

2023年乒乓球趣味活动方案 乒乓球活动方案(模板5篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。那么方案应该怎么制定才合适呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

乒乓球趣味活动方案篇一

为全面推进《学生体质健康标准的实施》，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立“终身体育”的新课改理念，丰富学生的课余生活，为学生每天保证一个小时的体育锻炼时间创造良好的条件。经学校研究决定，在全镇开展以国球乒乓为主题课间活动项目，形成了“人人积极锻炼、共享健康快乐”的体育锻炼热潮。

二、成立组织机构，强化管理

为了使大课间活动真正落实到实处，高质量的进行，学校要成立一把手亲自抓，班主任和体育教师具体负责，搭班教师协助管理，共同组织管理好大课间活动，做到齐抓共管，层层负责，切实抓好国球乒乓大课间活动。

1、活动领导小组

组长：刘跻臻

副组长：闫凤银陈庆礼

成员：张庆伟李兴坤孙圣法刘冰邵明城田涛

2、体育技术指导组

组长：马洋谷振腾

成员：全体班主任、体育教师

三、活动时间及计划：各年级可以根据学生的情况自行调整训练计划

四、活动要求

1、有序开展活动，安全第一。指导老师必须强调大课间活动纪律与安全，严格按照学校规定的路线上下楼道，特长教师参与技术指导。

2、活动限在规定的活动区域进行。

3、班主任要带领学生积极参加活动，全程参与，及时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

4、需运动器材的由班主任指定人员到器材室领取，并及时归还。

五、考核办法及时间

一、普及型40%

1、熟悉球性方法：全班学生参与，每个学生准备一块乒乓球拍，一个乒乓球，计时一分钟，记录颠球的个数(中途失误后允许继续进行)，然后统计班级平均数，按成绩名次计分(50 48 46 44 42 40)。

2、班级表演方法：全班学生参与，评委根据班级表演的动作规范，整齐划一打分(50 48 46 44 42 40)。

二、提高型60%

1、个人单打方法：各班在班级选拔赛基础上，推荐男子2名，女子2名参加年级组单打比赛，比赛采用单循环，三局二胜制，每局11分。团体计分办法按胜一局二分，输一局一分累计积分。

三、普及型40%+提高型60%确定班级总名次。

四、两校级部采用以上考核办法确定级部名次。

五、把国球乒乓大课间活动作为评选优秀班集体的重要内容，不积极组织参加大课间活动的班级取消评比资格，对于开展大课间活动有特色的班级，学校将予以表彰奖励。

六、学期结束，学校运用活动结果，对辅导教师进行个人量化。

七. 乒乓球大课间活动展演定于20xx年6月18日进行。

乒乓球趣味活动方案篇二

为进一步增强全校教职工的凝聚力、向心力，营造“工作并快乐”的和谐氛围，经工会研究，拟举行全校教师乒乓球比赛，特制定本方案。

第八周（4月19日——4月23日）

操场乒乓球台处

全体教师

1、小组循环出线赛

2、交叉淘汰

3、最终决出本次比赛男女各前三名。

1、每局比赛均采用3局2胜制；

2、比赛采取11分制，先得11分方胜出；如双方打至10平、多胜2球者方可胜出；

3、比赛双方轮发2球，如比分打至10平，双方各轮发1球；

总裁判长：

副裁判长：

裁判：4名乒乓球运动员当裁判（段丽、石介英、李希平、吴学平）

乒乓球趣味活动方案篇三

为提高全校同学乒乓球的技术水平，丰富同学的业余生活，增强同学们的身体素质，激发大学生的体育拼搏精神以及增进同学们之间的友谊，由聊城大学汽车与交通工程学院乒乓球协会承办的乒乓球比赛在老师和同学们的大力支持下，于11月21日圆满地落下帷幕。这次比赛不仅为乒乓球爱好者提供了展示自己的舞台，而且还发掘了一批素质好的乒乓球运动员。

整个活动在预想中有序的进行，赛前的准备为活动的顺利进行提供了便利。

赛前，我院乒乓球协会在全校进行了大力宣传，并以展板的形式通知广大的乒乓球爱好者，积极扩大本次比赛在全校的影响力和提高我院乒乓球协会的知名度。这次比赛的每一位组织者都为活动的顺利进行付出了努力。

11月1日，协会工作者准时到场，各司其职，为比赛的进行集聚力量。正式比赛前，经随机分配将参赛队员分组。本次参赛的运动员相互尊重，积极拼搏。裁判员做到公平、公开、公正，为比赛创造了良好的氛围，保证了比赛有序地进行。在此次比赛中，运动员们发挥出了自己的真实水平，参加比赛的选手也发扬了努力拼搏，奋勇争先的精神，赛出了风格、赛出了水平，严格遵循体育道德精神，通过比赛加深了解，增进感情。经过激烈地角逐，产生了男子单打的前三名以及女子单打的前三名。参赛选手们以其饱满的热情和认真的态度投入比赛中，其比赛场面极其激烈，男生的激情与活力在赛场上表现的淋漓尽致，女生亦是潇洒自如。青春的风采，在乒乓的赛场上尽情的飞洒，青春的活力，在乒乓的赛场上尽情的释放！

比赛结束后，协会组织人员进行了场地清理，并对这次比赛做了详细的活动总结。经过比赛产生的获奖人员名单也随之产生，并给与颁发证书的奖励。

乒乓球是我国的国球，国球的精神就是要我们奋发向上，不惧困难，勇往直前，这次我协会举办这样的活动，不仅锻炼了同学们的身体，增进了友谊，同时也提高了群体的战斗力与凝聚力。

为大家彼此了解，相互信任架起了一座桥梁。

乒乓球趣味活动方案篇四

一、指导思想：

为了实施与开发校本课程，发展传统体育项目，满足学生兴趣爱好和个性化发展的需要，弘扬“国粹”精神，不断提高学生学习乒乓球的兴趣与技术。特制定本计划如下：

活动时间定于第3周至第18周，每周星期四下午第三节课进行，

以课外训练活动为主。由于各个班级都有同学参加，低年级的学生年龄相对较小，又没有乒乓球基础，因此同学们的打球方法与技术都存在很大的差异，他们当中有些同学是有些基础的，有些是一点基础也没有的，打球水平参差不齐，我们本学年的活动要求是学生学习要领以后，能够掌握基本的击球要领就可以了，这是进一步学习乒乓球的基础。

二、本学年的活动目标：

- 1、初步掌握乒乓球的基本打法和比赛规则；
- 2、发展学生的特长，培养学生良好的个性品质。

三． 活动安排及进度：

第一阶段（第4周一第6周）：熟悉乒乓球球性，进行球感训练：托球、持球行进、垫球；

第三阶段（第11周一第14周）：学习乒乓球的基本打法，进行接球、脚步移动训练；

第四阶段（第15周一第18周）：掌握乒乓球的基本比赛规则，组织学生参加比赛，评选“乒乓球之星”。

四． 活动小组成员名单：

三

乒乓球趣味活动方案篇五

乒乓球社团本着学生自愿参加，以学生自主参与为主，以体验性学习实践活动为主要特征的新型课程。根据学校的统一安排，对培养学生的兴趣特长，创新思维习惯和实践能力，培养学生分析和解决问题的能力以及团结协作和社会活动的

能力，在提高与普及的统一中推动乒乓球运动的发展，致力于营造浓厚的乒乓球文化氛围，以球育德，以球益智，以球练志，以球养性，全面提高学生素质，具有十分重要的意义。

二、情况分析

乒乓球社团充分注重主体性、合作性、选择性、开放性、特色性和创造性，经过调查、分析，参加乒乓球社团的所有学生，都是自愿参加的，学生积极性比较高。

三、安全教育

乒乓球社团活动要注意培养学生的安全意识，每次活动前五分钟要坚持对学生安全教育，教育学生在训练、比赛中相互尊重，发生纠纷、出现问题要找老师解决，要做准备活动，防止运动性的受伤。

四、时间、内容安排

周次内容备注

1乒乓球活动课的要求、规范、练习

2乒乓球的规则（一）、练习

3乒乓球的规则（二）、练习

4乒乓球的规则（三）、练习

5乒乓球的规则（四）、练习

6乒乓球的规则（五）、练习

7乒乓球的练习

8乒乓球的练习

9乒乓球的练习

10乒乓球的练习

11乒乓球的练习

12乒乓球的练习

13乒乓球队内的分组比赛

14乒乓球队内的分组比赛

15乒乓球队内的半决赛比赛

16乒乓球决赛、活动总结，表扬优秀队员