# 大学生三走活动总结

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2024-10-01

*大学生三走活动总结总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，写总结有利于我们学习和工作能力的提高，是时候写一份总结了。我们该怎么写总结呢？下面是小编为大家整理的大学生三走活动总结，供大家参考借鉴，希望可...*

大学生三走活动总结

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，写总结有利于我们学习和工作能力的提高，是时候写一份总结了。我们该怎么写总结呢？下面是小编为大家整理的大学生三走活动总结，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生三走活动总结1

为了响应教育部、团中央联合发布“走下网络、走出宿舍、走向操场”的号召，我院xx学院从4月15日开始，举办了为期一个月的阳光体育活动月。在活动月期间，我院开展了一系列的户外体育锻炼活动，既增强了同学们的团队合作意识，也丰富了广大同学的业余文化生活。

我院在活动月中开展了拔河比赛、篮球赛和室外拓展训练。其中室外拓展训练是我院的一个经典活动，此项活动是与我院校企合作单位“加拿大达内集团”共同举办。经过学院与达内集团的精心策划与筹备，分别在计算机科学与技术专业与电气与电子专业举办了两场拓展训练。在活动开始前，老师们向每组队员宣读比赛规则，并选出每队队长。之后每队分别做出团队展示，喊出自己的团队口号。在每场拓展训练中包括了考验团队成员反应能力的《大树，松鼠，猎人》游戏，增进团队成员之间默契的《蛟龙出海》游戏以及提高团队成员思考能力的《解套》游戏。

通过这次野外拓展训练，让同学们懂得了团队协作的重要性，增强了同学们的团队合作意识。同学们纷纷表示一个优秀的团队必须有明确的目标，只有设定明确的目标才能使一个团队产生共同的行动方向和行动力，一个完美的团队都要以团结为核心思想，心往一起想，劲往一起使。拓展训练虽然结束了，但同学们一定会继续发扬团队精神，在以后的学习、生活、工作中加强团结协作。同学们还表示此次活动不仅仅是一种简单的训练，而是一种文化、一种精神、一种理念；同时也是一种思维、一种考验、一种气概。最后，我院团总支书记梁xx老师为同学们做了活动总结，并与xx集团的工作人员合影留念。

此次阳光体育活动月，丰富了学生的课余文化生活，让同学们在体育项目中锻炼自己，在拓展训练中升华自己，我院将会把这种活动长期的开展下去，将“三走”活动纳入到我院团总支的长期工作中，在体育活动中树立同学们的价值观，从小事做起，培养广大同学们的社会主义核心价值体系，为我院培育出更多德智体美劳全面发展的优秀人才。

大学生三走活动总结2

20xx年，共青团中央、教育部、国家体育总局、全国学联联合下发《通知》，决定在全国高校范围内全面启动和广泛开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题群众性学外体育锻炼活动。新学期伊始，XX院研14级多个党支部响应党和国家的号召，开展了“三走”系列活动。

在20xx级辅导员秦XX致活动开场词后，活动正式开始。当天早上6:30，全体师生在东区门口集合，大家兴致勃勃、整装待发。本次健步走活动的路线车辆稀少、道路通畅，全程距离大约为8公里，学生会在途中安排了多处服务点，以满足大家的不时之需。在旗手的带领下，老师和同学们共同出发。伴着清晨的第一缕阳光，同学们的心情都非常激动，纷纷表示这样集体健步走的机会实在难得。在途中，宋书记的鼓励和慰问更是给同学们带去了前行的动力，刘佳宝老师也与院学生会工作人员在行进过程中负责大家的人身安全。老师们和工作人员的认真负责使得整个健步走活动进行的有条不紊。此外。活动还赢得了市民们的句句称赞，他们表示希望能够看到更多这样的活动。9:30，全体师生安全返校，健步走活动顺利结束。

健步走活动结束之后，XX学院在西区篮球场举办“阳光操场，健美身姿”主题活动，数名团委学生会干部携20xx级全体学生参与了此次主题活动。

活动分为“协调小测试”、“活力健美操”、“体能巧锻炼”等三个环节。活动伊始，我院学生会女生部部长苏XX向新生们强调了加强体育锻炼对自己身心健康的益处，并教给大家一些测试身体协调能力的动作，大家纷纷学习和模仿，现场气氛顿时活跃起来。在“活力健美操”环节中，20xx级健美操队队员蒋XX和王XX则教给大家一些如踏步、开合跳、吸腿、踢腿等健美操的基本动作，并在动作的连贯中锻炼大家的反应速度，同学们积极参与，乐在其中。最后的“体能巧锻炼”环节中，苏XX则给同学们示范了许多瑜伽中的经典动作，并告诉同学们说：“瑜伽不仅可以舒缓身心，经常练习还可以塑身减肥。”

最后的重头戏是XX学院组织开展的“活力青春，阳光赛场”球类竞技比赛，在学生中掀起了走出宿舍、走向操场、强身健体的新高潮。

本次竞技比赛分为乒乓球和羽毛球两个专场，均采用11分制和三局两胜制规则。比赛分为男、女单打两场，经过初赛的激烈比拼，共有30人进入决赛。乒乓球赛场上的反手接球、正手快攻，羽毛球赛场上的标准上旋球、精彩扣杀，展现了队员们运筹帷幄、活力四射、热情高涨的风貌，现场掌声、加油声、呐喊声此起彼伏，氛围异常热烈。最终，经过激烈的角逐，20xx级冀XX、李XX获得了乒乓球赛中男子单打和女子单打冠军，20xx级李XX、蒋XX获得了羽毛球赛中男子单打和女子单打冠军。

本次“三走”活动，一方面拉近了班级同学距离，培养了团队合作精神，增强了班级凝聚力；另一方面，又积极响应了“三走”活动的号召，以极富趣味的活动兼顾弘扬社会主义核心价值观，坚定当代大学生对信仰、对梦想的坚持。

大学生三走活动总结3

20xx年，共青团中央、教育部、国家体育总局、全国学联联合下发《通知》，决定在全国高校范围内全面启动和广泛开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题群众性课外体育锻炼活动。新学期伊始，XX院研14级多个党支部响应党和国家的号召，开展了“三走”系列活动。

4月3日，XX院研14-5党支部与油气勘探与开发地质系教师党支部联合开展了野外地质认识实习活动。当天上午九点，在教师党支部书记高岗老师的带领下，同学们从阳光公寓门口出发步行至目的地龙山。高岗老师给同学们介绍了龙山的基本地质概况及野外露头的岩性、构造等，同学们也积极考察出露地层，并与自己的见解。此次活动让同学们走出校园，收获了课堂上得不到的知识，体会了野外地质考察工作的艰辛与乐趣。

4月4日，XX院研14-3支部开展了班级“自驾游”活动。活动由支部委员会主持开展。参加活动的共有22名同学，大家从学校北门开始骑行经东关、前锋中学，绕十三陵水库到达水库西侧预定地点。然后进行分组乒乓球比赛。最后，在水库西侧进行活动总结，从西侧安全返回。此次活动共计近七小时，在增强班级凝聚力的`同时，也让同学们深刻认识到“绿色出行”的必要性。

4月8日，XX院研14-1支部与研14-7支部联合开展了友谊篮球赛，该篮球赛由地科研14-1、研14-5、研14-6和研14-7支部共同组织，并预计在运动会在前圆满结束。午饭后，两个班包括队员、裁判及拉拉队共计20余名同学汇聚到了学校的东操场，开始了友谊赛。比赛分为上下两场，每场20分钟，队员在场上积极拼搏，拉拉队同学在场下欢呼喝彩。中场休息时，还有女生趣味投篮环节。最终，经过激烈角逐，研14-7班最终取得了比赛胜利。此次活动不但增进了两个班级之间的友谊，还培养了同学们加强锻炼的意识。

4月12日，XX院研14-4支部与研14-1支部开展了撕名牌活动。十二名参赛选手在背后贴上“富强”、“民主”“文明”、“和谐”、“自由”、“平等”、“公正”、“法治”、“爱国”、“敬业”、“诚信”、“友善”等社会主义核心价值观的名牌，随后两组队员开始了激烈的撕名牌游戏。在烈日炎炎下，被忽略的是汗水，被升华的是快乐。活动的尾声，班委对这次活动进行了总结，肯定了同学们在本次活动中的积极表现，同时对班级今后的建设寄予期盼。

本次团日活动，一方面拉近了班级同学距离，培养了团队合作精神，增强了班级凝聚力；另一方面，又积极响应了“三走”活动的号召，以极富趣味的活动兼顾弘扬社会主义核心价值观，坚定当代大学生对信仰、对梦想的坚持。

知者行之始，行者知之成。培育和践行社会主义核心价值观，认知认同是基础，付诸行动是关键。核心价值观的生命在于实践。让我们在青春路上怀揣梦想，勇往直前，将社会主义核心价值观发扬光大，努力成为社会主义核心价值观的学习者、宣传者、实践者和推动者。

大学生三走活动总结4

为了响应团省委的号召，根据共青团中央、教育部、国家体育总局、全国学联《关于开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题群众性课外体育锻炼活动的通知》的精神，举办了“走下网络、走出宿舍、走向操场”为主题的活动，促进大学生形成良好的体育锻炼习惯，增强大学生身体素质，磨练坚强意志，塑造良好品德和拼搏精神。在学院团委的倡议下，开学至今举办相关活动共计5项，先总结如下：

在篮球场举行了一场“青春如火·运动有我”趣味运动会。本次趣味运动会有拔河比赛、两人三足和投篮等比赛项目，其意义在于鼓励大家勤于锻炼，强化课外锻炼，促进大学生身心健康，从中磨练坚强意志和拼搏精神。

在图书馆左侧羽毛球场举行毽球比赛，本次比赛的宗旨是“以毽会友”，促进毽球技术的交流，给毽球爱好者们一个展现自我的平台，一个挥洒青春汗水的机会，体现大学生对毽球文化的喜爱，对体育运动的追求。

在综合楼广场前举行跆拳道竞技赛。赛事开始前，专业人员带领参赛选手完成热身运动，为安全比赛做好十足的预防措施。比赛期间，参赛者们向观众展现了礼义廉耻、忍耐克己、百折不挠的跆拳道精神，赢得比赛不骄傲，未能晋级不气馁的竞赛精神，做到尊重对手，尊重裁判，尊重自己的体育精神。

在科技楼室内体育馆举行XX杯乒乓球比赛，本次球赛汇聚了各学部乒乓球爱好者共180位。比赛氛围令人热血沸腾，选手们斗志昂扬，夺冠势在必得。通过此次活动，我院表现出了良好的校园文化氛围，充分发扬了“爱乒才会赢”的体育竞赛精神。

在国际上享有声誉的Color Run活动首次走进XX校园，吸引了众多学生的关注。活动过程中，参赛者们洋溢着灿烂的笑容，到处都充斥着欢声笑语。在此时，名次不再重要，平时一直沉浸在网络世界里的同学走出了宿舍，享受了奔跑与色彩带给他们的快乐。对于每天在书海中拼搏的大学生来说，无疑是一个释放压力的好机会，用实际行动来传播运动精神。

这几项活动增强了同学们互相合作、支持的意识，拉进了彼此的距离。各部门成员也在此次活动中感受到了这个大家庭的温馨，每个人都是我的兄弟姐妹。在同学们灿烂的笑容、激动的呐喊声中，我院所有成员欣慰的笑了，因为我们知道我们成功了！

在身体上受到了锤炼,在思想上得到了启发和升华，使大家多了一份生活体验，“三走”的策划、参与过程和组织活动能力对我门以后的学习,生活和工作都将起到重要的影响作用。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找