

2023年游泳比赛活动方案(模板5篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？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。

游泳比赛活动方案篇一

一、活动目的

为丰富广大业主的业余文化生活，营造和谐生活环境，让业主享受到更加优质的生活，xxx物业在盛夏暑期中组织别开生面的趣味游泳比赛活动。

二、活动主题

趣味游泳比赛活动

三、活动时间

20xx年8月6日七夕节

四、活动项目内容及筹备

(一)趣味游泳比赛项目：

1、池底捞宝(每组2人)

主持人向池内各个方向投入若干硬币。发令后，参赛者可从池边任何地方下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内(5分钟)捞到硬币多者为胜。

2、托球泳进(每组2人)

参赛者每组发一只排球。发令后要求单手托球出水面，快速泳进50米(一个来回)，姿式不限，球每碰一次水面加时2秒，先到达终点者为胜。

3、水上捞汤圆(每组2人)

在水面上撒下一盆乒乓球，任其随流飘散。参赛者手拿小网兜，发令后从岸上跳下，游到池中捞球，在规定的时间内捞得多者为胜。

4、一仆一主(每组2人)

两人为一组(甲、乙)，“乙”身上套个救生圈，圈上系根5米长的绳子，绳子的另一头系于“甲”的腰上。发令后，“甲”游泳拖住“乙”前进，“乙”不得动作，“甲”先游到终点的`一对为胜。

5、大家乐(每组2人)

两人为一组(甲、乙)，甲乙分处泳池两端，其中一名蒙上眼睛，不能偷看，另一名口头指挥搭档游过泳池，并穿越池中的一个障碍，到达对面，以所用时间排定名次。

(二)工作安排

1、活动方案7月21日完成;(负责人□xxx)

2、7月22日前出具活动通知;(负责人□xxx)

3、7月25日前比赛规则及考评登记准备;(负责人□xxx)

4、7月26日完成购买物品准备;(负责人□xxx)

5、8月6日现场活动开展主持及摄影。(负责人□xxx)

六、奖项与奖酬 (一)奖项

1、趣味游泳比赛按名次积分设一、二、三等奖。

2、凡参与此次活动的家庭均可获得参与奖品。

(二)奖酬

一等奖：奖品为价值200元体育用品，价值100元的每一间游泳卡。

二等奖：奖品为价值150元体育用品，价值100元的每一间游泳卡。

三等奖：奖品为价值100元体育用品，价值100元的每一间游泳卡。

参与奖：价值50元的体育用品。

(三)颁奖方式：现场颁奖。

七、参赛注意事项

1、以家庭为单位报名，每个家庭选出2人参加比赛，不分男女老幼。

2、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。

3、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的指挥。

4、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。

5□xxx物业拥有本次活动的最终解释权。

一、活动目的

为进一步落实随州市“全民健身活动”精神，推动全民健身运动的深入开展，丰富广大市民的业余文化生活，营造健康和谐生活环境，倡导文明向上的生活方式。

二、活动主题

趣味游泳比赛活动

三、活动时间

20xx年8月18日下午3点

四、活动项目内容

(一)趣味游泳比赛项目：

1、池底捞宝(每组2人)

主持人向比赛区域中央投入若干宝贝。发令后，参赛者比赛区域四个角下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内(3分钟)捞到宝贝多者为胜。

2、齐心协力向前冲

齐心协力向前冲队员3人，以家庭为单位，父亲母亲和一名孩子共3人。父母年龄不限，孩子限定年龄6—16岁，赛程100米。

三人从泳池起点开始，三人牵手到对岸后上岸(可游可走可带游泳圈)，先到者为胜。三人牵手到对岸前不能有家庭成员落伍，否则不计成绩；以最后一人手触池边为完成比赛。比赛过程中不能拉扯水道线。

3、猪八戒背媳妇

本项目队员2人。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

男主人将自家的“媳妇”放在游泳圈中，看谁最快把自家的“媳妇”从起点送到终点。比赛过程中不能拉扯水道线。

4、旱鸭子游泳比赛

本项目仅限女子参赛。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

参赛选手会不会游泳都可以，最好是不会游泳的，参赛选手必须将游泳圈套在身上或者手扶在游泳圈上，看谁先从起点游到终点。参赛选手不得拉动水道线前进。

五、活动流程：

参赛选手检录入场，在休息区等待比赛开始。

1、池底捞宝。每次下水四组参加比赛，主持人发令后计时裁判开始计时，计时结束后停止捞宝，计时结束后所捞宝贝不计入成绩。

2、齐心协力向前冲。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

3、猪八戒背媳妇。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

4、旱鸭子游泳比赛。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，

每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该选手成绩。

5、统计成绩，主持人宣布比赛结束，颁发奖品。

6、活动结束。

六、奖项与奖酬

(一)奖项

1、趣味游泳每项比赛按名次取前八名。不足八组的去掉最后一名

(二)奖品

一等奖：奖励一中游泳馆门票30张(价值450元)。

二等奖：奖励一中游泳馆门票20张(价值300元)。

三等奖：奖励一中游泳馆门票15张(价值225元)。

四至八名：奖励一中游泳馆门票10张(价值150元)。

颁奖方式：现场颁奖。

七、参赛注意事项

1、欲报名者请到本游泳馆检票处填写报名信息或登录俱乐部网址填写报名信息。

2、参赛选手不收报名费，只需购买10元门票一张即可，每人最多可报三项。

- 3、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。
- 4、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的指挥。
- 5、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。
- 6、神农飞鱼游泳俱乐部拥有本次活动的最终解释权。
- 7、有任何问题请咨询*****

一、活动背景和意义

为进一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康文明的校园气氛。通过开展趣味游泳比赛，增强同学之间的相互联系，陶冶学生的高尚情操，展示各自体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，不断提高自身全面素质，推动校园精神文明建设。

二、机构设置

主办：天津理工大学体育部、校团委

承办：天津理工大学“畅享自游”游泳协会

主办人：“畅享自游”游泳协会会长袁帅、副会长高志婷

三、参与对象

天津理工大学全体同学

四、活动时间、地点

20xx年10月22日上午9:00——12:00

天津理工大学附近山海天游泳馆

五、活动进度

1、宣传动员阶段

(1)条幅制作与悬挂：由袁帅、陈出新、毕欣冉、王钊、陈亚雄负责于20xx年10月17日前完成。

(2)海报制作与粘贴：由高志婷、姜丹、张昊、江舒萌负责于20xx年10月18日前完成。

(3)发出通知：由秘书部杨攀豪、李海涛负责于10月18日前完成。

2、组织报名：由高志婷、姜丹、杨攀豪、李海涛负责于10月21日12:00前完成。

3、活动所需物品：由梁礼、屈威、刘玉红、陈出新负责于10月19日前完成。

4、活动阶段：袁帅、高志婷全程负责，高志婷为总摄像师，张明洋为总裁判长

赛制规则:分组进行比赛

(1)水中竞走：水中竞走50米，不得以任何泳姿游走，一旦犯规将被罚出局，先完成者获胜。(参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷)(本组负责人：毕欣冉)

(2)池底寻宝：选手背身，待裁判员放置好所寻宝物后，选手

开始寻找，先找到者获胜。(参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新)(本组负责人：谢宏飞)

(3)抱球接力：球不能离开双手，泳姿不限，一个人完成25米后，将球交接给下一个人，以后以此类推，先完成的组获胜，一旦犯规被判出局。(参赛名额：共两轮比赛，每轮三组每组两男两女。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊)(本组负责人：马海东)

(4)潜泳：比比看谁潜的远，中途不能换气，潜的远者获胜，一旦有犯规者被罚出局。(参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷)(本组负责人：李海涛)

(5)集龙珠：由裁判将一批乒乓球散落在水中，选手尽力去抢，直到将水中乒乓球收集完为止，最后收集最多者获胜。(参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新)(本组负责人：王胜)

(6)浅水运气球：5分钟限时，从游泳池一端运到另一端，途中气球不得离开身体，如果离开身体则此气球无效，最后运的最多者获胜。(男女各两轮，每轮3人。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊)(本组负责人：杨攀豪)

注1：以上所有项目除本人以及穿带泳衣、泳帽、泳镜外，不得借用任何其他辅助工具。

注2：每人限报两项(接力除外)

5、颁奖阶段

个人比赛和接力比赛均采用取前三名发奖的办法，按成绩录取名次。每个奖项都有证书和奖品。

六、活动预算：

游泳比赛活动方案篇二

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的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，我们善于把趣味运动和同学们的某方面的学习的需求进行融合，使它同时具备了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了传统体育的趣味性和观赏性。

同时，这也符合我们国家倡导全民运动健身的时代主旋律！

一方面它是一项非常适合各位同学一起开展的活动，因为它比一般的体育运动更具趣味性及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每位同学的心中，增进同学与同学之间的亲密感，从中既获得快乐又能增强同学们的集体荣誉感和团结协作的精神。另一方面它也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，还能使同学们的某些能力得到进一步的锻炼。展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。让大家感受到健身快乐，游戏快乐happyeveryday!

20xx年12月17日

团委社会实践部、模具1236班、模具1134

赛出你的风采，让我们一起开怀！

学校田径场塑胶跑道

(一)前期准备

- 1、做好宣传让每个人能够积极参加；
- 2、做好报名工作并进行分组且规定参赛的最多人数；
- 3、召集三个班的负责人开一个会议说明比赛规则；
- 4、准备好比赛所需用品八个篮球、八个足球、八个排球、八根跳绳；

(二)活动进行

- 2、每隔25米站一个人，来回跑接力最后一个人跑完一圈回到终点；
- 3、第一次由每个人拍篮球先在一百米内来回跑两次，最后一个人拍着篮球跑完一圈；
- 4、第二次由每个人掂着排球先在一百米内来回跑两次，最后一个人抱着排球跑完一圈；
- 5、第三次由每个人踢着足球先在一百米内来回跑两次，最后一个人踢着足球跑完一圈；
- 6、第四次由每个人边跳绳边跑完一百米内的两个来回最后一个人跳着绳跑完一圈；
- 8、最后由计时裁判宣布比赛结果，并为获胜方颁发奖品，同时合影留念；

(三)活动后期

- 1、班级人员，最后把物品归还给相关人员。
- 2、体委把同学有序带出操场，小心路滑。

- 1、安全问题活动时要做好准备运动防止运动时韧带拉伤；
- 3、要提前买一些创可贴防止有人跌伤能及时处理；
- 4、组织人员要做好签到工作同时要在最后清理好现场卫生；

省略

省略

游泳比赛活动方案篇三

安全问题是举办大型活动的重要环节。为了确保本次活动安全而又顺利的进行，特制定以下安全预案。

为了应对突发事件，游泳馆内设有若干名救生员，这些救生员将在游泳比赛期间全权负责馆内的安全问题。一旦出现险情，救生员将在第一时间下水救助。

我们本着促进友谊，切磋技艺的方针，尽我们一切的能力办好本次比赛。

游泳比赛活动方案篇四

安全问题是举办大型活动尤其是游泳这样大型体育赛事的重要环节。为了确保本次活动安全而又顺利的进行，游泳爱好者协会经多次开会协商，出台了一套完整而细致的安全预案。

游泳馆内安全设置。为了应对突发事件，游泳馆内设有若干名救生员，这些救生员将在游泳比赛期间全权负责馆内的安全问题。一旦出现险情，救生员将在第一时间下水救助。同时，我们将从学校医院请来专业的外科医生到现场督导救治。

比赛中的安全。馆内工作人员一律佩带胸卡，随时为运动员

服务。场内工作人员负责引导运动员前往指定地点签到，检录，比赛，撤离泳道，以免运动员发生错向或拥挤状况。各班领队负责本班运动员的安全提示，检录提示等，作为各班级在本次比赛的全权代理，将尽职尽责的在泳池边服务。

对无法预料的情况或运动员间出现的摩擦现象，我们将取消该运动员比赛资格并交予学院处理，决不偏袒任何一方。

我们本着促进友谊，切磋技艺的方针，尽我们一切的能力办好本次比赛。

游泳比赛活动方案篇五

为进一步落实随州市“全民健身活动”精神，推动全民健身运动的深入开展，丰富广大市民的业余文化生活，营造健康和谐生活环境，倡导文明向上的生活方式。

趣味游泳比赛活动

20xx年8月18日下午3点

(一)趣味游泳比赛项目：

1、池底捞宝(每组2人)

主持人向比赛区域中央投入若干宝贝。发令后，参赛者比赛区域四个角下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内(3分钟)捞到宝贝多者为胜。

2、齐心协力向前冲

齐心协力向前冲队员3人，以家庭为单位，父亲母亲和一名孩子共3人。父母年龄不限，孩子限定年龄6—16岁，赛程100米。

三人从泳池起点开始，三人牵手到对岸后上岸(可游可走可带游泳圈)，先到者为胜。三人牵手到对岸前不能有家庭成员落伍，否则不计成绩;以最后一人手触池边为完成比赛。比赛过程中不能拉扯水道线。

3、猪八戒背媳妇

本项目队员2人。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

男主人将自家的“媳妇”放在游泳圈中，看谁最快把自家的“媳妇”从起点送到终点。比赛过程中不能拉扯水道线。

4、旱鸭子游泳比赛

本项目仅限女子参赛。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

参赛选手会不会游泳都可以，最好是不会游泳的，参赛选手必须将游泳圈套在身上或者手扶在游泳圈上，看谁先从起点游到终点。参赛选手不得拉动水道线前进。

参赛选手检录入场，在休息区等待比赛开始。

1、池底捞宝。每次下水四组参加比赛，主持人发令后计时裁判开始计时，计时结束后停止捞宝，计时结束后所捞宝贝不计入成绩。

2、齐心协力向前冲。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

3、猪八戒背媳妇。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后

取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

4、旱鸭子游泳比赛。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该选手成绩。

5、统计成绩，主持人宣布比赛结束，颁发奖品。

6、活动结束。

(一) 奖项

1、趣味游泳每项比赛按名次取前八名。不足八组的去掉最后一名

(二) 奖品

一等奖：奖励一中游泳馆门票30张(价值450元)。

二等奖：奖励一中游泳馆门票20张(价值300元)。

三等奖：奖励一中游泳馆门票15张(价值225元)。

四至八名：奖励一中游泳馆门票10张(价值150元)。

颁奖方式：现场颁奖。

1、欲报名者请到本游泳馆检票处填写报名信息或登录俱乐部网址填写报名信息。

2、参赛选手不收报名费，只需购买10元门票一张即可，每人最多可报三项。

- 3、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。
- 4、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的' 指挥。
- 5、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。
- 6、神农飞鱼游泳俱乐部拥有本次活动的最终解释权。
- 7、有任何问题请咨询