

跳绳比赛项目策划(精选8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

跳绳比赛项目策划篇一

1、个人奖：各年级男女单人跳取前十二名（一年级取前六名），发给奖状、奖品。

2、集体奖：各年级取团体总分前两名，男女混合鱼贯式二人跳前两名，各年级另评选道德风尚奖、优秀组织奖各一名。集体奖发给奖品，并计入班级积分。

跳绳比赛项目策划篇二

为丰富职工的业余文体生活，增进友谊，增强职工的集体荣誉感，增强全体职工的'凝聚力，塑造职工顽强拼博的精神，举办跳绳比赛。现将有关事宜通知如下：

1、竞赛组：负责竞赛组织、竞赛秩序、竞赛时间、竞赛奖励、临时事务决定。

组长：李斐

成员：张文龙、宿永明

2、承办单位：动力分厂团支部、储运分厂团支部负责通知事宜、宣传报道、器材准备、后勤保障等。

：**年1月19日下午14:30

：公司办公楼前

单人跳绳、多人跳绳

1、单人跳绳比赛规则：比赛时一人摇绳（单摇），双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在一分钟时间内按累计次数多少排列名次，次数多者名次列前；次数相同，以失误次数少者名次列前，如仍相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。

2、多人跳绳比赛规则：比赛时两人摇绳，三人先后入绳双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在三分钟时间内按累计次数多少排列名次，次数多者名次列前；次数相同，以失误次数少者名次列前，如仍相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。各单位最后总成绩为团体成绩。

1、请各位参赛人员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。

2、赛前5分钟点名检录，核对队员人数，三次点名不到的视为自动弃权。

3、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请各班主任马上到计分处核准。

4、在比赛的过程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决定。

5、比赛时各参赛单位必须有指定联系人在场，维持赛场秩序。

1、本次比赛自愿参加，以分厂、站为单位统一报名，各单位可先行组织预选，每个单位参加资格赛选手名额为4名，男女

不限，参加团体赛队员从各单位参加个人赛队员中挑选，名额为3名。

2、比赛不得影响正常生产，主要利用业余时间。

3、参赛人员必须是榆钢在册正式职工、汇杰派遣到榆钢的员工以及顶岗实习员工。

4、比赛为集体报名，个人参赛，各单位在1月17日14点前将参加资格赛选手名单发至动力分厂邮箱。

5、各单位须认真组织，展现积极向上、勇于进取的精神风貌。

比赛设一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名。团体奖前三名。

附件：跳绳比赛报名表

榆钢公司工会

榆钢公司团委

榆钢公司动力团支部

跳绳比赛项目策划篇三

推进素质教育，普及体育运动；增强学生体质，丰富校园文化；提高运动能力，提高运动兴趣，提高集体凝聚力。

20xx年8月27—30日每天下午第一节课。

学校足球场

1、单人跳：30秒单人原地双脚摇跳(一年级、二年级)1分钟单人原地双脚摇跳(三年级、四年级)1分钟30秒单人原地双脚

摇跳(五年级、六年级)各班报男女各10人，一年级可报男女各3人。

2、集体跳：30秒原地跳摆绳(一年级)，男女混合单人鱼贯式二十人跳(报十男十女)。(二、三、四、五、六年级)摇绳两人不包括在内。在3分钟时间内过去的人数多为胜，二十人中途中途不能插队，按次序跳。

每人只能报一个项目，不能多报。如特殊情况不能参加比赛的报教务处批准，如缺一人扣团体总分一分，依次类推。

比赛时一人摇绳(单摇)，双脚起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在规定时间内按累计次数多少记入本班成绩，次数多者名次列前;次数相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以规定时间结束时的总次数为个人最后成绩。所有项目总个数为班级团体成绩。

组长□xxx

成员□xxx

裁判长□xxx

裁判员□xxx

计时员□xxx

计数员：由学生担任(4-6年级各班报10人担任计数员，并于8月21日课间操时间在体育组参加培训)。

记录员□xxx

统计员□xxx

宣告□xxx

学生纪律监督员□xxx

摄影、摄像负责□xx

跳绳各班可以自备。

- 1、请各位参赛人员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。
- 2、在比赛的过程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决定。
- 3、请各位参赛人员着轻便装，运动鞋。
- 4、不许参赛者：各种类型的骨折人员、长年不参加体育锻炼者、刚动手术不久且身体没有恢复者或者不允许参与体育锻炼者。
- 5、在跳绳比赛过程中，请在外准备的班级班主任认真组织好本班学生，使其不影响他班比赛。
- 6、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请各班主任马上到计分处核准。
- 7、希望参与跳绳比赛的`队员，提前热身，避免受伤。
- 8、请所有工作人员比赛前到操场集中。望各班接到规程后，积极行动起来，做好思想动员和落实工作，迅速组队，抓紧训练，做好迎接比赛的一切准备。
- 9、请各班主任将报名表于8月21日前上交到教务科。

跳绳比赛项目策划篇四

为纪念“三八”国际劳动妇女节，提高全校教工的向心力和凝聚力，使我校教职工以饱满的热情、昂扬的.斗志投入到教育、教学等各项工作中，现将20xx年“三八”活动安排如下：

双人跳绳比赛

20xx年3月6日(3:20开始)

学校操场

以工会小组为单位，两名女教师自由组合，每小组派三对人员参赛。成绩按每组一分钟内跳绳次数计算，按三组成绩总和以高到低计算名次。

设一、二、三等奖各1名，其余为鼓励奖。奖品分别按500、300、200、100计算。

跳绳比赛项目策划篇五

2、丰富教职工职业生活，促进团队凝聚力形成，提升各年级组团队品质；

3、组建学校女工跳绳队，筹备县教育工会女子跳绳比赛

20xx年10月27日下午（月假当天）。

学校篮球场

1、单人跳：一分钟单人原地单足左右交换摇跳。

2、集体跳：比赛队员依次进入绳区，以全部队员进入开始计时次数，按1分钟内八人一齐跳绳成功次数计算成绩。

每人只能报一个项目，不能多报。如特殊情况不能参加比赛的.报工会批准，如在比赛中每个项目缺一人参加扣团体总分一分，依次类推。

单人跳：每个年级组报4人参加比赛；

集体跳：每个年级组报10人参加比赛，其中2人摇绳，8人跳绳；

单人跳：比赛时一人摇绳（单摇），左右双脚交换起跳，起跳身体腾空后，跳绳自脚后沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，或者跳绳自脚前沿身体额状轴转360度为一周期，计为一次，如未完成计为一次失误。在规定时间内按累计次数多少记入本班成绩，次数多者名次列前；次数相同，则名次并列。跳绳过程中可以停顿，以规定时间结束时的总次数为个人最后成绩。所有项目总个数为年级团体成绩。

集体跳：比赛时两人摇绳，其他八位队员依次进入，待八名队员全部进入以后开始计时计数，按八人一齐跳绳成功次数计算成绩。

1、个人奖：单人跳取前十二名，发给荣誉证书、奖品（一等奖2名，二等奖4名，三等奖6名）。

2、集体奖：按团体总分计算奖励等级，单人跳占50%，按各年级组4人跳绳总个数分名次计分——第1名50分，第2名48分，第3名46分，第4名44分，第5名42分，第6名40分，集体跳占50%，按名次计分——第1名50分，第2名48分，第3名46分，第4名44分，第5名42分，第6名40分。集体奖成绩计入期末年级组考核。

3、邀请赛：所邀请的3位老师均按一等奖发给荣誉证书和奖品，荣誉证书为“表演金奖”。

组长

副组长

成员

裁判长

裁判员

计时员

计数员

记录员

统计员

宣传

摄影、摄像负责

z□单人跳也可以是参赛队员自备。

- 1、请各位参赛人员自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。
- 2、在比赛的过程中，出现争议或其他特殊情况，由裁判组决定。
- 3、请各位参赛人员着轻便装，运动鞋。
- 4、不许参赛者：各种类型的骨折人员、刚动手术不久且身体没有恢复者或者不允许参与体育锻炼者。
- 5、在跳绳比赛过程中，如果邀请学生观看，则请被邀请的班

级班主任认真组织好本班学生，使其不影响比赛。

6、比赛后成绩现场公布，如对成绩有异议，请到计分处核准。

7、希望参与跳绳比赛的队员，提前热身，避免受伤。

8、请所有工作人员比赛前到操场集中。望各年级组接到规程后，积极行动起来，做好思想动员和落实工作，迅速组队，抓紧训练，做好迎接比赛的一切准备。

9、请各年级主任将报名表于10月25日上交到尹寄兵处，所有报名者必须上交身份证正反复印件。

跳绳比赛项目策划篇六

一、活动目的：为了促进“阳光一小时”体育活动的开展，丰富同学们的大课间活动，加强各班之间的交流，提高学生的身体素质和预防疾病的能力，培养学生的兴趣和爱好，增强班级的凝聚力，培养学生团结协作的精神，举行本次跳绳比赛。

二、活动口号：跳出健康、跳出快乐。

三、活动时间：第十一周

四、活动地点：学校操场

五、参赛人员：1-5年级个人速度跳，每班选班级总人数的50%，男女各一半。3-5年级团体速度跳，每班10名，男女各5名。3-5年级跳大绳，全班同学。

七、比赛规则 1、个人速度跳：参加对象：1—6年级比赛时间：一分钟

比赛规则：一分钟的时间内，单人跳绳次数。跳绳过程中可

以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。然后把全班跳绳总次数除以全班人数，平均数高者为胜。2、团体速度跳：参加对象：3-5年级。比赛时间：一分钟。比赛规则：一分钟的时间内，单人跳绳次数。跳绳过程中可以停顿，以一分钟结束时的总次数为个人最后成绩。然后把（全组）跳绳总次数除以全班（全组）人数，平均数高者为胜。

3、集体跳长绳

参加对象：3-5年级

比赛时间：五分钟

比赛人数：全班学生

比赛方法：全班选出两名学生为甩绳员，其余为跳绳员，五分钟内累计跳过次数，次数多者为胜。

八、其他有关事项：

1、各班主任请在课余时间指导、督促学生练习，以真正体现“阳光体育”活动快乐的过程。

2、每个班级要求全员参战，如有伤病需出具医疗证明。

3、请参加比赛的团队（班级）赛前要充分做好准备运动，指导学生活动关节，避免出现事故。

4、按时到达比赛场地，听从裁判员指挥，未按时到场班级（组）视为自动弃权。

5、未尽事宜，另行通知。

xxx小学跳绳比赛活动总结

20xx年11月24日下午我校成功举行了学生全员跳绳比赛。看那赛场上：根根彩绳飞舞，个个龙腾虎跃，一片欢腾的景象。这次跳绳比赛凝聚了老师们、同学们的热情，丰富了同学们课余生活，增进同学之间的默契和团结合作的能力，让同学们深刻体会到集体荣誉，更让同学们在运动中体会到了快乐。“摇绳练臂力，跳绳练腿力，跳摇配合练脑力”，这是跳绳运动的主要健身功效，希望同学比赛过后仍能在课间拿起跳绳；练好个人跳，集体跳，花样跳。跳摇配合练脑力受益无穷保年轻，希望全校师生借此次跳绳比赛的东风，再次掀起冬季阳光体育运动的高潮。

本次比赛评出团体优胜奖三个；评出个人一等奖三个，二等奖六个，三等奖九个，学校给予表彰奖励。

团体优胜奖：第一组：二年级

第二组：四年级

第三组：六年级

个人一等奖：第一组：王明磊

第二组：黑龙飞

第三组：李浩然

个人二等奖：第一组：柏天虎黑俊杰

第二组：郑国鑫杨晓涌杜玉鹤

第三组：杜波张峰

个人三等奖：第一组：陈宇轲陈宇轩杜珂

第二组：杜秀健高笑媛

第三组：杜倩萍陈锦瑞杜秀芳

跳绳比赛项目策划篇七

为了推进素质教育，普及学校阳光体育运动，增强学生体质，

丰富校园文化；提高运动技术能力，提高学生运动兴趣；提高班级体

凝聚力，提倡“人人会跳绳人人爱跳绳”，特举办本次跳绳比赛。

20xx年4月9日上午

xx公园广场

以班级为单位报名，一二三四五六年级每班男女生各2人参与比

赛(备注：跳绳自备)

单人双脚跳

以绳从脚下通过一次并跳起一次计一次成绩，按60秒所跳的次数确定成绩。

1、1-2年级男女分别取一个第一名；二个第二名；三个第三名

2、3-4年级男女分别取一个第一名；二个第二名；三个第三名

3、5-6年级男女分别取一个第一名；二个第二名；三个第三名

组长□xxx

副组长□xxx

成员：各班班主任

九、竞赛裁判安排

裁判员□xxx

计时、信号□xxx

计数员□xxx

统计□xxx

调度人员□xxx

图像采集：凡海薇

跳绳比赛项目策划篇八

为了推进素质教育，普及学校阳光体育运动，增强学生体质，丰富校园文化；提高运动技术能力，提高学生运动兴趣；提高班级凝聚力，提倡“人人会跳绳人人爱跳绳”，特举办本次跳绳比赛。

20xx年10月13日下午

学校操场

以班级为单位报名，一二三四五六年级每班男女生各5人参与比赛

(备注：跳绳自备)

单人跳绳

1、以绳从脚下通过一次并跳起一次计一次成绩，按60秒所跳的次数确定成绩。

2、按参赛人员单位时间内次数相加总和计入班级成绩。

1、1-3年级分别取一个第一名；一个第二名；两个第三名

2、4年级分别取一个第一名；一个第二名；一个第三名。

3、5-6年级分别取一个第一名；一个第二名；两个第三名。

组长：冯铁涛

副组长：许宜昌周丙善

成员：各班正副班主任

裁判员：王金超

计时、信号：王金超

计数裁判：（1组）周新萍（2组）丁丽敏（3组）张晓娜

（4组）谢文婷（5组）李梦楠（6组）周聪游

（7组）裴俊红（8）王丽萍

统计：靳慧霞、卢亚娟

调度人员：魏新鸽

新密市超化实验学校