

中山大学 100 周年校庆深圳校区 趣味运动会方案

- 一、活动主题：世纪中大 山高水长
- 二、活动时间：2024 年 10 月 25 日下午
- 三、活动主办：校工会、深圳校区管委会
- 四、活动承办：中山大学航空航天学院
- 五、活动地点：深圳校区东运动场
- 六、邀请单位：

深圳校区 17 个院系、深圳校区各职能部门（附属第七医院、附属第八医院、深圳附属学校、深圳校友会（各单位组建一个队伍，职能部门组织一个联队。人员要求：每个队伍 20-30 人，不少于 20 人，不超过 30 人，学院队伍可邀请学生一起参加，教职员工比例需大于 60%，新建院系可适度调整师生比。）

七、活动流程

活动流程	时间	项目安排	项目内容
	13: 30	开场击鼓练习	需要 100 位伙伴提前到
	13: 50-14: 20	运动场集合	签到、领队牌、列队
	14: 20-14: 40	校领导致辞 击鼓开场	邵忠智副校长致辞 邵校长致击鼓宣布运动会开始，然后 100 人同时击鼓 100 下，最后大家喊口号：世纪中大、山高水长，中山大学 100 周年生日快乐
	14: 40-15: 10	创意合影	100 周年校庆创意合影 航拍“世纪 100 中大”造型
	15: 10-15: 40	竞赛：猛龙过江	团队骑龙赛跑，根据完成时间记分
		竞赛：鸿运彩球	小组接力赛，根据完成时间记分
	15: 40-16: 10	竞赛：永攀高峰	展现中大人锐意进取精神
		竞赛：多向拔河	四向拔河，体验不一样的拔河方式
	16: 10-16: 40	竞赛：书写未来	根据设定文字进行书写
		献礼：击鼓献礼	围成椭圆形状
	16: 40-17: 10	颁奖仪式	设一二三等奖若干
	17: 10-17: 30	合影留念	各院系合影、自由拍照

八、活动内容

项目一 创意合影留念



- 1、用100个鼓摆成数字100；
- 2、100位同事提前抵达会场；
- 3、15分钟合击练习；
- 4、开场仪式展示；
- 5、合影的时候加上中大人LOGO，献礼百年校庆。

世纪 100 中大

↑ ↑ ↑

由人摆成 100个鼓 由人摆成

1. 参与人数：所有人员参与

2. 活动规则：用参赛人形摆成“世纪中大”字样，其中“100”用 100 个红色的鼓摆出字样。



项目二 鸿运彩球



1. 参赛人数：每组 16 人，每轮 4 组道具。

2. 比赛规则：按照完成时间排名；每轮次 6 分钟；8 名参赛队员托举比赛器材过肩立于起跑线后，1-2 名指挥。裁判发令后，队员通过协调配合使队员能托举比赛器材顺利在跑道上前进。需要与另 8 名接力队员 在终点线外调换折返回起点线。

3. 注意事项：

（1）比赛中球不能触地，触地一次总成绩加 5 秒，

（2）两队的接力必须在裁判规定的接力区内完成，接力后必须保持至少 6 人运球；

（3）运球及传球过程不允许出现抛球现象，放下球前需要相互告知，以免造成意外。

项目三 猛龙过江



1. 参赛人数：每队 8 人参赛。
2. 比赛规则：骑于器材飞龙上，从起点处出发，器材全部通过终点计时停止，用时越少的队伍，名次越靠前。

项目四 永攀高峰



1. 每队 5 人参与比赛，参赛人员穿戴好攀岩装置，比赛开始，第一名队员拉着攀岩绳攀爬到攀岩顶部敲响锣鼓，然后顺着攀岩绳滑落到地面，第二名参赛人员才能出发，以此类推，直到最后一名参赛人员完毕。
2. 比赛过程一定要穿戴好所有安全装置、完成攀顶后只能顺着绳子滑落到地面，不得跳下地面以防受伤。

项目五 多向拔河



1. 参赛人数：全队参赛。若 PK 两队人数不等，则按人数少的队伍总人数，确定 PK 每队的参赛人数。
2. 比赛规则：
 - (1) 4 队同时比赛，每 2 队共同拉一条绳， 获胜的队伍再继续比赛；
 - (2) 在场地中间画个圆，把绳结置于圆点上面，每轮结束后，取用时最短的 4 个组进行两两 PK，两边选出优胜组进行 1、

2 名争夺，剩余两组进行项目 3、4 名争夺。

项目六：书写未来



1. 参加人数：小组派 5-10 位代表参与。
2. 参与规则：通过抽签进行抽字（世纪中大、山高水长、中山大学、一百周岁、生日快乐）。
3. 书写过程中确保工整，整洁。

项目七：击鼓献礼



进行书写未来的项目的同时，中国鼓围成一圈进行大气磅礴的助威呐喊，所有的小伙伴一起为世纪中大校庆加油打气。

九、奖项设置

本次教职工趣味运动按照项目总积分，分别设置一、二、三等奖，同时根据组织情况设最佳组织奖。按照参赛项目累计积分，从高到低依次排序，分别荣获第一、二、三等奖。拟设一等奖4名，二等奖8名，三等奖13名。

十、相关要求

（一）参赛者须身体健康，有下列疾病者不宜参加比赛：

1. 先天性心脏病和风湿性心脏病患者；
2. 高血压和脑血管疾病患者；
3. 心肌炎和其他心脏病患者；
4. 冠状动脉病患者和严重心律不齐者；
5. 血糖过高或过低的糖尿病患者；
6. 其它不适合运动的疾病患者。

（二）建议各队伍统一队服，队员需穿舒适的运动鞋。

十一、经费说明

1. 本次活动支出乙方合作单位项目合同金额、参赛人员保险、现场用水、茶歇由深圳校区管委会承担；
2. 参赛单位的队服、餐食、租车等费用由各参赛单位承担。

（工作联系人：深圳校区管委会康红姣老师，0755-23260156，15920329617；航空航天学院赵宇航老师，0755-23260045，18825276406。）