# 团日活动心得1000字范文

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-06-26

*以下是为大家整理的关于团日活动心得1000字范文，仅供大家参考，希望能够帮助到大家！　　根据《关于在全省高校开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题课外体育锻炼活动的通知》，为更好地贯彻落实党的xx届xx全会关于“强化体育课和课外锻炼...*

以下是为大家整理的关于团日活动心得1000字范文，仅供大家参考，希望能够帮助到大家！

　　根据《关于在全省高校开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题课外体育锻炼活动的通知》，为更好地贯彻落实党的xx届xx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。根据校团委的相关要求，我院决定从20xx年x月开始，在全院范围内开展大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题团日活动。为了达到团日活动的意义，我班团支部决定以“阳光慢跑半小时，健康生活一辈子”为主题，11英语一、二班同学本着友谊和锻炼身体的目标，一起去学校田径场体会阳光慢跑半小时的氛围并参与其中。

　　在本次活动中，我们以“走下网络，走出宿舍，走向操场”为主题展开主题班会。班会中大家积极发表自己对“走下网络，走出宿舍，走向操场”三走团日活动的看法，并积极提出自己的意见，有的同学觉得应举办一场拔河比赛，大家一起参加，这样又有趣味，又起到锻炼身体的作用；有的同学觉得应组织一次户外登山，既贴近大自然，又能强身健体，等等。非常高兴大家都能积极提出建议，但在征求大家一致意见后，大家觉得要在保证安全与健康的前提下举办本次活动，便一致同意11英语一、二班一起进行户外跑步，并确定本次活动的名称为“阳光慢跑半小时，健康生活一辈子”，让大家体会到集体运动的乐趣，实现“三走”团日活动的意义的同时，还增进了班级之间的友谊。

　　通过本次活动，同学们一致同意锻炼身体的重要性，也深深地感到自己平时运动次数之少。有的同学觉得毕业之际正一步步靠近，加强运动可以保证好身体，身体是革命的本钱，有了好的身体素质，对就业也有帮助；有同学就表示，以后每个下午都将来操场跑两圈，锻炼身体；同时也有同学说她在活动之前就一直在坚持锻炼身体，等等。当然，仍然有部分同学难以走下网络，走出宿舍，她们直言不喜欢户外活动，喜欢在宿舍静静待着做作业。听到同学们的这些看法，深感本次团日活动的意义重大，并为活动取得的成效高兴，同时也明白活动都会有不尽如人意之处，因人而异，并不适用于每一位同学。

　　我们的目的就是增进同学们加强课外锻炼，促进“身心健康、体魄强健”为精神，引导和帮助同学们提高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。

　　春光融融，春风阵阵，11英语一、二班同学们踏着矫健的步伐而来，加入健身的行列。

　　来吧，同学们！让我们活跃于操场、活跃于球场、活跃于校园；

　　来吧，同学们！让我们张扬个性、释放自我、强健体魄；

　　来吧，同学们！让我们走下网络、走出宿舍、走向操场、一起阳关慢跑起来！

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