

# 2023年秋季趣味运动会活动方案(汇总7篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 秋季趣味运动会活动方案篇一

我们迎来了期盼已久的龙泉驿区中小学田径运动会，经过两天激烈、紧张的比赛，我校小运动员们赛出了自己的水平，比出了我们的风格。最终以总分44分获得了小学组团体第六名的好成绩，同时也是近3年训练中取得的最好成绩，成绩的取得就是对我们平时训练的最好褒奖。下头我将从得与失两个方面进行小结：

### 1、比赛成绩拼搏精神

在这次比赛中，我校一共选派了10名小队员参赛，分别参加了4×100米接力、60米、100米、400米、800米、跳高、跳远、铅球比赛的角逐，在比赛中我校运动员不急不躁勇于拼搏，分别取得了女子组：4×100米接力第3名铅球第7名、跳远第3名、400米第3名、第5名、第6名，800米第3名、第6名的好成绩。男子组取得了铅球第8、60米第8的成绩，最终以总分44分获得了团体第6的好成绩。

透过比赛我们在体育精神和作风上没有输给任何一只队伍，每位小运动员都能做到认真地对待每一场比赛，遇到再大的困难也能咬紧牙坚持，不到终点决不放弃，清晰可见我校的运动员的顽强作风。同时比赛成绩都比平时训练提高了很多，充分说明了我们的运动员对待比赛时的这种拼搏向上的精神。

## 2、继往开来训练经验

全体参战教师精诚所至、金石为开。训练选材过后训练组首先确立了以400米为主项，800米、跳远、铅球、跳高做为突破口的训练思路，精心制定训练计划，利用好每一天午时短暂的训练时间，对学生进行有针对性训练，每次训练末端必对学生训练成果进行检测。训练结束后教师再一次集中，畅谈训练过程中学生的不足点，以及训练方法还需要改善的地方，充分体现了教师对学生训练的认真负责，也彰显了整个体育组的问题探讨氛围在逐渐加强。

整个训练过程也经受住了比赛的考验，其中可圈可点的是，铅球、400米、跳远三个项目，首先铅球项目，训练教师克服了小运动员身体素质差的硬件不足，采取经过技术提高来弥补的方针，在短短两个月的训练中，学生的铅球技术动作的到了很大的提高，绝不输于任何一个学校，我能够大胆的假设明年我们的铅球成绩必须能够得到一个大的提高。跳远中学生的助跑、踏跳、腾空、收腿落地的动作很到位，比赛中学生也克服了心理素质差的毛病，发挥出了应有水平顺利突破3.8米大关，取得了应有的好成绩。

对400米跑的训练有了更深层次的理解，在平时训练中注意400米训练与100米200米的联系，循序渐进。

### 1、成绩喜人阴盛阳衰

在未来的数年我校如果要想在田径项目有更大的突破男子选手的成绩必须顶上去挑大梁，这也是我校体育组在下一个训练周期的工作重点。

### 2、吃苦耐劳有待提高

我校学生在比赛中大部分学生体现出了顽强的拼搏精神，这就与学生平时训练状态构成了很大的反差，平时学生的训练

怕吃苦，略微上一点运动量就叫苦不迭，跑不动就放慢速度甚至停下来走，且会为自己的失败找出各种理由搪塞训练教师，这也是导致男队学生成绩不佳的一个重要原因。

做为教练的我在比赛中能够看出，部分的运动员还是缺乏进取的精神，这在我们以后的人员选拔中是值得研究的。

在这次比赛我们看到了差距，我们也认识到差距在哪里，这点我认为很关键，既然明白在哪里有不足，我们就应当加强不足的地方，进行改正和弥补。我是一名体育教师，比赛没有到达预期效果的时候我会找一些自己身上的问题，可是不会用一些不切合实际的客观理由来遮挡自己。因为学生已经努力的拼搏了。其实经过这次比赛我们的真正目的是培养学生吃苦耐劳，顽强拼搏的精神，培养学生对待所有事物认真的态度，从这点看，我们的学生做到了。当然能够参与这次比赛，我还要感激学校领导对我们体育组的大力支持，我们体育组会根据这次比赛的不足，在今后的训练中多用些灵活机制的办法，来谱写我们西小田径队的辉煌。

## 秋季趣味运动会活动方案篇二

首先，很惭愧，由于我个人的原因，没能参加这次精彩的活动，但是从同事们的精彩描述中，我能感受到运动会现场的热闹气氛，能感受到大家的兴奋，这也反映了这次活动举办的真的很成功。

关于趣味运动会，我只参加了前期的一些准备工作，对大致的流程也有一些了解。刚开始我负责的是收集创意，想一些运动会现场的项目，在这个过程中，我体会到了创新的艰难，做游戏容易，做好玩儿的新游戏就不容易了，我在网上查到了一些有趣的项目，但是考虑到场地以及道具的问题，舍弃了很多；另外根据以前玩儿过的、体育课上刚做过个游戏我问题很多同学，给他们讲规则，然后听取他们的意见，整理出了自己的想发，自己感觉想出一个好玩儿的新游戏挺难得，

但是团结起来力量大，这一点让我深有体会，当我看到发下来的游戏项目单的时候，我特别惊讶，真的特别佩服各位同事的奇思妙想，同时我也为有这样团结的办公室之家而感到骄傲。

之后的有关器具准备问题我也参加了会议，深感举办一项活动的艰辛。需要的道具都是一些很琐碎的小物品，但是缺一不可，需要我们周密的计划、统计、购买，还要考虑所卖物品的价位、耐用程度等，方方面面的大事小事以及可能出现的意外情况都需要考虑到，这很锻炼一个人的思维能力，同时也能积累一些办活动的宝贵经验，我在这其中受益匪浅。

最精彩的趣味运动会现场很遗憾我没能参加，错过了很多精彩的瞬间，从同事们的精彩描述中我能感受到现场的火爆气氛，大家都玩得很开心，关于活动主体方面的经验、心得体会，这次我没有过多的发言权，非常感谢各位同事的精心筹划以及在现场的忙碌，你们辛苦啦。

我希望今后能有机会亲自参与类似的大型活动，从中积累一些宝贵的经验，学会与人相处，也提高自己的办事能力。

### **秋季趣味运动会活动方案篇三**

为了丰富大一学生课余生活，促进同学间的团结协作能力，培养集体精神，10月21日下午一点半，化学与环境工程学院权益部在体操馆成功举办了以“携手趣味运动，共奏青春乐章”为主题趣味运动会。活动一共分为8个游戏项目：看你的啦，进击的木头人，稳住我们能赢，我懂你哦，百变星君，众人皆醉我独醒，齐心协力，原地爆炸。游戏开始前设有开场杯子舞表演，游戏中场设有衣原体走秀表演。

1、活动场地为室内，提高了学生们的积极性，减小了游戏阻力，提高了游戏的安全性。

2、开场的杯子舞表演，让更多同学参与到了本次活动中，提高了活动的参与度的同时，培养了大家的协作精神。

3、游戏内容新颖，其中融入智慧与团结等要素，充分提高游戏的吸引力。例如“众人皆醉我独醒”、“百变星君”等游戏项目充分考验了团体协作能力，赢得了大家的笑声与掌声。

4、对参赛人员进行游戏内容的提前讲解，保证每个人对游戏规则充分了解，对活动当天游戏的顺利进行起到了很大的辅助作用。

5、为每个班安排一名负责人，带比赛人员入场，保证了活动场地的有序性。

6、将每项工作细化到个人，并且有负责人负责，保证每项工作顺利进行。

1、活动时间比计划稍长，例如“我懂你哦”比赛项目时间可以适当减少为5分钟。

2、题目难度可以适当增加，避免选手短时间内就完成全部题目要求。

3、游戏道具的准备过程中，可以按游戏顺序分区放置，有利于活动更加有条不紊的进行。

4、裁判工作量比较大，每场比赛进行时可以增加一名裁判督促犯规行为，增加活动的公平性。

5、提前安排好打扫会场人员负责打扫区域，节约场地打扰时间。

此次趣味运动会大家热情高涨，在趣味欢笑中各班同学团结

进取，奋勇争先，不仅丰富了我院同学的课余文化生活，更增强了班级凝聚力。展现了我院同学良好的精神面貌。我们权益部也会在以后的`活动中不断改善和完善细节，精益求精，办出更好的活动。

## 秋季趣味运动会活动方案篇四

秋季，是个收获的季节。没有了夏日的燥热，冬天的严寒还未来到，拥有的是天高云淡、硕果累累。公司为了提高员工的工作积极性，改善员工们的工作氛围，举办了秋季趣味运动会。顾名思义，以趣味运动为基础的比赛。

在众多项目中，我参加的是花轿接力八个人算一队，两个人算一组，用两根竹竿当花轿，中间抬一个篮球，然后进行接力跑。参赛的运动员不是很多，可是观众却整整围了一大圈，我们公司的员工还是很有热情的。作为第一届趣味运动会，真的引起的公司员工们的兴趣，大家都来积极参与到这个欢乐的活动。

在裁判宣读完比赛规则后，比赛开始了。因为用两根竹竿去抬着一个篮球跑本身是具有难度的，并且又有竞赛性，所以中间就会出现掉球，接力衔接困难等等亮点，引发了现场员工哈哈大笑。不过作为一个运动员，尽管之前是以娱乐为目的，可当真正到了赛场上，就变得认真变得严肃起来，只想好好的配合大家去拿个好的名次。

枪声响了。队员们出发了，在喊声，笑声，加油声中从出发地，到达目的地。用时不过短短的一分钟多点，在观众看来是那么短暂，是那么简单，可是在运动员看来，是那么漫长，是那么的艰难。既要保证球的平稳，不能掉球，又要尽可能的快，与另外的那组队员更要好好的交接，因为交接处是最容易掉球的。就是短短的一分钟，里面却蕴藏了好多好多的技巧。

事情，没有简单的。同样，事情，没有完美的。也就是那句话：没有最好，只有更好。我相信，如果再来一次的话，每个队伍都能够提高质量，缩短时间，取得更好的成绩。可是，这次机会仅有一次。这和我们的工作，生活是一致的。有时候我们可能因为一个小的细节，那将会导致失误，甚至错误。不同的是，我们的工作一直在进行，而运动会时就只有一次。所以，在工作中我们要提前做好打算，尽量的把每一个环节都认真的考虑到，避免发生失误。就算我们发生失误时，我们也要积极地去总结经验，争取在以后的工作中不要再重复发生。只有总结失误，我们才能进步！

## 秋季趣味运动会活动方案篇五

为了丰富教职工的业余生活，幼儿园工会从教师需要出发，1月27日下午开展了主题为“快乐参与，参与快乐”的教师趣味运动会。教师们摩拳擦掌，都想在赛场上一展身手，尽显青春风采。

教师们精神抖擞地来到了操场，随着欢快的音乐集体跳起《大家笑起来》。本次运动会以锻炼和娱乐并重，以健康和趣味同行，设有“松鼠搬家”、“拔河”、“多人多脚”、“袋鼠跳”和“同心协力”等项目。比赛中教师们本着“友谊第一，比赛第二”的原则，在比赛中拼力角逐、全力以赴。她们时而弯腰下蹲，时而腾空跃进；时而孤身奋战，时而团队协作……一个个脸上始终洋溢着灿烂的笑容，呐喊声、加油声不绝于耳，充分展现了南街幼儿园教师团结拼搏、奋发向上的精神风貌，赛出了风格、赛出了欢乐。

下午一点半，天空一改阴冷气息，阳光露出真容考虑到我们开展运动会的目的以及参与运动会人员的特点，运动会的项目设置简单而有趣，有多人多足、运篮球、幸运套、蒙眼摸字领奖品、接力、拔河六个项目，但奖项设置很多，一改一般运动会的传统形式，比如说接力并不是简单的跑，而是设

置了乒乓拍云乒乓球、跳绳、投篮3个环节，充满趣味。

在整个运动会过程中，大人、小孩、志愿者都积极地参与，充分发挥团队协作精神，比如说多人多足，靠的就是各位参与者的齐心协力，大家都积极配合，争取把项目漂亮地完成。最让人兴奋的就是拔河了，分成小孩组，成人组，志愿者组，参与者拼命地拔，观众大声地呐喊助威，每个人都沉浸在欢声笑语中。

- 1、运动会的项目简单而有趣，准备充分，奖品丰富。
- 2、志愿者的分工明确，志愿者们认真负责，每个项目都有有条不紊地进行。
- 3、志愿者和孩子一起参与，加深了彼此间的联系。
- 2、现场报名虽新颖，但场面较为混乱。
- 3、部分道具的准备考虑不周，如套圈过小，导致命中率很低，一定程度影响了居民们参与的热情。

这次趣味运动会成功举办包括诸多方面，但其中几个环节起到举足轻重的作用。例如：趣味运动会策划书的编写、趣味运动会比赛场地的布置、趣味运动会比赛现场的组织、趣味运动会广播稿的发布等等，以及活动中全体教职工积极努力与配合，都是这次趣味运动会成功不可或缺的部分。

此次活动共有七个项目：个人单项有麻袋蹦蹦跳、托球往返跑、踢毽子、筷子夹乒乓球、跳绳，集体项目有三人四脚、螃蟹背西瓜。在麻袋蹦蹦跳这个项目中参赛者站在蛇皮袋中用手抓住蛇皮袋跳着进行，这个游戏不仅体现了速度更体现了协调性的配合，这个项目的参赛者很多。在这些项目中在体现团队精神的要数三人四脚，和螃蟹背西瓜，有一人不配合就会前功尽弃，这个游戏大家都配合的很好，充分体现了团队精神。

踢毽子、跳绳、托球往返跑、筷子夹乒乓球可谓深受大家喜爱,大家在玩这些游戏时笑声、加油声不断。当然场面更为热闹的是教职工的拔河比赛,学生们都为老师们加油鼓掌,更有部分学生还参与到老师队伍中帮着拉,虽然有些不符合规则,但全体师生很高兴愉快,是整个校园充满欢声笑语。

在赛前做了充分的准备,包括活动策划书、次序册编排、会场的布局与规划,器材的准备等.在筹备过程中大家团结一致.齐心协力,而且这次活动参赛者的热情也是这次活动举办成功的因素。

本次趣味运动会成功并让其更出彩,还在与细节上花心思,就是活动中穿插了趣味运动会广播稿。趣味运动会广播稿是每个参赛队的拉拉队队员编写的对本队参赛选手的一些鼓励性的口号或小文章,由现场广播员播颂。在这里进行的是趣味运动会比赛项目的延伸,各个代表队为了在本队的宣传上战胜对手,多出了稿,出了好稿。广播稿为参赛选手取得好成绩营造了良好的氛围,同时更好地增强了参赛者的团队荣誉感,在活跃了活动现场气氛,也提高了各参赛队的精神面貌和学生们的写作能力。

四、活动不足处就是编排上缺少细节严密,某些裁判员工作经验不丰富,还有待学习与提高。

## 五、活动意义

这次活动不仅丰富了学生的课余生活更增进的大家的友谊。我们确信,只要我们社团能够继续努力,能够谦虚改进,怀着这份热忱精神走下去,以后的活动和工作肯定会越办越好。

20xx年4月29日下午,四川美术学院老校区举行学生的趣味运动会活动。

此次活动在相应的时间段顺利开展,各系积极参与。在活动

开展过程中出现小意外，但未能影响整个活动的进行。

3、此次活动意在活跃校园气氛，弥补取消校运动会的缺憾，达到了一定的成果。

1、此次活动在计分过程中出现的意外事故，原因是未能精确时间，导致比赛两方出现小的争端。但通过合理的调节，在比赛过程中没有较大的影响。

2、参赛人员比较多，统筹分数时，出现工作人员不够，另一个原因出在对小组负责人的工作交待的泄露不完整。

3、活动现场显得冷清，除了参赛人员的热情参与外，现场观众稀疏，热情不高涨，从而导致趣味运动会的第二个自由组队环节无法进行，直接结束活动。最后是在现场未能积极的调动气氛，导致活动现场氛围不足。

1、广义上，这次的活动是成功的，活跃了校园气氛又轻松了校园生活；在活动实施的过中，学生会干事的工作效率的得到提高和锻炼，也提高我校学生会的'影响力。

2、部分干事缺乏主动能力

为丰富学生的校园生活，进一步提高学生素质，培养学生运动技能，激发学生勇于挑战自我，战胜自我的顽强意识，大力推进素质教育，丰富校园文化生活。我校初中部于 2012 年12月19日下午，在学校操场举行了“趣味运动会”。

此次活动得到校领导、政教处的大力支持。全组教师在前期做了充足的准备工作，包括活动项目、场地规划、以及活动中应急措施等。组内教师的协作使活动现场有足够的人员调度；此次活动以各年组的形式参与，系班与班之间加强了竞争的力度，相应提高了现场活动参与的热情度；此次活动意在活跃校园气氛，达到了一定的效果。此次活动把学生单纯的体

育竞技转换成了竞技加游戏的形式，多了一份趣味，多了一份童真。让孩子体验运动的快乐，竞争的乐趣、参与的欣慰，培养孩子的规则意识及协作精神，激发孩子的运动潜能。

经过两个下午的角逐，圆满地落下了帷幕。本届趣味运动会是团结、拼搏的盛会，各个班级组织认真，整个赛场秩序井然，展示了我校良好的精神风貌，充分体现了二十三中学的校风，我们要在这种精神的激励和鼓舞下，扎扎实实做好今后的每一项工作，共创二十三中学的辉煌。

## 秋季趣味运动会活动方案篇六

本着以丰富大学生活的趣味和快乐，从中学会团结，培养同学的集体荣誉感和竞争意识为目的，本月7号，我们班与xx级护本二班共同组织开展以“友谊，从运动开始”的趣味户外运动联谊活动取得圆满结束。

通过本次活动，加深了同学之间的友谊，构建了团结友爱的校园气氛，基本达到了活动的最初目的：在课余时间给同学们一个放松的机会，通过运动做到劳逸结合；让两个班的同学混在一起玩游戏，促进了两个班男女同学之间的交流与合作；增加了两个班间的友谊。但是由于策划者以前从未组织过班级活动，加之经验不够，使得本次活动存在较多不足之处。

第一，策划者对策划书的了解不够，在策划书上具体的游戏规则、流程没写清楚，导致主持人不能很快的理解活动的过程策划书不够具体、详细。工作人员不了解游戏流程，且部分工作人员没尽到应有的责任，中途没维持活动秩序而去参加游戏。策划内容的没结合实际情况，例如：没有充分考虑游戏对场地大小的要求。

第二，初期只靠自己一人策划活动，没有积极的和其他班干

部商量具体事项，没有和班上同学一起商量游戏的具体内容。以至本次活动的合理性不够，吸引力也不足，且活动意义不明确，没有太多的实在性！

第三，给主持人熟悉策划书的时间不足，使主持人准备时间不够；主持人间商量不足，以至未能搭配好。主持人自身也有些不足之地，未能灵活的调动活动气氛，自控能力尚待提高活动中有主持人语言有些过激，与参与者险些发生了口角。

第四，对整个游戏环节的思考太简单，没有去想活动过程中可能会出现“事故”，以至不能完全掌握局面，准备工作不充分：没安排发水果的人员，结果出现同学自己去拿吃的，从而有些参与人员没有得到应有的那份水果；每个活动中没有安排具体的负责人去负责登记游戏中获胜者的姓名，这样给发奖品的工作人员带来了很大负担，调试音乐的工作人员没能很好的了解活动过程，以至在活动过程中在调音乐上做得还不是很好。

第五，由于是两个班间共同组织的活动，各班的情况、要求不同，没能协调好一些具体内容：活动当天上午才确定游戏的具体项目；加之各班上课时间不同，使得主持人间配合时间不足，上场后出现不协调的现象，甚至活动中出现主持人偏向其本班人员的现象。

## 秋季趣味运动会活动方案篇七

开展趣味运动会活动，丰富了广大教师的校园生活，营造了健康文明、积极向上的校园氛围，增强了教师间的凝聚力和合作意识，使教师的身心得到了健康的发展。下面是本站小编整理趣味运动会活动总结的范文，欢迎阅读！

10月24日，政法学院20xx级研究生秋季趣味运动会在净月校区足球场拉开帷幕，50余名20xx级研究生同学悉数到场。入

学两个月紧张的课程之后，同学们希望从忙碌中解放出来，放松心情，同时在轻松的氛围中增进交流。

## 活力四射、童心未泯

趣味运动会开场即体现出趣味性，运动会以八个学习小组为单位进行比赛。运动会第一个项目是“我的地盘我做主”。

各组队员站在一张报纸上，哪一组的报纸上能够站的人多，哪一组就获胜了。可以一只脚站在上面，但是另一只脚不能够接触到报纸以外的地面上，否则被判无效。游戏看似简单，却需要同学们发动智慧的脑筋，采取各种办法使自己的组员们站在报纸上。各组队员都使出浑身本领，只见当时分散的队员全部聚集在本组的报纸上。情景十分壮观。

第二个项目是“2人3足足球赛”。“2人3足”这个游戏可以说进行了很长时间了，有着悠久的传统，它能够考验选手们之间的默契程度。但是这次趣味运动会中的“2人3足足球赛”无疑增加了比赛的难度。各组队员不仅要采用传统的“2人3足”游戏模式将两只腿绑在一起。而且还要以这种形式进行一场足球比赛。不光考验了“小组”队员的默契，更加考验了“大组”队员的配合。足球赛进展的非常顺利，场上加油声呐喊声不断。抢断、传球、射门、扑救。同学们之间的默契度相当高，使比赛增加了很多乐趣。

短短两个小时的比赛中还穿插着有趣的“心心相印背球接力赛”“踢毽球”“让我轻轻地告诉你一山路弯弯”等比赛。各个专业的同学们在比赛前都不是很熟，但是通过比赛，同学们增进了友谊，增强了默契，整个运动会过程中笑声不断。

短短两个小时的运动会，政法学院20xx级研究生同学们仿佛回到了童年，忘记了劳累和烦恼，全场充满了欢声笑语。

## 友谊第一、比赛第二

虽然是运动会，项目也属于竞技类，但本次运动会的宗旨却是给大家提供一个锻炼身体、交流感情的机会。政法学院同学们也充分领会本次运动会的内涵。从比赛开始，在各个项目中，政法学院同学们都在互相加油鼓劲，并且从不计较输赢。

加油声、号子声，声声不绝于耳；拍手、挥手，各个动作引导选手动作一致。此时，成绩已被抛之脑后，同学们关注更多的是同学情、同学义。同学们能够充分理解此次趣味运动会的宗旨，输赢不重要，开心和健康最重要；比赛小组是个小团队，整个学院是个大团队，团队的精神远胜于具体的成绩。

两个小时的趣味运动会，在金秋时节与同学们热情欢呼声中走向尾声，同学们聚在一起对着相机展现最真实的笑脸，为这次充满童趣的活动留下了美好的记忆。

20xx年3月23日下午，河西学校体育馆举行教师趣味运动会活动。

### (一)开展情况

此次活动在相应的时间段顺利开展，各年级组积极参与。活动开展得有声有色，整个活动进行的有条不紊。

### (二)成绩经验

3、此次活动意在增进老师间的友谊，活跃校园气氛，达到了一定的成果。

### (三)存在的问题和教训

1、此次活动在计分过程中出现的意外，原因是未能精确时间，导致比赛两方出现小的争端。但通过合理的调节，在比赛过程中没有较大的影响。

2、参赛人员比较多，统筹分数时，出现工作人员不够。

3、因为前三个比赛项目耗时过多，从而导致趣味运动会的最后一个项目“打保龄球”无法进行，直接结束活动。最后是在现场未能积极的调动气氛，导致活动现场氛围不足。

#### (四)总结

这次的活动是成功的，丰富了广大教师的校园生活，营造了健康文明、积极向上的校园氛围，增强了教师间的凝聚力和合作意识，使教师的身心得到了健康的发展。相信在下次活动中，我们还会收获更多。

为了响应河北师范大学争创“星级班级”的活动，帮助锻炼身体，促进大家参与集体活动的积极性，增强班级凝聚力和向心力，08级英语教育四班开展了一系列活动，其中体育类包括趣味运动会。

这次活动以增强学生体质，丰富学生的课余生活减轻学习压力为主要目的，以各种体育活动和竞赛为载体，全方位的增强同学的综合素质。现将具体内容向学校、学院回报如下：

##### 1. 活动情况介绍：

地点：外国语学院前厅操场

比赛原则：增进友谊，锻炼身体

##### 2. 流程介绍：

第二轮：集体跳绳每班各派一个十二人的代表队，一次性跳的最多者获胜

第四轮：羽毛球大对决

单打：每班各派四个小组参赛，比赛为单循环

双打：每班各派两个小组参赛，也为单循环

3. 活动感想：20米迎面接力锻炼了大家的速度与耐力以及小组配

合能力，大家都竭尽全力奋勇争先；集体跳绳是本次比赛最难但报名人数最多的活动，这不仅要求个人跳的好，更要求大家一起配合的好。所以，通过这个跳绳大家对团队合作精神有了更好的理解，大大增进的班级的凝聚了。躲闪球也很受欢迎，大家积极配合，灵巧闪躲，欢声笑语中不知不觉增进了我们两班的友谊。原本我们两班的很多同学互相并不熟悉，但几场比赛下来大家都想多年密友一样有说有笑。躲闪球期间有一个同学扭了一下脚大家几乎不约而同的上前关怀，当时我的心里真的暖暖的。羽毛球器具有限但喜欢的人却很多，但大家并没有自私的只想自己玩，而是很谦让，最终每个人都相视一笑，积极推荐优秀的选手，比赛进行的也异常顺利。

总之本次活动取得了圆满成功，大家参与热情高，比赛有风度有水平，既增强了体质又缓解了学习压力，达到了预期的效果。