

# 最新星计划创建十颗星有哪些 舞蹈比赛计划(汇总8篇)

计划在我们的生活中扮演着重要的角色，无论是个人生活还是工作领域。相信许多人会觉得计划很难写？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 星计划创建十颗星有哪些篇一

大赛的计划方案

根据《第四届校园文化节活动实施方案》安排，由初等教育学院承办，第二届大学生民族舞蹈大赛。大赛目的是为丰富校园文化生活，扎实推进大学生素质教育，促进学生思想素质、文化素质、身心素质和专业技能等综合素质的全面提升，深入开展民族团结进步教育。

本次活动由各院系学生自愿组织舞蹈队（每队8—12人）参加比赛，每队一个节目，参赛舞种是民族舞。比赛分初赛和决赛，初赛由各学院自己组织进行，并将选出的节目报名参加决赛。各二级学院团总支将本单位参赛作品的报名表于6月15日17：00前报到文科楼301室（初等教育学院团总支办公室）。

对参赛舞蹈的具体要求和评分细则分别是：

（一）具体要求：

1、服装、伴奏、道具由参赛单位自行准备。伴奏：必须使用光盘伴奏，音乐必须录制在光盘开头，须备两份，赛前送到场地音响师进行调试。

2、舞蹈时长：6分钟以内，最短不得少于3分50秒

3、各二级学院要按通知要求认真组织初赛，选拔优秀选手参加决赛。

4、参赛选手提前10分钟到场，迟到超过5分钟（含5分钟）的参赛队将取消其参赛资格。

（二）评分细则：本次比赛采用十分制

1、舞蹈的整体效果（2分）

2、服装、造型（1分）

3、舞蹈的表现力（3分）

4、舞蹈的技巧（2分）

5、动作的编排（2分）

比赛的具体时间、地点及参赛报名表在“关于举办第二届大学生民族舞蹈大赛的通知”里。

第四届校园文化节组委会办公室

2011年6月5日

## 星计划创建十颗星有哪些篇二

“友谊第一，比赛第二”篮球比赛

篮球比赛是中国的传统体育活动，在比赛中能够很好的体现队员之间的团结协作能力，从而加强参赛团体之间的合作、交流，增强整个参赛队伍之间的凝聚力。为了加强部门与部门，员工与公司之间的联系，加深员工之间的友谊，特举行此次篮球比赛。

制造课、品管部及其他各部门在职员工

## 报名要求

- 1、 篮球比赛报名范围为安和公司内部所有员工
- 2、 每位报名人员只可参加一支球队
- 3、 比赛按部门划分，制造一课一队，制造二科一队，工程人员一队，间接人员一队，共四队。每队人员为8名队员，其中8名队员当中选一名队长。
- 4、 比赛时设有一个主裁，一个副裁
- 5、 比赛抽签决定，分别进行比赛，最后胜出的两只队伍分别进行冠亚军的争夺。

1、 比赛场地:公司篮球场

2、 比赛时间:20xx年12月10日---30日期间

3、 比赛采用抽签对阵，一场定胜负，胜者晋级下一轮，比赛设冠军、亚军、季军、参与队。

4、 比赛采用是上下半场制，半场比赛时间为20分钟，期间无暂停时间，中场休息10分钟，双方交换场地。

5、 每队上场人数为5人，换人不限次数。

1、 超过10分钟仍未到场或人员不齐则视为自动弃权。

2、 各队严格按照要求报名，如有违反报名要求则取消报名球员比赛资格。

3、 每队球员统一服装颜色。进入决赛的队伍必须同意服装。

4、所有参赛队员保证比赛“友谊第一”原则，场外观众不得野蛮扰乱比赛秩序，否则将取消继续观看比赛资格并做违纪处理并全厂通报。

5、场上球员必须尊重裁判的判罚，场上队员必须服从裁判判罚，否则给予技术犯规警告，严重者(两次)将被罚下场。比赛过程中如有球员有严重犯规或危险动作则视同技术犯规。

6、场上球员不可有围攻、指责、漫骂裁判，不得有故意延误比赛等扰乱比赛秩序等行为，一旦发生则取消该队比赛资格并对相关责任人做违纪处理并进行全厂通报。

1、比赛不采用禁区3秒、后场10秒及24秒规则。

2、凡投篮、上篮犯规的，均由被犯规者罚篮2次。

3、凡被判罚技术犯规的，均由对方进行2罚1掷。

4、累计犯规超过6次者将被自动罚下。

## 星计划创建十颗星有哪些篇三

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□xx学院定于在xx年xx月xx日展开学院“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□xx学院学工处

四、承办单位□xx学院学生会体育部

## 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\*\*月号到学工处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。

## 十、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箱医疗用品一箱

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

## 星计划创建十颗星有哪些篇四

为了丰富同学们的课余生活，活跃社团气氛，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。通过篮球赛，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的社团气氛。

友谊，从运动开始！

植保科创，植保青协

\*月\*\*日

山农大南校区篮球场

## 植保科创

- 1、植保科创与青协分别组成，科创队和青协队
- 2、每队选七人，比赛中五人上场，两人替补
- 3、选好队长，由队长带领其队友，根据情况组织训练一段时间；

4□xx月xx日\*\*点正式开打。

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。（可以根据实际情况，延长或缩短比赛时间）

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；

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。

4、比赛中一定要注意安全，不要为了争球而伤害自己或他人的身体。

5、后勤服务工作由xxx负责(如运动员用水和奖品的购买)

奖励方法：胜利方每人一个笔记本

活动经费：奖品： $3*7=21$

水： $1*14=14$

共计：35

通过举办篮球赛，可以丰富同学们的课余生活，锻炼同学们的身体；同时，篮球这一集体的运动，还可以体现同学们团结合作精神的良好的途径，可以培养同学们的集体荣誉感营造团结向上的氛围。

可行性分析：篮球在学校里可以说是最多人参加的体育活动。因此，在我们新生中定有着一大批身手不凡，而且有热爱篮球的同学。

## 星计划创建十颗星有哪些篇五

为了丰富同学的`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，也给同学展示自我的舞台，\*\*学院定于在20xx年\*\*月\*\*日展开学院“\*\*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。

： \*\*学院学工处

： \*\*\*学院学生会体育部

各系部代表队，继续教育学院，院学生会团委社团联合会

各系体育部部长于\*\*月\*\*号到学工处107抽签分组，没到者视为弃权。

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。

- 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、参赛的系部最好统一服装且有编号，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、这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。

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、广播站负责这次活动的前期宣传和比赛宣传。

2、外联部负责筹集这次活动所需的资金。

3、宣传部负责出这次活动的海报和条幅。

4、体育部和学生会各部门负责这次活动的人员安排，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	一箱	
--------	----	--	------	----	--

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

## 星计划创建十颗星有哪些篇六

20xx年5月7日星期五14：30正式开始

李渡校区田径运动场

xx级、xx级全体在校学生(共计十三个班)

经济与工商管理学院

经济与工商管理学院学生会体育部、女工部。

1、以班级为单位组成各参赛队伍。每班限报一队，每队共20人，男生10人，女生10人(若男生不足10名的班级可按男女生1：2的比率进行适当的调整)。参赛队员必须是本班人员，其余人不得参加。教师组男女各10人，参赛教师为经济与工商管理学院在职教师。各参赛队伍各选一名队长。

2、比赛开始前，参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，开场后5分钟不到的队伍取消参赛资格。

1) 比赛按抽签分组直接淘汰(每轮比赛采取三局两胜制)。比赛共分为三个阶段。

2) 比赛分组由各队队长抽签决定，比赛的站地位置采取抛硬币的方式。

3) 初赛：每队抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛。每组采取直接淘汰制，每组获胜者晋级。最终胜利的7支队伍进入下一轮比赛。

4) 复赛：由队长进行抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛，每组采取直接淘汰制，获胜的四支队进入决赛。

5) 决赛：最终的四支队伍同样采取抽签分组决出最终的前三名。

6) 最终的冠军队伍将与教师组进行一场拔河比赛。

比赛地为地上画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，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须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，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准，同时裁判吹鸣哨声表示比赛结束。

1、赛前5分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。

3、比赛前由队长抽签决定对阵。

4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至到达获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

7、比赛以裁判第一次吹哨为号发令表示比赛正式开始，当裁判吹第二次哨时表示比赛已有胜负，该局比赛结束。

8、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各班体育委员谨记，转告给各班队员。

9、比赛过程中对裁判判定有异议时，仅有领队有权提出申请。

按照赛制取前三名予以奖励

第一名：奖金100元及奖状

第二名：奖金60元及奖状

第三名：奖金50元及奖状

活动第一项：领导讲话

活动第二项：领导宣布比赛正式开始

活动第三项：比赛正式按秩序进行

活动第四项：对获奖班级进行颁奖(注意：颁奖活动在全部比赛结束后立即进行，请各班在比赛结束后先不要离开，务必参与颁奖仪式)

## 星计划创建十颗星有哪些篇七

篮球运动作为一项有1xx多年历史的体育运动，既具有很高的观赏性又具有较好的参与性，既讲究团体协作又讲究个人能力，既讲究战术配合又强调身体对抗的特点，深受广大体育爱好者的喜爱。

篮球赛是我校的一项传统赛事，已经成功地举办了两届。本次为缓解我系学生紧张的学习压力，丰富大家的课余生活，提高身心素质，培养对篮球的兴趣以及对篮球基本规则的了解，增强班级凝聚力，提升团队精神，展现土建系人独有的风采，我系学生会体育部特举办第一届系篮球比赛。

团结拼搏休闲快乐

比赛均安排在双方没有课程安排的时间，具体比赛时间见附表。

青岛理工大学费县校区篮球场。

xx□xx□xx级各专业为单位组队，每支球队限报男生8名，女生6名，每队选出队长一名。大一四个队，大二三个队，大三三个队，共十支参赛队；分a□b两组□a组包括大一四支球队□b组包括大二大三六支球队。

各个篮球队篮球赛三分远投赛

1、运动员资格：运动员必须是青岛理工费县校区xx□xx□xx级学生，上场队员必须是属各队报名注册人员，一旦发现不符合规定或未经报名注册之球员，一律取消该运动员及该运动员所在球队比赛资格。

2、比赛队员必须统一着装，比赛双方服装应有明显差异。

三分远投赛每支球队限报男生2名。

3、每个参赛队预交押金1xx元，赛后退还。

如有违反体育道德行为及打架斗殴行、不服从顶撞裁判等现象，扣除押金；并按照学生手册中相关规定队恶劣行为给予相应处分。

共1xx队伍，分别分入a,b两组，每组内球队进行淘汰赛□a组二支球队和b组三支球队出线进入六强赛，六支球队再以单循环赛形式进行比赛，决出冠、亚军。

### (一) 各个代表队篮球赛

1、此次比赛的执法由校体育教研室和系体育部负责，采用国家体育总局审定的最新篮球竞赛规则。

2、每场比赛参赛队必须在比赛开始前1xx钟内将出场队员名单及号码交至比赛技术台，若比赛开始1xx钟后一方仍未到场，则按该方弃权，对方赢记录。

3、比赛分四节，男生参加一、三、四节，女生参加第二节。小组赛为每节15分钟；常规时间，犯规、出界、发球、罚球不停表；若双方平局，进行加时赛五分钟，加时赛停表。直至分出胜负。

4、每场比赛，每方各有一次暂停机会；每队每场比赛有额外暂停机会一次，此次暂停只能在第3、4节使用，每次暂停时间为1分钟。

5、小组赛如遇下雨等特殊原因，比赛顺延，时间另行通知；球队提出延期比赛需提前一天通知主办单位。

### (二) 三分远投大赛

1、预赛每人投1xx三分球，限时间1分钟，五点定位投篮，每点投两个，投进个数最多的六个人进入决赛。

2、决赛每人投15个三分球，限时间1分钟，按照nba三分大赛规则计分，按得分排除名次。

1、团体赛名次取前三名的球队奖励。

2、三分赛取前三名奖励。

1、本规则未尽事宜，另行通知，

2、本次比赛的`最终解释权贵土建系学生会体育部。

## 星计划创建十颗星有哪些篇八

但星期五又会再来一场篮球比赛，女子篮球比赛。比赛那天，我也是里面的一名球员，我也明白当时的心情，我即紧张又好奇，因为我还没接触过篮球比赛，这个比赛是怎样的.呢？不，我们不应该对自己产生怀疑的现象，我们应该对自己有信心，像男同学一样有信心，有信心才可以换来胜利的命运，我们这次比赛全靠一个人去支撑，不是她，比赛结果，我跟本不敢想象。但是偏偏就是这样，在前几天她就弄伤了手，不过，她为了我们班的胜利，她带着伤来上场，我们都为他担心。最后，她被人撞到了，要下场休息，当时，我脑子里变成了一片空白。心想：怎么办、怎么办，没了她该怎么办。我真的吓疯了。不过到最后，她又回来了，我的心里才踏实，因为没有她我们可就糟蹋了。最后，胜利有属于我们了。比赛过程真的很痛快，这才让我明白对手的实力、比赛的规矩，我真的、真的感到痛快啊！这篮球比赛真是让我感到痛快，不知道男同学们是否也有这样的心情。下次我们男、女都要加把劲，再获取胜利。

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](#)