

# 第二十三届大学生社团文化节活动方案

(太白湖校区)

## 一、“足下风云起·门前笑语飞”趣味足球赛

**承办单位:** 足球协会

**参与对象:** 全体社团成员

**活动类别:** 竞赛竞技类

**活动要求:** 以个人形式参赛，共三项。第1项：定点射门挑战。距离球门5米处，设左、中、右3个射门点；选手依次从3个点射门，全部射进则进入下一关。第2项：带球绕桩竞速赛。8个标志桶直线排列（间距1.5米），选手用脚内侧带球绕桩，成功绕完一个来回即可进入下一关。第3项：颠球比赛。选手在1平方米区域内连续颠球5次（可用脚、大腿、胸部，禁止用手）即可过关，球落地即停止则重新计数。最终按照完成用时进行排名，用时短者排名靠前。

**活动报名:** 参赛选手于10月16日8:00至10月17日20:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入QQ群：1062566635，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人:** 房嘉俊 18354773853

**邮 箱:** 2215573542@qq.com

## 二、“武动乾坤·精气神韵”武术展演

**承办单位：**武术协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**风采展示类

**活动要求：**以团体形式参赛（不超过10人/队），每人限参加一个节目。节目需动作美观连贯、合理利用场地与背景音乐、节奏清晰、内容创新、技术动作有表现，时长为3至5分钟。

**地点与时间：**11月10日19:00，大学生活动中心

**活动报名：**参赛选手于10月18日8:00至20:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1017473256，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**程悦 19555372811

**邮 箱：**15151666014@163.com

### 三、“解密实验密码”实验室开放科普教学活动

**承办单位：**智创先锋社

**参与对象：**全体社团成员（重点面向大一、大二学生及无实验室经验学生）

**活动类别：**风采展示类

**活动要求：**限报 18 人，额满即止。参与者需提前 10 分钟到达实验室门口，签到并听取安全讲解。严格遵守实验室管理规定，服从指导老师和助教的指挥，未经允许不得触碰任何非本次实验用的仪器药品。实验期间保持安静，有序操作，注意个人和他人安全。穿着实验服，建议穿长裤和不露脚趾的鞋子。实验室准备防护手套，必要操作时需要全程佩戴。

**活动报名：**参加活动的同学于 10 月 17 日 8:00 至 18:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：170944586，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**孙睿志 19353827752

**邮 箱：**1668543531@qq.com

#### 四、“轻羽飞扬·逐梦球场”趣味羽毛球赛

**承办单位：**极光羽毛球协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人形式参赛。活动分为两关。第一关：左右开弓。参赛者左右手各执一羽毛球拍颠球，左、右手球拍依次颠球，连续颠球 10 次计入第二关（如中间羽毛球掉落地则重新计数）。第二关：跑步颠球。参与者需颠球沿羽毛球场半场长侧走一个来回，在规定时间内回到起点且球未落地即为成功。若球落地，则需回到起点重新开始。最终按照完成用时进行排名，用时短者排名靠前。

**活动报名：**参赛选手于 10 月 18 日 8:00 至 20:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动QQ群：1035601075，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**赵晨言 19806171788

**邮 箱：**Wx2950444028@qq.com

## 五、“科创赋能·笔筑新途”模拟创新计划书撰写比赛

**承办单位：**科创竞赛社

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**主题引领类

**活动要求：**以个人或团队形式参赛（不超过5人/队）；计划书需紧扣科创主题，含项目背景、实施方案、可行性分析，1500字以上，严禁抄袭，重复率超过30%的作品视为无效，取消参赛资格。参赛者需于10月25日18:00前将计划书交至指定邮箱，逾期无效。

**活动报名：**参赛选手于10月18日8:00至18:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1065334359，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**李安语 15315374086

**邮 箱：**3286704171@qq.com

## 六、“汉字争霸”书写比赛

**承办单位：**普通话协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**采取个人线下答题形式，地点将在 QQ 群内另行通知。参赛者需自备黑色中性笔、橡皮擦等书写工具；试题以“汉字与拼音”综合测试为主，汉字含书写、识别、理解及运用，拼音含听音辨字、拼写、语音辨析。通过随机抽题并在规定时间内完成。参赛者需遵守比赛规则，如发现作弊行为将取消参赛资格。

**活动报名：**参赛选手于 10 月 18 日 8:00 至 18:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：1060966766，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**陈莎莎 19555371860

**邮 箱：**2660714478@qq.com

## 七、“语你相伴·声动我心”外语配音比赛

**承办单位：**外语协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人形式参赛，分初赛与决赛；初赛需于 10 月 22 日 18:00 提交线上配音视频（时长不超过 3 分钟，录制格式为 mp4，高清 1920×1080 横屏拍摄，大小不超过 500MB，含外语字幕，命名格式为“学院+年级专业班级+姓名”）至指定邮箱。决赛含“自备视频配音”“指定视频配音”两个环节，评委现场打分。

**活动报名：**参赛选手于 10 月 19 日 8:00 至 20:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：1059780910，相关事宜将在群内通知。

**联系人：**于存硕 19735371500

**邮 箱：**1269876176@qq.com

## 八、“博闻慎思·笔撰新知”学术征文比赛

**承办单位：**医学实验创新协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**征文围绕医学科研主题撰写，抒发对医学科研的认识与感想，字数不超过 2000 字。严禁任何形式的抄袭、剽窃他人成果，如存在虚假信息或发生著作权问题，取消获奖资格，并由作者承担相关责任。电子版征文需于 10 月 23 日 18:00 前发送至指定邮箱。

**活动报名：**参赛选手于 10 月 20 日 8:00 至 20:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：942532516，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**黄选 19743328786

**邮 箱：**2713916192@qq.com



## 九、“医路逐光·青春夜跑”打卡活动

**承办单位：**风启田径协会

**参与对象：**全体社团成员，需根据自身健康状况自愿报名参加，有基础疾病（如心脏病、哮喘）者建议谨慎参与。

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**活动以个人形式参赛，为期 21 天。参赛者需每日晚间（18:00-21:00）完成 1 公里夜跑，跑步路线不限（建议选择校园内照明良好、人流较少的路段），避免夜间独自前往偏僻区域；使用 Keep APP 记录跑步过程，并保存跑步截图。将截图发送至活动 QQ 群进行打卡。根据 21 天结束打卡记录，跑步次数及完成度进行评奖。

**活动报名：**参赛选手请于 10 月 20 日 8:00 至 20:00 通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：602361907，相关事宜将在群内通知。

**联系人：**孙子恒 15855791378

**邮 箱：**3355643804@qq.com

## 十、“青创者说”大学生创业指导沙龙

**承办单位：**青年创业者协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**风采展示类

**活动要求：**参与者需提前 15 分钟到场签到，按引导就座。

活动期间将手机调至静音，不随意接打电话；活动中参与者需尊重讲师与他人，不中断发言，不发表无关言论，活动分为“创业痛点吐槽”破冰、案例研讨与一对一互动三个部分；互动提问环节需举手示意，待邀请后简洁表达疑问，不占用过多时间；活动现场参与者需保持场地整洁，不丢弃垃圾，活动结束后有序离场，主动填写反馈表，助力后续活动优化。

**活动报名：**参赛选手于 10 月 20 日 8:00 至 20:00 期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1012498901，相关事宜将在群内通知。

**联系人：**赵子慧 18615151190

**邮 箱：**1643285894@qq.com

## 十一、“识我之旅”自我认知成长营

**承办单位：**心理健康协会

**参与对象：**全校学生

**活动类别：**品牌培育类

**活动要求：**活动含“微笑定制”泡沫球笑脸绘制、“指尖巧思”扭扭棒创意制作和“情绪图谱”毛线串联画三个环节，引导参与者在创作中觉察情绪、释放压力，收获内心的平静与愉悦。参与者提前 15 分钟到达指定地点参加活动，活动全程不可找人代替，一经发现取消参与资格；涉及绘画、手工等创作环节，需规范使用道具，避免染料泼洒等情况；作品内容要积极向上，合乎社会正能量，互相尊重他人创作，严禁取笑、质疑或贬低他人作品。

**时间与地点：**10 月 25 日 10:00-12:00，大学生就业创业赋能中心

**活动报名：**参赛选手于 10 月 23 日 8:00 至 22:00 期间通过“到梦空间”APP 报名。并加入活动 QQ 群：823189045，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**张钊崇 18933115667

**邮 箱：**3191629402@qq.com

## 十二、“飞花逐韵·诗意传承”第十一届国学达人挑战赛

**承办单位：**国风文学社

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**主题引领类

**活动要求：**以个人形式参加，包括初赛和决赛，初赛环节：采用书面答题的形式，根据笔试成绩得分排名，选拔优秀选手进入决赛。决赛为现场比拼，决赛环节包括：必答题、抢答题、风险题、飞花令，根据最终成绩分别授予奖项。

**活动报名：**参赛选手于10月23日8:00至20:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：605631230，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**栾烨堃 17854820927

**邮 箱：**2090063574@qq.com

### 十三、“医脉文心”文化传承与创新系列活动

**承办单位：**读者协会

**活动对象：**全校学生

**活动类别：**品牌培育类

**活动要求：**（一）“薪火相传，医路启航”——明德弘医情景剧展演

**活动要求：**以小组形式参与拍摄情景剧，成员需自行组队，完成组长推选、角色分配工作，把控排练进度。学生团队创作剧本需围绕经典医德故事、历史名医事迹、现代医学人文故事等，融入现代医学背景，增强时代感与共鸣感，传递多元医学文化内涵。初赛评委将围绕作品的原创性、思想性、创新性与艺术性进行综合打分，先筛选出优秀作品晋级决赛；决赛阶段，结合优秀作品的线下展演情况，评定出一、二、三等奖。

**活动报名：**参赛选手于10月22日8:00至22:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1070552514。

（二）“光影青春，绘意年华”——大学生生活创意漫画征集活动

**活动要求：**以个人形式参赛，参与者将自己对专业学习历程、对学业人生的思考和在大学生活的经历，通过妙手勾画，独特想象绘写自己的成长光谱。作品统一在A4尺寸纸张创作，作品必须为手绘原创作品，禁止抄袭或打印。将作品于10月30日晚19:00-20:00交至图书馆一楼服务台，标注“作品名称+年级专业班级+姓名+学号”。最终由评委根据作品的艺术性和创新性评出一、二、三等奖。

**活动报名：**参赛选手于10月23日8:00至22:00期间通

过“到梦空间”APP 报名。参加活动人员加入活动 QQ 群：1032893506。

联系人：张文希 19522685114

邮 箱：zwx\_official@163.com

#### 十四、“知艾防艾·识毒禁毒”健康知识竞赛

**承办单位：**青春健康同伴社

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人形式参赛，活动参与成员需携带手机准时到达教室完成答题，考题内容包括艾滋病防治综合、检测、治疗与阻断知识及毒品的识别、禁毒相关法律法规等方面的知识。比赛将通过学习通考试进行，按照成绩进行排名，成绩相同则用时短者排名在前。参赛者在规定时间到达指定教室后以线上答题的形式进行。

**活动报名：**参赛选手于10月24日8:00至18:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：973214295，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**李萌 13012938598

**邮 箱：**1986934254@qq.com

## 十五、“四时儒风·本草为伴”中医药养生文化体验

**承办单位：**荷韵杏林科创协会

**参与对象：**全校学生

**活动类别：**品牌培育类

### （一）“杏林健康”中医体质辨识科普志愿服务活动

**活动要求：**结合“秋季防燥养肺”主题，开展科普讲解与体质辨识体验；设置“中药辨识互动区”，通过实物标本讲解常见中药性味与功效。

**活动报名：**参加活动人员于10月18日8:00-23:00在到梦空间APP报名，并加入QQ群：1045068107，相关事宜将于赛事群内另行通知。

### （二）“小中医养成记”沉浸式中医药文化研学志愿服务活动

**活动要求：**志愿者针对研学的小朋友和家长进行中医药文化宣讲，包括中医文化墙、中药标本、儒医精神等；展示外治针灸推拿等手法；在弘扬中医药文化的同时增进对中华优秀传统文化的了解与认同。

**活动报名：**参加活动人员于10月27日8:00-20:00在“到梦空间”APP报名，并加入QQ群：1060994106，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**王亚卓 19205480701

**邮 箱：**3011094467@qq.com



## 十六、“人体奥秘·健康科普”第三届生命科学馆讲解比赛

**承办单位：**健康科普协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**主题引领类

**活动要求：**活动分为初赛与决赛两个阶段。初赛定于基础医学院报告厅举办，参赛选手需围绕生命科学馆部分场馆开展讲解工作，讲解内容须确保准确无误，语言表达需流畅自然；赛事组织方将根据选手现场的综合表现，严格评选并确定晋级决赛的选手名单。晋级决赛的选手需前往生命科学馆现场进行实地讲解，最终将结合选手在实地讲解中的内容呈现、语言表达、现场应变等综合表现，评选出一、二、三等奖若干名。

**活动报名：**参赛选手于10月28日8:00至20:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：180153626，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**白小艺 19861231005

**邮 箱：**19861231005@139.com

## 十七、“跃动青春·‘排’出精彩”趣味排球赛

**承办单位：**排球协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人形式参赛。比赛分为两关。第一关：限时垫球。参赛选手 2 分钟内连续垫球，垫球高度需超头顶，手臂击球积 1 分，身体其他部位击球积 0.5 分。第二关：九宫格发球。在对方场地贴出九宫格，每个格子标注 1~5 分不同分值（中心区域分值最高）队员站在发球线后发球，球落入对应格子得相应分数，出界或未过网不计分，每名参赛选手三次机会。两关得分总和高者排名靠前。

**活动报名：**参赛选手请于 11 月 5 日 8:00 至 11 月 6 日 20:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：791816952，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**尹小丫 18963582717

**邮 箱：**3285325487@qq.com

## 十八、“声韵悠扬·乐奏华章”音乐才艺展演

**承办单位：**爱乐协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人或团队（不超过6人）形式参赛，形式不限于乐队、歌唱、器乐表演，每人限参加1个节目。作品需满足主题鲜明、内容健康向上的要求，能够传递积极正向的价值观，同时所有参赛节目所需的背景音乐、伴奏音频等均需由参赛者自行准备（建议提前存储为MP3、WAV等通用格式，避免现场因格式问题影响演出），乐器类表演除公共提供的基础设备（如舞台、麦克风）外，特殊乐器也需自行携带。赛事流程分为初赛与决赛两个阶段，初赛将对所有参赛作品进行初步筛选，晋级者可进入决赛阶段展开最终比拼。

**活动报名：**参赛选手于11月8日8:00至11月9日18:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1065181859，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**李昕怡 15965081607

**邮 箱：**2955189361@qq.com

## 十九、“揽梦苍穹·扬帆起航”杏林喜乐汇

**承办单位：**曲艺话剧社

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以团队形式参赛（每支队伍不超过 10 人），作品需主题鲜明，内容健康向上，展现大学生的青春风采。表演形式包括戏剧、曲艺等传统艺术形式，也可结合生活实际进行创新，节目时长为 8~10 分钟，超时将影响评分。节目所需的背景视频、音频、道具、服装等物料均需由参赛队伍自行准备，建议提前调试相关设备以保障现场呈现效果。活动最终将通过专业评审筛选出不超过 10 支优秀队伍进入展演环节。

**活动报名：**参赛选手于 11 月 8 日 8:00 至 18:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入活动 QQ 群：1062875180，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**任悦淼 19567612345

**邮 箱：**2960157597@qq.com

## 二十、“跃动启航·舞动青春”舞蹈比赛

**承办单位：**跃动青春舞社

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人或团队形式（人数不限）参赛，舞蹈类型包含爵士、k-pop、h-pop；参赛人员需严格按照通知时间到达指定展演场地，不得迟到、缺席；需穿着与舞蹈风格适配的服装，避免佩戴尖锐饰品，确保展演安全与视觉呈现效果；节目所需的背景视频、音频、道具、服装等物料均需由参赛队伍自行准备。展演结束后，评委组将依据节目编排、动作完成度、舞台表现力等维度综合打分，按最终成绩评定奖项。

**活动报名：**参赛选手于2025年11月11日8:00至20:00期间通过“到梦空间”APP报名，并加入活动QQ群：1056700125，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**董佳妮 15553037545

**邮 箱：**3379288436@qq.com

## **二十一、“乒力全开，赛出精彩”趣味乒乓球赛**

**承办单位：**乒乓球协会

**参与对象：**全体社团成员

**活动类别：**竞赛竞技类

**活动要求：**以个人形式参赛，比赛分两关。第一关：趣味颠球（限时 1 分钟）选手手持球拍，在 2m×2m 的区域内颠球 1 次计 1 分，若球落地可捡起继续，1 分钟结束后统计总得分。第二关：精准投球（3 次机会），在距离塑料桶 2 米处，选手用球拍将球“推挡”进桶。投进 1 次计 10 分，3 次投球结束后统计该关总得分。两关比赛结束后，将两关得分相加得出个人总得分，按总得分从高到低进行排名；若出现总得分相同的情况，则比较第一关趣味颠球的实际用时，用时更短者排名更靠前。

**活动报名：**参赛选手于 11 月 12 日 8:00 至 11 月 13 日 18:00 期间通过“到梦空间”APP 报名，并加入 QQ 群：967700573，相关事宜将于赛事群内另行通知。

**联系人：**张景昊 18053359027

**邮 箱：**3899874980@qq.com