

小学拔河比赛方案(精选5篇)

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

小学拔河比赛方案篇一

一、比赛场地

拔河道为地上画3条直线，间隔为2米，居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、监督员、选手以外，其他人员一律不得进入拔河道。

二、队员人数

一场比赛由两队参加，每队上场人数为16人(参赛队伍必须由本班级同学组成，如发现冒名顶替、弄虚作假，将取消其参赛资格。)三、比赛方法：

(1) 比赛采取三局两胜制

(2) 在场地上画3条平行的短线，间隔2米，居中的为中线，两边的为界。拔河绳中间系一根红带子作为标志带，下面悬挂一重物垂直于中线。参赛的两队人数相等，同时上场。各队选一名指挥员，队员依次交错分别站在河界后拔河绳的两侧，裁判员发出“预备”口令，双方队员站好位置，拿起拔河绳，拉直做好准备。此时标志带应垂直于中线。待裁判鸣哨后，双方各自一齐用力拉绳，把标志带拉过本队河界的队为胜方。

四、比赛要求

(1)各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始5分钟参赛队未到达现场，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

(2)获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员作出下一轮的比赛安排。

(3)各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外。(4)为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(5)比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。

(1)每一局胜负判定：当中心标志被拉到一方的2m白色线时，即绳子向一方移动2m□比赛结束(主裁判吹哨，同时两手在头上做几次大交叉的动作)，不限制时间，一直到能判断胜负为止。

(2)主裁判可视危险程度，宣判在进行中的比赛中断，并以绳子中心记号区的位置判定胜负。

(3)比赛中，主裁判作出比赛结束手势前，如两队同时倒下或自己认为获胜而站起来等，比赛必须继续进行。

5、其它：比赛中发生有关抗议问题，马上向其比赛的主裁判提出口头申请重在参与，量力而行，友谊第一，比赛第二。

小学拔河比赛方案篇二

为进一步活跃我校学生的课外、业余生活，提高学生身体素质，激发学生参加体育锻炼的热情，培养学生团结友爱，热爱集体的精神，学校组织学生开展拔河比赛，有关事宜安排

如下：

裁判长：

副裁判长：

仲裁：

组织策划：

执行裁判：

摄像：

后勤保障：

裁判员：

记录员：

本校3—6年级学生(注：一、二年级学生正常上课)。

重在参与，友谊第一，比赛第二

团结就是力量

1、时间□20xx年11月29日，下午13：30开始集合，14：00开始比赛。

2、地点□xx中心小学教学楼操场。

3、参赛形式：以班为单位参赛，每班抽出15名学生(女生至少3名)。

1、同年级开展竞赛。

2、采用循环赛，三局两胜制，每班与同年级班级各比一轮。

3、胜一场积3分，负一场积1分。若同年级班级胜场一致则按净胜场判定名次，假如净胜局也一样，可以加赛一场，一局定胜负。

双方站位后，拉绳准备，比赛开始，听裁判发令(预备一口哨)两边的运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

1、要求参赛队员一定要穿运动鞋，并着长袖上衣，防止受伤。

2、开始之前各班主任请监督学生做好热身运动。

3、其他学生为啦啦队，啦啦队不可上场帮忙，不得干预比赛。

4、班主任教师要组织好本班队伍，到指定地点助威。

5、参赛队员要严格遵守比赛规则，听从裁判指挥，按时参加比赛、发扬团结互助的精神。

每个年级取团体一等奖，二等奖，三等奖各一名。

赛后由马校长宣布比赛成绩。

小学拔河比赛方案篇三

为展现我校风采，丰富我校学生课余生活，和谐我校学生文化生活，进一步促进学生德智体全面发展,加深各班之间的友谊，促进各班级之间交流沟通，增强班级之间的团结友爱，我校特策划本次拔河比赛。

学校操场

20xx年11月23日（星期六）下午14：00

一年级---六年级学生

一、二年级（王），三、四年级（周）

1、报到：比赛开始前（14：00），各班班主任必须把队员带到指定场地并向裁判人员报到，参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛。因特殊原因需要调换场次的，请提前告知。比赛过程中班主任需注意本班学生安全。

2、队员人数：

低段：一年级14人，每队男7人、女7人，

二年级12人，每队男7人、女5人；

中段：三年级14人，每队男7人、女7人，

四年级12人，每队男7人、女5人；

高段：五年级18人，每队男10人、女8人，

六年级16人，每队男9人、女7人。

1、每班派1个比赛监督员，清点对方人数是否正确，监督是否有违规现象，如发现有违规现象立即纠正。

2、比赛地为水泥地上画3条平行直线，间隔为1m居中的线为中线，两边的线为界河，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部准备好，但不能用力拉绳，此时红线在中线上，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束已红线条与拔河绳的系点过河界为

准。

3、各班体育委员要认真组织，其他拉拉队员必须站在场地限制线外，不得进入拔河场地内否则以作弊处理。

4、每个年级段比三局产生冠军组，每比一次换一次场地。

高、中、低段分别奖励冠军组，发奖状一张。

小学拔河比赛方案篇四

为展现我校风采，丰富我校学生生活”课余生活，和谐我校学生文化生活，进一步促进学生德智体全面发展，加深各班之间的友谊，促进各班级之间交流沟通，增强班级之间的’团结友爱，我校特策划本次拔河比赛。

校园操场

20xx年12月4日。

一、二年级。每班男、女同学各15名。

1、比赛开始前，各班班主任必须把队员带到指定场地等候比赛。比赛开始后注意观看学生要与比赛学生保持一定距离，避免影响比赛。

2、比赛采用三局两胜制

3、各年级各班参加拔河比赛的人数为男生15人，女生15人，共计每班30人。

4、如比赛中发生某班中有违规增加人员取消比赛资格，并判对方胜。

5、在比赛进行中裁判员判一方胜后负方不能马上松手以免发生危险（班主任一定要对学生讲清楚）。

组长：

成员：

裁判：张震

记录：待定

场地负责：待定

1、各参赛班级采用三局两胜制，胜者得2分，输者得1分，最后成绩的总和，作为班级成绩。

2、一二年级各为一组在本级部参加评比，一年级部设一等奖二个，二等奖三个。二年级部设一等奖二个，二等奖三个。

小学拔河比赛方案篇五

丰富我校教职工的课余生活，促进教师之间的交流，增进教职工之间的友谊，锻炼教职工身体，凸现我校教职工的`凝聚力。经学校行政、工会研究，决定开展庆“三八妇女节”教职工拔河比赛。

20xx年3月8日上午10：00—11：00

校操场

XXX

2、比赛过程中，如果出现教职工身体不佳状况，可向裁判申请允许替换，但不得多人。

1、比赛采取拔河国际通用规则进行。

2、每场采取三赛二胜淘汰制，如果进行到第三局，场地则由裁判抛硬币决定。

3、比赛采取抽签对阵，4队分两组进行。胜队获一等奖。负队为二等奖。

未尽事宜，解释权为工会所有。