

公司趣味运动会策划方案(通用8篇)

营销策划不仅仅是满足销售额和市场份额的增长，更要注重品牌建设和长期盈利能力。加强质量管理和持续改进，推动产品和服务的升级和创新。

公司趣味运动会策划方案篇一

购穿着及针纺类商品享全场8折。羽绒服、化妆品、照材、数码产品、小家电全场9折火爆酬宾热卖。

注：（超市、手机、名烟酒、黄白金、特价、削价商品不参加打折活动）

活动期间，新世纪推出“元旦灯【】谜大街”，顾客无需购物即可买免费参加猜谜活动，猜的越多，赢得越多。

领奖办法：猜中5个领奖一份。总服务台领奖（赢4.99元的可口可乐一瓶）

【超低价买大米】

活动期间，超市大米超低价热卖，每斤1.39元。

【投色子赢鸡蛋】

超市购物单张小票满38元，可凭电脑小票投色子一次，满76元投色子二次，并根据自己所投的点数为准，获得与点数相同的鸡蛋。

企划部准备大色子一个，直径800×800（白色红字）

超市准备好鸡蛋，在超市出口处参加活动。现场送鸡蛋。

超市元旦策划活动方案三、气氛布置及广告宣传：

邮报10000张8开2页4版急定印刷28号发行

2、手机短信100000条。

3、电视台、气象局广告。

4、企划准备灯谜的内容。布置灯谜大街（一楼服务台东走廊、二楼）

5、二楼三楼电梯入口柱子用满100送活动内容写真装饰

6.a2广告架支撑活动版面10个（一楼4个，二楼2个，三楼2个，四楼2个）

7、一楼南门装饰元旦氛围，大活动版面2块。

8、临沂发货采购注水旗杆20套，制作布旗，放置楼前营造氛围

公司趣味运动会策划方案篇二

20xx年10月22日上午。（雨天顺延）

二、活动地点

江海粮油篮球场

三、参与人员

公司全体员工，有项目者比赛，无项目者加油（在岗人员除外）

四、活动内容

本次趣味运动会项目主要是以一些不同于常规运动会项目为主，具体在附件中体现。

五、活动组织

本次活动由工会及人事行政部共同主办并成立工作小组，由工作小组负责活动的具体操作，包括人员调度、宣传、报名、分组、场地联系和布置、道具奖品购买等工作。

六、奖项设置

本次活动拟为每个项目都设一、二、三名，并且将设定最佳组织奖（部门累积分数最高者，一、二、三名分别积3、2、1分）以及最佳啦啦队奖（由公司领导评出）。

七、相关流程

- 1、各部门内勤在接到活动通知后，将本次活动项目明细告知部门所有员工。
- 2、10月14日之前，各部门将报名情况汇总到人事行政部张凌处，并要合理安排有比赛项目的员工进行训练等。
- 3、10月16日之前，人事行政部将把最终分组以及比赛时间明细发送至各部门，各部门应根据比赛具体情况安排好比赛当天工作。
- 4、10月21日，人事行政部将会跟各部门负责人以及内勤进行沟通，确保参赛人员通知到位。工会将比赛场地布置到位。
- 5、10月22日上午8:30，趣味运动会正式开始，所有参赛人员按部门进行列队。邀请公司领导进行开幕式讲话。

6、10月22日趣味运动会结束后，按照比赛成绩给获奖人员及部门进行颁奖，并合影留念。

八、费用预算

1、奖品费用：

2、场地租用费：

3、道具购买：

4、影像租用：

费用总计

九、其他事项

1、人事行政部负责活动报名、分组、现场组织等工作，以及道具购买、影像保障、饮用水保障、用餐保障等。

2、工会负责本次活动场地联系及布置。

3、其他未尽事宜。

活动项目设置：

1、自行车慢骑

比赛开始前，将自行车刹车卸掉、轮胎气全部放掉。比赛开始后，参赛人员按照事先划定的界限进行比赛，谁最后到终点者为胜，途中脚踏地或者骑行过程压线者做违例处理，自动淘汰。

注：需至少三辆自行车（旧车为宜）

2、跳大绳

需至少两名摇绳人员以及六名跳绳人员，各部门报名人数不得少于六人，可向其他部门借用两名摇绳人员。比赛开始后，两名摇绳人员先行摇绳，其他跳绳人员依次进入绳内，等第六名队员进入后开始计时，六人同时跳跃成功算一次，在两分钟内，看哪队次数最多为胜。中途有绊腿或其他原因没有跳跃成功的，可以继续进行。

注：需至少一根长约12米麻绳。

3、投篮高手

比赛需要两人一组，其中一人负责蒙住眼睛投篮（乒乓球），另外一人腰里系一纸篓，站在3米外，负责用框接住队友投出的球。在两分钟比赛时间内，接到球最多者为胜。在接球过程中，接球员不能越线，并且双手要放在身后，否则做违例处理，自动淘汰。

注：需乒乓球若干、纸篓两个。

4、5人6足

比赛需6人搭配为一组，比赛过程中，将队员相邻的两条腿绑在一起，听到口令后出发，赛道25米，在25米处需转身后回到起点，用时最少者获胜。如在跑动过程中绑腿有松动，则需从头开始。

注：需绑腿工具若干。

5、双人送信

比赛需两人搭配为一组，比赛过程中，两人需背靠背当中夹一张a4纸，听到后令后出发，赛道25米，将a4纸送到终点的

框里后，紧接着跑回起点夹起另一张a4纸，继续送。在2分钟内，看哪队送信最多者为胜。在比赛过程中，如a4纸掉落的，则需从起点重新出发，如在终点没有成功将信放入框内的，则算半封信。

注：需a4纸以及至少两个纸筐。

6、飞盘大赛

比赛中，选手在15米外掷出飞盘，进入指定区域的得一分，1分钟内，看谁得分最高者获胜。

注：需飞盘若干以及框架一个。

7、毽子大赛

比赛中，两人一组，间隔3米，站在界限之后。接到开始口令后，开始对踢，两人要均踢到毽子则得一分，3分钟内，看谁得分高者获胜。在比赛期间，毽子掉落可以拾起继续，但是不允许超出界限，否则做违例处理，自动淘汰。注：需毽子若干。

8、袋鼠跳跃大赛

比赛过程中，所有参赛人员下半身装在麻袋里，双手抓住麻袋上沿，接到开始口令，两人一组，沿着自己的赛道往前跳跃，赛道为25米，并在到达障碍后绕过障碍回到起点，时间少者为胜。如在比赛过程中麻袋掉落，可以捡起麻袋继续，不得越过界线，否则以违例处理，自动淘汰。

注：需要麻袋若干个。

9、赶猪跑

比赛中，参赛队员用一根短棒，在自己的赛道内推动置于地上的皮球往前走一直到终点，用时最少者为胜。比赛中不得越界，不能用短棒之外的任何物体碰触皮球，否则算违例处理，自动淘汰。

注：需短棒和皮球若干。

10、倒跑比赛

顾名思义，看谁倒着跑的速度快。比赛中参赛人员需要蒙住双眼，倒着在赛道上跑，队友可在旁边提醒。其他人员也可在旁边起哄。以到终点用时最少者为胜，艳照掉落需重新比赛，越界做违例处理，自动淘汰。

注：需要眼罩若干个。

公司趣味运动会策划方案篇三

1、贯彻落实学校强身健体。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强凝聚力和向心力；愉悦心情，缓解工作压力；增强教职工体质。

12月27、28日下午放学后（初定）

学校操场

xx小学全体教师

3、为保证参赛队员安全，请参赛队员着运动装、运动鞋。

1、大珠小珠落纸篓

各部门选派参赛队员，每组五人，其中一人拿一个纸篓，与

另四位应对面站在两条线外。四人依次每人将2只乒乓球球分别抛入篓中，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：10个乒乓球、1个纸篓）

2、合作运球接力

每个级部各派六人参加，第一棒每两人一组，背靠背把排球夹在两人中间，跑二十米，传给下一棒，下一棒重复第一棒折返到起点，第三棒把球夹在两小腿中间(上不能过膝，下不能低于脚踝)，跑二十米，传给第四棒完成相同动作回到起点，途中球掉落要分别回到起点重新运，一组运完另一组之后用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

公司趣味运动会策划方案篇四

“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。

公司趣味运动会策划方案篇五

团结合作，运动快乐

全体在校教职工

20xx年11月6日下午（暂定,与校运会同步）

2、团体项目以工会小组为团体参赛，共分为4个工会小组，由各组组长组织（分组名单附后）

（一）集体项目

1. 花样接力赛

（1）参加人数：每组8人，其中至少2个女生（或男生），共4组队伍参赛。

(2) 方式：30米跑道上，第一面跳绳过去，第三面赶猪（篮球）跑回，第五面运球走，第七面抱球跑回，第二、四、六、八面拿接力棒。除第一面与第二面不进行交接棒外，其余的都要进行交接棒。

(3) 计时比赛，取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判及临时抽调未参加比赛的老师；记录；场地及器材

2. 拔河比赛

(1) 参赛人数：每组为11人（其中至少有3女生）或12人（其中至少有9名女生），共四组队伍参赛。

(2) 抽签决定比赛顺序。其中1号与2号；3号与4号进行比赛，胜者决出1、2名，负者决出3、4名。

(3) 每场以三次比赛决定胜负。取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判；记录；器材

3. 瞎子敲锣

(1) 参赛人数：每组为10人，共四组队伍参赛。

(2) 比赛方式：每组队员蒙眼原地转三转圈后，走到8米外的锣旁敲中记分，一个队员完成全部动作记1分，最后以每组总分确定名次。

(3) 取前四名分别按4、3、2、1分记入小组团体总分。

(4) 裁判；记录；器材：黑眼罩4副、铜锣及手锤2副，器材准备

4. 集体项目以团体总分评奖，若有并列，取访名次及下个名次的平均数进行奖励。

(二) 趣味单项比赛

1. 计时跳绳：在1分钟内跳绳个数确定名次。负责人：卿绍维

2. 定点投篮：在规定区域内定点投篮10次，以投中次数确定名次。负责人：陈丽

4. 其他

(2) 名次确定：单项比赛，每人不超过两项；评奖不分男女，每个单项各取前三，一等奖1个，二等奖2个，三等奖3个。

公司趣味运动会策划方案篇六

1、贯彻落实学校强身健体活动方案。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强凝聚力和向心力；愉悦心情，缓解工作压力；增强教职工体质。

12月27、28日下午放学后（初定）

学校操场

xx小学全体教师

3、为保证参赛队员安全，请参赛队员着运动装、运动鞋。

1、裁判：

2、计分员，计时员：

3、道具摆放人员：

4、摄像：

1、大珠小珠落纸篓

各部门选派参赛队员，每组五人，其中一人拿一个纸篓，与另四位应对面站在两条线外。四人依次每人将2只乒乓球球分别抛入篓中，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：10个乒乓球、1个纸篓）

2、合作运球接力

每个级部各派六人参加，第一棒每两人一组，背靠背把排球夹在两人中间，跑二十米，传给下一棒，下一棒重复第一棒折返到起点，第三棒把球夹在两小腿中间(上不能过膝，下不能低于脚踝)，跑二十米，传给第四棒完成相同动作回到起点，途中球掉落要分别回到起点重新运，一组运完另一组之后用同一球运，最后一人运完比赛结束，用时长短决定名次。

请各级部在20xx年12月24日前将报名表上交体育组办公室。

1. 各项比赛具体事宜最后由行政办决定通知，由体育组具体执行安排，期望全体教师在工作之余能用心参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2. 比赛未尽事宜将另行通知。

公司趣味运动会策划方案篇七

开心运动，快乐参与

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，充满活力的少年。

时间□20xx年12月2日（星期五）

活动地点：学校操场

一至六年级全体学生

1) 自行车比慢（限教师参加）；在20米跑道内骑一圈，不得偏离跑道或下车。到终点后用时最少的为胜。

2) 踩高跷；在15米跑道内走一来回，用时最短的为胜。

3) 学生投篮比准；在发球线上每人投10次，中球多的为胜。

4) “大丰收”；由两个学生配合，在距离五米外做篮球击地传球，穿向另一个背框的队友。每位选手有五次传球机会，进框多的为胜。（背框队友可从班级里其他参赛选手挑）。

5) 一分钟跳绳；一分钟时间内跳绳次数多的为胜。

6) 一分钟踢毽子；一次踢毽子最多的为胜。

7) 羽毛球拍球比远；每位参赛选手三次机会，取最好成绩。

8) 投壶；在五米距离处每位参赛选手投五次，进壶多的为胜。

9) 竞技类活动；60预决赛、100米预决赛、200米预决赛、跳高、跳远、铅球

1) 每个班级由班主任和科任老师带队挑选班级里5男5女学生进行参赛，参赛选手每人只能选两个项目，每个项目只能报两个人。

2) 单项比赛中第一名得分三分，第二名得二分，第三名得一分。

3) 取团体总分前三名进行奖励。

(1) 第一场（时间类项目）

1、自行车比慢

2、踩高跷

3、60米预决赛

4、100米预决赛

5、200米预决赛

(2) 第二场（个数类项目）

1、学生投篮比准

2、“大丰收”

3、投壶

4、跳绳

5、踢毽子

(3) 第三场（距离类）

1、跳高

2、跳远

3、铅球

4、羽毛球拍球比远

1、各班要及时把本次活动安排和规则告诉班级的学生，精心选拔队员参赛（在规定人数内，尽量让每个学生有参赛的机会），抓紧时间训练，熟练掌握比赛规则及参赛要求。组织好班上其他同学当拉拉队，为自己班级加油。

2、各个项目的负责人要阅读清楚相关比赛规则，提前做好好场地和器材，及时做好比赛记录。

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、参加活动不拥挤、要排队。

3、活动时，不高声喧哗，不乱丢垃圾。

4、活动时要注意安全。

1、本次趣味运动会分为低年级组（一、二年级）、中年级组（三、四年级）、高年级组（五、六年级），各年级组之间进行比赛。

2、个人项目的前三名颁发单项奖，各年级组中总成绩得分最高的班级颁发集体奖。

1、全体师生集合。

2、奏国歌。

3、致开幕词。（郑庆扬）

4、裁判员代表宣誓、运动员代表宣誓。（张丽娜老师、游祺

杰同学)

5、宣布大会纪律和比赛项目。

6、比赛开始，各班可以投广播稿为自己的班级呐喊、助威。

7、比赛结束，集合宣布比赛成绩。

8、颁奖。

9、致闭幕词。

1、总裁判长：副裁判长：

2、项目主裁判兼发令员：

3、后勤组长；

4、卫生员；

5、安全员：

公司趣味运动会策划方案篇八

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。

2、奖品预计：一等奖10名，二等奖20名，三等奖30名；

参与奖30名。合计奖品花费预计9500元

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。