

最新拔河比赛活动方案及流程(精选12篇)

一个好的游戏策划可以为游戏带来独特的魅力和吸引力，让玩家沉浸其中，享受游戏的乐趣。项目策划范文4000字项目策划。我们将充分利用xxxx资源和技术，以确保项目的顺利进行。

拔河比赛活动方案及流程篇一

为加强同学间的交流，同时增强大家的集体荣誉感，提高同学们的身体素质，体现团结、奋进、健康的`精神风貌，校团委、学生会、体育组特举办此次比赛。

20xx年11月26日16:05

初中部操场

1、参赛队伍：初一、初二年级各班

2、按年级进行分组，12支队伍进行淘汰赛，赛前抽签定位，每场比赛均采用三局两胜制，胜者进入复赛，输者淘汰。

组长：王玉林、金婕云、潘越洋、裴文杰

副组长：李京、余晓磊

成员：韩晗、李劲槟、鲍志国

总裁判长：李京

副裁判长：余晓磊、韩晗、李劲槟、鲍志国

裁判员：学生会文体部成员

记录：韩晗

场地、器材：学生会文体部部长

活动协助：王玉林

1、每班男、女生参加人数各10人，共计20人。

2、比赛前，裁判员清点各班参赛人数，参赛队员服从裁判员管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各班必须准时参赛不准无故缺席，迟到五分钟做弃权处理。

5、比赛必须服从裁判员裁决。

1、比赛取第一名、第二名、最佳表现奖、精神文明奖、团结奋进奖。

2、第一名：羽毛球拍1副、羽毛球1桶；第二名：篮球1个、皮筋包3个；最佳表现奖、精神文明奖、团结奋进奖：大跳绳：1根、小跳绳1根。

拔河绳：2根；标志桶：8个

注：未尽事宜另行通知，最终解释权归德育处。

一、活动名称：“友谊第一，比赛第二”拔河比赛

二、活动目的：培养学生团队协作精神，增强班级凝聚力。

三、参赛对象：所有在校生

四、比赛时间：预赛□20xx年1月5日下午第三节课

决赛□20xx年1月6日下午第三节课

五、比赛地点：校篮球场

六、比赛规则：

1、比赛设男、女组，各班只能组一只代表队参赛，共43支队。每支参赛队由班主任担当领队，参赛选手15人，在当场比赛中不得更换比赛选手。

2、抽签决定对阵班级，每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛。

七、比赛注意事项：

(1)各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场，比赛开始5分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够15人，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。比赛时不得有冒名顶替,拉拉队不可上场帮忙.一经发现立即取消比赛资格.

(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;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。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队参赛者。

(6)比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

男队：前八名

女队：前三名

拔河比赛活动方案及流程篇二

为加强教师间的交流，同时增强大家的集体荣誉感，提高教师们的身体素质，体现团结、奋进、健康的`精神风貌，工会特举办此次比赛活动。

一、比赛时间：

xx年9月10日15：30

二、比赛地点：

中学比赛地点：运动场

中心小学比赛地点：餐厅前小操场

三、比赛形式：

1、参赛队伍：中学组：七年级教师代表队，八年级教师代表队，九年级教师代表队，后勤、行政综合代表队等四支代表队。小学组按低、中、高、综合组四个队。

2、按四支队伍进行淘汰赛，赛前抽签定位（1号对2号；3号对4号；胜者争一、二名），每场比赛均采用三局两胜制，胜者进入复赛，输者淘汰。

四、组织机构：

组长：颜xx

副组长：谭xx

成员：秦xx

总裁判长：史xx

副总裁判长：向xx

记录、资料整理：邹xx

场地、器材：中学：向xx小学：向xx

活动协助：秦xx

五、比赛规则：

1、每队男、女教师参加人数不限，共计10人，不足人员由校委会调剂，每组联系领导可以参加本组。

2、比赛前，裁判长清点各队参赛人数，参赛队员服从裁判管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各队必须准时参赛不准无故缺席，迟到五分钟做弃权处理。

5、比赛必须服从裁判员裁决。

六、录取名次及奖励：

1、比赛取第一名、第二名、最佳表现奖、精神文明奖。

2、第一名：羽毛球拍2副、羽毛球1桶；第二名：乒乓球拍2副，乒乓球1打；最佳表现奖、精神文明奖：大跳绳：1根、小跳绳1根。

3、给每位参赛队员给予奖励

七、比赛器材：

拔河绳：1根；标志桶：2个

八、经费预算：

颜xx□向xx

九、各队人员安排：

中学组：

九年级代表队：

队长：颜xx副队长：向xx

成员：鲁xx

八年级代表队：

队长：秦xx副队长：向xx

成员：宋xx

七年级代表队：

队长：谭xx副队长：秦xx

成员：秦xx

后勤综合代表队：

队长：周xx副队长：雷xx

成员：周xx

小学组：另行安排

十、相关工作安排：

1、时间定于9月10日下午3:30举行，学生由向凌云老师负责；教师由各队队长负责；各队副队长负责抽签确定序号。

2、各队确定好队员后领取手套，运动鞋自己筹备。

3、组委会成员在3点左右检查器材。

注：未尽事宜另行通知，最终解释权校委会。

xx县xx桥镇初级中学

xx年9月9日

拔河比赛活动方案及流程篇三

积极、向上、团结、奋进、运动、健康。

增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体

育锻的大学生们创造运动机会，提供展现个人、集体风采的舞台。通过拔河比赛，发扬团队精神，增强组织凝聚力，使学生们体会集体的力量。

足球场

待定（具体日期待抽签结束后另行通知）。

08级各参赛班级。

1、报到：

比赛开始前，各队领队必须到赛场登记台签到。并交各参赛队员的身份证，无身份证不得参加比赛。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，请提前通知。

2、队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员20人，参加比赛的队员必须是本院的本班学生，其余人员不得参加。

1) 比赛分淘汰赛、决赛等三个赛程。

2) 比赛分组及比赛首场的站位选择由各队队长抽签决定。

3) 淘汰赛：每队抽签分成组。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。

4) 决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

1、每场比赛准时开始，各代表队需在规定时间内到达比赛场地。

2、赛前10分钟点名检录，核对身份证，三次点名不到的代表

队视为自动弃权。

3、参赛人员不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。

4、比赛前由各班体育委员或者领队抽签决定对阵（抽签时间另行通知）。

5、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。

1、赛务打印费：10元

2、奖项设置：冠、亚、季、优秀组织奖旌旗4面（120元）

3、备用41元

总计：171元

机电学院团总支学生会

XXX

拔河比赛活动方案及流程篇四

为进一步活跃学生的课外生活，提高学生身体素质，激发学生参加体育锻炼的热情，增强学生的组织纪律性和集体主义精神，培养学生德、智、体、美全面发展，经校委会研究决定举行拔河比赛，具体事项如下：

一、参赛单位：七、八、九年级

二、比赛时间□20xx年10月22日至20xx年10月24日下午第七

节课外活动

三、比赛地点：新篮球场

四、参赛办法：各班男女各一队（男10人，女10人）

五、名次决定：各年级为一组，每组各取前3名进行奖励，其余为鼓励奖。

附：拔河竞赛规则

1、采用3局2胜单淘汰制，分三轮对决（第一轮比赛顺序按照编排（1—2；3—4；5—6）由各班主任抽签决定；第二轮由班主任抽签1—2对决，3为轮空队；第三轮由第二轮胜队与轮空队对决）。

2、内标记超过本方决胜线为胜。

3、为了安全考虑，比赛禁止突然放手，或将绳缠绕在身体上的任何部位；

4、比赛队员参加了比赛之后没有特殊情况不得随意更换，如发现则算该场为负；

5、非运动员、裁判员和工作人员以及其他领队和无关人员不得进入比赛场地。

拔河比赛活动方案及流程篇五

为了丰富学生课余文化生活，增强学生体质，提高班级凝聚力，培养学生集体荣誉感，根据学校计划，经研究决定举办县莘实验高中班级拔河比赛。

2xxxx年11月26日——2xxxx年12月2日

高一在东教学楼前后，高二在西教学楼前后。

高一年级、高二年级（体育班不参赛）

领队□z□全面负责前级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序）。

技术指导□z□全面负责前级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高一后级部：

领队□z□全面负责后级部的.组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责后级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高二前级部：

领队□z□全面负责前级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责前级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

高二后级部：

领队□z□全面负责后级部的组织工作、安全工作、维护好比赛秩序。）

技术指导□z□全面负责后级部的场地划分、裁判、物品准备、学生热身等工作）。

Z

1、本次比赛采用淘汰制，每场比赛为三局两胜制。高二各级部音美班单独进行比赛。

2、每班参赛人数：男生15人，女生10人（音美班：男生10人，女生15人）。

1、参赛队员必须是本班成员，若发现冒名顶替者，该场比赛判负。

2、在每局比赛过程中发生以下情况判负：中途换人、踩绳、弃权。

3、抢拉两次者判负。

4、各班啦啦队，要文明观看比赛，听从指挥，热情助威。若发现有不文明现象，该班级成绩判负，并通报全校。

1、参赛班级必须提前10分钟到达比赛场地，逾期者按弃权处理。

2、班主任老师全面组织本班级参赛工作，做好赛前动员、比赛中指导及赛后思想工作。

各级部奖励前四名，音美班各一名。

德育处艺体处

拔河比赛活动方案及流程篇六

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。

拔河比赛活动方案及流程篇七

20xx年元月13日4点半

xx基地食堂门口

主裁判1人：

副裁判2人：

其他工作人员：人力资源部和总办同事

1、各参赛队伍清点人数，列队待命，由各队队长代表本队抽签。

2、按照抽签的顺序开始比赛。

3、主裁判宣布比赛结果。

1、本次比赛为设备厂（一厂）、食品厂（二厂）、工程实验室及物流（办公楼）、工程车间及仓库共四队。每队10人（要求至少有一名女同事）。

2、各部门提前完成参赛队员的选拔，并及时上报名单（明确领队、队员）。

3、为增强比赛的参与性及员工之间的交流，本次比赛各队不限报名参赛人数，比赛时确保10人上场即可公司拔河比赛策划书公司拔河比赛策划书。

（一）比赛采用三局两胜制，比赛为单循环淘汰制。

（二）注意事项：

1、要求空手，不准戴手套；

3、如果需要，各队可自备安全帽和防护垫，供末位选手使用。

（三）如遇特殊情况，每局比赛结束后可向主裁判员提出换人，每场最多可换两人，所换人员必须为本组人员。

（四）比赛区域宽度为2米，边线线宽含在场地面积内。

（五）裁判员鸣笛开始后，某队将中心标志完全拨过本方区域2米线时，判该队获胜。

（六）若比赛长时间僵持，任何一方均未能将中心标志完全拨过2米线，裁判员可鸣笛暂停休息五分钟继续比赛，直至一方胜出。

（七）出现下列情况判对方获胜：

- 1、某队队员任何一只脚踩出边线时；
- 2、某队队员手超过限制标志握绳时；
- 3、该队在比赛中人数超出规定时（运动员总数多出规定人数和女运动员少于规定人数）；
- 4、本方非参赛队员在比赛中接触拔河绳或参赛运动员身体任何部位时；

（八）各参赛队员必须提前10分钟到比赛场地报到；比赛开始后迟到超过10分钟作弃权处理，对方自动胜出。

- 1、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各队负责人谨记，并转告给各队队员。
- 2、各队需努力完成比赛，不可有弃权、缩水现象。
- 3、比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。
- 4、比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙，一经发现立即取消比赛资格。

获得xx迎春杯拔河比赛：第一名奖金500（元）

第二名奖金300（元）

拔河比赛活动方案及流程篇八

为进一步活跃学生的课外生活，提高学生身体素质，激发学生参加体育锻炼的热情，增强学生的组织纪律性和集体主义精神，培养学生德、智、体、美全面发展，经校委会研究决定举行拔河比赛，具体事项如下：

一、参赛单位：七、八、九年级

二、比赛时间：20xx年10月22日至20xx年10月24日下午第七节课外活动

三、比赛地点：新篮球场

四、参赛办法：各班男女各一队（男10人，女10人）

五、名次决定：各年级为一组，每组各取前3名进行奖励，其余为鼓励奖。

附：拔河竞赛规则

1、采用3局2胜单淘汰制，分三轮对决（第一轮比赛顺序按照编排（1—2；3—4；5—6）由各班主任抽签决定；第二轮由班主任抽签1—2对决，3为轮空队；第三轮由第二轮胜队与轮空队对决）。

2、内标记超过本方决胜线为胜。

3、为了安全考虑，比赛禁止突然放手，或将绳缠绕在身体上的任何部位；

4、比赛队员参加了比赛之后没有特殊情况不得随意更换，如发现则算该场为负；

5、非运动员、裁判员和工作人员以及其他领队和无关人员不得进入比赛场地。

拔河比赛活动方案及流程篇九

为了丰富教职工的校园文化生活，体现我校教职工良好的精神面貌和团队精神，共建和谐稳定校园，增强凝聚力，益林初中第三届体育节积极开展教职工拔河比赛。

20xx.12.29(星期三) 下午三点

益林初中篮球场

- 1、总裁判：戴卫锋
- 2、摄影：陈亮亮
- 3、临时“医务”人员：徐静
- 4、器材准备及场地布置：许海兵

各队上场队员必须是同一备课组，拔河比赛一旦进行，整个比赛过程中途不允许换人，否则该队当局比赛判负。如果出现运动员受伤情况，可以向裁判员提出申请暂停。

1、每场比赛派2个比赛监督员（体育组负责），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150cm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。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准。

报到：比赛开始前，领队必须把队员带到指定场地，并向工作人员签到，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。

拔河比赛活动方案及流程篇十

“友谊第一，比赛第二”拔河比赛

为了调节教师的紧张情绪，活跃我校教师的气氛和丰富教师的课余生活，进一步推动我校教师体育运动的开展，特举行此次拔河比赛。

所有女教师

20xx年4月1日17:20

本校西校园

1、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为2m，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队队员、工作人员外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以实际情况来分组参赛。在当场比赛中不得更换比赛选手。

4、比赛时设有一个主裁杨保合副校长，两个监督人员（王磊、王金季）。录像（杜玲玲）

（1）比赛人数为每组7人。采用淘汰比赛制。

（2）比赛开始前，各队按照每7人一个纵队，以站立的姿势准备好（其他组员为啦啦队），比赛开始后，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。

(3) 每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一局胜负判定：当中心标志被拉到一方的2m白色线时，及绳子向一方移动2m□比赛结束。

(1) 各参赛队必须提前十分钟（17：20）到达比赛现场进行热身运动，（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裁判作出下一轮的比赛安排。

(3) 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。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完最后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，请各队员谨记注意事项。

小学a组：

小学b组：

中学a组：

中学b组：

比赛顺序：

(1) 小学a组——小学b组

(2) 中学a组——中学b组

(3) 小学胜出组——中学胜出组

拔河比赛活动方案及流程篇十一

为迎接xx级新生的到来，丰富同学们的课余文化生活、加强

同学们之间的'团结、提高学生身体素质、培养积极向上的进取精神，使我系成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。娱乐的节日，致力于打造一个互相交流，互相学习的平台，望通过拔河友谊赛使我系成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。

弘扬体育精神，构建和谐我系

友谊第一、比赛第二

为了增强大学生体育锻炼的意识，增强大学生文化体育素质，构建人文理念的大学校园

城市规划设计系xx级全体学生

20xx年xx月21日(中午12: 30)

主教前

城市规划设计系学生会

(一)报名：以班为单位，于xx月17号前报上一个参赛名单(男生十人，女生五人比赛期间不可换人，若发现有不是参赛队员的，此队直接取消参赛资格。

(二)比赛规则：

1、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为200cm[]拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以各班为单位参赛，共若干支队。每支参赛队由领队1人，参赛选手15人组成，在当场比赛中不得更换比赛选手。

3、每场比赛会派2个比赛监督员，清点对方人数是否正确，监督是否有违反现象，如发现违反现象立即取消比赛资格。

4、比赛抽签决定，第一次抽出若干参赛队伍，分别进行比赛，比赛使用淘汰制，最后的三只队伍分别进行冠亚季军的争夺。

(三) 比赛方式：

1、每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛，比赛双方由各自抽签决定，并且每队选出一个领队负责本队的通知工作(由于参赛队伍为奇数所以将抽签出一个队伍直接晋级。

2、比赛开始前，各队按照每15人一个纵队以站立的姿势准备好，比赛开始后，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。

3、每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一局胜负判定，当中心标志被拉到一方的白色线时比赛结束。

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10分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够15人，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。

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。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队参赛者。

6、比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

冠军：一名。

亚军：二名。

季军：三名。

参与奖：三名。

拔河比赛活动方案及流程篇十二

为加强同学间的交流，同时增强大家的集体荣誉感，提高同学们的身体素质，体现团结、奋进、健康的`精神风貌，校团委、学生会、体育组特举办此次比赛。

20xx年11月26日16：05

初中部操场

1、参赛队伍：初一、初二年级各班

2、按年级进行分组，12支队伍进行淘汰赛，赛前抽签定位，每场比赛均采用三局两胜制，胜者进入复赛，输者淘汰。

组长□xxx□xxx□xxx□xxx

副组长□xxx□xxx□xxx

成员□xxx□xxx□xxx

总裁判长□xxx

副裁判员□xxx□xxx□xxx

裁判员：学生会文体部成员

记录□xxx□xxx

场地、器材：学生会文体部部长

活动协助□xxx

1、每班男、女生参加人数各10人，共计20人。

2、比赛前，裁判员清点各班参赛人数，参赛队员服从裁判员管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各班必须准时参赛不准无故缺席，迟到五分钟做弃权处理。

5、比赛必须服从裁判员裁决。

1、比赛取第一名、第二名、最佳表现奖、精神文明奖、团结奋进奖。

2、第一名：羽毛球拍1副、羽毛球1桶；第二名：篮球1个、皮筋包3个；最佳表现奖、精神文明奖、团结奋进奖：大跳绳：1根、小跳绳1根。

拔河绳：2根；标志桶：8个

注：未尽事宜另行通知，最终解释权归德育处。