# 健身休闲社——毽绳

#### 工作总结

 **在2019-2020学年，社团参加和举行了以下活动：**

1. 百团大战

 在新学期伊始，为提高同学们的综合素质，丰富课余生活，活跃校园文化，我校学生社团工作部于9月11日举行社团招新活动。我社也积极参与到招新活动中，为社团招募了很多新鲜血液。

1. 首都高校第二十七届大学生毽绳比赛

2019年12月1日我社派出代表队代表学校参加首都高校毽绳比赛，我们此次参赛的项目主要是团体长绳、团体花样跳绳以及各类毽绳单人项目，我社社员们在于秀玲老师的指导下进行了为期近两个月的刻苦训练，训练过程中难免会出现一些伤病状况或是各种各样的技术问题，但在于老师的帮助下我们都一一克服了，最后在比赛中我们也取得了不错的成绩！

以下为2019年首都高校毽绳比赛中我校在比赛中的成绩：

周欢 女子3分钟速度耐力单摇跳第五名

刘彤 女子60s双膝磕踢第五名

团体花样跳绳第三名

团体体育道德风尚奖

(3) 赛后总结大会

2019年12月3日在首都高校毽绳比赛刚刚结束的时候，我们就在于秀玲老师的带领下，举办了赛后总结大会，旨在从这次比赛的表现中吸取经验和教训，力争在下次比赛中能取得更加优异的成绩！在会上大家就此次比赛的个人表现及团队表现进行了踊跃的发言和热烈的讨论，于老师也对我们的不足之处予以指出，表现优异的地方予以表扬，并对我们下次比赛寄予厚望，社员们深受鼓舞！