

# 春联比赛活动方案 趣味比赛活动方案比赛活动方案(通用8篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 春联比赛活动方案篇一

一、活动领导小组：

组 长：张玉琴

副组长：吴红光 郑德荣 陈建军 蔡志华 徐洪泉

成 员：蒋乐兴 马雪梅 叶 帆 童建华 徐向忠 方永红 蔡文兰 郑晓珍

杨建华 傅阳栋

二、活动时间：5月下旬

三、活动地点：运动场

四、活动内容：

(一)学部方队跑比赛

1、评分标准如下

1)仪容仪表(10分) 2)服装(10分) 3)步伐排面(50分) 4)口

号(10分)

5)精神风貌(10分) 6)集会疏散纪律(10分)

2、要求：所有同学参加，确实因病因事或特殊情况不能参加者需有学部统一假条，每少1人从总分中扣0.5分，5分扣完为止。

## (二)趣味活动比赛

1、具体安排如下

项目

承办学部

场 地

参加人数

活 动 办 法

预计

时间

双人

跳绳

美术服装学部

体育场南面

塑胶场地

5队(不限男女)

两人一组进行跳绳，一分钟时间内，以次数多少取名次。绳子过两人头和脚记1次。以五组总成绩计算最后成绩。

30分钟

跳长绳比赛

经济贸易学部

主席台南面跑道

2队(不限男女)，每队10人。

第一轮：一字跳绳。中间八人，两头两人摇绳，90秒时间，以次数多少取名次。绳子过所有人头和脚记1次。

第二轮：8字跳长绳。一组8人，两头两人摇绳，每个人分别从跳绳的一边跳到另一边，90秒时间，以过绳人数多少取名次，绳子过头和脚算一次。

以两轮总次数计算最后的成绩。

30分钟

趣味投篮

旅游幼教学部

主席台北面跑道

每学部1队. 每队11人。

每队11人，其中一人手拿网袋做球篮，其余10人在距离10

米(男)，6米(女)位置每人投一球，先男后女。每进一球得一分，最后以得分高的队伍为胜队，如遇同分，则按原来顺序加赛1球，直至决出胜负。

30分钟

20人21足

数控技术学部

大操场

男女各1队，每队20人。

20人用松紧带将脚连接，跑50m计时，以所有人都到终点为准。以时间多少来取名次。

90分钟

趣味

接力赛

机电模具学部

主席台前

跑道

1队(每队8男8女)

每位同学参加进行接力比赛，跑20m做规定项目，完成之后拿接力棒返回。第1-4名同学做10个俯卧撑，第5-8名同学做15个仰卧起坐，第9-12同学跳绳50次，第13-16名同学踢毽子20次。以时间来取名次。犯规取消成绩。

30分钟

趣味

接力

信息技术

主席台前跑道

各1队(每队5男5女)，起点6人，终点4人)

3、第三、四个队员并排站立，出发前将相邻腿绑一起，作双人同步跑，跑到终点；

4、第五个队员跑回起点，中途放置一道数学题(10数以内，如： $(2*3+9)/3-4+8=?$ )，队员跑到此处将题算出答案，答案对可以继续前行，不对重算，以完成时间计算名次，少者胜。

30分钟

2、计分要求

各项目均以各组总成绩计名次，总次数相同，以第一成绩高者排名在前。按名次高低，分别积6、5、4、3、2、1分。

五、评比奖项

1、学部方队跑比赛评出一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名。

2、趣味活动比赛设单项奖和团体奖，每个项目前3名分别设奖，六项总分合计评出团体前3名。

3、评选第二届趣味运动会“精神文明”学部1名。标准如下：

1) 入场和退场组织有序(

10分)

2) 观众秩序和会场组织情况(会场纪律、会场卫生、会场气氛)(30分)

3) 运动员文明参赛情况(10分)

4) 项目承办(活动组织有序，无意外)(50分)

六、评委：张文龙 郑忠颖 蔡文兰 黄益群 郑晓珍 姚新科  
廖建霞 林 敏

七、各类保障

1、 场地布置负责：体育组

2、 器材准备负责：体育组、各学部

3、 音响话筒负责： 教务处、信息中心

4、 纪律、秩序、安全管理：学生处 、保卫处

八、注意事项：

1、各学部做好安全、纪律、环保教育，活动期间不得乱踏草坪，观看有秩序，加油鼓励方式合理。

2、各学部要求服装统一。任课教师无特殊原因要求下班参加活动，并协同管理好各班。

九、各学部于通知后比赛前，作好学部参赛人员的选拔工作，于5月中旬将各项目参赛名单和承办项目具体方案发回周磊办公平台。

十、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。

## 一、活动目的

为进一步落实随州市“全民健身活动”精神，推动全民健身运动的深入开展，丰富广大市民的业余文化生活，营造健康和谐生活环境，倡导文明向上的生活方式。

## 二、活动主题

趣味游泳比赛活动

## 三、活动时间

20xx年8月18日下午3点

## 四、活动项目内容

(一)趣味游泳比赛项目：

### 1、池底捞宝(每组2人)

主持人向比赛区域中央投入若干宝贝。发令后，参赛者比赛区域四个角下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内(3分钟)捞到宝贝多者为胜。

### 2、齐心协力向前冲

齐心协力向前冲队员3人，以家庭为单位，父亲母亲和一名孩子共3人。父母年龄不限，孩子限定年龄6—16岁，赛程100米。

三人从泳池起点开始，三人牵手到对岸后上岸(可游可走可带游泳圈)，先到者为胜。三人牵手到对岸前不能有家庭成员落伍，否则不计成绩;以最后一人手触池边为完成比赛。比赛过

程中不能拉扯水道线。

### 3、猪八戒背媳妇

本项目队员2人。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

男主人将自家的“媳妇”放在游泳圈中，看谁最快把自家的“媳妇”从起点送到终点。比赛过程中不能拉扯水道线。

### 4、旱鸭子游泳比赛

本项目仅限女子参赛。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

参赛选手会不会游泳都可以，最好是不会游泳的，参赛选手必须将游泳圈套在身上或者手扶在游泳圈上，看谁先从起点游到终点。参赛选手不得拉动水道线前进。

## 五、活动流程：

参赛选手检录入场，在休息区等待比赛开始。

1、池底捞宝。每次下水四组参加比赛，主持人发令后计时裁判开始计时，计时结束后停止捞宝，计时结束后所捞宝贝不计入成绩。

2、齐心协力向前冲。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

3、猪八戒背媳妇。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。



4、旱鸭子游泳比赛。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该选手成绩。

5、统计成绩，主持人宣布比赛结束，颁发奖品。

6、活动结束。

## 六、奖项与奖酬

### (一) 奖项

1、趣味游泳每项比赛按名次取前八名。不足八组的去掉最后一名

### (二) 奖品

一等奖：奖励一中游泳馆门票30张(价值450元)。

二等奖：奖励一中游泳馆门票20张(价值300元)。

三等奖：奖励一中游泳馆门票15张(价值225元)。

四至八名：奖励一中游泳馆门票10张(价值150元)。

颁奖方式：现场颁奖。

## 七、参赛注意事项

1、欲报名者请到本游泳馆检票处填写报名信息或登录俱乐部网址填写报名信息。

2、参赛选手不收报名费，只需购买10元门票一张即可，每人

最多可报三项。

3、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。

4、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的指挥。

5、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。

6、神农飞鱼游泳俱乐部拥有本次活动的最终解释权。

7、有任何问题请咨询\*\*\*\*\*

## 一、活动背景和意义

为进一步丰富校园文化生活，努力营造积极向上、百花齐放、健康文明的校园气氛。通过开展趣味游泳比赛，增强同学之间的相互联系，陶冶学生的高尚情操，展示各自体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦、勇于拼搏的奋斗精神，激发广大学生热爱校园和体育努力成才的激情，不断提高自身全面素质，推动校园精神文明建设。

## 二、机构设置

主办：天津理工大学体育部、校团委

承办：天津理工大学“畅享自游”游泳协会

主办人：“畅享自游”游泳协会会长袁帅、副会长高志婷

## 三、参与对象

天津理工大学全体同学

## 四、活动时间、地点

20xx年10月22日上午9:00——12:00

天津理工大学附近山海天游泳馆

## 五、活动进度

### 1、宣传动员阶段

(1)条幅制作与悬挂：由袁帅、陈出新、毕欣冉、王钊、陈亚雄负责于20xx年10月17日前完成。

(2)海报制作与粘贴：由高志婷、姜丹、张昊、江舒萌负责于20xx年10月18日前完成。

(3)发出通知：由秘书部杨攀豪、李海涛负责于10月18日前完成。

2、组织报名：由高志婷、姜丹、杨攀豪、李海涛负责于10月21日12:00前完成。

3、活动所需物品：由梁礼、屈威、刘玉红、陈出新负责于10月19日前完成。

4、活动阶段：袁帅、高志婷全程负责，高志婷为总摄像师，张明洋为总裁判长

赛制规则：分组进行比赛

(1)水中竞走：水中竞走50米，不得以任何泳姿游走，一旦犯规将被罚出局，先完成者获胜。(参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷)(本组负责人：毕欣冉)

(2)池底寻宝：选手背身，待裁判员放置好所寻宝物后，选手开始寻找，先找到者获胜。(参赛名额：男女各一组每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新)(本组负责人：谢宏飞)

(3)抱球接力：球不能离开双手，泳姿不限，一个人完成25米后，将球交接给下一个人，以后以此类推，先完成的组获胜，一旦犯规被判出局。(参赛名额：共两轮比赛，每轮三组每组两男两女。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊)(本组负责人：马海东)

(4)潜泳：比比看谁潜的远，中途不能换气，潜的远者获胜，一旦有犯规者被罚出局。(参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：张明洋、杨滢、屈威、曹婷)(本组负责人：李海涛)

(5)集龙珠：由裁判将一批乒乓球散落在水中，选手尽力去抢，直到将水中乒乓球收集完为止，最后收集最多者获胜。(参赛名额：男女各一组，每组6人。裁判：梁礼、刘玉红、姜丹、陈出新)(本组负责人：王胜)

(6)浅水运气球：5分钟限时，从游泳池一端运到另一端，途中气球不得离开身体，如果离开身体则此气球无效，最后运的最多者获胜。(男女各两轮，每轮3人。裁判：张昊、江舒萌、闫瑞、王钊)(本组负责人：杨攀豪)

注1：以上所有项目除本人以及穿带泳衣、泳帽、泳镜外，不得借用任何其他辅助工具。

注2：每人限报两项(接力除外)

## 5、颁奖阶段

个人比赛和接力比赛均采用取前三名发奖的办法，按成绩录取名次。每个奖项都有证书和奖品。

## 六、活动预算：

### 春联比赛活动方案篇二

随着社会的不断发展，各种活动、比赛也越来越多。特别是在学校中，大大小小的比赛层出不穷。作为一名大学生，我刚刚参与了本学期的一次比赛活动方案设计，跨越一周的时间，我不仅仅锻炼了自己的动手和思考能力，更重要的是收获了很多难能可贵的心得体会。以下是我简单的整理与总结。

#### 一、搭建方案的一些技巧与要点

在设计比赛活动方案的时候，尤其是在确定方案时，需要考虑到各方面的因素。例如，活动的主题是什么，活动的目的是什么，比赛规则的设置，奖项及奖励等因素。这些因素在设计之初需要首先明确。同时，设计方案还要注重细节方面，如场地的选择、设备的准备等，这些细节决定了比赛的顺利进行。

#### 二、团队协作的重要性

在方案设计的过程中，团队成员之间的紧密配合至关重要。团队成员可以根据各自的专业知识和经验来共同完成设计和制作。每个人不仅需要充分发挥自己的才能，还需要与队员及时沟通、协商，以达成最终的一致意见。团队成员的团结合作，对方案的设计和实施至关重要。

#### 三、提高表达与沟通能力

方案设计不仅是学生的能力锻炼，也是交流与表达的重要机会。实践中，小组成员要展开讨论，提出自己的意见和建议，这需要我们具备一定的表达和沟通能力。通过方案讨论，我逐渐提高了自己的表达和沟通能力，也学会了更好地倾听别

人、理解和平衡各方的利益，以便更好地完成任务。

#### 四、树立目标并认真执行

在方案设计的过程中，我们需要为设计和实施设定明确的目标并认真执行。目标从最初的构思到具体实施，贯穿设计整个过程。通过制定明确的目标，我们更好地了解自己的工作重点，并且减少了在实施过程中产生的偏差。在团队合作过程中，对工作责任的定位非常重要，需要每个人明确自己的职责和工作任务，以更好地分担任务和推进工作进程。

#### 五、总结评估并改进

最后，方案设计完结后，需要进行总结评估并不断改进。团队成员应该坦诚地反思自己和整个团队的表现，评估方案的成功和失败之处，并根据情况采取相应的措施进行改进。在今后的实践中，可以更加注意和持续改进细节方面，提高方案的整体质量和执行力度，从而更好地实现目标。

综上所述，参与比赛活动方案的设计是一次宝贵的经验和锻炼机会。通过这次比赛，我学会了如何在小组中合理地分工合作，协商制定方案，也提高了自己的表达与沟通能力。我相信，在今后的实践中，这些经验和经历将会成为自己走向专业发展和个人成长的基石。

### 春联比赛活动方案篇三

设计一份优秀的比赛活动方案对于一个活动来说非常重要。作为一名活动策划人员，只有设计好了一份完整的方案，才能保证整个活动的顺利进行。在设计活动方案的时候，我深深感受到了这一过程的重要性。本文将从自己的角度出发，分享一下我在设计活动方案时的心得体会。

#### 第二段：了解目标群体

在设计活动方案之前，第一步工作就是对目标群体进行了解。这个环节很关键，因为只有知道了目标群体的需求和想法，才能设计出符合他们期望的方案。在我设计一场比赛活动时，我对目标群体进行了全方位地了解，包括了他们的年龄、性别、喜好、文化背景等方面的信息。通过这样的了解，我才得以为他们量身定制出了一份让他们称心如意的方案。

### 第三段：合理运用资源和预算

在编写比赛活动方案的时候，合理运用资源和预算也是非常重要的一点。这方面需要掌握的技巧非常熟练，因为既要保证活动的效果，又要合理控制活动的成本。在设计方案时，我会尽量寻找一些价格合适的资源，并且争取到尽可能多的赞助，从而为活动节省出一些费用。同时，在比赛规则的设置方面也需要合理安排，避免出现资源浪费和不必要的浪费现象的发生。

### 第四段：时间安排与组织管理

为确保比赛活动的成功，适当的时间安排和组织管理也是不可缺少的一部分。在活动的前期策划中，我会人力资源、物力资源等进行合理安排，分配好每个人的职责和任务，确保比赛活动的顺利进行。在活动期间，我会时刻关注活动进展情况，以便及时发现问题并予以解决。这样，才能保证活动的每个细节都做到最好的状态。

### 第五段：总结体会

在设计比赛活动方案时，我深深感受到了自己的不足之处，并从中受到了很大的启示。我认识到，一个优秀的活动策划人员不仅需要有专业知识，更需要有敏锐的洞察力、出色的组织能力和出众的领导才能。同时，还需要注重团队协作和沟通能力，在全员合作的情况下才能达到活动的最佳结果。我相信，只有经过不断的学习和积累，才能不断提升自己的

能力，逐步成为一名优秀的活动策划人员。

## 春联比赛活动方案篇四

（爱拼才会赢，全民总动员）或巧手拼拼乐、拼出希望，拼出未来等

拼图是一项可以开发同学们智力的一项益智游戏，可以锻炼同学们的思维方式及动手能力，增加大脑的思维能力，同时也可以增加同学们的业余知识，能让同学们在拼图过程中体验乐趣。（可采用单人比赛，或以双人合作方式，考验伙伴们之间的默契，可以让同学们学会互相合作，遇到挫折互相扶持。）

房山科技活动中心

待定

- 1、 本次拼图时间规定为四十分钟
- 2、 进行拼装，不得违规操作
- 3、 拼图过程中不得随意走动
- 4、 不得交头接耳
- 5、 不得与工作人员发生矛盾突出

奖项设置：每组各评一二三等奖，可一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名等

摄像一名，拍照一名，计时一名，每组管理人员3名

比赛开始后不得在现场随意走动



如零部件缺少及时汇报给工作人员

## 春联比赛活动方案篇五

比赛活动方案设计是一个创新，领导力和团队协作的综合性活动。它能够训练团队协作能力，激发创造力和创新意识，提高团队成员的领导力和沟通能力，同时也能够增进团队之间的互动和彼此的了解。通过这样的活动，团队成员们能够更好地合作，提高团队凝聚力，达成更好的成果和目标。

### 第二段：反思自身比赛活动方案设计的经验

我参与过一场比赛活动方案设计，主题是“创新应用毫米波技术”。在这场比赛中，我认真阅读了相关资料，搜集了大量的信息，并与团队成员讨论了很多创意。在我们的方案设计中，我们着重考虑了毫米波技术的应用领域，研究了不同的技术方案，并最终撰写出了一份详细的技术方案书。在活动结束后，我意识到了自己与他人合作的能力还有很大的提升空间。

### 第三段：团队协作能力是成功的基石

在团队协作中，每个人都应该有自己的分工和任务，并且需要充分地交流沟通。只有这样，才能够使得团队内部的信息传递顺畅，任务分配透明，从而确保方案设计的最终成功。同时，团队协作也需要领导者的带领和引导，负责协调各方的关系，确保每个成员都能够发挥自己的长处并为团队作出贡献。

### 第四段：创新和学习是重要的成功因素

创新是方案设计成功的重要组成部分。只有不断地寻求新的思路和方法，才能够取得更好的成果。同时，在方案设计中也需要不断地学习和探索，深入了解所选主题领域的相关知

识，才能够制定更加切实可行的方案设计。此外还需要不断地思考和质疑，才能够从平凡中创造出非凡。

## 第五段：总结心得体会

比赛活动方案设计不仅可以锻炼团队成员的协作能力，还能够激发创新思维，培养领导力以及提高沟通能力。我认为，通过此类活动，每个人都能够学到许多宝贵的经验和技能，激发个人的创造力，让团队更加自信地迎接更多的挑战。在未来的工作和生活中，我们一定要不断地实践和学习，领会到其中的精髓，从而不断地成长和进步。

## 春联比赛活动方案篇六

为了丰富我校阳光体育活动，切实把民族传统体育与现代的阳光体育有机结合，认真贯彻教育局进修校的指示精神，开展好学校体育活动，形成全体师生人人参与大课间活动的'良好氛围。努力营造具有我校特色的阳光体育。让学生在阳光下健康成长，积极锻炼，增强体质，发扬顽强的拼搏精神。为此将举行全校师生共同参与的跳绳比赛。

20xx年11月

学校操场

- 1、以小组为单位，同学之间比赛。
- 2、参赛人员匹配：每组6人
- 3、一分钟计时，以次数多为胜
- 4、每组6名，录取前三名（1、2、3等奖）

（一分钟计时）

- 1、双脚跳绳
- 2、单脚交换跳绳
- 3、花样跳绳（每一组派一名或两名代表）
- 4、双人跳

- 1、各班级按规定场地站好
- 2、遵守赛场纪律，保持场地卫生
- 3、发扬“友谊第一，比赛第二”的精神，搞好团结

#### 1、1-11小组

- 1、每组取前三名，按计数排序

- 1、奖状：以小组为单位，取一名团体奖

- 2、奖品：第1、2、3名，各5名。

## 春联比赛活动方案篇七

近年来，越来越多的比赛活动方案模板应运而生，以帮助组织者更好地规划与组织各类活动。作为一位活动策划人员，我在使用心得体会比赛活动方案模板时获得了很多启发与收获。在这篇文章中，我将分享我的心得体会，并探讨这一方案模板的优势和可改进之处。

首先，心得体会比赛活动方案模板为活动策划提供了清晰的框架。在活动的策划初期，很多人会感到头绪不清，不知道从何处着手。但使用这一方案模板后，我发现可以轻松地确定活动的目标、参与人员、时间安排、合作伙伴以及宣传渠

道等关键要素。模板中的每个部分都提供了明确的问题和提示，让活动策划者可以一步步填写，从而达到全面而高效地规划活动的目的。

其次，心得体会比赛活动方案模板促进了团队合作与沟通。在准备活动方案的过程中，不同部门、不同职能的人员需要紧密合作，共同填写和修改方案。通过使用这一模板，我发现各个部门可以更轻松地对接，分享各自的想法和意见，从而达到协同工作和整体提升的效果。此外，模板中的标准化格式和预设内容，也为沟通提供了一个共同的基础，减少了理解上的误差和沟通上的困难。

再次，心得体会比赛活动方案模板提供了一种有针对性的反思和优化机制。在使用这一模板撰写活动方案后，我可以通过回过头来查看已经完成的工作，进行反思和总结。这种反思既可以从整体上考虑活动的前提和目标是否达到，也可以从细节上审视每个环节是否合理和完善。通过这种反思和优化的过程，我可以及时发现问题和不足，并对下一次的活动提出更具针对性的改进方案。

然而，尽管心得体会比赛活动方案模板有很多优势，但也存在一些可改进的方面。首先，模板的内容应具有灵活性，以满足不同类型和规模的活动需求。有些模板过于具体或过于抽象，不适用于特定的活动类型。因此，我们可以根据实际情况进行必要的修改和定制，使模板更好地适应不同的工作场景。

其次，注意到活动方案模板有时并不完全贴切实际需要。在使用模板填写过程中，有时会发现某些问题和提示不够具体、不够实用。为了进一步提高方案模板的实用性，我们可以从实际工作中总结出更具体的问题和内容，以更好地引导活动策划者填写和思考。

综上所述，心得体会比赛活动方案模板在实际工作中具有诸

多优势，并且还有进一步改进和优化的空间。通过使用这一模板，我们可以更好地规划与组织各类活动，并且促进团队合作与沟通。同时，我们也需要不断反思和优化模板的内容，以更好地满足实际需求。希望这篇文章能够对有意向使用心得体会比赛活动方案模板的人员提供一些建议和思路。

## 春联比赛活动方案篇八

20xx年4月23日

操场

赵剑宇

两人三足

每批四组，每组由两个人团结协作，两人并排站立，一人左腿与另一人右腿的膝盖以下，脚踝以上部分用绳子绑上，一起通过长50米的赛道（具体视赛场情况而定），用时最短为胜。每批的`第一名参与第二轮比赛，直至评比出前三名为止。

尼龙绳或者红布条、秒表一块

1. 起跑：在裁判员发出“预备”口令后，所有参赛选手做好准备，发出“开始”口令后，参赛选手连成一体并排向前跑。
2. 计时：以裁判员发出口令后开始计时，按照每批参赛选手通过终点的先后顺序分别计时，以最后一名参赛选手冲过终点后计时结束。

闫庄小学

20xx.4.20