

最新高中趣味运动会策划书四篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/171198.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

高中趣味运动会策划书篇一

为繁荣文化生活，搭建交流学习的平台，提高消防安全意识以及应对火灾的快速反应和自救互救能力，增强归属感和认同感，努力营造平安、和谐的环境，特举办首届消防趣味运动会。

平安社区 欢乐家园

举办单位：xx

承办单位：xx

协办单位：xx

参赛人员：辖区内机关企事业单位及纯居民均可报名参加。

报名方式：分居民小组和单位组成参赛队伍。每队由4-8人组成。

1、辖区内机关企事业单位干部职工可到单位安保科报名，由安保科报社区。

2、纯居民到所属居民组组长处报名，由各居民组长报社区。

联系人：xx

20xx年xx月xx日上午8：00-11：30，下午1：30-4：30，午餐请各参赛队自行安排。

望城区教研培训装备中心前坪

(一)、接力灭火(4人)

比赛队伍：每个参赛队各派4名队员参加比赛。

比赛规则：

- 1、每个参赛队分别派出4名运动员进行比赛。
- 2、发令哨响后，1号运动员提灭火器从起点出发，将灭火器交给2号运动员（距起点30米）。
- 3、2号运动员再传递给3号运动员（距离起点60米），3号运动员跑至着火点（距离起点90米），将灭火器交给4号运动员，由4号运动员将火扑灭。
- 4、以火灭时记录时间为该队成绩，火未灭者，取消本队成绩。

比赛用品：灭火器12个、火盆3个、秒表1个、哨子2个。

比赛要求：

- 1、各接力处运动员必须严格站在接力处，未接力到自己时不能乱跑，否则本队重新开始。
- 2、因为有火源，工作人员注意保证自身安全与运动员安全，杜绝安全事故发生。
- 3、运动员服从裁判员指挥。
- 4、围观人员不得进入比赛区域。

（二）、快速接力穿消防服（4人）

比赛队伍：每个参赛队各派4名队员参加比赛。

比赛规则：

- 1、每个参赛队分别派出4名运动员，同时进行接力穿消防服比赛。
- 2、发令哨响后，1号运动员从起点出发跑到穿衣服地点（距起点50米处），以最快的速度穿好消防服。
- 3、裁判员判定该运动员穿戴合格后，向运动员示意：“穿着无误，请继续比赛。”若判定不合格，指出不合格处，运动员更正衣着无误后方可继续比赛。
- 4、1号运动员接到合格指示后，原地迅速脱下消防服，跑回起点接力2号运动员。
- 5、2、3、4号运动员按照以上程序进行比赛。
- 6、比赛成绩以最后一名运动员返回起点时间计算成绩。

比赛用品：消防服4套、秒表1个、哨子2个。

比赛要求：

- 1、运动员往返跑中，不能跑到别的跑道上。
- 2、运动员返回起点接力下一名运动员时，该运动员必须在起点内触碰到接力运动员的手后，方可进行比赛；否则，该运动员返回起点重新跑。
- 3、运动员服从裁判员指挥。
- 4、观看人员不得进入比赛区域。

（三）、紧急救援（4人）

比赛队伍：每个参赛队各派4名队员参加比赛。

比赛规则：

- 1、每个参赛队分别派出4名运动员同时进行此项比赛。
- 2、起点南侧20米处，有一人（1名运动员扮演此角色）腿部受伤。
- 3、起点处3名救援人员（剩余3名运动员扮演此角色）蓄势待发，准备救援。
- 4、起点处北侧30米处放置制作简易担架的材料：两根竹竿，一根绳子（10米）。
- 5、发令哨响后，3名救援人员跑到担架部件处将部件运送到起点，3人以最快的速度制作担架。
- 6、3名救援人员拿上制作好的担架跑到伤员处，将伤员救起抬到起点处后将伤员放下，以此到达时间计算比赛成绩。

比赛用品：可制作担架竹竿4根、10米长绳子2根、哨子2个、秒表1个。

比赛要求：

- 1、伤员不能自己上担架，必须由救援人员抬或者抱上担架，否则视为违规。
- 2、运动员服从裁判员指挥。
- 3、围观人员不得进入比赛区域。

（四）、穿越火线（4人）

比赛队伍：每个参赛队各派4名队员参加比赛。

比赛规则：

- 1、每个参赛队分别派出4名运动员进行比赛。

2、篮球场上工作人员用桌子围成一片障碍区，浓烟滚滚，各队队员一半人是“盲人”（能跑看不见），一半人是“瘸子”（不能跑看得见）。

3、让“盲人”背着“瘸子”，“瘸子”为其指引方向，并用湿毛巾捂住口鼻，以最快的时间穿越障碍区。

4、每个参赛队自由配成2组，可以同时穿越障碍区，但是碰到一次桌子，在本队成绩上加3秒，以此累计。

5、以最后一组组员通过的时间为本队比赛成绩。

比赛用品：毛巾12条、水桶2个、眼罩3个、冒烟盆2个，秒表1个，哨子2个。

比赛要求：

1、参赛队自备四条毛巾。每队“盲人”必须用眼罩捂着眼睛，瘸子脚不能着地，否则重新回到起点。

2、“瘸子”双手各拿一条毛巾，捂着自己和队员的口鼻，以免“中毒”，若没做到位，重新回到起点。

3、运动员服从裁判员指挥。

4、围观人员不得进入比赛区域。

（五）、两盘水带连接出水操（2人）

比赛队伍：每个参赛队各派2组运动员（每组2名）参加比赛。

比赛规则：

1、每个参赛队分别派出4名运动员，参与此项比赛中

2、主干道上，以消防栓为中心，向西向南各延伸50米为比赛场地。

3、发令哨响后，1号运动员前往消防栓西50米起点处，将消防水带，水枪、扳手迅速运到消防栓处。

4、2名运动员团结协作，要求：消防水带平直向前铺开，中间无打结；消防水带一端连接到消防栓上，另一端连接在水枪上；消防扳手放在消防栓的阀门上。

5、以上项目完成后，裁判员判定合格后，比赛继续，运动员需将水带对折卷好，比赛的运动员需要将水带和喷头，扳手一起送回到起点处，比赛结束。

6、比赛成绩以完成项目的时间记录。

7、该参赛队结束比赛后，下一队上场比赛，直到所有队全部比赛结束。

比赛用品：消防水带4盘、水枪2支，扳手2个、秒表2个、哨子2个。

比赛要求：

- 1、运动员需按指定位置准备比赛。
- 2、平铺的消防水带须平直无打结、扭曲为合格。
- 3、运动员服从裁判员指挥。
- 4、观看人员不得进入比赛区域。

（六）、消防知识有奖问答环节

比赛人员：参赛运动员，以及所有观看运动会的社区居民均可参与抢答。

奖项设置：一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名，纪念奖若干名。

记分规则：按各单项比赛成绩取前六名：第一名记6分，第二名记5分，第三名记4分，第四名记3分，第五名记2分，第六名记1分。以五项比赛累计得分计算总成绩，前六名为一、二、三等奖得主，凡参与比赛的团队均可获纪念奖。

高中趣味运动会策划书篇二

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。

xxxx年xxx月xxx日

主任：xxxx 副主任：xxx（常务）

组员：xxxx

：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：1000m 2 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：800m 2 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（4*8=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4*8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分钟的表演。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。

高中趣味运动会策划书篇三

：自定

：内部场地或野外场地、旅游区、度假村、学校等。

：全体（本活动以团队、技巧取胜，而非体能的较量），100人以上

：分队按小组形式比赛。

1、领导讲话；

2、领导致词并宣布比赛开始。

：本次比赛以推进凝聚力，加强团结精神为宗旨，不设置个人项目，全部为集体项目，每个项目每单位派三人参加，共分为七个项目：每项比赛第一名7分，第二名5分，第三名4分

1、手足情深：参赛运动员一手握一足，然后用单足跳的方式完成20米交换选手，（时间最少者胜出）

2、山路弯弯：参赛运动员在要进行中要绕赛道中间的障碍物跑五圈，然后返回到起点击掌接力，下一名队员继续，（时间最少者胜出）

3、地道英雄：再行进中钻过三张桌子，再跳过三把椅子后返回，到起点击掌交接，（时间最少者胜出）

4、准星调校：有一名队员蒙上双眼拿篮球站在三分线以外，其他两位站在球场以外指挥其移动方向，把球投出后交接，每投中一球得一分，（得分最高者获胜）

5、：20米之外的桌子上，三名队员轮流在一根线上穿针，返回时击掌为接力，三分钟内所穿针最多队获胜。

以下项目要有全部六名队员共同来完成

6、系手绢：全体队员站在篮球场中圈内，第一名队员开始那手绢跑到篮球架下把手绢绑到上面后回到中圈击掌后下一名队员出发，轮流出发，三分钟内手绢最多者获胜。

7、六人跳绳：两人摇绳，其余四人轮流，两分钟内跳过人最多者获胜。

具体项目也可以在以下项目中精选：

1、沟通游戏——自我中心意识：

你在平常的生活中是以自我为中心还是以他人为中心呢。尽情地和你的朋友交谈吧！我将会派出我的监查卧底在你们当中，拿到你们的把柄。小心哦！

目的：向团队成员展示，他们的自我中心意识比他们自己认识到的更严重；揭示关注其他的人的重要性。

2、团队挑战项目——飞越激流：

高中趣味运动会策划书篇四

为丰富高一学生的文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和美年级段”，高一年级段将举办高一年级段第一次趣味运动会，现制定活动方案如下：

趣味运动会组委会：

顾问：xx

主任：xx

副主任：xx（负责安全）xx（负责纪律）xx（负责后勤）

委员：xx

总裁判长：xx

裁判：xx

1，报名方法，时间：参加比赛的名单在10月8日前报承办班级班主任或负责人

2, 分组情况：特色组 机械组 经济组

1, 时间：定于10.14下午班会课，若因天气原因，另通知

2, 地点：校内操场

3, 场地划分

特色组：a幢前的篮球场地

机械组：国旗台边的排球场地

经济组：c幢前大门口场地

(一)，特色组：

(1) 参加班级：高一18, 6, 15, 8, 9, 17

(2) 承办班级：高一18

(3) 组织机构：

组长：袁世平

副组长：王学军 庄晓红 郑霄 杨爱群 杜娟

成员：学生会人员若干

裁判长：袁世平（兼职）

裁判员：学生若干

(4) 节目

项目一：《爱心速递》

(1)，比赛人数及分组：每队15名队员

(2)，比赛赛制：一场决定胜负，用时最少的队获胜

(3)，比赛规则：

a, 每个队15名队员依次排开排成一列，间距一臂；

b, 第一名队员双手举起象征爱心的篮球，其余队员弯下腰，双脚分开，当听到裁判发令后，第一队员将球传给第二名队员，依次类推，当第十五名队员接到球后，持球跑到第一名队员前面依

次传球，当第十四名队员接到球后，持球跑到第十五名队员前面依传球，依次轮换传球

c，当第一名队员站在最后一位并双手持球后视为比赛结束（比赛过程中，第一名队员是不跑动的）

d，在传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球.

（4），比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决.

项目二：《钉纽扣》

1，器械：针线\纽扣\布

2，参赛人数：每班十人

3，规则：

（1），比赛采用接力形式进行，每队第一人听到发令后，跑向终点处首先把线穿到针上然后用针线把纽扣钉到布上，要求拿起布，纽扣不掉下来为准，补好以后放回原处，回到起点，第二个接，第三个继续，直到最后一名完成后.

（2），要求把纽扣钉成五条直线上，每条直线上四颗纽扣.

（3），完成后，拿回钉了十纽扣的布回来，以最快完成，补得最漂亮美观的为胜.

（二），机械组：

（1）参加班级：高一4，5，11，12，13，14

（2）承办班级：高一4

（3）组织机构：

组长：蒋珍霞

副组长：仇军曼 戴旭华 童灵华 潘云明 郑建明

成员：学生会人员若干

裁判长：蒋珍霞（兼职）

裁判员：学生若干

（4）节目

项目一：定点足球

选手：每队15人

比赛规则：

- 1, 各队派出队员10名进行定点射门, 射门距离为10米, 每人射门3次.
- 2, 按下图所示(小球门), 队员按射中所示区域计算分数并进行累加.

项目二：脚夹球跳接力赛：

选手：每队20人

比赛规则：

- 1, 每队20人分为2组, 起点和终点各10人, 两组相对站立, 相距15米站成一路纵队, 起点的第一人手持接力棒, 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组的第一个人, 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排定名次.
- 2, 必须在比赛的赛道内进行, 出赛道加时间2秒一次.
- 3, 在跳的过程中, 球若掉落, 须在原地夹好后再继续跳进, 否则判为失败.

(三), 经济组：

(1) 参加班级：高一1, 2, 3, 7, 10, 16

(2) 承办班级：高一2

(3) 组织机构：

组长：吴霞

副组长：金平菊 汪士林 罗海霞 王丽华 盛慧贞

成员：学生会人员若干

裁判长：吴霞(兼职)

裁判员：学生若干

(4) 节目

项目一：双龙戏珠接力赛

选手：每队20人(其中女学生不小于8人)分为两组依次进行

规则：

1，各队分成两大组分别站在东西两侧，每次由两名队员背对背夹着篮球，听到开始信号后，从起跑线起侧前移动，到达终点线后，在交界区内拿下篮球交给下一组队员（其他队员不能帮忙）；以此类推，以最后两人冲过终点线为结束比赛，以时间多少排列最终名次。

2，比赛过程中，除在到达交界点交接外，不得用手扶球，但球掉下来可以再拿起，必须从掉球地点继续比赛，两人可以手挽手将球夹在两人的背中，跑步方法不限；

3，若有用手托（扶）或没有在交界区交接者按每一次犯规加时2秒计入比赛成绩

项目二：连环套

1. 比赛人数及分组：每队12名队员（其中女学生不小于6人），分为两组依次进行

2. 比赛赛距：场地长约25米，

3. 比赛赛制：按照每组最后一个人到达终点的先后按计时取名次

4. 比赛规则：

1) 每队12人纵队排在线上，每位队员之间相隔2米.第一位队员站在游泳圈内，另外手拿一个泳圈.发令后，第一位迅速将手上的泳圈向前扔，然后跳进泳圈，再捡起地上的泳圈，向前扔，一直到到达下一位选手为止，……依次类推，直到最后一位到达终点为止.

2) 所有队员的每一次跳跃都必须跳在泳圈内，当与下一位队员交接时，用手递泳圈.

3) 在行走途中，按每一次犯规加时2秒计入比赛成绩.

4) 比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决

六，竞赛要求：

（一）按照各单项竞赛规程规定的竞赛办法进行比赛；

（二）每位运动员只参加1个项目的比赛；

（三）运动员不得无故弃权（因公务或伤病除外）.

（四）参赛队员能遵守比赛的相关安全要求，不发生任何意外情况.

（五）各队应该积极配合竞赛活动工作人员开展竞赛的相关服务工作.

（六）参加活动有始有终，无中途无故退场现象.

（七）每位同学要保持现场清洁卫生，所在场地不留下任何垃圾.

(一) 每组总分取一等2名，二等2名，三等2名.

(二) 每项得分为：第一名7分，第二名5分，第三名4分，第四名3分，第五名2分，第六名1分.总分取单项总和.

(三) 得分相同，看每个项目的小分.

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