

# 高中趣味运动会策划书3篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/170702.html>

[ECMS帝国之家](#)，为帝国cms加油！

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

## 高中趣味运动会策划书篇一

2020年x月x日周五下午（视天气情况调整）

学校操场。

本校全体师生。

- 1.活动方案及内容的确定。
- 2.器材准备。
- 3.根据活动项目对学生组织训练，由体育教师组织，班主任配合。
- 4.组织比赛。
- 5、纸质材料编订成册。

一个年级负责组织一个项目。

学生自愿报项目，班主任统筹安排。力争每班可以参加三个以上项目。

为丰富同学们的课余时间，加强同学们的体育素质，学校将于近期举行“中学趣味运动会”，运动会包括个人项目和集体项目，希望同学们和各班级踊跃报名参加。

### 一、个人项目比赛内容及规则

（一）项目内容：一分钟跳绳、一分钟踢毽子

（二）参赛对象——全校同学（自愿报名）

(三) 具体时间安排

报名时间——即日起至2020年x月x日下午放学前上报政务处

(四) 比赛地点——校操场(一分钟跳绳、一分钟踢毽子)

(五) 报名方式——参赛同学先在本班体育委员处报名,各班体育委员于x月28日放学前将本班参赛同学的名单统一上交至政务处。

(六) 比赛规则

1) 一分钟“跳绳”及“踢毽子”比赛时间为1分钟,按报名人数确定每轮6人一组进行比赛。

2) 每班限报3人“踢毽子”“跳绳”比赛,选出前3名进行奖励。

4) 如在规定时间内,最后成绩出现雷同的,则加时1分钟进行总决赛。二、集体项目一“二人三足”比赛内容及规则。

(一) 项目内容:“三人四足”

(二) 参赛对象——4-8年级。

(三) 比赛地点——校操场(20—25米左右距离)。

(四) 报名方式——报各班体委,体委上报政务处。

(六) 比赛规则

1) 以班为单位组队,自愿报名参加,每队成员二人,要求至少要有一名女队员,班主任可作为队员参加;

2) 按报名队伍数的前三名设奖;

3) 两支队伍为一组按抽签顺序进行比赛,按每支队伍最后一个到达终点的同学的时间为准,最早到达终点的队伍为胜;

4) 比赛途中队员之间出现脚脱离的,则取消该队成绩,如在排名中出现时间相同的队伍,则再进行一轮比赛定胜负;

三、集体项目二“集体跳绳”比赛内容及规则

(一) 项目内容:“集体跳绳”。

(二) 参赛对象——4-8年级。

(三) 比赛地点——校操场。

(四) 报名方式——报各班体委，体委上报政务处。

(五) 比赛规则

1) 以班为单位，每班选派10名队员参赛；

2) 比赛时间为3分钟。8人跳绳，2人甩绳，跳绳的8名队员要求男、女同学各半，班主任可作为跳绳队员参赛；

3) 设前三名奖项。

4) 如初赛和决赛成绩相加出现雷同的，则加时3分钟进行总决赛。

#### 四、定时投篮比赛内容及规则

(一) 项目内容：计时投篮比赛

(二) 参赛对象——初中年级

1、参加范围：小学四—六年级学生为小学组，初中7—9年级为中学组。教师组—教研组每组出5人进行比赛。

2、地点：学校篮球场

3、要求：参赛人数：每班各5人参加比赛（其中女队员不少于两人）其它学生为拉拉队。（2）参赛方法及计分方法：每班球5颗，在规定时间内（2分钟）进行定点投篮，以每班所有参赛人员投篮总数定胜负，投篮数多的为胜方。（注：其他学生不得为本班队员捡球）（3）奖励方法：取第一名奖励。（4）参赛顺序：小学组、初中组、教师组进行。（5）班主任教师要认真组织好本班队伍，到指定地点助威，要求全班服装整齐，纪律严谨。（6）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。

4、有下列情形之一者均为犯规：

1.投球起跳时踩线，落地时可踩线；

2.两个或两个以上的人同时进线内投球；

3.途中与裁判冲撞或拒不服从裁判判决。

4.若有其他规则，再作说明。

所需器械：篮球2到4个，秒表2个。

#### 五、拔河比赛

1、参加范围：小学四—六年级学生为小学组，初中7—9年级为中学组。教师组—教研组每组出5

人进行比赛。

2、参赛顺序：小学组、初中组、教师组进行。

3、1、要求：参赛人数：小学组每班各10人参加比赛（其中男女队员各半）其它学生为拉拉队。初中组每班限报15人（其中男队员7名女队员8名）其它学生为拉拉队。教师组—按教研组进行比赛。2、6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。

4、奖项设置：比赛取第一名、第二名、团结奋进奖。

## 六、田径

1、比赛项目：10制接力赛跑等。

2、参加范围：小学四—六年级学生为小学组，初中7—9年级为中学组。教师组—教研组每组出5人进行比赛。

3、参赛顺序：小学组、初中组、教师组进行

4、要求：参赛人数：小学组每班各6人参加比赛（其中男女队员各半）其它学生为拉拉队。初中组每班限报10人（其中男女队员各半）其它学生为拉拉队。

5、奖项设置：比赛取第一名奖励。

## 高中趣味运动会策划书篇二

为弘扬体育精神，进一步提高全班同学的身体素质，营造和谐的班级氛围，培养我班学生良好的运动习惯，经决定，我班将举办迎中秋秋季趣味运动会

扬体育精神展青春风采。

面向八八班全体同学。

主办人员：班主任xxx老师

承办人员：班长：xxx体育委员：xxx，班级委员：xxx，裁判：xx和各组组长，

时间：2020年x月x日——x月x日。

地点：篮球场。

### 1、个人项目

五十米跑

立定跳远

2、男女混合集体项目：

投沙包

五十米混合接力

立定跳远：每人跳三次，不允许垫步跳步，不允许踩线，取个人最好成绩，以米为单位，保留小数点后两位小数，按跳的远度评出名次。

五十米跑：按跑得时间排名次，用时少者名次靠前。

跳绳：一分钟时间跳得个数。

投沙包：团体赛，从小到大画十个圆圈，每个圈分别是一到十分，然后从十米白线处投，投到几圈里是几分，一人五次机会，每个组十个人，然后每个组所有学生投的分加一起，分得高低排名次，取前三名。

五十米混合接力：不越线跑，不击掌不能跑，按跑到终点线得先后排名次

活动比赛鼓励奖品（班级委员：朱亚琪，按比赛项目列出清单。）

单项奖前三名：奖励笔和本子，和班级量化考核分别三、二、一分。

团体前三：奖励笔本子和量化考核全体组员三、二、一分。

高中趣味运动会策划书篇三

为丰富师生课余时间，增强学生、教师体质，创设文明、健康、活泼、和谐的校园文化生活，展现学生、教师、家长风采，增强学生与教师、学校与家长的凝聚力、合作力，特举办此次运动会。

2020年x月x日

主任：xxx副主任：xxx（常务）

组员：xxx

xxx中学操场

全校师生、校级家委会成员、参加亲子活动的家长代表（每班2位）。

要求：校级家委会成员观摩上午的运动会开幕式；

参加亲子活动的家长代表下午参加活动。（两项活动参加的家长不重复）

### 1、学生活动

个人：男子组：1000m2 短绳2 双飞2 双人跳1 快速踢；

2 2人对踢实心球立定跳远引体向上；

女子组：800m2 短绳2 双飞2 双人跳1 快速踢；

2 2人对踢实心球立定跳远仰卧起坐；

团体（班级为单位）：年级方队进场表演（4x8=32人）广播操午间操；

耐力团体跑（5男5女）集体跳绳（6男6女）；

### 2、亲子活动（成绩记入班级团体分数）；

六年级袋鼠跳接力赛七年级脚夹球跳接力赛；

八年级摸石过河接力赛九年级二人三足接力赛。

### 3、教师活动

个人：摸石过河袋鼠跳投篮比赛。

团体：齐心协力向前冲脚夹球跳接力赛救“火”总动员。

1、个人单项：六、七、八各项均取前6名，按7、5、4、3、2、1。

九年级取前3名，按7、5、4计入总分。

2、个人单项破校记录，另加8分计分；

3、团体项目：广播操、午间操、集体跳长绳和团体耐力跑，积双倍积分，六、七、八年级按14、10、8、6、4计入总分，九年级按14、10、8、6计入总分。中途若有一人放弃则视为全队放弃。年级方队进场表演设“最佳风采奖”，评出2名。

4、班级团体名次：六、七、八年级班级总分各取前3名，九年级班级总分取前2名；若同分，看第一名的次数，多者列前。

5、教工个人：取前8名。

教工团体名次：

一等奖第一名；

二等奖第二、三名；

三等奖第四、五、六名。

1、学生个人单项：前六名颁发奖状；

另设一等奖（第一名）颁发奖品（价值7元奖品）；

二等奖（第二至第三名）颁发奖品（价值5元奖品）；

三等奖（第四名至第六名）颁发奖品（价值3元奖品）。

2、班级团体：根据班级团体名次（班级团体奖励作班费使用）

第一名250元第二名200元

第三名150元其余100元

3、年级团体：方队进场表演“最佳风采奖”2名奖励各100元作年级活动费使用。

学生活动：

1、2分钟短绳

两分钟快速跳短绳，每位裁判数一位学生，确保比赛成绩的真实有效性。

8、仰卧起坐

方法；双腿屈膝，仰卧于垫上，双手抱头开始，起来时肘关节触膝关节，下去肩胛骨触垫。

9、引体向上

方法：双手正握，上拉下巴过杠面，下放头顶低于杠。

10、耐力团体跑

方法：各班组建两个队，男队5人，女队5人。每队五人同时跑完全程，记五位同学的成绩累加为本班的最后成绩，若有学生中途退出视为该班弃权。

11、集体跳长绳

方法：共12人，6男6女，一男一女摇绳，五男五女集体在中间跳一下计一次。

12、广播操比赛、午间操：各班必须人人参与，缺人扣分，服装统一。顺序：六年级、七年级、八年级、九年级。

13、年级方队：每年级32人，组成4x8方队。进场时方队走前，班级跟随其后。经过司令台时方队要有不超过3分钟表演。其余班级学生按顺序跟随方队一一入场，各班级经过主席台时要有

口号。

亲子活动

### 1、活动名称：袋鼠跳接力赛

活动规则：

以班级2组家庭为1队，起点和终点各站2人，相距10米，并相对站立，起点第一人穿好袋鼠服作准备，当听到信号后，以跳跃式跳向终点，到终点换人，采用同样方式返回起点，重复进行。以各队完成时间多少定胜负。

道具：蛇皮袋、计时表

组织：分管领导、年级组长裁判：体育老师、班主任。

### 2、活动名称：脚夹球跳接力赛

活动规则：

以班级2组家庭为1队，起点和终点各站2人，相距15米，并相对站立，起点的第一人手拿接力棒，两脚夹一软式排球准备。当听到信号后，以蛙跳方式跳向本队终点的第一个人，同伴接棒后，采用同样方式跳向起点第二名队员，重复进行，以各队完成时间多少定胜负。在跳的过程中，球或接力棒若掉落，须在原地夹好后再继续跳进，否则判为失败。

道具：接力棒、排球、计时表

组织：分管领导、年级组长裁判：体育老师、班主任。

### 3、活动名称：摸石过河接力赛

活动规则：

以班级2组家庭为1队，起点和终点各站2人，相距10米，并相对站立，起点第一人两脚各踩在一砖头上，手拿一砖头作准备，当听到信号后，依次将砖头垫在脚下交替向前行进，到终点换人，采用同样方式还回起点，重复进行。以各队完成时间多少定胜负。

### 2、2分钟双飞

两分钟双飞跳，要求绳子甩两下跳一下为一个，每位裁判数一位学生，确保比赛成绩的真实有效性。

### 3、2分钟双人跳

方法：两位学生一人甩一边，并同时在里面跳一次算一个，在绳内的站立位置不限。每位裁判数一对组合。

#### 4、1分钟快速踢

在2米见方的范围内踢毽子，走出范围不计入成绩。裁判需提醒学生，并每位教师数一位学生。

#### 5、2人对踢

在相距1.5米的距离两人对踢，每位同学的一只脚始终站在线后，其中一只脚不限，两人连续各踢一次算一个。每对学生由一名裁判数数，以示比赛的公证。

#### 6、实心球

方法：双手头上投掷实心球，球出手后双脚也不可超线，双手必须同时出手。比赛形式，按照单次循环，如10人参加比赛，第一次成绩，每人按顺利投掷后，再进行第二次的投掷，共投三次，以最高成绩计入最后比赛成绩。若有学生的参赛项目有时间冲突，可让其先投三次，三次的最佳成绩为最后成绩。

更多 范文大全 请访问 <https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发