# 爬山活动总结(精选10篇)

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-08-09

*当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。相信许多人会觉得总结很难写？那么下面我就给大...*

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。相信许多人会觉得总结很难写？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**爬山活动总结篇一**

二． 活动目的： 时光荏苒，光阴如梭，一学期的校园生活已接近尾声。单调的校园生活、沉重的学习压力，使我们的身心感到疲惫，即将到来的考试，更让我们感受到了生活的乏味。为了丰富我们青协的内涵，为了充实同学们的业余生活，也为了给我们青协一学期的工作画上一个圆满的句号，本协会特举办了这次爬山活动。

三． 活动意义：

1.放松身心，缓解压力

2．增进新老成员之间的感情，有利于以后工作的顺利进行

3．丰富我们志愿者的内涵，让大家在实践活动中，体验活动的意义。

四． 活动时间：20xx年12月3日（星期六）早晨10：00

五． 活动地点：西宁西山

六． 参加人员：青协部分成员

七． 活动内容

（一）活动前期

1. 各部负责通知自己的部员（各部部长负责）

2. 买东西（主要买一些水果，游戏过程中的奖品）

3. 准备到达目的地之后的游戏内容（宣传部负责）

（二）活动期间：

1．20xx年12月3日（星期六）上午10：00在北院门口集合

2.人力资源部签到

3.带队出发

4到达目的地后进行准备的游戏

5.在游戏过程中得到启发

（三）活动后期：

1.各部负责清点各部人数

2.带队回校

3.总结活动优缺点

八．注意事项

1．安全

（1）由于是冬天，天气较冷，所有成员需注意保暖

（2）爬山过程中，一定要小心，不得三五成群，嬉戏打闹，以防发生不必要的意外

2.遇各类突发问题，所有成员务必团结互助，认真解决。

3.所有成员应认真对待自己在团队中所扮演的角色，理解忍让，避免发生矛盾

4.如果活动中出现各种自己不能解决的突发性问题，请找负责人及时沟通协调。

九．活动优缺点

优点：（1）活动顺利进行，中间没有发生任何意外。

（2）游戏环节轻松愉快，活动气氛浓厚。 缺点： (1)各成员时间观念较差，不守时

（2）签到工作做的不到位

（3）最后聚餐的时候，找聚餐地点浪费了较多时间

十．经费决算

橘子 27元

奖品

10元

**爬山活动总结篇二**

在五四青年节来临之际，为了纪念五四爱国运动，弘扬爱国精神，构建良好的交流互动平台，新昌制药厂保健品分厂团总支与生物药物分厂团总支在5月4日联合组织了一次登山活动。本次登山活动共有89名员工参与，以保健品分厂与生物药物分厂的青年员工为主体，同时也吸引了部分中年登山爱好者的热情参与。

四明山位于浙江省东部，多低山丘陵，山峰起伏，岗峦层叠，青山碧水，生态环境十分优越，被誉为天然\"氧吧\"。其主峰海拔1018米，位于嵊州市境内，正是本次活动的的目的地。

为严密组织好此次活动，团总支精心准备了活动方案，明确了登山路线，并购买了药品、矿泉水及简易遮阳帽等登山常用品。当天清晨，天朗气清，我们分乘四辆公交车到达山下的村庄，很快点齐人数向山顶进发。山路蜿蜒崎岖，越往后坡度越大，气温升高逐渐升高，体力消耗也越来越大，当那坡度45度的顶峰出现在我们面前，不得不说是一大挑战。不过沿途有香花盛开、山泉相伴，倒也令人心喜。我们在烈日当头之时陆续到达峰顶，欣赏这难得的风景，互相分享各自带来的食物。不过峰顶垃圾较多，蚊虫多得令人烦心，想必是以前的游客在此停留没有把带来的垃圾带走。把垃圾带走，是对自然风景的最好的保护。

峰顶炎热，我们并没有停留太久，适当休息之后就开始原路返回。所谓\"上山容易下山难\"，下山时我们虽然速度较快，却不比上山时轻松。不说腿脚酸软发抖、蚊虫烦不胜烦，单一条鞋子不合脚就让人吃尽苦头了。下午两点多我们拖着疲累的身躯回到了新昌，心情却是难得的畅快。

本次登山活动不仅锻炼了身体、放松了心情，而且促进了保健品分厂与生物药物分厂青年员工之间的交流。但是此次活动中也有不足，因为路途较远，登山队伍拉得太长，以至于部分人员中途走岔了路，最后没有登上峰顶。我们要发扬优点，改进不足之处，争取下次活动能做得尽善尽美。

**爬山活动总结篇三**

在征得系部的许可之后，我们111052班春游活动于xx年3月25日星期日下午顺利结束。从总体上讲，此次活动效果还是很明显的并且给同学们创造了一个相互了解的机会，对提高同学团结意识、增强班级凝聚力起到了一定的作用。现将活动的各项情况总结如下：

一、活动准备

1、活动开始前，我专门到活动地点做了详细考察，包括地理位置、周边环境、交通情况、以及天气安全等各方面因素，包括活动内容、活动范围、活动时间，解决交通难题。

2、特为此召开班委会，审议并通过春游策划，商讨并确定落实一些细节问题，杜绝一切危险行为，保证活动顺利完成。

3、征得同学、班主任、辅导员、系部的同意。

二、活动过程

1、3月25日上午8时，各宿舍负责人组织同学买食物并乘车出发，大约五十分钟左右到达紫金山索道。

2、到达目的地后，开始组织同学爬山

3、约10点多我们爬到天文台大门前，并在此休息拍照留念，将活动推向高潮。

4、约11点多我们爬到紫金山顶，并在此休息、午餐、打牌、拍照留念，再次将活动推向了高潮。

5、15点左右我们意犹未尽的踏上回校的路途。

三、不足之处

1、首先是对公交公司的制度和其他方面了解不够透彻，造成支出大于预算。

2、对返程时间把握不够准确，造成堵车事件，浪费了同学大量时间。

3、往返乘车时，部分同学拖拉，不及时。

4、食物和水不是很充足且没有事先准备台布。

5、部分同学集体观念不强、参与活动不积极。

有了此次活动的成功经验和不足教训，相信我们日后组织的活动会更加精彩。

**爬山活动总结篇四**

本次登山活动共有25名政府工作人员参与，以轻、中年人为主体，同时也吸引了部分老年登山爱好同志的热情参与。

为严密组织好此次活动，团总支精心准备了活动方案，考虑登山的人员的安全和当天的天气情况，明确了登山路线，并购买了矿泉水等登山常用品。中午吃过饭后，我们分乘五辆车到达山下的金山村村委会，很快点齐人数合影后向山顶进发。山路蜿蜒崎岖，越往后坡度越大，气温升高逐渐升高，体力消耗也越来越大，不得不说是一大挑战。不过沿途有香花盛开、山泉相伴，倒也令人心喜。三点过我们有三个年轻的同志首先到达了目的地，成为了今天活动的获奖者，随后其余人员全部陆续到达。但由于时间紧迫，我们并没有停留太久，适当休息之后就开始原路返回。所谓“上山容易下山难”，下山时我们虽然速度较快，却不比上山时轻松。下午四点多我们拖着疲累的身躯回到了水口镇，心情却是难得的畅快。

在本次活动中展现了职工们合作与个人能力，队员们既享受到了运动登山的愉快，也感受到了团队合作拼图的趣味性。职工们感受到了团队合作的力量，释放了青年的青春激情。

不足之处：

本次活动，总体来说准备较为充分，组织比较严密，参加人员大都计划行动，但同时也暴露出了一些不足：

一是考虑不周，购买矿泉水和晕车药数量不足，准备工作不充分。

二是时间观念差，主要表现在工程公司在公司已通知出发时间的情况下仍然迟到15分钟，至使行程被耽搁。

三是员工组织纪律观念淡薄，不服从组织者安排。主要是三名同志在游戏互动中不服从安排，拒不参加活动，并且躺在最后一排座位上睡觉，至使活动中断两次，造成了不好的影响。

**爬山活动总结篇五**

生命是一种运动。x月xx号，xx部举办了一次以“锻炼身体，回归自然”为主题的登山活动，旨在激励本班同学增强责任感和使命感，提高自身素质，坚定为理想而奋斗的信心和决心，加强各成员之间的交流和感情。

整个活动过程中，各队同学通过自身登山的情况，团结合作，结合自己的实际情况分配工作，从他们的队名到队歌到口号到队旗设计，无不体现着队员们积极地身影，无不体现着他们的团结与默契，同学们的热情与活力，使得此次活动达到了预期目的。岳麓山不是一座不是很高的山，但因为比赛却赋予了我们不同的意义，在一段时间里拼尽全力找一条曲折迂回的路经过必须到达的景点而登到峰顶，那种通过付出努力终达目标的感觉很快意，而且在登山过程中的攻克难关的过程也是一种很好的感受。

年轻人就应该面对艰难敢于挑战，一个充满激情带着梦想飞跃的状态，就像登山这样，就像比赛一样，富于挑战，激情，超越。

登山是一种情趣，比赛是一种乐趣，当到达一个高度的时候会发现以前所仰视生物地方也不过如此，当你登得更高的时候你的视野也会更远更开阔。人生就像一场比赛，人生本身也是一个过程，人生的意义就在这个过程之中。人活着，就要仔细体认和玩味这个过程的每个细节，无论它是一截黄金或一截铁，都要充分认识每截的价值。

自然界的.天籁之音是美的，真善美之花开放的声音犹如天籁之音，这美的清音时时萦绕在我们的身边，存在于我们的生活中，只要用自己聪慧的眼睛去发现，就会带来难得的惊喜，审美的愉悦，诗意的享受和感情上的满足。

此次活动的开展，丰富活跃了心理1班的课余文化生活，为大家提供了一个看清自己，理清思路的空间，同时使得班上各成员之间促进了感情，激励大家以此为契机，多方面锻炼自己，勇于开拓，立志成才，健康成长，为了祖国的明天而努力。

**爬山活动总结篇六**

新能源五一爬五峰山活动 春天是充满希望、充满活力的季节。只有辛勤耕耘，才会有丰硕的收获。只有奋勇攀登，才会一览无限风光。

“五一”国际劳动节，为了隆重庆祝劳动者自己的节日，以丰富多彩的文体活动，活跃节日气氛，以昂扬的精神面貌，深入开展“创先争优”活动，充分展示新能源公司职工的风采，激发和振奋职工与时俱进、开拓创新、建功立业的热情，为了让公司全体员工共同参与集体活动，锻炼身体，使大家能够在繁忙而紧张的工作之余，放飞心情，享受自然。增强集体荣誉感和团队凝聚力。，也是为丰富全体职工的文体娱乐活动，提高职工身体素质，营造健康向上的\'文化氛围，不断增强公司的凝聚力，在新能源公司领导下，由工会、办公室主办，团支部组织，开展了一次爬山活动。

特别舒畅。”欢声笑语回荡在山风中，工作中的紧张和压力得到了尽情的放。通过这次爬山活动，使职工既锻炼了身体、磨炼了意志，又陶冶了性情，切实活跃了员工业余生活，增强了团队合作精神，使员工热爱体育、崇尚运动、健康向上的氛围更加浓厚。为干群之间提供了交流和沟通的平台，增加了团结，加深了友谊，开阔了视野。同时培育了和谐向上的公司企业文化，增进了干部职工的凝聚力，培养了职工之间的默契，促进了大家的协作意识，锻炼了团队精神，新能源公司全体干部职工互相协助，共同努力，更好的完成公司各项工作。有了这样的氛围，我们相信公司的明天一定会更加美好！

**爬山活动总结篇七**

x月xx日上午,我们大x班的小朋友和自己的爸爸妈妈一起自驾游来到了,xx市xx县4a级风景区------xx山,进行“庆国庆，迎重阳”亲子登山活动。

我们的家长都很准时地来到了xx山山下集合，在xx山的正大门，我们三个班的孩子和家长、老师在一起跳了《小苹果》，孩子们个个都很开心，也期待这次的登山活动。

接着，我们家长和孩子们一起开始了登山活动，虽然，山上的路还在修，走起来也不方便，可我们的孩子们都跑的很快，家长也是在后面追赶着，一路上说说笑笑，非常开心。

在走到半山腰的集合点，老师给小朋友们发了一面小红旗，孩子们挥舞着小红旗，然后，在草坪上休息了xx分钟，孩子们围在一起分享着好吃的零食，然后，我们从非常陡的水泥阶梯下去，孩子们和家长手拿手来到了山下的游乐园，在游乐园的一块草地上，孩子们排好队，一起唱了《好娃娃》送给爷爷奶奶，接着，还和老师一起动手折了郁金香纸花送给爷爷奶奶，并且把在班级里绘画的贺卡又再一次送给爷爷奶奶，祝他们重阳节快乐、健康长寿。

看到孩子们都很用心的做着每样小礼物，为了鼓励孩子们用心，老师也给孩子们发了一个小礼物——彩虹带，发完过后，孩子们手拿彩带，开始挥舞着，奔跑着，非常的开心。在孩子们欢声笑语中，我们如愿以偿的游玩了紫蓬山，没有下雨，也没有任何突发情况。

通过这次亲子登山活动，增进了孩子与家长，家长与老师之间的感情，也锻炼了孩子不怕苦不怕累的精神，虽然上山下山有点累，但还是值得的。

这次亲子活动圆满地结束了，希望下次我们还可以再相聚。

**爬山活动总结篇八**

为有缘相聚xxx幼儿园，更因有份我们相遇。茫茫人海，我们更应该珍惜彼此缘分，相互学习，分享快乐。我们的目的是走近自然、磨砺意志、培养毅力、锻炼体魄、快乐行走。

在辅导员的正确领导，全体成员的积极配合下，登山活动基本上取得了圆满的成功。在活动中，全体同学精神饱满，积极踊跃，互相帮助。后山并不是很高，我们很快就到了山顶，上山路上宣传委员为我们拍照。在山顶处，风景很好，我们各自用手机互拍留念，同学们摆出各种造型，很可爱。在一块平地上，我们围成了一圈，组织表演节目，有小组歌咏比赛，也有小组猜字比赛。同时摄影的同学也有拍风景和人物。随后我们又在山顶凉亭处合影留念。我们下山走了一段很长的台阶，从上面往下看很是壮观。

以登山为主体，不仅锻炼了同学们的身体，而且提高了同学们的集体合作能力。通过此次活动的开展，不仅加深了我们的友谊，而且锻炼了自己，提升了自己的交际能力，促进了本专业未来的发展。但是活动中也有不足，在上山途中由于组织的不够到位出现了两队分离的现象，表演节目的时候，准备的不充分，节目衔接的不是很好。在这次大会中，同学积极参与我们组织的各个小游戏，促进了同学之间的感情。很多同学并没有融入活动中，与其他同学之间的交流不够。下山的时候，队伍拉得很长，显得有些凌乱。

这次活动的开展，增进了同学们之间的情感，加强了相互间的交流，同时也起到了锻炼身体的目的。我们要发扬其优点，改进其不足，争取下次活动能做得尽善尽美。相信我们的专业会越办越好！我们每个人都是最棒的！

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

**爬山活动总结篇九**

春天是充满希望、充满活力的季节。只有辛勤耕耘，才会有丰硕的收获。只有奋勇，才会一览无限风光。

为丰富多彩的文体活动，活跃气氛，以昂扬的精神面貌，深入开展“创先争优”活动，充分展示收费站的风采，激发和振奋职工与时俱进、开拓创新、建功立业的热情，为了让公司员工共同参与集体活动，身体，使大家能够在繁忙而紧张的工作之余，放飞心情，享受自然。增强集体荣誉感和团队。

加深了友谊，开阔了视野。同时培育了和谐向上的`公司企业文化，增进了的凝聚力，培养了职工之间的默契，促进了大家的协作意识，锻炼了团队精神，收费站全体干部职工互相协助，共同努力，更好的完成公司各项工作。有了这样的氛围，我们相信收费站的明天一定会更加美好！

**爬山活动总结篇十**

一、感谢家长们的大力支持。原来希望10-15人的队伍，想不到一下子组织了近30\*2的队伍。真得感谢家长们的支持，能在百忙当中抽出时间陪同咱们的孩子一起游玩。在活动中，每个家长积极配合活动安排，无论从时间上、爬山规则上还是做游戏的配合上，都听从安排协调，使活动井然有序。

有一群这么支持工作的家长们，关心班级事情的家长们，是我们工作的动力，还有什么事情不能一一解决呢？

二、感谢孩子们的大方懂事

孩子们在登山的过程中，没有自己先跑，而是推着妈妈，领着姥姥，还有的孩子先上去了，又下去帮助岁数大的，拉着她们登上山顶，体现一种团结、向上、拼搏的精神。谁说我们的孩子自私？只知道自己亲自己呢？只是我们有时候忽略了对孩子的指导，或者说没有发现孩子们正在悄悄地成长。

在亲子活动的时候，玩个猫捉老鼠的游戏，被捉到的老鼠要表演节目。原来以为他们会扭扭捏捏，不能大方地表演，没料想，他们几个人头攒在一起，嘀嘀咕咕，立刻就商量好了，有的独自表演，有的几个人一起表演唱，还有的自己临时找搭档，跳起了拉丁舞。。。。。。敢于展示自己的美也需要勇气呀。

三、感谢科任老师们的鼎力相助

我的搭档们好得没得说，活动方案做好以后，发在qq群里，然后我就和数学，英语，科学老师打一招呼，告诉他们周六上午8点爬峰山，他们也都二话没说点头说记住了，对我分配的任务，鼎力完成！真给力！

四、遗憾

由于第一次组织这样的活动，事先对情况设想的较少，缺少经验，忙着组织学生，没有和每个孩子的家长进行交流，失去了大好的交流机会，确实是一件遗憾的事情。应该把活动的主权交给家长们，相信他们组织得肯定比我还要好。

其二，在表演的时候，应该让所有的孩子都表演一块节目，给他们一次锻炼展示的机会。

其三，孩子们合影的时候，本来想着叫科任老师们一起照相，但是忘了。好不容易能凑在一起爬山，竟然忘得一干二净。

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