

# 工会举办瑜伽活动的通知 单位工会元旦的活动方案(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 工会举办瑜伽活动的通知篇一

xx公司每年新年都会举办迎新年大型联欢会，凭借联欢会会为依托，答谢员工一年的工作和努力，展现河北中岗公司的时代面貌，通过文艺联谊与员工评奖拓展员工的工作激情和斗志，以更加饱满的热情投入到下一年的工作当中。

1、晚会主题名称(暂定)“难忘光辉20xx[]展望并进20xx”“迁西大捷送春礼，中岗龙腾贺新年”

2、联欢会会目标：迎接新年，，团结并进新一年。

3、晚会时间(暂定)[]20xx年12月31日4、地点(暂定)：激情岁月

组长：王建军

副组长：乔xx[]李xx

1、联欢会总指挥：王xx[]乔xx[]李xx[]

工作：负责联欢会方案的决策、细节、分工、责任的批准与审核。

2、联欢会主要负责人：孟x□李x

工作：活动具体事项安排、调度

3、节目主持人：崔xx□郭x杨茜x□智能一名

工作：主持联欢会节目

4、文案：

工作：崔建新、郭飞、王政负责制作联欢会节目串词文字。刘晓洁负责马总联欢会开场演讲稿制作，以及马总联欢会贺词，整理成文。高金毓负责温总联欢会开场演讲稿制作，以及温总联欢会贺词，整理成文。王政负责联欢会朗诵词、主持词的.制作。

5、设计：

工作：王政、杨茜配合负责联欢会背景墙、节目单、桌签、抽奖号、

6、节目征集：

工作：负责联欢会节目的彩排通知、节目报名、筛选。

7、节目音响师：

工作：配合酒店音响师，坡缓响应曲目音乐。

8、联欢会录影：拍照

9、礼仪：朱艳艳抽奖环节送奖品

10、联欢会工作人员：孟莉、李平、王政、杨茜、朱晓新、孙碧云工作：李平、孙碧云、王雪梅、杨茜负责奖品的发放

和道具的管理孟莉、李平、王政、杨茜负责联欢会现场布置(气球，桌签、拉花等)

11、车辆人员:肖岩

工作：联欢会员工、工作人员的接送，联欢会物品的配送，

12、传达。餐饮：李平、朱艳艳、肖岩

工作：负责联系联欢会会场会餐

联欢会工作：12月10日-12月31日，共分三个阶段

第二阶段：节目组织与文稿编排节目排练：由王雪梅组织所有排练人员进行统一时间排练、但12月28日至少进行一次会场最终排练节目筛选：为确保节目单、主持人台词等后续工作顺利进行，于12月20日之前必须将联欢会节目上报完成主持人台词编排：12月15日，将主持人台词整理出一稿，12月20日，将主持人节目串词整理出一稿。领导讲话稿：12月20日左右最终确定讲话稿联欢会当日详细时间表及通知：联欢会详细时间表于12月23日之前确定，并向所有工作人员发送一部。公司具体通知要于12月23日向各单位各部门传达。

## 工会举办瑜伽活动的通知篇二

为喜迎\*\*新年到来，满足全局干部职工业余文化生活需求，增强团队凝聚力，营造和谐家园氛围□xxx县xxxxxx局工会决定开展“迎新年”工会趣味活动。

一、活动名称：“迎新年，促团结”工会活动

二、活动目的：丰富业余生活，调动工作热情，增强团队意识。

三、活动时间：\*\*年月日9：30——17：00

四、活动地点□XXXXXX

五、参与人员□XXX县XXXXXX局全体干部职工

六、活动流程

1. 前期准备：

- (1) 由办公室登记活动时各人所做菜肴及相应所需食材；
- (2) 提前联系活动地点并准备好食材及活动奖品、道具等。

2. 活动开展：

- (1) 9:00，全局干部职工在体育馆门口集合；

3. 后期工作：

工作人员清洁卫生，撤除相关道具等。

七、工作分工

1. 活动总策划□XXX县XXXXXX局办公室

负责活动方案的拟定及场地联系、人员通知等。

2. 物资准备□XXXX

负责活动道具、奖品等物资采买等

道具：乒乓球50只(其中标记记号的3个)，乒乓球拍2副，盆子或纸箱5只，凳子10张，硬纸板若干，词语牌60个，小气球若干，跳绳3副，胶带若干，条幅，塑料绳，计分表，午餐食

材若干。

### 3、现场裁判□XXXXX

负责协调各活动有序开展，发放奖品、裁定胜负等，负责解决现场工作中出现的问题。

## 八、游戏项目及规则：

### 1. 个人比赛环节：

#### (1) 巧运乒乓球

参赛人员要求：3人一轮进行初赛，每轮取第1名进入决赛，抽签决定比赛组别，抽到王牌则为轮空，直接进入决赛，最终决出一二三名各1名。

准备道具：乒乓球拍2副、乒乓球50只，盆子或纸箱5只、凳子10张。

#### (2) 搭桥过河

准备道具：硬纸板若干

### 1. 团体比赛环节：

现场通过抽签方式分为红黄蓝三组，各组分别选出组长一名，负责选派人员参与相应比赛。比赛环节采取积分制，第一名积3分，第二名积2分，第三名积1分，所有环节结束后以总分第一的组别为优胜组。

#### (1) 词语猜猜猜

参赛人员要求：每组抽派2名代表参加比赛，1人比划1人猜，以各组猜出的词语数量排名，多者为胜。

比赛规则：以日用品、电器、动物、花卉、名人5类词语为范围，每组两名代表相对站立，主持人站在a身后，高举印有题目字样的a4纸张，b面向主持人及a，通过简洁的语言或生动形象的动作肢体方式等，向a传递所看到词语的信息，由a猜测该词语，猜不出可以跳过，解说词语时不能有词语中的所含的文字出现，解说词语不能与题目词语谐音，不能使用地方语言直接解说词语，否则猜测此题作废，每队有8分钟时间。

准备道具：词语牌60个

## (2) 运气球

参赛人员要求：全组参赛，以完成比赛所用时间排名，用时少者为胜。

比赛规则：每组分发5个气球，队员立于赛道一端，将气球在空中用嘴吹着行走，将气球运到指定地点，气球若落地则需退后1米再行继续，1人运完则第2人出发，以5个气球运完总时间计时。

准备道具：20个气球，黄色胶带

## (3) 蒙眼闯关游戏

参赛人员要求：每组抽派1名人员参赛，其余人员作辅助，以参赛人员到达终点完成任务的时间排名，用时少者为胜。

比赛规则：参赛人员蒙眼，于赛道一端出发，在同队人员的指引下，首先来到指定地点踩爆5个气球后，再来到另一地点连续跳绳10下，最终来到终点任务台，成功从若干乒乓球中找出标记记号球并放入指定框中。

准备道具：20个气球，标记记号球3个，跳绳3副。

## 九、相关奖励

个人赛第一名奖励一等奖获奖证书及200元奖品，第二名奖励二等奖获奖证书及150元奖品，第三名奖励三等奖获奖证书及100元奖品；团体赛优胜组队员奖励团体优胜奖证书及每人150元奖品。

## 十、经费预算

### 工会举办瑜伽活动的通知篇三

结合教办工会工作要求，以“锻炼、健康、工作、幸福”为主题，为了丰富我校教职工的课余生活，减轻工作压力，倡导健康娱乐的理念，在校内积极开展健康有益的文体活动，通过教师的参与，切实提高教师身体素质，在各项活动中，增强教师团队协作精神。增强教师的凝聚力、向心力、战斗力，营造和谐校园氛围。

一、活动内容：定点投篮

二、活动时间□20xx年xx月22日

三、活动地点：校篮球场

四、比赛方法

1、设男子组、女子组。

2、比赛场地为符合条件的篮球场地，选取半场，男子投篮点为罚球线，女子为三秒区线内任何一点。

3、先进行女子组比赛，再进行男子组比赛。

5、每一场地一次只允许一名选手参加比赛。

6、不允许自带助手辅助比赛。

7、裁判示意比赛开始后方能进行投篮；提前进入比赛场地进行投篮视为犯规，需由裁判员纠正后重新开始比赛。

8、可以采用单手肩上、头上、胸前、腹前等任意投篮动作，也可双手持球投篮。

9、可以跳投。

五、未经事宜另行通知，由校工会解释。

20xx年xx月18日 校工会

## 工会举办瑜伽活动的通知篇四

1、增强教职工的健身意识，带头参加体育活动。

2、缓解工作压力，愉悦身心，增强体质。

运动与生命同在，青春与快乐永存！

总裁判：刘建平

裁判：王建平、徐振锋、黄建新

记录：顾婷、朱丽萍

照相：刘建平

20xx年01月16日下午

学校田径场

全校教职员工



## 1、心心相印（俩人背夹篮球接力）

比赛方法：各工会小组派6名代表参赛，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。

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7、5、4、3、2、1记分。

## 2、同舟共济（垫子运人过“江”：篮球场宽）

比赛方法：各工会小组派6名代表参赛，每队每次出3人，参赛人员踩在垫子上，交替使用两块垫子渡到对岸，到达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。

比赛规则：

（1）参赛人员脚不得踩在地上，手可以撑地去拿垫子。

（2）谁踩在地上谁得回到起点，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。

（3）全体队员全部到达对岸队，用时最少的队伍为胜。

(4) 名次录取：按速度取名次，按7、5、4、3、2、1记分。

### 3、6人同步跳长绳比赛

比赛规则：

(1) 绳子在队员脚下受阻为失误，中途失误可继续比赛。

(2) 摇绳者必须在听到发令后才能摇绳。

(3) 比赛中途摇绳者站位距离为3米。摇绳者脚踏线为犯规，扣除犯规所获成绩。

(4) 记录失误次数，以累计一分钟内计总数。

(5) 名次录取：按速度取名次，按7、5、4、3、2、1记分。

### 4、包馄饨比赛

比赛方法：全员参加，每人包10个馄饨，包好后放在一个大盘里。比赛开始前，工会提供一个标准的馄饨样品，选手所包的馄饨不可以过大或过小。

比赛规则：

(1) 每组全员参加，一个人独立包10个馄饨，如有顶替代包无成绩。

(2) 评委按每组包饺子的数量，外形进行给分，选出最后获胜队伍。

(3) 名次录取：按速度取名次，按7、5、4、3、2、1记分。

第一名：（一等奖）第二、三名：（二等奖）第四、五、六名：（三等奖）

- 1、活动期间无重要事情，教师不得请假；缺席的在小组总积分中扣1分/人。
- 2、请年级组长督促本组成员穿好运动鞋准时参加活动。
- 3、活动结束后全体教职工吃馄饨，请安排好工作生活。
- 4、未尽事宜待以后补充，解释权归学校工会。

## 工会举办瑜伽活动的通知篇五

为了确保春游活动正常开展，圆满结束，安全工作将是重中之重。要做到万无一失，就要提前重点防范，在提高大家安全意识的。基础上，再制定出突发事件的预案，做到有备无患，尽一切努力把不安全因素降到最低。因此在全园开展春游活动之前，加大对于安全工作的重视程度，研究可能出现的问题，特制定本本次春游活动的安全预案如下：

一、成立春游安全小组，加强安全预控解决能力。

二、春游期间教师工作制度及要求

- 1、班级教师在活动前必须清楚活动计划及活动路线，不得缺席，全程陪同幼儿春游。
- 2、教师在活动前检查幼儿鞋子、衣服是否穿的合适，包内有无危险物品。
- 3、各班教师准时带领幼儿到指定地点集中，必须在活动前清点好本班幼儿人数，并上报组长。
- 4、教师在活动前必须向幼儿交代外出活动的一些注意事项及安全常识。

5、在前往目的地和返回幼儿园的路途中，教师要组织幼儿排好队，有秩序的前进，遇到车辆不慌张，教师要注意力高度集中，共同配合好，带领幼儿安全到达。

6、到达目的地后各班必须再次清点人数，并上报组长。

7、在活动中各班教师必须保持手机联系畅通，有情况及时上报相关负责人。

8、各班老师在到达目的地后要按计划组织和开展活动，不要随意“放羊”，并告知幼儿不追逐、不打闹。

9、小树林内路

面不平整并且有很多树桩和两口井，各班老师须提醒幼儿看路，避免摔跤。并提醒幼儿不乱跑，不去井边及偏僻的地方玩耍等。

10、幼儿如要上厕所，须有一名老师陪同，该教师必须和另外两名教师打招呼方可离开，上完厕所后教师须清点幼儿人数，确保人数正确方可离开。

11、分散自由活动时，要求幼儿三五成群，不要个别行动，教育幼儿发现问题或发生事故时要及时报告，老师要加强巡视，年级组长要做好监控，发生事故要采取应急措施。

12、活动结束后要在规定的地点集中，各班清点好人数并上报，并按顺序安全带幼儿返回幼儿园。

13、回到幼儿园后须再次清点幼儿人数，并报告组长，人数无误之后安排幼儿离园。