

# 排球比赛活动策划方案(精选5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。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 排球比赛活动策划方案篇一

1、排球运动由两队各六名选手组成，但是现在增设了自由人，该运动的目的在于使击出的球稍高于网前伸出的双手，从而使球落入对方的半场而得分。

每队的球员都有自己固定的位置，三名网前选手和三名靠近底线的选手。每一方击球过网不得超过三次，原则上一名攻击手将和一名队友在网前拦截，阻止球落入本方半场并可以通过拦截直接得分。

简单来说，运动员不得持球，不得连续击球两次。他们可以用身体的任何一个部位击球，但是如果球从球员身上的某一部分弹到另一部位时，将被认作是两次击球，按违例计算。如果球员在界外击球或击球时身体的某一部分触网将被判失分。

## 2、发球

每方的六名球员按顺时针方向轮流发球。每次本队获得发球权后由发球球员在本方半场的右后角将球发入对方半场重新开始比赛。发球球员可以用上手或下手发球，用拳，伸开的五指或是手臂来都可以。发球可以在底线后的任一处开球，但是规则又允许进行跳发球的队员在落下时进入场内。排球可以落入对方半场的任何一处，该发球队员将继续发球直至本队失去发球权。

### 3、得分

在新的得分规则下，一方在获得发球权时同时得分，即所谓的每球得分制。比赛由五局构成。在前四局的比赛中，获胜的一方必须达到25分，或在此基础上比对方高出两分。在第五局的比赛中获胜一方只需达到15分，或在此基础上比对方高出两分。

### 4、自由人

新设置的自由人将是一名防守专家，可以在后排进行任意的替换，帮助本队抵御对手的进攻。自由人不得发球，拦网或是绕到前排，所以一般由一名身材矮小但是动作灵活的，能够迅速倒地救球使得比赛得以继续的球员担当。自由人可以自由替换，为了易于区别，自由人将穿上与其他球员不同颜色的衣服。

### 5、换人

根据另一项被修改的规则，教练员可以在比赛期间站着向球队发号施令，但是必须呆在一个特定的区域。包括替换自由人在内，教练在每局的比赛中共有6次的机会替换队员。替补队员可以换下某一名先发队员或再被相同的队员替下。

### 6、其它规则

1、只有前排的球员方可拦网。

2、球员可在球越过网之前进行拦截，但是不得触网或是干扰对手。

3、拦网不算作一次击球。

4、球不得触网，也不得碰到同队的队友。

5、每个队在每局的比赛中都有两次的暂停机会。

## 排球比赛活动策划方案篇二

为了丰富我系同学们的课余生活，展示我系同学们的体育才华，激发广大学生热爱校园和热爱体育、努力成才的热情。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。加强同学们春季户外锻炼的意识，增进数理系各班之间的交流。系学生会体育部特策划举办我系男女生混合排球赛。

## 排球比赛活动策划方案篇三

1、打印、复印宣传文件、记分表10元

2、海报、横幅20元

3、奖状、荣誉证书20元

(二)奖金费用：

冠军(160元价值的奖品)

亚军(120元价值的奖品)

季军(80元价值的奖品)

(三)其他费用饮用水20元

(四)支出合计430元

## 排球比赛活动策划方案篇四

1、分县直和乡镇两个大组(如果乡镇报名参赛队数少于6队将不再设乡镇组)。

2、比赛分男子组、女子组进行，每个单位均可报男、女队，每支参赛队可报领队、教练、运动员10人。

3、原则上以单位组队参加，县直单位干部职工比较少的，可以在系统内组队，每人只能参加一个队的比赛。

## **排球比赛活动策划方案篇五**

为了进一步促进排球运动在河北外国语职业学院的全面发展，促进河北外国语职业学院各系之间联系、交流与相互学习，提高河北外国语职业学院学生的排球技术水平，丰富大学生的课余文体活动。英语系学生会特举办本次八系排球联赛，希望各系同学本着“友谊第一、比赛第二”、“重在参与”的原则，公平竞争，赛出风格，赛出水平。