

最新五一趣味活动方案(汇总5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

五一趣味活动方案篇一

一、运动会主要目的：

我们的童年生活，在家长与孩子间建起一座沟通的桥梁，让我们在比赛中感受运动的快乐；因为玩是儿童的天性，让孩子们在比赛中尽情的玩，让孩子们在玩的过程中增长知识，增进团结和友谊，培养他们挑战自我、超越自我的信念。

二、运动会主办单位：

一家人

五、运动会参赛对象：

人民家庭。

六、运动会参赛地点：

备选场地：本地区操场、实验小学校园操场、。希望诸位家长发动社会关系，各显神通联系场地。根据赞助情况，可适当给予回报。

对比赛场地提供者，在趣味运动会背景、条幅标语中为之做相应的宣传，在丹东电视台、鸭绿江晚报和时代丹东网等新闻媒体采访中，对之给予鸣谢。

七、运动会时间及日程安排：

- 1、9月9日：召开家长会，进行活动策划，组建组委会。
- 2、9月10日至30日：联系冠各单位、赞助单位，购置奖杯、证书和奖品等。
- 3、9月10日至20日：网上讨论运动会比赛项目。
- 4、9月20日：公布比赛项目讨论结果。
- 5、9月20日至10月上旬：比赛项目网上报名。
- 6、9月20日至30日：准备器材和道具，确定舞台、音响、摄影、摄像师等。
- 7、10月上旬某日上午5：00，布置舞台、背景、音响、空飘球、宣传条幅等；
- 8：00——12：00：举行运动会开幕式，比赛正式开始。当日下午举行闭幕式，对运动会表现突出的小组进行表奖。

八、运动会备选项目：（项目取舍由大家讨论决定）

（一）钓鱼比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：在比赛现场，所有愿意挑战的宝宝按月份分组进行打擂。在一分钟的挑战时间内，所钓鱼的数量超过本组擂主的数量，即为挑战成功，可得到一份奖品。挑战失败者，只能领取一份纪念品。每组的擂主成绩都是由挑战者自己创造并保持，直到新的挑战者挑战成功后，将其顶替。

器材准备：水池(水盆)，塑料鱼若干，钓鱼杆若干。

(二) 自行车比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，幼儿骑小自行车沿自己的车道前行，最快到达终点者为胜。

器材准备：小自行车6辆；

(三) 造房子比赛

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：跑道为10米。比赛开始后，家庭中的爸爸从起点推车到终点，等在那里的妈妈将大型积木装在车上(一次只能装三块)，然后将积木推向起点，并卸下车，由等在那里的孩子用积木搭建房子，搭得又快又好者为胜。

器材准备：小独轮车6辆，大型积木若干。

(四) 踩高跷比赛：

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：宝宝与家长面对面，踩父(母)脚上，起点准备，听口令向终点走去。先到终点者为胜。游戏中宝宝与家长必须始终手拉手，宝宝脚不得踩地。

(五) 送气球比赛

参赛方式：三口之家参赛。比赛规则：孩子手拿气球，站在起点线上做准备，听到口令后，立即向前跑去。送到父母身边(父母背靠背侧身在终点处等孩子)，把气球放到父母的背上，父母使劲把气球夹破。先夹破者为胜。

器材准备：气球筐6个，气球若干。

(六)收获果实比赛：

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道6条。分别在4条跑道起点放置小草帽一顶，并在10米终点处挂果实一枚。

比赛办法：由爸爸妈妈用双手抓腕盘起让孩子戴着草帽坐上，三个人协助跑到终点，由孩子取下水果后原样折回起点。速度最快者为胜。

比赛规则：比赛时，小朋友必须要戴上草帽后才可以离开起点，水果必须要由小朋友采摘。

器材准备：小草帽6顶，果实6枚，支架两个，铁丝一条。

(七)并驾齐驱(三人四足)

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道4条，10厘米宽、30厘米长的布带子六条，在离起点线前方10米处放一折回标志物。

比赛方法：用布带子把三人相邻脚的踝关节绑在一起，相互搂腰向前走动，绕过标志物折回起点线，以先完成的队为胜。

比赛规则：两人同侧踝关节绑好后才能离开起点线；若在途中带子散开，要重新绑好后方可继续前进。注意宝宝的安全！

器材准备：10厘米宽、30厘米长的布带子6条，标志物6个。(八)袋鼠之家比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：在原地孩子背对父母向后抛球，离3米远的父母用挂在腰间的篮子接球，在60秒中投接，接皮球最多者为胜。

比赛器材：皮球若干，接球篮6个。

(九) 揪尾巴比赛

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：爸爸把孩子托在肩上或背在背上，孩子裤子后有一尾巴，在规定的圆圈内跑，妈妈们揪其它孩子的尾巴，看最后哪组家庭揪的“尾巴”最多为胜。

比赛器材：纸尾巴若干条(6条)。

(十) 跳跳马比赛

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：比赛开始后，宝宝个人骑着跳跳马前行，最先到达者为胜。

比赛器材：跳跳马6只。

(十一) 蚂蚁搬球比赛

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，参赛宝宝将一只盆内的乒乓球用勺子放进另一只盆内。运送中，不得用手护球，最先搬完者为胜。

比赛器材：小盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

(十二) 运送乒乓球比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：10米跑道上，宝宝双手执勺，将起点盆内的乒乓球，一次一粒运送至终点的盆内。运送中，不得用手护球，最先运完者为胜。

比赛器材：盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

(十三) 宝宝骑爸爸比赛：

参赛方式：宝宝与爸爸(妈妈)参赛。

比赛规则：比赛开始后，爸爸(妈妈)反手四肢着地，宝宝坐在爸爸身上，在10米跑道上四肢反向爬行，最先到达终点者为胜。

(十四) 踩气球比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：比赛开始后，爸爸一条腿上捆着一串气球，由宝宝与妈妈一起踩其他爸爸腿上的气球。爸爸们可以跑动躲避，但不能踩球。全部被踩爆者依次退出比赛。规定时间内剩余气球最多的家庭为胜。

比赛器材：气球串若干。

(十五) 羊角球比赛：羊角球〈篮球〉

参赛方式：宝宝与爸爸(妈妈)参赛

比赛规则：10米跑道上，家长从起点拍球到终点，孩子从终点骑羊角球回起点，先到起点者为胜。

比赛器材：羊角球6只。

九、运动会比赛原则：

趣味运动会比赛分为预赛和决赛，预赛前6名晋升决赛；比赛项目报名多者设预赛，如少则直接进行决赛。

十、奖项设置及奖励办法：

(一) 宝宝个人比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛宝宝均为第三名，预赛宝宝均获纪念奖。前三名颁发证书及奖品。(最好由赞助商提供)。

(二) 三口之家比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛家庭均为第三名。预赛家庭获纪念奖。只颁发奖品。(最好由赞助商提供)。

(三) 优秀组织奖一名。按鸡会宝宝的月龄，将参赛者分为几个组。根据比赛中组织、纪律、作风、成绩等情况，评选优秀组织奖一名。并为组织获奖组的每位成员颁发奖品一份。

十一、组织奖积分办法：

1、个人项目每申报一人积1分，家庭项目凡申报一组织积3分。(根据实际情况可对参赛人数进行控制，给予一定的定额。对报满定额的给予积分，少报则扣分)。

2、个人项目如申报后未参加扣2分，家庭项目凡申报后未参加扣6分。

3、不遵守比赛规则者，扣3分，随意离开者扣3分，影响比赛进程者扣6分。

十二、趣味运动会秩序册：

(一)运动会组委会组成:

总指挥:好好爸爸。趣味运动会总负责人。

指挥组成员:星辰星宇妈妈、禹涵爸爸、峻峻的爹等等(副会长)

外联组长:好好爸爸。负责寻找运动会冠名企业,筹集赞助资金及物品。

总策划:禹涵爸爸。负责趣味运动会的整体策划工作。

总裁判长:峻峻的爹。统调所有比赛项目的裁判工作。

裁判组长:待定。熟透比赛规则,负责所有项目的裁判工作。
裁判员:待定

计分组长:待定。负责所有比赛项目的计时、计分工作。

计分员:待定

仲裁组长:待定。当比赛出现异议时,仲裁判决。

组织组:各组组长。负责本组在运动会上的一切事务。

奖品组长:飞妈。负责所有比赛项目的奖品购置、存储、分类及发放工作。

奖品组员:待定

后勤组长:待定负责前期场地布置、桌椅摆放,运动会结束后一切收尾工作。

后勤组员:待定

保卫组长：待定。负责整个比赛场地的安全保卫工作。

保卫组员：待定

器材组长：彤彤妈妈。负责所有比赛项目的器材及道具。

器材组员：待定

新闻组长：王齐妈妈。接待各新闻单位，安排采访对象。

医务组长：待定

主持人：禹涵爸爸

(二)趣味运动会纪律：

1. 参赛家庭及宝宝应服从、尊重裁判裁决，如有意见可由组长向仲裁组提出。
2. 参赛者应严格遵守比赛时间，三次点名不到，以自动弃权论。
3. 为使比赛顺利进行，非裁判、非参赛家庭及宝宝不得进入比赛场地。
4. 不准以任何形式弄虚作假，违者取消该项目比赛资格，扣该组10分。
5. 参赛宝宝及家庭应自觉遵守比赛规则，坚决杜绝故意犯规行为。

(三)运动会总程序：

1. 领导宣布：“冠名”鸡会趣味运动会开幕。

2. 主持人宣布：运动员入场并解说，同时放运动员进行曲。入场次序(略)。
3. 运动员入场列队，请到场领导致辞。
4. 主持人宣布：“冠名”鸡会趣味运动会，请裁判员、运动员各就各位。(正式开赛)
5. 主持人宣布：全部比赛结束，各组重新列队，参加颁奖仪式。
6. 主持人宣布：“冠名”趣味运动会闭幕

(四)运动会比赛顺序及分组(略)

十一、运动会主要经费预算：

- 1、活动器材：
- 2、活动背景、舞台、音响：
- 3、宣传横幅、空飘球：
- 4、摄影、摄像：
- 5、宣传费用：
- 6、奖品费用：(最好能寻求由赞助商提供现金或奖品)
- 7、交通费用。

五一趣味活动方案篇二

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

二，活动整体方案

活动时间□201x年x月x~x.下午五点

活动地点：学校田径场

主办单位：教育系学生会

赞助单位：

活动参与对象：教育系全体师生

活动主题：教育系趣味运动会

三，具体活动细则简介

项目一：拔河大赛

参赛者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛场地：学校操场

比赛规则：在比赛场地上画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。当红布

条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制：

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 比赛分组及比赛首场的站位选择由各班班长抽签决定。
3. 淘汰赛：每班抽签分成a.b组，a组四队□b组三队。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

比赛场地：学校操场，10米

比赛规则：赛道两端各站8组队员。比赛开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。知道最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，必须把球捡起再夹好，并在掉球点继续比赛。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

项目三：跳长绳

参赛者：每班14人(包括甩绳人员)，7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。（分两组）

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

项目四：袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

比赛场地：学校操场。20米。

比赛规则：跑道两端各站5名参赛队员。其中一端的队员站在麻袋内，手提袋口向另一端的队员跳去，然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力，直到最后一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

四，奖励规则。

五，活动经费预算。

六，其他

1. 尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2. 裁判必须做到公平、公正、公开。

3. 比赛前由各班解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。
4. 禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
5. 持场地的卫生，保持现场的卫生。
6. 请各班参赛队员准时到达比赛场地，比赛时间不到者作弃权处理。
7. 望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。文明比赛、文明助威，充分展现各部门风采。
8. 遇不可抗因素(如下雨)或全校性活动，比赛日期另行通知。

五一趣味活动方案篇三

为弘扬体育精神，展现我校学子的风采，山东大学首届体育文化节特举行校园吉尼斯趣味体育活动，具体方案如下：

挑战极限，挑战自我

参加本次比赛的学生运动员必须是具有正式学籍的山东大学学生。

- 1、山东大学各学院均可直接报名参加，每院限报男女各20人。
- 2、各参赛队报领队1名。

以学院为单位组队参赛，各校区进行预赛，决出优胜队伍参加决赛。

预赛各项目前10名进行个人项目的挑战赛。

1、项目包括：踢毽子；足球颠球；定时罚篮；跳绳；呼啦圈；俯卧撑，以学院为单位组织参赛，参赛学院在规定项目中任选四项，每项5人，组成20人参赛队，并设领队一人。

比赛设各校区预赛与总决赛，其中总决赛又分团体部分与个人部分。由各校区预赛选拔7支队伍进入该团体决赛，各单项前10名进入个人挑战赛。

四校区预赛：实行记分制，每项比赛获得名次按以下方式记入参赛队总分具体人数采用全进制（如45人参加颠球，则前5%人数为 $45 \times 5\% = 2.25$ 则取3个人）。

参加此项目全部5人都顺利完成比赛，则该参赛队加3分。按照各队总分排序，选出7支队伍（东区新校南区前两名，东区老校西区软件学院校区第一名）进入决赛。决赛记分办法同预赛。

2、各项竞赛按《竞赛规则（试行）》执行。

3、裁判员由主办单位选派。

1、报名宣传阶段：10月10日—10月16日

宣传及报名方式：第一、各校区张贴活动预告海报；第二、各学院学生会体育部，组织本院同学集体报名。

请各参赛队于20xx年10月16日中午12点前将报名表发至xxxxx@com.cn若无法按时提交报名表，请各领队携带报名表参加10月16日下午4：00在东区新校综合服务楼地下一层进行的校园吉尼斯活动筹备会议。

2、预赛阶段：10月17日—10月20日

各分赛区根据各区场地情况组织预赛。

比赛场地：

东区老校13号楼前广场

齐鲁软件学院体育场

新校图书馆前广场

西校区体育场

南外环新区体育场

3、决赛阶段：团体决赛10月22日比赛场地东区新校图书馆前广场，个人挑战赛10月23日比赛场地南外环新区体育场。

联系电话☐xxx☐晚6：30～9：30）

可咨询学生会办公室，负责人：杨帆xxxx吴文健xxx

准备会时间☐20xx年10月16日下午4：00

地点：东区新校公教楼506

到会时请各领队提交参赛队员的学生证复印件。

团体奖：一等奖团队一个二等奖团队两个三等奖团队三个并设有精神文明奖个人奖：各项目均设有一等奖二个二等奖三个三等奖五个。

1、限次项目：（包括：踢毽子、足球颠球）要求在开始之后连续重复动作，不得间断，以完成数目最多者获胜。中途停止者成绩记录停止前的成绩。允许在正式比赛之前，进行一段时间的适应练习。比赛次数为一次。

(1) 踢毽子：开始后，毽子不许落地，除脚踢之外，选手身体其他部位碰到毽子只能视为调整，不记做个数。不得用手持毽子或身体夹住毽子，不得借助其他人或其他工具来完成活动，否则均取消比赛资格。

(2) 足球颠球：采取分组比赛，组内同时开始，颠球个数最多者为胜。

2、项目：（包括：俯卧撑、定时罚篮、跳绳）

(1) 俯卧撑：1分钟之内连续完成的标准（允许有三次违例机会，但是违例动作不算成绩）动作个数最多者获胜。如果违例动作超过3次，则取消比赛资格。

(3) 定时罚篮：1分钟内，自己拿球，投篮。选手必须按照罚球规定投球，否则视为无效。

(4) 跳绳：以1分钟内完成个数为准，可以停顿，只计算总个数。

3、计时项目：呼拉圈

在规定范围内摇呼拉圈时间最长者为胜。

五一趣味活动方案篇四

为了活跃校园文化生活，增进老师间的友谊，锻炼老师身体，落实全民健身纲要，经学校研究决定，在学生运动会后由政教处、体育组共同举办教师趣味运动会。

裁判：徐景彭跃彬徐壮记录：刘雪飞照相：潘璐露

三、活动时间：

20xx年5月24日（星期五）下午四点

学校操场

全校教职员工

五人六足、挤牛奶

五人六足：参赛者以办公室为单位

挤牛奶：每队8人，每组一名队长

小学部语文

一、二年级老师一组；队长：陈良珍

小学部语文三——六年级老师一组；队长：李海红

小学部数学老师一组；队长：王磊

小学小科老师和英语老师一组；队长：戴轩媛

七年级一楼老师一组；队长：孙权

七年级二楼老师一组；队长：朱媛媛

1、五人六足

各队用布带子把两人的异侧脚（一人左脚，一人右脚）的踝关节绑在一起，互相搂肩，准备起跑，必须在起跑先后把脚绑好不准抢跑，跑到终点为胜出。参赛者以办公室为单位，选出5人参赛，以时间快慢进行排名。取前五名。

2、挤牛奶

每队8人，每个队员相距两米，第一个队员手拿海绵沾水后专递给下一个队员依次传递下去，最后一名队员把海绵里的水

挤到啤酒瓶子里，然后依次传递回去，时间三分钟，最后瓶里多水多者为胜。

五一趣味活动方案篇五

1、双脚投篮2、教研组跳绳接力

1、双脚投篮为教职工双脚夹着一个垒球投向一米外的. 盆子，以二分钟内投中的多少决定个人成绩。

2、教研组跳绳接力为以10分钟为限，本组教职工轮流跳绳，一人跳死后马上转到第二人跳，以跳绳的总个数决定团体名次。

1、双脚投篮各设男女组一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名，优秀奖若干名。

2、跳绳接力设团体组一等奖一个，二等奖一个，三等奖一个。

学校工会组织，运动会组委会统一安排。

刘xx

xx