

大学趣味运动会活动策划书范例(优秀6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

大学趣味运动会活动策划书范例篇一

春暖花开时，万物生机勃勃，为了丰富大家的课余生活，进一步推动阳光体育活动，也为了增强班级的凝聚力，也给大家一个展示自我的竞技平台，特举办此次趣味运动会。

为了丰富大学生活，活跃校园气氛，促进班级集体之间的交流，锻炼同学们的身体，学以致用，玩以致学，动员各个学院的同学参与其中，展现新一代宁医学子的精神风貌。

张扬青春，欢乐运动

友谊第一，比赛第二，公平、公正、公开

2020年x月x日

xxx大学新校区体育场

主办方：共青团xx大学委员会

承办方□xx大学社团联合会文体活动部

参赛对象：教师代表队□xx大学全体社团代表队，校学生会代表队，学生社团联合会代表队（每队x人）

（1）宣传

前期宣传海报两张，展板一个，横幅一条，展板介绍活动内容并

鼓励大家积极报名参与，两张海报宣传活动时间和地点，并呼吁大家前去观看，一起快乐。除横幅在比赛时展出外，展板和海报都提前在食堂广场展出。

后期活动结束后，以展板的形式公布比赛结果，以海报形式（贴活动的部分照片）向全校同学展示活动的精彩内容。

（2）报名安排

在展板和海报展出后一个星期，在食堂广场报名，负责记录的同学同时向不理解的同学宣传和解释，工作人员积极宣传和征收参赛人员名单，提前一周承办单位。

（3）具体活动流程

1、比赛前一天决定场地的布置以及布置场地的人员调度

2、比赛前一周，提前邀请嘉宾（嘉宾是学校领导老师，各个社团以及校学生会），并且确定有多少能比赛时到场。

3、确定比赛团队

4、活动开始

1) 主持人致开场致辞

2) 主持人介绍到场嘉宾

3) 主持人介绍参赛队伍，裁判和工作人员的组成（介绍时参赛队伍入场）

4) 主持人宣布比赛开始，并告知比赛队伍具体活动项目在哪进行

5) 主持人宣布最后的比赛结果

6) 嘉宾颁奖

7) 主持人宣布比赛结束

比赛以团体赛形式进行

(1) 眩晕大pk

比赛规则：每队4人，比赛开始后，要求每队队员依次原地转6圈，然后跑致指定地点，将所放的球射入6米外的小球门（球门以竹竿代替），每射入一个球得一分，时间是两分钟，进球多者胜出。

(2) 快乐袋袋跳

比赛规则：男女各3人，第一个人手拿一个气球，跳进袋子，以最快速度跳到同伴面前，将气球传给同伴，进行接力比赛，最后用时最少的团队胜利。

(3) 齐心协力

各队x人参赛，各个队进行不同的项目，前一小队进行结束，另一队接上进行另一个项目。

第一个项目x人站成一列，手搭在前面队员的肩膀上，所有队员的右腿全绑在一起，全体队员成跳跃式前进，到终点时，下一小队开始。

第二个项目x人一次从垫子上翻滚过去，一个接一个□x人滚玩

为止。

第三个项目一个接着一个，用腿夹着篮球向前蹦跳，篮球不能落地，否则重新从起点开始，总体用时最少的团队获胜。

（4）拍档

比赛规则：各队选派一男一女参赛，进行x个项目。

1、男生背着女生向前走，全程40米，女生双脚不能触地

2、女生夹乒乓球放进男生头上的碗里，一共夹4颗，女生必须一边夹男生一边在跑道上蹲着行走，若碗掉地上，从夹第一颗乒乓球开始。

3、由工作人员督促2人选一张卡片，上面有字母，选中哪一个字母两个人就要做出字母的造型，经工作人员统一再进行下一个项目。

4、两人分别站在篮球架两旁，同时向篮球框投球，直到投进为止。所有项目完成用时最短的队获胜。

（5）两砖渡河

比赛规则：20米距离，每个参赛者利用2块砖沿规定路线走到终点，手脚不许触地，两脚不许踏在同一块砖上，即手放一块砖，脚踩一块，如此循环，直到到达终点；若犯规，回起点重来。每人1程，前一名结束，下一个方从起点开始，累积记时少者胜出。

（6）飞碟

x名队员背对圆心，相互勾肘组成一个圆圈代表“飞碟”，一名队员居中当“驾驶员”站在起跑线后正对跑进方向做好预

备姿势，任何一名队员不能越过起跑线。游戏过程中如果跌倒、散架，应从跌倒或散架处重新开始比赛。累积用时少的队获胜。

（7）瞎子背瘸子

规则：，一对男的、一对女的、一对男女混合的，男生当“瞎子”，用纱巾蒙住眼睛，女生扮“瘸子”，为“瞎子”指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者，为赢。其中路障设置可摆放椅子，须绕行；汽球，须踩破；鲜花，须拾起，递给女生。

（8）你的地盘我做主

每个人站在一张报纸上，每组有一名队员手抱一个足球或排球，任意的向身边别的组抛球，球打到哪一组的哪张报纸上，这个组的报纸就减少一张（地盘被掠夺），纸张只能被裁判收回。哪个队员同时被击中了，他也必须被淘汰，最后哪一组剩下的队员最多，哪一队就获胜了。

（9）一鸣惊人

每个人做十个仰卧起坐，每次坐起时必须敲响悬挂在前方的锣。累计计时少的队获胜。

（10）智夺天门

两队从相对的方向出发，依次穿过障碍物，用头触碰前方固定好的塑料布，然后原路返回（若中途碰翻障碍物需降障碍物重新放好），当接力到最后一个队员时需穿过塑料布。累积计时短的队获胜。

（11）叶中阁

在指定区域，有20cm*20cm的方格若干个，每队派xx人参赛，每队xx人站在小格中，累积所占格子少的队获胜。有1分钟的准备时间。（可以抱起或背起其他队员）

（12）五人气球pk

两队同时各派由五人组成的战队□x人每人的脚上绑两个气球。两队pk比赛，比赛开始后气球全部被踩爆的同学，失去继续比赛的资格。比赛其间限制5分钟，到时看哪一支队伍的气球最多就获胜。

各项项目单项奖：一等奖：一名，洗衣粉x袋；二等奖：三名，牙膏x盒；三等奖：五名，卷纸x卷，洗洁精x瓶。

团体奖：一等奖：一名；二等奖：两名，洗衣皂6盒；三等奖：三名，毛巾6条；优秀奖：若干名，棒棒糖x个。

- 1、条幅xxx元；
- 2、嘉宾纪念品xxx元；
- 3、奖品xxx元；
- 4、活动物资xxx元；

大学趣味运动会活动策划书范例篇二

恰似春风相欺得，夜来吹折数枝花。

社团联合会又迎来了他的一个春天。新届新貌热血沸腾。经商定，我社团联合会在校团委的支持下，以寻找快乐为目的，以游戏为手段，准备举行马鞍山职业技术学院第四届××杯大学生趣味运动会，我们期待你的参与，因为您的参与，我

们的活动将是一场更加有趣的运动会。

寒风将来，青春的活力并不因此而停止；穿袄戴巾，青春的血液并不因此而凝固；我们年轻所以我们舞动，我们年轻所以我们要呐喊。每个年轻人都怀有一颗远大理想的心，他们都为实现自己伟大的理想奔走在坎坷的道路上。虽然前路冰封，但丝毫不能阻挡我们那颗因青春而沸腾的心。

趣味运动会，为您展现青春的活力。

青春舞动，激情飞扬

马鞍山职业技术学院社团联合会

承办：马鞍山职业技术学院社团联合会

28个社团所有成员

1、前期宣传

横幅三条，分别挂与校内食堂、教学楼、操场。活动前三天粘贴在运动场等人流量较多的位置。

2、活动流程

报名

协会个推选几个名额参与比赛

具体细节如下：

报名对象：马鞍山职业技术学院28个社团的全体成员，以社团为单位。

报名方式：由各协会会长领取报名表，填写参赛人员名单上

交社团联合会。

准备：

准备工作：清理赛场，培养专业人员组织赛场。

时间：11月12日

a□预赛：

时间：11月初运动员进行各类比赛初赛。组织安排将有社团人员进行记分，选出优胜队进入决赛。

b□决赛：

时间：11月13日左右。

安排：对海赛情况进行统计，进行决赛。

1、趣味接力赛：

道具□25m直跑道，接力棒4个

规则：每队出6名队员（3男3女），接力共4段每段50m□第一段需单脚跳过，若是另一只脚着地则重新开始；第二段需两人背靠背，双手钩住，蹲下横向移过；第三段倒着跑过；第四段需一名队员背另一名队员跑过。（第一段和第三段规定为女生），本环节旨在加强各队的合作观念和竞争意识。

2、三人四足

道具：绳子若干，障碍物

规则：参赛队员以三人一组参赛，分男女组。赛道长50米。

三个人并排站在一起,把中间人的右脚和他右边人的左脚绑在一起,中间人的左脚和他左边人的右脚绑在一起。在听到起跑发令后,各小组同时起跑,绕过50米处障碍物返回,先到终点线者为胜。

3、你的地盘我做主

道具：报纸，排球

规则：8人为一组，每个人站在一张报纸上，每组有一名队员手抱一个排球，任意的向身边别的组抛球，球打到哪一组的哪张报纸上，这个组的报纸就减少一张（地盘被掠夺），纸张只能被裁判收回。哪个队员同时被击中了，他也必须被淘汰，最后哪一组剩下的队员最多，哪一队就获胜了。

（注意：抛球时只能往对方的脚部攻击，不可抛到队员的身上。）

4、袋鼠跳

道具：布袋4个□a□b两地距离30米

规则：比赛4队参加，每队5人，全部由男生组成。比赛开始前，每队的第一名队员从a地出发将布袋套至腰部，听裁判员发令后前进，中途布袋不得脱离双腿，到达第二名队员的b地，由第二名队员套上布袋再向a地前进，如上述循环直至最后一名队员。最终用时最短的队伍获胜。

5、齐心协力：

道具：绳子。

规则：每个协会派1人参赛，共2队，每队12人。两队分别站在预先画好的圆圈外，圆外有两条互相平行的平行线，比赛

开始时，两队队员轻握绳索，绳索上的红花正对圆心，裁判哨响后，两队开始用力，红花超出白线的一方获胜。

6、羽毛球接发球比赛

道具：羽毛球，箩筐若干

规则：每队4人（2男2女），其中一男队员胸前挂一箩筐，另3名队员在8m以外依次循环用羽球拍发球，挂筐队员在限定区域内以不借助身体其他部位单纯用胸前所挂箩筐接住同伴发来之球（可以移动脚步），以规定时间内接住羽毛球多者为胜。（期间发球个数最多30个，规定时间3分钟）。

7、背靠背夹气球

道具：气球若干

规则：我们邀请5组队员，每组2人（1男1女），手手相联，背背相对，齐心协力把夹在背上的气球，从起点运到终点，以用时最少者获胜。手挽手，背靠背从起点到终点运球，比速度，气球如果破了需从起点重新开始。

8、鹊桥

道具：在50为的跑道中间放置一根长4—5米的平衡木，平衡木宽15—20厘米，中间1——1.5米左右区间做出标记。

规则：男女各一人为一组，在50米长的跑道两端起跑线外站好，当“跑”的口令下达后，两名运动员以最快的速度跑至对方起跑线外。其中两者必须要在平衡木标记区间内完成相会，交换位置。位置交换时，脚不能触及地面，否则被判犯规取消比赛成绩。以两者时间之和最小者获胜。

9. 定点投篮((((篮板上设置宣传海报))

规则：每人以一分钟为限进行投篮，按投中个数决定名次。男子组的参赛队员必须在三分线以外任何一点单脚投射（整个投射过程都要单脚），脚不得踩到三分线否则将被扣掉。

10. 慢骑自行车

参加活动是大学生在大学生活中的重要组成部分，我们希望通过此次活动，能够增进同学们之间的友谊，激发活力，为我们青春的.彩面添上浓厚的一笔。

在两天的比赛过程中，所有参赛人员要注意自身安全，杜绝安全隐患。

大学趣味运动会活动策划书范例篇三

一、活动前言：

青年志愿者联合会迎来了他的第十个年头，十年间我会志愿者默默奉献，不求回报。我们相信，在不久的将来，这群青春活力的志愿者们给我会带来一片灿烂亮丽的天穹。同时，为了增进部门之间成员的交流，增强青年志愿者联合会内部成员的凝聚力，我会计划开展趣味运动会。具体如下：

二、活动主题：志愿青春，活力警营

三、活动对象：青年志愿者联合会全体成员及学院各团委、学生会、社团成员

四、活动时间□20xx年5月17日8：30—11：30

五、活动地点：学院运动场

六、报名方式：

（一）个人赛：现场报名参加（由青联组织部负责统一编成小组）。

（二）团队赛：集体报名或个人报名。

报名注意事项：望能提前报名（便于分组进行），现场也可报名。

报名联系人：冯xx☎手机：） 兰xx☎手机：）

短信发送信息（社团参加项目人数）至报名联系人处即可。

七、活动项目策划书：

男女混合三人篮球赛

1、道具要求：篮球3个、哨子3个

2、场地要求：篮球场

3、人员要求：团队赛，三人一组（两男一女），一轮2组（共5轮）

4、比赛规则：

（1）男生需遵守篮球守则，女生不需遵守。

（2）男生不允许有任何伤害女生的运球动作，女生可以用任何方式阻挡男生上篮。

（3）男生进球一个为1分，女生进球一个为2分，满15分者为胜。

（二）夹乒乓球

1、道具要求：筷子2双、乒乓球20个

2、场地要求：足球场

3、人员要求：团队赛，两人一组，一轮3组（共3轮）

4、比赛规则：

（1）比赛时间为3分钟。

（2）在2张桌子上各放一个小筐，里面有10个乒乓球的小筐放在1张桌子，一个为空的放在另一张桌子上（距离10米）。

（3）两人同时用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球，球放到筐里后另外一个人再夹起球，放到对面的筐里。

（4）在3分钟内用时最少者或者夹球最多者胜利，途中球如果掉到地上可以捡起继续比赛。

（三）踩气球比赛

1、道具要求：气球若干、透明胶带1卷、塑料绳1卷

2、场地要求：田径场

3、人员要求：个人赛，一轮5组（共5轮）

4、比赛规则：

（1）参赛选手分别在脚踝缠上4个气球，哨声吹响，比赛正式开始，5分钟后剩下气球最多者为胜。

（2）比赛过程中不得用手弄破气球。不得离开比赛区域，离开将以犯规处理。不得伤害对方或者有过激行为。

（四）盲人足球

- 1、道具要求：5个足球、5条蒙眼布
- 2、场地要求：足球场
- 3、人员要求：团队赛，两人一组，一轮5组（共3轮）
- 4、比赛规则：
 - （1）每对搭档一个人戴蒙眼布，另一个人不戴。
 - （2）被蒙眼的队员踢球，他的搭档负责告诉他向什么方向走，怎么踢球。
 - （3）在5分钟内，看哪一组进球多哪一组获胜。

（五）心心相印

- 1、道具要求：气球若干
- 2、场地要求：足球场
- 3、人员要求：团队赛，两人一组，一轮5组（共5轮）
- 4、比赛规则：
 - （1）每组先两人，背夹一个气球。
 - （2）步调一致向前走，绕过转折点回到起点。
 - （3）行进中双手不得碰球，否则加时2秒，气球掉落拾起重新前进，期间仍然计时。
 - （4）用时最短者为胜。

（六）十人九足

- 1、道具要求：布条若干、透明胶带1卷
- 2、场地要求：足球场
- 3、人员要求：团队赛，十人一组（共1轮）
- 4、比赛规则

（1）抽签决定比赛次序。每队十人，又排成一横排，相邻的人把腿系在一起，一起跑向终点。

（2）发令后十人一起跑向终点，用时最短的队伍胜出。

八、所需物品与人员

- 1、裁判（青年志愿者联合会体育部）
- 2、报名登记人员（青年志愿者联合会秘书处）
- 3、计时员（除青年志愿者联合会的体育部、秘书处外六个部门各出两人）
- 4、清洁工作（青年志愿者联合会全体成员）

九、工作要求

- 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、比赛前由裁判员解读比赛规则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。

- 4、禁止非工作人员与非参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
- 5、保持场地的卫生。
- 6、比赛时间到后，未到者作弃权处理。
- 7、望各部认真组织部员参加活动，并负责好后勤工作，做到文明比赛、文明助威、展现风采。
- 8、赛后青年志愿者联合会成员进行清洁工作。
- 9、遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，比赛日期另行通知。

注：每个活动获胜者均有神秘奖品哦！

青年志愿者联合会

20xx年5月13日

大学趣味运动会活动策划书范例篇四

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人兴趣的.趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，如果把趣味运动和同学们某方面的学习需求进行融合错位策划，将使它同时融合体育、文化、趣味、智力等元素，并增强观赏性。

一方面它比拓展训练更具趣味性及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每个同学，增进同学与同学之间的亲密感，从中学会团队协作；另一方面它具有强身健体的作用，对于埋头学习或者游戏的大学生来说更具吸引力。它的竞技性、趣味

性及观赏性带给同学们另一种新奇，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，某些能力进一步地得到锻炼。

让大家也有“亚运我参与“的感同身受！

第一届“自强杯”趣味体育运动会

趣味竞技只为力争上游，勇夺佳绩但求自强不息

（一）活动时间□20xx年11月19日至上午8：30至12：00；下午14：30至16：30。

（二）活动地点：田径场及篮球场。

（三）参赛对象：各部派一支代表队（每队16人）以及提前报名的个人参赛者。

（四）比赛项目：

集体赛：趣味接力赛；跳大绳；毽球；拔河；定点投篮

个人赛：花样跳绳（分三个单项）（分男女组）、企鹅漫步（分男女组）、自行车慢骑（分男女组）；袋鼠跳；花样足球。

（五）参赛规则：

1、集体赛由各部决定出赛人员，每支队伍16人

备注：也可以在报名的时候以集体的形式参赛，每个集体16人，并且要取一个富有特色的参赛名字。

2、个人赛11月16日—17日中午在综合食堂门口接受报名

备注：报名的同学除了真实姓名外，也可以加一个参赛名，

比较符合趣味运动会。

（六）奖励规则：

1、集体赛，以部为单位，采取积分制，总积分居多的部获胜，前3名将获奖。

2、个人赛，采取积分制，总积分居多的队员获胜，前6名将获精美奖品一份。

集体赛

1、集体赛——趣味接力赛

接力赛总赛程400米，共分八个挑战项目，每个项目的比赛距离为50米，前一个项目运动员将接力棒交给后一个项目运动员，后一个项目才能开始。各队以完成比赛的先后顺序计算成绩。

（1）手足情深

参赛队员：每队1人（要求女生）

比赛规则：参赛运动员一手握一足，然后用单足跳的方式完成50米赛段。

道具：红旗一面、喇叭一个，发令员：2人

现场裁判：5人（全程跟随运动员，各部互相监督）

备选方案：用20个裁判，每5人负责2个赛段，分别是1，5赛段，2，6赛段，3，7赛段，4，8赛段。在每个赛段中每人负责一组选手。

（2）山路弯弯

参加人员：每队1人（要求男生）

比赛规则：参赛运动员在行进中要绕赛道中间的凳子原地转10圈，然后继续往前跑，完成50米赛段。道具：凳子5把。

现场裁判（维持秩序）：5人。

（3）宝贝新娘

参加人员：每队3人（三个男生）

比赛规则：比赛开始两名选手双手交叉搭成“花轿”，一名选手打扮成女生坐在“花轿”上，完成50米赛段。如果选手中途落地，在落地处重新坐上“花轿”前进。现场裁判（维持秩序）：5人。

（4）齐心协力

参赛人员：每队2人（要求一男一女）

比赛规则：二名参赛运动员面对面用身体将一气球夹住，每人双手在背后交握，侧跑完成规定赛段并在终点挤爆气球方算完成该赛段，如果球落地，则要在球离开身体处由裁判重新放球继续赛程。道具：气球×10。

现场裁判（维持秩序）：5人。

（5）地道英雄（弯道）参加人员：每队1人。

大学趣味运动会活动策划书范例篇五

作为新世纪的青年，德、智、体全面发展越来越成为衡量大学生综合素质的准绳。作为全运会主办城市的济南市号召全民全运，为响应全运会的号召，特策划此趣味运动会。同时，

也希望通过此次运动会增强同学之间的认识、了解和交流，并达到提高同学的团队意识和班级凝聚力。

20xx年xx月xx日

学校运动场

全体师生

学校

1、8：30会场布置人员到达体育场进行会场布置。

2、9：00到达体育场准备进行比赛。

3、各小组分别参加各自的项目。

4、记录各小组的成绩，评选获胜者。

5、颁发奖品。

1、《纸衣往返接力》

1)、比赛人数：每队4人

2)、道具：报纸八张(每两张报纸相对夹在一起)

3)、比赛规则：将折好的报纸放于胸前，在奔跑过程中保持不掉，如果掉下来就要重新捡起，跑100米后交于第二个人，类推，直至第四个人到达终点，用时最少的组为获胜组。

2、《四人五足》

1)、道具：绳子若干

2)、比赛规则：四人一组。四个人排成一排相邻的两人把脚绑在一起，从起点经过100米到终点，用时最少者获胜。

3、《海底传月》

1)、比赛人数及分组：每队10名队员(至少3名女生)

2)、道具：篮球四个

3)、比赛规则：

a□每个队10名队员依次排开成一列，肩距一臂。

b□第一名队员双手举起篮球，其余队员弯下腰，双脚分开。当听到裁判发令后，第一队员将球从胯下传给第二名队员，类推，当第十名队员接到球后，持球跑到第一名队员前面依次传球，第九名接到球后，持球跑到第十名队员之前依次传球。

c□当第一名队员站在最后一位并双手持球后视为比赛结束。

d□传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球。

e□用时最少者为优胜者。

4、《单脚火车跑》

1)、参赛人数：每队参赛8人

2)、比赛规则：

a□8人排成一列，每人仅用右脚支撑。后一人右手搭前一人肩，左手托住前一个人的左脚，多队并排一起站在起跑线上。

b□裁判发令后各队齐出。距离30米。

c□按所用时间排名，少者胜。注意脚掉下来的队伍将失去比赛资格。

宣传条幅一个；哨子4个；绳子若干；报纸若干；篮球4个；数码相机一台，活动照片若干；优胜者奖状，奖品若干；秒表若干；纸、笔若干；矿泉水一桶；米尺；记号笔一支；粉笔若干。

积分人员8名，会场布置5名

要服从裁判要求。为节省时间，四个项目尽可能的同时进行。

大学趣味运动会活动策划书范例篇六

趣味运动是一项将传统的体育运动比赛和引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动，它介于体育运动和趣味游戏之间融合了体育、文化、趣味、智力等因素。

一方面丰富学生的课余活动，加强体质锻炼，增强集体意识和团结意识，训练大家的反应能力；另一方面，融洽师生关系和同学关系，培养团队协作的精神。

报名。以班级为单位，各项比赛项目参加人员，由班主任自由筛选，另外每班选出一名同学负责向广播台投稿。然后交由杨继平老师和贺志艳老师统计。

领导致辞开始8：50—9：00，比赛时间9：00—11：30，颁奖典礼11：30—11：40。

20xx年x月x日(可根据实际情况更改)

学校操场

七、比赛项目及规则

(1) 跳绳比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组(三个年级同时进行)。每班选举x名选手。每人有一分钟的时间，最后将各班选手跳绳总次数相加，以班级为单位，跳绳次数最多的班级获胜。

时间安排：9：00—9：25

(2) 背部运球比赛。

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组和大三组。每班选举x名(分5组)选手。两选手用背部夹住气球，双手在背后交握，侧跑完成规定赛道长，把球放在指定位置后，返回原地，下一组开始运球。需返回原地重新开始，赛道长50米。比赛过程中，不许用手碰球，球落地或者夹爆者，违规者取消本班的比赛资格。最后按照运球数量的多少以班级为单位进行排名。(大一先进行比赛，大二、大三一起进行)大一、大二选出前二名，大三选出一名。

时间安排：9：40—10：10

(3) 二人三组比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组。每班选举xx名(6组)选手，赛道长50米，每班分三组在赛道两边，以接龙式进行比赛。前一组选手到达指定位置后，后一组才可以开始。由工作人员安排好后，听口令开始比赛，抢口令者加时5秒。按照完成任务所需时间长短以班级为单位进行排名。大二选出前二名，大三选出一名。

时间安排：10：25—10：45

(4) 拔河比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组。每班选举x名男生x名女生。大一以抽签形式分两组进行淘汰赛，胜出的班级在进行比赛，每次比赛一局决定胜负。大二以抽签形式选出一个直接晋级班级，剩余两个班进行比赛，胜出班级与晋级班级再进行比赛。大三两班直接进行比赛。

时间安排：11：00—11：30

八、活动器材

跳绳xx根，气球x包，捆绳xx条，大绳x根，计时器x□口哨若干、米尺、音响，话筒，照相机，奖状若干，大纸箱x个。

九、人员安排

场地布置□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx□xxx□xx□

会场秩序：各班班主任负责本班秩序、卫生及组织投稿。

突发事件处理：校领导人员

照相、摄影□xxx

广播台负责人□xxx

总负责人□xxx(各项比赛成绩统计，赛场安排，器具准备)。

大一组由xxx(裁判员和统计员)□xxx(裁判员和统计员)□xxx(维持纪律)□xxx(维持纪律)负责。

大二组由xxx(裁判员和统计员)□xxx(裁判员和统计员)□xxx(维持纪律和计时)□xxx(维持纪律)负责。

大三组由xxx(裁判员和统计员)□xxx(维持纪律)□xxx(维持纪律和计时)。

九、奖项设置

每项比赛七、大二组各取前二名，大三组取一名。另外设置精神文明奖(在所有班级中取前三名，内容包括1、投稿，2、赛场纪律，3、赛场卫生)，颁发奖状。