

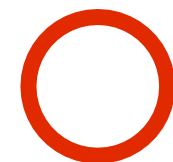
活力绽放 赛出精彩

2023趣味运动会活动策划方案

The vitality of the game is wonderfulChuangdong Expressway 2023 fun games planning program

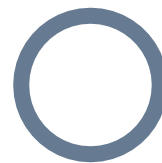


CONTENTS



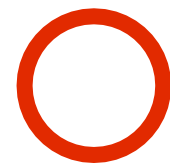
活动概况

Activity overview



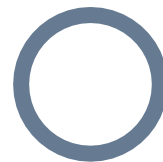
活动内容

Activity conten



活动背景

Atmosphere layout



活动配套

Event details

O N E

活动概况

Activity Overview



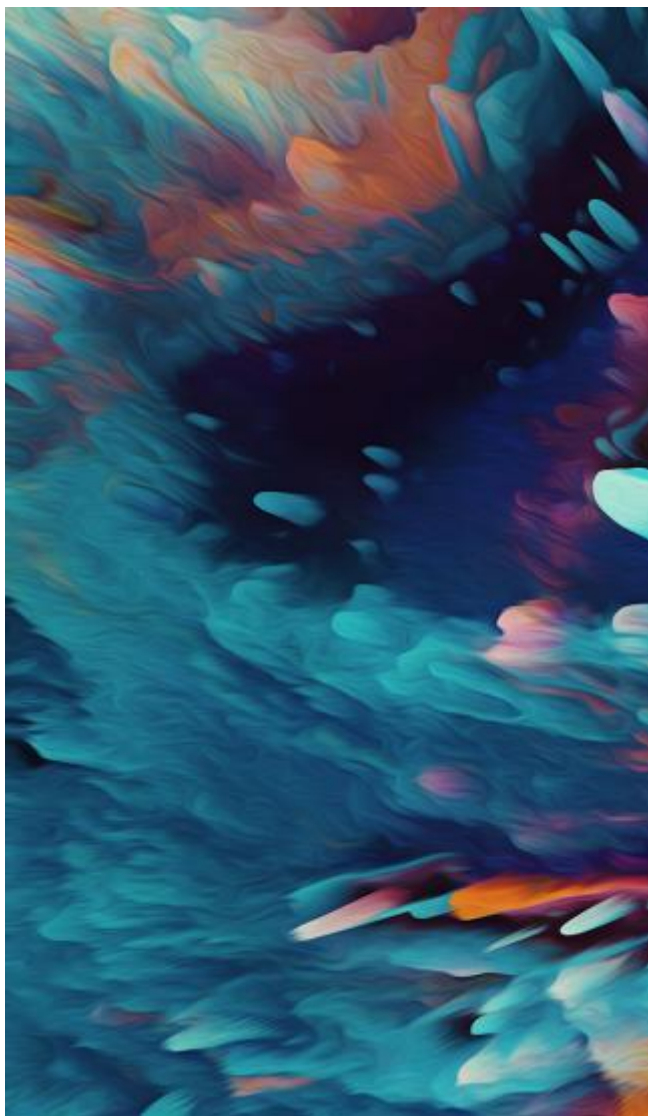
概念提炼

Activities Overview



活动概况

Event Overview



基本信息

主题：活力绽放 赛出精彩

—— 2023XXXX趣味运动会

活动时间：甲方确定

活动人数：约200人

活动地方：甲方指定

活动主办：XXXX高速公路有限责任公司（工会）

活动内容：活动主要进行分组积分制，进行趣味主题运动会，根据积分获得相应奖品。

T W O

活动背景

Activity content



公司简介

四川XX高速公路有限责任公司（简称“XX公司”）成立于19XX年XX月，公司主要负责XX、XX、XX、XX4条高速公路的营运管理，路段全长315.326公里。

XX公司立足新时代新征程，蜀道集团的坚强领导下，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，以“两路精神”为引领，积极抢抓成渝地区双城经济圈建设、交通强省建设等重大战略机遇，坚定不移履行国企职责使命，不断满足人民群众“畅、安、舒、美”的美好出行向往，为治蜀兴川再上新台阶贡献更大力量！

活动背景

Event Overview

**本次运动会建设企业文化、提高团队凝聚力、丰富员工业余生活，
创造积极向上的企业氛围。**

- 1、让企业文化更加深入人心，同时也丰富企业文化的内涵；
- 2、运动会内容形式新颖有吸引力、有参与性和趣味性，操作难度不高，区别于传统的运动会方式。让参加者乐于接受的方式，将心驻入，为活动添色彩；
- 3、达成企业团队熔炼的目的：调整团队成员常规心态，增强凝聚力，注入创业激情；并能触动心灵通过参与的感悟激发其做正面积极的心态调整；
- 4、活动期间提供交流空间，有助于增进公司领导与员工之间的关系。增进个体与群体之间的凝聚力；
- 5、从活动创意或场地竞技看，更符合员工的个性化活动需求，员工参与积极性更高；
- 6、相对于其它的团体活动来说，趣味运动会成本更低，能为公司节约较大的费用支出。

举办趣味
运动会的

6

大理
理由

THREE

—

活动内容

Activity content



活动规则

活动主要以运动会形式为主，参与人员三个管理和一个公司机关，分成四个队伍，每组队伍约30人，根据每场比赛规则获得相应积分；按照积分排名得出前三名，获得奖品。

冠军：1支；证书+奖品

亚军：1支；证书+奖品

季军：1支；证书+奖品

参与奖：1支，获得参与奖；



活动流程

时间	内容		备注
上午	运动会开幕式	运动员分组进场，呐喊口号，方阵列队	
	领导致辞	致辞宣布活动正式开始	
	节目表演	四组节目进行现场表演	
	赛前热身	由专业的教练，带领大家一起做准备热身运动	
	众星捧月	分组团队比赛（比赛规则见详情页）	
中午	午餐	食堂午餐	
下午	非凡搭档	分组团队比赛（比赛规则见详情页）	
	羽毛球拍赶篮球	分组团队比赛（比赛规则见详情页）	
	全员一直马	分组团队比赛（比赛规则见详情页）	
	猪八戒背媳妇	分组团队比赛（比赛规则见详情页）	
	拔河比赛	分组进行拔河比赛（比赛规则见详情页）	
	颁奖仪式	根据比赛积分颁发一二等奖	
晚餐	晚餐	食堂晚餐活动结束	

运动会开幕式

A d m i s s i o n

开幕式

运动会现场搭建舞台

队员分组入场，呐喊队名和口号，体现团队精神；

领导讲话，宣布运动会正式开始；



入场式-部门方阵入场

Admission



各方阵陆续入场，绕球场一周接受检阅，最后在主席台前依次站好，等候领导发言。

领导致辞

Leader Speech

领导上台致辞，宣布运动会正式开始。



节目表演

Cheer-Dancing

节目表演

队员提前准备和活动主题恰当的节目，每支队伍一个节目，总共四个节目。展现青春活力，提高活动氛围。



赛前热身

Warm-up

全员热身：由专业的教练，带领大家一起做准备热身运动。





—

开始趣味运动会

F u n G a m e s

活动内容

Rules



众星捧月

参赛人数：8人，4男4女

比赛时间：上午

比赛规则：每支队伍选派8名队员（4名男生4名女生），比赛开始前，队员分别持战鼓末端绳结（战鼓上放置一活力球）。裁判发令后，通过协作使活力球跳动起来，抛接均成功算一次，比赛限时5分钟。

比赛计分：根据各队伍抛接成功次数进行排名，第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。

此项目比赛分为5分钟规则讲解，15分钟练习和10分钟比赛时间；每轮比赛由2支队伍同时进行。

活动内容

Rules



非凡搭档

参赛人数：8人，4男4女

比赛时间：14:00-14:40

比赛规则：每支队伍选派8名队员（4名男生4名女生），要求每个选手之间用身体抵住一个瑜伽球向前行走。在行走期间选手需双手举过头顶抱置一个瑜伽球。不能让瑜伽球掉出，全程50米，以最终到达目的地时间最短获胜。

比赛计分：根据各队伍抵达终点的用时进行排名，第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。

此项目比赛分为5分钟规则讲解，15分钟练习和10分钟比赛时间；每轮比赛由2支队伍同时进行。

活动内容

Rules

羽毛球拍赶篮球



参赛人数：8人，4男4女

比赛时间：14:40-15:20

比赛规则：每支队伍选派8名队员（4名男生4名女生），每人手持一个羽毛球拍，使用羽毛球拍运送篮球（其他身体部位不可以接触篮球），赛道长度50米，抵达后将篮球交至下一名队员，完成8名队员接力后计时结束。

比赛计分：根据各队伍用时进行排名，第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。

其他说明：此项目比赛分为5分钟规则讲解，15分钟练习和10分钟比赛时间；每轮比赛由2支队伍同时进行。

活动内容

Rules

全员一字马（一轮10分钟）

参赛人数：5人，比赛时间：15：20-16：00

每队派出5人参赛依次排开，第一人脚尖接触起点，随后每人尽全力一字马，脚尖触碰，最后拼接距离最长者获得胜利，根据距离长短获得名次的相应积分。比赛计分：根据各队伍长度进行排名，第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。



活动内容

Rules

猪八戒背媳妇

比赛时间：16:00-16:40

每队派出8人参赛，2人扮演猪八戒背媳妇，6人负责移动脚踏板，参赛选手立于起跑线后，裁判发令后，猪八戒背着媳妇向前行进，其他人将脚踏板放到前进路上供猪八戒前行，并迅速排到队伍的前端，继续连接前进道路，直到猪八戒背着媳妇安全的达到指定的目的地为止，根据用时长短决定名次。比赛计分：根据各队伍用时长短进行排名，第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。



活动内容

Rules

拔河比赛



比赛时间：16：40-17：10

每支队伍**10名**队员，在场地上有3条平行的短线，间隔2米，居中的为中线，两边的为界。拔河绳中间系一根红带子作为标志带，下面悬挂一重物垂直于中线。各队选一名指挥员，队员依次**交错分别站在河界后拔河绳的两侧**，裁判员发出“预备”口令，双方队员站好位置，拿起拔河绳，拉直做好准备。此时**标志带应垂直于中线**。待裁判鸣哨后，双方各自一齐用力拉绳，把**标志带拉过本队河界的队为胜方**。

计分规则：第1名20分，2名15分，3名12分，4名10分。

颁奖仪式

Fun Games

颁奖时间: 17:10-17:30

根据运动会最终比赛积分, 由领导颁发冠军, 亚军, 季军奖。



F O U R

—

活动配套

Activity package



活动配套

Activity Package

奖品推荐

以下为一、二、三、团体奖品建议，计划组内人员人手一个，奖品可根据情况进行更换。



一等奖

SKG颈椎按摩仪

600-800/个



二等奖

尤尼克斯羽毛球拍1个

400/个



三等奖

膳魔师不锈钢保温杯

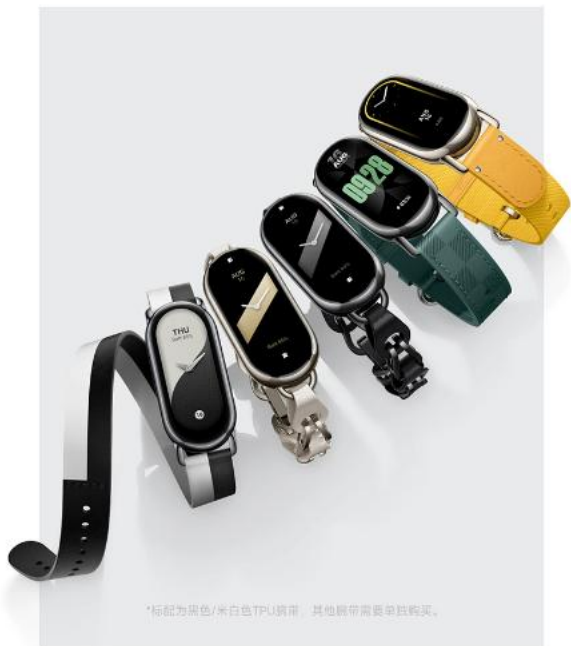
300/个



参与奖

定制消防抱枕

50/个



小米手环8

时尚新生

小米运动手环300-500/个



小米运动蓝牙耳机700/对

龙年定制礼物

開門納福 配置



报喜门铃*1



红包*5



门神贴*1

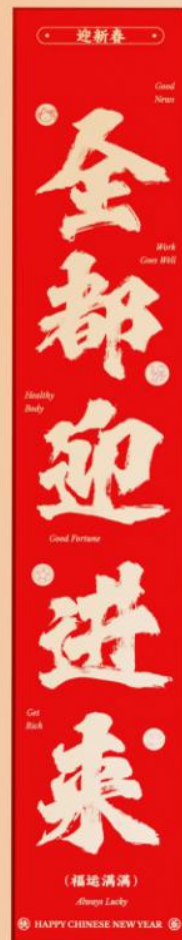


拉花福龙*1



五福磁吸贴*5

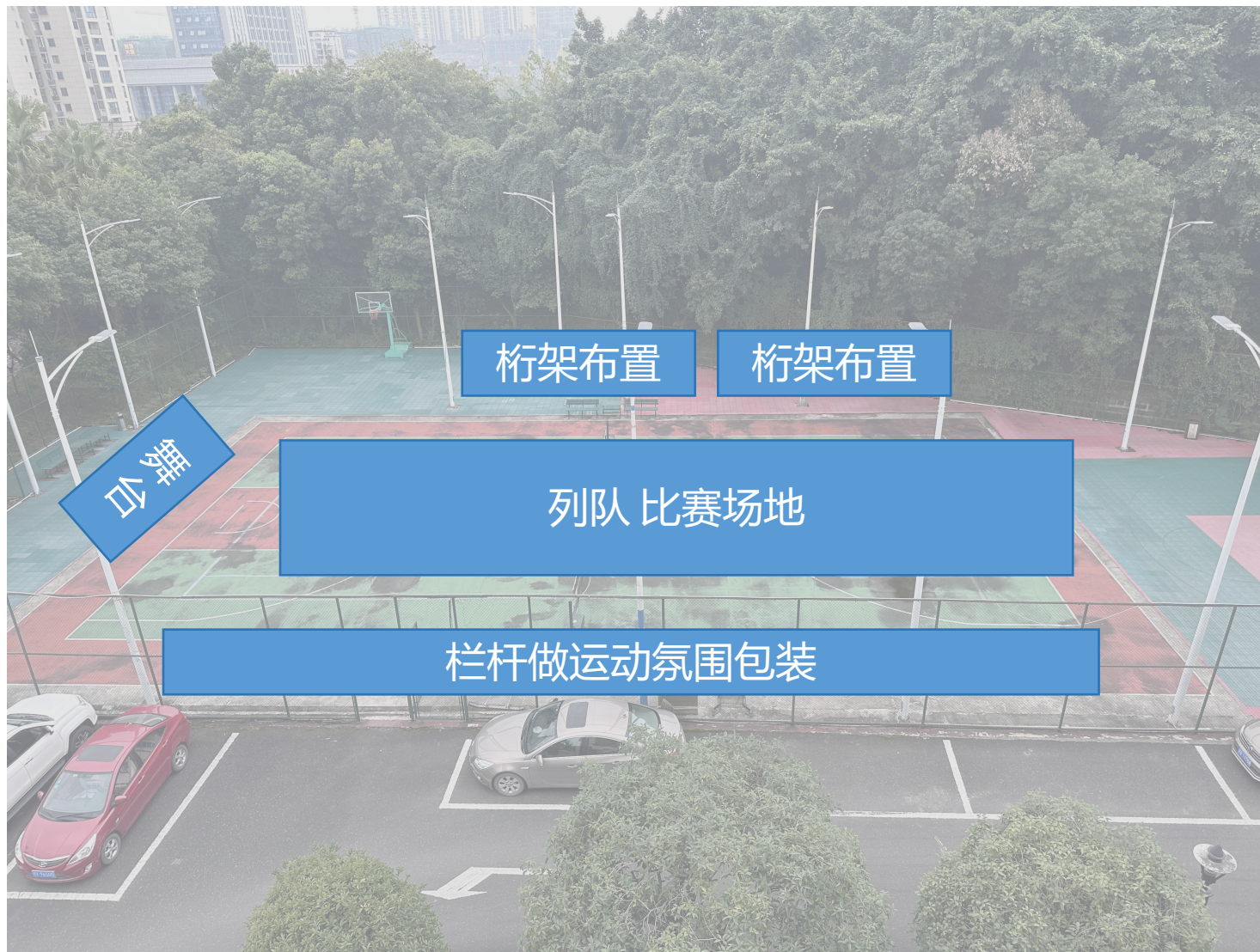
门神守护杯*1



活动配套

Activity content

活动场地 活动场地现场氛围营造



活动配套

Activity Package

医疗箱

医疗箱配备：葡萄糖、酒精棉、创可贴、碘酒、棉签、绷带、云南白药一瓶



活动配套

Activity Package

定制衣服运动包

能量包配备：定制衣服，能量包，百岁山矿泉水1瓶、等零食；



活动配套

Activity Package

■ 比赛相关物料准备



活动配套

Activity Package

■ 比赛裁判



活动配套

Activity Package

活动记录

摄影师将记录下业主们的美好时光，活动当天照片上传百度网盘，后期制作视频，以供浏览、分享；



感谢观看

THANK YOU

