

# 爬山比赛的策划方案(大全5篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。方案的格式和要求是什么样的呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 爬山比赛的策划方案篇一

20xx年4月11日至12日

桂林尧山

放松心情，勇攀高峰

店铺所有同事。（分为两班次参加）

活动安全负责人：

联系电话：

活动拍照、卫生负责人：

联系电话：

娱乐活动主持人：

联系电话：

撰写活动总结：联系电话：

点名及秩序维护人员：

联系电话：

## 尧山行程

- 2、爬山当天的早、中餐自行准备，垃圾集中处理，不得乱扔。
- 3、提醒全体人员出发前手机充足电，出游全程保持手机处于开机状态，方便随时联系
- 4、行为举止大方得体、注意维护公司形象、不在登山途中乱扔垃圾、破坏公物、破坏环境
- 5、期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，负责人及时处理好应变工作
- 6、在登山及游玩中，含有一定危险，要尽量结伴而行
- 7、比须严格遵守时间规定，并准时到达集合地点，及时签到。服从负责人的管理和安排
- 8、请保管好自己的随身物品，特别是手机、钱包及其他贵重物品。并时刻提醒自己不要遗忘物品。
- 9、登山途中，每位同事都要发扬团队合作精神，同事之间互帮互助，不让任何一名成员掉队。

## 爬山比赛的策划方案篇二

活动目的：本次活动经过班委的认真讨论，针对当前学校的要求及结合本班的实际情况，我们觉得很有必要开一个与大家心灵沟通的主题班会，我们希望通过交流，来认识我们自身的不足，让我们了解你的真实想法，对班级的建议。通过此次茶话会，让班级的班风、学风得到一个好转，让同学们的集体荣誉感增强，让大家团结起来，使08工管一班这个集体变的更强，走的更远！

活动主题：增进内部团结、活跃班级氛围、构建和协班风

活动形式：茶话会

活动组织：08工管一班班委

活动对象：08工管一班全体同学

活动时间：待定

活动地点：待定

- 1、开学生代表座谈会议，并将具体任务分配下去。
  - 2、通知多位学生代表，准备演讲稿，为茶话会开好头。
  - 3、向班级学生通知此次会议的时间、地点，报辅导员同意，与学习部交流此事。
  - 4、生活委员、组织委员负责活动的食品及水的问题。
  - 5、组织委员、体育委员、学习委员、生活委员负责布置会场。六点半之前布置完毕。
  - 6、会议幻灯片的制作。
  - 7、本次会议分学习交流、生活交流及思想交流，还有部分娱乐节目。
- 1、由班长宣布此次班级活动开始，并做此次会议开幕辞。分析此次会议的`根本目的，结合实际谈谈对班级的感想。
  - 2、由各学生代表发言，讲述自己的故事，并与同学讨论，交流经验。

3、同学们一起讲故事或笑话，表演自己的才艺。其中讲笑话是你讲的笑话有人笑就该笑的人讲，否则就继续讲，可以请人。

4、同学们分组讨论班风、学风及你对班级的看法，四个人一组，5分钟后每组至少派一名代表发表自己组的观点，并对班级以后的发展方向提出建议。

5、观看图片展和欣赏音乐，将食品分配给同学。

6、由班长就会议得出的结果做总结，并致闭幕辞。

1、收拾会场，班委及党积极分子负责卫生。

2、班委就本次会议做总结，针对同学们的问题进行解决。

xx级工管一班

20xx年11月1日

## 爬山比赛的策划方案篇三

为了丰富我院同学们的`课余文化生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强班级凝聚力，加强新生之间的交流，也给同学们提供了展示自我的舞台。为此平顶山学院化学化工学院举办三对三篮球赛，旨在增强各班凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。

以球会友，促进交流，强身健体，构建和谐校园。

平顶山学院化学化工学院

平顶山学院化学化工学院体育部

另行通知，篮球场。

化学化工学院大一全体新生

各队队长抽签分组，没到者视为弃权。

采取淘汰制，以队为单位抽签进行循环赛，进入决赛后，抽签进行淘汰赛。

（一）、比赛期间如天气不适合比赛，比赛将另安排时间。

（二）、以队为单位参加比赛，参赛队由3到5名运动员构成。每只队伍可选出一名领队，领队全权负责该队员签到、协商、联系等一切事务。

（三）、比赛分为上下半场，每半场20分钟，中间休息10分钟。

（四）、上半场开球后，下半场以轮换发球规则相替。

（五）、比赛中每队队员半场累计犯规超过7次，对方可获得两次罚球的机会。

（六）、全场比赛中个人累计五次犯规的球员将被罚出场。

（七）、全场比赛中各队只有五次要求暂停的机会，上半场三次，下半场三次。暂停时间30s□换人无限制。

（八）、在比赛中有暂停、换人要求的，只能由该队的领队到计分席进行要求。然后计分席的工作人员提示裁判暂停（或换人）。场上裁判可有特殊暂停，领队和场上球员不能向场上裁判直接请求暂停。

（九）、参赛的队员最好统一服装且有编号，两只队伍应有

所区别。

（十）、球员做出的不体现运动员精神的犯规动作，比如打人等，发生此类情况后，球员将被罚出场外。

（十一）、比赛在计时员发出比赛结束终止信号时结束；在比赛时间即将终止前的投篮，如在信号发出前球已在空中，投中有效。

（十二）、弃权：比赛开始时，一方队员不足三人时，球赛不得开始。比赛时间开始15分钟后，参赛队未能到场或依然不足三人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜；一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

（十三）、如比赛出现队员受伤，立即暂停比赛，到有关工作人员处进行伤口处理，情况严重者请马上送往校医处。

（十四）、在比赛中须尊重裁判、尊重工作人员、尊重对手、尊重队友。场上裁判有比赛最终裁定权。

（十五）、本次篮球赛竞赛规则按照化学化工学院学生会制定的竞赛规则执行。

（十六）、主办方有最终解释权和裁定权。

设冠军，亚军，季军各一名，奖品：奖状。

（一）、体育部负责本次活动的前期宣传和比赛宣传。

（二）、外联部负责筹集本次活动所需的资金。

（三）、宣传部负责出本次活动的海报和条幅。

（四）、体育部和学生会各部门负责本次活动的人员安排，每个场地设一名主裁、一名副裁、两名记分员、一名计时员、

三名场边工作人员（两名维护秩序和一名医护人员）

## 爬山比赛的策划方案篇四

- 1、利用活动,增加新客户的到访量。
- 2、邀约未成交意向客户,增进意向客户认筹量。

### 二、活动对象

平顶山市民,新客户及意向客户。采用电话与短信邀约方式。预计到访客户10组约50人。

### 三、活动时间:

5.31—6.1(周六、周日)

### 四、活动地点:

永基·九里售楼部

### 五、活动准备:

### 六. 活动流程:

客户到访签到,由置业顾问释放认筹信息及简单项目介绍。再根据客户要求自由分组进行比赛。淘汰赛和决赛中间休息时间可引导观赏项目视频。了解项目概况,加深印象。

#### 一、比赛规则:

事先切好等份的西瓜,均匀切块,每盘5斤;工作人员演示每牙吃剩的标准(不剩红瓢)

(1)淘汰赛:5个人一组(桌)(自由组桌),每人一盘西瓜(已经切

好), 最快吃完且符合标准者获胜。其余淘汰。

(2) 决赛: 每小组优胜者进入决赛, 每人再8牙(约4斤)。按时间取前三名。 二、获奖规则:

奖项按时间划分: 第一名2人(男女选手各选一名)奖品太阳伞。第二名3人(不分男女)奖品太阳帽。第三名5人(不分男女)奖品水杯。(按吃完西瓜最少用时为选取标准)活动结束后邀请获奖人员合影及发表比赛感受。

## 爬山比赛的策划方案篇五

丰富同学们的宿舍文化生活, 营造温馨和睦的学习生活环境, 培养积极向上的团结合作意识, 倡导锻炼身体、热爱体育的健康理念, 学生工作部(处)决定策划开展趣味体育——踩石搬运饮料过河比赛。

xx年4月25日 □17:10—19:30□ xx年4月26日 (17:10—19:30)

大理学院全日制在校学生(包括留学生、研究生)

1、分组: 男生4人间组、6人间组; 女生4人间组、6人间组。每组分为若干队。

2、每个参赛队的队员必须由本宿舍成员组成。

3、“三自”委员会夜间值班人员随机收稿。

4、报名截止日期: 4月22日23:00以前

1、赛前准备: 每队成员在比赛开始前, 排成纵队, 在起跑线后准备;

4、将“垫脚石”递交给同组的下一名成员, 该成员再以同样

的方法将饮料运回起点，直至本队成员全部完成，用时最少者胜出。

- 1、比赛开始前参赛者不得抢跑、越线，听哨声开始比赛；
- 2、比赛中，该队成员必须人人参与，不得替代；
- 3、比赛中参赛者双脚必须完全踏在纸板上，踏在地上或饮料掉落都要退一步重新开始；
- 4、绕标志点转圈时不得直接越过标志点，否则视为严重犯规，将取消比赛资格；
- 5、交接纸板的过程必须在过终点线后完成，并以击掌为示；
- 6、比赛起始和结束后纸板必须放在起始点和终点线后；
- 7、比赛时不得超越本队赛道，不得影响其他队进行比赛。