

中学生拔河比赛的活动方案有哪些(汇总8篇)

在年会策划中，我们需要考虑会议主题、场地选择、日程安排、嘉宾邀请等方面的问题。通过对一些企业的整改措施进行分析，我们可以得出一些实用的经验和方法。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇一

一、活动时间：

20__年5月7日星期五14：30正式开始

二、活动地点：

李渡校区田径运动场

三、活动对象：

__级、__级全体在校学生(共计十三个班)

四、主办单位：

经济与工商管理学院

五、承办单位：

经济与工商管理学院学生会体育部、女工部。

六、参赛要求：

1. 以班级为单位组成各参赛队伍。每班限报一队，每队共20人，男生10人，女生10人(若男生不足10名的班级可按男女生1：2的比率进行适当的调整)。参赛队员必须是本班人员，

其余人不得参加。教师组男女各10人，参赛老师为经济与工商管理学院在职老师。各参赛队伍各选一名队长。

2、比赛开始前，参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，开场后5分钟不到的队伍取消参赛资格。

七、比赛方法：

1) 比赛按抽签分组直接淘汰(每轮比赛采取三局两胜制)。比赛共分为三个阶段。

2) 比赛分组由各队队长抽签决定，比赛的站地位置采取抛硬币的方式。

3) 初赛：每队抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛。每组采取直接淘汰制，每组获胜者晋级。最终胜利的7支队伍进入下一轮比赛。

4) 复赛：由队长进行抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛，每组采取直接淘汰制，获胜的四支队进入决赛。

5) 决赛：最后的四支队伍同样采取抽签分组决出最后的前三名。

6) 最后的冠军队伍将与教师组进行一场拔河比赛。

八、比赛规则：

比赛地为地上画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，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，同时裁

判吹鸣哨声表示比赛结束。

九、注意事项：

1、赛前5分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、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。

3、比赛前由队长抽签决定对阵。

4、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。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至达到获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、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做出下一轮的比赛安排。

7、比赛以裁判第一次吹哨为号发令表示比赛正式开始，当裁判吹第二次哨时表示比赛已有胜负，该局比赛结束。

8、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各班体育委员谨记，转告给各班队员。

9、比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出申请。

十、奖励办法：

按照赛制取前三名予以奖励。

第一名：奖金100元及奖状。

第二名：奖金60元及奖状。

第三名：奖金50元及奖状。

十一、活动流程：

活动第一项：领导讲话。

活动第二项：领导宣布比赛正式开始。

活动第三项：比赛正式按秩序进行。

活动第四项：对获奖班级进行颁奖(注意：颁奖活动在全部比赛结束后立即进行，请各班在比赛结束后先不要离开，务必参与颁奖仪式。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇二

组长：徐铸

副组长：张帆

成员：陈晓穆彤刘伯元尹海洲

柳伟叶召红郭堂清

二、比赛时间

9月9日15:30。

三、比赛地点

学校操场。

四、比赛规则

2、比赛分为三局两胜制，如一方参赛队连胜两局直接判定为获胜；

3、比赛场次由赛况决定，中场休息1分钟，中场休息结束参赛队交换场地进行下局比赛；

4、比赛期间各参赛队不允许换人；

5、每队组织教师13人。(其中1人为队长兼监督员，不上场比赛)分别是：幼儿园三个队，小学部女教师三个队，男教师三个队，教干一个队。幼儿园由叶召红根据教师个人情况分队，小学由陈晓根据教师个人情况分队(食堂、宿舍和教辅人员归陈晓统一分队)，教干由穆彤负责组织。各参赛队队员名单2月19日上午放学前排张帆，过期不报视为弃权。

6、比赛规则为地上画3条直线，间隔为1.5米。居中的'线为中线，两边的线为河界，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，各队队员依次交错站在河界后，裁判员发出“预备”口令后，双方握绳但不能用力拉绳，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。

五、工作人员(可参与比赛)

1、场地：邹宝

2、裁判员：王颖(负责男队)，邹宝(负责女队)

3、摄像：康云峰陆令

4、报道：吴可强、陆令

六、注意事项：

(2) 尊重裁判及工作人员，如有严重顶撞裁判及工作人员行为，取消比赛资格。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇三

*月15日下午，**医院全体医务人员在篮球场举行了“魅力九月”拔河比赛。此次比赛以促进各科室间交流为宗旨，以丰富医务人员的生活为目的，以比赛的形式为工作人员提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力。

此次比赛按科室分队，参赛队员为各科室，分成6个队，通过比赛前两名奖金分别为1000元、800元。比赛实行淘汰制晋级方式，自发形成顺序。

裁判们依据公平公正的原则，参赛人员本着“友谊第一、比赛第二”的原则，整场比赛井然有序。经过激烈的耐力、体力较量，最终外科获得冠军，骨科和妇科获得亚军。

此次拔河比赛，不仅丰富了该院文化生活，加强了该院内部的团结合作精神，还促进了各科室、各医务人员间的交流，加深了工作人员与院领导之间的感情，更是培养了拼搏进取的精神和积极乐观的生活态度。

扩展阅读：怎样写通讯稿

很多情况下我们都要运用到新闻稿（通讯稿），但是在写新闻稿（通讯稿）的时候，我们要怎么样才能把它写好呢、在这就简单的给大家介绍一下。

1、新闻稿（通讯稿）的概念

通讯是记叙文的一种，是报纸、广播电台、通讯社常用的文体。是运用叙述、描写、抒情、议论等多种手法，具体、生

动、形象地反映新闻事件或典型人物的一种新闻报道形式。

2、新闻稿（通讯稿）的特点

（1）严格的真实性。

（2）报道的客观性。

（3）较强的时间性。

（4）描写的形象性。

3、新闻稿（通讯稿）的种类

（1）按形式分，通讯分为一般记事通讯、访问记（专访、人物专访）、小故事、集纳、巡礼、纪实、见闻、特写、速写、侧记、散记、采访札记。

（2）按内容分，通讯一般分为人物通讯、事件通讯、概貌通讯、工作通讯。

4、新闻稿（通讯稿）的写作要点

第一，主题要明确。有了明确的主题，取舍材料才有标准，起笔、过渡、高潮、结尾才有依据。

第二，材料要精当。按照主题思想的要求，去掂量材料、选取材料；把最能反映事物本质的、具有典型意义的和最有吸引力的材料写进去。

第三，写人离不开事，写事为了写人。写人物通讯固然要写人，就是写事件通讯、概貌通讯、工作通讯，也不能忘记写人。当然，写人离不开写事。离开事例、细节、情节去写人，势必写得空空洞洞。

第四，角度要新颖。写作方法要灵活多样，除叙述外，可以描写、议论，也可以穿插人物对话、自叙和作者的体会、感受，既可以用第三人称的报道形式，也可以写成第一人称的访问记、印象记或书信体、日记体等。通讯所报道的新闻事实，可以从各个不同的角度去观察，去反映，诸如正面、反面、侧面、鸟瞰、平视、仰望、远眺、近看、俯首、细察……角度不同，印象各异。若能精心选取最佳角度去写，往往能使稿件陡然增添新意，写得别具一格，引人入胜。

5、常见新闻稿（通讯）

（1）人物通讯

所谓人物通讯，就是以报道各条战线上的先进人物为主的通讯。它着重揭示先进人物的精神境界，通过写人物的先进事迹，反映出人物的先进思想，使之成为社会的共同财富。同时，也报道转变中的人物和某些有争议的人物。“金无足赤，人无完人”，在写作时切不可把先进人物写成从来没有过的大智大勇，十全十美，写人叙事力求言真意切，恰如其分。

（2）事件通讯

所谓事件通讯，就是报道典型的、有普遍教育作用的新闻事件。写事当然离不开事件有关的人，但它不像人物通讯那样着力刻画人，而是以事件为中心，在事件的总画面中，为了写好事来写人。它既可以反映现实生活中发生的重大的、振奋人心的典型事件和突出事件；也可以从某一新闻事件截取一个或若干个片断，进行细致详尽的描述，揭示事件的深刻含义；还可以是若干事件的综述。

（3）工作通讯

所谓工作通讯，就是反映贯彻执行党的路线、方针、政策中的成绩，总结实际工作中的经验和教训，或者探讨有争议的

亟待解决的问题的报道。它是报纸上经常运用指导工作的重要报道形式。它的主要特点有四条：一是把介绍工作经验和分析问题作为主旨；二是凭借事实，深入分析；三是生动活泼，讲究文采；四是不拘一格，形式多样。随笔、散记、侧记、札记、记事均可。

（4）概貌通讯

概貌通讯又称风貌通讯。它是以反映社会生活、风土人情、自然风光和日新月异的建设成就为主的报道。尤其是改革、开放、搞活所带来的变化，又为这类通讯增加了新的内容。概貌通讯与事件通讯不同，它不是围绕一个人物或一个中心事件来写，也不要求写一件事发生、发展的完整过程，而是围绕主题集中各方面的风貌和特色。在表达方式上，往往运用点上具体事例来叙述和描写一个地区、一条战线、一个单位、一个点、一个方面的风貌变化，展现时代的步伐和人的思想境界的变化。一般采取“巡礼”、“纪行”、“散记”、“侧记”等形式，向读者介绍。

（5）小故事（小通讯）

反映现实生活中的一个片断，通常表现一人一事，线索单一而有故事情节，短小精悍，生动活泼。不能写得人物繁多，场面太大，枝节横生，否则就失去“小”的特点。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇四

为了丰富校园生活，展现班集体风采，发扬团队精神，增强班级凝聚力，提高学生团体合作和坚忍不拔的精神，学校决定在七、八年级开展学生拔河比赛。

一、主办部门：团委

二、承办部门：体育组

三、比赛时间、地点：

时间：具体时间见下表

比赛地点：学校篮球场

四、参赛对象：

七、八年级学生

五、比赛规则：

（1）拔河道为篮球场中圈，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，拔河绳的标志物出了圆圈则判输赢。

（2）以各班为单位参赛，初一、初二各6支队伍。每支参赛队由队长1人，参赛选手20人（其中男选手10名，女选手10名）组成。（3）每场比赛派2个比赛监督员，监督员由团委安排。

六、比赛方式：

（1）每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛。

（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圆圈线为赢。

（3）比赛双方由各自抽签决定，并且每队队长负责本队的通知工作

（4）每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。

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20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；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，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各队长谨记，转告给各队参赛者。

(6) 比赛过程中对裁判判定有异议时，只有队长或班主任老师有权提出抗议。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇五

为了增强同学们体育锻炼的意识,以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的同学们创造运动机会,提供展现集体风采的舞台,通过拔河比赛发扬团队精神,增强凝聚力,使学生们集合集体的力量。以提高我校学生团体合作和坚忍不拔的精神。

拔河友谊赛

增进同学之间的交流,集体荣誉感及凝聚力。

丰富学生们的校园生活,增强师生之间的相互了解。促进同学之间的友好相处,使得校园气氛更加活跃,加强各同学间的交流。

黔东南州德才科技职业学校xx级全体同学

20xx年3月25日—31日

校篮球场

德才科技职业学校

学生会体育部

1、本次比赛分为男子组、女子组、男女混合组;以班级为单位组成各参赛队伍。

2、女子组限报7人;男子组限报10人;混合组限报20人(女生:7人、男生:13人)

3、参赛队员必须是本班级同学□xx届各班级必须参加。

3月25日各班级报名表于19:00交到学生会办公室;并由队长抽签决定比赛顺序。

3月27日下午16:10比赛正式开始,比赛实行晋级赛;最后选出冠军。

1、比赛时由于双方都是用力拉,所以拔完后一场后不可立即松绳,以免造成对方队员受伤,各体育委员谨记,转告给各班队员。

2、各班级需努力完成比赛。

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。

5、由于比赛场面比较大,需裁判二名,维护秩序工作人员4名。

冠军奖状各一份(班级团体); 班级操行分加50分/组。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇六

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:

一、领导小组:

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:

二、参加范围：

本校3—6年级学生（注：一、二年级学生正常上课）。

三、比赛宗旨：

重在参与，友谊第一，比赛第二

四、比赛口号：

团结就是力量

五、规程设计：

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）。

六、比赛规则：

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。

七、比赛方法：

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。

八、注意事项:

- 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。

九、奖励方法:

每个年级取团体一等奖,二等奖,三等奖各一名。

十、结果宣布:

赛后由马校长宣布比赛成绩。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇七

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:

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。

中学生拔河比赛的活动方案有哪些篇八

一、承办单位：

长沙医学院院工会

二、协办单位：

体育教研部、保卫处、院团委

三、比赛时间地点

地点：体育馆外广场

四、参赛要求

- 1、以分会为单位集体报名，各参赛队报名上场人数为16人，且比赛必须是8男7女(因部分工会男职工人员较少，可联合组队)，报领队1人(可由队员兼)。
- 2、凡我院在岗教职工均可参加。
- 3、参赛运动员须身体健康，高血压、心脏病患者禁止参赛。
- 4、报名时间：各单位于11月14日前将报名表(电子版)报至院工会。
- 5、代表队安排：机关1队(学生就业工作处牵头、成教处、图书馆、基建处、后勤处、监察处、招生办)、机关2队(办公楼3-6楼各处室，由教务处牵头)、基础医学院组3个队、国际交流处+外语系+思政+中文组1个队、口腔医学院组1个队、公共卫生学院组1个队、临床学院组1个队、计算机系分工会组1

个队、中医学院分工会组1个队、药学院分工会组1个队、体育教研室+管理系1个队、医学检验系+医学影像学院组1个队、护理学院+保卫处组1个队。共计15个代表队。

五、比赛办法

1、赛制：共报名15个代表队，比赛分三个阶段进行。

第二阶段：半决赛[a组与b组交叉][c组与d组交叉]，取出前四名。

第三阶段：上半区取出前两名与下半去取出前两名进行交叉。

2、计分办法：

比赛采用三局两胜制，第一局由现场抽签来决定场地；第二局交换场地进行比赛；如须进行第三局比赛，再次交换场地进行比赛；胜队得2分、负队得1分。如果出现比分相同，则根据赛局数来定夺。

3、抽签时间：11月14日(周一)下午4点，各代表队的领队到办公楼201会议室召开领队会议，宣布比赛规则和注意事项，抽签决定各组情况。

4、赛道中心线至两端白色记号线各设定为1.5米。第一位运动员尽量握住靠近1.5米线外侧的绳子，脚位不能超过1.5米线。

5、每局比赛的胜负判定：当中心标志被拉到一方的胜负线时，当局比赛结束。

六、注意事项

1、请各分会务必组织好本组参赛队员提前10分钟到达比赛场

地，确保比赛准时开始。赛前10分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权，判对方为胜。

2、参赛人员不得冒名顶替，每场比赛上场队员局间不得换人和离开比赛区，非参赛队员不得以任何方式参与比赛，一经发现判该队该局比赛为负。要求各参赛队相互监督，发现顶替可向裁判长(曾霞、罗翔)举报。

3、上场队员须穿平底鞋或运动鞋，不得穿皮鞋、带钉鞋、高跟鞋比赛，不准将拔河绳固定在运动员身上。

4、比赛时要注意身体健康和比赛安全，要在赛前进行热身。

七、录取名次及奖励

本次比赛取前八名，优秀组织奖4个，体育道德风尚奖3个。

八、裁判员和工作人员：

裁判长：刘善国、曾霞

裁判：刘善国、曾霞、罗翔、左雄伟、陈鹏

助理裁判：由部分学生干部担任

九、本规程解释权归学院工会，未尽事宜，另行通知。