

# 拔河比赛活动方案 15 篇

## 拔河比赛活动方案 1

一、活动时间：5 月 7 日星期五 14:30 正式开始

二、活动地点：李渡校区田径运动场

三、活动对象：\_\_级、\_\_级全体在校学生(共计十三个班)

四、主办单位：经济与工商管理学院

五、承办单位：经济与工商管理学院学生会体育部、女工部。

六、参赛要求：

1. 以班级为单位组成各参赛队伍。每班限报一队，每队共 20 人，男生 10 人，女生 10 人(若男生不足 10 名的班级可按男女生 1:2 的比率进行适当的调整)。参赛队员必须是本班人员，其余人不得参加。教师组男女各 10 人，参赛老师为经济与工商管理学院在职老师。各参赛队伍各选一名队长。

2. 比赛开始前，参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，开场后 5 分钟不到的队伍取消参赛资格。

七、比赛方法：

1) 比赛按抽签分组直接淘汰(每轮比赛采取三局两胜制)。比赛共分为三个阶段。

2) 比赛分组由各队队长抽签决定，比赛的站地位置采取抛硬币的方式。

3) 初赛：每队抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛。每组采取直接淘汰制，每组获胜者晋级。最终胜利的 7 支队伍进入下一轮比赛。

4)复赛：由队长进行抽签分组，多出来的一组直接进入下一轮比赛，每组采取直接淘汰制，获胜的四支队进入决赛。

5)决赛：最后的四支队伍同样采取抽签分组决出最后的前三名。

6)最后的冠军队伍将与教师组进行一场拔河比赛。

#### 八、比赛规则：

比赛地为地上画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，布条上挂一小重物垂直于中线。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。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准，同时裁判吹鸣哨声表示比赛结束。

#### 九、注意事项

1、赛前5分钟点名检录，三次点名不到的代表队视为自动弃权。

2、参赛人员不得冒名顶替，啦啦队员不准上场帮忙，一经发现取消该队所有成绩及参赛资格。

3、比赛前由队长抽签决定对阵。

4、必须听从裁判员的裁判及工作人员的指挥，遵守比赛纪律，友谊第一，比赛第二。对违反比赛规则，又不听从劝阻的，判输。

5、在比赛过程中，参赛选手不得借助比赛规定以外的物体以至达到获胜的作弊和为，如一经发现将做出该队该局比赛自动认输处理。

6、获胜队伍完成一轮比赛后不得离开比赛现场，必须在比赛现场旁边等候工作人员做出下一轮的比赛安排。

7、比赛以裁判第一次吹哨为号发令表示比赛正式开始，当裁判吹第二次哨时表示比赛已有胜负，该局比赛结束。

8、比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完后一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各班体育委员谨记，转告给各班队员。

9、比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出 x 申请。

十、奖励办法：

按照赛制取前三名予以奖励

第一名：奖金 100 元及奖状

第二名：奖金 60 元及奖状

第三名：奖金 50 元及奖状

十一、活动流程：

活动第一项：领导讲话

活动第二项：领导宣布比赛正式开始

活动第三项：比赛正式按秩序进行

活动第四项：对获奖班级进行颁奖(注意：颁奖活动在全部比赛结束后立即进行，请各班在比赛结束后先不要离开，务必参与颁奖仪式)

## 拔河比赛活动方案 2

为加强教师间的交流，同时增强大家的集体荣誉感，提高教师们的身体素质，体现团结、奋进、健康的精神风貌，工会特举办此次比赛活动。

一、比赛时间：

x 年 9 月 10 日 15: 30

## 二、比赛地点:

中学比赛地点: 运动场

中心小学比赛地点: 餐厅前小操场

## 三、比赛形式:

1、参赛队伍: 中学组: 七年级教师代表队, 八年级教师代表队, 九年级教师代表队, 后勤、行政综合代表队等四支代表队。小学组按低、中、高、综合组四个队。

2、按四支队伍进行淘汰赛, 赛前抽签定位 (1 号对 2 号; 3 号对 4 号; 胜者争一、二名), 每场比赛均采用三局两胜制, 胜者进入复赛, 输者淘汰。

## 四、组织机构:

组长: 颜 x

副组长: 谭 x

成员: 秦 x

总裁判长: 史 x

副裁判长: 向 x

记录、资料整理: 邹 x

场地、器材: 中学: 向 x 小学: 向 x

活动协助: 秦 x

## 五、比赛规则:

1、每队男、女教师参加人数不限，共计 10 人，不足人员由校委会调剂，每组联系领导可以参加本组。

2、比赛前，裁判长清点各队参赛人数，参赛队员服从裁判管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可开始比赛，非参赛队员不准帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各队必须准时参赛不准无故缺席，迟到五分钟做弃权处理。

5、比赛必须服从裁判员裁决。

六、录取名次及奖励：

1、比赛取第一名、第二名、最佳表现奖、精神文明奖。

2、第一名：羽毛球拍 2 副、羽毛球 1 桶；第二名：乒乓球拍 2 副，乒乓球 1 打；最佳表现奖、精神文明奖：大跳绳：1 根、小跳绳 1 根。

3、给每位参赛队员给予奖励

七、比赛器材：

拔河绳：1 根；标志桶：2 个

八、经费预算：

颜 x、向 x

九、各队人员安排：

中学组：

九年级代表队：

队长：颜 x 副队长：向 x

成员：鲁 x

八年级代表队：

队长：秦 x 副队长：向 x

成员：宋 x

七年级代表队：

队长：谭 x 副队长：秦 x

成员：秦 x

后勤综合代表队：

队长：周 x 副队长：雷 x

成员：周 x

小学组：另行安排

十、相关工作安排：

1、时间定于9月10日下午3:30举行，学生由向凌云老师负责；教师由各队队长负责；各队副队长负责抽签确定序号。

2、各队确定好队员后领取手套，运动鞋自己筹备。

### 拔河比赛活动方案3

为了突出体现以学生为主体的文化建设，全面丰富当代大学生的精神文化生活。从教职工以及学生的角度出发，准备举办全院的大型拔河比赛。旨在通过此项活动，让大家意识到一切的工作和学习都要以身体健康为重，增强健康意识。其次，更希望借此机会全面加深各系学生会和院学生会的联系和合作。

活动主题：比赛中强身健体合作中加深友谊

活动对象：部分教职工代表和全院学生

活动日程安排：由院学生会生活部主办，各系学生会协助，于四月末举办，为期两周。

活动时间：

活动地点：A05宿舍楼西篮球场

活动流程：

★活动前一周由院学生会宣传部及其他有关部门宣传此次活动的意义，组织部分成员布置会场。

★宣传活动需要深入到老师中，各寝室，各系和班级。★同时，需要外联部和各系社联紧密合作，为此项活动筹集经费，切实保障活动办得精彩。

★此外，各系需要组织啦啦队，而且到比赛时需要真正发挥作用。

★每天中午 12:00 放学后开始比赛，裁判由各系学生会自行选出，但必须公平、公正。

★另外需要从学生会和各系各抽调两名学生代表，全程监督比赛，确保比赛在阳光下进行。

★为了加强和各系的联系，适当可以将更多准备工作交给各系学生会来完成。

★由院学生会和系学生会共同组成一个临时工作组，统筹协调院系学生会的工作，最重要的原因是限度减少工作当中的障碍，确保活动及时顺利进行。

★奖项设置：一等奖院级证书羽毛球拍一副二等奖院级证书笔记本一个三等奖院级证书精神文明奖院级证书经费预算：100元左右

附注：◆最后考虑到系学生会的重视程度可能不够，需要将此项活动的表现纳入十佳系的评选标准之一，因为如果连活动都不够重视，怎么会是一个优秀的系呢？

◆整个活动需要组建一个预备小组，用来处理活动过程中的紧急突发情况。

也希望以此项活动为契机，真正打开院系学生会工作的新局面，合作会更加广泛和深入！

## 拔河比赛活动方案 4

### 一、活动名称：

“友谊第一，比赛第二”拔河比赛

### 二、活动目的：

拔河比赛是中国的传统体育活动，在比赛中能够很好的体现队员之间的团结协作能力，从而加强参赛团体之间的合作、交流，增强整个参赛队伍之间的凝聚力。为了加强学生之间的联系，加深同学们之间的友谊，特举行此次拔河比赛。

### 三、参赛对象：

所有在校生

### 四、比赛时间：

2月14日下午16:00

### 五、比赛地点：

学校操场

### 六、比赛规则：



1、拔河道为水泥地上画 3 条直线，间隔为 200CM 拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。

2、以各班为单位参赛，共 6 支队。一年级 vs 二年级，三年级 vs 四年级，五年级 vs 三六年级。每支参赛队由领队 1 人，参赛选手 11 人（其中男选手 6 人，女选手 5 人）组成，在当场比赛中不得更换比赛选手，最后由文科组教师 vs 理科组教师。

3、每场比赛会派 2 个比赛监督员，清点对方人数是否正确，监督是否有违反现象，如发现有违反现象立即取消比赛资格。

4、比赛时设有一个主裁，两个监督人员。

5、比赛按照班级分别进行比赛，最后胜出的三只队伍分别获得班级积分 20 分。

#### 七、比赛方式：

(1) 每场比赛都采用三局两胜的方式来进行比赛，比赛双方由各自抽签决定，并且每队选出一个领队负责本队的通知工作。

(2) 比赛开始前，各队按照每 11 人一个纵队以站立的姿势准备好，比赛开始后，两边的运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

(3) 每局比赛期间不算时间，直到裁判分出胜负为止。每一局胜负判定：当中心标志被拉到一方的 2m 白色线时，及绳子向一方移动 2m，比赛结束。

#### 八、比赛注意事项

(1) 各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始 10 分钟参赛队未到达现场，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动晋级。

(2) 各队啦啦队必须服从裁判和工作人的员指挥，站在规定的赛道外。比赛时不得有冒名顶替，拉拉队不可上场帮忙。一经发现立即取消比赛资格。

(3) 为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(4) 比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。比赛时由于双方都是用力拉，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各领队谨记，转告给各队参赛者。

(5) 比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

## 5

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。通过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系展示各自的体育才华，发扬团队精神，增强组织凝聚力，培养学生的集体荣誉感、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，推动校园精神文明建设，按照学校的统一安排，组织三至六年级学生开展拔河比赛，有关事宜安排如下：

### 一、比赛时间：

4月11日（周四）下午

### 二、比赛地点：

学校操场

### 三、比赛形式：

1、参赛队伍：三年级至六年级各班

### 四、比赛规则：

1、每班参加人数男生（15人）、女生（8人），共计23人

2、比赛前，裁判员清点各班的参赛人数，参加队员服从裁判员管理。

3、各组在听到裁判员的哨音后方可比赛，非参赛队员不能帮忙，如发现弄虚作假，取消比赛资格。

4、各班必须准时参加不准无故缺席，迟到5分钟作弃权处理。

5、三四年级班先进行抽签，如抽到1班和2班，则1班和2班、3班和4班先进行三局两胜制比赛，获胜者和获胜者比，失败者和失败者进行三局两胜制比赛，最后决出一二三名。

五六年级，三个班先进行抽签定位，如抽出1班2班，则1

班2班先进行三局两胜制比赛，若一班输，在由1班和3班进行三局两胜制比赛，获胜者最后与2班进行三局两胜制决赛，最后决出一二三名。

即比赛共分为三轮，为公平起见，每轮比赛五六年级各比赛一场。如果各班参赛选手在比赛时出现体力不支的，可要求换替补人员。

最后由教职工进行拔河，比赛一楼二楼办公室对三楼办公室进行三局两胜制比赛。

五、组织机构

组长：\_\_X

副组长：\_\_X

裁判：\_\_X

记录：\_\_X

\_\_学校

\_\_月 X日

6

为进一步活跃广大师生的课外业余生活，提高师生身体素质，激发师生参加体育锻炼的热情，培养学生团结友爱，热爱集体的精神，经学校研究决定于 x 年 x 月 x 日—x 日举行拔河比赛，望各班做好准备工作。有关事宜安排如下：

### 一、参加范围

全体教师、学生

### 二、比赛宗旨

友谊第一，比赛第二

### 三、规程设计

1. 时间：x 年 x 月 x 日—x 日三个下午三、四节

2. 地点：综合楼北空地

3. 参赛形式：以班为单位参赛

### 4. 要求

(1) 参赛人数：男 19 人，女 19 人(男女混合赛)，于 x 月 x 日中午 12 点半前报组委会，不参赛学生为啦啦队。

(2) 参赛办法：采用单循环赛制，实行同年级三局两胜制，第一局抽签决定场地，第二局交换场地，第三局再次交换场地。

(3) 奖励方法：各年级第一名。

(4) 参赛顺序：按年级由低到高(一年级——六年级)。

(5) 班主任为领队，认真组织好本班队伍，按时到达比赛场地，并按学校划分区域坐好，为本队助威，全部比赛结束方可离开。

(6) 参赛队员要严格遵守比赛规则，听从裁判指挥，发扬团结互助的精神。

(7) 比赛监督员要维持比赛秩序，清点人数是否正确，监督是否有违规现象，如发现有违规现象立即取消比赛资格。

#### (8) 比赛规则

① 各班参赛队员要听从裁判员的指挥，队员上场后分别站在绳子的两侧，不得随意拿绳子，听到裁判员发令后才可拿绳子，绳子拿起来后不得用力向后拉，听到裁判员的口哨响后双方队员才可用力向后拉。

② 双手握紧绳子，绳子从躯干和上臂之间通过，不得在绳子上打结，也不得将绳子系在任何一名队员的身上，多余的绳子置于身后。

③ 某队将中心标志(红布条与拔河绳的系点)完全拔过本方区域 1 米线时，判某队获胜。

④ 当听到裁判员鸣哨宣判后，无论是胜利方队员还是失败方队员不得将拔河绳故意松开，以免发生危险，如有上述情况造成对方摔倒，学校将取消其比赛资格，并严肃处理。

⑤ 每局比赛结束后一般不可向裁判提出换人，若出现伤病，经对方班主任同意方可换人。

#### 四、赛后

赛后由校长宣布比赛成绩、颁发奖状。

#### 五、赛事组织委员会

组长：\_\_\_\_\_

副组长：\_\_， \_\_， \_\_

成员：全体班主任

总指挥长：\_\_

总裁判长：\_\_， \_\_

场地负责：\_\_

摄像：\_\_

器材：\_\_

救护：\_\_

场地监督员：\_\_， \_\_， \_\_， \_\_

## 六、备注

1. 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。

2. 参赛运动员穿橡胶底运动鞋，以增加鞋底与地面摩擦了，防止打滑。

3. 安全放在首位，要求各班组织有序。观众文明，加油有气势。

7

## 一、活动名称：

“友谊第一，比赛第二”拔河比赛

## 二、活动目的：

丰富同学们的. 课余文化生活、加强同学们之间的团结、提高学生身体素质、培养积极向上的进取精神，使我校学生成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。并

热爱娱乐的节日，致力于打造一

个互相交流，互相学习的平台，通过拔河友谊赛使我校成为一个团结友爱、和谐共荣的集体。

### 三、活动主题：

弘扬体育精神，构建和谐学校；

### 四、活动宗旨：

友谊第一，比赛第二

### 拔河比赛规则：

#### 1、比赛时间：

第十五周（课外活动时间）

#### 2、比赛地点：

学校操场

#### 3、参赛单位：

以各年级单位参赛，每班出一队，每一队 15-16 人组成，男生 10-11 人，女生 5 人，共 14 支队，并带拉拉队一支，（男女不限，20 人）。每支参赛队由领队（本班老师）1 人，监督员（任科老师）1 人，参赛选手 16 人组成，在当场比赛中不得更换比赛选手。

#### 4、比赛场地安排：

拔河道为操场上画 1 条直线，间隔为 200 厘米，拔河绳中间系一红布条，布条上挂一小重物垂直于中线。除参赛队领队、工作人员、选手以外，其他人员一律不得进入比赛场地。选手以外，其他人员一律不得进入拔河道。

#### 5、比赛分组：

一年级——二年级为第一组

三年级——四年级为第二组

五年级——六年级为第三组

#### 6、比赛方法：

同年级先进行各班比赛，采取淘汰制，年级胜利班级进行跨年级决赛。

#### 7、录取名次：

三个年级组各取第一名。

#### 8、组织人员具体安排：

裁判：赵广波

组织：刘健

记录：李姗

#### 9、奖励办法：

各年级组获胜班级奖排球一个，并颁发奖状。

#### 10、比赛要求：

(1) 各参赛队必须提前十分钟到达比赛现场进行热身运动，比赛开始5分钟参赛队未到达现场或参赛人数不够人数的，则当作自动弃权处理。其对应的参赛队伍将会自动进入下一轮比赛。

(2) 第一轮比赛队员完成比赛后离开比赛现场，不准在比赛现场逗留。



(3) 各队啦啦队必须服从裁判和工作人员的指挥，站在规定的赛道外，不能喝倒彩，积极为本班加油。（如有违反，取消评选资格）

(4) 为保证比赛的安全，参赛队员一律不得穿钉鞋或赤脚参加比赛；不准带手套；裁判未判胜负前，手不能松开绳子。

(5) 比赛应本着“友谊第一，比赛第二”的精神，重在参与，注意安全，量力而行。

(6) 比赛过程中对裁判判定有异议时，只有领队有权提出抗议申请。

#### 11、评选方法：

(1) 比赛采取淘汰制。每轮次比三局（三局两胜制）。每轮次比赛时间最多5分钟，5分钟内不能决出胜负者本局比赛结束。

(2) 比赛开始前，各队按照每队人数站成一个纵队，按要求准备好，比赛开始后，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。

(3) 第1轮第一场通过抽签决定场地，第二场交换场地，第三场交换场地。

## 拔河比赛活动方案 8

### 一、活动宗旨：

积极、向上、团结、奋进、运动、健康

### 二、活动目的：

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。通过开展拔河比赛，增强各班级之间的相互联系，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。

### 三、活动时间：

具体日期另行通知

### 四、活动地点：

学校篮球场

### 五、活动人员：

汪小莉老师所带班级[08 艺术设计 1、2、3 班(环境艺术)，08 环境艺术 1、2 班(专)，08 城市规划 1 班]

### 六、需要资源：

3 个小旗、3 个口哨、3 根粗绳，细绳若干，白灰若干

### 七、活动规则：

#### 1、报到：

比赛开始前，各班体育委员必须提前 5 分钟到赛场登记台签到。并交各参赛队员的学生证，无学生证不得参加比赛。参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛，因特殊原因需要调换场次的，请提前通知。开场后 10 分钟不到的队伍取消参赛资格。

#### 2、队员人数的规定：

每一拔河队上场比赛队员 15 人，每队为男 9 人、女 6 人。参加比赛的队员必须是其班级学生，其余人员不得参加。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/297046013041006156>