

小学阳光体育运动活动方案(精选5篇)

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

小学阳光体育运动活动方案篇一

一、活动宗旨：

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

二、活动主题：

我运动我健康我快乐

三、活动要求：

人人有项目班班有活动

四、组织机构：

组长：吕志仁

副组长：汪志勇金瓯敏

成员：陈龙阳朱蒙蒙及各班班主任

五、实施目标：

- 1、营造良好的舆论氛围。通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，使“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号家喻户晓，深入人心。
- 2、与体育课教学相结合，开齐开足体育课和体育活动课，通过体育教学，教育、引导学生积极参加阳光体育运动。
- 3、与课外体育活动相结合。保证学生在每天能到室外去，保证能有一小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入学校年度教育计划。
- 4、建立学校体育活动的长效机制，营造人人参与、个个争先的氛围，形成促进青少年健康成长的良好育人环境。通过学校体育活动，保证每名学生至少掌握两项日常锻炼运动技能，养成终身体育锻炼的习惯。

六、具体安排：

1、活动计划

充分利用体育课、课间操、眼保健操锻炼，并根据学生的学习规律、体能差异及兴趣爱好。以班级为单位，学生进行跳绳、踢毽子、扔沙包、呼啦圈、象棋等作为运动项目，全面开展阳光体育活动，实现每天1小时体育锻炼的目的。

2、活动方式

领导监督，体育教师巡视评价，班主任组织、引导，学生自主锻炼。

3、活动步骤

- (1) 自主锻炼。利用体育课、课间操、和学生自主选择的运

动项目，坚持每天1小时体育锻炼，促进师生体质健康发展。

(2) 效果检测。学校组织开展秋季运动会、春季运动会、参加校外机构组织的各类比赛活动及随时检测，检查运动效果。

4、活动具体安排见附件！

七、实施内容

以学生兴趣爱好入手，带领学生全员参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，突出篮球特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯。

1、规范作息時間，坚持搞好阳光体育活动。坚持科学规范的学生作息制度，制定科学的作息时间表，保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利。积极开展体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间，切实做到“三定”，即定内容、定时间、定指导教师。

2、开齐、开足、上好体育课。同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育课堂教学质量。

3、开展常规竞赛活动。每学期，学校组织运动会或篮球赛等，用比赛促发展。

4、做好《学生体质健康标准》测试。深入做好《学生体质健康标准》测试工作，认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化，以此全面落实《学生体质健康标准》。

5、做好体育科目测试。坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

6、着力打造校园体育文化特色。将学校体育工作跟行知校园

文化建设有机结合，为孩子们拓展最大的生活空间，让校园体育文化也能展现生活教育的魅力，让阳光体育成为学生生活的一部分，让每个学生从中得到快乐。将校内体育活动打造成学校文化名片之一□20xx年11月，我校首届体育运动会举办，开展各项竞赛，有田径运动会，篮球赛，象棋比赛等，到今年的第五届学生田径运动会。这些比赛活跃了校园气氛，陶冶了学生情操，增加了班集体的凝聚力，对学生全面发展起到了良好的促进作用□20xx年，我们将在此基础上精心策划，合理组织，文明比赛，让“校园体育”再结硕果。

小学阳光体育运动活动方案篇二

全面贯彻教育方针，落实《中共中央国务院关于加强青少年体质的意见》和《学校体育工作条例》为全面贯彻落实教育部、国家体育总局、共青团中央提出的“健康第一”的指导思想，全面增强中、小学生的综合素质。

二、目的要求

注重对每一个学生的健康教育，使学生在思想上正确认识到健康的重要性，培养他们自觉参加体育锻炼的意识。是在学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，提高学生的体质健康水平。共同实现“每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”的目标，大家一起动起来吧！

三、活动成员和内容

活动成员：全体师生

活动内容：

- 1、每天利用早操20分钟时间坚持做好：广播操《七彩阳光》、《二十四式太极拳》

2、每天利用下午大课间20分钟和课间10分钟在本班级活动区内活动(跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子)

3、每天做好可见10分钟的两次眼保健操;

4、给自己定一个运动目标: 跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子

四、活动计划

1、加强宣传营造阳光体育运动的良好舆论氛围。充分利用板报、宣传栏等各种宣传手段, 开设专题栏目, 开展各种体育比赛等活动来大力宣传阳光体育运动, 广泛传播健康理念, 使“每天锻炼一小时, 健康生活一辈子”的理念深入人心, 唤起师生对健康的关注。

2、以体育课教学为基本平台, 与课外活动有机结合。从本学期开始, 学校将严格执行国家关于体育课时的规定, 开足开齐体育课。更加注重对学生进行健康知识教育和科学健身理念的培养, 把课外活动纳入学校教育教学计划, 不得挪用或挤占课外活动时间, 安排看护教师进行课外活动辅导、训练, 对参与课外活动辅导的教师按相应时间计算其工作量, 确保师生的合法权益。

3、坚持教育与趣味性相结合, 提高学生的兴趣, 符合中、小学学生的身心特点, 寓学于乐, 寓练于乐。

4、坚持大课间和课外活动相结合, 积极开展快乐体育活动, 不断丰富学生课外体育活动的形式和内容。加强安全教育和安全管理, 防止意外体育安全事故。

小学阳光体育运动活动方案篇三

一、比赛时间:

二、比赛地点：

三、比赛对象：

四、比赛项目：

1、一至二年级：亲子接力赛（各校区自行安排组织，时间xxx年4月20—27日之间。）

2、三、四年级组：60米、200米、400米、跳高、跳远、垒球

五、参加方法：

1、一、二年级亲子比赛人数各校区根据校区情况进行规定。

2、三至六年级每班20人，男女不限（男生或女生最多不超过12人）。

3、每班每人限报2项，每项限报2人（可兼接力）。

六、录取及计分办法：（各项目只进行决赛，四校区统一录取名次）

1、个人名次：各级段各项目取前12名，按13、11、10、9、8、7、6、5、4、3、2、1计分。集体项目加倍计分。

2、团体总分录取办法：

一、二年级根据各自校区情况录取团体名次。三至六年级取团体前十名。若总分相同看第一名获奖人数多少进行排列，多者在前；以此类推。

小学阳光体育运动活动方案篇四

本次运动会设立学生组：

30米迎面接力、跳长绳，长跑、拔河四个项目；教师组：拔河比赛 亲子活动：两人三足接力比赛。

比赛事项安排如下：

一、 比赛时间：2005年11月28日

二、 比赛地点：运动场

三、 参加人员：全体师生

四、 主持人

五、 比赛项目：学生组：1、30米迎面接力 2、跳长绳 3、长跑 4、拔河比赛。5、两人三足接力比赛(亲子活动)

教师组：拔河比赛 分教研组比赛，各教研组长填报名表，再交体育组。

六、 报名项目及人数

1、30米迎面接力：男15人、女15人（全校各班）

2、跳长绳：男10人、女10人（四五六六年级）

3、长跑比赛：每班男10人、女10人（四五六六年级）

4、拔河比赛：每班男15人、女15人（全校各班）

5、亲子两人三足比赛：每班家长6人 老师二人 学生8人

5、教师拔河比赛：各教研组派七人代表比赛且男教师不能多于2人，比赛对手抽签决定。语文组可多报一人。

6、不明白之处向体育组咨询。

奖励和录取办法：

1、跳长绳评比条件：各年级第一名为一等奖 第二名为二等奖，第三名有奖状不设奖品。

2、长跑比赛取前十二名奖励。

3、30米接力按各年级班级数抽签同时比赛。各年级第一名为一等奖 第二名为二等奖，依此类推，最后一名有奖状不设奖品。

5、亲子活动：各年级第一名为一等奖 第二名为二等奖，依此类推，最后一名有奖状不设奖品。

各班在赛前首先进行初赛后确定正式的参赛人员。班主任填写报名表要在规定的日期内交到卢文斌老师老师处。11月25日下班前截止报名。

希望各班主任接到通知后积极组织学生行动起来。争取在比赛中取得好成绩！

补充说明：

活动注意事项：

(1)班主任做好动员工作，提前做好安全教育工作，要求学生在活动当天穿冬季运动服，穿运动鞋，不带红领巾，可带水，注意保持场地卫生，同时负责营造好本班的会场氛围。

(2)老师当天不允许请假，尽量穿运动服。(特殊情况特殊处理)

工作人员安排情况：

裁判长：

报名、会场指挥、发号、计时员：

记录员、统计员：

奖状打印：

主席台会场布置和校园宣传气氛营造当场发放奖状：学校行政

运动员代表发言稿、活动报道稿：

大会纪律检查组：

现场宣传报道组：学生广播员

音响设备负责人：

摄影：

出光荣榜、奖状、奖品：

医护人员：唐佳

4、裁判员：（非班主任老师，另见安排）

30米接力跑：3人

拔河比赛：6人

长跑比赛：4人

亲子活动：8

小学阳光体育运动活动方案篇五

本站发布小学生趣味运动会活动方案，更多小学生趣味运动会活动方案相关信息请访问本站策划频道。【导语】趣味运动会，有利于丰富学生的课间活动，加强学生们彼此之间的交流，增进学生的团队合作精神。以下是本站整理的小学生趣味运动会活动方案，欢迎阅读！

篇一

本次趣味运动会的宗旨在于增强各个部门的凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。弘扬奥运精神，增加团队凝聚力，在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。本次的趣味运动会是丰富校社联各个成员的课余生活，给每一位学生展现自我的机会。在学习之余好好锻炼身体，注意各种才能的挖掘、培养与展示，同时增加同学之间、学院之间的交流、并促进友谊为美好的大学生活留下灿烂的一笔财富。

一，活动主题

娱乐身心、激扬青春

活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

二，活动整体方案

活动时间:2019年3月14~15. 下午五点

活动地点:学校田径场

主办单位:教育系学生会

赞助单位:xx

活动参与对象:教育系全体师生

活动主题:教育系趣味运动会

三，具体活动细则简介

项目一:拔河大赛

参赛者:15人

裁判员:发令1人，记录1人。

比赛器材:拔河绳1条，红布条1条，口哨1个。

比赛场地:学校操场

比赛规则:在比赛场地上画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。当红布条与拔河绳的系点过河界时，裁判员鸣哨宣布比赛结束和胜方。

拔河赛制:

1. 比赛分淘汰赛、决赛两个赛程。
2. 比赛分组及比赛首场的站位选择由各班班长抽签决定。
3. 淘汰赛:每班抽签分成a.b组，a组四队，b组三队。每组比赛采用三局两胜制，每局后双方交换场地。当两局即可分出胜

负时，比赛宣告结束。每组获胜者晋级。共两支参赛队伍进行决赛。决赛：采用三局两胜制，胜者为总冠军。

项目二：螃蟹运球

参赛者：每班16人

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。

比赛器材：篮球4个。秒表4个，哨子一个。

比赛场地：学校操场，10米

比赛规则：赛道两端各站8组队员。比赛开始后，其中一端的一组队员用背部夹住篮球，侧向走到另一端，然后把篮球交给另一组队员。来回接力。知道最后一组队员走到另一端。如果在运球过程中，篮球掉了，必须把球捡起再夹好，并在掉球点继续比赛。记录员记好时间，并登记，统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

项目三：跳长绳

参赛者：每班14人(包括甩绳人员)，7人一组，分两组。

裁判员：发令一人，4个人计时与记录。(分两组)

比赛器材：长绳。秒表4个，哨子一个。

比赛规则：五人站在长绳中，两人甩起长绳。比赛开始时开始记圈数。一分钟比赛时间。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不计在圈数中。比赛继续。一分钟内圈数最多的为冠军。名次取前三。

项目四：袋鼠跳

参赛者:每班10人

裁判员:发令一人, 4个人计时与记录。

比赛器材:4个大口袋, 秒表4个。口哨一个。

比赛场地:学校操场。20米。

比赛规则:跑道两端各站5名参赛队员。其中一端的队员站在麻袋内, 手提袋口向另一端的队员跳去, 然后将麻袋交给另一端的队员。来回接力, 直到最后一名队员手提麻袋跳到跑道的另一端。记录员记好时间, 并登记, 统计出名次。

赛制同拔河赛制。分两组比赛。

四, 奖励规则。

五, 活动经费预算。

六, 其他

1. 尊重比赛, 尊重裁判, 尊重对手, 赛出水平, 赛出风格。
2. 裁判必须做到公平、公正、公开。
3. 比赛前由各班解读比赛项目细则, 让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则。
4. 禁止非工作人员与参赛人员进入比赛场地, 打乱比赛秩序。
5. 持场地的卫生, 保持现场的卫生。
6. 请各班参赛队员准时到达比赛场地, 比赛时间不到者作弃权处理。

7. 望各班认真组织本班的队员参加活动，并组织好后勤工作及本部门的啦啦队。文明比赛、文明助威，充分展现各部门风采。

8. 遇不可抗因素(如下雨)或全校性活动，比赛日期另行通知。

篇二

一、活动目的

为丰富全校师生课余文化生活，倡导“每天健身一小时，健康生活一辈子”，全面推进我校健身运动的深入开展，增强学生的身体素质和凝聚力，构建“和谐校园”，我校将举办趣味运动会，现制定活动方案如下。

二、活动领导小组：

组长：杨林

副组长：刘爱龙任珍云

成员：刘晓峰金建肖旭

三、活动时间和地点

2、地点：校操场

四、活动内容及方法：

活动分为个人项目和集体项目。

(一)个人项目

1. 前抛实心球(男女) 2. 立定跳远(男女)

3. 1500米(男子) 4. 800米(女子)

(二)、集体项目:

1. 项目名称:《赛龙舟》

方法:每班报名运动员10人(至少4名女生),配小垫子6-8块。将小垫子纵向连成一条“龙舟”在起点后放好,运动员分别跪在各自的垫子上。裁判员发令后,各组队员迅速爬至垫子的前沿,最后一名队员爬至前一名队员的垫子上,然后迅速拿起自己的垫子向前传递,直到传给最前面的队员把垫子连起来,形成新的“龙头”,并向前行进。按此方法依次循环直到终点。先到达终点的组获胜。

规则:(1)、必须在小垫子上逐个依次传递垫子,不许将小垫子抛越过前面的队员。

(2)、膝盖不能离开垫子,身体的其它部位不能触地。

(3)、违规者必须重新传递才可以继续比赛。

(4)、小垫子必须首尾相连,不能有空隙。

2. 项目名称:《背球接力赛》

(1)、比赛人数及分组:参赛队每队共10人,分为5组,男女各半。

(2)、比赛规则:

1)2人为一小组,5小组进行接力。2人不能用双手抱球,只能用背部夹住1个篮球,从起点出发绕过终点的标枪再回到起点,然后把1个球传给下一组的队员,5小组轮换后,最快的那一大组就是获胜队。

2)注意在传球的过程，哪一小组出现掉球和用手扶球现象均为犯规，都要从起点重新出发。

3、项目名称：《众人一条心》

规则：参赛者以8人为一组，男女不限，要求8人肩搭肩，从起点起跑，不可出现摔倒和放手的现象，（出现以上现象者放弃比赛资格）手始终在另一个队员的肩上。哪一队所发的时间最少，哪一队就是获胜队。

4、项目名称：《滚雪球》

1. 比赛人数及分组：每队12名队员（女生至少5人），分为两组依次进行

2. 比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志

3. 比赛赛制：按照全部人员手拉手跑回起点的先后按计时取名次

4比赛规则：

1)每队12人，纵队排在起点线上，发令后，各队第一位迅速向前跑去，绕过终点标志物跑回起点，与第二位两人手拉手再迅速跑向终点，折转后返回起点，再拉第三位的手变成三人手拉手向前跑……依次类推，直到整个队伍手拉手跑完为止。

2)返回起点的人必须手拉手绕过起点、终点的折转标志物才能向前跑。

3)跑动中不限制队伍的排法，但必须是手拉手，不得脱手。

5全队人员(12人)全部超过起点才算全部到达。

6. 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

5、项目名称:《赶猪》

1. 比赛人数及分组:每队10名队员(至少4名女生)

2. 比赛距离:10米

3. 比赛赛制:一场决定胜负,用时最少的队伍获胜

4. 比赛规则:每个队10名队员同时站在起点处排成一列,第一名队员手持木棒,当听到裁判发令后,利用木棒将起点处的“猪”(实心球)赶至终点,然后再从终点赶回起点交与下一名队员。

6、项目名称:《小马过河》接力赛

道具:呼啦圈

规则:分四组同时进行,每一组10人参加(女生至少4人),第一个参赛者从起点用两个呼啦圈依次向前摆放,每次参与者的`双脚必须踏在圈内,以最快到达终点为胜利。依次轮流直到10人参加完毕,哪一组最快哪一组就获胜。

7. 项目名称:《障碍跑接力》

方法:每队各15名队员(至少7名女生)障碍共计五个标志杆,杆与杆之间间隔4米,起点距离第一根标志杆12米,最后一根标志杆距离折返点12米。第一名运动员手持接力棒听到指令后出发,依次绕过标志杆,到达折返点后,绕过标志物,继续依次绕过标志杆,回归本队,将接力棒传递到下一名运动员,第二名运动员继续出发。全队用时最短的为胜利队。

特别注意:碰倒标志杆的运动员,必须将标志杆恢复原样,才

能继续比赛。否则不予计算成绩。

五、参加对象:全体初一、初二在校学生

六、竞赛办法:

(一)个人项目每班限报三人,每人限报两项;集体项目按照每项要求人数报名(在总人数不变的情况下,可增加女生人数);每名运动员包括个人项目和集体项目限报5项。

(二)报名有缺项的班级,最后计算团体总分时,按照每人扣1分。

(三)已报名的运动员不得无故缺席或弃权(因公务或伤病除外),违者按照每人扣该队总分5分。

(四)个人和集体项目都不得冒名顶替,如有违规现象,经举报查实后,扣除该班所有分数,扣除德育量化评比10分。

七、名次和奖励办法:

(一)个人项目取前八名,计分按照9、7、6、5、4、3、2、1计入总成绩。

(二)团体项目按照14、10、8、6、4、2计入总成绩。

(三)团体前两名颁发奖状。

八、注意事项:

1、各班做好安全、纪律、环保教育,活动期间不得随意走动,观看有秩序,加油鼓励方式合理。

2、各班要求服装统一。任课教师无特殊原因要求组队参加活动。

九、备注:本方案未尽之处另行通知,本方案解释权属活动领导小组。

篇三

一、运动会主要目的:

我们的童年生活,在家长与孩子间建起一座沟通的桥梁,让我们在比赛中感受运动的快乐;因为玩是儿童的天性,让孩子们在比赛中尽情的玩,让孩子们在玩的过程中增长知识,增进团结和友谊,培养他们挑战自我、超越自我的信念。

二、运动会主办单位:

一家人

五、运动会参赛对象:

人民家庭。

六、运动会参赛地点:

备选场地:本地区操场、实验小学校园操场、。希望诸位家长发动社会关系,各显神通联系场地。根据赞助情况,可适当给予回报。

对比赛场地提供者,在趣味运动会背景、条幅标语中为之做相应的宣传,在丹东电视台、鸭绿江晚报和时代丹东网等新闻媒体采访中,对之给予鸣谢。

七、运动会时间及日程安排:

1、9月9日:召开家长会,进行活动策划,组建组委会。

2、9月10日至30日:联系冠各单位、赞助单位,购置奖杯、证

书和奖品等。

3、9月10日至20日:网上讨论运动会比赛项目。

4、9月20日:公布比赛项目讨论结果。

5、9月20日至10月上旬:比赛项目网上报名。

6、9月20日至30日:准备器材和道具,确定舞台、音响、摄影、摄像师等。

7、10月上旬某日上午5:00,布置舞台、背景、音响、空飘球、宣传条幅等;

8:00--12:00:举行运动会开幕式,比赛正式开始。当日下午举行闭幕式,对运动会表现突出的小组进行表奖。

八、运动会备选项目:(项目取舍由大家讨论决定)

(一)钓鱼比赛:

参赛方式:宝宝个人参赛

比赛规则:在比赛现场,所有愿意挑战的宝宝按月份分组进行打擂。在一分钟的挑战时间内,所钓鱼的数量超过本组擂主的数量,即为挑战成功,可得到一份奖品。挑战失败者,只能领取一份纪念品。每组的擂主成绩都是由挑战者自己创造并保持,直到新的挑战者挑战成功后,将其顶替。

器材准备:水池(水盆),塑料鱼若干,钓鱼杆若干。

(二)自行车比赛:

参赛方式:宝宝个人参赛。

比赛规则:比赛开始后,幼儿骑小自行车沿自己的车道前行,最快到达终点者为胜。

器材准备:小自行车6辆;

(三)造房子比赛

参赛方式:三口之家参赛。

比赛规则:跑道为10米。比赛开始后,家庭中的爸爸从起点推车到终点,等在那里的妈妈将大型积木装在车上(一次只能装三块),然后将积木推向起点,并卸下车,由等在那里的孩子用积木搭建房子,搭得又快又好者为胜。

器材准备:小独轮车6辆,大型积木若干。

(四)踩高跷比赛:

参赛方式:三口之家参赛。

比赛规则:宝宝与家长面对面,踩父(母)脚上,起点准备,听口令向终点走去。先到终点者为胜。游戏中宝宝与家长必须始终手拉手,宝宝脚不得踩地。

(五)送气球比赛

参赛方式:三口之家参赛。比赛规则:孩子手拿气球,站在起点线上做准备,听到口令后,立即向前跑去。送到父母身边(父母背靠背侧身在终点处等孩子),把气球放到父母的背上,父母使劲把气球夹破。先夹破者为胜。

器材准备:气球筐6个,气球若干。

(六)收获果实比赛:

参赛方式:三口之家参赛

场地器材:在田径场直道上取10米长的跑道6条。分别在4条跑道起点放置小草帽一顶,并在10米终点处挂果实一枚。

比赛办法:由爸爸妈妈用双手抓腕盘起让孩子戴着草帽坐上,三个人协助跑到终点,由孩子取下水果后原样折回起点。速度最快者为胜。

比赛规则:比赛时,小朋友必须要戴上草帽后才可以离开起点,水果必须要由小朋友采摘。

器材准备:小草帽6顶,果实6枚,支架两个,铁丝一条。

(七)并驾齐驱(三人四足)

参赛方式:三口之家参赛

场地器材:在田径场直道上取10米长的跑道4条,10厘米宽、30厘米长的布带子六条,在离起点线前方10米处放一折回标志物。

比赛方法:用布带子把三人相邻脚的踝关节绑在一起,相互搂腰向前走动,绕过标志物折回起点线,以先完成的队为胜。

比赛规则:两人同侧踝关节绑好后才能离开起点线;若在途中带子散开,要重新绑好后方可继续前进。注意宝宝的安全!

器材准备:10厘米宽、30厘米长的布带子6条,标志物6个。(八)袋鼠之家比赛:

参赛方式:三口之家参赛

比赛规则:在原地孩子背对父母向后抛球,离3米远的父母用挂在腰间的篮子接球,在60秒中投接,接皮球最多者为胜。

比赛器材:皮球若干,接球篮6个。

(九)揪尾巴比赛

参赛方式:三口之家参赛

比赛规则:爸爸把孩子托在肩上或背在背上,孩子裤子后有一尾巴,在规定的圆圈内跑,妈妈们揪其它孩子的尾巴,看最后哪组家庭揪的“尾巴”最多为胜。

比赛器材:纸尾巴若干条(6条)。

(十)跳跳马比赛

参赛方式:宝宝个人参赛

比赛规则:比赛开始后,宝宝个人骑着跳跳马前行,最先到达者为胜。

比赛器材:跳跳马6只。

(十一)蚂蚁搬球比赛

参赛方式:宝宝个人参赛。

比赛规则:比赛开始后,参赛宝宝将一只盆内的乒乓球用勺子放进另一只盆内。运送中,不得用手护球,最先搬完者为胜。

比赛器材:小盆12只,勺子6把,乒乓球若干。

(十二)运送乒乓球比赛:

参赛方式:宝宝个人参赛。

比赛规则:10米跑道上,宝宝双手执勺,将起点盆内的乒乓球,

一次一粒运送至终点的盆内。运送中，不得用手护球，最先运完者为胜。

比赛器材:盆12只，勺子6把，乒乓球若干。

(十三) 宝宝骑爸爸比赛:

参赛方式:宝宝与爸爸(妈妈)参赛。

比赛规则:比赛开始后，爸爸(妈妈)反手四肢着地，宝宝坐在爸爸身上，在10米跑道上四肢反向爬行，最先到达终点者为胜。

(十四) 踩气球比赛:

参赛方式:三口之家参赛

比赛规则:比赛开始后，爸爸一条腿上捆着一串气球，由宝宝与妈妈一起踩其他爸爸腿上的气球。爸爸们可以跑动躲避，但不能踩球。全部被踩爆者依次退出比赛。规定时间内剩余气球最多的家庭为胜。

比赛器材:气球串若干。

(十五) 羊角球比赛:羊角球〈篮球〉

参赛方式:宝宝与爸爸(妈妈)参赛

比赛规则:10米跑道上，家长从起点拍球到终点，孩子从终点骑羊角球回起点，先到起点者为胜。

比赛器材:羊角球6只。

九、运动会比赛原则:

趣味运动会比赛分为预赛和决赛，预赛前6名晋升决赛；比赛项目报名多者设预赛，如少则直接进行决赛。

十、奖项设置及奖励办法：

(一) 宝宝个人比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛宝宝均为第三名，预赛宝宝均获纪念奖。前三名颁发证书及奖品。(由赞助商提供)。

(二) 三口之家比赛项目：有预赛和决赛的，决赛取前两名，其余决赛家庭均为第三名。预赛家庭获纪念奖。只颁发奖品。(由赞助商提供)。

(三) 优秀组织奖一名。按鸡会宝宝的月龄，将参赛者分为几个组。根据比赛中组织、纪律、作风、成绩等情况，评选优秀组织奖一名。并为组织获奖组的每位成员颁发奖品一份。

十一、组织奖积分办法：

1、个人项目每申报一人积1分，家庭项目凡申报一组织积3分。(根据实际情况可对参赛人数进行控制，给予一定的定额。对报满定额的给予积分，少报则扣分)。

2、个人项目如申报后未参加扣2分，家庭项目凡申报后未参加扣6分。

3、不遵守比赛规则者，扣3分，随意离开者扣3分，影响比赛进程者扣6分。

十二、趣味运动会秩序册：

(一) 运动会组委会组成：

总指挥：好好爸爸。趣味运动会总负责人。

指挥组成员:星辰星宇妈妈、禹涵爸爸、峻峻的爹等等(副会长)

外联组长:好好爸爸。负责寻找运动会冠名企业,筹集赞助资金及物品。

总策划:禹涵爸爸。负责趣味运动会的整体策划工作。

总裁判长:峻峻的爹。统调所有比赛项目的裁判工作。

裁判组长:待定。熟透比赛规则,负责所有项目的裁判工作。
裁判员:待定

计分组长:待定。负责所有比赛项目的计时、计分工作。

计分员:待定

仲裁组长:待定。当比赛出现异议时,仲裁判决。

组织组:各组组长。负责本组在运动会上的一切事务。

奖品组长:飞妈。负责所有比赛项目的奖品购置、存储、分类及发放工作。

奖品组员:待定

后勤组长:待定负责前期场地布置、桌椅摆放,运动会结束后一切收尾工作。

后勤组员:待定

保卫组长:待定。负责整个比赛场地的安全保卫工作。

保卫组员:待定

器材组长:彤彤妈妈。负责所有比赛项目的器材及道具。

器材组员:待定

新闻组长:王齐妈妈。接待各新闻单位,安排采访对象。

医务组长:待定

主持人:禹涵爸爸

(二)趣味运动会纪律:

1. 参赛家庭及宝宝应服从、尊重裁判裁决,如有意见可由组长向仲裁组提出。
2. 参赛者应严格遵守比赛时间,三次点名不到,以自动弃权论。
3. 为使比赛顺利进行,非裁判、非参赛家庭及宝宝不得进入比赛场地。
4. 不准以任何形式弄虚作假,违者取消该项目比赛资格,扣该组10分。
5. 参赛宝宝及家庭应自觉遵守比赛规则,坚决杜绝故意犯规行为。

(三)运动会总程序:

1. 领导宣布:“冠名”鸡会趣味运动会开幕。
2. 主持人宣布:运动员入场并解说,同时放运动员进行曲。入场次序(略)。
3. 运动员入场列队,请到场领导致辞。

4. 主持人宣布：“冠名”鸡会趣味运动会，请裁判员、运动员各就各位。（正式开赛）
5. 主持人宣布：全部比赛结束，各组重新列队，参加颁奖仪式。
6. 主持人宣布：“冠名”趣味运动会闭幕

(四) 运动会比赛顺序及分组(略)

十一、运动会主要经费预算：

- 1、活动器材：
- 2、活动背景、舞台、音响：
- 3、宣传横幅、空飘球：
- 4、摄影、摄像：
- 5、宣传费用：
- 6、奖品费用：(能寻求由赞助商提供现金或奖品)
- 7、交通费用：