

篮球计划活动方案(模板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。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

篮球计划活动方案篇一

为了丰富校园文化，加强学生的体育活动，推广篮球运动，促进我系各班之间的篮球运动的交流，提高我系篮球的竞技水平，培养我系学生的团体协作和勇于拼搏的精神。在化学系团总支学生分会的大力支持下，特举办此次比赛。

- 1、场地问题：场地是比赛的前提和基础，我们应该在比赛前确定比赛场地，并贴上本系标签，以防止场地被人占用。
- 2、后勤问题：任何一项活动都需要强大的后勤保障，我们应该有强烈的责任心。如计时、记分、为运动员服务等。
- 3、比赛赛制：为了各班级之间赛出实力、水平、风格，我们经过了精心的考虑。将比赛分为a□b□c三个小组进行预赛，每队前两名出赛后再进行淘汰赛，最后循环得出冠军。
- 4、奖项与处罚：我们为这次篮球赛筹集一定的资金，给比赛的前三名一定的物质奖励。而对无故缺席或迟到的队员给予相应的处罚，对那些无故闹事的班级或队员给予严肃的处理。
- 5、在裁判方面：我们请了体育系的专业人士，相信他们会把比赛判得公平、公正、公开，队员们要服从他们的判决，如有意见者可以让其队长与裁判交涉。

预祝本次比赛能赛出风格赛出水平，且取得圆满的成功。

篮球计划活动方案篇二

为了丰富同学们的课余生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强各系部和各班级凝聚力，加强新老生之间的交流，也给同学们展示自我的舞台，湖北生态工程职业技术学院定于在20__年10月23日展开学院“迎新杯”篮球赛，旨在增强各班凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。

二、活动宗旨

以球会友，促进交流，强身健体，构建和谐校园

三、主办单位

湖北生态工程职业技术学院学工处

四、承办单位

湖北生态工程职业技术学院院学生会体育部

五、活动时间、地点

20__年9月23日开赛，周一至周五每天下午2：00——5：30

后山篮球场

六、参赛对象

各系部代表队，继续教育学院，院学生会团委社团联合会

七、分组方式

各系体育部部长于10月18号到学工处107抽签分组，没到者视为弃权。

八、比赛形式

采取淘汰制，以系部为单位抽签进行循环赛，进入决赛后抽签进行进淘汰赛。

九、比赛细则

- 1、比赛期间如天气不适合比赛，比赛将另安排时间，其他比赛时间不变。
- 2、以系部为单位参加比赛，参赛队由一名领队和12名运动员参赛，参赛队员必须是本系部的同学。领队全权负责该班级队员签到、协商、联系等一切事务。
- 3、比赛分为上下半场，每半场30分钟，中间休息15分钟。
4. 上半场开球后，下半场以轮换发球规则相替。
- 5、比赛中在每半场累计犯规超过7次，对方可获得两次罚球的机会。
- 6、全场比赛中累计五次犯规的球员将被罚出场。
- 7、全场比赛中各队只有五次要求暂停的机会上半场两次，下半场三次。暂停时间30s□换人无限制。
- 8、在比赛中有暂停、换人要求的，只能由该班级的领队到计分席进行要求。然后计分席的工作人员提示裁判暂停(或换人)。场上裁判可有特殊暂停，领队和场上球员不能向场上裁判直接请求暂停。
- 9、参赛的系部统一服装且有编号，两只队伍应有所区别。
- 10、球员做出的不体现运动员精神的犯规动作，比如打人等，

发生此类情况后，球员将被罚出场外，如有滋事者可将其班级的该场比赛按弃权处理。

11、比赛在计时员发出比赛结束终了信号时结束；在比赛时间即将终了前的投篮，如在信号发出前球已在空中，投中有效。

12、弃权：比赛开始时，一方队员不足五人时，球赛不得开始。在比赛时间15分钟候后，参赛队未能到场或依然不足五人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜；一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

13、如比赛出现队员受伤，立即暂停比赛，到有关工作人员处进行伤口处理，情况严重者请马上送往校医处。

14、在比赛中须尊重裁判、尊重工作人员、尊重对手、尊重队友。场上裁判有比赛最终裁定权。

15、本次篮球赛竞赛规则按照中国篮协近年制定的竞赛规则执行。

16、主办方有最终解释权和裁定权。

七、奖项设置

设冠军、亚军、季军各一名

冠军奖金：300 亚军奖金：200 季军奖金：100

人员分配与资源配置

一、人员分配

1、广播站负责本次活动的前期宣传和比赛宣传。

2、外联部负责筹集本次活动所需的资金。

3、宣传部负责出本次活动的海报和条幅。

4、体育部和学生会各部门负责本次活动的人员安排，每个场地设一名主裁、一名副裁、两名记分员、一名计时员、三名场边工作人员(两名维护秩序和一名医护人员)。

二、资源配置

(一)、活动所需用品及器材：

名称	数量	备注	名称	数量	备注
----	----	----	----	----	----

比赛用球	4个				
------	----	--	--	--	--

口哨	6个				
----	----	--	--	--	--

记分牌	4个				
-----	----	--	--	--	--

秒表	4块				
----	----	--	--	--	--

海报	4张				
----	----	--	--	--	--

条幅	3条				
----	----	--	--	--	--

比赛用纸	若干				
------	----	--	--	--	--

彩色粉笔	6合				
------	----	--	--	--	--

工作人员用水	4箱	医疗用品	1箱		
--------	----	------	----	--	--

篮网	5对	备用资金	100		
----	----	------	-----	--	--

(二)、活动资金预算：

比赛用球	320元				
------	------	--	--	--	--

口哨30元

记分牌100元

工作人员用水60元

医疗用品120元

奖品、奖状1200元

共计：1830元

湖北生态工程职业技术学院院学生会体育部

篮球计划活动方案篇三

为了丰富同学们的课余生活，活跃班级气氛，增强同学们的体育锻炼意识，提高身体素质，打造一个互相交流，互相学习的平台，电气系s08-3□4班班团委组织开展以“友谊，从运动开始”的篮球赛。通过篮球赛，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的班级气氛。

活动主题：友谊，从运动开始！

活动对象：电气s08-3□4班全体成员

活动时间：4月10号

活动地点：湖南工院篮球场

主办单位：电气s08-3□4班班团委

活动内容：

- 1、组织班上同学组队，分两队：汪毅队、何川队；
- 2、选好队长，由队长带领其队友，组织训练一周；
- 3、__月__日正式开打。

比赛规则：

- 1、本次活动规则参照国际篮联篮球协会的规则并根据实际情况作出改动；
- 2、比赛采用四节制，每节十分钟，每节比赛结束休息2分钟，中场休息5分钟，比赛过程部停表。
- 3、每节比赛球队累积犯规4次，开始罚球，个人累计5次罚退场；
- 4、本次比赛采用5打3胜制，谁先获得3胜为胜。

注意事项：

- 1、本次比赛本着友谊第一，比赛第二的目的。尊重裁判，凡与裁判或对手发生冲突者一律取消比赛资格。
- 2、为了公平起见，各队选出一名队员，协助裁判记录。
- 3、比赛期间遇到阴雨天，推迟比赛，具体时间另行通知。

奖励方法：

评出一个mvp□颁发荣誉证书，奖品一份。

胜利的一方，获得斯伯丁的篮球一个。

活动经费：

荣誉证书 10元

奖品 50元

篮球 200元

篮球计划活动方案篇四

【拓展案例一】

《篮球行进间直线运球、低运球突破》教学设计与教案

如东县长沙镇初级中学 崔华

一、教学设计

（一）指导思想

本课以《体育与健康课程标准》为依据，坚持“健康第一”的指导思想，尊重学生为主体地位，努力做到以学生发展为中心。教学中从灵活采用多种运球练习形式，激发学生的学习欲望与兴趣，在练习中启发学生观察、思考和探索能力，倡导自主、合作的学习方式，强调学生的运动体验，让学生在学以致用中享受成功感，促进学生的身心及社会适应的健康发展。

（二）教材分析

篮球是初一年级的基本教材，这个教材的基本特点是趣味性强，是学生十分喜爱的体育项目之一。它既与学生过去的生活经验有密切的联系，又能对学生今后的生活产生积极的影响，反复练习，可有效地培养学生的综合素质和协作精神，并为学生终身从事体育锻炼打下基础。

（三）学情分析

本课对象为13~14岁的初一学生，他们已经具备了一定的运动基础，爱动，好动、好学，求知欲强，对事物有自己的见解，具有一定发现问题，分析、解决问题的能力。但篮球基础还存在着不太平衡的现象，尤其是女生的篮球水平在很大程度上有待于提高。

（四）学练目标

1. 学会行进间直线运球的方法和基本掌握其技术动作要领，在跑动完成，用低运球突破摆脱防守的要点。
 2. 激发学生兴趣，发展学生速度，协调性，灵敏性
 3. 培养学生善于观察、乐于交流，积极主动参与学习，团结协作，力争胜利
- 的良好习惯。

（五）学习重、难点

重点：运球手型和手触球部位；难点：上下肢协调配合与跑动过程中控制球的落点

（六）教学过程 本节课采用四部分教学

第一部分：情景导入部分，上课前用挂图来展示今天要学习的内容，让学生对所学内容有了一个直观的了解，通过语言的激励，建立自信心，增强团结合作意识。

在课堂常规上：1. 整队检查人数和服装，2. 师生问好、宣布本课内容，3. 安排见习生

第二部分：在热身活动部分，教师在各组分别进行活动指挥，

通过不同速度与形式的跑来调动学生的学习积极性。在熟悉球性上，让学生感知对篮球的球感，加上老师的语言提示提高原地运球技能的基础上，使学生身体充分活动开，为下一步学习行进间直线运球做一个良好的铺垫。

第三部分：学习实践阶段，分三个阶段

第一阶段：学习行进间直线运球，在学习之前，先创设一个问题，通过刚才原地运球练习与我们即将学习的行进间直线运球有何不同点，让学生带着问题，在练习中体会，教师指挥学生，通过不同速度的行进间运球，指挥学生练习，诱导学生体会，让学生在练习中通过各人的感知怎样去协调并控制着行进间直线运球，通过练习让学生回答问题，加深学生的记忆，之后，再一次巩固练习，形成行进间直线运球的正确概念，熟练掌握的学生可用左手去练习，并努力的去提高。

第二阶段：学习低运球突破练习，学习之前，问学生在篮球比赛中遇到防守怎么办，学生回答有传球，投篮，体前变换运球，引出我们今天学习的低运球突破防守，教师示范，学生仔细观察动作要领和要点（减速，降重心，抬肘护球，顶肩，眼看透防过队员，运球高度在膝盖处），指挥学生进行低运球突破练习，然后让学生二人一组进行相互观察，相互纠正，相互交流，让学生示范，学生思考，吸收成功之处，改进不足之处，共同提高低运球突破能力。

第三阶段：通过行进间运球的练习，利用绕杆接力游戏，来检验学生的学习

状况，并引导学生遵守比赛规则，团结协作，力争胜利的集体主义精神。

第四部分：调整恢复部分，利用调整呼吸和意念放松，使学生逐渐恢复到平静，师生共同总结本堂课所学知识，指出需

要提高和改进不足之处，加强练习，提高篮球技术水平，增强学生体质，树立终身锻炼的意识，利用网络资源了解其他篮球技术，提高篮球的知识面。

（七）安全措施

篮球40个。标志筒20个，篮球场地1块 （九）课外作业

1. 利用网络查找还有哪些篮球技术。 2. 加速跑30m*3组

二、教案

教学对象： 初一 年级 班；男生 人；女生 人；

执教者： 崔华 □ 20xx 年 4 月

【拓展案例二】

《原地运球，行进间运球》教学设计与教案

海门市树勋初中 陈江

一、教学设计

（一）教材内容分析

篮球计划活动方案篇五

一、活动宗旨：

丰富同学们的课外娱乐生活，提高大家的综合素质，培养积极向上的进取精神。我们本着“友谊第一比赛第二”的原则，促进学校间的交流，同时为校篮球选拔人才，作好充分的准备。我们组织这场篮球赛，不仅能提高学校的凝聚力，同时也

倡导了一种热爱运动的校园文化氛围!在这次活动中,我们企盼广大同学积极热情的参与,学校及老师们的广泛支持,同时也希望本次活动能圆满成功,并能在以后的学年中一直延续下去!

二、活动目的:

加强和三亚高校间的交流与友谊、促进双方的了解。展现学生的运动风采,丰富校园文化生活。旅游商务协会举办首次跨校五人篮球赛。以此培养同学们对体育活动的兴趣,促进两校校文化体育的发展。同时对学校进行宣传,彰显琼州学院师生的运动风采和校园文化。

三、指导老师:

李永怀毛 印艳武

四、主办部门:

共青团琼州学院委员会主办

旅游商务协会策划承办

五、参赛队伍:

旅游商务协会篮球队 三亚学院篮球队

六、比赛时间及地点:

11月18号 琼州学院灯光篮球场

11月20号 三亚学院风雨球场

11月23号 场地抽签决定

七、口号：

张扬青春，生命脉动——为篮球而喝彩

八、比赛规则：

参赛人数：比赛双方各五人

队服要求：运动服，上场前发统一队服。

比赛规则：

(1) 比赛分为四节，每节12分钟，每节每队可以有一次暂停，最后一节可以有两次暂停，最后两分钟不可喊暂停，暂停时停表。

(2) 比赛中每个队员允许4次犯规，5次罚下场。

(3) 得分多为胜，得分相同时加打三分钟。

(4) 比赛中队长是唯一发言者，队员要服从裁判，以裁判的判决为最终决定。

(5) 比赛中倡导“友谊第一，比赛第二”

九、奖励办法：

冠军：（1）名 奖金600

亚军：（1）名 奖金500

十、工作人员：

旅游商务协会各部门部长及干事

体育部：负责记录各个参赛队的成绩；

实践部：负责赞助工作，为活动拉经费、奖品和后勤工作

宣传部：负责宣传工作和公布比赛进程。

组织部：负责，维护比赛秩序，负责计分等工作；以及监督管理

保证比赛顺利进行；负责处理比赛中的违纪，争议事件。

秘书部：负责具体比赛协调工作，及咨询工作。

十一、 宣传工作

1. 在校园宣传栏内张贴宣传画及海报
2. 在合适的地点设置展板
3. 在学校各个醒目位置悬挂海报
4. 在校网，贴吧等进行网络宣传
5. 通过校团委和旅游商务协会宣传部跟踪报导，广播赛程

篮球计划活动方案篇六

为了营造健康文明的企业文化氛围，丰富员工业余生活，提高员工整体素质，增进集团子公司和部门之间的友谊，促进和谐的企业文化，提高共同竞争和相互合作的团队精神，特举办本次秋季篮球比赛。

欢迎中秋节，庆祝国庆节'xx集团xx年第二十八届秋季篮球比赛

促进各部门之间的交流，增强集体荣誉感和凝聚力。

暂定日期为xx□xx□xx□xx(第x周)-xx□xx□xx(第x周)

xxxx篮球场

1. 比赛地点:公司篮球场

2. 比赛时间:xx年12月10日至30日

3. 这场比赛将抽签决定。一场比赛将决定结果。获胜者将晋级下一轮。

这场比赛将分为冠军、亚军、季军和参赛队。

4. 这场比赛将在上半场和下半场举行。半场比赛将持续20分钟。比赛期间不会有停顿。中场休息将持续10分钟。双方将交换场地。

5. 每个队有5名队员。替换的数量没有限制。

1. 超过10分钟未到场或人员不正常应被视为自动弃权。2. 每个队都将严格按照要求报名。任何违反注册要求的球员都将被取消资格。

3. 每队队员制服服装颜色。进入决赛的队伍必须在服装上达成一致。

4. 所有参赛选手在比赛中应确保“友谊第一”的原则。外部观众不得粗暴扰乱比赛秩序。否则，他们将被取消继续观看比赛的资格，并将受到违纪处理，并得到全厂的`通知。

5. 球场上的球员必须尊重裁判的决定。球场上的球员必须服从裁判的决定。否则，他们将被警告技术犯规，那些严重的(两次)将被罚出场。任何球员在比赛中犯下任何严重的犯规或危险行为都将被视为技术犯规。

6. 赛场上的运动员不得围攻、控告、辱骂裁判员，不得故意拖延比赛、扰乱比赛秩序。如有发生，将取消比赛资格，对相关责任人进行违纪处理，并通知全厂。

1. 禁区3秒、后场10秒和比赛24秒的规则不被采用。2. 任何犯规投篮或上篮的人将被犯规者处罚两次。3. 任何被判技术犯规的人将被处以两次处罚和一次投掷。4. 违反规则超过6次的人将被自动处罚。上海安精密电子有限公司。

组织者:人事总务部活动

策划人:xxx□xxx

xx年xx月xx日