# XX小学庆三八女教职工趣味选拔赛方案

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2025-01-20

*XX小学庆三八”女教职工趣味选拔赛方案为丰富我校女教职工的业余文化生活，积极备战镇教工比赛，展现我校女教职工的精神风貌，倡导健康向上的生活方式，在“三八”国际妇女节到来之际，特举行“庆三八”女教职工趣味选拔赛，现将选拔的具体事宜通知如下：一...*

XX小学庆三八”女教职工趣味选拔赛方案

为丰富我校女教职工的业余文化生活，积极备战镇教工比赛，展现我校女教职工的精神风貌，倡导健康向上的生活方式，在“三八”国际妇女节到来之际，特举行“庆三八”女教职工趣味选拔赛，现将选拔的具体事宜通知如下：

一、比赛时间：20\_\_年3月

日

二、比赛项目：

项目一：《“8”字绳跳长绳》人数：10人

①、各校参加人数为10人，其中两人摇绳，8人依次进行跳，绳子绕过队员身体一圈记一个，以此类推;3分钟以内跳的个数多者名次列前;如出现并列，加赛30秒钟，直至决出名次。

②、②、必须在规定的场地进行比赛

项目二：《拔河》人数：16人

一、听从指挥按时到场，按指定位置整好队，校长为领队。

二、女生各十六名，别选指挥员一名。

三、比赛进行之中，不准换人，不准加人，不准起哄乱喊。

四、比赛定为三局两胜，比赛程序按抽签顺序进行。

五、比赛完毕回到原地站好，全部比赛结束方可离开。

六、如有违规者，当场宣布除名。

项目三：《毽子投准》人数：8人

①、投掷线至水桶圆心距离女子3米。

②、投准时不得助跑，在投掷线后站稳后，投掷姿势不限。

③、比赛每组8人，比赛时间总共为5分钟，5分钟后成绩之和为最后成绩。相同成绩者，加投5次，成绩优者列前，以此类推。

④、每次只能投一个毽子，否则取消所有成绩。

项目四：《心心相印》人数：16人

比赛方法：两人背对背，中间夹一个排球，一齐向前跑，球若落地则需重新夹起从落地处(由裁判确认)重新出发，距离30米迎面接力，每队按所用时间排名，时间少者胜。

比赛规则：比赛途中，如用手扶球则算比赛失败;比赛中，不得越线影响他人行进。

项目五：《摸石过河》人数：8人

比赛方法：以迎面接力方式进行比赛。两边各站7人，中间间隔15米。比赛开始前，第一人脚踩在木板上，手拿一块木板，听到哨音后，把手上一块板往前放在地上，后面脚向前踩在板上，再把后面的板拿起往前放，以此类推，直至走完15米。再由对面同伴照此返回，直至全部完成，结束比赛，用时短者为胜。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！