

2024年大学生趣味运动会策划书3篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/196719.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生趣味运动会策划书篇一

趣味运动是一项将传统的体育运动比赛和引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动，它介于体育运动和趣味游戏之间融合了体育、文化、趣味、智力等因素。

一方面丰富学生的课余活动，加强体质锻炼，增强集体意识和团结意识，训练大家的反应能力；另一方面，融洽师生关系和同学关系，培养团队协作的精神。

报名。以班级为单位，各项比赛项目参加人员，由班主任自由筛选，另外每班选出一名同学负责向广播台投稿。然后交由杨继平老师和贺志艳老师统计。

领导致辞开始8：50—9：00，比赛时间9：00—11：30，颁奖典礼11：30—11：40

20xx年x月x日（可根据实际情况更改）

学校操场

跳绳比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组（三个年级同时进行）。每班选举8名选手。每人有一分钟的时间，最后将各班选手跳绳总次数相加，以班级为单位，跳绳次数最多的班级获胜。

时间安排：9：00—9：25

（2）背部运球比赛。

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组和大三组。每班选举10名（分5组）选手。两选手用背部夹住气球，双手在背后交握，侧跑完成规定赛道长，把球放在指定位置后，返回原地，下一组开始运球。需返回原地重新开始，赛道长50米。比赛过程中，不许用手碰球，球落地或者

夹爆者，违规者取消本班的比赛资格。最后按照运球数量的多少以班级为单位进行排名。（大一先进行比赛，大二、大三一起进行）大一、大二选出前二名，大三选出一名。

时间安排：9：40—10：10

（3）二人三组比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组。每班选举12名（6组）选手，赛道长50米，每班分三组在赛道两边，以接龙式进行比赛。前一组选手到达指定位置后，后一组才可以开始。由工作人员安排好后，听口令开始比赛，抢口令者加时5秒。按照完成任务所需时间长短以班级为单位进行排名。七、大二选出前二名，大三选出一名。

时间安排：10：25—10：45

（4）拔河比赛

比赛规则：以班级为单位，分为大一组，大二组，和大三组。每班选举7名男生7名女生。大一以抽签形式分两组进行淘汰赛，胜出的班级在进行比赛，每次比赛一局决定胜负。大二以抽签形式选出一个直接晋级班级，剩余两个班进行比赛，胜出班级与晋级班级再进行比赛。大三两班直接进行比赛。

时间安排：11：00—11：30

跳绳20根，气球2包，捆绳15条，大绳2根，计时器6、口哨若干、米尺、音响，话筒，照相机，奖状若干，大纸箱5个。

场地布置：xx

会场秩序：各班班主任负责本班秩序、卫生及组织投稿。

突发事件处理：校领导人员

照相、摄影：xx

广播台负责人：xx

每项比赛七、大二组各取前二名，大三组取一名。另外设置精神文明奖（在所有班级中取前三名，内容包括

1、投稿

2、赛场纪律

3、赛场卫生，颁发奖状。

大学生趣味运动会策划书篇二

活动介绍

春暖花开时，万物生机勃勃，为了丰富大家的课余生活，进一步推动阳光体育活动，也为了增强班级的凝聚力，也给大家一个展示自我的竞技平台，特举办此次趣味运动会。

活动宗旨

为了丰富大学生活，活跃校园气氛，促进班级集体之间的交流，锻炼同学们的身体，学以致用，玩以致学，动员各个学院的同学参与其中，展现新一代xx学子的精神风采。

张扬青春，欢乐运动

友谊第一，比赛第二 公平 公正 公开

xx年x月x日 xx大学新校区体育场

共青团xx大学委员会

承办方：xx大学社团联合会文体活动部

参赛对象：教师代表队，xx大学全体社团代表队，校学生会代表队，学生社团联合会代表队
(每队6人)

(1) 宣传

前期宣传海报两张，展板一个，横幅一条，展板介绍活动内容并

鼓励大家积极报名参与，两张海报宣传时间和地点，并呼吁大家前去观看，一起快乐。除横幅在比赛时展出外，展板和海报都提前在食堂广场展出。

后期活动结束后，以展板的形式公布比赛结果，以海报形式（贴活动的部分照片）向全校同学展示活动的精彩内容。

(2) 报名安排

在展板和海报展出后一个星期，在食堂广场报名，负责记录的同学同时向不理解的同学宣传和解释，工作人员积极宣传和征收参赛人员名单，提前一周承办单位。

(3) 具体活动流程

1.比赛前一天决定场地的布置以及布置场地的人员调度

2.比赛前一周，提前邀请嘉宾（嘉宾是学校领导老师，各个社团以及校学生会），并且确定有多少能比赛时到场。

3.确定比赛团队

4.活动开始

1) 主持人致开场致辞

2) 主持人介绍到场嘉宾

3) 主持人介绍参赛队伍，裁判和工作人员的组成（介绍时参赛队伍入场）

4) 主持人宣布比赛开始，并告知比赛队伍具体活动项目在哪进行

5) 主持人宣布最后的比赛结果

6) 嘉宾颁奖

7) 主持人宣布比赛结束

比赛以团体赛形式进行

(1) 眩晕大pk

比赛规则 每队4人，比赛开始后，要求每队队员依次原地转6圈，然后跑致指定地点，将所放的球射入6米外的小球门（球门以竹竿代替），每射入一个球得一分，时间是两分钟，进球多者胜出。

(2) 快乐袋袋跳

比赛规则 男女各3人，第一个人手拿一个气球，跳进袋子，以最快速度跳到同伴面前，将气球传给同伴，进行接力比赛，最后用时最少的团队胜利。

(3) 齐心协力

各队6人参赛，各个队进行不同的项目，前一小队进行结束，另一队接上进行另一个项目。

第一个项目 6人站成一列，手搭在前面队员的肩膀上，所有队员的右腿全绑在一起，全体队员成跳跃式前进，到终点时，下一小队开始。

第二个项目 6人一次从垫子上翻滚过去，一个接一个，6人滚玩为止。

第三个项目 一个接着一个，用腿夹着篮球向前蹦跳，篮球不能落地，否则重新从起点开始，总体用时最少的团队获胜。

(4) 拍档

比赛规则 各队选派一男一女参赛，进行4个项目。

- 1.男生背着女生向前走，全程40米，女生双脚不能触地
- 2.女生夹乒乓球放进男生头上的碗里，一共夹4颗，女生必须一边夹男生一边在跑道上蹲着行走，若碗掉地上，从夹第一颗乒乓球开始。
- 3.由工作人员督促2人选一张卡片，上面有字母，选中哪一个字母两个人就要做出字母的造型，经工作人员统一再进行下一个项目。
- 4.两人分别站在篮球架两旁，同时向篮球框投球，直到投进为止。所有项目完成用时最短的队获胜。

(5) 两砖渡河

比赛规则 20米距离，每个参赛者利用2块砖沿规定路线走到终点，手脚不许触地，两脚不许踏在同一块砖上，即手放一块砖，脚踩一块，如此循环，直到到达终点；若犯规，回起点重来。每人1程，前一名结束，下一个方从起点开始，累积记时少者胜出。

(6) 飞碟

6名队员背对圆心，相互勾肘组成一个圆圈代表“飞碟”，一名队员居中当“驾驶员”站在起跑线后正对跑进方向做好预备姿势，任何一名队员不能越过起跑线。游戏过程中如果跌倒、散架，应从跌倒或散架处重新开始比赛。累积用时少的队获胜。

(7) 瞎子背瘸子

规则：，一对男的、一对女的、一对男女混合的，男生当“瞎子”，用纱巾蒙住眼睛，女生扮“瘸子”，为“瞎子”指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者，为赢。其中路障设置可摆放椅子，须绕行；汽球，须踩破；鲜花，须拾起，递给女生。

(8) 你的地盘我做主 每个人站在一张报纸上，每组有一名队员手抱一个足球或排球，任意的向身边别的组抛球，球打到哪一组的哪张报纸上，这个组的报纸就减少一张（地盘被掠夺），纸张只能被裁判收回。哪个队员同时被击中了，他也必须被淘汰，最后哪一组剩下的队员最多，哪一队就获胜了。

(9) 一鸣惊人

每个人做十个仰卧起坐，每次坐起时必须敲响悬挂在前方的锣。累计计时少的队获胜。

(10) 智夺天门

两队从相对的方向出发，依次穿过障碍物，用头触碰前方固定好的塑料布，然后原路返回（若中途碰翻障碍物需降障碍物重新放好），当接力到最后一个队员时需穿过塑料布。累积计时短的队获胜。

(11) 叶中阁

在指定区域，有20cm*20cm的方格若干个，每队派10人参赛，每队10人站在小格中，累积所占格子少的队获胜。有1分钟的准备时间。（可以抱起或背起其他队员）

（12）五人气球pk

两队同时各派由五人组成的战队，5人每人的脚上绑两个气球。两队pk比赛，比赛开始后气球全部被踩爆的同学，失去继续比赛的资格。比赛其间限制5分钟，到时看哪一支队伍的气球最多就获胜。

各项项目单项奖：

团体奖：一等奖：一名

1、条幅

2、嘉宾纪念品

3、奖品：

4、活动物资：

一等奖：一名 洗衣粉3袋 二等奖：三名 牙膏3盒 三等奖：五名 卷纸3卷 洗洁精6瓶 二等奖：两名 洗衣皂6盒 三等奖：三名 毛巾6条 优秀奖：若干名 棒棒糖6个

大学生趣味运动会策划书篇三

一、活动主题：连接心灵的桥梁，描绘你我的未来。

二、活动地点：本部操场。

三、活动时间：

四、活动目的：心理自助中心作为一个关注大学生心理健康充满人文关怀的学生会工作部门理应组织活动丰富同学们节日生活，并进一步扩大心理自助中心的影响，促进和谐校园的建设。此趣味心理运动会能够丰富大学生的课余文化生活，缓解学习带来的压力，提高团队中队友的合作精神，加深对团队合作的了解与认识。促进学生交流，培养合作精神，提高大学生心理素质及心理健康水平。同时让同学们近距离地接触心理，了解心理素质拓展的内涵。最终达到让运动促进协作，让运动焕发激情，在运动中得到锻炼、感受喜悦、获得乐趣！

五、活动流程：

（一）活动前期准备：

1、x月中旬申请场地。

2、x月x号开始进行活动宣传

学生会成员到各班进行宣传。统计各班报名人数

3、购置以及安排好运动会所需物品。

购买活动所需物品。

4、准备相机记录活动过程。

(二) 趣味运动会开始前的准备：

1、将申请好的桌椅及其他趣味运动会所需道具搬至场地；

2、提前准备好活动场地；

3、提前准备好奖品以及一些纪念品；

4、对所用道具进行检验，包括音响，麦克等的检查；

5、主持人及裁判做好相应准备；

(三) 开幕式流程：

1、主持人（待定）；

2、领导发言；

3、学生代表发言；

4、趣味心理运动会开始；

(四) 趣味运动会进行中：

1、活动名称：默契果实

(1) 参赛人员：每队出两人（最好一男一女）

(2) 活动目的：本活动旨在提高队友之间相互的默契度。

(3) 活动方法：每组男女各站在一边距离三米远，男女面对面站立。女生后背一小筐，由男生负责向筐内投球，在规定时间内投进个数最多者为胜。按进球数记名次，按名次记分，最后一名记一分，其他队按名次依次累加一分。

(4) 活动规则：下午在场地工作人员准备好比赛器材，参赛者在各自位置准备好，主持人喊开始后计时开始比赛进行，工作人员维持秩序。主持人说时间到，比赛结束。

(5) 活动时间：由主持人视情况而定。

(6) 道具：若干小筐，若干网球。

2、活动名称：搭桥过河

1、参赛人员：每队出6人（男女不限）。

2、活动目的：本活动旨在培养团队协作能力和战略战术，训练团队内部的协调能力。

3、活动方法：每个参赛队分为两个小组，每组3人，赛道两头各一组，自由组合，起点组手持四块“小地毯”，由第一名队员向前搭放“小地毯”，第二个队员不断地把身后的“小地毯”传给第一个队员，3人踩着“小地毯”前进20米，要求脚不能触地。待3人全部过界后，另一组将接过“地毯”以同样的方式往回走。以最快的速度通过规定的距离为胜。按时间记名次，按名次计分，最后一名记一分，其他参赛队得分按名次依次累加。

4、活动规则：

(1) 参赛队队员在起点线外准备。待一组队员全部到达终点时另一组才能出发。

(2) 比赛过程中只要有脚触地的情况，均视为犯规。每触地一次记犯规一次，每犯规一次比赛成绩加2秒。

5、时间：20分钟

6、道具：小地毯24个、秒表6个

3、活动名称：项目四：背靠背、心连心

1、参赛人员：每队出六人（男女不限）

2、活动目的：本活动旨在提高队友之间相互的默契度，其中用劲的适度起着至关重要的作用。

3、活动方法：由6名队员参赛。每两人背靠背夹住一个气球横向滑步前进，途中绕过折返点，返回到出发点由下两名同学进行接力，行进中气球不得落地、爆炸，途中手、臂不能碰球，最先完成者胜出。按时间记名次，按名次计分，最后一名记一分，其他的参赛队得分按名次依次累加。

4、活动规则：

(1) 比赛过程中如有气球落地、爆炸情况出现需从原地（气球自然落地点、爆炸地点）准备好再前进。

(2) 以防途中因气球落地、爆炸所造成的时间浪费，每队可派一名队员跟在比赛同学后面，但必须保持1米的距离。

(3) 途中不得以手、臂碰球，如有违反均视为犯规。每碰球一次记犯规一次，每犯规一次比赛成绩加2秒。

5、时间：20分钟

6、道具：气球50个、秒表6个

4、活动名称：信任之旅

1、参赛人员：每队出2人（最好一男一女）

2、活动目的：本活动旨在训练学生良好的心理素质和方向感，及团队协作精神。

3、活动方法：每队由1人指挥（a）（女生），1人蒙上眼睛（b）（男生），在相隔10米的赛道两端各放一水桶（一边盛有水，一边

是空桶），在a的指挥下b在规定时间内（2分钟），用手里的杯子把水运到空桶内，直至比赛结束，空桶内的水最多获胜。按名次计分，最后一名只记一分，其他的参赛队得分按名次依次累加。

4、活动规则：

在比赛过程中，不允许出现a、b身体接触的现象。如有接触，视为犯规，犯规一次扣0.5分，依次累加。

5、时间：30分钟

6、道具：眼罩24个、水桶12个、杯子6个、秒表6个

5、活动名称：编花篮

1、参赛人员：每队6人（男女不限）

2、活动目的：提高学生的团队协作意识。

3、活动方法：各参赛组队员一人把脚腕搭在另一个人的腿腕上，如此交替，围成一个圈，单腿蹦跳向前走，并在行进过程中拾起在相应的位置预先放置好的矿泉水瓶，在规定的时间内（一分半钟）内，按拾起矿泉水瓶累计得分多者为胜者。

4、活动规则：

（1）在行进过程中若“花篮”有损坏，则在裁判指定的位置重新开始。

（2）矿泉水瓶可由队中的任意队员拾起，其中红瓶3分，黄瓶2分，蓝瓶1分。

5、时间：10分钟

6、道具：矿泉水瓶60瓶、秒表6个

6、活动名称：多人多足竞速

1、参赛人员：每队6人（男女不限）

2、竞赛目的：本活动旨在培养团队的配合能力。

3、竞赛方法：每队选出同学各6名，相互间用布条绑好小腿，以最快的速度通过规定的距离（30米）为胜。按时间记名次，按名次记分，最后一名记一分，其他队按名次依次累加一分。

4、竞赛规则：

（1）比赛以全体同学通过终点线为基准。

5、时间：30分钟

6、道具：布条30条、秒表6个

（五）运动会结束

1、组织工作人员清理现场

2、将录制的运动会过程进行整理且做出总结并保存

3、做好心里运动会的反馈工作

（六）注意事项：

1、各个小活动衔接好

2、负责记录的人员要注意记录好

3、操场要提前布置好，弄好各活动顺序，不要出现混乱的场面

4、协会内部成员要沟通好，团结合作

5、人员分工要明确，责任落实到个人

（七）活动预算

前期宣传：

运动会当期：

总计：

八、人员安排

项目组：

(一) 计划组

总负责人：xx、xx

主要任务：

- a、安排各活动顺序及全流程的衔接
- b、运动会主持人的选择、形象设计及台词审核

(二) 宣传组（宣传部、文体文娱）

总负责人：xx、xx、xx

主要任务：

- a、到各班进行宣传，统计报名名单。
- b、运动会当天场地布置

(三) 道具组（宣传部）

总负责人：xx、xx

主要任务：

- a、购买运动会的主要道具
- b、裁判及工作人员所需道具
- c、准备好比赛时所需照相机。

(四) 接待组（秘书处）

总负责人：xx、xx

主要任务：

接待到来的嘉宾。

(五) 机动组（宿管会）

负责人：xx、xx、xx

主要任务：随时调动人员，维持秩序。

六、活动对象：xx大学中职学院全体学生

七、报名方式：各参赛队伍（自由组队，每队限6人）于x月x号

将参赛名单交给宣传部

八、比赛奖励：趣味心理运动会设置团体奖项九名（一等奖一名，二等奖二名，三等奖六名）、

附注：1、各参赛队报名时，务必在报名表上附注本队队长的联系方式。

2、比赛过程中要求各参赛队员服从裁判，不得与裁判有冲突。

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