

# 最新趣味运动会应急预案 趣味运动会的策划方案(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 趣味运动会应急预案篇一

广发银行惠州分行营业部于10月20日迎来了第三届“广发合规日”。广发银行自2012年启动首届“广发合规日”以来，开展了一系列合规教育和宣导，并借助这一平台搭建广发银行的合规文化，将合规理念逐步融入每位员工的内心。

在本届“合规日”中，惠州分行营业部围绕“合规操作，从我做起，依法规范经营，树立良好形象”为活动宣传主题，开展形式多样的合规文化宣导活动。通过统一张贴合规宣传海报、组织合规宣讲、组织反洗钱知识有奖问答活动、选派合规人员参加由总、分行统一组织的rcsa知识竞赛活动等方式主动宣传“合规人人有责”、“主动合规”、“合规创造价值”等合规理念，积极在基层业务一线营造合规文化氛围，提升业务合法合规水平。

为强化合规文化建设活动，培育一线员工合规意识，广发银行惠州分行营业部建立了合规晨会制度，要求每周至少召开一次合规晨会。在“合规日”活动期间，营业部在法律合规部主导下，联合个人银行部、分行办公室在滨江公园举行反洗钱知识有奖问答活动。通过向市民宣讲反洗钱知识，提升了普罗大众对反洗钱工作的认知度和参与度，将本次宣传工作落到实处，取得了良好的效果。另外，营业部还选派了合规人员参加由总、分行统一组织的rcsa知识竞赛活动。参赛人员通过认真学习rcsa知识，获得了优异的成绩。

分行营业部通过本次“合规日”活动，向外界展示了依法合规经营的企业文化，也进一步提升了全体行员对合规的认识和理解，营造了浓厚的合规文化氛围，有效提升了业务合法合规水平。

## 趣味运动会应急预案篇二

本院运动会即将来临，通过趣味运动会丰富多彩的内容形式使每位同学积极参与其中。本次活动本着以丰富同学们课余生活的主旨，以选拔优秀运动员为院运动会准备为主要目的，希望各位同学积极报名主动参与；于此同时促进同学间交流，加强班级间互动，创造出和谐欢乐的班级氛围。

：西区体育场

：三班班委

1、100米敏捷测试

2、200米耐力敏捷性测试

3、三级跳远

4、立定跳远

5、乒乓至准

6、100米三足协同跑

7、跳绳接轮

8、拔河比赛

1、班委提前十分钟到，做好比赛事项的准备

- 2、所有同学到时要签到
- 3、比赛期间注意安全
- 4、穿运动衣、运动鞋
- 5、没人至少参加三项

班委记录成绩，参与的成员要尽量展示自己的体育特长，尽可能的参加所有项目

：参加完五项的同学可凭纸条兑换奖品

：三班文娱委员

## 趣味运动会应急预案篇三

趣味运动竞技是丰富员工的业余文化生活、促进员工沟通、加强联系、增强团队凝聚力，以提高工作热情和效率的方式之一。本次趣味运动会鼓励员工锻炼身体，在运动中陶冶情操，热爱生活。

用激情挑战工作，以健康武装青春

20xx年1月18日

分公司轧制大厅

以趣味运动项目为主的文体娱乐项目。

- 1、群众项目各队要有专人负责运动员的召集和比赛；
- 2、准时进场，不按时进入比赛场地的，按弃权处理；
- 3、为体现比赛公平、公正，裁判组成员不可参加比赛；

4、本活动以娱乐性、趣味性为主，比赛前可更换队员，本着友谊第一，比赛第二的原则，不可在比赛过程中发生不礼貌、不礼貌的现象，否则一律严肃处理。

1、群众项视状况取前两名或者前三名；

2、个人项取前六名；

3、凡参加活动未取得名次的选手都将获得一份参与奖。

分群众赛、个人赛

## 趣味运动会应急预案篇四

为了庆祝“五一”国际劳动节，丰富教师们的业余文化生活，增强教师健身意识和群体的战斗力、凝聚力，经学校研究决定，在本校开展一次教师快乐、文明、健康的文化体育活动。

“我健康、我快乐”

20xx年4月30日（星期五下午二节课后，半托班、四点钟学校暂停）

东校区操场

趣味体育比赛：踩气球；传递信息。

“踩气球”比赛每组参赛人数为10人；“传递信息”比赛每组参赛人数为15人。

1、踩气球：六支队分成两组，一组三支队伍进行对抗赛，比赛时间为三分钟。现场抽签，抽到一、三、五号的为第一组，二、四、六号的为第二组。每位参赛人员一只脚上系着五个气球，比赛开始，在指定的场地内每队的参赛人员想方设法

地去踩破对手的气球，而尽量保住自己脚上的气球，比赛结束，计算各队队员脚上的气球个数，总数多的队名次列前，依次排列。规则：气球必须系在膝盖以下部位，不能系在脚的内侧。比赛中如果离开指定场地算犯规，每次犯规以破碎一个气球计算。

2、传递信息：比赛前现场抽签比赛道次，比赛距离为80米。排头地上放一个呼啦圈，排尾塑料筐里放着各种活动器材。比赛开始，每队的排头从裁判处得到信息，然后一个一个传下去，排尾得到信息后，马上从筐里取出相应的物品往前传，排头接到物品后放到呼啦圈里，再接着传第二个信息，以此进行，先完成的队为胜，名次依次类推。规则：必须要一个一个地传，不能越位，否则算犯规，每犯规一次扣0.1分。第二次传递必须在第一次传递完成后才能进行，如果犯规要重新开始。

每项比赛成绩按7、5、4、3、2、1计分，两项成绩的总分来计最后的团体名次。

团体奖取一等奖一个、二等奖二个、三等奖三个。

未尽事宜，另行通知。

浦南小学工会

附名单

学校领导小组：z

裁判组：z

裁判长：z

裁判员：z

各组教师名单：

第一组：z

组员：z

## 趣味运动会应急预案篇五

队员组成：各队限报人数10人，5男5女；

比赛用具：乒乓球、塑料桶；

比赛距离：投掷人与投掷点相距4米；

队员组成：共6个队伍，每队10人，男女搭配；

比赛规则：，各参赛队10名男、女队员，分成2组，每组5人。事先将每组相邻队员的两条腿绑在一起，站在起始点法令同时，各组队员开始向折返点走去，手触摸到对面队员手臂后，对面一组队员朝起始点返回，最后以参赛队到达终点所用时间最少的队为胜，取前两名。

注意事项：绑腿均绑在腿关节处，跑步途中必须始终保持绑脚状态。

比赛距离：起始点与终点相距30米；

参赛队伍：参赛人员共12人，分成4个小组，每组三人，

比赛规则：参赛队员每人每只脚捆绑4个气球，在一个6平方米的区域用脚踩破对方脚上捆绑的气球，直到时间结束，游戏结束。规定3分钟时间内踩气球，剩下气球多的队获胜；  
注意事项：

(1) 每个人不允许出圈，出圈算负。只能用脚、否则视为违规，取消继续比赛的资格

(2) 裁判发出哨音后方可开始比赛

(3) 参赛队员穿运动鞋，以防踩伤其他人

(4) 比赛时不能用手推，手抓；

队员组成：4支队，每队10人，5男5女

队员组成：一共4支队，四支队伍同时比赛，每队出4人，不得少于一个女队员；

比赛规则：当比赛开始时，每个小组第1选手以蛙跳的方式从起始点开始向前跳10米，

第2选手接到棒后，立即原地转5圈，然后继续向前跑30米，第3位选手接到棒后做10个蹲起后，往回跑20米，第4个人接到棒后，全力向起点冲去，时间最短者胜利；注意事项：

(1) 如果中途出现掉棒的现象，则扣掉该队2秒时间；

(2) 如果中途出现与其他队伍发生肢体碰撞，则扣掉该队1秒时间

参加人员：共分2个队，每队5人，

道具：凳子5把

队员组成：共分2对，每队3人（三个男生或三个女生）

队员组成：共分2对，每队5人（要求女生）

道具：篮球

队员组成：分成3个队，每队3人

队员组成：共分2对，每队6人

道具：毽子2个

队员组成：每组6-8人，男女各一半，可多组进行

比赛规则：两个男生或两个女生背靠背挽住对方，每个男生（女生）前面1米站着一个人，手拿一块苹果，裁判员法令后男生反向用力以吃到对面女生手里的苹果，先吃到者为胜。

道具：苹果若干

队员组成：2人一组

比赛规则：一组两人，3组同时进行，其中一人被蒙住双眼，另一人负责指引道路，只能通过语言沟通，不能搀扶，被蒙住双眼的必须按照比赛设定的路线，越过路障，如在行进中碰到路障，每碰一个路障时间加10秒，在最后计算时间时计入总时间，以用时最短者为胜。

道具：凳子、绳子

队员组成：每队12名队员（至少3名女生），分两组依次进行

比赛规则：

（1）、每队呈纵形排在起点线上，法令后，各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑回终点，折返后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑，以此类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

注意事项：（1）返回起点的人必须手拉手绕过起点，终点的折返标志物才能向前跑

(2) 跑步中不限制队伍的排法，但必须是手拉手、不得脱手

(3) 全队人员全部超过起点才算全部到达

队员组成：共分每队8人，2人摇绳，6人跳绳

比赛规则：6人全部起跳开始计数，时间2分钟，以跳的次数判定胜负。

比赛规则：花样分为：正跳、倒跳，每种一次，往复循环，比赛限时1分钟，按在规定时间内跳的次数多少记成绩，中途停顿，可继续进行，分五组同时进行。

道具：跳绳5根

计分方法：取前2名

比赛规则：参赛者需两腿、两手臂共夹3个排球，呈企鹅状在跑道上规定的起点，终点间行走（30米），球掉下需夹起球，在掉球的位置继续，分5组同时进行。

道具：（排球或篮球）5只

计分方法：取前2名

比赛规则：甲乙两人分别单腿站立，另一腿抬起用双手拉住小腿部位，用膝盖部位与对方膝盖部位碰撞，挤压对方部位，（不得以身体其他部位撞击、拖拽、推挤）。选手单腿支持不住而放手，双脚落地者，即为失败；参赛队员以抽签形式选择对手，进行淘汰赛，每组队员比赛采用三局两胜制决出胜负。（四组同时进行）

计分方法：取前3名

比赛规则：分5组同时进行，每人用乒乓球拍子端一个篮球前

进50米，中途不能用手扶，掉了球的原地捡起继续比赛。

道具：乒乓球拍5个

计分方法：取前2名

比赛规则：分5组同时进行，每人用双手颠球，限时3分钟，以踢球的个数计算成绩，掉了球捡起继续比赛，成绩不清零。

道具：足球5个

计分方法：取前2名

计分方法：取前2名

比赛规则：参赛运动员骑自行车以最慢的速度行驶，在100米内行驶距离用时最长的队员获胜，中途下车的要重新计时，下车超过3次者失败，骑自行车要走直线。

道具：5辆自行车

计分方法：取前两名