

学生拓展活动总结发言(汇总10篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

学生拓展活动总结发言篇一

xx年xx月xx日下午□xx大学化学化工学院14化工班全体同学在团委和班委的带领下，在xx公园开展了以“践行社会主义核心价值观”为主题的素质拓展活动。这次活动，一方面为了加深同学们对社会主义核心价值观的认识；另一方面要达到“破冰”的效果，让同学们迅速融入到14化工这个集体中。

活动之前，我班团支书赵xx就此次活动，采访了院团委xx老师，薛老师对我们的策划提出高度赞扬，她强调：作为一个组织团队，素质拓展活动首先体现的是友善，这也是最贴近社会主义核心价值观的。让新生们在一块迅速融合，通过在活动中发现问题，彼此分享感受，实现团队的共同进步。

活动开始后，我们先以小组为单位，各小组成员间通过一些自发组织的活动相互交流，相互认识，以达到“破冰”的效果。“真心话大冒险”、“才艺大比拼”……通过这些简单的小游戏，短短的几分钟内，各组成员之间便加深了认识。接着，在班委的领导下，组与组之间也活动开来，同学们很快地就在游戏中融入了这个班级，这个集体。

在素拓进行的同时，团委组织同学进行“我与核心价值观合个影”活动，同学们都很积极，争先恐后地与宣传展板合影。“我要做一个友善的美汉纸”，王玥同学不乏幽默地

说，“我从前给人的感觉总是很强悍，总是被称作女汉子，通过这次活动，我认识到了自己的不足，就算是个汉子，我也要做个友善的美汉纸”。

活动中，我们还收到了来自13级学长学姐送来的寄语，这些充满期待的话语，让我们更加深切地感受到我们化学化工学院是个团结的有爱的集体，也让我们在前进的道路上，信心满满！活动结束后，我们班同学自发“签署”《化工宣言》，写下自己对四年大学生活的憧憬，写下自己前行的目标，写下自己奋斗的宣言！这一句句铿锵有力的话语，将是我们前行路上的指示牌，引导我们走向成功的彼岸！

通过这次素质拓展活动，我们班同学成功“破冰”，开始融入到14化工这个大家庭中来，也在活动中正确地认识和感悟到了社会主义核心价值观的真谛。接下的四年中，我们14化工将坚定不移的践行社会主义核心价值观，以一个爱国、敬业、诚信、友善的面貌去达到我们班级的富强、民主、文明、和谐！

学生拓展活动总结发言篇二

沟通创造价值、勇气谱写意义、合作通往成功、学习引领成长

星期六：

- (1) 团队拓展训练活动（上午空中项目；下午地面项目）

XXXX昆仑生态园

- (2) 晚宴及篝火晚会（西夏城：黄河金岸）

- (3) 住宿：体育运动训练管理中心宾馆

星期日：

上午集体浏览灵武水洞沟：

- (1) 参观史前旧石器时代的考古遗址博物馆
- (2) 亲近芦花谷风光美景
- (3) 抚摸明长城苍桑岁月
- (4) 浏览大峡谷如入仙境
- (5) 坐看红山湖，静观水岸城
- (6) 坐驴车，骑骆驼，享山野风情
- (7) 外敛内诡“藏兵洞”，古今中外“红山堡”

中午在龙泉山庄吃午饭，午饭后乘车返回

(一) 着装统一：

上衣：由市场部提供的统一的白色或蓝色t恤

鞋子：第一天必须穿便于运动的运动鞋

(二) 运输工具：两辆豪华大巴（标识为“一号车”和“二号车”）

一号车共36人：主负责人1名、副负责人1名、分片召集人5名

二号车共35人：主负责人1名、副负责人1名、分片召集人3名

因工作需要自驾3人：必须在上午8:00前到达拓展训练基地

(三) 时间纪律：活动期间全程实行军事化管理，请大家严格遵守时间和纪律：

(1) 上午全体人员必须在上午6:15前准时集合，点名后将准时于6:30出发，迟到不候。迟到者将会影响所在单位在本次活动的绩效评价。

(2) 上午8:00准时在拓展训练基地开始拓展活动。

(3) 拓展活动期间必须严格服从教练要求，除活动允许豁免的情况外，任何队员不得以任何借口逃避活动要求。违反者将视情况扣除其所在单位在本次活动中的绩效评价。

(4) 拓展训练之外的任何集体活动，都要遵守所在车辆负责人员的指挥，不得无组织、无纪律、擅自行动。因为不遵守团队纪律而造成的任何后果，由本人承担。

(5) 要求全体人员在整个活动过程中保持自律，充分展现尊老爱幼、文明和谐、团结友爱的精神风貌。

(四) 本次训练活动结束后，将在八个参加单位中评选出一支在各方面表现都非常优的“卓越团队”。中选单位将获得20xx元的奖励和获奖证书一份。

破冰游戏、空中断桥、空中抓杠、空中钢索、生死电网、急速60秒、冰河沉船、驿站传书、盲人方阵、过沼泽、团队升华。

学生拓展活动总结发言篇三

在大学里，我们不光学会的是知识和技能，更重要的是学习怎样去生存，懂得生存的意义。今天本站小编给大家整理了大学生素质拓展活动总结，仅供参考。

“天行健，君子以自强不息，地势坤，君子以厚德载物”意思是：天道的运行刚健强健，相应于此，君子应刚毅坚卓，奋发图强；大地的气势厚实和顺，相应于此，君子应增厚美德，容载万物。

为了适应21世纪人才培养的需求，加强大学生素质教育，培养现代化建设需要的知识结构合理、能力强、素质高，富有创新精神的专门人才，认真落实大学生素质拓展计划，工商管理专业(1)班全体同学于20xx年3月12、13号开展了一系列素质拓展活动，并取得圆满成功。

此次活动总结有以下三点：

一、信任同伴、相信团队

信任同伴、相信队长是我们融入团队，开展工作的基础。我们的“信任背摔”项目就让大家学会信任同伴、相信团队。在队员的口号中：“准备好了吗？”“准备好了！”“我要倒了，”“来吧！”感动了很多原本胆小的同学，使他们忘记了恐惧，放心地把自己交给了大家，因为我们相信彼此。我们每个人在工作中都离不开同事的帮助和支持，只有充分信任自己的同伴，相信自己的团队，他们在你需要帮助或孤立无援时才会给你最无私、最真诚的支持，我们在这个团队中才会有归属感和责任感，才会抛弃一切杂念，全身心投入到工作中去。

二、战胜自我、挑战自我

每个人都有自己脆弱的一面，只有不断挑战自我、战胜自我，我们才能够战胜一切困难。在我们的人生中，我们也会遇到很多近在眼前的机遇，只要我们勇于挑战自我，勇敢的跨出第一步，我们的人生就能前进一大步，才能更好的将本属于自己的机会牢牢抓住。正如教练说的“桥上一小步，人生一大步”。

而且每个人都有巨大的潜力可开发，可我们自己往往忽略了自己的潜力，拓展虽说加强了团队间的凝聚力，但更重要的是让自己清楚地认识到自己的能力。同时我们也要相信自己，成功永远属于有自信的人，一个获得巨大成功的人，首先应该是自信的。自信使不可能变为现实。一分自信，一分成功，十分自信，十分成功。生活给我们无数个坑洞，当我们陷入其中努力往上攀爬时，自信成了此时的考官，我们只有拥有自信才能找到自己的潜能，挖掘超越极限，走出黑暗的坑洞，让温暖的阳光划破冰峰的自己，交上满意答卷。

三、团结就是力量

团结就是力量，团结就是希望。只要大家团结一致、齐心协力就一定能克服所有的困难。通过这次拓展过程中最大的收获就是让我们加深了我们彼此的关系，更深一层地增加了男女同学之间的友谊。这次活动使我们了解到“没有完美的个人，但是可以有完美的团队”。

生活中、工作中没有一帆风顺的路，它也许正如我们此次拓展培训一样，充满挑战、充满艰辛。这次拓展培训让我们深刻体会到了团队的力量是巨大的，并且成功必须同时属于团队的每一个成员。如果没有团队里每一个成员相互协作、共同努力，很多事情是难以完成的。这次的训练还使大家亲身感受到了“人的潜力是无穷的”。世上无难事，没有什么不可能完成的任务；人最大的敌人就是自己，所以战胜自己就是取得成功的第一步！决不轻言放弃，多一些勇气和毅力，很多机会就不会轻易放弃，要相信自己，你就是最棒的！

晃眼间，大学生生活的头半年就已经接近尾声了，在担任了支部的素质拓展委员一职半年后，我深刻体会到身为班干部以及做好一份工作的不易。在这半年中，我虽然没犯大错，但在工作过程中也有不少小的疏忽，在此，我将做出如下总结：

在学年刚开始的时候有不少同学积极参加了各个学院开展的

活动，例如外国语学院与信息工程学院举办的有关于英语方面的比赛，虽然没有取得什么成绩，但参与度很高。

然而，在接二连三的参加的活动中，同学们都未获得回音，便对各个院系举办的活动产生了怀疑，积极性受大了极大的打击，所以，在后期的工作中，无论怎么宣传，同学们都无动于衷。我想，这也许是我个人宣传不到位，作为我院各个支部人数最少的部门的班干部，我觉得工作难度不小。

在班级活动中，我收获了感动，不少同学主动承担了活动场地的布置与事后的打扫，会场的布置也花费了他们不少的心思，有的同学则主动担任了ppt的制作和放映。

在校级的创业大赛中，由于我个人的失误没有监督报名的同学写好策划书导致我支部在此次活动中丧失提升自我价值、培养自身能的绝好机会，对此我在例会上做出了检讨，并对同学们做出了解释。保证在以后的活动中将不会再次出现类似情况。

对于后阶段开始我支部参加活动的积极性有明显下滑的现象，我也将采取一些补助方法，例如在同学们自愿报名了以后，我将提醒他们一定要活动参加活动，不能言而无信，一会一个样。对于没有人愿意参加的特大型活动，我将听取班委会意见，按照同学们制定的班规选取一定的人员参加。

在这半年里，我感受到了集体魅力，让我有信心和决心将这份工作做下去，尽自己最大的努力为理学院素质拓展部的发展尽自己一份绵薄之力。

新学期伊始，经会计学院团委各部门通力合作，我院第一期大学生户外素质拓展活动于3月20号在北区田径场顺利举行并画上了圆满的句号。

大学生素质拓展活动是以开发大学生人力资源为着力点，进

一步整合并深化教学主渠道，并促进学生提高综合素质的各种活动和工作项目，在“思想政治与道德素养”、“社会实践与志愿服务”、“科技学术与创新创业”、“文体艺术与身心发展”、“社团活动与社会工作”、“技能培训”等六个方面引导广大学生完善智能结构，帮助同学们全面成长成才的素质教育工程。

在本次大学生素质拓展活动中，我们充分根据实际情况，设计规划出了一系列活动项目，如：四人三步走，七人六点跃，合力吹气球，百发百中等小游戏。由于这是团委第一次承办此类活动，所以作为试行，我们只邀请了会计学院团委主要学生干部参加第一期的活动。

经全体成员的努力，本次活动办的很成功。整个活动主要以简单易行且极具趣味性的游戏为主，同学们在游戏过程中都能充分地认识到自身潜能，增强自信心，改善自身形象；而且克服心理惰性，磨练战胜困难的毅力；启发想象力与创造力，提高解决问题的能力；由于我们做到了每个人都参与到了其中，让每一位同学都认识到群体的作用，增进对集体的参与意识与责任心；改善人际关系，学会关心，更为融洽地与群体合作。而经过这次活动，我们也确实达到了预定的要求和目标，同学们在玩的同时也学习到很多东西。

这次活动，在一定程度上来说我们是达到了预定的目标的，但同时也暴露了一些问题。在活动结束时，团委书记罗维老师在对同学们的讲话中指出了我们的不足之处。首先我们缺少了一个幽默风趣，足智多谋能够担起重任的主持人；而后，由于我们活动是以小组为单位进行的，导致我们一些同学在活动中就过于关注自己所在队伍，而忽视其他队伍在活动中的表现。罗书记指出，这次活动办的是很成功的，并希望我们能将这个活动办的越来越大，活动项目越来越丰富。要把这个大学生户外素质拓展活动办成我们会计学院发展第二课堂的主要阵地，办成我们会计学院的品牌项目。

有了这次活动的成功经验，我们会计学院的第二期大学生户外素质拓展活动也将在不久后举行。并且我们会不断地壮大这个队伍，而且在不断的创新中把大学生户外素质拓展这项活动办的越来越好。打造成我们会计学院的品牌项目，吸引更多的同学和其他二级学院的同学加入。

学生拓展活动总结发言篇四

在大一新生刚刚开始大学生活之际，正是班级凝聚力成型，大学价值观领悟的关键时刻。为此，交通学院心理学研会举办户外素质拓展活动。

二. 活动目的

第一，帮助同学们融入集体，提高团结协作能力，加强班级凝聚力；

第二，丰富大学课余时间，体会大学魅力。

三. 活动主题：

热爱班级，体验凝聚。

四. 活动时间及地点：

11月3日-11月4日图书馆东面

五. 活动安排

(一) 前期策划宣传工作

3. 各班心理委员于10月31日(星期三)晚10:00之前，将本班报名人员名单发送至cslgjyxlxyh@□

(二) 活动组织

1. 11月1日(星期四)组织部将报名人员统计分组，安排活动时间，并通知各班心理委员。
2. 组织部安排活动各时段负责人和负责部门，负责部门须提前十分钟到场，参与正常活动组织，突发情况应对及器材交接收集。

(三) 活动环节

1. 主持人开场
2. 爱的抱抱(热身活动)
3. 队形队旗设计(团队意识)
4. 珠行千里(团队协作)
5. 无轨列车(团队协作)
- 6.....
7. 感谢参与，结束语。

六. 活动反馈

七. 活动经费

八. 注意事项

2. 每场活动结束后，负责部门须收集好活动器材；
3. 如遇下雨，则活动推迟，时间另行通知。

学生拓展活动总结发言篇五

20xx年11月3日，由我校研究生院、党委研工部举办的20xx级研究生新生干部培训班在思念果岭素质拓展基地进行了为期一天的素质拓展培训活动。来自各个院系的新生干部190人及院系辅导员，研工部负责老师参加了拓展活动。通过训练，学员们锻炼了意志，提升了团队协作精神，提高了业务素质，接下来，让我们看看拓展现场吧。

军训环节拉开了整个训练的序幕。所有队员需认真听从教官的指示站军姿、左右看齐。训练过程中，一个人动作出错，所在团队的所有成员必须共同接受惩罚。军训练习提高了整个团队的纪律意识，提升队员的执行力，要求所有人统一行动步伐，严肃团队纪律。

在教官的带领下，同学们组建成了9个队伍，经过二十分钟的讨论，每个队伍制定出各自团队的口号、对歌、队旗，并做队列展演，最后完成的三个队伍成员要接受惩罚。团队的组建使团队文化更加深入人心，提升了大家的团队意识，增强了成员彼此间的交流。

本环节，各队成员要前后围圈，互相蹲坐在队友腿上，既要在规定的三十分钟内保持造型，还要经受住教练的突袭。围圈蹲坐训练增强成员的目标感，淬炼坚毅的品格，使队员之间互相支持，磨练团队协作意识。

成员们要将一根绳子编织成网，并在网上空弹动起足球，每队弹起次数最多者获胜。绳子编织成的网就像是成功的基础，扎实的基本功是成功的关键，做事情前要理清头绪，三思而后行，注重团队分工，提高工作效率。

成员按照地图上的数字行进，进入雷区就要原路返回，下一个成员需牢记前面的同学所经过的雷区由哪些，避免雷区，找寻新路。在学习工作中，要勇于创新，敢于探索未知领域，

善于总结经验教训，成员间要做到准确的信息共享。

在跨绳游戏中，成员要运用力量优势，在不接触绳子的前提下，将队员运送至安全地带。团队目标的达成离不开每个成员的努力付出，面对困难，成员应迎难而上，发挥主观能动性，思考解决办法。

经过一天的训练，大家累并快乐着，所有成员合影留念，分享在活动中的感悟。

本次素质拓展活动提升了新生干部群体的整体战斗力，培养了大家克服困难的毅力、敢于挑战自我极限的勇气和精诚合作的团队意识。相信在今后的学习生活中，研究生干部将以更加饱满的热情和态度为同学们服务，实现自身价值。

学生拓展活动总结发言篇六

素质拓展训练虽然过去已经很久了，但回想起和队友们共同度过的短短一天不到的时间，心情依旧是那么激动。它不仅仅是一次简简单单的素质拓展活动，更是一次有意义的增强团队合作、增进团队友谊的交流互动！整个活动中，我们相互帮助、相互支持、相互信任，成功地完成了各项任务！闭上眼睛仿佛又能看见队友们那亲切的笑脸，鼓励的眼神。在我们团队里的成员各有各的特色：领导风范、智多星、尽心尽力、展现自我、任劳任怨、永不言败、小心谨慎……真希望还有机会和你们一起再组成团队，去征服那一个个未知的困难！我们信任相互、互相鼓励、互相配合，跨过了断桥、完成了背摔、走铁轨、爬救生墙……每一项活动做完之后，教练都会组织团队畅谈体会并逐一点评，将每项活动的深层意义都揭示出来，使我们每个人得到了思想觉悟和心理素质的提高。爬救生墙项目我个人认为是拓展训练最有创意和最有效的培训项目。一开始我们接受任务时简直是一片茫然，不知所措，真的难以想象，一个团队的成员不能借助任何工具都要爬过2米多的救生墙，不过我们一起开动脑筋、寻求创新、

积极沟通；我们还和其他小队的成员一起完美地完成了最后求生的项目。真的很让人佩服，团结就是力量啊！在这些项目中，课本上的教条变成了活泼生动的案例，我们深刻理解了计划、组织、协调与控制这四大管理职能在完成团队的目标中缺一不可。

素质拓展训练给了我们许多启迪，团队精神、合作意识、创新思维、战胜自我等等，这些都是我们做好学习和工作的关键。素质拓展训练打破了传统的教育模式，它并不灌输你某种知识或训练某种技巧，而是设定一个特殊的环境，让你直接参与整个教学过程，在参与的同时，去完成一种体验，进行自我反思，获得某些感悟：

一是团队的力量大于个人力量之和，并且成功必须同时属于团队的每一个成员。团队的力量是巨大的，有很多事情必须同时属于团队的每一个成员。团队的力量是巨大的，有很多事情必须靠团队里每一个成员相互协作、共同努力才能完成。

二是真切体会了“人的潜力”是深不可测的这样一个道理。当你完成了原先想都不敢想的事时，就觉得自己还是很棒的。世上无难事，没有什么不可能完成的任务，人最大的敌人就是自己，所以战胜自己就是取得成功的第一步。

三是决不轻言放弃。你体会到，能多一些勇气和毅力，很多机会就不会轻易放弃，面对机会要勇敢去把握，要相信自己。今日的自我一定会更好。

四是学会换位思考，对人要多设身处地替他人着想，对事要换一个角度思考，多一份理解，多一些协商。

总而言之，素质拓展活动留给我更多的是思考和体会。希望以后还有更多类的活动。

学生拓展活动总结发言篇七

为了深入贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育意见》文件精神，提高大学新生的综合素质，提高大学生的团体认识，使每一位成员进一步的认识团队的重要性，让其学会感恩，对身边的人与事物充满爱。

提高综合素质，培养团队精神，爱在我们身边

早上----报告厅

下午----旧篮球场

晚上----活动中心（团委）一楼大厅

20xx年11月6日（上午九点到晚上10点）

全校新生代表【学生会成员优先】（预计300人）

杨富钧

上午

1、心理宣讲【11月6号上午9：00—10：30，报告厅（暂定）】

1. 活动意义：做一次深入同学们内心世界的宣讲（用事例、典型视频等做铺垫）

2. 所需物品：多媒体教室一间，老鹰的成长经历视频□ppt□相机，背景音乐

2、不可完成的任务【11月6号上午10:30---11点40】

在规定时间内分组收集规定物品（物品：两只鞋，一套晚礼

服，一顶保安帽子等等（待定）。

下午12：30—17：00

3、团队展示【下午12:30到13：00报告厅】

展示团队风貌包括，队名，队形，队歌，口号等。

4、集体意识【下午13：00—14：00，旧篮球场】

3. 所需物品：扩音器，矿泉水，纸杯，藿香正气液，相机2部

3. 所需物品：扩音器，网绳，气球，矿泉水，纸杯，藿香正气液，相机2部。

6、南极浮冰【15：30—16:30，旧篮球场】

晚上

2. 活动意义：此项活动目的旨在，让各位参与此次素质拓展的同学深入感受学会感恩是多么的重要，让他们学会爱护身边的每一个人，学会感谢身边的每一个人，让他们从此不再漫无目的的学习生活} ——此项目半小时的分享时间。

1. 总负责人：冯金龙、杨茂、闫琦、杨富钧

2. 活动主持人：薛姣（暂定）

3. 各队助理：待定（各助理不能参加活动）

4. 考勤：办公室

5. 摄影：新闻中心

6. 新闻稿：新闻中心

7.ppt□文娱部

8. 宣传：宣传部

9. 人员组织：各部门负责人

10. 会场准备工作：体育部、权益部、

11. 现场秩序：全体助理及工作人员

12. 扩音器（音响）：文娱部

13. 矿泉水：生活部

14. 纸杯：生活部

15. 眼罩：权益部

16. 报告厅的借还：学习部

17. 会场的清理：全体学生成员

1. 矿泉水4桶（8元/桶）=32.00元；

2. 纸杯4袋（7元/袋）=28.00元；

3. 音响100元（或者扩音器）

4. 黑色布条（用于生命之旅）=70元

5. 胶带（用于穿越生死网）=4元

6. 横幅=70元

合计=204.00元

1. 每一活动项目必须要有专人负责每一个步骤；
2. 天气下雨将活动延后；
3. 活动过程中的人员安全问题（若遇到头晕的同学给藿香正气液）；
4. 预备扩音器的电池；
5. 报告厅的提前落实；
6. 确保各项活动相关准备工作事宜；
7. 整个素质拓展结束之后，将教室里的相关设备还原复位。

1. 活动前期准备必须在周四前完成；
2. 在活动前两天给各大二部长开会；
3. 活动前期宣传由宣传部在食堂门口（展板及横幅）；
4. 生命之旅的路线由杨富钧及大二助理设计，路线障碍全为自然障碍；
5. 视频与背景音乐收集好之后提前两天交杨富钧处核实。

学生拓展活动总结发言篇八

在大一新生刚刚开始大学生活之际，正是班级凝聚力成型，大学价值观领悟的关键时刻。为此，交通学院心理学研会举办户外素质拓展活动。

第一，帮助同学们融入集体，提高团结协作能力，加强班级凝聚力；第二，丰富大学课余生活，体会大学魅力。

(一)前期策划宣传工作

3. 各班心理委员于10月31日(星期三)晚10:00之前, 将本班报名人员名单发送至cslgjyxlxyh@□

(二)活动组织

1. 11月1日(星期四)组织部将报名人员统计分组, 安排活动时间, 并通知各班心理委员。

2. 组织部安排活动各时段负责人和负责部门, 负责部门须提前十分钟到场, 参与正常活动组织, 突发情况应对及器材交接收集。

(三)活动环节

1. 主持人开场

2. 爱的抱抱(热身活动)

3. 队形队旗设计(团队意识)

4. 珠行千里(团队协作)

5. 无轨列车(团队协作)

6.....

7. 感谢参与, 结束语。

1. 各班心理委员需确保报名人员全部准时到场参与活动, 如遇突发情况, 需提前一天向组织部部长刘梦瑶请假; (2013年元旦班级联欢活动策划书)

2. 每场活动结束, 负责部门须收集好活动器材;

3. 如遇下雨，则活动推迟，时间另行通知；

学生拓展活动总结发言篇九

为丰富我信息学院学生会成员的精神文化生活，增进学生会各部门间的团结与感情，巩固学生会成员“相亲相爱一家人”的思想信念，进一步加强学生会的整体凝聚力，特举办本届学生会内部素质拓展活动。

友谊、合作、拼搏

素质拓展活动旨在加深大家对学生会成员的了解，同时也为大家提供一个强身健体，提高个人素质的机会，营造一个宽松、良好的交流氛围，通过相互合作，培养团队合作意识。充分利用了山东科技大学信息学院学生会的优势，激发同学们的团队协作能力。此次活动所需经费少，易操作，能够在保证同学们安全的同时让同学们放松自我，调节身心。

20xx年x月x日8：00—12：00

繁星广场

前期宣传：

- 1、在活动方案批准下来后，尽快申请物品。
- 2、11月x日联系宣传部出一期板报及若干海报对本活动进行宣传。
- 3、11月x日统计各部门成员的名单及人数，并且通知到个人
- 4、准备活动道具（若干报纸、胶带剪刀、呼啦圈、音响等）
- 5、场地申请（繁星广场）

6、工作人员简单培训，分工

7、比赛前联系新闻部，准备对比赛进行报道

7: 30工作人员到达繁星广场，进行一些准备

8: 00参加人员在繁星广场集合

8: 15开始进行拓展活动

12: 00活动结束

分组组团（8: 00—8: 15）

参加人员依部排好，依次报数1—5，数1的同学为一队，数2的同学为二队，数3的同学为三队，数4的同学为四队，数5的同学为五队。

（一）直呼其名（25—30分钟）

目的：让学生会部门各干事相互认识，相互熟悉，在以后的工作中能够更好的相互合作。

规则：

1、让队员们围成一个圈，逐个介绍自己，尽力让其他人记住自己的名字。

3、最后一个队员完成后，由任一队员拿一个网球，抛给任一同学，接到球的同学需要喊出扔球同学的名字，如若不知道，则会被惩罚。注意事项：抛网球时要注意安全，不能砸到队员。

（二）呼啦圈游戏（30—35分钟）

规则：每组队员手拉手围成一个大圈，将呼啦圈套入其中，让队员依次钻过，到第一个队员为止，以比赛形式进行。然后增加难度，让队员把一只手从胯下与后面队员拉手并围成一个圈，然后在进行上述游戏。游戏过程中不能松开手。

注意事项：活动时会有工作人员监督并保护，以防止队员们摔倒。

（三）无敌风火轮（40—45分钟）

目的：让参赛成员学会合理分配资源，加强团队合作与沟通，体会心灵的默契是团队合作的最高境界。

规则：

- 2、所有成员站在大轮子内，逐渐向前移动
- 3、前行过程中，报纸不能破损，否则停下立刻粘好报纸
- 4、最先到达终点的队伍胜出。

（四）坐长城（25—30分钟）

目的：调动大家的活动积极性，考察队员间的团结协作互信精神
规则：各队所有队员围成一圈站立，要求每个人的脚尖顶着前边人的脚跟，紧凑站立。主持人一喊“坐下”，各队队员立即坐下（即坐在后边的人的膝盖上）。此游戏可各队同时进行，依各队坚持时间的长短定胜负。

此次活动主要是为了加深学生会成员之间的了解，培养他们的团

结意识与合作精神。因此，活动安全第一。工作人员必须熟知活动规则，确保每一位参加者的安全。参加者必须遵守活动规则。工作人员需把握好时间，确保每项活动各组能够同

时进行。

信息学院团委

信息学院学生会生活部

20xx年x月x日

学生拓展活动总结发言篇十

一系列有组织和广泛影响的团日活动。

这次活动以了解社会，服务社会为主要内容，以形式多样的活动为载体，引导同学们走出校门，积极为社会作贡献，为创建更美好的西安而努力。现将具体内容向院团委及学生会汇报如下：

活动之一：校外活动-----擦洗过街天桥，宣传创卫精神

“擦洗过街天桥，宣传创卫精神”工作。

我们的活动还引起了西安电视台的关注，他们进行跟踪报道和拍摄，在采访到我的同学时，一句“踏踏实实创卫，票漂亮亮做人”道出了我们此次活动的目的与意义。这次活动同时得到了西安市创卫办和小寨街道办事处的大力支持，在这里我们团支部也要向他们致以诚挚的谢意！

活动从下午2：00一直进行到5：00结束，经过我们擦洗的天桥面貌焕然一新，同学们和路人都露出了灿烂的笑容。

活动之二：校内活动-----擦洗报刊栏，还知识一片宁静的眼睛

为了把创卫精神在校园内传播，树立“身边无小事，处处需

创卫”思想，我们支部成员(部分因为同学需要在酒店实习而没有参加)于5月31日上午擦洗了长安大学雁塔校区的报刊栏，让我们的知识更加明亮。当时在看报纸的师生赞叹不已，甚至询问我们是哪个学院哪个专业的`学生。看到被我们擦拭一新的报刊栏，我们笑在脸上，乐在心里。

活动之三：总结活动-----活动总结与讨论

为了总结此次团日活动成果，分析活动中存在的不足，以便进一步完善，我们及时对活动效果、活动意义进行了总结，大家积极发言，勇敢批评，并分工合作将活动写成文字总结以便支部存档和上报组织。

总体来说，我们这次以“美化西安，从我做起”为主题的团日活动，各个阶段的活动都十分成功，成功的原因我们总结为以下几点：

1、准备较充分

“凡事预则立，不预则废”在这次活动中得到了充分体现，正是因为有了详实的考虑、周全的计划和充分的准备，这次活动才有了成功开展的前提。如我们提前几天和创卫办的工作人员商量，并且在活动开始之前我们就有了详细的计划及活动部署。

2、密切配合

多方面的积极协助和努力，是活动得以完成的保证。如在活动中我们需要的用水问题就是由创卫办的工作人员帮助安排的市容洒水车和军区服务社的支持；还有小寨街道办事处的大力支持，西安电视台等媒体的关注以及同学们积极主动的参与等。

3、分工具体安排合理

在活动没有开始之前，领队就已经将工具、劳动任务合理分配，同时也注意到宣传组织及工作时间的协调。事后，同学们普遍反映良好。

4、活动影响范围大

我们除了在校内做好团日活动，同时将其扩展到校外，并配合西安创卫工作，倡导“绿色家园”思想，在校内外都发挥了很好的社会效益，很好的向路人与同龄人宣传了环保的思想，并引起了电视台的关注和社会的好评。

5、活动全面深入

从初期活动内容的确定到联系相关部门，宣传组织同学进行分工，一直到校内外工作的全面开展及高质量的完成，后期总结讨论，充分做到了理论联系实际，并且升华了理论，提高了同学们的思想认识。

在成功的背后，我们也认真反省思考了我们的不足。

1、场面有点混乱。活动虽然经过具体分工，详实安排，但在实际过程中由于人数较多，场面有点混乱，个别成员没有完成自己的分工。

2、安排上存在不足。主要体现在活动中个别支部成员不够积极，对分配的任务不能及时保证质量的完成，这与管理和分工上的失误有一定关系。

3、时间有些仓促。这主要是由于创卫办在5月30日(星期一)上午才最终确定我们的活动时间。校内部分由于与我们专业的部分同学酒店实习冲突，因此不能全员参加。

1、活动虽然小，却含义深远，反响良好，充分体现了大学生参加社会公益活动，为城市市容卫生建设尽一份微薄之力的

心愿。

2、这次活动紧扣着提高大学生思想政治的主要任务，坚持理论联系实际，提高社会实践的针对性、时效性、吸引力和感染力，充分调动了各方面的积极性，努力形成社会支持大学生社会实践的良好局面，并且使我们大学生通过参加社会实践，了解社会认清国情，增长才干，奉献社会，锻炼毅力，培养品格，使团日活动这一社会实践成为大学生思想政治教育的有效途径。

3、这次活动紧紧围绕“美化西安，从我做起”的创卫口号，在校内外开展的一系列有实效性的活动，并进展顺利，影响广泛，取得了圆满的成功，也达到了预期的目的。

4、这次活动也充分锻炼和教育了我支部成员，在校园全面贯彻中央16号文件的大背景、大氛围下使我支部的理论水平又提升了一个新的层次。

5、这次活动我们以最小的费用高质量的完成了具有实践意义的团日活动。

(共计65元)

1、活动摄影费(胶卷与冲洗)45元

2、活动工具损失费(损坏水盆及拖把各一)12元

3、计划书、总结书等打印费8元

团日活动日程安排

1、5月25日—5月27日前期准备工作，包括联系市创卫办，小寨街道办等，商定活动内容，活动时间。

2、5月28日支部团日活动动员大会并讨论分工安排

- 3、5月30日完成“擦洗过街天桥，宣传创卫精神”校外活动
- 4、5月31日完成“擦洗报刊栏，还知识一片宁静的眼睛”校内活动
- 5、6月1日审核总结报告并上报院团委

活动过程具体分工

- 1、活动策划：查xx
- 2、前期准备及动员：查xx
- 3、活动过程摄影：李x
- 4、活动过程打字：姜x
- 5、活动负责人：校外---查xx校内---辜xx
- 6、团日活动总结：班团委讨论阎x[]刘xx执笔，查xx修改完成
活动过程摄影