# 体育竞赛筹备工作计划范文(推荐23篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-02-10

*体育竞赛筹备工作计划范文11. 各参赛队队员必须遵守比赛规则，本着友谊第一，比赛第二的原则参加比赛，在比赛中尊重对手，服从组委会和裁判的安排。2. 由于天气等外在因素，比赛中有潜在的.危险，请各参赛队带好必备用品，做好充分准备。3. 比赛结...*

**体育竞赛筹备工作计划范文1**

1. 各参赛队队员必须遵守比赛规则，本着友谊第一，比赛第二的原则参加比赛，在比赛中尊重对手，服从组委会和裁判的安排。

2. 由于天气等外在因素，比赛中有潜在的.危险，请各参赛队带好必备用品，做好充分准备。

3. 比赛结束后，请各参赛队将本队遗留在场地内的垃圾带走，保持场地的清洁卫生。

4. 请各参赛队仔细阅读参赛项目规则，比赛过程中严格遵守各项规则。

**体育竞赛筹备工作计划范文2**

1、班主任负责制：要想提高大课间的质量，就必须充分发挥班主任的作用，因为班主任是凝聚力的核心，有相当强的感召力和约束力，这些都是由班主任的特殊身份决定的。班主任的主要责任是组织本班学生按时、按要求参加活动，培养学生体育兴趣，指导本班创编体育游戏；正确引导并以身作则；参与学生活动，在大课间活动中负责本班纪律、安全。

2、班干部日日检查制：

（1）检查出操人数；

（2）检查进退场秩序是否整齐，是否有说笑、混乱现象；

（3）检查出操速度；

（4）检查活动质量；

（5）检查所带器材情况

迎新春教职工趣味为丰富教职工的业余生活，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力，倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念，特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

每个工会小组组选出十人参加活动

学校操场

奔腾列车、二龙顶珠、千足侧行、接力滚轮胎、身手敏捷

学校全体教职工

2月2日下午

1、全体教职工自行到学校操场集合。

2、以工会小组为单位参加趣味活动。

王以贤童圣寿王慧后勤服务：王六培肖宜武丁婉君裁判：王康舟王友森记录：洪彩芳

设团体奖一等奖3个，二等奖6个。(如遇得分相同，抽签决定)每个项目分别按名次计分：第一名20分，第二名16分，第三名14分，第四名12分，第五名10分，第六名8分，第七名6分，第八名4分，第九名2分。五个项目得分总和为该组总分。按得分从多到少决定名获奖等第。

1、奔腾列车(1)每队由10名队员参赛，10人左脚向后抬起，用左手扶住，右手搭在前方同伴肩上，排成一排，形成链接。(2)裁判员口哨一响，由起点向终点跳，行进中要求保持链接完整，以最后一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队10人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、千足侧行比赛方法：参赛队每队10人，分2排每排5人，两排背靠背站立，每排队员上臂与相邻人员互相紧扣，两排最左端两人、最右端两人上臂紧扣，听令声侧向从起点开始移动30米，最后一个到达终点时记时决定胜负。

4、接力滚轮胎：每队参赛队员为10人，比赛开始时一人先将轮胎向前滚出，绕过五个障碍物后直线返回出发点交给同伴继续进行，假如碰到障碍物时需将障碍物摆回原地后从失误地点继续进行，当最后一名队员将轮胎滚回出发点时比赛结束。最后以所需时间最短者为胜，时间相等名次并列。

5、身手敏捷――跳、踢、扭接力10人分成两组，5人一路迎面站立。比赛开始，第一人从起点出发至跳短绳区跳3个绳，完成规定个数后，跑至踢毽区，踢3个毽子，完成规定个数后，跑至呼啦圈处，扭动3次，跑至对面击对面第一人的手掌，对面第一人按相反顺序完成规定动作，以此类推，先完成的组为胜。东城街道中心小学工会1月18日。

为落实“阳光体育”工程，增强学生体质，提高学生身心素质，进一步落实三个《办法》和一个《标准》工作，培养学生协调、协作能力和团队精神，经学校研究决定举行20xx年春季田径运动会暨校园体育节。本次体育节的主题是“我运动、我健康、我快乐”。

**体育竞赛筹备工作计划范文3**

>一．服务内容：

1、基本服务：

（1）日常活动：固定的运动场馆，可提供教练员、裁判员、后勤服务和管理；

（2）赛事比赛：专业的赛事策划团队，专业的教练员、裁判员；公司内部各类联赛；企业之间各类友谊赛；

（3）大型的业余俱乐部联赛；

（4）拓展培训、团队训练、客户联谊、公司运动型年会、体育旅游、品牌策划推广。

2、个性化服务：定制个性化社会团体及个人的体育活动体育赛事的整套方案。

>二、活动意义：

1、企业健康福利：促进员工积极锻炼身体，保障员工身体健康，提高工作效率；

2、提供员工交流平台：通过集体活动，促进企业内不同部门的员工深度交流，提升企业凝聚力；

3、交友会友的平台：利用业余时间提供锻炼团队、交友、会友的机会；

4、商务活动：与合作伙伴运动交流是目前最时尚的商务交流方式；

5、人事的考察：企业中重要人士的考察，可通过体育活动或比赛进行评估；

6、企业形象的推广：通过体育活动和比赛，使企业的形象得到健康的宣传和推广；

7、便捷省心：贵公司只需确定一个联系人，其他事情可都交给我们来做。

>三、关于我们：

1、我们拥有专业的体育健身、运动消费网站；

2、我们拥有资深的体育运动、赛事策划团队；

3、我们已成功地为多家知名企业及各种社会团体提供不同形式的体育活动策划、组织及服务；

4、能够常年提供固定运动场馆，目前深圳市已签约合作的运动场馆有上百家；

5、我们拥有自己的体育业余俱乐部，为会员及社会团体提供运动、交友的互动平台；

6、每年定期组织俱乐部业余联赛。

>四、友情提示：

1、由于运动场馆紧缺，定制活动请提前一周通知我们；

2、若贵公司希望长期举办体育活动或比赛，建议确定每周或每月固定的时间段，以便我们提前安排运动场馆和工作人员。

>附送：

活动背景：前的学业负担较重，锻炼时间严重缺乏，因而同学们身体素质差，抗力差，班级凝聚力有待进一步提高。目的：增强同学们体质，加强班级凝聚力，特别是男女生之间的沟通和了解，在互帮互助中，建立男女生间的良好友谊。提高集体荣誉感，缓解同学们的

学习压力，为更好的学习打好基础。参加人员：0307204班全体同学内容：

1、每周二下午2：00~~3：00在西操场练太极拳。复习大家在体育课上的学习成果。由会做的同学带着不会的同学一块做。

2、每周六上午全班同学有兴趣的一起看nba球赛或举行棋类比赛活动。具体时间到时同知。 3每周日轮流举行以下活动：

3、对3篮球赛（女生到场，男生教女生打球）、乒乓球赛、羽毛球类、徒步旅行（如到附近的将军山等）。优胜者有奖励哦！具体时间另行通知。

4、鉴于大家在周二晚上在统一时间在九楼上机，而且此时间段电梯很紧张，可以组织一个竞赛爬楼梯比赛，既可加强体力，也可促进全班感情。

5、鼓励大家在周末进行晨跑。

注意：

1、由班长及体委组织，在离校过程中务必确保安全问题，在球赛中注意协调同学的关系。

2、若有新活动另行通知。

3、尤其强调女生的参加情况，争取达到预定目的和效果。

4、在适当时期可以和其他班联合进行阳光体育活动。

5、活动与学习并不冲突，要求大家处理好两者之间的关系。

>总结：

每周由班长做小节并对下次活动细节进行通知。

**体育竞赛筹备工作计划范文4**

1、长跑技能。包括集体跑和自主锻炼。每生每天至少1500米。

总目标：学生初步养成跑步时能够保持良好姿势的习惯，掌握科学规范的长跑动作要领，能够根据自身特点、即时身体状态和其他因素进行自我调整，学生体育素质测试达标率达到98%以上。

目标分解：

（1）集体跑：通过“大课间”活动达成，每天学生1500米。

（2）自主锻炼：通过体育课和课余达成。

2、特色项目技能。

由各班自主选择适合学生年龄特点和具有班级特色的体育活动项目。

总目标：各班要选择适宜的特色体育项目，既要能够达到全员参与、强身健体的目的，还要适合本班规定场地，做到整齐美观，并遵循个体不影响整体的原则。通过活动的开展，达到一班一特色，特色有深意的目的。

目标分解：视各班活动特点自行制订。

学生自选艺体项目一个。采取问卷的形式对各班学生自选项目进行统计，指导学生选择那些符合自身条件和场地条件的、内容健康向上的艺体项目。学生自选项目每四周可提出申请更改一次。

**体育竞赛筹备工作计划范文5**

>一、活动名称：

>二、活动目的：

社区文化是社区发展的灵魂，是满足居民群众精神文化需要、加强社区精神文明建设的重要内容。为了充分发扬全运会精神，增强居民对本社区的认同感和归属感，大力促进社区精神文明建设，太湖国际社区将举办以“xx”为主题的篮球赛活动。

>三、活动宗旨：

安全第一，和谐比赛。

>四、主办单位：

道义街道办事处

承办单位：

沈阳百艺龙置业有限公司太湖国际社区

>五、参赛方法：

1、报名方法：可以个人形式或组队形式进行报名。通过打电话致电服务中心报名登记参加，去服务中心进行登记。

2、报名时间：

3、报名地点：太湖国际社区居委会

>六、活动流程：

赛前：

1、宣传活动。设置宣传栏，在楼道温馨提示栏进行宣传，做宣传招募海报，路边的横幅宣传。

2、确定参赛选手，进行分组

（1）开幕式

活动时间：

活动地点：太湖国际社区篮球场

活动参与对象：活动主承办方、各参赛球队、裁判员、观众

开幕式主要流程：

1、主持人出场，介绍社区球赛概况；

2、主办承办领导致辞；

3、篮球联赛裁判员代表、运动员代表讲话；

4、社区篮球大赛正式开始；

5、开场表演；

6、开球，比赛正式开始。

（2）比赛进行时

时间：

地点：太湖国际社区篮球场

比赛内容：根据抽签分组结果，按照比赛流程进行比赛

参与对象：参与比赛球队、观众

（3）闭幕式

时间：

地点：太湖国际社区篮球场

参加对象：活动主承办方、参赛球队、观众

闭幕式主要流程：

1、主持人宣布获奖球队

2、颁奖

3、领导致辞，宣布篮球赛闭幕

>七、活动细则：

1、各队均要选出一名队长，负责抽签等问题。

2、比赛第一轮采用小组内循环赛制，即由各队负责人以抽签的形式决定分组（分组情况看到时参赛队伍的数量而定），小组内循环互赛，决出小组前两名进入第二轮比赛。在第二轮比赛中，由A组的第一名对战C组第二名，A组第二名对战C组第一名，由B组的第一名对战D组第二名，B组第二名对战D组第一名。（小组数量暂时不定，看具体情况，比赛形式和此相同）。胜者进入四强赛，在重新分组进行半决赛胜，胜出一方进入总决赛，其余两对争夺第三名。在小组比赛时，如果两队比赛在比赛结束时比分相同，不进行加时赛，如果有两支队伍积分相同时，则进行附加赛，胜出者进入下一轮。

3、除以下特殊规则外，比赛均按照最新国际篮球竞赛规则执行：

（1）时间：本次比赛采用男子—10分钟的比赛模式，半场的休息时间为5分钟。

（2）计时：罚球、换人、场外暂停停表，在第二节最后1分钟停表。其他均不停表。（裁判要求停表的情况除外）

（3）球权：本次比赛仅第一节跳球。在比赛过程中是采取球权轮替制。

（4）加时赛：2节比赛结束后若仍未分胜负，进行加时赛。

（5）暂停：每队一、二节时总共可以请求两次暂停；每一延长赛可以请求一次暂停。暂停申请人为队长。

（6）违例：使用24秒进攻、8秒前场和3秒区规则。

（7）换人：当球呈死球状态时，双方皆可请求换人。欲换上场的选手必须先通知纪录台，至纪录台前或两侧，到下一个死球或暂停方可依从裁判的手势上场进行换人。

（8）犯规：球员犯规满5次必须离场，该队换上一名替补球员上场。全队每节满四次犯规进入加罚状态。若没有替补队员，则默认对方球队获胜。

（9）弃权：比赛开始时，一方队员不足三人时，球赛不得开始。在比赛时间

十五分钟候后，依然不足三人时，则由裁判判令该队弃权，由对方球队获胜；一方球队因各种原因提出弃权时，则判定对方球队获胜。

>八、成绩认定：

小组赛，胜一场积2分，平一场积1分，负一场或弃权积0分。

>九、比赛赛程及人员安排：

比赛均在每周举行，具体赛程见当日赛程附表。若球队队员临时有事，需提前至少一天通知比赛组织人员。

比赛的延期：因天气等特殊原因导致比赛不能进行时，需要提前通知参赛球队及工作人员；每场设1名裁判员、1名记录员、1名记分员（工作人员由主办单位负责找）。

>十、比赛道具：

每场一个篮球，一个哨子，记录本、笔、手表。

>十一、奖项设置：

前三名均有奖品，具体由主办单位决定。

>十二、活动预算

**体育竞赛筹备工作计划范文6**

（一）、个人单项赛规则说明：

1、《趣味投篮》

比赛方法：每生只有两次机会，把篮球击地反弹进筐，男生距筐7米，女生距筐5米，通过地面反弹将球落入球筐，即为进球，统计班级总次数，总次数多者名次列前。

要求：

1、各班级要精心组织学生开展训练（可利用体育课、下午课外活动课训练）.

2、各班应根据比赛安排及时把班级带到比赛候场地点，任何班级不得弃权。

2、双脚左右盘踢毽子比赛

统一采用左右双脚盘踢，单脚连踢不算，左右各踢一次算一个，比赛时间2分钟，计规定时间内的总个数。

3、《袋鼠跳》

比赛方法：开赛前，于各自赛道起点线后站立的参赛选手应将双手随（及腰部）套入麻袋，双脚蹬至麻袋底部，双手紧握袋口两侧并上提至齐腰部位。（裁判要检查，看是否就位）裁判发令后，运动员在保持身体平衡的状态下，应充分利用双腿的屈伸蹬地动作连续向前跃跳，直至到达终点。计时方法以参赛选手用时少者名次列前。

比赛规则：A、前行过程中若出现双手滑脱（麻袋离开双手）或任何一脚离袋触地等情况，均视违例，成绩无效。B、若因跃跳重心不稳而致跌倒，在手未滑脱（可一手持袋），脚未离袋的情况下，可从跌倒处立起后继续前行。C、行进中，若出现步入他道、踩踏分道线或摔倒至邻道，均属违例，成绩无效。

4、一分钟跳绳（单人双脚单摇绳）

比赛跳绳自备，单人双脚单摇绳，计1分钟内的次数，次数多者名次列前。

5、一分钟跳绳（单人双脚双摇绳）

比赛跳绳自备，单人双脚双摇绳，计1分钟内的次数，次数多者名次列前。

6、18人“8”字绕环跳绳

在本班内自选18人组成一个队绕“8”字跳大绳，全队过5次，计通过的时间，范规成绩记为零。

7、一分钟跳绳（双人双脚单摇绳）

比赛跳绳自备，双人双脚单摇绳（自找本班同学为搭档），计1分钟内的次数，次数多者名次列前。

8、《50米×3袋鼠跳》（每班限报2组，男、女各一组）

比赛方法：每队3人，50米距离，采用接力赛形式，听发令后，运动员跑向队友另一边，到达指定地点后，要及时脱下布袋交由另外一名队友穿上，由另外一名队友接着跑向另一端，接应队友。比赛规则：进行接力时，接力方必须在指定线内完成接力，以最后完成接力用时最少的队伍获胜。

9、《50米×3二人三足》

比赛方法：每队3人，采用接力赛形式，距离为50米。

比赛规则：赛前每两名运动员各一条腿用布带捆绑在一起（捆在踝关节以上和小腿靠近膝关节部位，捆牢），站立方式起跑，鸣起跑信号后，两人同时起动，以两人靠后者躯干任何部份到达终点线内沿垂直平面的瞬间计取比赛成绩。比赛过程中必须始终在各自的赛道内行进，不得踩踏分道线或跑入他道。两名选手捆缚的布带赛中脱落，需站在原地重新捆绑，然后继续比赛，否则成绩无效。

**体育竞赛筹备工作计划范文7**

幼儿园体育活动是幼儿最喜欢的活动形式之一，对幼儿身心的健康发展有着不可忽视的重要作用，体育活动能促进幼儿身心全面发展，增强体质和提高幼儿对自然环境的适应能力。《幼儿园教育纲要》也明确指出xxx幼儿园的教学任务应是向幼儿进行体、德、智、美全面发展教育，使其身心活泼健康地成长xxx。可见，健康教育在幼儿园教育中处在非常重要的地位。因此，今天我园开展了第二届体育周活动，活动的形式丰富多样，如小小班的xxx爬爬乐xxx，小班的xxx跳格子xxx比赛，中班xxx拍皮球xxx比赛，大班的体育活动就更加丰富了，有xxx跳绳xxxxxx拍皮球xxxxxx跳远xxx等等比赛，活动中还邀请了家长参与当评委。

通过这次活动，让幼儿在自主活动的基础上，积累运动经验，体验运动乐趣；增强体质；同时提高幼儿动作的协调性、灵活性，培养幼儿大胆、自信、勇敢的个性心理品质。促进幼儿更健康、全面的发展！

**体育竞赛筹备工作计划范文8**

1、当天的值班领导为课外体育活动的值班领导。值班领导和值周老师要加强课外活动的巡查，及时妥当地处理活动中的突发事件。

2、课间操、眼保健操由当堂授课教师负责。

3、放学后的活动由班主任和科任老师分天负责值班，其中班主任负责三天，科任老师负责两天，具体时间安排由班、科任老师协商解决。

4、冬季长跑活动期间，当天没有体育课的班级，放学后的活动必须组织学生长跑。

5、其他活动，值班老师要根据学生的兴趣爱好分成若干个活动小组，选好组长，由组长带领大家活动。

6、值班老师要严密关注学生活动的安全。遇到突发情况要及时妥当地处理，如果情况比较严重，要及时报请值班领导甚至报请校长妥善处理。

**体育竞赛筹备工作计划范文9**

1、坚持“健康第一”的原则，以阳光体育运动为载体，在全校师生中开展以“享受阳光，快乐运动”为主题的阳光体育运动，让学生走向操场、走进自然、沐浴阳光、享受健康。

2、学校成立阳光体育运动领导小组：

组长：李凤朝(校长)

副组长：李子江(负责体、卫、艺工作副主任)

窦东伟(体育组组长)

成员：于廷生(教务主任)xxx生(德育处主任)

徐永爽(德育副主任)张志刚(总务主任)王超(体育教师)及各班主任。

**体育竞赛筹备工作计划范文10**

1、跳绳：10人绕“8”字跳绳，性别不限，其中2人摇绳，8人跳绳；单人跳绳分男子组和女子组，每项各班限报3人，每人限报2项。

2、踢毽子：分男子组和女子组，每项各班限报3人，每人限报2项。

4、田径比赛以班级为单位组队，各队可报领队兼教练1人，男、女运动员8名（接力除外）。

5、田径比赛（三至六年级）各队每名运动员限报2项（可兼报接力），每项限报2人。

6、教师趣味运动会竞赛，给予第一名办公室奖励。

7、本次运动会采用国家体育总局审定的《田径竞赛规则》。

8、各队在报名后，运动员不得更换。

**体育竞赛筹备工作计划范文11**

1.传统项目：拔河。

2.趣味接力赛：抢收抢种

道具：桔子24个，盘子2个，花环12个。

方法：队员16人一组，距离30米向相向站立。(8人“播种”，8人“收获”)

令下，播种队第一名队员手提装着“种子”(桔子)的袋子出发，在每个圆圈中种下一枚“种子”，6个圆圈放完后，把袋子交给收获队的第一名队员，此队员把前面播下的“种子”一个个收回并返回终点，再交给播种队下一位队员。以此往返，当最后一位收获队员到达终点后，以成绩决定名次。

规则：“种子”必须放在圆圈(花环)内放在外面或滚出圈外每个加时2秒。

在跑动过程中如果“种子”掉下来必须自己拣回，别人不能帮助，否则加时2秒。

**体育竞赛筹备工作计划范文12**

>一、竞赛形式

本届体育文化节各项比赛均以年级为单位分组，各年级独立成组进行比赛。田径运动会不同年级组在相同地点、不同时间进行比赛;长绳比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛;滑轮比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛;短绳比赛不同年级组在相同地点、不同时间按顺序进行比赛。

>二、竞赛日期和地点：

1、长绳比赛：11月3日，8：00—8：35风雨操场

2、短绳比赛：11月3日，14：00—14：30风雨操场

3、滑轮比赛：11月3日，16：10—17：30田径场

4、投掷比赛：11月4日，8：00—8：35一、二年级田径场

11月4日，14：00—14：30三、四年级田径场

11月4日，16：10—17：30五、六年级田径场

5、跳远比赛：11月5日，8：00—8：35一、二年级田径场

11月5日，14：00—14：30三、四年级田径场

11月5日，16：10—17：30五、六年级田径场

6、径赛项目：11月6日，8：30—3：00田径场

>三、竞赛项目：

(一)滑轮比赛：200米计时，4—6年级参加。

(二)短绳比赛：一分钟跳绳比多，1—3年级参加。

(三)长绳比赛：二分钟集体跳绳比多，2—6年级参加。

>(四)田径运动会：

1、1—2年级组：60米、200米、4\*100米接力、4\*200米接力、20\*30米迎面接力、立定跳远、沙包投掷

2、3年级组：60米、200米、400米、4\*100米接力、4\*200米接力、跳远、沙包投掷3、4年级组：60米、200米、400米、4\*100米接力、4\*200米接力、跳远、实心球投掷

3、5--6年级组：60米、200米、400米、800米、4\*100米接力、4\*200米接力、

跳远、实心球投掷

>四、运动员条件：

运动员必须是身体健康，并掌握所参加比赛项目的技术要领。

**体育竞赛筹备工作计划范文13**

为全面贯彻落实《全民健身计划纲要》，增强全民健身意识，进一步丰富广大人民群众的体育文化生活，丰富社区居民的业余文化生活，促进身心健康，增进社区居民的之间的了解和彼此之间的交流，促进和谐社区建设，zz社区将举办“社区第十三届趣味运动会”。

>一、活动主题

“社区总动员，欢乐无极限”

>二、指导思想

坚持以人为本、因地制宜、注重实效。以健身、娱乐为目，发扬团结互助精神，共创文明和谐家园。

>三、参赛办法

(一)参加对象：本社区的居民。

(二)参赛办法：社区居民可以直接到居委会报名、或者通过电话、网络博客等形式向居委会报名。每个参赛选手可报三个参赛项目。

>四、积分办法

参赛选手赛完各项比赛后，以各项比赛的得分排列名次。得分者为第一名，其次为第二名，如遇同分者则需再决胜负。

>五、奖项设置

各活动项目设一等奖1名、二等奖2名，三等奖3名，其余为参与奖。遇成绩并列者，继续比赛，决出胜负。

>六、活动时间

20xx年12月15日(星期天)下午1时

>七、活动地点

zz社区文体活动广场

>八、参赛项目

1、飞镖器材：镖盘、镖，投距米。参赛规则：

①每人投5标，以得分之和计算总分，如遇得分相等，加赛决出高低。

②镖压线向高分靠。不得踩投掷线。

2、跳绳器材：计数短绳参赛规则：计时1分钟，连续跳跃，中断可继续，以计数多者为胜。

3、左右手拍球器材：篮球比赛方法：选手在一个固定的圈子内拍球，如果人出圈子，则比赛结束。计时1分钟，左右手交换拍球，球拍地弹起高度以膝盖高为标准，中断可继续，以拍球数量多者为胜。

4、踢毽子器材：毽子若干参赛规则：选手在一个固定的圈子内踢毽子，如果人出圈子，则比赛结束。每踢一个毽子得1分，以1分钟内踢得总数计算总分。按照得分多少排列名次。如遇同分，并列排名或进行复赛。

5、套圈器材：小藤圈10只，矿泉水瓶15只。参赛规则：每人5只圈，选手在规定距离向水瓶抛圈，第一排(5分);第二排(10分);第三排(20分)，按套中累计总分。

6、仿保龄球器材：玩具保龄球，放在边长60公分的等边三角形上。起掷线距三角形顶端5米。比赛办法：

①每人用球滚击3次，击倒一瓶得1分。

②每次击中后，下次投前将3只瓶重新放好。

③以3次滚击得分总和排列名次，如遇成绩相等，看单次滚击得分高者为先。不准踩越起掷线。

7、击球入筐器材：塑料桶、乒乓球、乒乓球拍比赛办法：

1.在乒乓球桌一侧将球自由落下弹起，然后用乒乓板将球反弹至网对面的筐内，每人击球10个，每进一球得1分。

2.以进球得分多少排列名次，得分多者名次列前。

3.若成绩相同，以连续投中多的名次列前，若再相同，以先连中的名次列前。如：甲、乙两人都连中八只球，甲的第一只球开始连中，而乙从第二只球开始连中，则甲的名次列前。

8、二人三足

比赛方法：两人一组，相邻脚的脚踝用绑腿带绑在一起，两人并行，以速度快者为胜，距离20米来回。

1、社区腰鼓队为运动会开场助兴。(人数25人)

2、社区太极拳队表演。(人数40人)

欢迎广大居民报名参与，报名电话：xxx(也可网上报名);报名地点：zz社区居委会

**体育竞赛筹备工作计划范文14**

>一、活动主题

本次活动以青春活力，增强班级友谊及凝聚力，促进良好的团体精神为主题。

>二、活动意义

时入暮春，为丰富我们的校园生活，将我们专业活动推向高潮火热的视幻震撼，“热情奔放，青春飞扬”XX级信息与计算科学专业班级间的荣誉感，同学间友谊的融洽度，更重要的是让同学们都有个自我展示的机会，展示自己的风采。同时也用小小的奖励来调动同学们的激情。”热情奔放，青春飞扬”就是我们青春的象征。

>三、活动时间和地点

20XX年4月17日星期六——18日星期天与20XX年4月24号星期六——25号星期天。

地点主要为：篮球场、乒乓球场、羽毛球场、田径场。

>四、参加人员

到场嘉宾：请来的一些裁判，班主任、辅导员及学生会干部

比赛单位：XX级信息与计算科学专业所有自愿参赛的学生

主办单位：XX级信息与计算科学专业的体育委员及各位班委的团结合作。

>五、基本活动程序

1、4月17号星期六下午篮球比赛

主要内容：a、由两个班级的比赛选手进入篮球场热身；

b、由裁判员吹口哨开始比赛并且由计时员正式开始计算时间和各队的得分；

信计2班体育比赛活动策划书 - 信计加油 - 东华理工XXXX22团支部

c、比赛结束由裁判员宣布比赛结束并由体育委员记录结果；

2、4月18日星期天下午羽毛球比赛

主要内容：a、各位选手进入比赛场地；（羽毛球场）

b、由裁判员宣布比赛规则；

c、由裁判员宣布比赛开始并且由计时员正式开始计算时间和各队的得分;

信计2班体育比赛活动策划书 - 信计加油 - 东华理工XXXX22团支部

d、比赛结束由裁判员宣布比赛结束并由体育委员记录结果；

3、4月25日星期六的乒乓球比赛

主要内容：a、各位选手进入比赛场地；（乒乓球场）

b、由裁判员宣布比赛规则；

c、由裁判员宣布比赛开始并且由计时员正式开始计算时间和各队的得分;

信计2班体育比赛活动策划书 - 信计加油 - 东华理工XXXX22团支部

d、比赛结束由裁判员宣布比赛结束并由体育委员记录结果；

4、4月26日星期天的男子XX\*XX0接力赛和女子4\*XX0接力赛

主要内容：a、各位选手进入比赛场地；（塑胶运动场）

b、由裁判员宣布比赛规则；

c、由裁判员宣布比赛开始并且由计时员正式开始计算时间和各队的得分;

信计2班体育比赛活动策划书 - 信计加油 - 东华理工XXXX22团支部

d、比赛结束由裁判员宣布比赛结束并由体育委员记录结果；

>六、资金预算

1、各项比赛奖品预算200元；

2、场地费用预计XX0元；

3、比赛用品预计费用XX0元；

总计：400元

**体育竞赛筹备工作计划范文15**

1、内容：

(1)各年级保证开足体育课，上好体育课，按标准执行。每天做广播体操、眼保健操。

(2)以年级为单位开展一项特色体育活动。

一二年级跳短绳、三四年级踢毽子、五六年级鱼贯跳长绳。大课间活动时间为上午10：00-10：30，时间为30分钟(其中眼保健操5分钟，广播操5分钟、班级体育活动20分钟)。另外还在早上课前、下午放学后两个时段安排班级特色体育活动。时间分别为20分钟。在教师的组织和管理下在指定的操场区域活动。

(3)组织活动：九月份重点活动为规范两操，学习广播体操。十月份开展拔河比赛。十一月份开展跳绳比赛。十二月份开展冬季长跑比赛。

2、活动方法：

体育课由专职的体育教师上课，晨间、中午、放学后由辅导教师、副班主任组织，学生在教师的指导下学会锻炼的技术与方法。

3、要求：

学校阳光体育运动的实施，扎根班级、立足校园，开展小型多样、活动活泼的活动。

**体育竞赛筹备工作计划范文16**

1、活动必须由班主任到场负责管理，做必要的技术指导。

2、加强安全防范管理。班主任必须加强教育，引导学生安全、文明、有序的参加活动。

3、如果遇到小型体育竞赛，老师必须提前到达比赛场地。各班快速、有序地进入比赛场地进行比赛。

4、遇到阴雨天不能进行正常室外活动时，各班由班主任自行在教室进行室内游戏(器材自备)

一、指导思想：

坚持健康第一的指导思想，深入贯彻《全民健身计划纲要》和为科苑增光计划，以增强人民体质，不断提高全校师生的体育意识和参与意识，发掘和培养体育后备人才，提高竞技体育水平为宗旨。通过运动会带动学生主动锻炼，提高整体素质。运动会采用田径单项比赛，分班计分，参赛项目丰富多彩，让每一个学生均有自己所喜爱的运动项目，让每一个有专长的学生来展示自己的风采，让每一个学生都能感受到运动的快乐!

二、主题：

七彩校园，个性师生，放飞心情，超越自我

三、时间：

20\_年9月29日——20\_年9月30日

四、地点：

操场，篮球场

五、竞赛项目：

学生项目60m 100m 200m 400m 800m 垒球 跳远 立定跳远 迎面接力 4\_100接力

注：(一、二年级只参加立定跳远和迎面接力)

家长项目踢毽子(男女不限，限六人，一分钟计数，累计六人之合) 迎面接力(家长与学生各六人，男女各三人)投篮(五人，男女不限，每人五次，即总和)

参赛方法 学生项目(3--5) 每项限报两人，一人限报两项，每班限报14人。 (1-2)立定跳远男女各4人，迎面接力学生5人，家长5人。

教工项目：50m 100m 30m托球跑 足球射门 一分钟跳绳

参赛方法:以工会小组为单位，每位

教师限报两项，每个项目限报两人，奖前六名，不足六人减一录取。团体奖前三名。(男教师做好裁判工作)

计分方法 学生项目按 7 5 4 3 2 1 积分。

家长项目集合单项总成绩按7 5 4 3 2 1 记入班级总分

六、奖励办法：

团体 、单项各奖前三名，

七、裁判：

除班主任外的所有教师

要求：有责任心，公正公平

注：比赛具体时间由学校统一安排,(3-5)各班班主任务必在15日下午放学前天好报名单。

八、比赛时间

9月29日下午 2：30-5：30 家长项目

9月30日上午8：00-11：30 学生项目

9月30日下午2：00-5：30 学生项目

九、如有变动，将及时通知班主任。

一、活动目的：为同学们打造个互相交流、互相学习的平台，树立大学生内练素质，外树形象的岁月，展现大学生的\'运动风采。

二、活动宗旨：

(1)切实推动“全民健身计划”增强大学生身体素质。

(2)增进各系之间的感情，促进篮球爱好者间的交流。

三、活动时间和地点：

四、活动举办单位：山东建设学院

五、比赛安排：于11月10日将通知发送到各个班，由各班负责组织参赛队，规划方案《篮球赛活动策划方案》。

六、参赛办法：

1、参赛单位：各个班

2、参赛资格：凡属本班，体质良好者

3、参赛人数：每队领队一人，教练一人，运动员5人

4、报名日期：11月10日-11月15日

七、比赛方法：

1、采用“三人制”篮球赛的比赛规则

2、比赛为单循环方式，所有参赛队均能相遇一次，最后按各队在全部比赛中的积分排列名次。

3、计分方法：

(1)胜一场得2分，负一场1分，积分多者名次列前。

(2)如果两队积分相同，则按两队在同阶段比赛中所得比赛分数。

八、比赛服装：

各队服装必须整齐颜色一致，服装要有号码，号码必须清楚。

九、比赛规则：

1、每队至少有三名参赛队员，每场比赛每队可以只上两名队员，但不准仅有一名队员。

2、比赛开始后不准更换原有队员，否则取消参赛资格。

3、比赛换人没有限制，但仅在死球或半场结束时才能换，进球也可以换人。

4、进球后换发球。

5、一方投篮未进，由队方抢到篮板球后，则需退到三分线后再进攻。

6、每次换发球，发球方必须退到中场后再进攻。若发球方没有退到中场或发球时踩线，此次发球不算并换发球。不允许退回二分线后而直接投篮。如果一方欲在未退回二分线之前就投篮而另一方犯规，则犯规不算，且由另一方发球。

7、所有犯规(7次以下)或球出界，到中场发球区发球。

8、二分球：与专业比赛中三分球相似，在6。096米弧线外出手投中篮作二分算，二分线内投中算一分。

9、每场比赛中，一队先打到12分，并对方2分以上则为胜方，以20分钟为限。

10、比赛时，实行“30秒”制，会有比赛监督员记录，若30秒未投篮，则换发球。

11、每队各有两次45秒的暂停，暂停不停钟，仅最后三分钟会停钟。

12、打到20分钟，以比分高队伍为胜方，若为平局，则再打加时赛，先得分的一方为胜方。

十、奖项设置

(1)获前3名的队给予集体奖和个人奖。

(2)在比赛中得分最多的运动员得MVP称号，给予物质奖励。

(3)裁判员每人赠送一份纪念品。

贯彻落实全国学校体育工作会议精神和教育部、国家体育总局、共青xxx关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定。树立xxx健康第一xxx、xxx每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子xxx的现代健康理念，大力推进体育大课间活动，全面实施《学生体质健康标准》，蓬勃开展xxx阳光体育活动xxx。以培养学生刻苦锻炼的精神，培育学校的体育精神，营造一种良好的校园体育文化氛围，使学生自觉地参加每天一小时的体育活动。

我健康我阳光我成长我快乐

人人有项目班班有团队平时有测试年终有评比

1、指定项目：跳绳、50M短跑、立定跳远、400M往返跑

2、自选项目：田径、游戏、舞蹈、球类、军事类、体育快乐园活动

1、全员参与性原则

没有特殊情况，任何老师不得留学生在教室或办公室做其他事情。

2、每天一小时原则

每天的课间操、眼保健操、课间活动及下午学校组织的体育活动半小时以上。

3、课内外结合原则

做好家长宣传工作，采用家校联动方式，使全体教师、学生、家长行动起来，参与到这一全民健身活动中来。

4、安全性原则

各班在设计活动时，要充分考虑到学生的年龄因素，场地因素，制定出相适宜的活动>计划，在选用器材时注意安全，在带班活动时，带班老师要有高度的责任心。

1、开足体育课，上好体育课。每一名体育教师要认真对待每一节体育课，组织好每一节体育课的教学活动，任何体育教师不得把体育课上成放羊式教学。

2、做好课间操和眼保健操。

3、组织开展好上午30分钟的课外运动。学校因受场地限制，各班按政教处分配的活动地点开展活动。

活动器材采用学生自带和学校购置两种兼顾措施。

1、各年级在每学期第二周制定本校各年级的活动计划，学校。

2、做好对全校教师，全体学生及学生家长的宣传工作，重视xxx阳光体育活动xxx，把这项工作抓好，抓实。

3、每位教师均要带队，参加情况记录年度考核中的担任课外活动栏目。

4、每年6月中旬学校组织一次活动成果展示，进行评比。

5、凡未落实学生每天一小时体育活动的学校和班级，不得评为先进单位，第一责任人不得评为先进个人;凡是不认真组织学生积极参加每天一小时体育活动的班主任，不得评为先进班主任;凡不积极参加每天一小时体育活动的学生，不得评为三好学生。

**体育竞赛筹备工作计划范文17**

1、体育组在每学期第一周同各班主任协商，共同制定出本学期各年级的活动计划。

2、做好宣传动员工作，重视“每天一小时校园体育活动”，保证学生每天的锻炼时间，把这项工作抓好，抓实。

3、每位教师按要求下到各个班，做好表率作用，组织引导好学生参加好活动，参加情况记入年度考核中。

4、在每年学校组织一次校园体育活动成果展示，进行评比。

5、凡未落实学生每天一小时校园体育活动的学校和班级，不得评为先进单位，第一责任人不得评为先进个人;凡是不认真组织学生积极参加每天一小时校园体育活动的班主任，不得评为先进班主任;凡不积极参加每天一小时校园体育活动的学生，不得评为优秀学生。

**体育竞赛筹备工作计划范文18**

为认真贯彻\_中央《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》、《学校体育工作条例》、《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》的精神，全面实施素质教育，增强学生体质，提高学生体育能力，推动我校学校体育工作扎实、有效、长期地开展，特做以下计划

>一、体育课堂教学方面：

体育教师应认真备写教学计划、心得体会及工作小结和总结，组织上好每一次课，做到有计划、有内容有小结或总结，并做好课前、课后的常规工作以及课堂上的德育、安全卫生方面的工作。体育课上相关教师要发辉自己特长，充分调动学生积极性和主动性，让学生喜爱参与、乐于参与，达到愉悦身心、强身健体的目的。每学期（学年）认真按要求组织做好测试、成绩统计、评定工作，并做好归档工作。（高一、高二年级测试项目争起在XX年5月底前结束，并作好评定、统计工作，6月份安排成绩不合格的学生进行补测，学期末完成所有学生成绩统计评定工作，上报体育组一份，自己留存一份。）

>二、两操及课外活动方面：

体育教师应按学校的统一要求，认真带好两操（早操、课间操）。两操时间体育教师必须到场，协同班主任认真负责地指挥相关年级学生出操，确保学生出操（活动）质量；

2、每学期（年）认真组织开展课余体育训练（体院考生及各运动队）、体育竞赛和群众性体育活动；

①计划XX年3月份开始组织校内学生活动，以年级为单位相关体育教师负责安排具体时间和活动内容（活动做到形式多样、内容丰富），拟定活动方案后上报体育组，由体育组统一安排，4月底结束学生活动；

②计划利用（三、四月份内）周末时组织罗平一中“强体魄、促教学”系例活动〈四〉登山比赛，具体时间等定；

③按照教育局文件精神拟定于XX年5月份开展罗平县高中生排球联赛，具体活动方案同上学期篮球联赛；以上学生、教师活动的组织开展必须有相应的计划、总结，并对整个活动留有相应的记录（文字及图片）；并按需要以电子文档形式上报教育局。

④每天下午5:00各年级各部在体育教师的统一指挥下认真开展阳光体育活动；体育教师要主动积极地联系班级主任，共同努力，坚持不懈地组织开展好阳光体育活动；在今后的工作中相关体育教师认真研究，出谋划策，力求使阳光体育活动做到形式多样、内容丰富，使阳光体育活动得以长效开展。

⑤每天下午课外活动时间（17:00——18:30）安排相应的体育教师对校排球队员及性趣小组学生进行辅导。

>三、其它方面：

1、体育教研工作，认真组织开展好每一次教研活动，力求做到活动有内容、有目的；多就我校学校体育教学教研工作进行研究探讨；

2、教学教研工作，鼓励全体体育教师多在教学和教研论文方面下功夫，大胆尝试，主动动手和脑，力争体育教师论文能够在知名的报刊杂志上发表。

**体育竞赛筹备工作计划范文19**

1、树立科学的人才观，充分认识体育对强身健体、陶冶情操、启迪智慧、壮实人生的作用，培养学生团结、合作、坚强、献身和友爱的精神，弘扬民族精神。

2、开展阳光体育运动，要与体育课教学有机结合。通过体育教学，引导学生积极参加阳光体育运动，增强学校体育工作的活力和吸引力。

3、与课外体育活动相结合，保证有一个小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入学校年度计划。

4、营造良好的活动氛围，通过多种形式宣传阳光体育运动，广泛传播健康思想，使“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的口号家喻户晓、深入人心。建立评比表彰制度，对在阳光体育运动中取得优异成绩的班级给予加分，以唤起全体师生对学生体质健康的广泛关注，支持阳光体育运动的开展。

5、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环境。通过学校体育活动，保证每个学生至少掌握一、二项日常锻炼技能，养成终身锻炼的良好习惯。

**体育竞赛筹备工作计划范文20**

明确工作责任制，确保每天1小时体育活动不折不扣的施行。建立健全多部门负责的学校体育活动工作责任制和保障机制，确保活动时间及组织人明确、活动内容有安排、场地器材有保障、安全及医务监督有保证，确保每天1小时课外体育活动不折不扣的施行。

责任到人。校长是落实每天1小时体育活动的第一责任人，负责活动落实的统一领导、协调、保障。教导主任是落实每天1小时体育活动的1

直接责任人，负责活动的组织、规划、监督、落实。教研组负责人是落实每天1小时课外体育活动的组织责任人，负责具体实施和管理。班主任、体育教师、科任老师是落实每天1小时课外体育活动的实施责任人。

**体育竞赛筹备工作计划范文21**

（一）趣味：

1-2年级：多足虫竞走（8人）

搬运球接力（2男2女）

跳绳 （2男2女）

沙包掷准 （1男1女）

3-4年级：乒乓球托球跑（2男2女）

搬运球接力（2男2女）

拔河 （8男8女）

5-6年级：齐心协力 （3男2女）

四人五足 （2男2女）

拔河（8男8女）

教师组：齐心协力 两人夹球跑 四人五足 摸石过河 袋鼠跳接力

（二）竞技：

3-4年级：60米 100米 200米 立定跳远 掷沙包 5-6年级：60米 100米 400米 跳远 跳高 垒球 实心球（女） 铅球（男）

**体育竞赛筹备工作计划范文22**

一、活动主题

激情四月，阳光体育。

二、活动目的

为了丰富大学的业余生活，给大家一个体现团队精神及凝聚力的空间，在活动中让大家增进友谊，从中学会团结，培养全体学生的集体荣誉感和竞争意识，打造一个我专业同学相互交流，相互学习的平台，我专业组织开展“激情四月”体育活动竞赛。通过这个活动，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的校园气氛。鼓励学生积极参加各项活动，培养学生健康体魄，发扬团结向上，努力拼搏。

三、活动单位

活动参与者;10级生物科学

活动组织者;10级生物科学3班

四、活动流程

第一阶段：前期准备

1、联系各班体委，鼓励班上同学积极报名;

2、联系好乒乓球馆、羽毛球馆和篮球场管理员;

3、买好奖状、奖品等。

第二阶段：活动开展

活动项目;乒乓球 羽毛球 篮球

(一) 乒乓球比赛

时间：4月10日(周二)12:30—14:00

地点：乒乓球馆

比赛形式：每班选出男、女选手各4名，抽签决定比赛顺序，三局两胜淘汰制(每局11球)。赛出。

一、二、三、四名。

(二) 羽毛球比赛

时间：4月11日(周三)12:30—14:00

地点：羽毛球馆

比赛形式：每班选出男、女选手各4名，抽签决定比赛顺序，三局两胜淘汰制(每局11球)，赛出。

一、二、三、四名。

(三) 篮球比赛

时间：4月12日—4月13日(周五)12:30—14:00

地点：篮球场

比赛形式：每班选出男生组成一支篮球队(不少于5人)， 抽签决定比赛顺序。12日预赛，胜出球队在13日决出一、二名，另两支队在13日决出三、 四名。

五、奖项设置与评比方式：

(一)奖项设置：一等奖一名、二等奖一组、 三等奖两名

(二)评比方式：各项比赛第一、二、三、四名分别加5、3、 2、1分，最后累加总分排出名次!

六、活动预算

乒乓球比赛场地50元

羽毛球比赛场地80元

篮球矿泉水20元

奖品、证书160元

总计：310元

七、活动意义

推进各班的相互交流、相互沟通、相互融合，增进同学之间的互动了解，增进同学之间的情感和友谊，更有利于打造和谐校园环境。

八、活动中应注意的问题和细节

1、如遇活动期间天气的变化，我们将另行通知;

2、比赛时注意安全，由各班体委维护安全秩序。

**体育竞赛筹备工作计划范文23**

一、指导思想:

为全面贯彻落实全国学校体育工作会议精神和成都市教育局、体育局、团市委《关于开展全国亿万学生阳光体育锻炼的紧急通知》精神，促进和谐校园建设，培养同学们公平竞争、热爱和平、追求发展的精神，养成积极主动的体育锻炼习惯，提高同学们的思想道德素质、文明礼仪素质和身体健康素质，为学生终身发展打下坚实基础。

二、组织单位:成都华西中学

三、主题“青春·运动·健康”

四、启动仪式与活动内容:

(一)根据市教育局活动安排，结合本校实际于20xx年4月29日进行启动仪式。

(二)学校阳光体育运动每学年分为三个阶段:

第一阶段:3一6月全校开展以学生“阳光伙伴”、体育励志活动为主体的阳光体育运动，在开足开齐各年级体育课程基础上，带领和鼓励全体学生，开展各种喜闻乐见的体育活动(不拘形式)，让学生全身心地投入到每天一小时的体育活动之中。

1、学校组织全体学生开展午间一小时课外文体活动。

2、以参加成华区、成都市组织的学生篮球、足球和乒乓球比赛为载体，开展以年级、班级为单位的学生球类、棋类比赛。

3、4月中旬——5月中旬组织初中毕业生升学体育考试的迎考和组织工作。

4、5月，组织初一、初二、高一、高二年级学生的远足、野外生存训练。

第二阶段:7一9月以“绿色奥运”、“人文奥运”、“科技奥运”为主题，青少年学生的体育竞赛或夏令营活动为主要内容，鼓励学生走出教室，沐浴阳光，亲近自然。

1、8月组织开展新生学生军训，培养学生良好的身体素质和意志品质。

2、8月倡导学生积极参加省市少年宫组织的各种学生暑期社会实践活动。

第三阶段:10-12月以学校迎奥运体育节、运动会为载体，引导全体学生积极参与各项体育活动;努力提升学校体育教育工作水平。

1、以参加省市区中学生秋季田径运动会为载体，开展广泛性的学生体育锻炼活动。

2、学校举行以迎奥运为主题，利用摄影、书法、绘画、演讲、体育舞蹈等形式，开展各项主题活动，并运用校园网、宣传窗等渠道广泛学生运动及健康知识。

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！