

# 2023年大学纪律教育内容活动 大学生生活 活动策划(大全5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学纪律教育内容活动篇一

### 一、活动背景：

随着社会文明程度的提高，越来越多的要求人们承担更多的社会责任。然而，当代部分大学生责任感出现淡化的现象令人担忧，如何培养大学生的责任感已经成为高校教育中面临的一个重要而又紧迫的课题。为增强同学们的责任感和自立意识，增进思想交流，繁荣校园文化，给同学们提供一个展现自我，提升自我的机会和舞台，我团支部先举行以“责任”为主题的团日活动。

### 二、班会主题： 责任

### 三、活动对象： 建筑学1201b□1202b全体学生

### 四、活动安排：

#### （一）、活动时间：

20xx年11月29日19：30---20：30

#### （二）、活动地点： 8号楼504教室

### （三）、活动流程：

a) 主持人宣班会正式开始及班会主要事宜（主题、内容、到场嘉宾及注意事项等）。

b) 开场歌曲：《我的未来不是梦》

c) 关于“责任”的指示竞赛（以小组为单位积分比赛）

### （四）、活动游戏：

规则：共设10个问题，在主持人念完题目后方可举手作答，

（1）、抢答题：答对的加10分，答错的不扣分。

（2）、合作游戏

规则：每组派一男一女两个代表，一人背对黑板，一人正对黑板，正对着黑板的用肢体语言形容黑板上的名词，背对这黑板的猜出一个加5分，时间为1分钟。

（3）、必答题

规则：听题完毕后，各组组员可以讨论，每组派出一位代表把答案写在答题纸上，踩点答分，每题10分。

（4）、评分人员评改分数，在此期间各个宿舍派出一位代表对“担起责任，我能做什么”发表宿舍成员的意见。

（5）、男女合唱《年轻的英雄》

### （五）、活动安排

主持人：孔艺蓉赵贺霞

评分人员：刘阳马静涛

竞赛题目负责人：孔艺蓉赵贺霞

歌曲准备：张蓓刘亚鹏

通知宿舍代表：郭双胜李尚博

拍照：石飞虎

奖品负责人：刘艳杰杜佳莹

卫生负责人：张培楠耿阿磊

（六）、活动预期效果：在愉快的气氛中发表对“担起责任”的建议。

（七）、经费预算

奖品：中性笔芯一盒（10元）

（八）、注意事项：桌子的排放，及安全问题。

（九）、团日活动总结

大学就像一个小社会，担起责任须从我做起，每一个大学生都应该自觉地肩负起自己应该担负的责任，担起责任不只是一句话的事，而是需要我们不断增强自己的使命感和责任感。

（十）、在开展本次主题班会中做好准备，避免下列事件的发生：

（1）、对本次班会的事先准备工作不足，特别是在收集题目这方面。

(2)、在抢答环节中，现场秩序混乱。

## 大学纪律教育内容活动篇二

撕纸活动是大学生中非常普遍的一种时尚娱乐活动，它通过撕掉一定数量的纸片来达到一定的目标，如放松心情、减压释放等。本文将从经验和体会两个方面出发，探讨撕纸活动对大学生的积极影响。

### 第二段：经验分享

撕纸活动的第一个重要经验是学会选择正确的纸片，这对活动的成功非常关键。在选择纸片时，大学生可以根据自己的感受来选择颜色，例如选择明亮的纸片可以使心情愉悦，而选择暗淡的纸片则可以帮助舒缓压力。此外，在选择纸片大小时也需要根据个人需求来调整，如大面积撕纸可以帮助快速放松心情，而小面积撕纸则可以用来精细调理情绪。

### 第三段：心理效益

撕纸活动对大学生的心理健康有着积极的影响。首先，撕纸可以帮助释放压力。在大学生面临各种学业和生活压力的今天，通过撕纸来宣泄负面情绪可以有效减轻精神压力，达到放松心情的效果。其次，撕纸也可以帮助提升专注力。在撕纸的过程中，集中注意力于纸片的撕扯，可以帮助大学生排除外界干扰，提升自己的专注力和注意力，从而更好地投入到学习和工作中。

### 第四段：身心调适

撕纸活动还可以帮助大学生进行身心调适。在撕纸的过程中，通过手指的运动可以刺激神经末梢，促使血液循环加快，从而改善血液循环，提升身体的健康状况。此外，撕纸还可以锻炼手部肌肉，增强手部的力量和柔韧性，使手指更加敏捷

灵活。同时，撕纸还可以帮助大学生调节呼吸和心率，放慢节奏，让身心得到更好的放松。

## 第五段：结语

综上所述，撕纸活动对大学生的影响是积极的。通过选择合适的纸片、释放压力、提升专注力、调适身心，撕纸活动能够有效地帮助大学生提升心理健康和身体素质，提供一种非常好的减压方式。因此，大学生在面对压力和困惑时，可以尝试一下撕纸活动，享受其中的乐趣与益处。

## 大学纪律教育内容活动篇三

登高望远，陶冶情操，感受体育锻炼魅力，享受成功乐趣，体现团队精神，丰富业余生活，创建和谐校园文化。为此，工会将举办全校教工“欢度五一劳动节、喜登白云山活动”。

### 登白云山

总指挥：范献华

工作组成员：常志华、胡美玉、石春鸿、徐丽萍、刘德健、徐国强、各工会小组长

(1) 时间：20xx年4月30日下午14：30—17：30

(2) 地点：白云山风景区

(3) 形式：自由组合，自由活动

(4) 考勤：下午17：00前在山顶公园鸣春谷处登记，并领取100元活动费。

(5) 要求：希望各位工会会员准时参加，团结合作，互相帮助，

根据自身身体状况和健康条件，确定登山速度，要量力而行，并且爱护公物，注意安全，参加活动有始有终。

## 大学纪律教育内容活动篇四

为了进一步在全院学生中开展礼仪教育活动，倡导知荣辱、重礼仪、讲文明的良好风尚，提高同学们的文明礼仪意识、模范意识，更好地发挥校园文明礼仪“春风化雨，润物无声”的作用，为构建文明和谐校园营造良好氛围。

“我是济职代言人”

人文管理系

全院学生

20xx年4月20日——5月10日

### 1. 比赛流程

#### (1) 礼仪大赛初赛

时间□20xx年4月23日

地点：待定

内容：以面试为主，自我解说和才艺展示（道具自备）。主要对形象气质、普通话和基本的大学生礼仪知识进行考核，简单形体展示包括站、坐、行，简单的语言应用能力以及现场问答。根据评委打分选出前五名进入决赛。

#### (2) 礼仪大赛决赛

时间□20xx年4月30日

地点：待定

内容：开场：序（选手的总体展示及选手简介）

第一轮：选手自我介绍（可中英文介绍），展示自我风采包括站姿、坐姿、走姿及基本的指引手势等。每人2分钟。

第二轮：礼仪问答，有必答题和抢答题两种题型，主要内容涉及大学生基本礼仪和基本礼仪常识。

第三轮：礼仪演讲，结合大赛主题谈谈自己对大学生礼仪的看法，如我院大学生形象、济职新风尚等等，和礼仪有关的话题，主要考察选手的语言、情感等表达能力。每人3分钟。

第四轮：情景解答，现场抽题，根据题目中的情景，进行现场解答或现场展示。

2. 奖项设置：最佳“代言人”奖1名，最佳礼仪奖2名，最佳风采奖2名，最佳形象奖3名，最佳特色奖3名。

3. 报名方式：4月17日—19日以系部为单位将参赛学生报名表交至东校区5号楼204辅导员办公室。

1. 各系部要高度重视本次比赛，认真组织，广泛发动，扩大大学生文明礼仪知识的学习面。

2. 比赛具体时间、地点及相关规则将在赛前告知各系部。

## 大学纪律教育内容活动篇五

篮球是一项受到全球范围内广大年轻人喜爱的运动项目，它不仅能够锻炼身体，提高协调能力，还能培养团队精神和竞争意识。大学生作为青春活力的代表，参与篮球活动不仅能够锻炼身体，还能从中得到许多心得体会。

首先，参与篮球活动让我体会到了团队合作的重要性。在篮球比赛中，团队的协作至关重要，每个队员都有自己不同的角色和责任。只有通过相互配合，分享球权，做出正确的传球和选择，才能取得胜利。在这个过程中，我深刻体会到了集体力量的强大，并学会了团队精神的重要性。无论是在比赛中还是训练中，只有与队友紧密协作，才能够在有限的时间内迅速找到对手的弱点，并加以利用。

其次，篮球活动让我提高了自身的意志品质。在篮球比赛中，经常会遇到对手的围抢、紧逼等情况，这时需要我保持冷静、坚定的心态应对。在不断的比赛中，我学会了调整自己的心态，逆境中保持镇定，挫败中寻找进步的机会。篮球不仅仅是技巧和身体的对抗，更是心理素质的较量。通过锻炼自身的意志品质，我不仅在篮球场上获得了进步，也在生活中面对困难时更加坚韧不拔。

再次，参与篮球活动让我学会坚持和积极向上的精神。篮球是一项需要长期坚持和不断努力的运动，可能会遇到训练疲劳、伤病等困扰。然而，在比赛中，在队友们的鼓励下，我学会了永不放弃，始终保持积极向上的精神。队友们的支持和默契让我更加努力训练，不断提升技术水平。在困难和挫折面前，我学会了坚持，相信只要我不停下脚步，努力练习，总能取得好的成绩。

此外，参与篮球活动让我养成了较强的时间管理和计划能力。在大学生活中，学习和社交活动占用了大部分时间，如何平衡好各项任务的安排成为了一个难题。通过参与篮球活动，我学会了更好地管理我的时间。每天都会分配一定的时间进行训练，同时合理安排学习和休息，确保身心的平衡。这种良好的时间管理能力不仅在篮球活动中有所表现，还在日常生活和学习中起到了积极的促进作用。

总结起来，参与篮球活动让我不仅在身体上得到了锻炼，更体会到了团队合作的重要性，提高了自身的意志品质，培养



了坚持和积极向上的精神，并养成了较强的时间管理和计划能力。篮球成为了我在大学生生活中重要的一部分，让我充实了自己的大学生活，也让我在成长的道路上获得了更多的收获。无论是在球场上还是生活中，这些心得体会都对我的成长起到了积极的促进作用。