

大学生破冰活动心得体会 大学生破冰活动策划书(优质9篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

大学生破冰活动心得体会篇一

一. 活动目的及意义：

1. 通过精彩有趣的游戏环节加深德协新老成员及新成员之间的了解，增进成员之间感情。
2. 为接下来的训练营活动营造轻松和谐的气氛，帮助后面活动顺利开展。
3. 作为协会第三轮面试(训练营活动)至关重要的一部分，为协会提供观察，筛选协会新成员的机会。

二. 活动主题：训练营破冰

三. 活动负责人：罗斌斌(主负责)，孙悦琦。

四. 活动时间：_年十月六日早晨8:40至早晨9:35.

五. 活动地点：天山堂某多媒体，活动桌椅教室b106

六. 活动参与者：德鲁克管理研究会所有新老会员(共约五十余人)

七. 活动形式：团队游戏

八. 活动内容：

游戏：大瞎话

游戏时间：早晨8:50--9:40 游戏操作：

由一个人担任“瞎子”，戴上眼罩。左边的同学给他指在场参与者，并问他(她)可不可以。当“瞎子”说可以时，摘下眼罩。“瞎子”有三次机会来猜刚刚选中的人。三次没猜中，“瞎子”抽取节目单表演一个节目。若“瞎子”猜中了，则被选中的人抽取节目单表演节目。“瞎子”由参与者轮流担任。

九. 活动流程：

8: 40--8:45主持人上场作开场白，简要介绍破冰活动流程。

8: 45--8:50主持人介绍游戏规则，大家按预先分好的两个小组分开。 --8:53罗斌斌和温康超分别开始组织活动，控制场面。(由一个人担任“瞎子”，戴上眼罩。左边的同学给他指在场参与者，并问他(她)可不可以。当“瞎子”说可以时，摘下眼罩。“瞎子”有三次机会来猜刚刚选中的人。三次没猜中，“瞎子”抽取节目单表演一个节目。若“瞎子”猜中了，则被选中的人抽取节目单表演节目。“瞎子”由参与者轮流担任。)

注：由于游戏具体环节无法精确确定时间，需要游戏主持人场上灵活控制，但必须保证在9:40之前结束，以避免影响下一环节的节目。

十. 前期工作安排：

1. 奖品购买----周明康---5号下午六点前

3. 通知主持人协调准备---罗斌斌---5号中午12点前

十一. 注意事项:

1. 为了保证游戏公正性，若某小组冷场，工作人员可发动全场倒数五个数字。
2. 工作人员与主持人应注意时间控制。
3. 在场工作人员应留心营造紧张，激烈的气氛。
4. 本策划书应复印一份在5号中午之前送交主持人处，方便活动整体安排。

十二. 应急预案：若出现突发状况，或游戏条件不符合，可酌情采用游戏b

十三. 经费预算:

- 十四. 预期效果:
1. 各新老成员情绪比较亢奋，现场气氛活跃。
 2. 各成员之间的了解增进，陌生感消除。

附： 游戏b□一块钱、两块钱

游戏性质：破冰

游戏内容:

- 1、根据男女学员不同比例，比如男生远远大于女生比例的话，女生就当“2块钱”而男生则是“1块钱”；如果女生比例远远大于男生的话，女生就当“1块钱”而男生则是“2块钱”。
- 2、根据主持人说的钱数，所有学员组成相应的数字，没组成符合要求的数字的，均被淘汰。比如，主持人喊7块钱，所有

学员就组成一个小组，这个小组所有人的面值加起来应该是7块钱，没有组成小组的学员将被淘汰。

3、剩下的人继续组合，直到4-5人为止，游戏结束，可以给剩下来的人颁发奖品。

游戏操作：

8:40--8:45 主持人开场白

8:45--8:50 主持人讲解游戏规则，大家打乱站到场地中央。

8:50--8:58 主持人喊出九，工作人员将失败者带离场地。

8:57--9:05 主持人喊出七，工作人员.....

当场上只剩下不到十人时，游戏结束，工作人员发放小奖品。

注：这个游戏可能只需一轮，也可能有时间玩两轮，总之一定要按时结束，不得影响下一活动进行。

大学生破冰活动心得体会篇二

大学生青年志愿者协会是一个促进社会和谐发展的组织，吸引了越来越多的大学生参与其中。我作为一名大学生志愿者，在过去的一年里，参加了许多青协活动，这给我留下了深刻的印象和宝贵的体会。在这篇文章中，我将分享一些我在大学生青协活动中所得到的心得体会。

第二段：参与青协的初心和感受

作为一名大学生志愿者，我最初的初心是希望能够为他人尽一份力量。通过参与青协活动，我有机会去帮助那些需要帮

助的人，同时也能够结识到更多的朋友，拓宽自己的社交圈。在这些活动中，我深刻感受到了志愿者们们的团结协作和无私奉献的精神，这让我对志愿者这个身份感到骄傲和自豪。

第三段：提升自我价值和能力的过程

参与大学生青协活动不仅仅是为了帮助他人，同时也是一个提升自我价值和能力的过程。在一些社区服务、环境保护和文化推广的活动中，我学到了许多实践的技能和知识。在组织活动的过程中，我锻炼了自己的团队协作能力和组织能力，学会了如何高效地与他人沟通合作。这些经历不仅丰富了我的大学生活，也为我将来的工作和社会实践奠定了坚实的基础。

第四段：感悟社会责任和奉献精神的重要性

通过大学生青协活动，我意识到自己是社会中的一员，应该肩负起自己的社会责任和义务。我们的社会需要更多志愿者的加入，来关心弱势群体、保护环境，推动社会发展。作为一名青年，我们应该发挥自己的力量，积极参与到社会志愿活动中。同时，大学生青协活动也培养了我的奉献精神，让我明白真正的快乐来自于帮助他人，而不是单纯的追求个人利益。

第五段：给予大学生青协的建议和展望

最后，根据我在大学生青协活动中的经验，我想给予更多大学生一些建议和展望。首先，我们应该坚持参与青协活动，并且要有持之以恒的精神，不仅仅是一时的热情。其次，我们要多多学习和提升自己的专业技能，这将有利于我们更好地为社会做贡献。最后，我们要保持积极向上的心态，不仅要帮助他人，也要不断完善自己。希望在未来的日子里，能够有更多的大学生参与到青协活动中，为社会的发展献出自己的一份力量。

总结

大学生青协活动让我得到了很多，既提升了自己的素质和能力，也让我感悟到了社会责任和奉献的重要性。我希望通过我自己的亲身经历，能够鼓励更多的大学生参与到青协活动中，为建设和谐社会贡献自己的一份力量。

大学生破冰活动心得体会篇三

一、活动背景：

20__年开学，春意盎然，正是踏青春游的好时节。通过本次春游活动，在领略优美的景色的同时，促进本部部员之间的交流，营造和谐融洽的集体氛围，丰富同学们的校园生活，陶冶情操。

二、目的：既为全体成员营造一种轻松自由的气氛，又可以加强部员们的集体意识和感情交流。

三、活动类型：旅游类

四、活动主题：“团结互助，增进友谊”

五、活动时间：清明节之后(初定)

六、活动地点：武汉植物园

七、活动对象：全体院纪检部成员(自愿)

八、活动内容：

1、为了组织参加活动的同学们这次春游活动，提前确认旅游地点，了解旅游线路和相应的价格。

2、为了便于活动的开展，提前做好一切的准备工作。在出游人数的统计方面，我们本着自愿的原则。由各组对参加的人员进行登记报名.再汇总,然后进行统一安排。

3、查阅相关资料，了解我们这次活动的路线和具体的行程安排及安全保障问题。

4、确定好时间后在学校南门集合(时间要说早一些，因为有人会迟到)，准时出发前往目的地，然后进行观赏和游玩。

5、翌日返回，结束此次春游活动。

九、活动要求：

1、出发前由负责人做好有关出游方面的宣传，提醒同学们不要私自离队，凡事都要集体行动。

2、各部员要自行准备好随身必备物品，充分做好出游准备。

3、在出游过程中，行为举止要大方得体，不要在公园里大声喧哗，乱扔垃圾，破坏公物和损坏环境。

4、期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，以便于处理好应变工作。

5、大家所带的食品一定要卫生干净，以免出现不必要的问题。

十、突发情况应对措施：

1、如果活动当天出现恶劣天气，不能如期正常出行，则活动时间改期，事后再议，并及时通知给每一个人。

2、若在游玩过程中出现身体不适或突发情况时，应及时联系负责人，并及时进行处理。

十一、备注：其他的部分再根据实际情况进行补充。

十二、经费预算：门票15元/人，其他费用待定。

大学生破冰活动心得体会篇四

第一段：介绍青协活动的背景及重要性（200字）

青年志愿者协会（青协）是大学生参与社会公益活动的一个重要平台，旨在增强大学生的社会责任感和公民意识，培养其奉献精神和团队合作能力。作为一名大学生志愿者，我积极参与了青协的活动，并且从中获得了宝贵的经验和体会。在青协活动中，我不仅能够服务社会，还能提升自我，实现个人价值，因此，青协活动对于大学生发展具有重要意义。

第二段：参加青协活动所带来的积极影响（200字）

通过参与青协的活动，我亲身体会到了服务他人的快乐和成就感。在社区义务劳动中，我和志愿者们一起清理街道垃圾，为社区居民提供一个整洁、美丽的环境。通过陪伴孤寡老人，我感受到了他们对于陪伴和关心的渴望，也增强了自己的人文关怀。参与支教活动，我发现教育的力量，看见了孩子们灿烂的笑容，更加坚定了自己对教育事业的热爱。同时，参与青协活动也提高了我的组织能力和创新意识，掌握了一些实际操作技能，提升了我未来就业的竞争力。

第三段：青协活动对大学生个人成长的意义（300字）

参与青协活动不仅是为了服务他人，也是为了培养自己的各项能力。首先，通过与队友合作完成一项项任务，我发现团队合作对于取得成功的重要性，学会了倾听他人意见，提出合理建议，并且不断完善自己的能力。其次，我也学到了如何与不同背景、不同需求的人相处，提高了我的沟通能力和

人际交往能力。在面对挫折和困难时，我学会了坚持不懈，勇往直前，克服了内心的恐惧和顾虑。青协活动让我不断地学习和成长，提高了自信心和自我管理能力。

第四段：青协活动对大学生未来发展的启示（300字）

青协活动帮助我树立了正确的人生观和价值观，让我更加明确了自己的人生目标和方向。通过参与各种社会公益活动，我更加深刻地理解到，个人的成长和幸福不仅仅取决于个体的努力和成功，更需要通过奉献和回报社会来实现自己的价值。我将把参与青协活动积累的经验 and 体会应用到未来的工作和生活中，不断努力实现梦想。无论在哪个领域，哪个岗位，我都会带着志愿者的精神，用爱心和热情去面对挑战，为社会进步做出应有的贡献。

第五段：总结青协活动对大学生的重要意义（200字）

青协活动为大学生提供了一个充分展示自己才能和贡献社会的平台，通过参与青协活动，我深切体会到了服务他人的快乐和成就感，培养了团队合作能力和人际交往能力，提高了自我管理能力和创新意识。青协活动塑造了我正确的人生观和价值观，让我更加明确了自己的人生目标和发展方向。因此，大学生青协活动不仅对于个人成长发展具有重要意义，也对于社会的进步和发展起到了积极的推动作用。

大学生破冰活动心得体会篇五

第一段：引言（大约200字）

作为大学生，参加青年志愿者协会（简称青协）活动是一种对社会的回馈，也是一种提升自己的机会。在此次的青协活动中，我有机会参与到社区义务劳动和志愿者服务中去，亲身感受到了参与公益活动的乐趣和意义。通过这次活动，我深刻明白了青年志愿者的责任和使命，并对自己的未来志愿

者之路有了更深刻的认识。

第二段：参与义务劳动（大约300字）

社区义务劳动是我们参与的第一项活动。我们来到一个陈旧破旧的小学，为这个略显荒废的校园进行打扫和清理工作。最初，我们面对校园内的杂草丛生和杂乱无章的设备时感到有些无从下手，但是在大家相互鼓励和配合帮助的氛围中，我们迅速找到了自己的角色，并开始了紧张而有序的工作。最后，我们用辛勤的努力让这个校园变得清爽宜人。在这个过程中，我体会到了政府援助、社会组织媒体宣传的重要性，同时也增强了自己的团队合作意识。

第三段：开展志愿者服务（大约300字）

在社区义务劳动之后，我们开始了志愿者服务活动。我们来到了养老院，陪伴着这些孤寡老人度过愉快的时光。在和老人们的交谈中，我深深感受到他们内心深处的孤独和温暖，他们对我们的到来感到无比开心和感激。通过这次活动，我认识到作为一名志愿者，我们所做的不仅是物质上的帮助，更是心灵上的陪伴和慰藉。我也深深意识到，只有践行社会主义核心价值观，才能真正为社会做出贡献。

第四段：心得体会（大约200字）

通过参与青协活动，我学到了很多知识和技能，也收获了很多感悟。我意识到，志愿者活动不仅仅是个人的奉献，更是一种人际关系和社会责任的体现。通过与社区居民和老人们的交流，我深深明白了尊重、理解和关爱的重要性。志愿者服务不仅是给他人带来帮助，更是给予自己内心的满足和成长，让自己更具社会责任感和爱心。

第五段：回顾与展望（大约200字）

通过这次青协活动，我深刻地认识到了志愿者服务的重要性和意义，也对青年志愿者的未来充满了期待。作为一名大学生，我将积极参与更多的志愿者活动，继续为社会贡献自己的力量。我希望借助志愿者的平台，发挥自己的特长，不断提升自己的能力和素质。同时，我也期待更多的大学生能够加入到青协的队伍中，共同创造更美好的未来。

总结（大约100字）

通过这次参与青协活动，我明白了志愿者服务的重要性，同时也认识到了自身的发展需求。我会借助志愿者的平台，不断提升自己的能力和素质，为社会贡献更多的力量。我期待着大学生青年们积极参与志愿者活动，共同为社会的进步和发展做出贡献。

大学生破冰活动心得体会篇六

龙华烈士陵园由邓小平同志题写园名，位于龙华寺西侧。这里原为淞沪警备司令部旧址和龙华革命烈士就义地，解放后，作为革命烈士纪念地予以保护，20世纪90年代初与上海烈士陵园合并建设，素有“上海雨花台”之称。烈日炎炎的暑期，我们小队来到了这里。

一进龙华烈士陵园，看到由邓小平爷爷所提的几个大字“龙华烈士陵园”，顿觉一种庄严沉寂之感油然而生。原本正嬉笑着的。我们，一下安静严肃了起来。历史的一幕幕又浮现在眼前，大家不禁感受到了先烈们“一腔热血勤珍重，洒去犹能化碧涛”的英雄气概。

怀着崇敬的心情，我们慢慢看过一座座栩栩如生的雕像，一块块刻满了英雄志气的字碑，又让我们感到“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”的澎湃激情。走进看守所，目睹着烈士们以“囚犯”的身份所待的监牢，感觉就是阴森恐怖，到处是一股发霉的'味道，到现在都久久不散。阴暗潮湿的牢房

中间只有一条狭长的通道，两旁的牢房里更是暗无天日。一件小房间里竟要有六个床铺，上面只有一层薄薄的席子，有的甚至没有！

瞻仰一路，我们得知：被关在此的革命先辈们是很少被狱卒们放出来“放风”的。烈士们在此饱受折磨，身心受到摧残，却还是毫不畏惧，坚贞不屈。这是处在安逸和平年代的我们无法体会的，对在温室里长大的我们青少年而言，这种精神非常值得学习和继承。我们为烈士在如此环境下的铮铮铁骨而深感崇敬和自豪，对他们的付出换来我们今天的幸福生活而无比感激！

走出陵园时，凝视“丹心碧血为人民”这几个大字，心里对它有了更深的了解，心头涌上来的是一种更为复杂和沉重的感情。是啊，这里的每一位烈士，都是一座不朽的丰碑，他们一心一意为人民的崇高精神，将像烈士幕前的长明火一样永远燃烧在每一个中国人心中。我们作为新一代祖国的栋梁，更应继承他们的遗志，为祖国的发展开拓进取，勇往直前！

大学生破冰活动心得体会篇七

最近，本校社团联合举办了一次大学生包粽子活动。这是一项非常有意义的活动，旨在传承中华民族的传统文化，让大学生们更好地了解粽子的历史和制作过程。通过亲自动手包粽子，我深刻体会到了团结合作和传承民族文化的重要性。

第二段：分享包粽子的经历和感受

在活动中，我们被分成小组，每个小组有专门的老师进行指导。刚开始，我还有些焦虑和紧张，因为我从未包过粽子。但是，随着老师的指导和同伴们的帮助，我渐渐找到了包粽子的诀窍。一边包粽子，一边和同伴们交流，我感到自己融入了这个集体。最终，我们包好的粽子并不完美，但是充满了我们的心意和热情。

第三段：反思活动对自己的影响

通过包粽子这个活动，我认识到了团队合作的重要性。在包粽子的过程中，我们要互相配合，协调行动，才能顺利完成任务。这让我认识到在现实生活中，一个人的力量十分有限，只有团队的力量才能真正展现出来。此外，包粽子的过程也增强了我的耐心和细致观察力，因为每个步骤都需要仔细操作，不能有丝毫马虎。

第四段：活动意义和文化遗产

大学生包粽子活动不仅仅是一次简单的手工体验，更是对中华优秀传统文化的一次传承。粽子作为中国传统的美食，有着悠久的历史和丰富的文化内涵。通过包粽子，我们不仅仅是在学习一门手艺，更是在传承中华民族的传统文化。活动本身就是一种对中华民族传统文化的尊重和保护，让年轻一代更好地了解并接受这些传统文化，将其传承下去。

第五段：对未来的思考和展望

通过参加大学生包粽子活动，我深刻认识到了文化传承的重要性。作为当代大学生，我们不能只沉浸于自己的学业，更要关注身边的传统文化，传承下去。我希望能够利用自己的力量，将更多的传统文化积累起来，保护好我们的民族文化。此外，我也将会积极参与更多的文化活动，通过亲身经历来了解、学习和传承更多的传统文化。

在这次大学生包粽子活动中，我不仅仅学到了手艺，更是体验到了传统文化的魅力。通过团队合作，我和同伴们共同完成了包粽子的任务，给我们留下了深刻而美好的记忆。同时，我也意识到传承民族文化的重要性，希望能够将这份热爱传承下去，让我们的文化更加丰富多彩。通过亲身参与和学习，我相信我能够做到这一点，并为传承民族文化贡献自己的力量。

大学生破冰活动心得体会篇八

大学是人生中一个非常重要的阶段，这个阶段不仅是学习，也是我们进行社交活动的非常重要的时期。在这个时期，我们不仅可以结交到很多有趣的朋友，还可以借此机会了解到更加广阔的世界和更加丰富多彩的文化。然而，在大学生交友活动中，我们 also 需要注意一些细节和注意事项，才能更好地获得交友的机会和成果。下面，我将分享一些我在大学生交友活动中所得到的心得体会。

第一段：认识新朋友是一项非常重要的任务

在大学生交友活动中，我们需要意识到一个重要的事实：认识新朋友是非常必要的。只有通过与不同的人建立联系，我们才能拓宽自己的人际关系网，获取更多的机会和资源。因此，我们需要积极地参加各种活动，比如社团、运动会、歌唱比赛等等，以便认识更多志同道合的朋友。

第二段：积极主动的态度是关键

在大学生交友活动中，积极主动的态度非常重要。如果我们总是在等待别人来认识我们，我们可能会错过很多机会。因此，我们需要主动地参加各种活动，并且积极地与别人交流。我们可以通过打招呼、聊天等方式来主动认识新朋友，这样才能增加我们的“曝光率”，让更多人了解我们。

第三段：寻找共同兴趣是相互交流的基础

在大学生交友活动中，找到共同的兴趣爱好可以是新朋友之间相互交流和了解的基础。如果我们与别人有很多共同的话题和兴趣，我们就可以通过讨论和交流来增进彼此的了解和好感。因此，我们需要在交友过程中注重找到共同之处，以便更好地与别人建立联系。

第四段：保持真我是非常重要的

在大学生交友活动中，保持真我非常重要。如果我们试图假装自己是别人喜欢的类型，那么最终可能只会让自己陷入尴尬的境地。相反，如果我们能够坦诚地表达自己的意见和想法，并且保持自己的本来面目，那么我们就能获得更多真诚的友谊。只有在相互尊重和理解的基础上，我们才能够建立真正意义上的友谊。

第五段：结交新朋友并不是最终目的

最后，我们需要认识到一点：交友并不是我们的最终目的。相反，交友只是我们个人成长和发展的的一部分，我们还需要在学术、职业、家庭等方面获得更多的成果。因此，在大学生交友活动中，我们需要把握好平衡，既要认真对待交友，也要注意发展其他方面的能力。

总之，在大学生交友活动中，我们需要保持积极主动的态度，注重找到共同点，保持真我和平衡发展，才能获得更好的成果和人生体验。同时，我们也需要相信：通过不断地发展自己，我们一定能够遇到更多志同道合的朋友，并且在这样的关系中获得人生的美好。

大学生破冰活动心得体会篇九

说实话，如今社会，我们需要有像雷锋这样的人物，“雷锋精神”也应该成为我们人人内心中的一部分。但我觉得，我们没必要做得像雷锋那样，关键在于我们所拥有的能力。我们只需按照自己内心的想法，按照符合社会公德的去做了。现在还记得李开复的老师说过的一句话：“知道什么是makeadifference吗？假设有两个世界，一个世界中有你，一个世界中没有你，让两个世界的不同最大化，最大化你的影响力，这就是你一生的意义。”这句话的意义非常深刻，它的意思就是：你要实现你作为人生的价值与意义。如果有你没你

的世界是一样的，那么你的存在就毫无意义了。这里的世界可大可小，大可以大到整个世界，小可以小到你的朋友圈、亲人圈等。所以说，在这个社会上，我们所做的任何事，都要对得起自己的内心。不要认为一件小事就不可以成就自己，只要我们坚持下去，那么一件件小事积起来可就是一件伟大的事业了。真的是这样，“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”从身边的事做起，从亲人、朋友身上做起。从今天起，按照自己的内心想法去做，虽然会不能像比尔盖茨发明了视窗而造福全世界那样伟大，但要记住，：不要去羡慕别人，你要做最好的自己！

总之，学习雷锋好榜样，尽量做最好的自己。不管小事大事，只要自己的行为能够影响到别人，影响到这个世界，为人们、为世界能够改变点什么，那我们就成就了自己一生的意义。