

# 最新春天趣味运动会 趣味运动会活动方案 (精选6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 春天趣味运动会篇一

工作组委员□xx

团学各部部长

工作组组员：团总支学生会全体成员及各班级志愿者

- 1、运动会开幕式进场式宣传海报，主题突出我们分院的特色风格。和制作卡纸组，入场式时使用的宣传抬牌。(广告部负责，5月15日前完成)龙虎榜的出版(班级承包，5月15日前完成)宣传横幅(外联部负责，5月20日前完成)
- 2、安排整理班级志愿者名单。(实践部负责，5月20日前完成)
- 3、策划安排运动会期间的稿件宣传工作，组织安排通讯员，特别注意稿件的质量水平，争取拿下道德风尚奖。(宣传部负责，5月20日前完成)
- 4、安排大一年级学生进行运动会前的广播操练网络部负责，5月20前部署)
- 10、发送校内通短信，通过短信平台来宣传本次运动会

11、出版并发放两期《校运快讯》，（新闻部和网络部负责，运动会结束之前）

项目组一：稿件宣传组

组长□xx

副组长□xx

组员：宣传部、新闻部、各班宣传委员。

任务：1、落实写广播通讯稿的人员，保质保量，稿件写好统一交于大本营，宣传部负责初审并修改，再上报学校广播台(优秀的广播稿留有备份)。(宣传部负责)

2、做好稿件登记工作，在运动会结束后评出优秀宣传班级。(宣传部负责，5月25日前完成)

3、在各个比赛项目中安排报导人员前往观看，最晚在比赛结束后两小时内将稿件上报，可以在此期间进行采访报道，运动会结束后编辑成简报(新闻部和秘书部负责，运动会期间)

4、摄影拍照。(新闻部负责)

项目组二：后勤服务组

组长□xx

副组长□xx

组员：生活部、秘书部

任务：1、运动会期间负责药品的保管，安排具体人员留守大本营，为受伤运动员服务。(生活部负责)

2、安排组员密切关注各项比赛中出现的运动员损伤之类的事情，特别是中长跑的项目。（生活部负责）

3、负责营养品、茶水、杯子、饮水机的添置和保管。（秘书部负责）

4、体育器材的保管(号码布、运动鞋的借用和保管工作)，运动会结束后归还。

项目组三：大本营组

组长□xx

副组长□xx

组员：团学各部成员

任务：1、负责大本营建设并留守大本营，协助体育部比赛项目的通知安排工作(检录)，确保各个比赛项目运动员都能准时到位。（科研部负责）

2、负责签到制度，学生会成员和班级的考勤及大本营值班工作，加强各部之间的联系。（纪检部负责）

3、一旦发生任何状况都应及时上报到大本营值班人员处，或者直接通知给总负责人。（外联部负责）

4、保持大本营的卫生状况。（生活部负责）

5、大本营的桌椅等的保管归还工作，需提前借好桌椅。（纪检部负责，5月20日前落实完毕）

6、遮阳伞的保管归还工作，需提前借好遮阳伞。（外联部负责，5月20前落实完毕）

## 项目组四：统计组

组长□xx

副组长□xx

组员：组织部、科研部

任务：1、负责统计每项比赛的结果，并在第一时间公布在龙虎榜上，安排特定的同学负责写龙虎榜。（组织部负责）

2、赛事安排日程表。（科研部负责）

## 项目组五：青年志愿者组组长□xx

副组长□xx

组员：实践部、文艺部、外联部、广告部、班级志愿者(阳光义工)

任务：1、维持本院会场纪律。（外联部负责）

2、服务分院运动员和后勤工作，指派2到3名志愿者到各组帮忙，指派数名志愿者到各比赛现场记录运动员成绩，中长跑时要派人去扶运动员，务必落实到个人。（实践部负责）

3、宣传板块的保管和搬放，在运动会结束后所有板报都搬。（广告部负责）

4、负责组织啦啦队和观看人员。（文艺部负责）

5、负责横幅的悬挂和保管。（外联部负责）

6、运动会结束的收尾工作，提前

安排好人员进行整理(各部做好本部的相应收尾工作)。

7、安排部分志愿者协助上面四个项目组的需要(实践部负责)。

## 春天趣味运动会篇二

为提高广大学生体质，创设文明、健康、活泼、和谐的校园文化生活。让学生投身到积极、健康的户外活动中去，做一个健康向上，充满活力的.人。

组 长：

副组长：

成 员：

活动地点：本校操场

一二年级组：赶猪 种豆得豆 吊瓶

三四年级组：摸石头过河 两人三足 托球跑

羽毛球比赛

见附表

各组第一名为优胜奖。第二名为拼搏奖。

1、 各班做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得乱跑，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、精心选拔队员参赛，抓紧时间演练，熟练掌握比赛规则及参赛要求，达到既锻炼了体质，任课教师并协同管理好各班。

3、请注意比赛过程中运动员的安全。

4、贯彻和谐、友谊第一，比赛第二的精神。

活动内容：竞赛项目

### 1、赶猪

一名同学在左右宽为50厘米的跑道同用一木棍向前推实心球，距离为50米，用时最少者为胜。推出跑道或中间用手、脚接触球即为犯规。

### 2、种豆得豆

队员手持一空筐和一双筷子站于起点，发始令后跑至中间处放乒乓球的筐前，用筷子将球夹入自己筐中，再快速跑至终点，用时少者为胜。

### 3、吊瓶

队员手持鱼钩站于起点发令后跑至中间放瓶处将瓶吊起跑至终点，快者为胜。（瓶掉地成绩无效）

### 4、摸石头过河

**【参赛人数】** 每组比赛2名队员。

**【比赛器材】** 过河砖

**【比赛方法】** 比赛开始前，参赛队员站于起跑线后的第1、2块河石上，手拿第3块河石。裁判发令后，队员依次将河石踩在脚下交替向前行进，赛程为15米（根据场地大小而定）。以参赛队员的任一脚踩在越过终点线所在垂直平面的河石上为计时停止，用时少者名次列前。

**【比赛规则】** （1）比赛开始前，参赛队员必需立于起跑线后的河石上。（2）比赛过程中，参赛队员不得越出其指定

赛道；若有队员变道或阻碍其他非本队队员将直接取消其比赛资格。（3）比赛过程中，任何参赛队员被推或被迫脱离指定赛道，只要未获得实际利益，可以继续保留其比赛资格。

（4）比赛过程中身体的任何部位不得直接接触除河石之外的支撑物，否则视为犯规。（5）比赛过程中，队员每犯规一次，就在该队员最终用时中加上3秒；若有队员在一轮比赛中累计犯规次数满五次，则直接取消其比赛资格。

## 5、两人三足

本项比赛为的接力赛，每班出四名选手，分为两组，两名选手并肩而立，用布条将两人中间的两腿绑上，然后跑到终点，终点的另外两选手准备，当前一组选手跑到他们身边时开始跑回终点。速度快者为胜。

## 6、托球跑

比赛者手持乒乓球拍托一球站于起点，发令后跑出至终点，速度快者为胜。（球掉地成绩无效）

## 羽毛球比赛

羽毛球计分规则 正式比赛，每场均采用三局两胜制。单打每一局为11个球，当分数成10平时，先领先对方两球者获胜。每一局比赛结束，双方应换场区。

# 春天趣味运动会篇三

本次趣味运动会的宗旨在于增强公司团队的凝聚力，展示出当代员工的竞技激情。弘扬奥运精神，增加团队凝聚力，在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。丰富员工课余生活，给每一位员工展现自我的机会，增进交流。

## 一、趣味运动会活动主题

娱乐身心、携手共进

## 二、活动整体方案

活动时间：20\_\_年\_\_月\_\_日、早上9点

活动地点：\_\_奥林匹克体育中心

主办单位：\_\_活动策划品牌

## 三、具体活动项目

趣味运动会的魅力第一个是好玩，第二个项目多多，为的是玩转大家，更主要是为了让大家玩的开心，玩得尽兴，项目包含快乐大脚、同舟共济、集体跳绳接力、摸石过河、阳光伙伴、又好又快、袋鼠跳跳、欢乐乒乓球、纸衣往返接力、同“舟”共济、仙人指路、网球掷准、踢毽子、盲人摸向、踩地雷、勇往直前、二人三足、狂运足球、袋鼠跳、二人背夹球跑接力、懒惰的自行车、赶篮球、骑羊角球赛、瞎子敲锣、拔河比赛、2人3足、袋鼠跳、无敌烽火轮、背球接力赛、单腿火车等，下面挑一些做方案。

### 1、投靶掷准

比赛方法：每位队员只投一轮，每轮投五镖，以环数多的为先，若环数相同，可追加一镖，决出名次。

比赛规则：投镖时脚尖不得越线，每轮只投5镖，多投无效。

### 2、足式保龄

比赛规则：个人参赛，参赛距离3米，只限踢三次，累计瓶子打倒数我者为胜。

### 3、袋鼠夹球

比赛方法：每队由1名队员组成，分立于场地两端，

每个队员用双腿夹住球(排球)，然后以跳跃方式前进到达终点(25米)，然后将球传给下一名队员，依次接力，至最后一名队员完成，以时间计分。

#### 4、孤岛求生

预赛的规则是每组10人抢9岛，音乐响起后，大家可绕岛屿转圈，音乐停止时抢占岛屿，一人将被淘汰，依次类推，最后剩余一个为胜者，决赛：各组的胜者共5人，角逐名次。

#### 5、跳长绳

参赛者：每班14人(包括甩绳人员)，7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。(分两组)

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

#### 6、袋鼠跳

参赛者：每班10人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：4个大口袋，秒表4个。口哨一个。

比赛场地：学校操场。20米。

## 7、鸿运彩球

比赛开始前，4名队员托举比赛器材过肩立于起跑线后。裁判发令后，4名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程为100米。以各参赛队中的任一队员的身体任意部位触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

## 8、百米障碍跑

## 9、疯狂毛毛虫

比赛开始前，6名队员骑在比赛器材上，双手把住固定把手立于起跑线后。裁判发令后，6名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程60米。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

## 四、活动其他事项

- 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、比赛前由各队解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。
- 4、禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
- 5、工作人员持场地的卫生，工作人员保持现场的卫生。
- 6、请各班参赛队员准时到达比赛场地，比赛时间不到者作弃权处理。

## 春天趣味运动会篇四

为了促使单位职工激情、职责、快乐的工作，提高单位全体职工的凝聚力，向心力。特举办二、地点：

## 旅游局办公区域

- 1、旅游局局机关所有成员，人人参与。
- 2、个人项目参赛，部门群众项目和部门协作项目，每人每项限报2项，因部门队员不足，经组委会同意，可兼报。
- 3、部门群众项目和部门协作项目参赛，按游戏规定人数参与。

### 1、珠行万里

每个队员手拿一支乒乓球拍，将乒乓球放到球拍上，绕过障碍物到达指定目的地，乒乓球不能落地。先到达者为胜。（道具：乒乓球、乒乓球拍、椅子4把）

### 2、套圈游戏

每人每次发五个铁环，套中目标将获得一份奖品。每人只能玩一次，重复玩此游戏者，不获奖。（道具：套圈10个、啤酒瓶4个）

### 3、夹乒乓球

比赛时间为3分钟，在2张桌子上各放一个小筐，里面有乒乓球的小筐放在第1张桌子，一个为空的放在另一张桌子上（距离4米），用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球，3分钟内夹乒乓球多者为胜，途中掉到地上不允许捡起。（道具：筷子、乒乓球、小筐、桌子）

### 4、正话反说

选手须将主持人所念词句依照顺序反向大声念出，如主持人

出题“诚信创新”选手念“新创信诚”，主持人出题“说曹操，曹操到”选手念“到操曹，操曹说”等等。选手比赛共分三轮，采用淘汰制进行。第一轮出四字题，第二轮出五字题，第三轮出六字题。三轮过后留存选手胜出。

## 1、毛毛虫

准备呼拉圈两个，每个部门派出三人排成一列纵队，第一个圈套在前面两人身上，第二个圈套在后两人身上，比比哪组跑完规定路线，放置障碍物。(道具：呼啦圈4个，椅子2把)

## 2、踩气球

每个部门选派三名队员，一名站在起点，一名站在终点(相距4米)，站在起点的队员吹气球，吹好气球后第三人拿到终点队员处，终点队员踩气球，在5分钟时间内比一比，哪个部门吹得多为胜。(道具：气球若干)

## 3、指手画脚

每个部门选派两名队员，一个人根据主持人手中的资料透过肢体语言向另一人表达，在3分钟时间内猜出最多的获胜。

## 4、心心相印

每个部门选派两名队员，背夹一圆球，步调一致向前走，绕过转折点回到起点，球掉后从起点重新开始游戏。最先完成者胜出。途中不得以手、臂碰球，如有违反均视为犯规。(道具：皮球2个)

## 1、盲人方阵

各部门选派两人，分派到两组，每组4人，让所有队员都蒙上眼睛，在十分钟内，将一根绳子拉成一个的正方形，并且四

个队员分别站在四个角上。哪组先完成，哪组获胜。(道具：8米长的绳子2根)

## 2、抱球接力

每两部门选派两名参赛队员，每组2人，一名队员抱起3个皮球，从起点绕过终点障碍物回到起点，由另一名队员接过三个皮球，继续从起点绕过终点障碍物，回到起点的。途中不能掉球，先回来者为胜。

## 3、大珠小珠落纸篓

各部门选派参赛队员，每组三人，其中一人拿一个纸篓，与另两位应对面站在两条线外。一人将5只皮球分别抛入篓中，另一人将5只乒乓球分别打入篓中。拿纸篓的人能够前后左右转动身体接球，但不可过线。进球多的一队为胜。(道具：5个乒乓球、5个皮球、一副乒乓球拍)

## 4、袋鼠跳跳跳

各部门选派代表，每组3人，各队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后从起点出发到绕过终点回起点，其他两人逐一接力，中途布袋不得脱离双腿，先到者为胜。(道具：布袋2个)

每组比赛分为a□b两组进行比赛，比赛奖项设置为胜出奖和参与奖。

胜出奖：洗衣液/家庭装洗衣粉 参与奖：毛巾/香皂

道具：乒乓球若干、乒乓球拍1副、8米长绳子2根、布袋2个、铁环5个、啤酒瓶4个、皮球5个、纸篓2个、纸箱2个、气球一包、呼啦圈2个。

奖品：洗衣液/家庭装洗衣粉100份

# 春天趣味运动会篇五

为了促进部门群众性体育运动的蓬勃发展，增强团队建设及职工体质，丰富职工生活，培养职工的竞争意识，挑战自我的机会，贯彻“健康第一”的指导思想，特面向公司全体职工举办本次趣味运动会活动。

携手同心 共创卓越；激情工作 快乐生活；健康 协作 奋进

xxx公司

xxx公司全体职工

xx月xx日上午

XXXX

- 1、报名参赛人员统一着装，由公司提供运动装备；
- 2、每人限报比赛项目3项；

每项设一等奖1名价值200元奖品，二等奖2名价值150元奖品，三等奖3名价值100元奖品，参与奖价值50元纪念品。

组 长□ xxx

副组长□xxx

成 员□xxx

裁判长：聘请学校有资质的体育老师

裁判员：聘请学校有资质的体育老师

## 1、趣味接力赛（每队4人）设置单项和团体奖项

### 1)、手足情深参赛队员：每队1人

比赛规则：参赛运动员一手握一足，另一手拿篮球，然后用单足跳的方式完成30米赛段。

### 2)、我是乔丹（弯道）参赛人员：每队1人

比赛规则：参赛运动员后退运篮球完成30米赛段。行进途中不得持球跑，也不能双手触球。

### 3)、30米背对背夹球跑（每队2人）

每项比赛都以时间记成绩，用时少者名次列前，分单项成绩和接力成绩。

## 2、企鹅漫步单人赛

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

## 3、趣味保龄球自由组队 5人一组 分单人成绩和团体成绩

规则：每队每人一次机会，5米外用脚踢足球打矿泉水瓶，以击倒瓶为准，7人的累计成绩为本队成绩，按击倒多者名次列前。

## 4、一分钟踢毽子

规则：计时1分钟；在直径2米的圆圈内，用一只脚或两只脚互相踢毽；以一分钟成功次数多者名次前列。

## 5、50米慢骑自行车

规则：多人同时比赛，每人在自己的跑道上，比赛过程中脚着地的或离开自己跑道的直接算失败，以用时计算成绩，最后用时多者名次列前。

## 6、1分钟单人跳绳比赛

规则：男女不限，1分钟内成功次数多的名次列前。

1、参赛人员及所有工作人员统一着装，按每套运动服490元，面向全体职工共计48人，预计花费23520元。

3、需要活动器材篮球5个、排球15个，足球5个，毽子5个，跳绳5条，口令哨5个等；预计花费800元。

4、聘请裁判费用约5人，按每人200计算，预计1000元。

5、矿泉水5箱，横幅两条预计200元。

费用合计约为：35020元。

## 春天趣味运动会篇六

“享受运动,快乐运动”

在“健康第一”的指导思想下,为更好的普及“阳光体育”运动,全面实施素质教育,营造健康和和谐的学校体育文化,同时为增进学生之间的友谊,提高学生积极参与体育运动的兴趣,提高学生身体素质,特举办一、二年级以娱乐为主的趣味运动会。

时间:20xx年10月29日地点:学校田径场

组长:z

副组长:z

成员:z各班主任

总裁判长:z

裁判员:z

1、1分钟跳绳

2、碎碎平安(亲子)

3、老虎吃汤圆

4、袋袋相传(亲子)

1、1分钟跳绳:

参赛对象:一、二年级各班10名学生代表

游戏准备:跳绳若干

游戏规则:游戏开始前各班队员成一行横队站在指定的比赛区域内,当哨声响起后每位队员完成1分钟跳绳,每位运动员跳的个数之和为本班代表队的最后成绩,依次从低到高录取名次,成绩重复者可进行决赛。

2、碎碎平安(亲子):

参赛对象:一、二年级各班6位家长和6位学生

游戏准备:气球若干

游戏规则:爸爸站在起点,孩子站在距离家长10米距离的对面,

家长听到信号后跑到对面孩子处,把孩子手中的气球吹大、绑好,然后孩子再把气球坐破,家长等气球破后,抱起孩子向起点跑去,和第二位家长击掌接力后,第二位家长方可出发,以此接力,以用时最短完成依次录取名次。

### 3、老虎吃汤圆:

参赛对象:一、二年级10位学生

游戏准备:乒乓球若干、桶4个

游戏规则:,每班参赛运动员面对目标桶3米距离,依次将5个乒乓球投向桶内,一位学生投完5个球后,下一位运动员紧接着投球,游戏过程中不得越线,比比哪组投进球数最多依次录取名次。

### 4、袋袋相传(亲子):

参赛对象:一、二年级6位家长、6位学生

游戏准备:8个米袋

游戏规则:各班平均分成2组,每组3对,,距离10米面对站立,一名家长和孩子利用两个米袋通过10米的“宽河”,与对面队友击掌方可出发,比哪班用时最短完成依次录取名次。