

球赛策划方案(优质10篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？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。

球赛策划方案篇一

和谐校园，友谊乒乓。

为了爱好国球的大一新生更好的交流球技，丰富同学们的.校园生活，加深同学之间的友谊，扩大乒乓协会的知名度，弘扬国球精神，乒乓协会特举办第一届“新生友谊乒乓球个人赛”

主办方：山东工艺美术学院团委

承办方：山东工艺美术学院社团部乒乓协会

比赛时间：11月12号

比赛地点：山东工艺美术学院乒乓球室（二合堂地下室）

比赛对象：山东工艺美术学院xx级新生（男女同学都可以参加）

（注意：非乒乓球协会人员参加比赛需缴纳10元的比赛费用）

2协会会长裁判组讲话

3九点正式比赛，下午两点~五点继续比赛

闭幕式：主持人念结束语，会长颁奖，拍照留念。

男单，女单

1第一轮：小组赛。参赛选手每五人为一组（男女不同组）分别编号1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.组每小组晋级两人，比赛三局两胜。男子取前16强，女子取前8强。（注意：8.9.10.为女子组）。

3第三轮：循环赛。第二轮晋级选手进行对决淘汰四名进行循环赛。男子前八以抽签的方式决定对手，五局三胜制。前四强打循环赛，赢得比赛局数居多者为冠军，次者亚军依次类推。女子直接进行循环赛，分冠，季，亚军。

备注：1男女比赛视情况而定，男子七个小组，女子三个小组。每场比赛结束以后把结果报给裁判，裁判在上报给组委会，选出前四名进行颁奖。

男女冠亚季军和最佳裁判颁发荣誉证书和奖品证书共计8张男女冠亚季6张，最佳裁判2张共计8张证书。

奖品为耳机、鼠标垫和冠军签名乒乓球

备注：证书打印谁谁谁荣获新生友谊乒乓球个人赛冠军亚军季军和最佳裁判分男女。

1场内宣传：主席台悬挂横幅“首届新生友谊乒乓球比赛”，赛场两侧分别悬挂横幅标语两幅“和谐校园，友谊乒乓”

”，主办方门外与比赛全场之外各挂指示性横幅。

2招参赛选手的时进行口头宣传

3媒体宣传：摄影小组进行拍摄留念并且发布至网上宣传

4、商业宣传：在海报，奖品中宣传赞助商，给赞助商最大的商业回报，用我们的影响力提升你们的影响力。

1. 场地费用合计100元（包括活动经费）

2. 奖品费用：一等奖80以内~，二等30以内~，三等20以内，四等15以内~

男女各一份（共290~）

3. 矿泉水两提48元，饮料两箱（30瓶脉动一瓶4元，）共168元

4. 比赛用球：红双喜三星20个，共104元。

红双喜一星50个，2.5元一个共125元。

5. 八个证书，70.

6. 记分牌两个，共70元

7. 总计：927元。

2，主持人、会长、裁判员准备讲话。

3，做条幅“新生友谊乒乓球个人赛”一条，

4，乒乓球协会负责找参赛选手和裁判员

5，证书共计8张

7, 比赛记分牌2个

8，主席台负责统计比赛结果和比赛的安排

9, 安排负责人维持会场纪律及秩序并和摄影小组拍照留念。

球赛策划方案篇二

二、活动时间□xx年4月18日

三、活动地点：黄岭校区乒乓球场

(2) 促进各个协会共同友好发展，同时也锻炼大家的`合作能力

(3) 给同学们提供一个交流场所，加强同学们之间的交流

(4) 树立面对挑战的信心，让同学们敢于挑战，积极拼搏，展示年轻与活力

五、活动组织机构：书画摄影协会、艺术协会、音乐舞蹈协会、心理协会

六、活动对象：四大协会全体会员（500多人）

比赛规则采取三局两胜或五局三胜（看人数而定）

(4) 最终分别确定出男单、女单、男女混双的前三强

八、活动宣传：比赛前一个周打出海报宣传，请其他协会打出横幅（到时由每个协会派出宣传部人员出海报）

九、活动前准备：首先由各大协会确定若干干事参与本次活动，然后将其分组工作

(1) 每个协会派出一个人进行财务管理，并进行东西购买

(2) 每个协会至少派出两人负责拉赞助

(3) 每个协会派出两人在图书馆前设点报名（也可以打电话，发信息报名）

(4) 在每个协会干事中寻找一个裁判，比赛规则由裁判宣布

(5) 每个协会从各自宣传部中选出两人打海报，拉横幅

(6) 拉赞助时间3.28-4.12

(7) ；场地申请到便开始，到时出海报只提报名，不提其他，若拉得赞助在海报宣传

(8) 以四大协会的名义申请场地；时间3.28

十、活动流程策划：（1）场地申请到马上出海报报名（持续三天）

（2）若拉得赞助再出一张巨型海报宣传，并请其他协会写横幅，4.16——4.18（乒乓板自带）

（3）在4月15日下午进行抽签，屈辱、确定参赛人员

（4）4月18日正式进行活动，8：30签到，9：00正式进行，上午九点至十二点，下午两点至五点（具体安排看报名人数来确定）

（5）活动当天派几名干事点名签到，由宣传部写明签到地点，布置现场

（7）颁发奖品直接由电话通知

（8）结束后，由所有干事清理现场

十一、费用预算

男单/女单：第一名：50第二名：30第三名：10

混双：第一名：男女各30第二名：男女各20第三名：男女各10

预计水费：50

总计：450

十二、活动总结：各协会自己写一份总结

球赛策划方案篇三

二、活动时间□xx年4月18日

三、活动地点：黄岭校区乒乓球场

(2) 促进各个协会共同友好发展，同时也锻炼大家的. 合作能力

(3) 给同学们提供一个交流场所，加强同学们之间的交流

(4) 树立面对挑战的信心，让同学们敢于挑战，积极拼搏，展示年轻与活力

五、活动组织机构：书画摄影协会、艺术协会、音乐舞蹈协会、心理协会

六、活动对象：四大协会全体会员（500多人）

比赛规则采取三局两胜或五局三胜（看人数而定）

(4) 最终分别确定出男单、女单、男女混双的前三强

八、活动宣传：比赛前一个周打出海报宣传，请其他协会打

出横幅（到时由每个协会派出宣传部人员出海报）

九、活动前准备：首先由各大协会确定若干干事参与本次活动，然后将其分组工作

（1）每个协会派出一个人进行财务管理，并进行东西购买

（2）每个协会至少派出两人负责拉赞助

（3）每个协会派出两人在图书馆前设点报名（也可以打电话，发信息报名）

（4）在每个协会干事中寻找一个裁判，比赛规则由裁判宣布

（5）每个协会从各自宣传部中选出两人打海报，拉横幅

（6）拉赞助时间3.28-4.12

（7）；场地申请到便开始，到时出海报只提报名，不提其他，若拉得赞助在海报宣传

（8）以四大协会的名义申请场地；时间3.28

十、活动流程策划：（1）场地申请到马上出海报报名（持续三天）

（2）若拉得赞助再出一张巨型海报宣传，并请其他协会写横幅，4.16—4.18（乒乓板自带）

（3）在4月15日下午进行抽签，屈辱、确定参赛人员

（4）4月18日正式进行活动，8：30签到，9：00正式进行，上午九点至十二点，下午两点至五点（具体安排看报名人数来确定）

(5) 活动当天派几名干事点名签到，由宣传部写明签到地点，布置现场

(7) 颁发奖品直接由电话通知

(8) 结束后，由所有干事清理现场

十一、费用预算

男单/女单：第一名：50 第二名：30 第三名：10

混双：第一名：男女各30 第二名：男女各20 第三名：男女各10

预计水费：50

总计：450

十二、活动总结：各协会自己写一份总结

球赛策划方案篇四

为促进__学生间的交流，为院内发掘羽毛球人才。同时也为全面贯彻教育方针，丰富同学们的业余文化生活，培养同学们顽强奋斗、勇于拼搏的优良品质，并推动我校羽毛球运动的发展。特举办2021年春季羽毛球比赛，具体规程如下：

一、比赛宗旨：

以友谊推动比赛，以比赛促进交流，以交流带动进步。

二、比赛目的：

活跃校园气氛，丰富课外生活，增进交流，锻炼身体

提高球技，促进竞技体育运动的发展。

三、比赛规则：

公平、公正、公开；友谊第一，比赛第二。

四、比赛概况：

1、参赛资格：____大一大二的学生

2、比赛场地：涉外羽毛球场

3、器材设备：比赛羽毛球由体育部提供，球拍自带。

4、比赛赛制：比赛采用单淘汰制。

5、比赛项目：男单、女单，男女混合

6、比赛时间：第六周周四下午

五、羽毛球比赛细则：（采用最新羽毛球规则）

（一）、挑选场地或发球权：

任何一场正式比赛开始之前，参赛双方首先要做的事是在裁判员的主持下，通过由裁判员抛硬币确定首先发球的一方。硬币决定的胜者具

有挑选发球权或场地的优先权。赢方选剩的一项归输方所有。（注：这里用硬币代替挑边器）

（二）、局数和分数：

1、每场正式比赛以三局二胜制决定胜负。

2、每局均为15分，率先得到15分的一方赢得比赛；

3、如果双方比分打成14比14，获胜一方需超过对手2分才算取胜；

4、如果双方比分打成19比19，则率先得到第20分的一方取胜；

(三)、发球权、得分：

1、实行每球得分制，得分获得发球权；

2、首局获胜一方在接下来的一局比赛中率先发球；

(四)、交换场地

1. 第一局比赛结束，双方应交换场地进行第二局的比赛. 如前两局双方战成1比1时，双方也应交换场地进行决胜局的比赛。在第三局比赛中，当任何一方先得8分，必须再次交换场地后，才能进行余下的比赛。

(五)、发球和接发球

1、合法的发球

1). 发球时脚不得踩发球区的任何界线。

2). 发球员在击球的瞬间，球与球拍的接触点及整个球体均要低于发球员的腰部，整个拍框必须明显低于发球员握拍的手部。

2、合法的接发球。

1). 接发球员必须等对方发球员按相应的规定将球发出后，即球托触及球拍的拍面而飞离球拍后，才能移动两脚，并开始

接发球，否则属违例。

2). 接发球时，接球员的脚步不能踏踩在接发球区域四周的任何线上或线外，否则后违例。

(六)、重新发球如下列情况发生时应重新发球：

1. 发球时，发球员和接发球员同时违例。
2. 当接球员尚未做好准备之前，发球员即发球。
3. 在比赛进行中，球托与球的其他部分完全分离即球、完全破损。
4. 除发球以外，球过网后挂在网上或停在网顶。
5. 在比赛中，不可预见或意外的情况发生。

(七)、违例

1. 比赛中，球拍未击中球。
2. 发球时，球过网后挂在网上或停在网顶。
3. 比赛中，球从网下或网孔中穿过或不过网。
4. 比赛中，球碰房顶及场地四周以外的人或物体。
5. 比赛中，球碰到运动员的身体或衣物，
6. 比赛中，击球者球拍与球的击球点不在自己球网一方，而是过网击球。
7. 比赛中，选手的球拍、身体或衣物碰网或网柱；选手的脚或球拍由网下侵入对方场区。

8. 击球时，球夹在或停滞在球拍上，紧接着又被拖带。
9. 一名球员两次挥拍，连续两次击中球，或是同一方的两名选手连续各击中球一次。
10. 球触及球员的球拍后继续飞行并落在界外。
11. 比赛时选手故意扰乱、影响对方进行正常比赛的任何举动。

六、裁判由体育部干事出任，裁判组成人员有：

____□____□____□____□____□____

七、奖励：

本次比赛分别设男、女单冠军一名，季军一名，亚军一名。
男女混合第一名。

获奖运动员将获得学院颁发的证书。

冠军：羽毛球拍一副

亚军：单拍一个

季军：象棋一副

男女冠军：羽毛球拍一副

预算、预算

羽毛球：1筒，5元

矿泉水：20瓶，20元

证书：8份，8乘6元/份=48元

球拍：两副两个，60元

合计：133元

球赛策划方案篇五

旨在通过本次激动生趣的.“迎新杯”篮球赛，更好的让xx级新生融入到大学体育文化生活中来，同时为了增强12级各班级内部的团结性和凝聚力，特举办此次比赛。

2地点：学生活动中心篮球场

3. 流程：• 主持人宣布开幕式开始并介绍到场的领导与嘉宾

- 请相关领导致开幕词
- 裁判员、运动员代表宣誓
- 风动1101班同学带来街舞表演
- 主持人宣布开幕式结束
- “迎新杯”篮球赛正式开始

xx级12个班抽签分为四个小组，每组3个队，小组赛采取组内循环赛，共计12场比赛，取小组前一名进入淘汰赛，小组赛后abcd组第一名分别记作e1 f1 g1 h1.胜一场积两分，负一场积1分，弃权积0分，积分高者进入下一轮，积分相同取总净胜分高者晋级仍相同者参考相互胜负关系，胜者晋级，如仍有三个班级相同者，取总得分高者晋级。淘汰赛单场定胜负直至决出冠亚季军，共计4场比赛。

参照最新国际篮联竞赛规则。

1. 友谊第一，比赛第二。严禁任何形式的打架斗殴行为，否则按照学校学院有关规定从严处罚。
2. 严格服从裁判员，有辱骂、殴打裁判员等行为者，一经发现，从严处罚。
3. 服从安排，按时到达指定地点参加比赛，比赛规定时间十五分钟之内未到者按弃权处理。

200元

注：其余未尽事宜解释权归能动学院体育部所有

球赛策划方案篇六

为了营造一个积极、健康、热烈、活泼、朝气蓬勃的校园环境，在活动月来临之际，为增强学生的体质，丰富同学们的课余文化生活，机械**将策划组织**年度**级三人制篮球赛。

丰富女生课余文化生活，增强体质，提高女生运动技能，增进男女生之间的友谊，拉近同学之间的距离，增强班级凝聚力，培养集体荣誉感、责任感和团结互助的拼搏精神，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。

(1) 切实推动“全民健身计划”增强大学生身体素质。

(2) 增进各班，各宿舍之间的感情，促进篮球爱好者间的交流。

榴二前篮球场

机械**班委

1、参赛单位：自由组队

2、参赛资格：凡热爱运动，热爱篮球者

3、参赛人数：每队男运动员3人，女运动员1人

1、篮球赛的比赛规则见附表。

2、比赛为淘汰与循环赛混合方式

3、采用淘汰赛选出前三名具体：

例：a ----b□c-----d, e----f,

淘汰 a □c□ e三个队

淘汰 d□ f□三个队。

4 选出前三名后采用循环赛。

循环计分方法：

(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。

见附表。

1、获前3名的队给予集体奖。

2、在比赛中选出mvp称号，给予物质奖励。

球赛策划方案篇七

策划主题：丰富足球文化，提高健身意识，发扬团队精神，

增强综合素质

策划原则：人人参与，人人受益

一、____学院足球队的性质：____学院足球队受学校相关部门领导，是足球协会的一部分。球队由____学院学生组成。

二、球员报名方法：

1、主要通过打板进行招新报名，有意参加者可通过填好相关报名表的方法进行报名。

2、可以通过加入足球qq群报名（qq群号：____）

3、经过一段时间的报名，将报名人员起先统计，视报名人数多少采取相应的办法进行面试。球队名单确定后，球员交一份详细的个人资料。协会开置相关球队的专题，专题主要介绍球队的相关信息，如近期比赛，球员动态，比赛比分等。并在专题上公布球队球员名单。

三、球队队服，队徽设计方案的征集

球队球服设计方案应有____学院字样。学院足球队建设活动策划方案--策划书学院足球队建设活动策划方案--策划书。设计方案也可向全校公开征集，将最终入围的设计方案公布在____学院香樟树下论坛上。球服设计方案由艺术系相关人员设计。

四、球队管理与活动

1、球队训练，训练具体内容待定，由球队队长和协会负责人进行监督。

2、不定期进行比赛，比赛具体事宜，有球队经理负责。

4、若举行对抗赛，协会负责人须到场，队长及队员若无特殊情况也必须到场。并且需要随队队医1~2名到场。

5、球队日常开支有球队协会负责人负责，球队资金由协会负责人管理，由球队每个成员监督，协会负责人应定期公开帐目。同时球队管理也由经理负责，定期进行例会。

6、球队队长由队员选举产生(队长需是协会成员)，并有协会负责人认定。若对队长有任何意见，可向协会负责人或队长本人当面提出，协会负责人须及时向队长转达，队长须虚心接受：对与无理要求可不予理睬，协会负责人要对此种行为批评教育。

7、每个队员应当相互尊重，友爱团结，尊重队长、协会负责人及其他任何球队人员。任何队员不得擅自离队，缺练，缺赛，否则将有相应处罚。

8、以上制度任何球队成员必须遵守。

五、球队管理办法

球队由足球协会管理，由协会负责人主管，队长负责，并制定球队章程，球员管理办法等。球队每隔一年时间都在校内进行招新，以保持球队的持续性。

六、球队组成

领队1名，经理1名，外联1名(联系其他足球队比赛)，队医1~2名，队员最少18名(不限上限)，拉拉队成员5~(无上限)

注：拉拉队报名可与球队报名同时进行，具体规章将有推举的拉拉队队长制定，领队、经理、外联必须由足球协会理事团成员产生。

七、球队比赛相关事宜

球队在近期内预计以训练，磨合队员为主。在球队内有一定默契与了解后，可联系社会各球队，大专院校进行交流与切磋。

八、经费预算

球队组建费用：暂无。

宣传费用：横幅制作，海报，通知(暂由会费出)

球衣制作费用：暂定，由老师商定后在做打算。

九、未来展望

____学院足球队为学院的重要组成部分，合力为学院服务，在成长的过程中不断完善自己，不断扩大____足球的影响力。

注：____学院足球队由足球协会负责及管理，____学院足球协会对此有直接管理权和领导权。

球赛策划方案篇八

提高同学们对体育活动的兴趣，加强体育锻炼，增强我院各班同学间的凝聚力，及各年级同学的交流沟通，展示我院同学的精神面貌。

□5/8—5/23

北区篮球场

生命科学学院学生会

我院全体同学

1. 前期宣传：由宣传部负责以海报形式在校园内做好前期宣传活动。

2. 选手报名：以班为单位，各班选出一名男生作为本班篮球队的队长，负责本班篮球队的组建工作。

3. 前期准备：体育部负责指导协调各班队伍组建工作。

4. 活动过程：

1) 比赛在十六支队伍之间展开。每支队伍由男生及女生组成，分为四个小组，小组内进行循环赛。

2) 每小组排名前两位的队伍进入四分之一决赛，由抽签方式决定决赛对手。

3) 胜出的四支队伍进行循环赛，决定冠亚季军。

4) 育部每日委派四名裁判，两名记分员，两名计时员对比赛过程进行判罚，应对各种突发事件。宣传部媒体组负责在活动过程中做好拍照记录工作。生活部负责做好后勤工作，以及奖品购买。

5. 比赛规则：一般规则按照国际男篮标准进行，并实行以下特殊规则：

1) 比赛上半场由每队出三名男生两名女生同时上场，下半场每队出五名男生进行比赛。

2) 比赛过程中男生不得对女生做出防守动作，否则视为技术犯规，女生投篮双倍计分。

3) 每次进攻球必须要至少经过本队一名女生，否则视为进攻

无效。前场抢断则不需要经过女生可直接进攻。

4) 比赛过程中的任何情况必须由本队队长与裁判进行交涉，其他队员与裁判交涉视为技术犯规。

6活动总结：由由体育部负责在活动结束后做好总结工作。

球赛策划方案篇九

本次活动旨在增加大家的课余活动，能够在大家繁忙的学习工作之中增加一份轻松和活跃，能够增进班级之间的`交流和班级内外同学之间的友谊。希望大家能够轻松充实的过好研究生生活。

活动不限报名，希望每个同学都能参与并报名，让大家一起high起来！

1、男单和女单

比赛实行淘汰赛，由抽签决定对阵。初赛一局决胜，每局15个球。半决赛与决赛为三局两胜制，每局11球。

发球权由猜球决定。若初赛比分为15平、半决赛和决赛比分为10平，则至少比对手多得两分方算胜。发球为2球次轮发制，在初赛比分为15平、半决赛和决赛比分为10平以后，为一球轮发制。

女生每球有2次发球机会，男生只有1次发球机会。

男单、女单的前三名均有奖励。

2、男女混双

由男女两人一组进行报名，比赛实行淘汰赛，由抽签决定对

阵。初赛一局决胜，每局15个球。半决赛与决赛为三局两胜制，每局11球。若初赛比分为15平、半决赛和决赛比分为10平，则至少比对手多得两分方算胜。

站位要求：男生与男生对角站位，女生与女生对角站位。

发球顺序：先由a方女生发球，而后由b方女生发球，再后由a方男生发球，最后b方男生发球，依次轮流。

发球权由猜球决定。发球必须为对角线，否则为失误，判负。发球为2球次轮发制，在初赛比分为15平、半决赛和决赛比分为10平以后，为一球轮发制。

女生每球有2次发球机会，男生只有1次发球机会。

前三名将会有奖励。

3、正反拍垫球

参赛选手，需用球拍的正反面连续垫球（不能单面垫球）。在两分钟内，垫球多者胜。男选手一共有3次掉球的机会，女选手一共5次掉球机会。如果掉球超过3次或5次，但是时间两分钟未到，此选手亦结束比赛。女生垫1球按2球计算，最后男女共同排名。

前六名将会有奖励。

4、两人对垫球

由两人一组进行报名，男男、女女、男女均可。两位队员相距一米站定，脚不能动，然后进行来回互相垫球，没有掉球次数的限制，比赛时间为两分钟，按垫球数排名。女女组合按实际垫球数的1、5倍排名。

排名前三的组将会有奖励。

5、乒乓球接力赛

四人一组进行报名，由抽签决定比赛的先后顺序。

四个队员站在球台旁边的同一起点位置。第一名队员将乒乓球放在球拍上，围着球桌跑一圈，球不能掉在地上，如果球掉在地上，则回到起点重新跑。而后用球拍将球传到第二名队员的球拍上（切记不能用手，如果传球过程中球掉在地上，则必须由前一个队员将球放在自己球拍再传到下一个队员的球拍上），第二名队员同样围着球桌跑一圈，依次四个队员跑完，时间最少的组获胜。

排名前三的组将会有奖励。

6、乒乓球投篮

队员站在球桌一方，球桌对面放一个框，用球拍将球击进球框。每人十个球，进球多者胜。男、女分开排名。

男、女前三名将会有奖励。

7、一战到底（全体人员）

每人抽一个号码牌，由1号与最后一号先上场，一球定胜负。每人都有两次发球的机会，连续两次发球失误则判负。输球者下，由2号上，然后倒数第2号，3号，倒数3号，依次每个人都上场，战到最后者胜。

由于此活动进行速度快，可以选择其他的号码（如15和16号先上，30和31号先上等）切入点进行比赛，多进行几轮。

最后获胜者有奖励。

每个活动的优胜者，都将会有一份小奖品。所以大家一定积极参加哦！

- 1、大家一定要注意活动室的卫生，不要随地乱扔垃圾。
- 2、在班上同学比赛和参加活动时，一定文明观赛，为班上同学营造一个良好的比赛氛围。
- 3、友谊第一，比赛第二。

球赛策划方案篇十

（一）

电子工程系于10月12号拉开了20**年学年迎新篮球赛帷幕。本次活动为缓解同学的学习压力，丰富课余文化生活，增加各班级间的交流，促进彼此之间的友谊，营造一种积极向上、团结拼搏的氛围，为新学年注入的新能量，新动力。

赛前，秉承“友谊第一，比赛第二”的原则，裁判员，记录员准备到位，运动员友好握手。运动员们表情严肃而激动，给观众一种跃跃欲试的感觉。一声哨响，一个跳球，全场的尖叫，拉开了比赛的序幕，在赛场上球员鼓足全身的劲去比赛，进攻时他们犹如刚出笼猛兽，拼劲十足，防守时他们紧紧跟上，没有丝毫地放松。每当他们有精彩的运球或投篮时，场下的同学甚至手舞足蹈，当比赛进入焦灼状态时，大家脸上显得十分的紧张，有的甚至握紧双拳，很想上场一样。感受着他们一次又一次的进攻，受阻，防守，抢球；感受他们一次又一次的穷追不舍；感受他们一次又一次的抵抗强烈攻势···呐喊声，加油声，跑步声，拍球声，使整个xx区篮球场沸腾不已。在不知不觉中比赛就到了尾声，但大家仍然沉浸在激烈的比赛氛围中，舍得离开。

历时一个星期的篮球赛不仅向全校师生展现了同学们积极向

上的青春风采，同时也增进了大家的凝聚力和战斗力，培养了大家的集体荣誉感，增进了各班的友谊，展示了同学们团结、和谐、勇于拼搏的精神风貌。

（二）

20**年12月6日下午4点由医学部医学类高年级团总支主办的“杏林”志愿服务进医院项目志愿者沙龙第三期在苏州大学附属第一医院12号楼会议室成功举办。出席本次沙龙的有苏州大学附属第一医院博习志愿者协会会长王永老师，医学部医学类高年级团总支委员，“杏林”项目每日负责人和“杏林”志愿者代表。适逢12月5日国际志愿者日的契机，“杏林”志愿服务进医院项目志愿者们齐聚一堂共同分析探讨总结活动运行中存在的亮点和不足之处，交流分享志愿服务过程中的难忘经历，也为项目的进一步发展拓展献计献策。

“杏林”志愿服务进医院项目从4月份开始运行到今天如火如荼展开已有大半年时间了，项目取得了累累硕果，最近又在苏州大学暑期社会实践中被评为校级优秀小分队，在这整个过程中，不管是精心指导的老师，默默无闻的幕后每日排班负责人，还是无私奉献的志愿者们，大家携手共进共同致力于“杏林”志愿服务工作的开展。新学期以来，“杏林”志愿服务进医院项目9月至11月累计参与志愿者319名，提供志愿服务2146小时，志愿者来自不同学院不同年级，影响力逐渐扩大，服务质量显著提高，受到领导老师们一致好评。

在沙龙中，来自医学部的志愿者们谈及的话题大多与服务他人提升自身素质，提前熟悉医院环境，为缓解医患关系尽自己一份力等。来自其他学院的志愿者则是有过受助的经历为志愿者所感染，对“白衣使者”仰慕和感恩，想通过自己的一份绵薄之力帮助他人。有志愿者提及想通过自身作为传递正能量，享受在服务奉献中成长，尽管在服务过程中曾被误解受过委屈，曾被指责……这一切都不重要，当老奶奶握着

双手说感谢或仅是一个轻轻的点头就足够温暖。部分资深志愿者建议加快项目拓展，自己很是期待进入科室或是血液透析以及住院陪护等，这样一来可以服务更多人，同时也可以更好的与临床接轨提升自身专业技能，项目管理中的确存在些许问题，但是“杏林”志愿者团队团结一致，心往一处想、劲往一处使，相信很快将克服困难，再创佳绩。

（三）

20**年3月，康复系心海扬帆活动部在学院操场举行了一次拓展训练活动，这次活动08级每班有八位同学参加，这些同学通过参加这次活动由不认识变的熟悉了，建立了深厚的.友谊，同时也锻炼了同学们的合作意识。

这次活动共有四个游戏，每个游戏都锻炼了同学的不同方面的能力。

在第一个活动中，每队同学需要拉手围成一个圈，手不能松掉，逐一的通过呼啦圈，为时最少的队获胜，活动结束后每队同学需要开动脑筋想更好的通过方法。在这个活动中同学们可以集思广益，尽可能的使自己队用时最少。

第二个活动考验的是各队同学们的协作交流能力，如何使一个篮球逐一的通过每个队员的手且时间短，各队队员经研究后都用了不同的方法，在研究中锻炼了同学之间的交流能力，传球过程中又锻炼了同学之间的协作能力。

最具挑战性的活动应该是第三个活动了，这个活动名字就很美——泰坦尼克号。各队队员通过研究要通过个个岛屿。在游戏中，各队队员都很尽力，不愿让任何一个队员落水，也不愿让任何一个队员落在岛屿上。所以队员们个个开动脑筋为小队想办法。

最后一个游戏具有搞笑性，通过掷筛子决定做的事情，有的

同学需要模仿一位演员，有的同学需要模仿不同情况下的哭，还有的同学需要对着大家大喊三声“我爱你”等等，这些活动能够给同学们充分表现自己的机会，我们发现很多同学都是很有表演天分的。

这次活动在一片笑声中结束的，相信同学们得到的不仅是欢乐还有很多，比如开阔了思维，结交了好友，懂得了合作。这次活动很成功，希望下次我们的活动能给更多的同学提供平台。