

牡丹江师范学院

2016 年第二课堂活动汇编



体育科学学院

二〇一六年十二月

目 录

一、第二课堂活动方案-----	1
二、第二课堂活动一览表-----	2
三、第二课堂活动计划-----	3
1、迎新生拔河比赛-----	3-4
2、迎新生篮球赛-----	4-5
3、迎新生排球赛-----	5-6
4、体育达人争霸赛-----	7-8
四、第二课堂活动总结-----	9
五、第二课堂活动及活动项目过程-----	11
1、体育科学学院迎新生拔河比赛-----	11
2、体育科学学院迎新生篮球赛-----	12
3、体育科学学院迎新生排球赛-----	15
4、体育科学学院冰上运动会-----	18
5、体育科学学院体与达人争霸赛-----	22
6、体育科学学院拔河比赛-----	24
7、体育科学学院送毕业生篮球赛-----	25
8、体育科学学院送毕业生排球赛-----	26
9、[雷锋月]清扫体育馆-----	29
五、各比赛排名-----	30

一、第二课堂活动方案

2016年体育科学学院第二课堂活动方案

一、活动宗旨：

为了丰富同学们的课余时间，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强各系部和各班级凝聚力，加强学生之间的交流，也给同学们展示自我的舞台。

二、指导思想：

突出专业特色，以立项引领，多种方式有机结合，理论应用于实践

三、活动时间：

2016-2017 学年

四、活动对象：

全院体育教育 社会体育与管理的全体同学。

五、领导检查小组：

本学期活动东语学院组织专家对活动进行定期检查。安排如下：

组长：栾振昌 李树伟 宋梅梅

成员：徐冠男 马志君 张彦龙 宫祥辉

六、活动要求：

（一）本学年我校的二课堂活动按学校的相关文件执行，文件上传院公检邮箱及社会实践邮箱，供全体师生阅读。

（二）本次活动为全院统一安排，体育科学学院在校生。

（三）各班要充分重视此次活动，组织同学学习学习的文件，做好班级同学的动员工作，积极主动地参与此次提高技能、挑战自我活动。

（四）各班在活动时，一定要注意存留过程性材料。如：记录、相片、录音、录像等。

（五）活动开始应有项目的实施具体方案，结束时上交所有过程性材料。每个项目应有最后的成果展示，成果应有一定的影

二、2016 年第二课堂活动一览表

序号	项目名称	负责人	联系方式	指导教师	参与人员	活动实际支出(元)
1	迎新生拔河比赛	李欣	13159962076	徐冠男	14级-16级	
2	迎新生篮球赛	倪成旭	18346332137	徐冠男	14级-16级	
3	迎新生排球赛	姜波	13351235721	徐冠男	14级-16级	
4	冰上运动会	姜波	13351235721	徐冠男	14级-16级	
5	体与达人争霸赛	张晋博	18714442693	徐冠男	14级-16级	
6	拔河比赛	倪成旭	18346332137	徐冠男	14级-16级	
7	送毕业生篮球赛	李欣	13159962076	徐冠男	13级-16级	
8	送毕业生排球赛	李欣	13159962076	徐冠男	13级-16级	

主管副院长签字:

二级学院盖章:

三、体育科学学院学院第二课堂活动计划

活动一：迎新生拔河

一、活动目的: 为了更进一步团结同学们的合作精神，努力创建文明和谐校园，增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，以提高我系学生合作和坚韧不拔的精神。

二、活动主题: 创建文明校园，增进同学之间的交流，集体荣誉感及凝聚力。

三、主办单位: 体育科学学院

四、指导教师: 徐冠男

五、活动时间: 2017 年 4 月

六、活动地点: 田径场

七、活动对象: 体育科学学院学生

八、参赛要求:

1、以班级为单位组成各参赛队伍。拔河比赛策划书。

2、每班至少报一队，每队共 10 人，男生 7 人，女生 3 人，各班体育委员为队长。

九、注意事项

- 1、比赛时由于双方都是最大拉力，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各体育委员谨记，转告给各班队员。
- 2、各班级需努力完成比赛，不可有缩水现象，参赛成员应提前 5 分钟到比赛现场。
- 3、比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。
- 4、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。

比赛规则：采取三局两胜制

活动二：迎新生篮球赛

为了丰富同学们的课余生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强各系部和各班级凝聚力，加强新老生之间的交流，也给同学们展示自我的舞台，体育科学学院定于在 2016 年 10 月展开学院“迎新杯”篮球赛，旨在增强各班凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。

一. 活动宗旨：培养团队精神

二. 主办单位：体育科学学院

三. 承办单位：体育科学学院学生会体育部

四. 活动对象：体育科学学院在校生

五. 活动时间：2016 年 10 月

六. 活动地点：体育馆

七. 报名要求：此次比赛为团体赛，以年级专业为单位

八. 竞赛规程：

1. 此次活动采取晋级淘汰赛，出场顺序由比赛双方适先调节，单场分数较高的一队晋级，另一方淘汰，篮球自备；

2. 赛时间为四节，每节十分钟，每小节结束时中间休息二分钟；

3. 参赛队伍通过抽签分为 A、B、组，比赛结果以比赛分数为准，胜者晋级，负者淘汰。

5. 采取组内之间的对决，即 A 组的第 1 名与 A 组的第 2 名进行淘汰赛，依次类推，决出前四名进入半决赛。

6. 决赛：采取抽签的规则进行比赛，负者与另一方争夺三名，胜者争夺冠亚军；

九. 比赛要求：

1. 参赛者不能故意犯规，不能在比赛场上故意挑衅，不能在比赛现场打架斗殴，违规者取消比赛资格；

2. 比赛中参赛选手要服从裁判人员，如有对裁判判罚有异议，由各团队负责人上报于仲裁委员会

活动三：迎新生排球赛

丰富我系同学们的课余生活，增强各班凝聚力及增进各班之间的交流、沟通，培养同学们的团队精神，在活跃校园气氛、促进校园文化发展的同时展示开拓进取、奋发向上的精神风貌。

二、活动宗旨：培养学生团队精神和竞技精神。

三、活动时间和地点：

时间：2016年10月

地点：牡丹江师范学院体育馆

五、报名方式：

以各年级专业为单位（到各年级负责人处报名）

六、活动对象：

体育科学学院全体学生

七、主办单位：

体育科学学院

八、承办单位：

体育科学学院学生会体育部

九、参赛须知：

1、报名参赛的同学必须是体育科学学院的学生，以一卡通为凭证参赛，不得顶替他人参加比赛，否则取消参赛资格。

2、每专业一队（上场比赛人员必须为四男两女、每队队员8人）设队长一名，教练员可由本班辅导员或同学担任，也可以与队员互谦。

3、比赛期间的后勤工作由各个年级自行安排、组织拉拉队及秩序的维持由各班自行负责。

4、比赛期间如有纠纷，以系团总支学生会书记处主席团的协调及处理意见为准，每队队员必须服从，否则以弃权论处。

十、前期工作：

1、发放报名表至各年级负责人处。

2、邀请本院系老师当裁判。

3、选工作人员若干名。

4、统计报名表、分组。

5、准备器材、购买奖品。

十一、竞赛规程：

1、比赛采用三局两胜制，前二局每局25分，第三局15分。

2、每场比赛开始前15分钟，各队领队必须把首发的6名队员名单和替补队员名单提交本场的记录员。赛前不申报2名替补运动员名单，则在比赛中不得换人，双方在每局中有权申请暂停两次，每场比赛可换2人次，每局中间休息3分钟。比赛前由裁判执行抽签，决定第一局的发球及场区，抽签由双方队长参加。

3、第一、二局中，如出现双方比分到25平时，比赛继续进行，直到一方领先2分，比赛结束；第三局比赛哪一方先到15分，且至少领先对方2分即为获胜，否则继续比赛直到产生两分差距为止，第三局在一方先得到8分时交换场地。

活动四：体育达人争霸赛

为了更好地体现当今大学生应有的朝气蓬勃的时代精神面貌，同时也为全面贯彻教育方针，丰富同学们的业余文化生活，展现青春活力，培养同学们顽强奋斗、勇于拼搏的优良品质。特举办此次达人赛。

活动期间，我们准备一些相关的热身活动，主要有平板支撑、俯卧撑、跳绳、引体向上、双臂下屈，通过这些活动以促进和增强个人及组织(团队)的系列优势，通过游戏，培养团队意识、领导技能、组织能力、创新精神，增进成员友谊。让学生在活动过程中感受集体的魅力，感受彼此之间的友谊，更让学生对自身有个全面的了解，得到一些启示等，分别从几个方面来锻炼当地学生的能力，使之有新的感悟与提升。

就现实的意义而言，走出寝室，走出网吧，走进操场，加强体育锻炼，实现自身抵抗力的提高，为全心全意的学习打下坚实基础。

二、活动形式：平板支撑、俯卧撑、跳绳、引体向上、双臂下屈

三、活动时间：2016年11月

四、活动地点：体操馆

五、参加对象：体育科学学院在校生

六、活动过程：

(一) 平板支撑、俯卧撑、跳绳、引体向上、双臂下屈

需要道具：瑜伽垫、单杠，器械

活动细则：

1; 比赛采用个人战

2. 比赛以时间长短. 所做的分数判断胜负

3. 比赛过程中要尊重对手与裁判，不得出现暴力冲突。

七、裁判员

体育科学学院学生会干部

活动五：冰上运动会

一、活动主题：驰冰雪，展青春

二、活动地点：牡丹江师范学院第二田径场

三、活动时间：2016年12月

四、活动主题意义：展示大学生素质教育成果和当代大学生青春风貌，

展现

体育科学学院团结合作精神风貌和充满斗志的活力。增强全体成员的竞争意识

和凝聚力，融洽会员感情，提高运动技术水平，使学生得到全面发展。

五、 主办单位: 体育科学学院团委

六、 参与人员: 体育科学学院在校生

七、 比赛项目:

1、 200m 滑跑

2、 400m 滑跑

3、 4 × 200 男女混合接力

4、 单脚支撑滑行

注（每个项目前三名奖励）

八、 所需工具: 发令枪 1 个、秒表 4 个、发令旗 2 面

九. 参赛须知

1、 各队参赛费用自理

2、 参赛队员穿着冰刀的刀种不限

3、 需着适宜比赛的服装

4、 凡弄虚作假，冒名顶替和严重违规者，如经查实，取消该人名次和团队奖项

5、 所有参赛人员须严格遵守大会的各项规定，服从大会的统一指挥

6、 遵守比赛时间，按时检录、参赛，检录不到者按弃权处理

7、 尊重裁判员及其他运动员

四、第二课堂活动总结

体育科学学院 2016 学年第二课堂活动总结

“生命在与锻炼”，凡经常参加体育活动的孩子，身体都很健康，而体育能促进学生动作的发展，还可以活跃学生的生活，使学生活泼开朗，并能逐渐养成勇敢、坚强等品质。一学期的时间又过去了，这一学期我们的体育社团有序的在每周二、三、四下午课外活动和放学时间开展活动。体育社团活动给学生们带来了欢乐，带来了喜悦，学生们在活动中让我们看到他们的另一面。现将本学期的活动总结如下：

1、学生情况分析

学生们天真、活泼好动，很喜欢体育社团活动。要利用体育社团活动的有利时机，为学生身心的发展打好基础。通过体育社团活动，锻炼学生的体力，开发智力，提高文化素质，促进学生个性发展，培养优良品德，陶冶美的情操。

2、任务完成情况：

本学期的篮球课外兴趣小组活动组织严密，活动有效。严格按照学期初制定的计划，及早动手，积极筹划和准备。使体育课外兴趣小组时间、地点、人员固定，保证了活动稳定性。另外，活动内容多样、具体，教师提前备课，活动时扎实有效。小组成员对活动内容掌握较快，都达到活动要求。学生了解并掌握了篮球有关得知识，而且思维能力、动手能力大大提高，自学能力也有一定发展。

3、主要经验和体会：

实施课外活动的目的就是增强学生的素质，增进学生健康，我们始终从学生的角度出发，考虑学生的兴趣与爱好，在项目的选择上符合大多数学生的意志，让学生不感觉到课外活动是一种负担。在体育课堂教学中，把一些课外活动项目做了加工处理，改变了学法和练法，以游戏和比赛的形式出现，增加了学生的学习兴趣，提高了他们的锻炼热情，既完成了教学任务，学生又得到了积极的锻炼。对于素质较差的学生，教师从不歧视与挖苦，而去安慰和鼓励他们，使他们不但

在素质上得到加强，在心灵上更树立了自尊与自信。另外还有以下几方面需要注意：

1、内容多样化。

本学期主要以任务完成型完成，还有集体活动型，教师讲解型。任务完成型可以促进学生的探索问题能力，集体活动型可以集中全组学生的智慧，使问题的解决更灵活、更全面。

2、针对性教育

活动时要根据每个学生的特点和特长分配不同的学习任务。发挥他们的长处，补足他们的短处，教师要分类指导，指定不同的目标，实施不同的教育。

4、存在的问题及改进方法：

活动有时比较缺少目的性，学生不知如何学习。以后要制定具体、明确的目标，严格要求和管理学生，要形成正规的管理模式，制定良好的纪律来规范学生，让学生学有所得。学生的基本素质比较差，吃苦耐劳的精神不够，训练量还需要提高。学生的力量，耐力、速度、弹跳力和柔韧等素质，因此在训练工作中应强调身体训练。

5、改进措施：

1)、与家长和学生进行沟通，争取家长的支持和学生的参与。

2)、采用灵活、多变的训练方法和手段，增强队员们的训练热情。

3)、狠抓球队的训练作风，使队员们养成良好的训练习惯。

4)、单项技术的训练采用多球训练的方法。

5)、每周进行一次全队大评比，增强队员们的竞争意识，互相帮助提高。

通过一学期来的篮球体育活动，使孩子们深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”进一步树立了体育活动、天天锻炼、终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。

五、第二课堂活动及活动项目过程

(1) 迎新生拔河比赛

比赛通知：“体育科学学院拔河比赛赛”比赛于2016年9月19日-20日开始报名，于2016年9月22日-24日进行比赛，参赛人员体育科学学院在校生，比赛场地田径场。

比赛规程：

采用小组淘汰制，按年级专业分A.B.C组，采用2进1赛制，由队长决定抽签比赛队伍，胜者晋级下一轮，负者淘汰，第二轮抽签决定有一队轮空，剩下两队角逐，胜者与轮空队伍比赛，负者和第二轮负者争3.4名。

参赛队伍：

14级体育教育

14级社会体育

15级体育教育

15级社会体育

16级体育教育

16级社会体育

指导教师：徐冠男

学生感悟：

拔河比赛增进了同学们的顽强拼搏精神，让我们明白了什么是团结就是力量。只有我们的心凝聚在一起，什么困难都难不倒我们。我们都很高兴。正所谓青出于蓝胜于蓝，让我们明白了与时俱进，别人都在进步，都在努力，所以我们更也应该努力。山外有山，人外有人。

(2) 迎新生篮球比赛

比赛通知：“体育科学学院迎新生篮球赛”比赛于 2016 年 10 月 15 日-17 日开始报名，于 2016 年 10 月 20 日-24 日进行比赛，参赛人员体育科学学院在校生，比赛场馆于体育馆。

比赛规程：

- 1、本次比赛分为 A、B 两个小组，每组四个队伍。A 组为体育科学学院各年级体育教育专业，B 组为各年级社会体育专业。
- 2、初赛进行小组循环赛，进行积分制赢一场得一分，输一场计为零分，最后去小组前两名进行决赛。（积分相同查小分）
- 3、决赛进行淘汰赛，抽签进行比赛，赢得两个队伍进行一二名争夺赛，输的两个队伍进行三四名争夺赛。

采用小组淘汰制，按照年级专业分 A·B 组，采用 2 进 1 赛制，由队长抽签决定比赛队伍，胜者晋级下一轮，负者淘汰。第二轮胜者争 1.2 名，负者争 3.4 名。

参赛队伍：	13 级体育教育	13 级社会体育
	14 级体育教育	14 级社会体育
	15 级体育教育	15 级社会体育
	16 级体育教育	16 级社会体育

指导教师：徐冠男





学生感言：

经过五天的紧张赛程，篮球赛以一个圆满的结局而结束。这次比赛无疑是进入学生会的第一个比赛。从中我感悟了许多，学到了很多。

第一，我觉得篮球赛充分表现出团结荣誉，拼搏等概念，张扬了我们怒放的青春和蓬勃的活力。

第二，我觉得一个活动的进行需要很多人的努力共同完成的，我们深刻感到团结的力量，深刻感受融入自己力量的比赛多么有意义！

第三，总体来说，这场比赛在不足中顺利结束了。激发了集体荣誉感，增进了新生的交流，给我们的大学生活带来了活力。

最后，感谢系学生会体育部的主办，感谢各部部长和成员为篮球赛的出力，感谢篮球队带来的精彩比赛。

我相信，篮球赛的圆满结束只是我们系激情，昂扬向上的大学生活的开始！

(3) 迎新生排球比赛

比赛通知：“体育科学学院迎新生排球赛”比赛于 2016 年 10 月 15 日-17 日开始报名，于 2016 年 10 月 20 日-24 日进行比赛，参赛人员体育科学学院在校生，比赛场馆于体育馆。

比赛规程：

- 1、本次比赛分为 A、B 两个小组，每组四个队伍。A 组为体育科学学院各年级体育教育专业，B 组为各年级社会体育专业。
- 2、初赛进行小组循环赛，进行积分制赢一场得一分，输一场计为零分，最后去小组前两名进行决赛。（积分相同查小分）
- 3、决赛进行淘汰赛，抽签进行比赛，赢得两个队伍进行一二名争夺赛，输的两个队伍进行三四名争夺赛。

参赛队伍：

13 级体育教育

13 级社会体育

14 级体育教育

14 级社会体育

15 级体育教育

15 级社会体育

16 级体育教育

16 级社会体育

指导教师：徐冠男



学生感言：

为了增强本院学生的凝聚力，加强新老生间的交流，展示我院的人文风采，体育科学学院学生分会文体生活部特举办本次迎新杯排球比赛。本次比赛在 10 月 20 日在体育馆拉开帷幕。在比赛期间，同学们都表现

出了充分的热情，本着友谊第一，比赛第二的原则积极的参与比赛。即使因特殊原因在比赛期间有推迟比赛，同学们也都十分热情，没有出现烦躁的状态相关工作人员的通力配合下，活动进行的十分成功。在此特感谢体育科学学院排球队的学姐学长为本次排球比赛提供了充足的经验指导。在活动过程中，裁判秉承着公平、公正的判决精神对待每场比赛，同时每队队员都充分展现了自己的个人风采和团队合作精神，即使有的队伍遗憾出局，但他们都很满足于自己在这次比赛获得的比赛经验和收获的珍贵友谊。在这次比赛中也有不足的地方，由于时间安排原因，中午打比赛的观众较少且热情度不高，没有带动场内运动员打比赛的士气。还有我们的赛前宣传工作也宣传的不够具体，准备工作也做得不够。

本次体育科学学院迎新杯排球赛在10月24日成功落下帷幕，每个队伍都表现出了自己的风采和魅力，赛场赛外的气氛也十分浓烈。这次比赛体现了体育生的风采，加强了同学们的身心素质，增强了互相的凝聚力。针对本次比赛出现的不足之处，我们会加大改进力度，提前准备各项事宜，预备应急措施，希望在下次比赛中避免犯类似错误，在以后的各项活动中也争取做得更好。

(4) 冰上运动会

比赛通知：“体育科学学院冰上运动会”比赛于2016年12月15日-17日开始报名，于2016年12月19日进行比赛，参赛人员体育科学学院在校生，比赛地点第二田径场。

比赛规程：以年级专业为单位，每个项目，每个项目，每个专业限报两人。

1、200m 滑跑

2、400m 滑跑

3、4 × 200 男女混合接力

注（每个项目前三名奖励）

第一名积 8 分 第二名积 6 分 第三名积 4 分。团体总分取前三名。

参赛队伍：

13 级体育教育

13 级社会体育

14 级体育教育

14 级社会体育

15 级体育教育

15 级社会体育

16 级体育教育

16 级社会体育

指导教师：徐冠男





学生感言:

以前,在电视上看着那些滑冰运动员优美的姿势,我就感到十分羡慕,多么希望我也能向他们那样在冰场上驰骋.今年寒假,我也决定去学滑冰,妈妈告诉我:“必须不怕摔跟头才能学会.”我自地点点头.终于在大学的生活中给了我机会,在冰上就感觉像在开车一样.

感觉这次的比赛爽爆了，在比赛中我体会到了团队的力量。紧张中带着兴奋，虽然有些冷，但是在激烈的竞争中我的身体感觉不好出来一丝丝冷意。这次的比赛办的非常完美。就是在裁判方面有些不足，下回冰上运动会一定会好好准备，给同学们一个完美的比赛及赛程。

(5) 运动达人争霸赛

比赛通知：“体育科学学院体育达人争霸赛”比赛于2016年12月1日-3日开始报名，于2016年12月5日进行比赛，参赛人员体育科学学院在校生，比赛地点体操馆。

比赛规程：比赛采用个人战

2. 比赛以时间长短. 所做的分数判断胜负

板支撑、俯卧撑、跳绳、引体向上、双臂下屈

需要道具：瑜伽垫. 单杠，器械（报名人数不限）

每个项目取前三名

第一名积8分 第二名积6分 第三名积4分

报名队伍：

14级体育教育

14级社会体育

15级体育教育

14级社会体育

16级体育教育

16级社会体育

17级体育教育

17级社会体育

指导教师：徐冠男





学生感言：

12月5日，我院举行了运动达人赛，在比赛中，大家拼搏、奋力的表情与时刻一直使我难以忘怀。

最让我难忘的便是拔河与集体跳绳，要说集体跳绳的话，可以说我们队伍已经是久经沙场了，但每次得到的却是一盘散沙的结果，这使我们队对于跳绳一直有着一种说不出的压抑，但是大家依然还是努力的去练习，尽自己最大的努力做到第一！

最让我感到恐惧的一个项目也是跳绳，对于我来说，跳绳不是我的擅长，所以，自然对于跳绳也接触的不多，而当时，更让我感到懊恼的便是在马上要比赛的前几十分钟里，我还在疯狂的失误，当时的感受，真让人想往缝里面钻，同学们这时都是如此的着急，谁还有这心思去失误呀？！但是，令我惊讶的便是，在老师吹完一声哨之后，大家都连得如此流利，而我也没有任何的失误，全体女生除了两次失误之外，没有任何的风险失去时间。在老师的一声哨结束了以后，我们以12个女生2分钟跳了174个的好成绩，得到了女生组8字长绳第一！

而拔河的规则却是男女生混合上的，女生15人，男生也是15人。现在算起，当天我们一共拔了六次，回到家的时候，手已经红肿了起来，握住什么东西都感到十分的困难。但是我们当天的表现并没有亏待我们的双手。在这一次运动会中，我领悟到了团结的力量是最强大

的力量，因为只要大家一齐奋力的话，我们的心连心，自然也会取得最大的成功！

(6) 体育科学学院拔河赛

一、活动目的:

为了更进一步团结同学们的合作精神，努力创建文明和谐校园，增强学生体育锻炼的意识，以组织比赛的形式为平时缺乏体育锻炼的大学生们创造运动机会，提供展现集体风采的舞台，通过拔河比赛发扬团队精神，增强凝聚力，以提高我系学生合作和坚韧不拔的精神。

二、活动主题: 创建文明校园，增进同学之间的交流，集体荣誉感及凝聚力。

三、主办单位: 体育科学学院

四、指导教师: 徐冠男

五、活动时间: 2017年4月

六、活动地点: 院篮球场

七、活动对象: 体育科学学院学生

八、参赛要求:

1、以班级为单位组成各参赛队伍。拔河比赛策划书。

2、每班至少报一队，每队共10人，男生7人，女生3人，各班体育委员为队长。

九、注意事项

1、比赛时由于双方都是最大拉力，所以拔完一场后不可立即松绳，以免造成对方队员受伤，各体育委员谨记，转告给各班队员。

- 2、各班级需努力完成比赛，不可有缩水现象，参赛成员应提前 5 分钟到比赛现场。
- 3、比赛要做到文明比赛，遵循友谊第一，比赛第二。
- 4、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。

十、比赛规则:采取三局两胜制

(7) 送毕业生篮球比赛

为了丰富同学们的课余生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强各系部和各班级凝聚力，加强新老生之间的交流，也给同学们展示自我的舞台，体育科学学院定于在 2017 年 6 月展开学院“送毕业生”篮球赛，旨在增强各班凝聚力，展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。

一. 活动宗旨: 培养团队精神

二. 主办单位: 体育科学学院

三. 承办单位: 体育科学学院学生会体育部

四. 活动对象: 体育科学学院在校生

五. 活动时间: 2017 年 6 月

六. 活动地点: 体育馆

七. 报名要求: 此次比赛为团体赛，以年级专业为单位

八. 竞赛规程:

1、本次比赛分为 A、B 两个小组，每组四个队伍。A 组为体育科学学院各年级体育教育专业，B 组为各年级社会体育专业。

2、初赛进行小组循环赛，进行积分制赢一场得一分，输一场计为零分，最后去小组前两名进行决赛。（积分相同查小分）

3、决赛进行淘汰赛，抽签进行比赛，赢得两个队伍进行一二名争夺赛，输的两个队伍进行三四名争夺赛。

九. 比赛要求:、

1. 参赛者不能故意犯规，不能在比赛场上故意挑衅，不能在比赛现场打架斗殴，违规者取消比赛资格；

2. 比赛中参赛选手要服从裁判人员，如有对裁判判罚有异议，由各团队负责人上报于仲裁委员会

(8) 送毕业生排球比赛

一、活动目的:

丰富我系同学们的课余生活，增强各班凝聚力及增进各班之间的交流、沟通，培养同学们的团队精神，在活跃校园气氛、促进校园文化发展的同时展示开拓进取、奋发向上的精神风貌。

二、活动宗旨: 培养学生团队精神和竞技精神。

三、活动时间和地点:

时间: 2017年6月

地点: 牡丹江师范学院体育馆

五、报名方式:

以各年级专业为单位（到各年级负责人处报名）

六、活动对象:

体育科学学院全体学生

七、主办单位:

体育科学学院

八、承办单位:

九、参赛须知：

- 1、报名参赛的同学必须是体育科学学院的学生，以一卡通为凭证参赛，不得顶替他人参加比赛，否则取消参赛资格。
- 2、每专业一队（上场比赛人员必须为四男两女、每队队员8人）设队长一名，教练员可由本班辅导员或同学担任，也可以与队员互谦。
- 3、比赛期间的后勤工作由各个年级自行安排、组织拉拉队及秩序的维持由各班自行负责。
- 4、比赛期间如有纠纷，以系团总支学生会书记处主席团的协调及处理意见为准，每队队员必须服从，否则以弃权论处。

十、前期工作：

- 1、发放报名表至各年级负责人处。
- 2、邀请本院系老师当裁判。
- 3、选工作人员若干名。
- 4、统计报名表、分组。
- 5、准备器材、购买奖品。

十一、竞赛规程：

- 1、本次比赛分为 A、B 两个小组，每组四个队伍。A 组为体育科学学院各年级体育教育专业，B 组为各年级社会体育专业。
- 2、初赛进行小组循环赛，进行积分制赢一场得一分，输一场计为零分，最后去小组前两名进行决赛。（积分相同查小分）
- 3、决赛进行淘汰赛，抽签进行比赛，赢得两个队伍进行一二名争夺赛，输的两个队伍进行三四名争夺赛。
- 4、比赛采用三局两胜制，前二局每局25分，第三局15分。

(9) 【雷锋月】清扫体育馆

2017年3月8日下午 在牡丹江师范学院的体育馆二楼，由社会实践部部长韩天奇，社会实践部干事和志愿者们共同打扫体育馆，在活动中大家互相帮助，团结友爱，充分展现出不怕脏不怕累的精神 作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助，志愿者么在社会实践部部长韩天奇的带领下分工合作，女生扫地，擦椅子，男生拖地，打水。他们分工明确干劲十足，充分展现了不怕脏不怕累的精神。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，支援者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。谢谢他们无私的付出，活动大力弘扬奉献，友爱，互助，共同进步的志愿者精神，有更多的人能够加入志愿者的行列。



五、各类比赛排名

(1) 迎新生拔河比赛排名

第一名：16级体育教育

第二名：15级社会体育

第三名：16级社会体育

(2) 迎新篮球赛排名

第一名：15级体育教育

第二名：14级社会体育

第三名：16级社会体育

(3) 迎新生排球比赛排名

第一名：14级体育教育

第二名：15级社会体育

第三名：14级体育教育

(4) 冰上运动会排名

第一名：14级体育教育

第二名：16级体育教育

第三名：15级社会体育

(5) 运动达人赛排名

第一名：16级社会体育

第二名：16级体育教育

第三名：15级体育教育

(6) 拔河比赛排名

第一名：16级社会体育

第二名：16级体育教育

第三名：15级体育教育

(7) 送毕业生篮球赛

第一名：13级体育教育

第二名：13级社会体育

第三名：14级社会体育

(8) 送毕业生排球赛

第一名：13级社会体育

第二名：13级体育教育

第三名：14级体育教育

体育科学学院