亲子趣味运动会活动方案篇七

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，项目第二。

二，活动整体方案

活动时间□20xx年3月14~15. 下午五点

活动地点：学校田径场

主办单位：教育系学生会

赞助单位□xx

活动参与对象：教育系全体师生

活动主题：教育系趣味运动会

三，具体活动细则简介

项目一：拔河大赛

参赛者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

项目器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

项目场地：学校操场

项目规则：在项目场地上画3条直线，间隔为150cm□居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条垂直于中线。项目准备时间内，各队队员务必依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始项目。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布项目结束和胜方。

拔河赛制：

1. 项目分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 项目分组及项目首场的站位选取由各班班长抽签决定。
3. 淘汰赛：每班抽签分成a.b组，a组四队□b组三队。每组项目采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，项目宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

项目器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

项目场地：学校操场，10米

项目规则：赛道两端各站8组队员。项目开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。明白最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，务必把球捡起再夹好，并在掉球点继续项目。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组项目。

项目三：跳长绳

参赛者：每班14人（包括甩绳人员），7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。（分两组）

项目器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

项目规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。项目开始时开始记圈数。一分钟项目时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。项目继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

项目四：袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

项目器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

项目场地：学校操场。20米。

项目规则：跑道两端各站5名参赛队员。其中一端的队员站在麻袋内，手提袋口向另一端的队员跳去，然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力，直到最后一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组项目。

四，奖励规则。

五，活动经费预算。

六，其他

1. 尊重项目，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。
2. 裁判务必做到公平、公正、公开。
3. 项目前由各班解读项目项目细则，让参赛人员更加清楚各

项项目流程和规则。

4. 禁止非工作人员与参赛人员进入项目场地，打乱项目秩序。

5. 持场地的卫生，持续现场的卫生。

6. 请各班参赛队员准时到达项目场地，项目时间不到者作弃权处理。

7. 望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。礼貌项目、礼貌助威，充分展现各部门风采。

8. 遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，项目日期另行通知。

亲子趣味运动会活动方案篇八

伴随着冬日里温暖的阳光，新年的钟声即将敲响,20xx年新年将如约而至。新年联欢活动是幼儿园亲子活动的重要活动，也是一个进行情感教育的极好机会，通过一系列的活动，让孩子们在尽情享受活动带来的浓厚节日氛围，也让孩子们在系列活动中学会关心，体贴爸爸妈妈，并激发爱爸爸妈妈的情感。

核心教育价值——幸福、迎新、团圆、长大

大班：“春节年俗”、“十二生肖”、“欣赏年画”、“我们班一年的大事记”、“我的新年历”、“压岁钱怎么花”
(重自主参与)

中班：“做灯笼”、“年年有余”、“新年贺卡”(重体验)

小班：“做鞭炮”、“放烟花”、“说吉祥话”(重在让幼儿

感受节日气氛)

活动一:画一画,剪一剪,做一做,喜迎新年

:这次开展的美术活动,不仅让孩子丰富孩子艺术创作,也让他们更加直观地了解新年、春节习俗,体验中国传统节日的欢乐,寓教于乐地引导他们传承中国传统文化。

活动二:教学活动《春节的来历》、《年的故事》、《春节习俗歌谣》等

目标:感受过新年的快乐,知道新年是我们的传统佳节,过了一年我们又长大了一岁,体验成长的快乐。

活动三:张灯结彩迎新年暨环境布置

参加人员:邀请部分父母

活动四:迎新年——家园同乐会

活动五:过新年迎春节摄影展

1、记录20xx年新年、春节的精彩瞬间

2、全家福

3、我和爸爸妈妈一起去采购

联欢活动家长注意事项:

1、请和孩子准备过新年的祝福语,在联欢活动“送祝福”环节展示,内容简短,风格喜庆、有创意。

2、家长可准备一个小节目,在游戏环节中备用。

3、请为孩子拍照，捕捉精彩瞬间。

亲子趣味运动会活动方案篇九

为更加丰富公司员工业余文化生活，也为了让公司各部门之间加强交流，培养员工相互配合相互协作的能力，公司拟举行20xx秋季趣味运动会。具体如下：

20xx年10月22日上午。（雨天顺延）

江海粮油篮球场

公司全体员工，有项目者比赛，无项目者加油（在岗人员除外）

本次趣味运动会项目主要是以一些不同于常规运动会项目为主，具体在附件中体现。

本次活动由工会及人事行政部共同主办并成立工作小组，由工作小组负责活动的.具体操作，包括人员调度、宣传、报名、分组、场地联系和布置、道具奖品购买等工作。

本次活动拟为每个项目都设一、二、三名，并且将设定最佳组织奖（部门累积分数最高者，一、二、三名分别积3、2、1分）以及最佳啦啦队奖（由公司领导评出）。

1、各部门内勤在接到活动通知后，将本次活动项目明细告知部门所有员工。

2、10月14日之前，各部门将报名情况汇总到人事行政部张凌处，并要合理安排有比赛项目的员工进行训练等。

3、10月16日之前，人事行政部将把最终分组以及比赛时间明细发送至各部门，各部门应根据比赛具体情况安排好比赛当

天工作。

4、10月21日，人事行政部将会跟各部门负责人以及内勤进行沟通，确保参赛人员通知到位。工会将比赛场地布置到位。

5、10月22日上午8:30，趣味运动会正式开始，所有参赛人员按部门进行列队。邀请公司领导进行开幕式讲话。

6、10月22日趣味运动会结束后，按照比赛成绩给获奖人员及部门进行颁奖，并合影留念。

1、奖品费用：

2、场地租用费：

3、道具购买：

4、影像租用：

费用总计

1、人事行政部负责活动报名、分组、现场组织等工作，以及道具购买、影像保障、饮用水保障、用餐保障等。

2、工会负责本次活动场地联系及布置。

3、其他未尽事宜。