

最新开展校园体育活动方案(精选7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。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

开展校园体育活动方案篇一

一、时间：暂定20__年11月7日(星期六)

二、地点：天平山、灵白线

三、集合：参加活动的分工会职工务必于11月7日早上8:30集合统一出发。

四、活动目标：

- 1、增强凝聚力，调动职工的积极性。
- 2、培养团队合作精神，增强对团队的责任心和荣誉感。
- 3、增强对非工作状态下的沟通，形成积极协调的组织氛围。
- 4、磨练个人意志，培养毅力、勇气、增强自信心。

五、活动内容：

- 1、天平山红枫摄影比赛(手机随手拍)。
- 2、灵白线竞走比赛。
- 3、团队拓展比赛。

六、相关要求：

- 1、参加拓展训练期间，需要穿着舒适的便装、运动鞋。
- 2、活动期间中务必以安全为第一要务，听从指挥，以免发生意外。
- 3、活动期间，严禁擅自脱离团队单独活动。
- 4、无特殊情况一律不得请假. 特此通知。

开展校园体育活动方案篇二

坚持“健康第一”的指导思想，把加强学校体育作为实施素质教育的重要突破口和主要方面，确保学生“每天一小时校园体育活动”，有效落实“三课、两操、两活动”，培养小学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，使小学生在增长知识、培养品德的同时，锻炼和发展身体的各项素质和能力，促进小学生身心健康发展，努力使我校学生普遍达到国家体质健康的基本要求。

二、活动主题

快乐运动 健康成长

三、活动时间、内容

“每天一小时校园体育活动”时间由早操、大课间活动、眼保健操、体育与健康课、体育活动课等时间组成。

- 1、早操：每天安排跑操(不少于15分钟)。
- 2、大课间活动：每天上午第2、3节课之间做课间操(不少于30分钟)。

3、眼保健操：每天下午、晚自习第1、2节之间各组织学生做好1次眼保健操(每次5分钟，共10分钟)。

4、体育与健康课：按照中小学体育与健康《课程标准》的要求组织开展教学活动;(每周三节体育课)

5、体育活动课：围绕《国家学生体质健康标准》的要求，学校制定了《沙堆中学校园体育活动安排表》，各班级可以自行调节，主要开展小篮球、小排球、羽毛球、踢毽子、跳绳、仰卧起坐、立定跳远、短跑、拔河等活动，掌握多项运动技能。

没有体育课的当天，学校安排一节体育活动课，确保每周至少3节体育活动课时，并排入课表，在正常教学时间段予以安排。如果下雨地湿改由班主任或者辅导老师在教室组织室内操或者下棋，如象棋、军棋、围棋、跳棋等。

(一)建立健全组织机构，切实加强对落实“每天校园体育锻炼一小时”工作的领导。校长是保证学生每天一小时体育活动的第一责任人。学校成立以校长为组长，分管校长为副组长，政教处、教导处、总务处组成的领导小组和年级组、体育组组成的工作小组。切实加强对该项工作的领导、协调、组织、监督和检查。本着对国家、对社会、对学生全面负责的精神，把落实学生每天一小时体育活动作为一项全局性的教育工作来抓，充分落实。

1、领导小组 组长：陈水兵

副组长：宋汉民 柳自威

组员：李志刚 吴忠良 周新民 宋守民 胡元龙

2、工作小组 组长：柳自威

成员：吴亚军 吴和平 杜辉煌 各班主任 体育教师

(二)要将制定的方案在学校公示栏等显著位置予以公示，接受社会、家长、学生的监督，保证“学生每天一小时校园体育活动”的坚决落实。

(三)加大对落实“每天一小时校园体育活动”阳光体育运动的经费投入。学校加大对落实“每天一小时校园活动”阳光体育运动的经费投入，每年安排一定比例的经费用于保证开展体育活动场地器材设施的需要。同时，要发扬艰苦奋斗的精神，积极发动广大师生因地制宜、因校制宜、废旧利用，切实保证“每天一小时校园体育活动”的开展。

(四)建立体育和健康教育教学调研制度。制定学校体育和健康教育课程教学质量评估指标体系，严格执行教学质量监控制度。对课堂教学实施的效果进行评价、分析和反馈，提高学校体育和健康教育课堂教学质量，充分发挥体育和健康教育课堂教学在促进学生体质健康方面的主渠道作用。

(五)完善班级评估机制。加强学校体育专项督导，制定班级体育工作专项检查评价细则定期组织专项检查并予以公告；对无故挤占体育课、不落实“每天一小时校园锻炼”要求的班级，将予以处理。凡未认真组织、落实每天体育活动课的班级、班主任及学生，不得评为先进班级、优秀班主任、优秀学生。

(六)、加强安全教育、保障学校体育活动的顺利进行 经常向学生进行安全教育，组织活动时学校和教师要考虑到安全因素，防止课外体育活动中伤害事故的发生，以保证活动安全、有序、有效的开展。

五、每周体育、活动课安排

开展校园体育活动方案篇三

为科学指导群众性体育运动，有效提高社区居民的身体素质，推动体育进社区活动的深入开展，以服务辖区居民，促进社区和谐为宗旨，__社区全民健身活动领导小组通过研究决定，开展以全民健身活动为目的的体育运动会。

一、活动时间“

1、8月1日，在市体育广场，社区通过健身项目展示、比赛交流等，组织开展形式多样的全民健身活动。

2、8月8日上午8:30分，在市体育广场参加全市举办的全民健身运动会。

二、活动主题、宣传口号：

活动主题：每天锻炼一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。宣传口号为：“我健身，我快乐”、“天天健身，天天快乐”、“好体魄，好生活”、“全民健身，你我同行”、“参与全民健身，乐享低碳生活”。

三、活动内容：

1、认真做好“全民健身日”宣传教育活动。通过开办全民健身栏目，举办科学健身讲座，广泛宣传倡导健康生活方式，普及科学健身知识，全面宣传报道社区组织健身活动情况。

2、精心组织丰富多彩的健身系列活动。围绕“每天锻炼一小时”主题，结合社区居民群实际情况，广泛组织开展适合不同人群、不同年龄、体育健身活动，引导广大人民群众积极参与各项健身。

活动；积极开展进城务工人员的体育活动；充分利用好学校、

企事业单位的体育设施和个居民小区体育健身器材等资源，组织开展形式多样、广泛经常的社区体育健身活动；重视残疾人健身需求，组织开展适合残疾人身心特点的体育健身活动和体育康复项目；不断创新适合老年人特点的体育健身项目和方法，开展多种老年人体育健身活动。

3、着力开展全民健身志愿服务活动。广泛动员和组织社会体育指导员、学校体育教师和暑期体育院校回宜的'学生开展义务健身辅导，利用丰富的体育专业技术知识，向广大群众讲解健身知识，推广健身方法，普及科学健身理念，为全民健身活动提供技术指导服务。

开展校园体育活动方案篇四

由于公司的业务迅速扩张，规模日益扩大。人员需求越来越大，新进员工越来越多，部分新进员工还未能充分职业化，他们的责任意识、沟通意识、创新意识、团队意识还有待提高。为实现新员工特训目标，打造一支优异的蓝韵人力资源队伍，培训发展部经过充分的研讨，认为有必要在新员工特训中增加团队拓展训练。

二、训练目标

- 1、树立主动沟通的意识，学习有效团队沟通技巧。
- 2、打破成规，重新审视自我，增强创意思维能力。
- 3、增进学员相互认知和理解，提高团队的信任和宽容。
- 4、熔炼团队精神，加强团队凝聚力，树立合力制胜的信念。

三、拓展训练后参训人员的如下素质和意识将得到提高

- 1、积极主动的沟通精神。

- 2、双赢思维、补位意识。
- 3、面对变化的正确管理方法。
- 4、对团队具有高度的责任感。
- 5、富于创新精神、主动求变。
- 6、欣赏他人，鼓励他人，赞美他人。

四、方案设计理论特点

项目整合训练内容包含室内项目和户外项目，整个培训中体力与脑力活动充分结合，在项目的实施中充分进行体验和感受，并共享别人的体会与心得。一系列活动使得参训员工对整个培训保持高度的热情及参与感，项目设计环环相扣，对于一些基本理论在游戏中进行意识、体会和理解，再分享讨论并融会贯通形成理论，进而运用到实际工作、生活当中。

五、拓展培训纪律要求

- 1、培训时必须严格遵守培训规则和公司有关纪律，严禁脱离团队擅自行动。
- 2、参加培训时必须穿运动鞋，着装简洁适合运动，女士请不要穿裙子。
- 3、如患有不适于参加激烈运动疾病人员应事先通知培训组织者，以作统一安排。
- 4、请保持训练区域的整洁，产生的垃圾或废物请随身带走，自觉保护环境卫生。

六、课程设计方案

1、参训人员：新员工特训班全体员工。

2、拓展地点：公司拓展训练场。

3、培训形式：15人至18人左右为一组，每一组选一位组长，在教练的指导下进行游戏，教练就游戏的目的和作用对学员进行引导，学员对游戏过程进一步进行体验和感受。

4、课程流程：

七、费用预算

八、拓展训练游戏方案

1、活动的背景：公司队伍逐渐壮大，无法避免新老员工之间，业务团队之间，业务与后勤各个职能部门之间，就工作问题上，难免存在配合和服务上沟通的障碍，和矛盾冲突。为了让工作氛围更加的和谐，促使各个部门之间更好的交流和沟通，提高工作效率，创造更大的收益，企划部针对这一现象，特制订了一系列关于缓解员工关系，促进部门协作效率周期性活动。

2、活动目的：活动有利于灌输公司新的理念，互动能够增加各部门人员之间的亲和力。通过周期性的活动，能够及时、有效的传达公司最新精神和指示，让员工更加清楚的了解公司新动向。选择不同部门进行联谊的活动，更能增强不同岗位、不同职责员工之间的协作、理解、包容，从而达到团结一心，有效沟通，高效益的团队。

3、活动的时间：以两个月为一个周期开展

4、活动的主体：公司全体员工(根据不同的部门和员工之间的情况，组织人员活动。大活动人员不超过60人，小活动人员不低于30人)

6、活动的开展：周期性活动大致可以分为三类：拓展项目、座谈会项目、体育活动项目、知识趣味比赛。

根据活动主体不同，企划部牵头组织培训部和部门管理沟通，确定最后的活动方案，确保活动能够解决实质问题，让活动的价值最大化。

(一)、拓展分为：室内拓展和室外拓展

室内拓展：短期内对心态和思维的调节效果好、见效快，成本低，可供选择活动内容丰富。

户外拓展：能够形成触动和刺激，强化服务意识，持久性好，可以增强团队之间的协作能力，达到团队相互协作与信任的目的。

(二)、茶话会：形式灵活多样，内容丰富多彩，可以分为：团队才艺展示、小游戏、个人才艺表演、座谈会、工作角色转变短时间体验感受、案例分享、思想和心得交流、真心话、传爱心等一些列小片段组成。既可以以团体的形象对公司进行宣传，又会为公司的业务累计资源。

(三)、活动：乒乓球比赛、拔河比赛、波斯飞毯、跳绳比赛、滚铁环比赛、接力赛、合唱比赛、卡拉ok大赛、景区的旅游进行的团体赛和友谊赛等一系列活动。还可以组织到老人院、留守儿童、问题儿童等地区送温暖活动，到社区为孤寡老人和空巢老人做服务和慰问活动，不仅可以提高员工之间的组织与协调能力，还有益于提高公司形象，宣传力度。

(四)房产专业知识竞赛、助理团队服务礼仪竞赛、陌拜房源、客源角逐大赛、关于对待客户、寻找房源、客源方式、方法的辩论赛、带看经纪人技巧、技能大赛等知识趣味比赛。通过比赛既可以促进员工之间的经验交流，又可以提升员工工作的积极性。

7、活动的费用预算

每次活动最低标准以5元/人的标准，最高标准以10元/人为标准。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

开展校园体育活动方案篇五

为了发扬团队精神，共建快乐、和谐校园，调动教职工积极性，在辞旧迎新之际，我校将举行教师趣味运动会。

二、组委会成员

三、活动时间地点：时间:201x年10月26日

地点：二年级教室和操场

四、活动形式及要求：

1. 全体教职工通过抽签分成两个组参赛。抽签前先选出两个组的领队，然后男女教职工分别抽签，抽在同一个组的组成

一个参赛队。

2. 团体赛取1、2名，个人赛取前3名。

五、活动内容：

1. 投乒乓球进篮

男女混合项目，每队4人，2男2女。每队一名运动员持6只乒乓球跑15米至终点线，向距终点线外2.5米处的篮筐内用手逐只抛投乒乓球进篮(脚过线犯规)，无论是否进筐，每只乒乓球只允许抛投1次。6只球抛投完毕，跑回起点线，与第二名队员击掌后，第二名队员方可接力，如此反复，直至4人全部完成。每队总限时4分钟，以限时时间内各队进篮筐乒乓球总数计算名次。如进球数相等，则以用时少的队名次列前。超时则不计成绩。

2. 赶篮球接力跑

男女混合项目，每队4人，2男2女。第一人手持木棒，赶篮球沿跑道前进15米至另一端，绕过标志后赶篮球返回；第二人接棒后重复前过程，如此循环，用时少的队名次列前。比赛过程中，不得用身体任何部位触球，球出界则算犯规，不计该队成绩。

3. 运篮球投篮

接力男女混合项目，每队6人，4男2女。第一人从篮球场的中场线开始运球投篮(投篮方式不限)，球投进后运球返回中场线，与下一人击掌后；第二人重复前过程，直到第6个人将球投中后，运球返回终点线，用时少的队名次列前。

4. 打保龄球

男女混合项目，每队4人，2男2女。4人同时进行。距投球线外7米，按倒三角形放置10只矿泉水瓶作为击打目标，运动员在投球线处手持篮球滚射目标(滚射方式可单手可双手，但不允许用脚)，每人滚射2次。以每队4名队员击倒矿泉水瓶总数计算名次。

5. 集体跳绳

男女团体项目□8m长绳，每队上场7名队员，2名甩绳(男女不限)，其他5名队员(3男2女、或3女2男)原地跳绳。时间一分钟。在一分钟时间内，各队以5名队员集体成功跳过绳总数排列名次。

6. 步调一致(双人绑腿跑接力)每组2人，每组一次(中途坏了，必须从头再来)，回到起点后(以过起点线为准)，另一人再进行，用时少的队为胜。

7. 心心相印(背夹球接力)每组2人，每组一次，背靠背夹住篮球(中途如球掉下，必须从头再来)，回到起点后(以过起点线为准)，两人共同把球放入筐内后，下组再进行，用时少的队为胜。

8. 以牌会友(扑克比赛)采取单循环赛，以胜者多决出名次。

9. 齐心协力(拔河比赛)采取三局两胜制。

10. 游龙戏水

每组7人，用纸杯将水接力运往终点桶中，1人在起点负责加水，其余6人，每2米1人，第1人用嘴将装好水的纸杯衔住，往第2个人的纸杯中注水，第2人又向第3人的纸杯中注水，依次进行，直到第6人将水倒在桶中，运水中，不得用手扶持纸杯，否则算犯规，不计成绩。时间限时5分钟，以桶中水多组为胜。

11. 汽排球每队5人，每局打12个球，胜方发球，双方可分别垫球三次，如不过网、出界或落在自方场地为输，胜方得分，采取三局两胜制。

六、奖励办法：本次运动会，每项比赛取得名次的组或个人均给予奖励。

优胜奖4人被子一床

鼓励奖15人运动服一套

开展校园体育活动方案篇六

坚持“健康第一”的指导思想，把加强学校体育作为实施素质教育的重要突破口和主要方面，确保学生“每天一小时校园体育活动”，有效落实“三课、两操、两活动”，培养小学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，使小学生在增长知识、培养品德的同时，锻炼和发展身体的各项素质和能力，促进小学生身心健康发展，努力使我校学生普遍达到国家体质健康的基本要求。

二、活动主题

快乐运动健康成长

三、活动时间、内容

“每天一小时校园体育活动”时间由早操、大课间活动、眼保健操、体育与健康课、体育活动课等时间组成。

1、早操：每天安排跑操(不少于15分钟)。

2、大课间活动：每天上午第2、3节课之间做课间操(不少于30分钟)。

3、眼保健操：每天下午、晚自习第1、2节之间各组织学生做好1次眼保健操(每次5分钟，共10分钟)。

4、体育与健康课：按照中小学体育与健康《课程标准》的要求组织开展教学活动;(每周三节体育课)

5、体育活动课：围绕《国家学生体质健康标准》的要求，学校制定了《沙堆中学校园体育活动安排表》，各班级可以自行调节，主要开展小篮球、小排球、羽毛球、踢毽子、跳绳、仰卧起坐、立定跳远、短跑、拔河等活动，掌握多项运动技能。

没有体育课的当天，学校安排一节体育活动课，确保每周至少3节体育活动课时，并排入课表，在正常教学时间段予以安排。如果下雨地湿改由班主任或者辅导老师在教室组织室内操或者下棋，如象棋、军棋、围棋、跳棋等。

(一)建立健全组织机构，切实加强对落实“每天校园体育锻炼一小时”工作的领导。校长是保证学生每天一小时体育活动的第一责任人。学校成立以校长为组长，分管校长为副组长，政教处、教导处、总务处组成的领导小组和年级组、体育组组成的工作小组。切实加强对该项工作的领导、协调、组织、监督和检查。本着对国家、对社会、对学生全面负责的精神，把落实学生每天一小时体育活动作为一项全局性的教育工作来抓，充分落实。

1、领导小组组长：陈水兵

副组长：宋汉民柳自威

组员：李志刚吴忠良周新民宋守民胡元龙

2、工作小组组长：柳自威

成员：吴亚军吴和平杜辉煌各班主任体育教师

(二)要将制定的方案在学校公示栏等显著位置予以公示，接受社会、家长、学生的监督，保证“学生每天一小时校园体育活动”的坚决落实。

(三)加大对落实“每天一小时校园体育活动”阳光体育运动的经费投入。学校加大对落实“每天一小时校园活动”阳光体育运动的经费投入，每年安排一定比例的经费用于保证开展体育活动场地器材设施的需要。同时，要发扬艰苦奋斗的精神，积极发动广大师生因地制宜、因校制宜、废旧利用，切实保证“每天一小时校园体育活动”的开展。

(四)建立体育和健康教育教学调研制度。制定学校体育和健康教育课程教学质量评估指标体系，严格执行教学质量监控制度。对课堂教学实施的效果进行评价、分析和反馈，提高学校体育和健康教育课堂教学质量，充分发挥体育和健康教育课堂教学在促进学生体质健康方面的主渠道作用。

(五)完善班级评估机制。加强学校体育专项督导，制定班级体育工作专项检查评价细则定期组织专项检查并予以公告；对无故挤占体育课、不落实“每天一小时校园锻炼”要求的班级，将予以处理。凡未认真组织、落实每天体育活动课的班级、班主任及学生，不得评为先进班级、优秀班主任、优秀学生。

(六)、加强安全教育、保障学校体育活动的顺利进行经常向学生进行安全教育，组织活动时学校和教师要考虑到安全因素，防止课外体育活动中伤害事故的发生，以保证活动安全、有序、有效的开展。

五、每周体育、活动课安排

开展校园体育活动方案篇七

活动目标：

1. 通过学习助跑屈膝跳的动作，使幼儿跳过30厘米宽和30厘米高的障碍物。
2. 发展幼儿的助跑屈膝跳和钻的能力。
3. 通过活动培养幼儿不怕困难的精神。

活动过程

一、开始部分

1. 组织幼儿集队，队列训练。
2. 准备活动：教师同幼儿一起边做动作边说儿歌：小青蛙呱呱，田里住水里划，看见害虫吃掉它，农民伯伯把我夸。（表演2—3遍）

二、基本部分

1. 教师扮青蛙妈妈，以游戏口吻说：孩子们，农民伯伯的稻田里有许多害虫在吃庄稼，怎么办呀？（帮助农民伯伯捉害虫）师：你们真是乐意助人的好孩子，那么在去农民伯伯家的路上，我们会遇到很多困难，先和妈妈学习一些本领路上用。
2. 教师示范讲解助跑屈膝跳的动作。
3. 请能力强的幼儿示范动作。
4. 幼儿分组练习助跑屈膝跳，教师指导纠正跳的不正确的幼儿动作，并表扬跳的好的幼儿。

5. 游戏：《青蛙捉害虫》进一步巩固幼儿助跑屈膝跳的动作。

玩法：把全体幼儿分成人数相等的四组，戴上头饰扮“小青蛙”站在“家中”，教师扮“青蛙妈妈”。

游戏开始，“妈妈”说：“孩子们，你们的本领都练好了吗？一会儿我们就出发，路上我们会遇到一堵矮墙、一条小河和一座独木桥，你们一定用上学到的本领”。教师发出口令，每组第一名“小青蛙”越过各种障碍物，到‘稻田’里捉一只小“虫子”，再按原路回来，把‘小虫子’放到筐里，拍第二只“小青蛙”的手。最后，“青蛙妈妈”带领全体“小青蛙”到稻田里检查还有没有“小虫子”以进一步巩固幼儿助跑屈膝跳的动作。

三、结束部分

放音乐，全体“小青蛙”一起跳起快乐的舞蹈，做放松整理活动，教师小结游戏情况。