最新小课题立项申请书填写 劳动教育课题立项申请书(优质5篇)

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？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

团建活动总结篇一

田径场团建活动是一种以体育运动为主题的团队建设方式，通过各种田径项目的竞争和合作，增进团队成员的互信与默契，培养团队协作能力。近期，我们团队进行了一次田径场团建活动，我深感其中蕴含着许多宝贵的体验和收获。

第二段：克服困难的合作

在田径场团建活动中，我所组成的小组参加了接力赛。这是一项要求团队成员精准的传递接力棒的项目。在开始的准备阶段，我们遇到了不少困难。有些队员没有经验，不熟悉正确的接力传递方法；有些队员缺乏信心，担心自己会传递失败。然而，我们相互鼓励、积极讨论，并集体找到了解决方案。通过多次的训练和不断的反复实践，我们克服了困难，提高了默契和协作能力，最终在比赛中取得了令人满意的成绩。

第三段：发现个人潜力

除了合作之外，田径场团建活动还让我发现了自己的潜力和优势。在长跑项目中，我一直以来都认为自己身体素质不够好，无法坚持跑完一个标准的圈。然而，在团队的鼓励下，我放开心态，全力以赴地参与其中。通过不断的磨砺和坚持，

我逐渐感受到了跑步的乐趣和挑战自我的快感。最终，我成功完成了标准圈，并且获得了个人最佳成绩。这次经历让我明白到，只有在尝试中突破自己的局限，才能发现更多的潜力。

第四段：培养交流与合作能力

田径场团建活动的一个重要目的是培养团队成员之间的交流与合作能力。在团建活动中，我们通过参与各种项目来加强团队之间的沟通和协作。无论是在田赛项目中互相鼓励、互相竞争，还是在径赛项目中相互配合、相互促进，我们始终保持积极的态度，注重彼此间的交流与协作。这不仅让我明白到团队的力量，也让我在与队友的互动中培养了更好的合作能力。

第五段：总结与展望

通过这次田径场团建活动，我深刻体会到团队合作的重要性。只有相互支持、相互鼓励，团队才能迸发出更大的力量。同时，这次活动也让我懂得了尝试和挑战的重要性，只有不断地突破自己的局限，才能超越自我。未来，我希望能把团队合作的精神带入到工作和生活中，持续不断地提升自己的能力和价值，为团队的发展做出更大的贡献。

以上是我对于田径场团建活动的心得体会。通过这次活动，我克服了困难，发现了个人潜力，培养了交流与合作能力，同时也对未来有了更明确的展望。希望这次团建活动能成为我们团队发展的新起点，为未来的发展奠定坚实的基础。

团建活动总结篇二

为了丰富广大群众的文化娱乐生活，缓解职工的紧张工作节奏，满足职工日益增长的精神文化生活需求，倡导健康的文化生活习惯，培养大家对文体活动的.爱好，树立正确的劳动

价值观念，建立和谐劳动工作环境。

领导小组组长：xxxx

副组长：xx

成员：xxxx、xxxx、xx、xxxx（办公室成员及工会小组长）

（一）活动第一项：由工会负责人xxx发表庆祝“五一”活动演讲

（二）第二项：趣味活动、比赛内容及规则

所有团体项目由各部门选派代表代表本部门参加，（其中每项活动：业务部派三人参加，其它部门派一人参加，仓储部与办公室共同组队参加）

除灭火器演练活动在库区进行外，其它活动在“百花园”进行。

1、羽毛球——xx负责

（1）、单打：各参赛单位选手分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。（11分一局，三局二胜）

2、斗地主——xxxx负责

（1）、每个参赛单位报两名选手分成两组，分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。

3、灭火器演习短跑————————xx负责

（1）、提灭火器短跑50米现场灭火：公司全体人员参加现场演练，各部门选代表参加，由区粮食局安全管理员讲解消防

知识，灭火器的使用，现场灭火演练（邀请出租户的代表参加，目的学会使用灭火器）

4、摸“福”————xxxx负责

（1）、全部选手都可以参加，以摸到“福”为准，给予奖励。

5、拔河－－由xxxx负责

各参赛单位全部队员参赛，采取抽签淘汰方式进行比赛，前两三名予以团体奖励。

（三）、活动第三项：以上活动完后在“百花园”自由活动，6：00“百花园”就餐。

以上所有活动重在参与，参与中陶冶情操、增智强体，过一个健康、欢乐、和谐的“五一”。让所有员工在热闹的活动环境中，让心灵得到提升，身心愉快、舒畅。

团建活动总结篇三

团队建设是企业组织中的一项非常重要的工作，它能够加强团队之间的合作，提高员工的凝聚力和归属感。为了促进团队之间的沟通与交流，各类团建活动应运而生。在进行团建活动时，我们应该遵循一些原则与建议，在活动中获得更好的效果。以下是我在过去的一次团建活动中所得到的一些心得体会。

首先，在团建活动中，目标的设定至关重要。活动的目标应该明确，并且能够引导团队成员共同努力实现。比如，在我们的团建活动中，我们的目标是提高团队合作能力和解决问题的能力。因此，在活动中，我们选取了一些需要团队合作与沟通的项目进行。这样一来，团队成员们就通过实践来培养这些能力，进一步增强了团队的凝聚力。

其次，在活动的选择上，要因地制宜。不同的团队有不同的特点和需求，因此，选择合适的活动项目非常重要。比如，如果一个团队成员需要提高互相信任的能力，那么可以选择一些需要团队成员合作共同完成的项目；如果一个团队成员需要提高解决问题的能力，那么可以选择一些需要团队成员有良好的创新能力和解决问题能力的游戏。因此，我们在团建活动中，选择了一些需要团队成员有良好的沟通与合作能力的活动项目，这样能更好地满足团队成员的需求。

第三，在团建活动中，师傅与学徒之间的角色转换也是非常重要的。在团队中，每个人都有自己的专长和经验。因此，在团建活动中，我们可以通过让团队成员互相教授一些技能和知识，来促进团队成员之间的沟通与交流。比如，我们在活动中让每个团队成员都担任了一次“师傅”的角色，分享自己的经验和知识。这样一来，不仅能够增进团队成员之间的了解和信任，还能够让每个人都能够发挥自己的潜能，提高整个团队的绩效。

第四，在团建活动中，积极参与和开放心态是非常重要的。一个成功的团队活动需要每一个团队成员的积极参与和投入。因此，在活动中，我们应该保持开放的心态，积极参与到活动中去。比如，我们在活动中遇到了一些挑战和困难，但是我们都积极地面对问题，并努力找到解决问题的办法。这样一来，我们不仅解决了问题，还培养了团队成员们解决问题的能力，并增强了团队成员之间的合作意识和默契。

最后，在团建活动中，反思和总结是非常重要的。通过活动的反思和总结，我们可以更好地认识到自己的不足和问题，从而更好地促进个人和团队的成长。在我们团队的团建活动中，我们在活动结束后进行了一次反思和总结会议，每个团队成员都分享了自己在活动中的感受和经验。通过这次反思和总结，我们不仅更好地了解到了自己在活动中的不足之处，还找到了解决问题的办法和方法，并且为将来的团队建设工作奠定了基础。

综上所述，在团建活动中，我们应该遵循目标设定、因地制宜、师傅与学徒角色转换、积极参与和开放心态以及反思和总结等原则与建议，从中获取更好的效果。通过以上几次团建活动的实践经验，我深刻地体会到，只有通过团队建设，我们才能够更好地提高团队的合作和解决问题的能力，进而推动整个团队的发展和进步。

团建活动总结篇四

近期，我们单位举行了一次田径场团建活动，我深感此次活动收获颇丰。以下就是我对此活动的心得体会。

首先，田径场团建活动能够增进团队的凝聚力。在这次活动中，我们所有的团队成员都参与了田径运动，无论是作为运动员还是观众，都感受到团队的力量和凝聚力。在比赛时，我们相互加油助威，共同为团队争取荣誉。每个人都体会到了团队的重要性和团结的力量。而这种凝聚力不仅仅会在田径场上表现，也能够转化到工作中，使我们更加团结一心，共同努力。

其次，田径场团建活动有助于增强个人的体魄素质。在田径运动中，每个人都能够找到适合自己的项目，如跑步、跳高、铁饼等。通过积极参与运动，我们可以提高身体的灵活性和力量，锻炼肌肉，增强体魄素质。同时，田径运动还有助于提高个人的耐力和毅力，因为长跑等项目需要坚持不懈地训练才能取得好成绩。这样的锻炼将使我们在工作中更具韧性和抗压能力。

再次，田径场团建活动能够建立团队间的友谊和信任。在这次活动中，我们通过团队分组进行比赛，每个小组的成员互相依靠合作，形成了紧密的团队关系。在比赛中，我们需要相互配合，共同完成任务。这种合作过程会增进我们之间的友谊和信任，在活动结束后也会保持下来，使我们在工作中更加默契。通过这次活动，我清楚地认识到信任和合作对于

一个团队的重要性。

此外，田径场团建活动是一个锻炼领导力的机会。在我们小组中，有一个队长负责统筹安排、制定战术和分配任务。在这样的角色中，队长需要展示领导才能和团队管理能力。同时，在比赛过程中，各个队长还需要及时做出决策、调整战术，对团队进行指导和鼓励。通过这次活动，每个人都可以锻炼和提高自己的领导力，使自己更好地适应以后的工作环境。

最后，田径场团建活动使我们享受到了运动带来的快乐和身心的放松。活动中的比赛氛围热烈而有趣，每个人都竭尽全力地参与其中。在运动中，我们能够释放压力，忘却烦恼，真正放松了身心。运动可以有效缓解工作压力，让我们短暂忘记工作上的烦恼，重拾活力和动力。这样的团建活动将使我们更加健康、积极地面对工作和生活。

通过这次田径场团建活动，我深刻体会到了团队的力量、锻炼个人体魄素质的重要性、建立友谊和信任的必要性、锻炼领导力的机会以及运动带来的快乐和放松。这些体会将成为我未来工作和生活中的宝贵财富，使我更好地适应各种环境和挑战。我相信，只要我们团结一心，坚持不懈，就能够取得更好的成绩和进步。

团建活动总结篇五

为了丰富俱乐部的活动内容，营造积极向上的活动氛围，培养青少年爱自然、爱运动、爱生活的良好生活态度，促进身体和心理健康;锻炼学生的`独立生活、克服困难、善于交流的能力;拓展能力、培养兴趣、增强凝聚力。应广大会员及家长的要求，经俱乐部理事会研究决定特举办20xx年芜湖县第二中学东湖青少年体育俱乐部“户外拓展营”活动。具体事宜如下：

一、活动主题：热爱生活 敢于挑战

二、主办单位：芜湖县第二中学东湖青少年体育俱乐部

三、活动内容：

1.小学段会员：趣味游戏：奔跑吧小鸡仔、户外拓展训练、厨艺大赛、真人c对抗赛及户外游乐。

2.中学段会员：趣味游戏：奔跑吧小鸡仔、骑马、卡丁车、厨艺大赛、真人c对抗赛及户外游乐。

四、活动时间□20xx年5月13日(如遇到阴雨天气，活动推迟到下一周)

五、活动地点：花桥镇绿荣山庄

六、报名

报名时间□20xx年5月10日－5月12日

报名对象：本次活动为芜湖县第二中学东湖青少年体育俱乐部主办，凡是我俱乐部会员均可参加。

报名地点：芜湖县第二中学东湖青少年体育俱乐部办公室。(也可在各队教练出缴费报名)。

七、报名费用

本次活动费用预计180元每人(包括：保险费10元、交通费20元、服装费30元，真人cs50元每小时、骑马费15、卡丁车30元、午餐费25元，共计180元。)

八、活动流程：

九、奖励办法

本次拓展营，户外拓展、真人cs□趣味游戏等以比赛形式进行对获胜的队伍，给予一定的物质和精神奖励。

十、活动分组：

团建活动总结篇六

随着企业竞争日益激烈，拓展训练团建活动已成为企业提高员工凝聚力、培养团队合作意识、增强企业文化等方面的重要手段。笔者近期参加了公司举办的一次拓展训练团建活动，深感其对员工自身成长和公司发展的积极影响。在此，笔者就此次活动的心得体会进行归纳总结，与大家分享。

第一段：积极参与拓展训练团建活动的获益

这次拓展训练团建活动中，对我个人的影响颇为深刻。首先，这次活动中，让我认识到只通过领导的指挥和下属的听从达不到征服自我和团队在危机时刻相互依赖的目的，这样才能在困难时刻化解难题。其次，活动中的互动、团队合作、心理疏导等环节，使我更好地了解了团队成员，并促进了团队成员间的感情交流。在拓展训练团建活动的教育过程中，不断锤炼，让自己和团队成员从外界自由活动的圈套中寻找方式和方法，提高了个体和团队的自信心，进而解决了个体和团队的问题。

第二段：团队协作体验深刻

在整个活动中，每个团队都必须在规定的时间内完成多项任务，这需要团队的协作和默契。我所在的团队在完成任务的过程中遇到了种种问题，但通过多方交流和讨论，我们最终顺利完成了团队任务。这个过程中，我深刻地感受到了团队合作的重要性。只有通过个体和团队的不断合作与通力协作，

才能攻克住一个又一个任务的难关。通过这次活动，让我进一步认识到，无论是在工作中还是生活中，都需要与他人相互合作，才能走得更远。

第三段：个人素质提升得到锤炼

在这次团队建设活动中，我们所面对的环境和任务是很具挑战性的。只有在严酷的挑战中不断进步，才能真正拓展个人的能力和潜质。整个拓展训练团建活动过程，培养了我们的反应能力、身体素质、耐心等等，这些都直接提高了我们的自信。

第四段：企业文化得到加强

由于我们公司是一家新创公司，文化建设还需要继续深化。这次团队建设活动让我们团队成员有机会在活动中打破了沉寂，更好地了解了团队成员之间的选择和想法。这次活动中，我们大家会互相鼓励、互相了解，使团队更团结，企业文化更有可持续性。

第五段：做好团队成员的交流沟通

“有团队的配合是成就的重要保障”。团队成员之间的沟通交流是成功的关键。针对不同的沟通情形，要选择不同的方法和方式。并且要意识到，一切都是为了最终的成功。我们需要相互支持，理解彼此，达成共同的目标。在将来的工作中，我会更加注重沟通交流，注重与团队成员之间的合作和协作，为企业做出更好的贡献。

综上所述，拓展训练团建活动对提高个人能力、团队合作、企业文化加强、沟通交流都具有重要的作用。这次活动让我深刻地认识到在及时跟进团队建设，促进团组建成，培养团队凝聚力，从而提高团队执行力的重要性。在以后的工作中，我会再接再厉，不断提升自己的能力，贡献我们的团队和企

业。

团建活动总结篇七

体现公司的人文关怀，推进公司企业文化建设，增进员工间的相互交流，以及对公司的归属感，让员工过一个有意义的.生日party□

xxx之家第xx季度员工生日party□

员工活动室。

当季度生日人员，公司领导以及各部门负责人。

1、 领导或主持人发言对生日员工的祝福，对他们的工作表示感谢;

2、 领导发放生日贺卡;

3、 一起唱生日歌，许愿，吹蜡烛，切蛋糕等;

4、 吃蛋糕、相互交流、小游戏等;

5、 生日抽奖礼物(买各种价值同等左右，但为不同的礼物，创造一些期待和惊喜)。

1、每人一顶生日帽子;

2、少量气球;

3、生日蛋糕(根据参加人员确定尺寸大小);

4、生日贺卡;

5、小食(糖果);

6、生日礼物;

7、横幅一条;

8、当期游戏小道具等……

预估200元/人x当季度实际生日人员。