

篮球运动设计方案(优质10篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。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。

篮球运动设计方案篇一

本次趣味运动会的宗旨在于增强各个部门的凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。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。本次的趣味运动会是丰富校社联各个成员的课余生活，给每一位学生展现自我的机会。在学习之余好好锻炼身体，注意各种才能的挖掘、培养与展示，同时增加同学之间、学院之间的交流、并促进友谊为完美的大学生活留下灿烂的一笔财富。

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

活动时间：3月14~15.下午五点

活动地点：学校田径场

主办单位：教育系学生会

赞助单位□xx

活动参与对象：教育系全体师生

活动主题：教育系趣味运动会

项目一：拔河大赛

参与者：15人

裁判员：发令1人，记录1人。

比赛器材：拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛场地：学校操场

比赛规则：在比赛场地上画3条直线，间隔为150cm，居中的线为中线，两边的线为河界，拔河绳中间系一红布条垂直于中线。比赛准备时间内，各队队员务必依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，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。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制：

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 比赛分组及比赛首场的站位选取由各班班长抽签决定。
3. 淘汰赛：每班抽签分成a.b组，a组四队，b组三队。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参与队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参与者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

比赛场地：学校操场，10米

比赛规则：赛道两端各站8组队员。比赛开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。明白最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，务必把球捡起再夹好，并在掉球点继续比赛。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

项目三：跳长绳

参与者：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。

项目四：袋鼠跳

参与者：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。

比赛规则：跑道两端各站5名参与队员。其中一端的队员站在麻袋内，手提袋口向另一端的队员跳去，然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力，直到最后一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

1. 尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。
2. 裁判务必做到公平、公正、公开。
3. 比赛前由各班解读比赛项目细则，让参与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与人员进入比赛场地，打乱比赛秩序。
5. 持场地的卫生，持续现场的卫生。
6. 请各班参与队员准时到达比赛场地，比赛时间不到者作弃权处理。
7. 望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。礼貌比赛、礼貌助威，充分展现各部门风采。
8. 遇不可抗因素（如下雨）或全校性活动，比赛日期另行通知。

篮球运动设计方案篇二

为丰富广大教师课余生活，增强全体教职员工的体质，让每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子成为广大

教师的实际行动，使每个教师的健康受益。营造健康文明、积极向上的校园氛围，增强教师间的凝聚力和合作意识，使教师们的身心得到健康发展。

每天锻炼一小时

健康工作五十年

幸福生活一辈子

组长：

副组长：

全体教师

2018年9月28日下午5点

地点：学校操场

（一）比赛办法：参赛队员分成8个小组，每组选10队员参加比赛，两个年级同时比赛，总共4轮就完成，时间排序，时间少为胜。

（二）比赛项目

乒乓球投篮（道具桶球球拍100米），企鹅漫步（道具是篮球100米），袋鼠跳（道具尼龙口袋100米），背人过河（100米），这样一次5人参加，两次完成10人。

（三）活动分组

第一组组长：

第二组组长：

第三组组长：

第四组组长：

第五组组长：

第六组组长：

第七组组长：

第八组组长：

按第一、二、三名分别给予一定的奖励。

篮球运动设计方案篇三

在年会其间组织一次有意义的团队活动，以此来加强各团队的组织协调能力，充分展示xx人积极向上，勇不服输的精神境界。各市场精英参与，将公司的这种良好氛围传达到各地。

全员动员，全员参与

11月28日下午13：30需考虑饭后不宜剧烈运动，给足消化时间。

主办：总裁办

承办：员工俱乐部

协办：各中心（室）、销售公司（各省区办）、精细化工。

地点：大夫山森林公园内

拔河比赛

以华东、华南、华北、华西、总部、精细化工（与研发中心组队）为单位，共六单位，各单位派出15名队员参加此比赛。

采用淘汰制。第一回合，一赛定乾坤，现场抽签决定对决双方，胜方转入下局。第二回合交叉，三方争夺冠、亚、军。

裁判组：主裁判段维勤助理裁判由主裁判指定计分员刘荔枝

典雅高尔夫：（模拟高尔夫）详见企划中心冬季活动方案。

现场设置

第一步：检查道具，是否有缺（道具：球道一块、球杆一支、小球数个；三折板一块，地贴一块）

第二步：按照设计样图摆好道具

第三步：每二人一组，一方打球，一方捡球。

第三步：共十个场地，每场地20人，按排队先后进行。

高尔夫小姐培训手册（即裁判员，总裁判由卜令举担任，此比赛规则解释权归卜令举所有，本组活动没有计分员，由高尔夫小姐即时给以公布成绩并发放奖券）

外在形象要求

身高：1.55~1.65米

体形：身材匀称

着装：身穿白色衬衫，服装必须干净整齐。

相貌：阳光大方，有活力，亲和力强。

妆容：淡妆，不能佩戴首饰。

表情：面带微笑，笑容自然不僵硬。

高尔夫动作要领

站姿：双脚平贴地面，膝部放松，保持脊椎平直，从腰部开始整个上身向前倾。（站直时脊椎与地面的角度是90度，然后弯曲膝部，上身从髋部前倾大概45度，就是一个合适的脊椎角度）

最为常见的错误是耷拉着双肩和弓起背部。

握杆：握住握把，杆头部朝下，步骤如下：

（1）右手握住球杆下方的金属柄，球杆保持在您的正前方。

（2）将左手移至杆柄，做出握手动作，抓住杆柄时，前臂保持正对前胸。

（3）确定右手握杆位置，在左手五指端底部握住杆柄。

（4）最后，球杆头部对准球。

常见的错误是先将杆头着地，后再调正握杆的位置。这往往造成左手掌持杆过多。

挥杆：挥杆步骤如下：

第一步：挥杆前的准备动作：握紧球杆顶端、瞄准、站好姿势，作好打球准备。

第二步：把手臂举过右肩膀的时候，将重心右移。要注意动力平衡、挥杆弧线与地面所形成的角度、打球姿势、球杆上下挥动所划出的弧线长度等。

第三步：把手臂举过左肩膀的时候，将重心左移。要注意协调挥杆速度、力道、球杆挥动所划出的弧线宽度。挥杆时，左手臂上半截与身体上半截保持接近、以杆头面的中心点打中球的适当部位。

手握球杆时，并不须用十分力气，只需“像握着一只受伤的小鸟”。

挥杆力度不可过大，挥杆弧度不得超过45°。

保持身体平稳，避免大幅晃动。

每人五杆，进大洞为一等奖，进小洞为二等奖。当时发奖票，到公司兑奖。

每省区参赛人数不能超过10人。

篮球运动设计方案篇四

活动对象:x花园12岁以下小朋友,以家庭为单位报名。

活动场地:x花园会所前面空地

一、场地的布置：

1、音响设备的布置:由x文化生活办公室于10月29日下午下班前把音响设备运到x花园,由x花园管理处经理负责保管。活动当天由电工在早上9点前把音响调试好,活动开始后在现场维护音响的正常运作。

2、警示带的布置:由x文化生活办公室于10月29日把警示带给司机连同音响设备一起运到x花园管理处交给经理,再由经理派出一名工作人员在活动当天早上9点前把警示带拉接好。

3、地毯的布置:由x文化生活办公室从仓库借出三张红地毯,于10月29日下班前运到x花园管理处,由管理处经理安排两名工作人员于活动当天九点前把红地毯在活动场地上摆放好。

二、游戏项目的协助人员安排:

由x□x□x负责协助肯德基的工作人员进行各项游戏项目的进行。

三、现场秩序维护:

由保安主任安排四名保安维护现场的秩序,避免出现骚乱。

四、清场工作:

由保安主任安排两名保安把地毯与音响设备搬上车运回公司,并把警示带拆除。

篮球运动设计方案篇五

为庆祝20xx年教师节,同时活跃老师们身心、增进友谊、凝聚合力,丰富全校教职工的业余生活,强化“我运动、我快乐、我健康”的意识,学校工会决定组织开展教职工趣味活动。为保证此次活动顺利、有序实施,特制定本方案。

勤学楼慎思楼中间空地

本次活动设飞镖赛、双人跳绳赛、你投我接、6人拔河友谊赛、排球赛。

彭政(组织策划) 唐僖龙双杰(裁判)

任正彩(后勤保障) 高佳宝(拍照)

活动分组:分为语文组13人综合组12与数学组7人

1、垃圾入篓

前期准备：打印室废弃纸若干垃圾篓3个

比赛规则：三组排成三列队（参赛队员6人）

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。

2、拔河

每队11人，男女不限。

比赛方法和比赛顺序：比赛采用三局两胜制。首先a队和b比赛，然后c队和d队比赛□ab队赢的再和cd队赢的比出第一、二名□ab队输的和cd队输的再比出第三、四名。

获奖分数：第一名14分，第二名10分，第三名8分，第四名6分。

每位教师可报个人项目2项。分别取前3名奖励。

个人项目1：飞镖。10环圆心靶，标准距离（靶心高度米，距离米）外投掷，投6镖，取总环数成绩和。

个人项目2：转呼啦圈。1分钟内转的圈数总和作为成绩计数。

个人项目3：打“保龄球”。距离起点12米的地方摆放6瓶矿泉水，每位选手在规定点打“保龄球”三次，看谁击倒矿泉水瓶多，多者名次列前（若第一二次全打中，矿泉水瓶可重新摆放）。

个人项目4：套圈。分别在距离起点2米、3米、4米的平衡线上摆放若个小标志筒。每位运动员5次机会，套中2米点上的

标志筒得2分，套中3米点上的标志筒得3分，套中4米点上的标志筒得5分，以积分多少判定名次。

个人项目5：1分钟踢毽子。在米半径的圆内采取自定的踢毽方式，以在1分钟之内完成的次数多少判定名次。

篮球运动设计方案篇六

我运动，我参与，我快乐

在宽基教育理念的引领下，为进一步推进素质教育的实施，提高广大学生体质，真正落实每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的指导思想。让学生在情趣盎然中锻炼身体，陶冶情操，开发智力、展示个性特点，创设文明、健康、活泼、和谐的校园文化生活。展现新时代小学生形象，并培养团队合作精神，用健康的身体投身于学习之中，特举办此次趣味运动会。

20xx年4月29日上午

胜利大街小学领秀城校区操场

队列评比

1、比赛要求：

- (1) 以级部为单位，分组进行比赛
- (2) 要求各班全员参加。
- (3) 带队入场、退场都计入队列评分。
- (4) 二、三年级由体育委员带队入场；一年级由班主任带队入场。

2、评比办法：按照精神饱满；步伐整齐，动作迅速等进行评分。

大课间操比赛

1、比赛要求：

(1) 比赛级部为二、三年级，要求各班全员参加

(2) 比赛内容为七彩阳光和健美操。

(3) 队形为四路纵队、服装统一。

2、评分办法：

按照做操动作准确、统一到位，方向正确；服装统一，精神饱满；动作迅速，节奏准确等进行评分。

趣味运动会

本次运动会以级部为单位，分时段分别组织参赛，设定项目为：

一年级：障碍接力亲子接力赛

二、三年级：齐心协力亲子运水接力

障碍接力：每班为男、女各15人（一年级男女不限）；

亲子接力：每班家长男、女各4人，学生16人；

齐心协力：每班男女各20人；

亲子运水接力：每班家长8人、学生16人（男女不限）。

为达到全员参与的目标，要求两个项目参赛选手不重复。

根据成绩一年级取前四名、二年级取前三名，三年级取前两名

障碍接力：采取往返接力的形式，绕过一定数量的障碍。

亲子接力赛：两位家长（男女各一人）双手交叉抬一位学生到指定位置（每位家长往返两次），学生跑到终点，将接力棒交给对面一位同学，对面的同学以同样的方式跳到家长所在位置，家长再把学生抬回到起点位置，然后下一组家长再开始，依此类推，直到参赛家长和学生都完成，用时短者名次列前。

齐心协力：两人双手共持一根接力棒，比赛开始后，两人向前跑出，并同时从左侧绕过障碍物，然后返回，跑动过程中不允许双手松开或者跨过障碍，否则罚时间。采取接力的形式。

亲子运水接力：采取接力的形式，一位家长与一名学生手牵手，并且每人手持一容器，依次将队伍前水桶内的水盛至对面水桶，用时短且盛水量大的小组成绩列前。

篮球运动设计方案篇七

20xx年11月25日

- 1、11月25日上午9：00组织运动会开幕式、闭幕式踩场，主持人
- 2、运动会现场协调与服务
- 3、布标制作

4、比赛场地布置

5、由班级负责设计制作班牌。

6、单项比赛裁判：4名

团体奖：一等奖1名（总分第一名）；二等奖2名（总分第二、第三名）。

单项比赛：每项设年龄组金银铜奖牌

4、加强各班安全教育。

附件一：幼儿园冬季运动会开幕式程序

一、主持人宣布冬季运动会开幕式开始

二、运动员、裁判员入场到指定位置站好。

三、（全体起立）升国旗、奏国歌

四、园长致开幕词

五、小运动员代表发言

六、裁判员代表宣誓

七、运动员、裁判员退场

八、比赛开始

附件二：幼儿园冬季运动会闭幕式程序

篮球运动设计方案篇八

各镇、街道中心校，市直各学校：

为全面贯彻落实党的十七届六中全会精神，以提高家庭成员综合素质、丰富家庭文化生活、促进家庭成员全面发展，市委宣传部、市妇联将在家庭文化艺术节期间举办家庭趣味运动会，现就有关事宜通知如下：

一、参赛条件

- 1、以家庭为单位组队参赛，每个参赛家庭3名成员参加比赛。
- 2、每个参赛家庭成员之间必须是父母子女之间的亲属关系，子女年龄要求6周岁以上，身体健康，并在青州市工作或生活。
- 3、每个参赛家庭均可以分别参加3个项目的比赛。

二、比赛项目及比赛办法

比赛项目：本次运动会拟设立4个集趣味性、团队性、运动性于一体的比赛项目：步调一致比赛、滚铁环接力赛、环环相扣比赛、吹气球比赛。

比赛规则：

1、步调一致。比赛开始前，参赛队员右脚绑在一根竹竿上，左脚绑在一根竹竿上，立于跑道起跑线后。比赛开始后，步调一致向前走，如果途中摔倒则返回起点重新开始。用时少者名次列前。

环立起沿跑道迅速滚动至妈妈一边，跨过起跑线后，再由妈妈将铁环滚至a端，最后由孩子将铁环滚至终点b端。用时少者名次列前。

3、环环相扣。比赛开始前，参赛队员分别系上腰带立于跑道两端的起跑线后（a端站父子或父女2人，b端站妈妈1人）。比赛开始后，a端队员首先出发，行进至b端，b端队员用快挂连接到该队员的腰带上。连接好后，两名队员共同向a端行进，与a端第2名队员连接，连接好后共同向b端行进。以各参赛队中的所有队员全部通过b端终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

4、吹气球。参赛队员中的第一人在固定位置把气球吹大，第二人把气球扎紧，然后运至第三人处交给第三人，第三人将气球坐爆。3分钟之内，以爆破气球个数多者为胜。

三、组织形式

本次运动会将设14个赛区，其中在东夷文化广场设1个赛区，各镇、街道、开发区各设1个赛区，由各镇、街道、园区妇联负责承办。

四、报名时间、办法及比赛时间

1、报名时间：20xx年4月1日至4月6日

2、报名办法：乡镇学校报名者请到各镇、街道、园区妇联报名，参加镇、街道、园区赛区比赛。市直各学校报名者请到市妇联办公室报名，参加在东夷文化广场举行的市直赛区比赛。

3、具体比赛时间另行通知。

五、奖励办法

本次运动会设单项奖、组织奖和纪念奖共三个奖项。

1、单项奖：每个赛区设单项奖4个，每个单项奖前6名参赛家

庭，给予物质奖励。

2、组织奖：设组织奖金奖3个，银奖10个，由主办单位给予奖励。评选办法另行通知。

3、纪念奖：每户参赛家庭均获得一份精美纪念品。

1. 家庭趣味运动会策划
2. 最新趣味运动会策划书
3. 班级趣味运动会策划书
4. 趣味运动会策划书大全
5. 趣味运动会策划书
6. 趣味运动会的策划书
7. 社区趣味运动会策划书
8. 趣味运动会的策划书汇编
9. 趣味运动会专题策划书

篮球运动设计方案篇九

活动背景：本次活动作为“5.22社区家庭小组活动”的延续与升华，我们由室内的小组活动转为室外的趣味运动会，由原先参加活动的12个家庭拓展为20个家庭，由娱乐性的游戏转为“娱乐性+竞争性”

的游戏项目。我们在5.22活动后，进行了详细充分的总结，为这次活动的开展提供了丰富的经验；而且通过6.12的志愿者素质拓展，增强了志愿者与团队成员的配合能力，可谓是万

事俱备，只待更好地完成这次社区家庭趣味运动会。

活动目标：

直接目标：在快乐参与，快乐运动中，培养孩子与家长的团结协作能力，通过运动进行交流。

长远目标：带动更多的人加入我们，让运动充满社区，走进千家万户。

活动形式：社区趣味性的运动会

活动时间：6月19日(星期日)上午9:00---11:30

活动地点：青岛市市南区辛家庄北山公园

主办单位：中国青少年发展基金会

耐克体育(中国)有限公司

承办单位：青岛大学法学院“青春梦飞扬”团队

青岛市仙游路社区

参加人员：青岛大学法学院义工队志愿者23人、家庭20对(父母20人，孩子24人)、团队成员11人、仙游社区工作人员2人、媒体6人。

媒体支持：青岛早报、青岛晚报、青岛大学报、青年工作信息、法苑报等

前期具体组织安排：

一、确定活动场所：

负责人：巩磊、陈盈盈

具体任务：去社区考察确定趣味运动会地点

考虑方面：安全方面；周围来往车辆少，安全隐患少；

场地面积的选择，便于活动开展；

遮阴条件的考虑，避免阳光直射；

活动地点的选择，在社区或者社区附近；

二、确定游戏项目：

负责人：巩磊、崔桃桃、徐君伟、毛九翠

具体任务：通过设计、讨论确定社区家庭趣味运动会的游戏项目

考虑方面：适合孩子和家长参与；

游戏理解性强，容易操作；

能够体现孩子与家长的合作与沟通。

三、保险方面：

负责人：张新新、李进

具体任务：为团队成员、志愿者以及活动参与者办理团体保险项目

考虑方面：经济、实惠、保障全面

四、活动器材准备：

负责人：李鹏、马驰、张新新、毛九翠、徐君伟

具体任务：根据游戏确定所需要的器材；

活动音响设备、照相机□dv等；

活动用水及食品，矿泉水60瓶，食品若干；

急救箱一个(包括消暑药、消炎水、纱布、创可贴等)。

五、志愿者安排：

负责人：李鹏、陈盈盈

具体任务：申请教室进行志愿者培训；

具体进行志愿者分工。

六、横幅、海报宣传、会场布置：

负责人：崔桃桃、赵文俊、王康宁

具体任务：讨论标语内容；

联系做横幅以及自己画海报；

活动当天会场布置设计。

家庭趣味运动会意义

锻炼家庭成员身体，促进家庭成员的身体健康；增进家庭成员之间的团结，增进交流；这些都是趣味运动会本身所能够起到的作用和意义。因为趣味运动会本身就是集体的体育比赛形式，家庭成员在比赛的过程中首先提高的是身体素质，这是体育的属性，而又因为其集体性，大家在比赛的过程中就要

沟通交流，思想统一，协调一致，彼此信任，而这些有事和谐家庭共有的特征。这些又仅仅是对单个家庭内部而言的，而对于家庭与家庭之间，同样可以增进家庭与家庭之间的相互了解和相互之间的包容。这对构建和谐社会又是非常有帮助的。

范文二：

一、运动会主要目的：

我们的童年生活，在家长与孩子间建起一座沟通的桥梁，让我们在比赛中感受运动的快乐；因为玩是儿童的天性，让孩子们在比赛中尽情的玩，让孩子们在玩的过程中增长知识，增进团结和友谊，培养他们挑战自我、超越自我的信念。

二、运动会主办单位：

一家人

五、运动会参赛对象：

人民家庭。

六、运动会参赛地点：

备选场地：本地区操场、实验小学校园操场、。希望诸位家长发动社会关系，各显神通联系场地。根据赞助情况，可适当给予回报。

对比赛场地提供者，在趣味运动会背景、条幅标语中为之做相应的宣传，在丹东电视台、鸭绿江晚报和时代丹东网等新闻媒体采访中，对之给予鸣谢。

七、运动会时间及日程安排：

- 1、9月9日：召开家长会，进行活动策划，组建组委会。
- 2、9月10日至30日：联系冠各单位、赞助单位，购置奖杯、证书和奖品等。
- 3、9月10日至20日：网上讨论运动会比赛项目。
- 4、9月20日：公布比赛项目讨论结果。
- 5、9月20日至10月上旬：比赛项目网上报名。
- 6、9月20日至30日：准备器材和道具，确定舞台、音响、摄影、摄像师等。
- 7、10月上旬某日上午5：00，布置舞台、背景、音响、空飘球、宣传条幅等；
- 8：00——12：00：举行运动会开幕式，比赛正式开始。当日下午举行闭幕式，对运动会表现突出的小组进行表奖。

八、运动会备选项目：（项目取舍由大家讨论决定）

（一）钓鱼比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：在比赛现场，所有愿意挑战的宝宝按月份分组进行打擂。在一分钟的挑战时间内，所钓鱼的数量超过本组擂主的数量，即为挑战成功，可得到一份奖品。挑战失败者，只能领取一份纪念品。每组的擂主成绩都是由挑战者自己创造并保持，直到新的挑战者挑战成功后，将其顶替。

器材准备：水池（水盆），塑料鱼若干，钓鱼杆若干。

（二）自行车比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，幼儿骑小自行车沿自己的车道前行，最快到达终点者为胜。

器材准备：小自行车6辆；

(三)造房子比赛

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：跑道为10米。比赛开始后，家庭中的爸爸从起点推车到终点，等在那里的妈妈将大型积木装在车上(一次只能装三块)，然后将积木推向起点，并卸下车，由等在那里的孩子用积木搭建房子，搭得又快又好者为胜。

器材准备：小独轮车6辆，大型积木若干。

(四)踩高跷比赛：

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：宝宝与家长面对面，踩父(母)脚上，起点准备，听口令向终点走去。先到终点者为胜。游戏中宝宝与家长必须始终手拉手，宝宝脚不得踩地。

(五)送气球比赛

参赛方式：三口之家参赛。

比赛规则：孩子手拿气球，站在起点线上做准备，听到口令后，立即向前跑去。送到父母身边(父母背靠背侧身在终点处等孩子)，把气球放到父母的背上，父母使劲把气球夹破。先夹破者为胜。

器材准备：气球筐6个，气球若干。

(六)收获果实比赛：

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道6条。分别在4条跑道起点放置小草帽一顶，并在10米终点处挂果实一枚。

比赛办法：由爸爸妈妈用双手抓腕盘起让孩子戴着草帽坐上，三个人协助跑到终点，由孩子取下水果后原样折回起点。速度最快者为胜。

比赛规则：比赛时，小朋友必须要戴上草帽后才可以离开起点，水果必须要由小朋友采摘。

器材准备：小草帽6顶，果实6枚，支架两个，铁丝一条。

(七)并驾齐驱(三人四足)

参赛方式：三口之家参赛

场地器材：在田径场直道上取10米长的跑道4条，10厘米宽、30厘米长的布带子六条，在离起点线前方10米处放一折回标志物。

比赛方法：用布带子把三人相邻脚的踝关节绑在一起，相互搂腰向前走动，绕过标志物折回起点线，以先完成的队为胜。

比赛规则：两人同侧踝关节绑好后才能离开起点线；若在途中带子散开，要重新绑好后方可继续前进。注意宝宝的安全！

器材准备：10厘米宽、30厘米长的布带子6条，标志物6个。

(八)袋鼠之家比赛：

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：在原地孩子背对父母向后抛球，离3米远的父母用挂在腰间的篮子接球，在60秒中投接，接皮球最多者为胜。

比赛器材：皮球若干，接球篮6个。

(九) 揪尾巴比赛

参赛方式：三口之家参赛

比赛规则：爸爸把孩子托在肩上或背在背上，孩子裤子后有一尾巴，在规定的圆圈内跑，妈妈们揪其它孩子的尾巴，看最后哪组家庭揪的“尾巴”最多为胜。

比赛器材：纸尾巴若干条(6条)。

(十) 跳跳马比赛

参赛方式：宝宝个人参赛

比赛规则：比赛开始后，宝宝个人骑着跳跳马前行，最先到达者为胜。

比赛器材：跳跳马6只。

(十一) 蚂蚁搬球比赛

参赛方式：宝宝个人参赛。

比赛规则：比赛开始后，参赛宝宝将一只盆内的乒乓球用勺子放进另一只盆内。运送中，不得用手护球，最先搬完者为胜。

比赛器材：小盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

(十二) 运送乒乓球比赛：

参赛方式：宝宝个人参赛。

九、运动会比赛原则：

趣味运动会比赛分为预赛和决赛，预赛前6名晋升决赛；比赛项目报名多者设预赛，如少则直接进行决赛。

十、奖项设置及奖励办法：

(一) 宝宝个人比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛宝宝均为第三名，预赛宝宝均获纪念奖。前三名颁发证书及奖品。(最好由赞助商提供)。

(二) 三口之家比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛家庭均为第三名。预赛家庭获纪念奖。只颁发奖品。(最好由赞助商提供)。

(三) 优秀组织奖一名。按鸡会宝宝的月龄，将参赛者分为几个组。根据比赛中组织、纪律、作风、成绩等情况，评选优秀组织奖一名。并为组织获奖组的每位成员颁发奖品一份。

十一、组织奖积分办法：

1、个人项目每申报一人积1分，家庭项目凡申报一组积3分。(根据实际情况可对参赛人数进行控制，给予一定的定额。对报满定额的给予积分，少报则扣分)。

2、个人项目如申报后未参加扣2分，家庭项目凡申报后未参加扣6分。

3、不遵守比赛规则者，扣3分，随意离开者扣3分，影响比赛进程者扣6分。

十二、趣味运动会秩序册：

(一)运动会组委会组成：

总指挥：好好爸爸。趣味运动会总负责人。

指挥组成员：星辰星宇妈妈、禹涵爸爸、峻峻的爹等等(副会长)

外联组长：好好爸爸。负责寻找运动会冠名企业，筹集赞助资金及物品。

总策划：禹涵爸爸。负责趣味运动会的整体策划工作。

总裁判长：峻峻的爹。统调所有比赛项目的裁判工作。

裁判组长：待定。熟透比赛规则，负责所有项目的裁判工作。

裁判员：待定

计分组长：待定。负责所有比赛项目的计时、计分工作。

计分员：待定

仲裁组长：待定。当比赛出现异议时，仲裁判决。

组织组：各组组长。负责本组在运动会上的一切事务。

奖品组长：飞妈。负责所有比赛项目的奖品购置、存储、分类及发放工作。

奖品组员：待定

后勤组长：待定负责前期场地布置、桌椅摆放，运动会结束后一切收尾工作。

后勤组员：待定

保卫组长：待定。负责整个比赛场地的安全保卫工作。

保卫组员：待定

器材组长：彤彤妈妈。负责所有比赛项目的器材及道具。

器材组员：待定

新闻组长：王齐妈妈。接待各新闻单位，安排采访对象。

医务组长：待定

主持人：禹涵爸爸

(二)趣味运动会纪律：

1. 参赛家庭及宝宝应服从、尊重裁判裁决，如有意见可由组长向仲裁组提出。
2. 参赛者应严格遵守比赛时间，三次点名不到，以自动弃权论。
3. 为使比赛顺利进行，非裁判、非参赛家庭及宝宝不得进入比赛场地。
4. 不准以任何形式弄虚作假，违者取消该项目比赛资格，扣该组10分。
5. 参赛宝宝及家庭应自觉遵守比赛规则，坚决杜绝故意犯规行为。

(三)运动会总程序：

1. 领导宣布：“冠名”鸡会趣味运动会开幕。
2. 主持人宣布：运动员入场并解说，同时放运动员进行曲。入场次序(略)。
3. 运动员入场列队，请到场领导致辞。)
4. 主持人宣布：“冠名”鸡会趣味运动会，请裁判员、运动员各就各位。(正式开赛)
5. 主持人宣布：全部比赛结束，各组重新列队，参加颁奖仪式。
6. 主持人宣布：“冠名”趣味运动会闭幕

(四)运动会比赛顺序及分组(略)

十一、运动会主要经费预算：

- 1、活动器材：
- 2、活动背景、舞台、音响：
- 3、宣传横幅、空飘球：
- 4、摄影、摄像：
- 5、宣传费用：
- 6、奖品费用：(最好能寻求由赞助商提供现金或奖品)
- 7、交通费用：

篮球运动设计方案篇十

女：各位同事、各位朋友

男：伴随着霜风，沐浴着冬韵

女：我们满怀豪情，点燃希望

男：在颍上县工会的亲切关怀下

女：在颍上地税党组的统筹部署下

男：颍上县地税局首届职工趣味运动会在这里隆重拉开了序幕！

女：拼搏托起凌云志，盛会空前更芬芳！

男：这是一支用精神和荣誉塑造的地税队伍，

女：精神第一，荣誉至上！

男：这是一次万众欢腾的庆典，这是一场力与美展示的盛宴！

女：与时俱进，携手同行

男：好，颍上地税局首届职工趣味运动会开幕式现在开始。

女：请各代表队入场！

(播放运动员进行曲)

(入场完毕后)

男主持人：同志们、朋友们，颍上地税首届职工趣味运动会是由颍上县地税局主办、颍上县工会协办的一次综合性体育

盛会。

女主持人：趣味项目包括：拔河比赛、飞镖、自行车慢骑、双人运气球、羽毛球、象棋、台球八个趣味项目。参加人员来颍上地税局局机关及下属各分局的全体职工。这次活动是颍上地税职工文化的又一次大展示和精神文明建设的一次大检阅。

男：下面，请允许我向为大家介绍参加开幕式的领导和来宾，他们是：

女：让我们以热烈的掌声对各位领导和来宾的光临表示欢迎和感谢！

男：下面请齐唱国歌！（播放国歌）

女：首先请颍上地税局局长、党组书记高建民致开幕词

男：让我们以热烈的掌声欢迎讲话！

女：请裁判员代表宣誓

男：请宣布颍上地税局首届职工趣味运动会开幕！

放礼花

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)