

2023年开展机关工会活动的方案(通用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。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。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。

开展机关工会活动的方案篇一

为了纪念“三〃八”国际妇女节，丰富广大妇女职工的业余生活，激励女职工以饱满热情和最佳的工作状态在本职工作岗位上建功立业，结合我局的实际情况，组织全局女职工进行登山和参观红色文化教育基地等活动，特拟定本活动方案：

一、活动内容：爬山、参观xx祠堂

二、活动时间：3月14日8:30——15:30

三、活动地点□xxx-----xxx-----xxx

四、参与人员：全局女职工（含借调、借习人员）

五、组织□xxx机关工会

六、后勤服务□xxx□xxx□xxx□驾驶员1名

七、活动过程：

5、14:00——15:00参加李家祠堂；

6、15：30活动结束。

开展机关工会活动的方案篇二

该方案从目的、要求、方法、方法、进度等方面都是一个具体、细致、可操作性强的方案“方案”，即案例前获得的方法，案例前呈现的方法为“方案”。以下是为大家整理的关于,欢迎品鉴！

【篇一】机关工会秋游活动方案

机关工会文体活动安排范文为认真履行工会的基本职能，充分发挥工会组织自身的优势，丰富广大干部职工的业余文化生活，本局工会计划对年文体活动做如下安排：

全员参与性的活动可以积极配合党政工作的需要，团结动员全局广大干部职工，振奋精神为硃口房产事业的发展而共同努力。

(一)近期组织为玉树地震受灾群众募捐

(二)国庆舞会

国庆前请专业舞蹈教师对全局干部职工进行健身舞培训,国庆前进行比赛,设置各类奖项和丰富的奖品。

(三)着装礼仪培训

聘请专业人员对我局职工进行有关机关干部着装及个人仪表礼仪知识的培训

(四)年春节联欢活动

个人兴趣爱好的培养，可以陶冶情操，怡养性情，净化心灵，

同时对于增强工会组织的凝聚力和活力有着非常积极的作用。

根据个人兴趣分类成立兴趣小组，会员自愿报名参加一个或多个小组，每组推选出一位组长，负责本兴趣小组活动的组织和协调。工会根据上级要求和本局实际，有组织地开展若干次竞赛活动，以精神奖励为主，物质奖励为辅。具体如下：

(一)羽球小组

装备自理，工会赞助一部分日常的场地费用。

(二)乒乓球小组

以9楼现有设施为基础更换一部分球拍和球。

(三)台球小组

以9楼现有设施为基础开展活动

(四)健身小组机关工会活动方案

以9楼现有健身器材进行锻炼

(五)摄影小组

装备自理，日常活动自行组织，年内安排两次省内的采风活动，工会提供一部分经费赞助。在局内开办影展，对于优秀作品提供一定的奖励。

(六)钓鱼小组

装备自理，日常活动自行组织，年内安排两次局内的钓鱼比赛，地点限于武汉市内，对比赛优胜者提供一定的物质奖励。

待职工参与活动的兴趣增强了，不同兴趣类别人数到达一定

数量后，及时组织建立新的兴趣小组。

以上所有由本局工会组织的活动均做好记录并进行归档，同时做好对外的宣传报道工作，让外界通过工会的角度了解我局干部职工的精神风貌。保持与上级工会组织的紧密联系，使我局工会在接受上级工会组织指导的同时，更多地得到上级的支持，利用更为广泛的平台和资源开展形式多样的文体活动。

方案三

**机关工会2014年第一次活动

【篇二】机关工会秋游活动方案

为落实全民健身活动精神，不断提干部职工素质，活跃干部职工文化生活，增强机关凝聚力、向心力，经市总党组同意，决定开展“学文化、强体魄、创文明、建和谐”为主题的文体活动。为保证主题活动有序开展，特制定本活动实施方案。

以中国共产党成立90周年纪念活动为契机、以党工共建创先争优活动为载体，以构建和谐机关为目标，以服务职工为重点，切实履行工会基本职责，发挥工会独特作用，加强工会自身建设，团结动员广大机关干部职工为“十二五”发展做贡献。

以积极倡导健康文明的生活方式和行为为根本，充分发动机关干部职工积极参加各类兴趣小组，开展内容丰富、形式多样、寓教于乐的文体活动，进一步丰富干部职工的业余生活，培养良好的精神情操，形成积极向上、健康活泼的机关氛围。

健康文明、团结和谐、生动活泼、节约俭朴、安全可行。四、活动方式

走访、调研、考察、参观、交流、比赛等活动方式。五、活动类型

1、机关兴趣小组活动。2、与外单位联谊活动。五、参加对象

富阳市总工会机关工会全体会员。根据实际情况，邀请相关单位的相关人员参加。

本着节俭的原则，由机关工会根据活动内容统一安排。

年初由机关工会制定出全年的活动方案，提交领导班子会议讨论通过后由机关工会组织实施。为便于活动，将机关全体会员分成两个组，一是文化活动组，二是体育活动组。文化活动组由盛民任组长；体育活动组由方志明任组长。两个组轮流组织活动，原则上一个季度一次大型活动，每月组织一次小组活动，机关工会做好统筹协调工作。

1、机关工会活动要求全体会员积极参加，积极配合。杜绝无故不参加工会活动的现象，严格有事请假制度。

2、各种工会活动的举行，全体会员都要服从安排，遵守活动规程和纪律。

3、机关职工参加工会活动，要自觉维护工会的形象，展示工会干部的风范。

附件：《富阳市总工会机关工会2011年度工会活动安排》

附：富阳市总工会机关工会2011年度工会活动安排

活动方式：采风、读书交流会。

第二季度活动主题：健身活动

第三季度活动主题：庆祝建党90周年，活动目的：铭记党史，缅怀先烈，激发干劲

活动方式：听党课、实地走访革命老区第四季度活动主题：

活动目的：了解我市建设成果，激励大家热爱家乡。

活动方式：实地考察、参观黄公望隐居地感受现代版富春山居图。

xxxxxx20xx年xx月xx日

【篇三】机关工会秋游活动方案

机关工会文体活动安排范文为认真履行工会的基本职能，充分发挥工会组织自身的优势，丰富广大干部职工的业余文化生活，本局工会计划对年文体活动做如下安排：

全员参与性的活动可以积极配合党政工作的需要，团结动员全局广大干部职工，振奋精神为硃口房产事业的发展而共同努力。

(一)近期组织为玉树地震受灾群众募捐

(二)国庆舞会

国庆前请专业舞蹈教师对全局干部职工进行健身舞培训, 国庆前进行比赛, 设置各类奖项和丰富的奖品。

(三)着装礼仪培训

聘请专业人员对我局职工进行有关机关干部着装及个人仪表礼仪知识的培训

(四)年春节联欢活动

个人兴趣爱好的培养，可以陶冶情操，怡养性情，净化心灵，同时对于增强工会组织的凝聚力和活力有着非常积极的作用。

根据个人兴趣分类成立兴趣小组，会员自愿报名参加一个或多个小组，每组推选出一位组长，负责本兴趣小组活动的组织和协调。工会根据上级要求和本局实际，有组织地开展若干次竞赛活动，以精神奖励为主，物质奖励为辅。具体如下：

(一) 羽球小组

装备自理，工会赞助一部分日常的场地费用。

(二) 乒乓球小组

以9楼现有设施为基础更换一部分球拍和球。

(三) 台球小组

以9楼现有设施为基础开展活动

(四) 健身小组机关工会活动方案

以9楼现有健身器材进行锻炼

(五) 摄影小组

装备自理，日常活动自行组织，年内安排两次省内的采风活动，工会提供一部分经费赞助。在局内开办影展，对于优秀作品提供一定的奖励。

(六) 钓鱼小组

装备自理，日常活动自行组织，年内安排两次局内的钓鱼比赛，地点限于武汉市内，对比赛优胜者提供一定的物质奖励。

待职工参与活动的兴趣增强了，不同兴趣类别人数到达一定数量后，及时组织建立新的兴趣小组。

以上所有由本局工会组织的活动均做好记录并进行归档，同时做好对外的宣传报道工作，让外界通过工会的角度了解我局干部职工的精神风貌。保持与上级工会组织的紧密联系，使我局工会在接受上级工会组织指导的同时，更多地得到上级的支持，利用更为广泛的平台和资源开展形式多样的文体活动。

方案三

**机关工会2014年第一次活动

【篇四】机关工会秋游活动方案

机关干部职工拔河、跑步比赛。

2014年4月26日9:00—17:00。

县体育场等。

根据上级工会关于“五型工会”创建活动的要求，开展丰富多彩的工会文体活动和扶贫济困活动，进一步提高我会机关干部职工的群众工作能力，丰富干部职工的业余文化生活，提升机关凝聚力和向心力，努力打造“学习型、服务型、创新型、廉洁型、和谐型”工会机关。

1. 参加拔河比赛的，以抓阄形式决定分别组成两个队，比赛采用三局两胜制；

2. 参加2000米(五圈)跑步比赛的，赛前到组织宣传部报名。

1. 高度重视，积极发动踊跃参与。机关各科室要高度重视，充分认识到开展工会活动，是加强“五型”机关建设，深入

开展机关文化建设的需要，是丰富机关干部生活、提高机关干部道德素质和综合知识的有效载体，更是提高机关凝聚力、向心力、战斗力的重要举措。发动全体干部职工踊跃报名，确保全员参与。

2. 比赛奖项。拔河比赛项目设一等奖1名，二等奖1名；跑步比赛项目按男女设奖，男子组设一等奖1名，二等奖2名，其余为优胜奖；女子组设一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名，其余为优胜奖。

本次活动预算经费4300元，其中：

器材500元；场地租借费600元；租车费100元；

4. 奖金： $3 \times 300 + 5 \times 200 + 12 \times 100 = 3100$ 元。

**机关工会

2014年4月9日

【篇五】机关工会秋游活动方案

机关干部职工拔河、跑步比赛。

2014年4月26日9:00—17:00。

县体育场等。

根据上级工会关于“五型工会”创建活动的要求，开展丰富多彩的工会文体活动和扶贫济困活动，进一步提高我会机关干部职工的群众工作能力，丰富干部职工的业余文化生活，提升机关凝聚力和向心力，努力打造“学习型、服务型、创新型、廉洁型、和谐型”工会机关。

1. 参加拔河比赛的，以抓阄形式决定分别组成两个队，比赛

采用三局两胜制；

2. 参加2000米(五圈)跑步比赛的，赛前到组织宣传部报名。

1. 高度重视，积极发动踊跃参与。机关各科室要高度重视，充分认识到开展工会活动，是加强“五型”机关建设，深入开展机关文化建设的需要，是丰富机关干部生活、提高机关干部道德素质和综合知识的有效载体，更是提高机关凝聚力、向心力、战斗力的重要举措。发动全体干部职工踊跃报名，确保全员参与。

2. 比赛奖项。拔河比赛项目设一等奖1名，二等奖1名；跑步比赛项目按男女设奖，男子组设一等奖1名，二等奖2名，其余为优胜奖；女子组设一等奖1名，二等奖1名，三等奖1名，其余为优胜奖。

本次活动预算经费4300元，其中：

器材500元；场地租借费600元；租车费100元；

4. 奖金： $3 \times 300 + 5 \times 200 + 12 \times 100 = 3100$ 元。

**机关工会

2014年4月9日

【篇六】机关工会秋游活动方案

为落实全民健身活动精神，不断提干部职工素质，活跃干部职工文化生活，增强机关凝聚力、向心力，经市总党组同意，决定开展“学文化、强体魄、创文明、建和谐”为主题的文体活动。为保证主题活动有序开展，特制定本活动实施方案。

以中国共产党成立90周年纪念活动为契机、以党工共建创先争优活动为载体，以构建和谐机关为目标，以服务职工为重

点，切实履行工会基本职责，发挥工会独特作用，加强工会自身建设，团结动员广大机关干部职工为“十二五”发展做贡献。

以积极倡导健康文明的生活方式和行为为根本，充分发动机关干部积极参加各类兴趣小组，开展内容丰富、形式多样、寓教于乐的文体活动，进一步丰富干部职工的业余生活，培养良好的精神情操，形成积极向上、健康活泼的机关氛围。

健康文明、团结和谐、生动活泼、节约俭朴、安全可行。四、活动方式

走访、调研、考察、参观、交流、比赛等活动方式。五、活动类型

1、机关兴趣小组活动。2、与外单位联谊活动。五、参加对象

富阳市总工会机关工会全体会员。根据实际情况，邀请相关单位的相关人员参加。

本着节俭的原则，由机关工会根据活动内容统一安排。

年初由机关工会制定出全年的活动方案，提交领导班子会议讨论通过后由机关工会组织实施。为便于活动，将机关全体会员分成两个组，一是文化活动组，二是体育活动组。文化活动组由盛民任组长；体育活动组由方志明任组长。两个组轮流组织活动，原则上一个季度一次大型活动，每月组织一次小组活动，机关工会做好统筹协调工作。

1、机关工会活动要求全体会员积极参加，积极配合。杜绝无故不参加工会活动的现象，严格有事请假制度。

2、各种工会活动的举行，全体会员都要服从安排，遵守活动

规程和纪律。

3、机关职工参加工会活动，要自觉维护工会的形象，展示工会干部的风范。

附件：《富阳市总工会机关工会2011年度工会活动安排》

附：富阳市总工会机关工会2011年度工会活动安排

活动方式：采风、读书交流会。

第二季度活动主题：健身活动

第三季度活动主题：庆祝建党90周年，活动目的：铭记党史，缅怀先烈，激发干劲

活动方式：听党课、实地走访革命老区第四季度活动主题：

活动目的：了解我市建设成果，激励大家热爱家乡。

活动方式：实地考察、参观黄公望隐居地感受现代版富春山居图。

xxxxxx20xx年xx月xx日

开展机关工会活动的方案篇三

在机关单位工会活动必须要结合当前的新形势，创造活动开展的新模式，更好的为人民服务。本文是本站小编为大家整理的机关单位工会活动方案，仅供参考。

为展示机关干部风采，丰富职工文化生活，不断增进友谊，

提高机关干部凝聚力，街道机关工会准备在中秋节暨国庆节前夕举办“双节同庆机关干部趣味比赛”。

活动主题：和谐、友谊、进步

活动时间：9月下旬

活动地点：

比赛项目：

第一项：共同进步(双人跳绳)

比赛规则：一男一女为一组，同跳一付单人跳绳，一分钟内跳的最多的那组获胜。

奖项设置：一等奖2名；二等奖2名；纪念奖12名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人。

第二项：挤眉弄眼(吃饼干)

比赛规则：参加人员把饼干放在自己额头上，用自己的脸部肌肉把饼干移到嘴里吃掉。一分钟之内吃的数量多的获胜。掉落的不计数，用手帮助的不计成绩。

奖项设置：抽签分两轮比赛，每组取一等奖1名。

共计一等奖2名；纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组4名，共16人

第三项：吹球入碗

比赛规则：在桌上放五个碗，都装满水，从第一只碗开始吹

乒乓球，一直吹到第五只碗，谁吹的时间最少，就算获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，每组取一等奖1名；纪念奖3名；

共计一等奖2名，纪念奖6名。

参加人数：每个工会小组2名（不限男女），共8人。

第四项： 争先恐后（推球）

比赛规则：将2根接力棒末三分之一处交叉绑紧，手握较长的一段叉开作剪刀状，用另一端的豁口叉住一只篮球，发令后，迅速推球向前跑，至小红旗处绕过返回，先到的小组获胜。

奖项设置：抽签分2轮比赛，第一、二轮预赛获胜小组进入决赛，未进入决赛小组获纪念奖。决赛获胜小组一等奖，另一小组获二等奖。共计一等奖4名，二等奖4名，纪念奖8名。

参加人数：每个工会小组4名（不限男女），共16人

为调动全体教工参与“我运动 我健康 我快乐”健身活动的积极性，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，推进我校广大教职工健身运动的深入开展，增强教职工的身体素质，构建“和谐校园”，加快学校发展，工会决定举行全校教职工趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案如下：

一、活动目的：

- 1、增强全体教工的健身意识，积极参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质，

二、组织机构

趣味运动会组委会：

主任：方建

副主任：陈理畅 姚增超 钟清云 袁媛 那红 王德深

总策划(兼裁判长)：钟清云

成员：王德深 杜鹏君 王君华 陈维国 苏业奇 吴林炎 林启辉。

职责：负责比赛的组织、次序编排等策划工作及裁判组的工作。

总协调：姚增超

成员：钟清云 袁媛 那红 王德深 余晶

成员：杜鹏君 王君华 陈维国 苏业奇 吴林炎 林启辉 何干张群彩。

职责：裁判、工作人员分工和培训，趣味运动会各项比赛裁判工作，负责场地道具器材(皮尺、扩音器、黄色大胶带、矿泉水、大瓶空矿泉水瓶 引导牌、中性笔、沙袋、编织袋、排球5个；羽毛球拍5副；空瓶子100个；排球20个；米袋子30个；乒乓球60个、空杯60个、盘子10个)的保障。

仲裁组：陈理畅

成员：姚增超 钟清云 袁媛 那红 王德深

职责：负责运动员在比赛过程中有争议的仲裁，评选优秀组织奖。

宣传组：袁媛

成员：吴乾莉 林师师

职责：负责趣味运动会整个过程的摄像、照相、横幅(一大300，二小200现场悬挂)和文字宣传工作，负责提供扩音器2个。

奖品(纪念品)筹备组：那 红

成员：魏红俊 余 晶

职责：负责本次趣味运动会的奖品(奖金)的准备及发放。

二、比赛时间：初定 20xx年5月25日(星期五)下午15: 00。

三、比赛地点：第一教学楼风雨操场。

四、参赛人员及单位：

1、参赛人员：全校教职工(含外聘教师)，以工会小组为单位组队。

2、参赛单位：(14个)

五、竞赛要求：

1、各工会小组不得无故弃权。

2、比赛时运动员必须服从组织人员统一指挥，服从裁判统一裁决，如有异议由负责人提出，最后服从裁判组、仲裁组的统一裁决。各工会小组须认真组织，理解比赛规则，协调处理好运动会期间出现的各种矛盾和问题。

3、各队集中报名后(尽可能把人落实到每个比赛项目)，于20xx年5月11日(周五)前以书面形式向校工会正式确认参赛项目，否则按不参加处理。

4、裁判工作由通识教育学院体育教研室的教师担任(不参加比赛)。

5、项目与规则(见附表一)

六、奖励办法:

1、各个项目按计时快慢录取名次,不进行预决赛。

2、每个项目取前三名给予奖励,发放奖金,未获名次的参赛队将获得参与纪念奖(每队200元)。

3、大会将根据报名情况及参与情况评出优秀组织奖。

本规程未尽事宜另行通知。

XXXX单位:

为了推动全民健身益智运动蓬勃开展,丰富全局职工的业余文化生活□XXX工会决定举行20xx年春节文体活动,具体安排如下:

一、参加人员

全局职工可自愿报名参加活动项目

二、活动时间

20xx年2月16日下午13:00——17:00(农历十二月二十八日)

三、主办单位

主办单位:局工会

活动组委会:

组 长□xxx

成 员□xxx

四、活动项目及组织人员

1、钓鱼比赛： 组织人□xxx

2、套圈比赛： 组织人□xxx

3、飞标比赛： 组织人□xxx

4、掰手腕比赛： 组织人□xxx

5、扑克比赛： 打捧组织人□xxx

火箭组织人□xxx

五、活动规则

1、钓鱼比赛规则。参赛人员用自制鱼竿钓瓶子，钓起后放到指定区域算完成1次。在规定时间内，完成3次者获一等奖，完成2次者获二等奖，完成1次者获三等奖。获奖情况现场确定(见附表1)。

2、套圈比赛规则。参赛人员站在投掷线后，向前扔掷圈，每人连续投10次，套中不同的标杆得到不同奖品即可，每个标杆限定套中一次。获奖情况现场确定(见附表2)。

3、飞标比赛规则。参赛人员站在投掷线后，向标盘上飞标，每人连续投射10次，总计分数为最终得分。获奖情况(见附表3)按分数情况确定，一等奖1名，二等奖5名，三等奖10名。获奖情况现场确定(见附表3)。

4、掰手腕比赛规则。参赛人员每2人一组进行比赛，在固定的桌台上掰手腕，右手手背先接触桌面者为负，采取单淘汰赛制，按报名抽签顺序比赛。共分3个级别(1)男子组a级别(40周岁以上)(2)男子组b级别(40周岁以下)(3)女子组。获奖情况按胜负情况确定(见附表4)。男子组每个级别设一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，女子组取前3名。

5、扑克比赛规则。

两项比赛每人只可报名参加一项。

(1)打棒比赛。打棒比赛只设个人项目，参赛人员每两人组成一队，自愿报名，采取单淘汰赛制，抽签分组对决，每局四副牌，四个人进行游戏，对家两人为一组，两组相互对抗，按“3—a”顺序升级，首先打过“a”者为胜利。打棒(扑克)比赛分组确定后，请参赛人员利用午休时间和其他非工作时间开展比赛，分组比赛结果在2日内报组委会，由组委会统一安排接下来的晋级对手，在2月14日前将产生决赛名单，2月16日进行决赛。获奖情况(见附表5)按胜负情况确定，排名前6名的选手为获奖人员。

(2)火箭比赛。参加扑克比赛的人员为不参与打棒比赛人员，比赛规则参照打棒比赛规则，首先打到20分的为胜利。2月16日进行决赛。获奖情况(见附表6)按胜负情况确定，排名前6名的选手为获奖人员。

六、几点要求

1、各部门要精心组织参与，确保参赛时间和人员，保证活动质量。

2、要遵守各项活动规则，并注意保持楼内卫生，不得大声喧哗。除2月16日外，活动不得利用工作时间。

3、“评比兑奖办公室”设在办公室，一楼会议室为兑奖处。

4、各参加活动人员到各项目组织负责人处报名，报名时间截止到2月10日。本次春节活动规程未尽事宜将另行通知。

共2页，当前第1页12

开展机关工会活动的方案篇四

工会在公司有关部门领导、关心和支持下，充分调动、发挥全体员工的工作积极性，努力把工会工作做好，为全面完成“发展攻坚年”的各项任务目标提供了有力的思想和组织保证，促进了单元和谐、健康发展。单元工会经费使用严格遵守公司工会经费使用管理规定，以少花钱，多办事，办好事，节约开支为原则，始终依靠员工用好经费。现就此工作提出如下实施方案：

一、目的意义

开展系列活动，做好服务员工、关爱员工工作，以实际行动投身和谐单元建设。单元员工要充分认识开展此项活动的重要意义，要以高度的政治责任感和饱满的精神状态，积极投身到活动中去。单元工会要求积极开展丰富多彩、形式多样的团体活动，真正让员工受到教育，让困难员工家庭得到实惠，确保每一名困难员工家庭都能过上欢乐祥和的生活，真正做到让广大员工高高兴兴上班，安安心心工作。

二、参加人员

单元全体员工

三、主要内容

1、员工教育经费

技能和水平。

2、文体活动经费

用于单元工会举办的体育活动和公司举办的文化活动，如举办的篮球比赛、足球比赛和毛笔字书法大赛等，比赛所需的器材、用品和奖品购置；为鼓励员工积极参加公司举办的种类文化活动，对参加报名者单元工会单独给予适当奖励。

3、班组活动费

为加强班组建设，增强班组凝聚力，单元工会努力鼓励班组利用业余时间开展班组自己的活动，聚餐费用等。

4、积极参加公司工会组织的“中国梦·劳动美·我与改革创新”演讲比赛，共5人进行报名参加比赛，单元对参赛人员进行适当奖励。

5、创建文明班组活动

当班班组打扫外操间和交接班室卫生，整理规范物品摆放，创建干净舒适的工作环境，购买拖把、扫把和图书。

为展示文广出版局崭新的精神风貌，进一步树立广大职工、干部“每天锻炼半小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子”的锻炼意识，同时为了丰富职工、干部的文化生活，增进职工、干部的身心健康，营造积极健康向上的群众文化氛围，工会将在本月开展系列文体活动，具体安排如下：

一、活动目的：

丰富工会会员文体生活，促进工作积极性，激发岗位热情，提高工作效率。增进相互了解，培养团队合作意识，增强集

体荣誉感。创建和谐、轻松的工作氛围，调节身心，养心聚力。

二、活动时间：

5月2日 上午9:00——12:00 下午14:00——17:00

5月3日 上午9:00——12:00 下午14:00——17:00

晚上19:00—22:00

三、活动地点：

龙泉市体育馆

四、参加人员及方式：

全体人员参与

五、活动项目与活动规则：

- 1、跳绳、踢毽子、呼啦圈比赛
- 2、球类比赛(排球、羽毛球、乒乓球、篮球比赛)。
- 3、棋类比赛(跳棋、军棋、五指棋、象棋)。
- 4、牌类游戏：自愿分组进行各类竞技游戏，胜者给与奖励。

六、奖励办法：

- 1、竞赛项目取前三名。
- 2、参与工会活动者即获得鼓励性奖品。

3、因公不能参加工会活动者也适当给与奖励。

七、活动裁判：

由工会挑选合适人选。

八、比赛内容：

(一)跳绳、踢毽子、呼啦圈比赛(分两组比赛以45岁为分割段)

1、跳绳：在规定时间内完成的个数计算；

2、踢毽子：按两次完成的总数计算；

3、呼啦圈：摇圈行走。

(二)排球比赛方式

1、每组选派6名队员(4女2男)，按抽签决定对阵；

2、每场对阵采取三局两胜25分制(对不打满局的组别每局扣5分)；

(三)羽毛球比赛方式

1、项目：(1)男单(2)女单(3)男女混双

2、按抽签决定对阵，每场对阵采取三局两胜21分制(对不打满局的组别每局扣5分)；

(四)乒乓球比赛方式

1、项目：(1)男单(2)女单(3)男女混双；

2、按抽签决定对阵，每场对阵采取五局三胜11分制(对不打赢局的组别每局扣5分)；

(五)、棋类比赛方式(跳棋、军棋、五子棋、象棋)

按抽签决定对阵，每场对阵采取五局三胜，对临阵弃权的组别扣10分；

(六)、背向夹球跑往返接力：参与人员分组进行20-50米接力赛。两人为一组，相背而立，中间夹一球，侧向移动往返接力，距离为50米。以四组接力完成时间少者为胜。(如移动中出现球掉落，须捡球后在球掉处开始继续比赛)

为了进一步树立广大教职工“每天锻炼半小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子”的锻炼意识，同时为了丰富教职工的文化生活，增进教职工的身心健康，营造积极健康向上的校园文化氛围，展示学校教职工崭新的精神风貌，学校工会将在本年度开展系列文体活动，具体安排如下：

一、活动目的：

缓解工作压力，愉悦身心健康，增强集体凝聚力。

二、活动主题：

强身健体营造温馨团队，心手相牵构建和谐校园

三、活动口号

活力永青春，运动无极限

四、活动项目：

1、广场舞比赛

2、球类比赛(排球、羽毛球、乒乓球比赛)

3、棋类比赛(跳棋、军棋、五指棋、象棋)

4、跳绳、踢毽子、呼啦圈比赛

五、活动形式:

1、以工会小组为单位,以抽签的形式组成四个比赛大组,各组根据活动项目及规则自选参赛队员。

2、每项比赛都是以积分的形式体现,按名次为本组加50、30、20、10分。年末按照总分高低进行团队奖励。

3、各组应本着“参与第一、比赛第二”的原则让大多数教职工参与活动,不做统一要求,待所有比赛活动结束后,根据各组教职工参与情况,按人数在总分中每人加5分。

六、比赛方式及评比标准:

(一)广场舞比赛评比标准

1、阵容(60分);注:每组限参加比赛人数不少于5人,每增加1人加5分。

2、动作整齐程度(30分);

3、服装(10分)

注:每组选派1名教师做为广场舞教练,同时该教练为本组在总分中积50分值;

(二)排球比赛方式

1、每组选派6名队员(4女2男),按抽签决定对阵;

2、每场对阵采取三局两胜25分制(对不打满局的组别每局扣5分);

(三)羽毛球比赛方式

1、项目：(1)男单(2)女单(3)男女混双

2、按抽签决定对阵，每场对阵采取三局两胜21分制(对不打满局的组别每局扣5分);

(四)乒乓球比赛方式

1、项目：(1)男单(2)女单(3)男女混双;

2、按抽签决定对阵，每场对阵采取五局三胜11分制(对不打满局的组别每局扣5分);

(五)棋类比赛方式(跳棋、军棋、五子棋、象棋)

按抽签决定对阵，每场对阵采取五局三胜，对临阵弃权的组别扣10分;

(六)跳绳、踢毽子、呼啦圈比赛(分两组比赛，以45岁为分割段)

1、跳绳：在规定时间内完成的个数计算;

2、踢毽子：按两次完成的总数计算;

3、呼啦圈：摇圈行走。

共2页，当前第2页12

开展机关工会活动的方案篇五

为调动全体教工参与“我运动我健康我快乐”健身活动的积极性，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，推进我校广大教职工健身运动的`深入开展，增强教职工的身体素质，构建“和谐校园”，加快学校发展，工会决定举行全校教职工趣味运动会，为保证此项活动顺利实施，特制定本方案如下：

一、活动目的：

- 1、增强全体教工的健身意识，积极参与各项体育活动。
- 2、愉悦心情，缓解工作压力，增强体质，

二、组织机构

趣味运动会组委会：

主任：方建

副主任：陈理畅姚增超钟清云袁媛那红王德深

总策划（兼裁判长）：钟清云

成员：王德深杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉。

职责：负责比赛的组织、次序编排等策划工作及裁判组的工作。

总协调：姚增超

成员：钟清云袁媛那红王德深余晶

成员：杜鹏君王君华陈维国苏业奇吴林炎林启辉何干张群彩。

职责：裁判、工作人员分工和培训，趣味运动会各项比赛裁判工作，负责场地道具器材（皮尺、扩音器、黄色大胶带、矿泉水、大瓶空矿泉水瓶引导牌、中性笔、沙袋、编织袋、排球5个；羽毛球拍5副；空瓶子100个；排球20个；米袋子30个；乒乓球60个、空杯60个、盘子10个）的保障。

仲裁组：陈理畅

成员：姚增超钟清云袁媛那红王德深

职责：负责运动员在比赛过程中有争议的仲裁，评选优秀组织奖。

宣传组：袁媛

成员：吴乾莉林师师

职责：负责趣味运动会整个过程的摄像、照相、横幅（一大300，二小200现场悬挂）和文字宣传工作，负责提供扩音器2个。

奖品（纪念品）筹备组：那红

成员：魏红俊余晶

职责：负责本次趣味运动会的奖品（奖金）的准备及发放。

二、比赛时间：初定20xx年5月25日（星期五）下午15：00。

三、比赛地点：第一教学楼风雨操场。

四、参赛人员及单位：

1、参赛人员：全校教职工（含外聘教师），以工会小组为单位组队。

2、参赛单位：（14个）

五、竞赛要求：

1、各工会小组不得无故弃权。

2、比赛时运动员必须服从组织人员统一指挥，服从裁判统一裁决，如有异议由负责人提出，最后服从裁判组、仲裁组的统一裁决。各工会小组须认真组织，理解比赛规则，协调处理好运动会期间出现的各种矛盾和问题。

3、各队集中报名后（尽可能把人落实到每个比赛项目），于2015年5月11日（周五）前以书面形式向校工会正式确认参赛项目，否则按不参加处理。

4、裁判工作由通识教育学院体育教研室的教师担任（不参加比赛）。

5、项目与规则（见附表一）

六、奖励办法：

1、各个项目按计时快慢录取名次，不进行预决赛。

2、每个项目取前三名给予奖励，发放奖金，未获名次的参赛队将获得参与纪念奖（每队200元）。

3、大会将根据报名情况及参与情况评出优秀组织奖。

本规程未尽事宜另行通知。