

2023年工会活动方案(优秀9篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

工会活动方案篇一

为丰富广大教职工业余生活，增进友谊，增强体质，加强交流，校工会特组织开展系列文体活动。具体安排如下：

一、男教工篮球赛(负责人：程仁华)

时间：11月-12月

要求：组队四个。一、二、三年级各组一队，三处一办和后勤公司组织一支联队(成员为三处一办各正副主任和校级领导与后勤公司领导及职工，其他均属各所在年级。以下均如此)。每队领队、教练各一名，队员8名以内。另外，学校成立篮球俱乐部，长期开展校内校外各种友谊赛及联赛。

高一领队：吴超， 教练：聂冠华

高二领队：陶英， 教练：杨成红

高三领队：孔小燕， 教练：敖情昌

联队领队：骆志雄， 教练：杨宁

裁判：杨成红(组长)、曹诗明、敖情昌、郑昱、聂冠华、彭祥翠、孙勇军、李际平

规则：循环赛制。原则上按国际篮球比赛规则。

奖励：取前三名。每队按10人发奖(含领队、教练)，参赛者均给予纪念奖。

二、个人和团体乒乓球赛(负责人：程光新 吴发平)

时间：11月-12月

要求：以个人自愿原则到各年级负责人处报名。实行年级内个人乒乓球赛和校内乒乓球团体赛。个人乒乓球赛分男女两组，以个人单淘汰制在各年级中分别产生男女前三名，各年级负责人负责实施，再以团体形式(组队四个。一、二、三年级各组一队，三处一办和后勤公司组织一支联队)在校内以淘汰制方式进行比赛，分男女单打和男女混合双打三场，决出团体前三名。

高一负责人：吴超

高二负责人：陶英

高三负责人：孔小燕

联队领队：骆志雄， 教练：杨宁

裁判：袁涛、张登洲、王钰、程光新、付小红

规则：原则上按国际乒乓球比赛规则。

奖励：各年级前三名和团体前三名(含负责人)

三、女教工羽毛球赛(负责人：陈倩)

时间：11月-12月

要求：以个人自愿原则到各年级负责人处报名，报名截止时间为11月30号，各年级负责人将名单交到陈倩同志处汇总并组织抽签并实施比赛。

高一负责人：吴超

高二负责人：陶英

高三负责人：孔小燕

联队领队：骆志雄， 教练：杨宁

裁判：彭祥翠(组长)、曹诗明、敖情昌、郑昱、聂冠华、杨成红、孙勇军

规则：个人单淘汰制，原则上按国际羽毛球比赛规则。

奖励：取前五名发奖。

四、象棋、围棋赛、扑克一双升(负责人：王宏远)

时间：12月份

要求：男女不限，自愿报名。自愿者直接到工会组长处报名。

规则：单淘汰制，实行一局定胜负。具体方案由王宏远同志负责。

奖励：各取前三名发奖。

五、篮球校外友谊赛

时间：9月-20xx年元月

领队：吴发平

负责人：吴发平、白万钰、程仁华、袁 涛、曹本先

六、拔河、迎面接力，师生篮球赛(负责人：吴发平、白万钰)

时间：均在校秋运会期间

1、拔河

共组四队(每队8男2女)，一、二、三年级各组一队，三处一办和后勤公司组织一支联队(成员为三处一办各正副主任和校级领导与后勤公司领导及职工，其他均属各所在年级)。循环赛制。

高一领队：吴 超， 教练：聂冠华

高二领队：陶 英， 教练：杨成红

高三领队：孔小燕， 教练：敖情昌

联队领队：骆志雄， 教练：杨 宁

裁判长：周朴华

裁 判：徐振祥、何阳平、杨 宁

2、迎面接力

同拔河。

3、师生篮球赛

教师领队：吴发平， 教练：聂冠华

学生领队：曹诗明

裁判：李际平、彭祥翠

七、青年教师联谊活动(负责人：吴发平、白万钰)

领队：程仁新

组织：袁 涛、曹本先

注：所有活动均在工会组长处报名，凡参加活动者均发纪念品。每次比赛的具体时间见海报或通知。

工会活动方案篇二

友情的呼唤，沟通的开始。

通过此次活动，丰富同学们的大学生活。增进同学之间的友谊，增加同学们之间的交流，从而使我们的大学生活更加的丰富多彩。

给11级与xx级搭建一个相互认识、相互交流、相互学习的平台，使两个年级在今后有更多、更广泛的合作交流机会。

11级英语教育支部□xx级电子商务支部

20xx年5月25日下午15□00-xx:00

学院多功能厅

学校团委组织部成员

1. 男女猜猜猜。（材料：写上学号的小纸条，男女分开放；动作词语条，折好，并在外面标上1-xx号。）

2. 水果蹲。（材料：水果头饰，由纸质帽子写上各种水果名

称代替。)

3. 成长空间。

由主持人阅读一篇关于成长，励志的文章。一定要富含感情，要能触动同学的心灵，让同学们对未来有一个思考。（之后让同学们思考一下自己到贵大以后的感受以及对自己未来四年大学生活的规划或对未来生活的畅想。）

1、主持人致辞

2、全体唱团歌《光荣啊，中国共青团》

3、邀请演唱《朋友》

4、两个年级的`同学分别参加以上活动

5、11级英专向xx级电商请教学习等经验并提问，了解专业知识。如：谈判翻译

6□xx级电商和11级英专讨论英语在电子商务专业的重要性（演讲的方式）

7、11级英专与xx级电商商议在日常生活中如何互助互利

8、活动结束，嘉宾点评

9、合影留念

10、清理会场

工会活动方案篇三

为了加大劳动竞赛工作力度，充分调动广大职工的积极性和

创年下半年劳动竞赛实施方案，望认真贯彻落实。

一、活动主题：

活动主题：工作，“育”，培育树立典型模范，业绩。

二、组织领导

组长：要切实加强领导，积极搞好协调，形成工会牵头，党政工团齐抓共管的格局，使劳动竞赛活动有方案、有特色、有措施、有落实、有评比、有总结，务必取得实实在在的效果。

三、竞赛目标：

围绕**公司向“40元产值和亿元利润”这一奋斗目标，以我公司20xx年生产经营为中心工作，针对公司不同时期的工作重点、难点开展专项劳动竞赛活动，通过评比培育典型模范，以带动公司全体员工奋力拼搏，为公司20xx年再创佳绩做贡献。

1质的服务，满足**（集团）公司高产稳产的需要。

2、克服各种困难，教育员工增强安全意识，强化安全监督和管理，杜绝各类事故发生。

三、竞赛内容和形式

（一）评比奖励方法

开的总结表彰会给予表彰奖励。阶段项评比根据实际情况由领导小组临时决定。

（二）评比否决条件

1、未完成考核指标。

2取消季度评比资格。

34、员工发生违章违纪现象严重。

四、活动要求

工会活动方案篇四

根据20xx年工会工作计划安排及今年的实际情况，校工会定于3月23日（星期六）举办春季踏青活动。请你们合理安排本部门的其他活动，积极组织教职员工及家属参与。

现将活动事项通知如下：

一、时间□20xx年3月23日（周六）

二、目的地：珠海野狸岛

三、出发地点：国交旁球场入口处

四、出发时间：上午8：15

五、参加人员：我校教职工及家属

六、报名截止时间：

1. 以部门工会为单位组织报名并于3月20日（星期三）下午5点前由部门工会负责人将电子版和纸版报学校工会李老师，提交报名表时一并收取活动费用。（由于预定车辆和用餐的原因，报名过时，人员不再变动）

2. 各部门工会选派一位领队负责本单位活动当天的组织工作

工会春游活动方案活动方案。

七、收费办法

1. 教职工（工会会员）免收费用；
2. 家属按成本的半价收费，每人25元，其余部分由学校工会补贴；
3. 所收费用只含午餐和交通费，单车环岛游等其他游艺项目教职工及家属均自费。

请各部门工会做好本单位教职工的报名和活动安排并按照通知要求做好组织工作。

工会活动方案篇五

2016年春季工会户外活动方案

一、活动目的：

为了缓解教师平日工作的紧张，增进教师之间的友谊，丰富教师业余生活，愉悦身心，构筑教师之间交流平台，走进大自然，学校工会将组织全校教师进行野外休闲拓展活动。

二、活动时间及乘车指南

- 1、 活动时间：5月20日。
- 2、 乘车时间：上午9：30、10：30、11：30、12：30。
- 3、 调度：龙秋花、吴如喜。

(说明：上午有课的教师上完第四节课后到县政府门口上车)。

三、活动场所 神龙寨观光园

四、活动内容

乒乓球拍托球接力、呼拉圈比赛、篮球投篮比赛、踢鸡健、跳绳比赛、享受森林日光浴。

五、活动细则

- 1、 学校负责车费、租房费、餐费、及活动奖金。
- 2、 活动由体育组统一组织。
- 3、 每项活动设立一、二、三等奖和优胜奖，奖金分别为400元、350元、300元、300元，奖金合计：6750元。

六、活动纪律

- 1、 教师无特殊情况，原则上不得请假。
- 2、 教师集体活动要注重教师形象，言行文明，不做有损学校形象的事。
- 3、 注意野外用火，预防火灾，男士不得乱扔烟头，以免引发火灾。
- 4、 娱乐活动要健康文明，不得赌博或变相赌博。

七、注意事项

- 1、 年级组长、办公室主任负责组织好本组成员参加活动。
- 2、 活动期间要本着友谊第一，比赛第二的原则，公平合理竞技。

3、请各教师做好家属的安全教育工作台，特别要管好自己的小孩子。

学校工会庆祝国庆节活动方案

各小组：

今年是中华人民共和国成立67周年。根据区教育局党委、区教育局工会下发的有关通知要求，结合学校实际，遵循“隆重热烈、规模适度、留意节俭、讲求实效”的原则，为激发教工爱国热情、丰富教工文化生活、引导激励教工努力工作、争先创优，我会特制定庆祝国庆节活动方案如下：

一、开展“迎国庆、做奉献”感言征集活动

1、主要内容：歌颂伟大祖国61年沧桑巨变，展示广大教职工昂扬向上的精神面貌，热情讴歌新中国61年的伟大成就，抒发广大教职工热爱党、热爱祖国的炽热感情，表达为国家振兴富强而团结拼搏、无私奉献的豪迈情怀。

2、文体要求：以警句、格言为主要写文体。重在表达个人感悟、抒发情感，具有一定的启发性、警示性，每篇感言限100字内。

4. 评选优秀作品。

二、开展“我与伟大祖国共长大”主题征文活动

1、主要内容：结合学校建设发展实际，描绘学校文化建设的新风尚，展示学校教工的精神面貌，表达教工为国家建设发展应肩负的时代使命和历史责任。

2、文体要求：文章文体以记叙文、散文、议论文为主。字数不超过3000字，题目自定。

3、上报时间：2016年9月28日前报工会余庭建老师处。各小组选报篇幅不限。

4. 评选优秀作品。

三、组队参加区教育局工会“庆祝建国六十周年教工合唱比赛”

1. 演唱曲目：《走进新时代》《今天是你的生日》

2. 参加职员：男5，女5.

3. 练习时间：12：20——13：00

4. 技术指导：丁云

5. 召集人：刘泉

四、开展“祝福祖国”文明公益短信传递活动

1. 指导思想：引导教工创作和转发文字优美、雅俗共赏的文明短信，抒发爱国情怀，展示团结***、奋发向上的精神风采，表达对伟大祖国的美好祝愿，唱响***好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主旋律，为庆祝新中国成立66周年营造喜庆祥和的社会***氛围。

2. 时间安排：2016年9月16日至2016年11月21日。

3. 短信要求：创作短信，要紧扣祝福祖国主题，短信自编。内容健康向上，文字优美流畅，立意新奇，富有创意。诗词、对联、感言等文体不限，每条字数控制在70个汉字以内。

4. 评选办法：学校聘请老师担任优秀短信评委，负责评审优秀短信。欢迎各位教工积极参与，并于规定时间内运用家校通系统将短信发至刘泉老师处，或发至手机***也可。

工会活动方案篇六

一个不重视读书的学生，是一个没有发展的学生；一个不重视阅读的家庭是一个贫瘠的家庭；一个不重视读书的学校是一个没有文化的学校；一个不重视读书的民族是一个没有希望的民族。书是人类的朋友，是人类进步的阶梯。为了进一步激发全镇师生以及广大家长读书的兴趣，营造浓厚的读书氛围，养成良好的读书习惯，提高阅读能力，建设书香校园，促进学校文化建设，深入实施素质教育，特制定北滘镇教育工会开展读书活动方案。

以“形成全员学习、终身学习的学习型校园，促进学生全面发展”为根本，以深化课程改革和推进素质教育为目的，以读书活动为载体，努力为全体师生营造内涵丰富、特色鲜明的校园文化氛围，为师生的可持续性发展打下坚实的基础。

通过读书活动的开展，进一步完善师生的文化知识结构，丰富文化知识内容，充实文化底蕴，培养学生良好的阅读习惯和读书兴趣，营造浓厚的校园文化氛围。

本次活动的对象是全镇师生以及广大家长。

（一）教师读书活动

- 1、各学校可参照推荐书目确定教师读书书目，并制定切实可行的读书计划。
- 2、读书形式采用集中读书和个人读书相结合的方式，各校根据本校实际确定本学期集中读书时间。
- 3、每位教师每学年至少阅读两本有价值的教育书籍，并做好读书笔记，写出心得体会。

（二）学生读书活动

1、各学校可针对不同年龄的学生从推荐书目中选择一本适合他们阅读的图书，保证每学年每名学生阅读两本好书。

2、学校各班级要组织学生交流读书体会，班级要做好记录。教师指导学生采取自读、同桌读、小组读等多种阅读形式，使学生养成良好的读书习惯，提高阅读能力。

3、学生在读书过程中要注重知识积累，摘抄好词、好句、好段落，要写读后感，培养学生的写作能力。

1、加强领导，提高认识。各学校要高度重视读书活动，把读书活动摆上重要议事日程。要成立读书活动领导小组，切实加强加强对读书活动的领导，督查、指导本校读书活动的开展，并制定开展读书活动方案。

2、认真组织，精心指导。各学校读书活动中，要做到计划有落实、过程有记载、活动有主题、结束有总结。学校还要重视对学生阅读方法的指导，根据学生的年龄特点和阅读能力，帮助学生制定阅读计划，指导学生阅读。另外，建议有条件的家庭要经常带孩子到图书馆、书店等场所进行阅读，增加阅读量与阅读面。各学校可通过召开读书活动经验交流会、展览教师读书笔记、学生知识竞赛、主题演讲等形式，检验读书成果。

3、注重实效，培养习惯。各学校要注重读书活动的实效性，不流于形式，不能走过场，每个环节都要落到实处。在培养习惯的同时，培养师生、家长特别是学生的阅读能力，为打造书香校园奠定基础。对在读书活动中涌现出来的优秀典型教师、学生和家長要大张旗鼓地加以宣传，发挥榜样作用。各校要把读书活动作为一种长效机制固定下来，坚持常抓不懈，要抓出成效，抓出特色。

4北滘镇总工会开展读书活动领导小组：

组长：程蝶翩

副组长：温汝剖

组员：杨绍枢、麦耀洪、高锡流、郑建华、苏少欢

在师生中开展读书活动，是一项需要持之以恒、常抓不懈的工作。因此，该活动初步确定分四阶段进行。

2、全面实施阶段□20xx年4月。该阶段主要工作是进一步落实读书方案，遴选、购置和推荐好的图书，开展各种活动。

3、巩固阶段□20xx年5月至20xx年10月。该阶段主要工作是褒扬先进，推广典型，总结和推广一批在读书活动中出现的先进个人。使读书成为每个教师的自觉行动，并引导教师向写作和研究方面发展，使之逐步融入教育教学的日常工作。

4、总结表彰阶段□20xx年11月。各校于11月15日至20日，上交读书心得2—3份文稿（教师、学生、家长三合一为一份）另用oa上传电子文稿到程蝶翩处。

附：1、推荐教师阅读的书目

2、推荐中学生阅读的书目

3、推荐小学生阅读的书目

附件1、推荐教师阅读的书目

推荐教师阅读的书目

书 名	作 者	出 版 社	出 版 时 间
教育大境界	傅东缨	北京大学出版社	20xx□12□1
陶行知文集	陶行知	江苏教育出版社	20xx□3

	前苏联		
育人三部曲	苏霍姆林斯基	人民教育出版社	1998
教育的奇迹	崔花芳	北京工业大学出版社	20xx□5
学会生存—世界教育的今天和明天	联合国科教文组织编著	教育科学出版社	1996□9□1
	捷克		
大教育论	夸美纽斯	人民教育出版社	1957
叶圣陶教育文集	叶圣陶	中国广播电视出版社	20xx□6
魏书生班主任工作漫谈	魏书生	漓江出版社	20xx□10
爱弥尔	法国卢梭	商务印书馆	1978
	前苏联		
苏霍姆林斯基选集	苏霍姆林斯基	教育科学出版社	20xx□8

附件2、推荐中学生阅读的书目

推荐中学生阅读的书目

书名	作者	出版社	出版时间
西游记（上、下）	吴承恩	人民文学出版社	20xx□6 第一次印刷

水浒传（上、下）	施耐庵	人民文学出版社	20xx□6 第一次印刷
朝花夕拾	鲁迅	人民文学出版社	20xx□2 第六次印刷
骆驼祥子	老舍	人民文学出版社	20xx□6 第二次印刷
繁星 春水	冰心	人民文学出版社	20xx□6 第一次印刷
芙蓉镇	古华	人民文学出版社	20xx□6 第一次印刷
鲁宾逊漂流记	英国 笛福	北京少儿出版社	20xx□1 20xx□2
格列佛游记	英国斯威夫特	人民文学出版社	第四次印刷 20xx□3
童年	苏联 高尔基	人民文学出版社	第六次印刷
钢铁是怎样炼成的	苏联 奥斯特洛夫斯基	人民文学出版社	20xx□4

附件3、推荐小学生阅读的书目

推荐小学生阅读的书目

书名	作者	出版社	出版时间
----	----	-----	------

爱的教育	意大利亚米契斯	十月文艺出版社	20xx□1□1
格林童话	德国 格林兄弟	人民文学出版社	20xx□5
安徒生童话	丹麦 安徒生	人民文学出版社	20xx□8
福尔摩斯探案	英国 柯南道尔	延边人民出版社	20xx□7
鲁宾逊漂流记	英国 笛福	北京少年儿童出版社	20xx□1
汤姆索亚历险记	美国马克吐温	人民文学出版社	20xx□6
科学王国里的故事	王旭光主编	河北少年儿童出版社	1997
成语故事	王莹等	远方出版社	20xx□1□1
海底两万里	法国 凡尔纳	明天出版社	20xx□3
苦儿流浪记	法国埃克多马洛	人民文学出版社	1991

工会活动方案篇七

为进一步推动和谐社区建设，妥善解决社区居民最关心、最直接、最现实的利益问题，切实保障社区困难居民的基本生活，对居民存在的急、难、愁问题给予及时有效的帮扶，维护社会稳定，根据市总工会（帮扶）工作站实施方案的要求，结合本社区实际工作，特制定实施方案。

市总工会帮扶工作要按照“政府牵头、部门配合、社会参与、社团运作、依托社区、综合帮扶”的工作原则，坚持实行“一口上下”的运行机制，在市总工会积极倡导和推动下，充分调动社会积极因素，有效整合各种帮扶资源，根据社区的实际情况，以不同的形式、不同的途径，因地制宜地开展工作，缓解社区居民突出的生活困难。

社区成立工会困难职工帮扶领导小组，由社区党总支书记担任组长，社区主任担任副组长，由社区各项工作人员担任组员。

社区工会困难职工帮扶工作形成与辖区单位工会、各界爱心人士、红十字会等组织相互衔接的帮扶机制。

1. 在本社区属下岗困难职工、享受最低生活保障家庭、低收入家庭以及其他因患各类严重急慢性疾病，造成家庭生活困难，影响家庭基本生活的困难家庭。
2. 因突发事故或自然灾害造成人员伤亡或就医有困难，导致家庭生活困难的。

要结合“面对面、心贴心、实打实服务职工在基层”和学雷锋活动明确重点目标和任务，强化和完善工作方法和手段，使工会重点工作在这一平台提升，让职工群众合法权益在这一平台实现。

一是要结合“四知四清四掌握”，摸清底数，掌握情况，要按照职工队伍结构、困难职工情况、职工就业需求等内容形成辖区内职工数据库，并分类整理建立职工电子档案，为职工提供有针对性的服务。

二是要结合“面对面、心贴心、实打实服务职工在基层”活动，全面了解掌握职工群众的所思、所盼、所愿和辖区内所有企业的性质、生产经营状况及发展目标。

三是要通过社区工会工作（帮扶）站和“职工就业实训基地”对困难职工、下岗失业人员、零就业家庭成员等困难群体进行教育培训，开展技能比赛，实现就业再就业，确保对困难职工权益的有效、长久、持续维护。

四是要积极尝试在社区建立经济实体，如：家政服务公司、劳务派遣公司等，为一时难以在企业就业的困难职工提供创业就业的平台。

根据社区实际情况，狠抓工会组建、职工入会工作，抓好试

点，做到以点带面，推动社区工会工作的全面开展。

工会活动方案篇八

为了庆祝“五一”国际劳动节，以“我健康，我快乐”为主题，举行庆祝活动，特作如下方案。

组长：练伟东

副组长：黄祥初、彭新容、李国绥

成员：梁运娣、刘巧茹、张雁枫、温伟坚、卢咏红、

李文中、李淑娟、邓贵良

全体教职工

1、第二届教职工乒乓球男女混合团体赛；

2、趣味体育比赛。

20xx年4月23日至4月29日

1、各级组要高度重视，级组长要亲身组织；

2、参加比赛队员要准时到位参加比赛。

1、趣味体育、乒乓球比赛场地、器材由体育科组负责；

2、会场横标及摄影由温伟坚负责。

第二届教职工乒乓球男女混合团体比赛规程

一、主办单位：县二小工会

承办单位：县二小体育科组

二、比赛时间和地点：

时间□20xx年4月23日至28日(星期四、五、一、二)下午4：30—6：20。

地点：本校乒乓球室

三、参加单位：

各科级组共10个代表队(英语与体育共同组队)

四、参加办法和资格：

1. 每队报领队(级组长)教练各1名(可兼队员)，队员5名(至少有3个女队员)。
2. 凡在我校教职工，身体健康者均可报名参加比赛
3. 报名截止：4月17日(星期五)送交体育科组邓贵良老师。

五、竞赛办法：

1. 比赛执行中国乒乓球协会最新审定的《乒乓球竞赛规则》。比赛采用五盘三胜制，每盘比赛至少有2个女队员上场，每局11分制，每2球交换发球权。
2. 各参赛队根据抽签，分2小组进行比赛。
3. 第一阶段采用分组循环赛，取小组前二名进入第二阶段比赛；第二阶段小组前两名采用交叉赛制，决出1至4名。
4. 小组赛中如遇二队积分相等，则相互间竞赛胜者名次列前；如三队积分相等，则以整个循环赛中的净胜局数多少决定

名次;如再相等则以抽签决定名次。

六、比赛要求

(一)领队、教练和队员要文明参赛，服从规程安排，服从裁判。

(二)参赛者应按时参赛，迟到十五分钟视为弃权。弃权者判负。

七、录取名次和奖励:

比赛取前十名，第一名奖330元，第二名奖300元，第三名奖280元，第四名奖260元，第五至十名奖240元。

八、未尽事宜另行通知

紫金县城第二小教职工“五一节”趣味体育比赛规程

一、主办单位：县二小工会

承办单位：县二小体育科组

二、比赛时间和地点:

20xx年4月29日(星期三)15:40—17:30

本校篮球场

三、比赛规程

(一)背靠背挤篮球往返接力

以级组为单位组队，每队6人，距离15米，两人一组背靠背，两手互握，手臂伸直，背上夹住1个篮球，站在起跑线后，比

赛开始，两人夹着篮球侧向向前跑，绕过标志物，返回起跑处交同队另一组，依次进行，直到最后一组运动员躯干任何部位抵达终点线的垂直面时计取成绩，比赛采用每组2队同时进行，5组全部比赛完后用时短者名次列前。

规则：

(1)交接球时，交球者必须踏上起跑线，才能交接，否则必须重新交接。

(2)夹球跑过程中如果球未夹住滚开，必须拾回在原位夹球继续比赛。

(二)同心协力跑

1、比赛器材：捆绑带若干条

2、参赛人员：6人(4女)

比赛规则：6人一组(至少4女)，用绳子把相邻的两只脚捆绑起来，绳子在膝关节以下部位，即6人7只脚，以裁判鸣哨开始计时，到对面标志处绕回，到达终点时计时结束，以用时少者为胜，赛道长25米、宽4米。在比赛中运动员如遇绑带脱落，应在原地重新绑好再继续比赛，否则视无效。

四、奖励办法：每项比赛第一名奖150元，第二名奖120元，第三名奖100元，第四至十名奖80元。

工会活动方案篇九

在新春佳节即将到来之际，为延续并深化xxx文化内涵，给各位员工营造开心愉悦、压力释放、和谐竞争、团结协作的氛围，更进一步凝聚人心，增强团队向心力与执行力。本着因地制宜、简约欢快、隆重热烈、适度拓展的原则，特开

展本次活动。现将活动有关事项通知如下：

拟定xx年1月23日午时14：30

6层会议室

姜太公钓鱼、敲锣打鼓贺新春、春种秋收（团队项目）、摸着石头过河（团队项目）、一反常态（团队项目）

1、春种秋收（团队项目）每个科室派4人（男、女不限）组成代表队参加。

2、摸着石头过河（团队项目）每个科室派4人（男、女不限）组成代表队参加。注：如科室人员不够能够邀请其他科室人员参加。

其他游艺项目不限制报名人数，在不影响工作情景下人人参加。

1、姜太公钓鱼（单人单项）

活动规则：参与者手持一根“鱼竿”，“鱼竿”由一根1.5米长的木棍、一根1米长的细绳和一个牙签（牙签做鱼钩）组成。“鱼”是六个啤酒瓶，地上铺上报纸保护啤酒瓶，以免摔碎。要求参与者在1分钟的时间里使用“鱼竿”钓起啤酒瓶。

奖励办法：此活动取用时最短、钓到“鱼”最多者。取一、二、三等奖，允许并列。其他参与者获得纪念奖。

2、敲锣打鼓贺新春（单人单项）

奖励办法：击中者获得优胜奖，未击中者获纪念奖。

3、春种秋收（团队项目）

活动规则：每队4人，距离32米，中间每隔8米放一个瓶子，开始前每队4人站成一路纵队在起跑线后。第一位运动员手拿4束鲜花，听到出发口令后，快速往前跑。快速将1束鲜花插在瓶子里，继续往前跑，重复上述动作。直到4束鲜花分别插在4个瓶子里，然后跑回到起点，击掌交接后第二位运动员快速前跑依次将4个瓶子里的4束鲜花取回跑回起点递给第三位运动员，第三位运动员将4束鲜花依次插到4个瓶子里跑回，击掌交接后下位运动员出发；如上述方法循环，至四位运动员全部完成。全部完成的用时最少的队伍获胜。

瓶子不能倒地，如倒地须及时扶起，并计算犯规一次，加时3秒；鲜花必须插在瓶子里。如没插准、掉地上、须及时重插，且不能碰倒瓶子。

奖励办法：本活动取团体一等奖。其他队伍发给纪念奖。

4、摸着石头过河（团队项目）

活动规则：每队4人，迎面接力，每道3块“石头”（木板长20cm宽10cm高5cm）赛距为15米，开赛前，参赛队员在各自赛道的起点线后，第一名队员手持一块石头，两脚分别站在起点线后的两块石头上。发令后，队员先将手中石头放置在前方适当位置，然后脚踩在前方石头上，再取回身后的石头并放置在前方适当位置，依次反复前进直至终点，以人过终点线后捡起终点线内的最终一块石头为完成，第二名队员同样方式回到，依次进行，直至4名队员全部完成即为该队成功。队员双脚须各踩在一块石头上才能去拾身后空出的石头，途中队员身体的任何部位均不得触及地面，单手、单脚触地一次加时2秒。如双手、双脚触地，即从该队员起跑处重来。

奖惩规则：取用时最少的团队获得一等奖，其他队伍发给纪念奖。

5、一反常态（团队项目）

活动规则：每队派出来4名队员，排成一列，主持人念出口令或动作，相对应的每队成员做出相反的动作，动做错误的人直接出局淘汰，在1分钟的时间内，剩余人数最多的队伍获胜。例如：主持人说举右手，队员则举左手，说抬左脚，队员则抬右脚。奖励办法：该活动取一等奖。其他人员获得纪念奖。

公司办工会负责比赛组织工作，各工会委员、工会组长负责各室人员报名。

活动总负责□xxx

1、姜太公钓鱼（单人单项）

裁判员□xx□xx

2、敲锣打鼓贺新春（单人单项）

裁判员：韩光辉、王凯峥

3、春种秋收（团队项目）

裁判员□xx□xx

4、摸着石头过河（团队项目）

裁判员□xx□xx

5、一反常态（团队项目）

主持人、裁判员xxx□xx