# 三走活动总结(优质12篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-03-05

*总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。...*

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**三走活动总结篇一**

为全面贯彻落实党的十八届三中全会关于“强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的精神，积极响应共青团中央、教育部、国家体育总局、全国学联联合下发的《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》文件精神，我院团委积极组织，开展了形式多样、丰富多彩的“走下网络、走出宿舍、走向操场”系列活动。活动期间，学院领导高度重视，师生积极参与，使活动取得了良好成效。

一段动感十足的街舞表演拉开了本次三走活动的序幕。各个代表队的精彩亮相，瞬间点燃了全场观众的激情。赛场上，各学院代表队魅力四射、各展风采，使整个赛场上充满了青春的活力和时代的气息。教育与教师发展学院的《angelrockyou》创意巧妙，以独具匠心的动作编排和默契的配合赢得一等奖。啦啦操比赛环节，各参赛队将青春热情完美绽放，12级体教专业代表队成功卫冕。街舞比赛环节给观众带来了强烈的视觉震撼，ds街舞协会以其出神入化、令人惊讶的舞步摘得桂冠。

之后的活动更是令学生兴奋不已。那就是“快闪”活动。由校学生会与校学生社团联合会举办的“快闪”活动在图书馆前广场举行，本次活动队伍由d.s街舞协会、动漫社、援孤社三大社团组成，吸引了近两百名学生驻足观看。

本场“快闪”活动本着“突然出现、突然表现、突然消失”的原则，围绕“快闪‘show’”的主题，以街舞、cosplay走秀和手语表演三个形式呈现。活动中，近20名“闲坐”在广场两边、嘻哈风格打扮的学生突然跑向中央跳起街舞，舞姿张扬、动感十足，吸引了众多学生驻足围观，火热的舞蹈和劲爆的音乐将现场气氛推向高潮，舞蹈过后，音乐停止，舞者迅速分散、混入人群。随后，白童子、神无、戈薇等动漫人物突然之间步入学生视野，其蓝白相间的头发，奇特的异域服装霎时间带领学生穿越至动漫世界。随后，《让爱传出去》歌声响起，学生转移视线，近百名身着各色学校文化衫的援孤社成员已整齐站成方队，社员们嫣然微笑，伴随轻柔的音乐不断变换着手势以手语传递爱心，现场温馨感人。表演结束后，表演者迅速离场，校园在短时间内又恢复到正常秩序。“太不可思议了！节目精彩之外，这种突然出现又突然消失的表演形式甚至让我怀疑刚才所发生的一切是否真实，感受极好，必须点赞！”观看了整场表演的12级法学院学生刘表示。

据悉，此次“快闪”活动受到了电视台、教育电视台的高度关注与报道。快闪系列活动自4月中旬起为期一个月，至本场表演已举办过八场，形式涉及魔术、轮滑、跆拳道特技等多种。“快闪”这种国际上流行的一种行为艺术，近期在国内外许多高校中流行起来。

最后还举办了羽毛球比赛，本次活动分初赛、半决赛和决赛三部分，有男子单打、女子单打、男子双打和女子双打四个组别。赛前，选手们作了充分准备，经过刻苦训练不断提高自身技巧。比赛一开始，选手们就奋力拼搏，各显神通，比分不相上下。经过数小时激烈的角逐，部分选手挺进决赛，比赛进入白热化阶段，各选手纷纷使出必杀绝技，吊短球、扣杀球、推球等等，高难度球技博得在场观众阵阵欢呼。最后，知识产权班和刑法班高手凭借娴熟技巧分别获得男子双打和女子双打冠军，各单打组别优秀选手分别获得一、二、三等奖。康老师为获奖选手和团体颁发奖品和证书，并拍照留念。至此，我院羽毛球赛圆满落下帷幕。

丰富了个人的爱好特长。活动的开展，培养了同学们的运动兴趣，逐步养成了运动习惯，锻炼了意志，磨练了品质。

**三走活动总结篇二**

强健的体魄是实现理想的基础，这应该是每个人毕生的追求。近年来调查显示：我国在校大学生体质已经明显下降，大部分大学生在平时的休闲活动中会选择在网络中度过，而不是选择锻炼身体，强健体魄。所以为了强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健，激发大学生参加体育锻炼的主观能动性、形成良好的体育锻炼习惯、提升身体素质，并从中磨练坚强意志、培养良好品德和拼搏精神，“走下网络，走出宿舍，走进操场”的“三走”活动是如此的必要和重要。

为响应学校“走下网络，走出宿舍，走进操场”的号召，促进大学生身心健康，体魄强健，近日，我班组织了集体活动，活动主题为“走进操场，走近阳光”，同学们以热情的态度和积极的行动展现了当代大学生的活力与风采。

活动选在周末举行，分为晨跑与球类运动两项依次进行。同学们于早上六点半在操场集合，克服了懒惰和惯性，迎着微风和晨光来晨跑。在操场上，也有其他班级的同学集体来跑步运动，我班同学自觉的按跑操队形站好，开始晨跑。三圈过后同学们有些气喘吁吁，然后在体育委员的带领下，大家做起了准备运动，伸展筋骨，为接下来的运动做准备，保证自身安全性。热身运动后，体育委员拿出篮球和足球，让同学们自行挑选，女同学大多都选择了篮球，选择篮球的同学会进行拍球接力赛，同学们站成一排，将篮球运球通过所摆在地上的障碍物，以20秒为限制。开始一声令下，同学们一个接一个的运球过桩，将时间控制在20秒之内的同学寥寥无几，但是大家都乐观的表示以后要加强篮球训练，争取完成目标！男生选择了足球运动，他们在足球场上，两对两对的进行传球的练习，一开始时，也许是因为默契程度不够，也许是因为足球技术不佳，传球过程中总会出现接不到球的情况，慢慢的，传球的动作变得熟练起来，配合也变得默契了，失误就变得少了许多。在传球练习后，男同学们开始准备射门，由一名男同学担任守门员，其他男生踢球射门。在接近半小时的练习后，男生表示对足球熟悉了许多，基本能掌握它，不过要踢得更好，要需要长时间坚持不懈的练习，而大家也表示愿意在空闲时间到操场多多的运动，尤其是做足球运动。时间慢慢的过去了，而操场上热闹非凡，同学们做着各自喜欢的运动，挥洒着年轻的`青春的活力。

通过大家在一起活动，可以让大家享受团体的快乐，让大家在轻松的氛围中增进同学间的友谊，并真正的让你融入到这个团结的集体，增强同学间的凝聚力。我们身体上受到了锤炼，思想上得到了启发和升华，是大家多了一份生活体验，“三走”活动对我们以后的学习、生活和工作都将起到影响作用。让我们在操场上奔跑跳跃吧，让青春焕发原有的活力与张扬，让年轻的面孔充满阳光的色彩，让我们用强健的体魄，健康的身心，迎接美好的未来！

**三走活动总结篇三**

为贯彻落实上级团委关于大学生开展“三走”活动的部署，培养大学生良好的体育锻炼习惯，帮助他们增强身体素质、磨练坚强意志和拼搏精神，我院开展了活动主题为“快乐走起来”的大学生“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。

“当你还沉迷于网络游戏lol时，你推倒的不是‘塔’，而是你身体的健康和生命的质量！当你还醉心于外星人都教授时，你倾注的不是对‘知识的渴望’，而是大量的时间和精力！”仪式上，团委书记张xx十分“接地气”地以时下流行的元素做引子作为“三走”活动启动发言，给学生们提出三点希望，即拥有青春好身板、养成青春好习惯、滋养青春好精神。同时号召全院各级团学组织积极引领青春好风尚。

启动仪式上，院学生会体育部部长林xx宣读了“三走”活动倡议书。之后，同学们走进操场，参与了呼啦圈、毽球、跳绳、羽毛球以及两人三足，越野拉练活动等体育锻炼项目。

活动一开始同学们就开展“千人踢毽”活动，参加全民“毽”身团体毽球争霸赛的同学到达指定地点参加比赛，霎时间整个运动场处处都充满踢毽子声，瞬间沸腾起开。师生围绕毽子踢成一片，气氛和谐融合，运动场上响起一片片欢呼声，充满了朝气与活力。

除此之外各系团总支书记也来到了操场。各位领导和老师一来到就和学生聊天，就像和朋友聊天一样，可见证领导与学生们的`友好感情。

更重要的是，各位领导的体育锻炼活动能影响到更多的学生，鼓励学生们永远保持积极向上的精神，更希望学生们远离亚健康，保持身心的健康。

为了能够宣传我校在建设过程中取得的成绩，让同学们了解校史，感受xx学院人在创业中所体现的敢于拼搏，不畏艰险，与时俱进的精神，学校团委组织了学生干部徒步到老校区越野拉练活动，在老校区接受离退休老教师的教诲，同学们兴趣很高，历时3个半小时，徒步20多公里到老校区。一路上，大家互相鼓励，互相帮助，没有一个同学掉队，当大家走到目的地时候，有很多同学激动流泪，同学们都为自己能完成这个活动喜极而泣，活动锻炼了意志，培养了激情，有很多同学因为没有能够参加活动而后悔，徒步拉练老校区成为“三走”活动开展以来的亮点。通过系列活动的开展，使得阳光健身活动成为同学们校园生活的一部分。

总得来说。这次活动总体来说是成功的，我们达到了活动的目的，通过运动既践行了“三走”活动，又增强了同学关系，提高了学生体育素质。相信这次活动会激发同学们的体育运动兴趣，在以后的学习和生活中，做到走走出宿舍，走下网络，走向操场。

**三走活动总结篇四**

本次活动参赛队伍共有二十支，每队十五人，十一男四女，实行两队三局两胜的淘汰晋级制度，抽签分组决定比赛顺序，进入决赛的班级和一名老师共同一队进行比赛。

在决赛阶段共有八支队伍，随着裁判员的哨声，双方队员握紧绳子，他们一个个脚蹬着地，身体向后倾，拼命向自己的方向拽绳子。参赛老师和同学们个个用力、脸胀得通红，绳中间的红绸带一会儿移向左边，一会儿又移向右边，互不相让。双方啦啦队的队员们，也齐声呐喊，不停地为自己班级擂鼓助威。经过几轮激烈的比拼，最终xx班代表队获得冠军，xx班代表队获得亚军，xx班代表队获得季军。

在拔河比赛结束之后，学校里竞逐最激烈的便是羽毛球比赛了。羽毛球比赛历时两天，选手们斗志昂扬，奋尽全力，激烈角逐，细心总结经验，扬长避短，把进攻和防守都表现得淋漓尽致，战术灵活多变。在激烈的交战后，曹洁、刘尧、何强和巴奇分别获得第一、二、三名的优秀成绩。

通过举办此次比赛，增强了同学们对羽毛球运动的认识，极大地燃起了同学们对于体育运动的.热情，为锻造强健体魄、增强身体素质提供了方便有力的渠道；也为大家提供了一个展现自我和相互交流的平台，同时也表现出了我院学生积极向上、努力拼搏、不断进取的精神风貌。

在羽毛球结束之后就到了城建杯篮球赛。赛场上球员顽强拼搏，力争上游，娴熟的球技、默契的配合，赛场外篮球宝贝的激情表演以及观众的摇旗呐喊声成为了春日校园内一道风景线。比赛分为小组赛、半决赛、决赛三部分，经过一个月的激烈角逐，勘查技术与工程学院对阵土地资源与城乡规划学院进入了决赛。

决赛场上双方队员动作机敏，跨步迅猛，投篮潇洒，快速运球、巧妙抢球、三步上篮等各种动作标准，精湛的球技不时引发现场观众雷鸣般的掌声，比赛过程中，击鼓呐喊连续不断，伴随着场上比分不断接近，现场气氛也随之升温。随着裁判终场哨声的响起，xx系最终以58：52的比分赢得了本次“城建杯”的冠军。当然之后的比赛也是热火朝天都进行。

活动结束后，院党委副书记唐xx老师作了总结发言，她希望全体同学能够遵从五个一的健康计划即‘参加一个社团、培养一个兴趣、掌握一门技能、养成一种习惯、收获一份心态’。”学院为践行“三走”，专门成立了院社团联合会，统筹规划安排“三走”活动，并成立了十四个学生兴趣社团，通过以“走下网络、走出寝室、走向操场”群众性体育锻炼活动的蓬勃开展发展开来全面提升我院学生综合素质，努力使同学们在培养品德、增长知识的同时，锻炼和发展身体的各项素质和能力。她要求全体同学积极参加课外文体活动，增强体质、提升综合素质，以成为合格的社会主义建设者和接班人。

**三走活动总结篇五**

学校团委积极组织，开展了形式多样、丰富多彩的“走下网络、走出宿舍、走向操场”系列活动。活动期间，学院领导高度重视，师生积极参与，使活动取得了良好成效。自从由××大学校团委、校学生会倡议组织的“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继“快闪”广播操活动之后，又一项早起锻炼系列活动正式开“团”。尽管春寒料峭，活动期间仍吸引上百名同学早起来到运动场，跑跳健身、舒展筋骨，一起参加早锻炼。

体验传统体育活动“滚铁环”

踢毽子

首日参加活动的同学们还获得了一份“小惊喜”，xx大学学生会的工作人员们向参与者送上一组免费早餐券，作为坚持参加早锻炼的鼓励，让早起锻炼和丰盛早餐开启充满活力的一天。早餐券组由两张2元面值及一张1元面值的早餐券组成，可以在北区、西区食堂通用，有效期为一周，同学们可以根据自己的需求，使用不同面额的早餐券。这样的活动开展不仅满足了同学们的健身要求，最重要的是还解决了“温饱”问题。得到了校领导的大大赞赏。

开“团”日虽然结束了，但“三走”早起锻炼活动仍在继续，活动中大家都十分积极踊跃。这类的活动必能增强我们互相合作、支持的意识，拉进了彼此的距离。各个同学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。

**三走活动总结篇六**

为更好地贯彻落实党的十八届三中全会关于“强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的精神，同时增强同学们之间的团结协作，我们班级于12月22号组织班级同学深入开展“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题团日活动。现做总结如下：

一、活动安排

为了此次活动的顺利开展，我们用了大约一周的时间，开了2次班团两委会议，为这次主题团日活动做了充分准备，包括活动方式的选择，活动地点的讨论，活动可行性分析，同学们参与的积极性、活动当天的具体开展流程以及安全等问题的讨论分析。

二、活动过程

1、活动开展时我班所有同学都到场且无早退现象。

2、班团两委配合较好，整个活动有序进行。

3、活动形式较为新颖有趣，是当下很流行的runningman撕名牌游戏，比较吸引大家注意，活动中同学们积极性较高，能够主动参与并出谋划策，形成了较为活跃的集体氛围。

4、同学们意识到体育锻炼的好处同时切身体会到体育锻炼的趣味性，并且可以完美地配合，从而完成同一个集体任务，是我们此次活动达到了预期的效果。

5、活动各阶段的时间分配合理，活动按原定时间准时结束。

优点：

1、班团两委配合较好，确保整个活动有序进行。

2、活动形式的确定过程中，班委成员及学生代表进行了多方面的思考及资料的查阅，最终确定了较为合适的室外拓展运动项目。

3、由于本次活动为了在体现体育锻炼的同时，让同学们体会团队合作的重要性，所以在活动内容的设计上较为特殊，存在着一定的安全问题，为了很好地解决这个问题，班级班委成员以及学生代表进行了多次活动场地及活动用具的选择，最终选出最为合适的搭配，以确保此次活动的安全性。

不足：

1、由于下午活动开始较早，个别同学没有按指定时间到达活动地点，导致活动开展时间稍微推迟。

2、活动结束后，大家着急离开，没有主动收拾杂物的意识。

3、有同学没有管好自己的财务，好在没有丢失，失而复得。

**三走活动总结篇七**

为响应我校校团委\"践行社会主义核心价值观，争做向上向善好青年\"的组织号召，xx学院化学化工学院于xx年5月9日上午9：00在校园内举办\"走下网络走出寝室走向操场\"团日活动。参加这次活动的有化学化工学院各年级学生，他们积极参与本次活动，并在这次活动中得到与往昔团日活动不一样的收获。

本次活动由\"托球跑\"、\"接力蹲跳\"和\"你的地盘我做主\"三个趣味活动拉开序幕，在同学们自行组队之后，七栋教学楼前瞬间充满欢声笑语，同学们都忘我地投入到了活动当中。

在一轮趣味活动之后，开始了本次活动的重头戏————\"奔跑吧，化工\"。\"奔跑吧，化工\"是一个集\"寻宝联盟\"、\"撕名牌\"、\"节节高升\"跳高、\"跳绳答题\"等游戏为一体的趣味活动。活动前工作人员把参与活动的同学分为了四组，每组都设有一个组长、一个细作、一个裁判。在总裁判发出游戏开始的指令后，四组队员纷纷转移到指定地点，并按照事先安排好的活动规则到达一个个活动关卡，完成通关任务，进行下一次通关。整个活动过程中，同学们脸上都洋溢着快乐的笑容，尽管在游戏过程中会有小摩擦，但是最后都达成一致，笑语言和。

游戏中也设置了团史、社会主义核心价值观等相关知识的问答，有些关卡是在组员找到相应的问题和答案后才能顺利通关。

这种在游戏中学习共青团文化知识的方式，不仅仅让同学们走下网络、走出寝室、走向操场，体验到不一样的校园生活，并在游戏中体验不一样的校园生活，在奔跑中的团日活动中感受到不一样的共青团文化。

除此之外，学校还特意设置了一个阳光体育节，体育节启动仪式正式开始后，校学生处处长易xx老师用风趣幽默又富有感染力的语言致辞。易老师略带调侃地提出，要在今后的阳光体育活动中与同学们共同进步。在致辞的末尾，他还喊出了\"我运动、我健康、我快乐\"的口号。随后，我校健美操队的美少女们为今天的社团表演开了精彩的场，穿着青春阳光的少女们用热辣的舞蹈掀起了一阵高潮。紧接着出场的是校跆拳道协会的同学们，他们所展现出的力的美征服了在场所有的观众，来自瑜伽协会的女生们惊人的柔软度让我们看到了一种别样的\'美。截拳道和空手道的表演也给同学们留下了深刻的印象。而后出场的是校永春协会带来的咏春拳。在接二连三的武术社团的表演之后，酷炫的轮滑协会带来的轮滑表演引起了围观同学的一阵阵惊叫。调整好心跳，骑行协会的同学绕操场一拳的骑行让人静下来观赏四月春暖的好景。校各社团的表演结束后迎来了阳光体育启动仪式最让人期待的节目——老师们的800和1000米跑。跑步由分管学生工作的校党委副书记冯杰老师带领分团委副书记和辅导员老师们一起进行。这一只庞大的队伍迎着四月的暖风奔跑在红色的塑胶跑道上，成了一道与众不同的风景线。

阳光体育节给了所有同学一个走出宿舍、走下网络、走向操场的机会，让学生从封闭的寝室走向更广阔的天地，从乏味的网络世界走向花红柳绿的大自然。作为一个让学生张扬个性、释放自我、强健体魄的平台，阳光体育节所生发的一系列活动一定能够取得成功。让我们一起\"每天锻炼一小时，健康生活一辈子\"吧！

**三走活动总结篇八**

为贯彻落实上级团委关于大学生开展三走活动的部署，培养大学生良好的体育锻炼习惯，帮助他们增强身体素质、磨练坚强意志和拼搏精神，我院开展了活动主题为快乐走起来的大学生走下网络、走出宿舍、走向操场主题群众性课外体育锻炼活动。

当你还沉迷于网络游戏lol时，你推倒的不是‘塔’，而是你身体的健康和生命的质量！当你还醉心于外星人都教授时，你倾注的不是对‘知识的渴望’，而是大量的时间和精力！仪式上，团委书记张十分接地气地以时下流行的元素做引子作为三走活动启动发言，给学生们提出三点希望，即拥有青春好身板、养成青春好习惯、滋养青春好精神。同时号召全院各级团学组织积极引领青春好风尚。

启动仪式上，院学生会体育部部长林宣读了三走活动倡议书。之后，同学们走进操场，参与了呼啦圈、毽球、跳绳、羽毛球以及两人三足，越野拉练活动等体育锻炼项目。

活动一开始同学们就开展千人踢毽活动，参加全民毽身团体毽球争霸赛的同学到达指定地点参加比赛，霎时间整个运动场处处都充满踢毽子声，瞬间沸腾起开。师生围绕毽子踢成一片，气氛和谐融合，运动场上响起一片片欢呼声，充满了朝气与活力。

除此之外各系团总支书记也来到了操场。各位领导和老师一来到就和学生聊天，就像和朋友聊天一样，可见证领导与学生们的友好感情。

更重要的是，各位领导的体育锻炼活动能影响到更多的学生，鼓励学生们永远保持积极向上的精神，更希望学生们远离亚健康，保持身心的健康。

**三走活动总结篇九**

：增强同学们的环保意识与社会责任感，并向广大市民宣传环保常识，为环境保护做出我们自己的贡献。

以倡导绿色学校为契机，倡导绿色文明，从小事做起。在学校保护校园环境，节约用水用电，从而将环境保护、合理利用资源和节约资源的意识渗透到每一位学生的心理，全面培养学生的绿色生活习惯。

1、绿色低碳班队会活动

2、爱我校园、绿化环境活动

3、从我做起、节约资源活动

学校

(一)绿色低碳班队会活动

为了让学生了解低碳，发挥学校教育的特色，以“低碳生活”为主题，开展“爱我家园，人人有责”主体班队会活动，让学生了解低碳生活的必要性，并组织学生展开低碳生活征文、绘画、手抄报、手工制作等活动，从而熏陶学生爱护环境，从小事做起，节约资源、培养学生环境保护意识和良好的生活习惯。在班级内以小组单位，搜集环保小资料、宣传环保小知识、发现环保小窍门。让学生事先搜集与环境保护相关的知识，在班会上为同学介绍环保知识，从而让学生了解到环境保护的重要性、增强学生的环境保护意识，培养学生良好的环境保护习惯。然后以小组为单位，每一组自编自导自演有关环境保护的小品、短剧或舞蹈等活动，让学生在准备的过程中，不但锻炼了学生的组织、策划、表演能力，更切身地了解到环境保护的必要性。然后组织每一位学生参与环境保护创作活动，写一篇文章、画一幅画、做一份手抄报、利用可回收资源做一份手工制作，从而让每一位学生自己动手，在自己动手的过程中，了解更多有关环境保护的知识。这样环境保护活动多样化，充分调动学生积极性，学生乐于参与，效果明显。

通过“低碳生活：主题班会的召开，学生了解到许多有关环境保护的意识，例如节一千瓦时电，即可减少一千克二氧化碳的排放量，少使用一次性塑料袋，一次性筷子，即可减少深林砍伐量，保护树木……这样，学生从多方面神神地了解到环境保护的重要性，大大加强了学生的环保意识。

(二)爱我校园、绿化环境活动

良好的校园环境，可以促进学生的成长。在创建现代化校园时机，学校投入了大量经费，硬抓环境建设，力求让校园的每一处都发挥育人功能。使校园的一树一草，一墙一窗都有教育意义。我们校园走廊的每一块墙壁上都有一首诗，每一棵树木都讲述一个故事，教学楼的走廊的`每一块墙壁都有格言警句、名人成功故事等，以此来激励学生的求知欲，培养学生良好的学习生活习惯。在如此具有人文环境的校园中，学习生活，每一位学生更应热爱我们的校园，用自己的小手让校园变得更加整洁。因此，在课余时间组织学生来到操场捡拾树叶、擦拭校园的门窗，地面，甚至校园的具有教育意义的展示牌。让学生在自己动手的过程中，不仅培养了学生的劳动能力，更重要的是增强了学生爱护校园环境意识，珍惜学校的教育资源，爱校如家。

(三)从我做起，珍惜资源活动

提出“校园是我家，人人爱护它“口号，每人做到“三随手”：随手捡起废纸、随手关闭电灯、随手关闭自来水龙头。号召每一位为学生从我做起，爱护环境，珍惜资源。在班级内每一个人都有自己的卫生责任岗，让每一位学生切身地投入到爱我校园，保护环境中去。每周举行卫生大扫除活动，让学生相互配合，用自己的双手来建造良好的卫生环境，并且让学生在劳动的过程中体会劳动的艰辛，从而在平时中更加自觉维护境。同时还在班级内举行回收废弃电池、废弃塑料袋活动，并有专人负责，定期评选“节约资源小天使”，给予奖励。这样，通过学生自己动手，保护环境，让学生们更加珍惜自己的校园环境，从而提高环保意识。

这次活动中，学生团结一致，互帮互助、同甘共苦，很好地加强了班级的凝聚力。同学们在搜集查找环境保护的资料知识的同时，也提高了自己对环境保护的认识，增强了环境保护意识，并且锻炼了学生的搜集、整理、动手能力。并且通过学生自己动手，爱护校园、保护校园环境的活动中，让学生在劳动的过程中，锻炼了学生的劳动能力，更增强了学生的爱护校园意识。最后，号召学生在日常生活中从一点一滴做起，每人做到“三随手”，在生活细节出培养学生的节约资源意识，并且让学生在自己的劳动岗位上做到爱护环境，珍惜环境。从以上三种活动中，让学生在日常生活中，锻炼学生动手的能力，使每一位学生爱护身边的生活环境，自觉做到保护身边的环境，培养学生良好的生活习惯，增强学生的环保意识。

**三走活动总结篇十**

为响应我校校团委“践行社会主义核心价值观，争做向上向善好青年”的组织号召，xx学院化学化工学院于xx年5月9日上午9：00在校园内举办“走下网络走出寝室走向操场”团日活动。参加这次活动的有化学化工学院各年级学生，他们积极参与本次活动，并在这次活动中得到与往昔团日活动不一样的收获。

本次活动由“托球跑”、“接力蹲跳”和“你的地盘我做主”三个趣味活动拉开序幕，在同学们自行组队之后，七栋教学楼前瞬间充满欢声笑语，同学们都忘我地投入到了活动当中。

在一轮趣味活动之后，开始了本次活动的重头戏――――“奔跑吧，化工”。“奔跑吧，化工”是一个集“寻宝联盟”、“撕名牌”、“节节高升”跳高、“跳绳答题”等游戏为一体的趣味活动。活动前工作人员把参与活动的同学分为了四组，每组都设有一个组长、一个细作、一个裁判。在总裁判发出游戏开始的指令后，四组队员纷纷转移到指定地点，并按照事先安排好的活动规则到达一个个活动关卡，完成通关任务，进行下一次通关。整个活动过程中，同学们脸上都洋溢着快乐的笑容，尽管在游戏过程中会有小摩擦，但是最后都达成一致，笑语言和。

游戏中也设置了团史、社会主义核心价值观等相关知识的问答，有些关卡是在组员找到相应的问题和答案后才能顺利通关。

这种在游戏中学习共青团文化知识的方式，不仅仅让同学们走下网络、走出寝室、走向操场，体验到不一样的校园生活，并在游戏中体验不一样的校园生活，在奔跑中的团日活动中感受到不一样的共青团文化。

除此之外，学校还特意设置了一个阳光体育节，体育节启动仪式正式开始后，校学生处处长易xx老师用风趣幽默又富有感染力的语言致辞。易老师略带调侃地提出，要在今后的阳光体育活动中与同学们共同进步。在致辞的末尾，他还喊出了“我运动、我健康、我快乐”的口号。随后，我校健美操队的美少女们为今天的社团表演开了精彩的\'场，穿着青春阳光的少女们用热辣的舞蹈掀起了一阵高潮。紧接着出场的是校跆拳道协会的同学们，他们所展现出的力的美征服了在场所有的观众，来自瑜伽协会的女生们惊人的柔软度让我们看到了一种别样的美。截拳道和空手道的表演也给同学们留下了深刻的印象。而后出场的是校永春协会带来的咏春拳。在接二连三的武术社团的表演之后，酷炫的轮滑协会带来的轮滑表演引起了围观同学的一阵阵惊叫。调整好心跳，骑行协会的同学绕操场一拳的骑行让人静下来观赏四月春暖的好景。校各社团的表演结束后迎来了阳光体育启动仪式最让人期待的节目――老师们的800和1000米跑。跑步由分管学生工作的校党委副书记冯杰老师带领分团委副书记和辅导员老师们一起进行。这一只庞大的队伍迎着四月的暖风奔跑在红色的塑胶跑道上，成了一道与众不同的风景线。

阳光体育节给了所有同学一个走出宿舍、走下网络、走向操场的机会，让学生从封闭的寝室走向更广阔的天地，从乏味的网络世界走向花红柳绿的大自然。作为一个让学生张扬个性、释放自我、强健体魄的平台，阳光体育节所生发的一系列活动一定能够取得成功。让我们一起“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”吧！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**三走活动总结篇十一**

为贯彻落实党的xx届三中全会关于“强化体育课和加强课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的精神，我院积极响应校团委下发的通知，于四、五月份组织开展了形式多样、丰富多彩的“走下网络、走出宿舍、走向操场”系列活动。活动期间，学院领导高度重视，学生积极参与，使活动取得了积极良好的成效。

一、营造氛围，深入宣传

学院老师对本次活动给予高度重视，制定出了详细工作计划及活动方案，召开了学生大会强调了本次活动的重要性，并结合学院实际情况，将每项工作具体分配到团委学生会干部，确保此次活动能够顺利开展。根据学院要求，各班团委干部组织学生开会，积极传达校团委下发的文件精神，激发学生兴趣。

二、积极开展，认真组织

健身操

为了增进师生友谊，培养团队精神。于4月初我院开展了以“舞动绚丽青春”为主题的健身操活动，按照方案，每周四、五下午5：00-6：00学院团委学生会组织学生以班级为单位在美术楼前学习健身操，学院派一名教练现场指导大家学习，活动伊始，共计120人参加，学生们互不了解，出现了一些害羞，不善于表现的情况，经过团委负责人郭老师鼓励，随着动作的娴熟，学生们愈发自信，队伍更加庞大，增加到xx人，更加从自身体现了大学生应有的精神面貌，这项活动不仅提升了学生们的身体素质，更提高了学生们的心理素质。

跳大绳

为了增强大学生团结意识，于4月中旬我院开展跳大绳活动，跳大绳是东北民间活动的一项体育项目，幼时，我们就接触过跳绳，并且有不少同学就参加过跳绳比赛，愈发对跳大绳感兴趣，共计xx人参加，这项活动由学院团委学生会干部组织，每周一、二下午课余时间在楼前进行自由活动，其中有跳大绳及学生们自备活动项目。这项活动激发了大家儿时的回忆，倍感亲切，集体活动使大家身心愉悦。

踢毽球

为了增进团结、友爱、互进的键行者精神。于5月我院在美术楼前组织开展了以“激扬梦想、键证未来”为主题的毽球活动，大家以个人和团体的方式参加活动，此活动为自由活动共计xx人参加，在活动期间，大家就以比赛的方式，或互相组队来相互交流增进感情。

羽毛球

为了营造一个积极、健康、热烈、活泼、朝气蓬勃的校园环境，丰富同学们的课余生活，拉近同学们之间的距离，增进同学们之间的交流以及友谊，同时为他们打造一个相互学习的平台。于5月中旬我院在逸夫美术楼前组织开展了以“健康运动飞起来”为主题的羽毛球活动，参与对象为大一大二学生，共计150人参加，学生们选择在课余时间以班级为单位随机组队参加此次活动，活动期间学生们热情澎湃，既锻炼了身体，又保证了身心健康。

此次“三走“活动更好地贯彻落实团中央书记处关于学校战线团组织要帮助大学生群体形成健康体魄的指示要求，激发大学生参加体育锻炼的主观能动性，促进大学生形成良好的体育锻炼习惯，帮助大学生提升身体素质，并从中磨练坚强意志、培养良好品德和拼搏精神。

**三走活动总结篇十二**

为更好地贯彻落实党的十八届三中全会关于＂ 强化体育课和课外锻炼， 促进青少年身心健康、体魄强健＂的精神， 同时增强同学们之间的团结协作，我们班级于12月22号组织班级同学深入开展＂走下网络、走出宿舍、走向操场＂主题团日活动。现做总结如下：

为了此次活动的顺利开展，我们用了大约一周的时间，开了2次班团两委会议，为这次主题团日活动做了充分准备，包括活动方式的选择，活动地点的讨论，活动可行性分析，同学们参与的积极性、活动当天的具体开展流程以及安全等问题的讨论分析。

1、活动开展时我班所有同学都到场且无早退现象。

2、班团两委配合较好，整个活动有序进行。

3、活动形式较为新颖有趣，是当下很流行的runningman撕名牌游戏，比较吸引大家注意，活动中同学们积极性较高，能够主动参与并出谋划策，形成了较为活跃的集体氛围。

4、同学们意识到体育锻炼的好处同时切身体会到体育锻炼的趣味性，并且可以完美地配合，从而完成同一个集体任务，是我们此次活动达到了预期的效果。

5、活动各阶段的时间分配合理，活动按原定时间准时结束。

1、班团两委配合较好，确保整个活动有序进行。

2、活动形式的确定过程中，班委成员及学生代表进行了多方面的思考及资料的查阅，最终确定了较为合适的室外拓展运动项目。

3、由于本次活动为了在体现体育锻炼的同时，让同学们体会团队合作的重要性，所以在活动内容的设计上较为特殊，存在着一定的安全问题，为了很好地解决这个问题，班级班委成员以及学生代表进行了多次活动场地及活动用具的选择，最终选出最为合适的搭配，以确保此次活动的安全性。

1、由于下午活动开始较早，个别同学没有按指定时间到达活动地点，导致活动开展时间稍微推迟。

2、活动结束后，大家着急离开，没有主动收拾杂物的意识。

3、有同学没有管好自己的财务，好在没有丢失，失而复得。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn