

# 全民健身运动方案(优秀8篇)

广告策划涉及广告媒体的选择、内容创意的设计、传播渠道的布置等方面。这里有一些婚礼策划师推荐的独特婚礼亮点,供大家参考借鉴。

## 全民健身运动方案篇一

全面贯彻落实学习实践科学发展观,通过广泛深入宣传和组织开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛、辅导、培训活动,提高全社会对设立“全民健身日”重大现实意义,增强全民的体育健身意识,培养良好的体育锻炼习惯,在全社会形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围,为构建和谐社会发挥积极作用。

### 二、活动口号

健身每一天,健康每一天

生活会给你带去幸福,运动会给你带来欢乐

人人共享体育,体育造福人人

### 三、活动原则

组织开展“全民健身日”活动坚持以人为本、注重实效、因地制宜、群众受益原则。注重8月8日组织开展全民健身活动与全年性、日常性健身活动相结合,突出全民健身活动的科学性、健身性、趣味性、最大程度地吸引群众广泛参与。

### 四、活动时间

20\_年8月8日为全国集中组织开展“全民健身日”活动的时间,我区结合天津市第三届“体彩杯”全民健身运动会的举办和

自身的实际,组织开展不同形式、多种多样的全民健身系列活动,以此来丰富“全民健身日”活动内容。

## 五、活动形式和主要内容

今年“全民健身日”活动,我局结合实际组织开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛和讲座等活动。根据不同人群的健身特点,突出全民健身活动的科学性、健身性、趣味性,最大程度地吸引群众广泛参与,增强全民的体育健身意识,养成良好的体育锻炼习惯,在全区形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围。

## 全民健身运动方案篇二

为使全国第三个“全民健身日”的活动丰富多彩,带动广大市民投入到健身行列中来,市体育局将组织一系列健身展示活动和比赛。具体安排如下:

### (一)晋城市“全民健身日”启动仪式

时间:8月8日上午7:00—8:00

地点:市阳电体育广场

健身展示项目:

1. 少儿拉丁舞表演(市体育舞蹈协会)
2. 健身柔力球表演(市老年人体育协会)
3. 少儿花式轮滑(市追风轮滑俱乐部)
4. 健身球操表演(市直老年人体育协会)

5. 武术表演(市新武术之风国术馆)

6. 32式太极拳表演(市武术协会)

(二)全省职工广播体操“共同行动”活动

时间:2021年8月8日上午10:00

地点: 市阳电体育广场

(三)全国棋牌项目万人同赛活动

时间:2021年8月8日上午8:30

地点: 市体育场

(四)国民体质免费监测

时间: 2021年8月8日上午8:00—10:00

地点: 市体育场北环廊

(五)全民健身健康知识宣传

时间: 2021年8月8日上午7:30—8:30

地点: 市阳电体育广场西侧篮球场外

(六)泽州县文体广电新闻出版局太极拳展示

时间:2021年8月8日上午8:30

地点: 市阳电体育广场

(七)晋城市“全民健身日”系列比赛

1. 晋城市第三届业余男子篮球联赛，7月11日至7月30日在市阳电体育广场篮球场地。
2. 晋城市第六届“神利杯”三人制足球赛，7月22日至8月6日在市阳电体育广场。
3. 晋城市第六届“澳瑞特”三人制篮球赛，市阳电体育广场篮球场，8月2日至10日在市阳电体育广场篮球场。
4. 晋城市“追风杯”第三届小学生速度轮滑比赛，8月13日至14日在市阳电体育广场。
5. 晋城市青少年围棋比赛，8月6日至7日在市妇幼活动中心。
6. 晋城市第二届台球锦标赛，8月27日至28日在市海涛中兴台球竞技场。
7. 晋城市中小学生象棋比赛，8月18日至20日在市开发投资公司。
8. 晋城市大型骑车宣传全民健身和低碳出行活动，8月7日在市文体宫。
9. 晋城市第五届康乐杯离退休老部门球赛，8月20日至25日在沁水县。
10. 晋城市门球冠军选拔赛，8月14至8月16日在高平市。

## 全民健身运动方案篇三

各村、各单位：

为全面贯彻落实《全民健身条例》、《全民健身刚要》、《全民健身计划(20\*\*—20\*\*年)》，按照《金沙县文体广播

电视旅游局关于组织开展“全民健身月”群众体育活动的通知》要求，切实组织好清池镇20\*\*年8月8日“全民健身日”相关活动。特拟定清池镇“全民健身日”活动实施方案。

## 一、指导思想

结合清池镇实际，认真贯彻、落实国家、省、市关于全民健身相关规定，通过组织和发动各村、各单位组织丰富多彩、贴近生活、方便全镇人民群众参与的文娱体育活动，提高大家对“全民健身日”的认识，养成良好的锻炼习惯，在清池镇形成追求健康文明生活方式的良好氛围。

## 二、活动原则

身活动。

## 三、8月8日“全民健身日”活动启动仪式安排

### 1. 活动内容

清池镇“全民健身日”活动启动仪式；柔力球表演、文艺演出。

### 2. 活动时间

20\*\*年8月8日早上8：00

### 3. 启动仪式地点及途径路线

(1) 启动仪式地点：清池镇小学

(2) 途径路线：从清池镇中学统一出发，途经老街到政府广场结束。

### 4. 参与人员

清池镇全体干部职工、教师、初中全体学生、5支文艺宣传队、

## 5. 安全保障

派出所、综治办负责秩序维护和安全保障。

## 四、年度活动安排

七月：组织部门及单位乒乓球比赛

八月：“全民健身日”活动启动仪式；

九月：组织职工红色教育考察活动，重温入党誓词。

## 五、有关要求

1. 各村、各单位要认真组织好8月8日“全民健身日”活动，把活动作为落实和推动全民健身的重要契机，采取有效措施，逐步推进本单位全民健身活动的开展，把全民健身活动作为关心单位职工、助推事业发展的重要手段。

2. 请各单位将参与人数于8月3日前报清池镇全民健身办公室。  
联系电话：甘敏禄：

彭洪志：

0857—7340021

3. 各参与单位原则上统一着装，或体现特色的工作服。

4. 各参与单位务必做到人员落实，启动仪式按时达到指定地点。

5. 老体协负责组织文艺宣传队老年歌舞队积极参与并表演节目。

6. 办公室负责联系报社、电视台记者进行新闻报道；负责协调派出所、综治办做好秩序维护和安全保障工作；文化中心负责将工作认真做好。

清池镇文化服务中心

## 全民健身运动方案篇四

2、民强国更富，国富民更强

3、体育为人人，健康为人人

4、以健康的体魄面向世界，面向未来

5、全民健身强体魄，意气风发奔小康

6、发展体育，振兴浦江

7、全民健身，利国利民

8、以法治体，依法行政

9、健康是最大的财富

10、认真贯彻《浙江省全民健身条例》，掀起全民健身热潮

11、积极推行全民健身计划，努力提高国民健康水平

12、每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子

## 全民健身运动方案篇五

一、组织领导：

总指挥：

副总指挥：

成员：全体中层干部

承办：校工会

二、印刷宣传资料：标志、主题口号、枣强中学全民健身活动方案

本校男、女乒乓球团体赛（9月1日—10日），分年级部报名，每队限报男、女队员各三名，截止日期8月30日前报工会办。

组建教工篮球队，参加教文体局组织的比赛

号召全体教职工，利用家属院的健身器材、体育场等现有条件，积极参加科学锻炼身体。

学校教工专用篮球场一个，乒乓球台两副，乒乓球室两间，课余时间全部开放。

健美操室一个，学校组织教练，节假日、课余时间培训，自愿报名参加。

## 全民健身运动方案篇六

为深入贯彻落实《体育法》、《全民健身条例》和《xx县全民健身实施计划（20xx年—）》，在全县范围再次掀起全民健身热潮，提高全民身体素质，结合我县实际，就我县20xx年“我要上全运”全民健身系列活动暨感动xx全民健身运动作如下方案：

成员单位职责：

县公安局负责赛事期间现场秩序的维护，排除赛事不稳定因



素；

县市场监督管理局负责赛事期间的食品安全检测、并对赛事期间乱摆摊位行为进行整治；

团县委负责组织志愿者协助赛事的开展，并组织团员青年积极参与相关赛事；

妇联负责积极动员全县广大妇女同胞参与赛事；

总工会负责积极动员全县干部职工积极参与赛事；

教育局负责配合县文体广电局做好裁判的抽调工作；

老干局和县文体广电局相互配合，开展好老年运动会和全州门球轮值赛；

六乡一镇负责组织好辖区参赛队伍，也可根据全县方案在本乡镇自行开展20xx年“我要上全运”全民健身系列活动暨感动xx全民健身运动会。

## 二、系列活动内容

（一）20xx年全民健身日系列活动启动仪式暨健身越野跑锦标赛

1. 时间：8月8日上午8:30至11:30分

2. 地点：起点为县委党校院坝，终点为珠明林调频台。

3. 参加单位：县直机关单位全体干部职工，全县全民均可报名参加。

4. 组别设置：设男子组甲、乙组和女子甲、乙组。

(1) 男子组：年龄小于45岁的为甲组；年龄大于或等于40岁的为乙组。

(2) 女子组：年龄小于45岁的为甲组；年龄大于或等于40岁的为乙组。

## 5. 名次：

(1) 男子甲组：取1至8名；

(2) 男子乙组：取1至8名；

(3) 女子甲组：取1至8名；

(4) 女子乙组：取1至8名；

(5) 经费：比赛期间参赛运动员的一切费用均自行解决，组织比赛中所需的相关费用由文体广电和新闻出版局负责。

## (二) xx县第x届全民健身杯篮球赛暨xx县第x届大众篮球争霸赛

1. 时间：即日起至7月24日至8月5日报名，8月6日召开领队教练会议，抽签分组。8月6日至10日制定秩序册和筹备。于8月11日在xx县石月亮广场举行开赛仪式。

2. 地点：县城灯光球场

3. 参加单位：凡思想进步，作风正派的全民均可组队报名参加。

4. 组别：设男子组和女子组

5. 名次与参赛补助：按实际参赛队数决定名次，队取得名次

的参赛队给予参赛适当补助

## 6. 经费：

(1) 赛事筹备等赛事所需各种的费用由组委会负责。

(2) 各参赛队在比赛期间的一切费用自理（原则上要求买保险）。

### （三）20xx年民族健身舞（操）、气功展演

1. 时间：拟安排10月下旬或11月初（篮球赛结束后）。

2. 地点：xx县石月亮广场。

3. 参加单位：六乡一镇和社会团体，共11个参赛队。

4. 名次与参赛补助奖励：根据报名队数再定录取名次，对取得名次的给予适当参赛补助。往返车费等其它费用均自理。

5. 经费：比赛期间，奖金等比赛相关费用由文体广电和新闻出版局负责，各参赛队的一切费用自理。

### （四）xx县老年人体育协会运动会

1. 时间：拟定于10月下旬（篮球赛结束后）。

2. 地点：xx县县城。

3. 参加单位：全县离退休老干部均可报名参加。

4. 名次与奖励：根据参赛队录取名次，并以资鼓励。

5. 经费：由县文体广电和新闻出版局和县老年体协共同负责。

## （五）xx县民族射弩全州邀请赛

1. 时间：拟定10月份。
2. 地点：xx县灯光球场或县民族射弩馆。
3. 参加单位：

xx县民族射弩协会、上帕镇民族射弩协会、州直、泸水市、兰坪县和贡山县共6个参加单位。

4. 名次与奖励：

根据实际参赛人数比例取名，并以资鼓励。

5. 经费：

全州射弩邀请赛，比赛期间食宿由文体广电和新闻出版局负责，各参赛队往返差旅费，保险等其他费用自理。

## （六）20xx年“飞渡怒江过溜索”表演比赛

1. 时间：20xx年11月底或12月初（1天）
2. 地点：石月亮溜索平台
3. 参加人员：全县思想品质良好的过溜索爱好者均可报名参加。
4. 名次与奖励：根据实际参赛人数比例取名，并以资鼓励。
5. 经费：

运动员往返差旅费及在比赛期间其它费用自理，赛事所需的

各项费用由文体广电和新闻出版局负责。

### （七）开展20xx年国民体质监测活动

1. 时间：拟定于11月份开展。
2. 地点：六乡一镇。
3. 组织测试人员：体育股全体成员及单位的部分职工协作。
4. 参加测试的人数：100人。
5. 参与测试的人员：按年龄分为两个阶段来分别测试。
6. 经费：所有经费由县文体广电和新闻出版局负责。

### （八）举办怒江州第三届门球轮值赛

#### 1. 比赛时间和地点

（1）比赛时间：初定于20xx年7月10日至13日，共4天。（7月10日报到，11至12日比赛，13日离会）

（2）比赛地点□xx县县城（石月亮广场西面门球场）

#### 2. 参加单位

xx□3个队）、州直（3个队）、泸水（2个队）、贡山（2个队）、兰坪（6个队）共16个队。

#### 3. 比赛规则

执行国家体育总局审定的。最新门球竞赛规则。

#### 4. 名次与奖励

(1) 录取前三名，并颁发奖金和奖牌。

(2) 设13个组织奖，并颁发奖金和奖牌。

## 5. 相关要求

(1) 每个队报领队、教练、运动员6至8人。

(2) 凡参加比赛的运动员，需有县级以上医院健康证明，并持有所在单位或参赛队办理购买的“人身意外伤害险”方可参加比赛，报到时提交相关手续。

## 6. 经费

比赛期间的伙食费、住宿费由xx县负责，往返差旅费参赛队自理。

# 全民健身运动方案篇七

积极开展2012年“全民健身月”活动，深入贯彻实施《长沙市全民健身办法》，通过整合资源，创新形式，动员和引导社会力量广泛组织开展贴近生活、丰富多彩、利民惠民的体育健身活动，不断提高广大人民群众主动参与健身的意识。

## 二、活动主题

全民健身快乐健康

## 三、组织领导

湘雅路街道成立全民健身月活动领导小组，负责活动的策划、组织、协调等工作。

组长：陈志兴

副组长：朱旭东、王艳

成员：罗思、罗海嵩、李智、曾静铉、袁晖、龚莎莉

#### 四、责任部门

党政办

#### 五、活动内容

1、活动时间：2012月8月1日——8月30日，其中“8月8日”为全市集中活动日

2、参与单位：街道机关、各社区、辖区企(事)业单位

4、项目设置：

街道主题活动：

(二)、社区拔河比赛，比赛时间8月25日比赛地点：三角塘小学

(三)、集中组织居民晨练，个社区广场。

(四)、各社区要根据自身情况举办一个以上的健身活动，并于月底将活动方案和活动记录发至党政办。

#### 六、活动原则

一是突出社会参与。广泛动员，充分发挥各类体育社团组织作用，努力形成政府主导、部门协同、全社会共同参与的新格局。二是突出全民参与。广泛动员各级党政机关、企事业单位等积极开展小型多样，适合普通人群参与的活动。三是公益惠民。推出各类公益健身惠民措施，真正使广大群众享受到免费或优惠的健身活动。四是因地制宜。结合本地、本

行业 and 不同人群实际，开展就近、就便开展活动。

## 七、宣传口号

宣传口号为：“实施《长沙市全民健身办法》，掀起全民健身高潮”；“发展体育运动，增强人民体质”；“我运动，我健康，我快乐”；“全民健身，你我同行”；“每天健身一小时，健康生活一辈子”等；各社区、单位可以结合实际，提出特色鲜明、具有广泛感召力的其他宣传口号。

## 八、活动内容

(一)各社区围绕《长沙市全民健身办法》，以板报、广播、健身活动、知识竞赛和发放《长沙市全民健身办法》单行册等多种形式，大力宣传《长沙全民健身办法》的意义和重要性。

(二)街道将结合自己的实际举行一个以上主题活动；各社区要根据自身情况举办一个以上的健身活动。以当地群众喜爱的健身活动为主要内容，以社区、单位或家庭为主体，确保广大基层群众享受体育的快乐。

(三)要因地制宜组织群众开展球类、棋牌类、健身操类、健美操、健身气功、踢毽子、跳绳、长跑、爬山、放风筝、踩高跷、传统武术、舞龙舞狮等大众趣味健身项目比赛活动及具有地方传统特色，喜闻乐见的健身项目比赛活动；特别是要充分利用近年来投放的全民健身路径和农民体育健身工程已建成的篮球场、广场，组织开展以社区、单位或家庭为单位的各类健身活动。

(四)在举办各种健身活动的同时，各社区文体活动中心要采取发放宣传册、光碟、板报、墙报和专人辅导等多种形式进行科学健身的宣传和讲座，提升群众科学健身理念、提高健身效果，提升生活质量。



(五) 在全民健身活动月期间，各社区区域内的公共体育设施要免费向市民开放。

## 九、要求

### (一) 周密安排，精心组织，确保安全

各社区要高度重视“全民健身月”系列活动的组织开展，结合本地实际，制定活动方案，积极发动各机关、企事业单位以及家庭广泛开展小型多样的全民健身活动，注重发挥示范引导作用。主动与相关部门密切合作，有序组织，确保安全。

### (二) 坚持“以人为本”，力求活动创新

突出活动主题、结合当地传统文化活动，创新活动形式，因地制宜开展丰富多彩、形式新颖、小型多样、便民利民的群众性体育活动，活动要深入普及到社区、家庭，做到全员动员。

### (三) 发挥协会力量，体现俱乐部作用

要充分发挥辖区内各级体育协会的桥梁纽带作用，组织地域之间、单位之间和有社会各界人士参加的体育健身、联谊交流、小型竞赛等活动。各青少年体育俱乐部要积极举办各类培训、比赛等体育活动，组织广大青少年参加体育健身。

### (四) 加大宣传力度，扩大社会影响

各社区要采取有效措施，提高活动效果。充分利用社会媒体，采用电视、广播、报刊等宣传形式扩大活动影响。并在“全民健身月”期间，倡导各公共体育场馆向社会开放，提高体育场馆的利用率，并做好预先通告，引导更多的群众参加到全民健身活动中来。

(五)8月31日活动结束，各社区要求上报活动月资料，资料要求内有通知、方案、照片、报道。

## 全民健身运动方案篇八

根据上级指标，今年8月8日是xx批准设立第x个“全民健身日”，9月10日为我国第xx个教师节，为增强广大教职员工的科学健身意识与身体素质；以实际行动迎接“教师节”、国庆60周年，结合我校实际，全民健身活动如下：

一、组织领导：

总指挥：

副总指挥：

成员：全体中层干部

承办：校工会

二、印刷宣传资料：标志、主题口号、枣强中学全民健身活动方案

三、本校男、女乒乓球团体赛（9月1日—10日），分年级部报名，每队限报男、女队员各三名，截止日期8月30日前报工会办。

四、组建教工篮球队，参加教文体局组织的比赛。

五、号召全体教职工，利用家属院的健身器材、体育场等现有条件，积极参加科学锻炼身体。

六、学校教工专用篮球场一个，乒乓球台两副，乒乓球室两间，课余时间全部开放。

七、健美操室一个，学校组织教练，节假日、课余时间培训，自愿报名参加。