

“一站式”学生社区 | 大学生自律委员会 简报

(2025 年 5 月 10 日)

不负春光，向上而生

——“趣味团建活动”记事

在春意盎然的美好时节，为增强团队凝聚力，展现青春活力，大学生自律委员会于 2025 年 5 月 10 日下午 2:00 在体育馆开展“不负春光，向上而生”主题趣味团建活动，大学生自律委员会指导老师蔡园，与自委会成员、学生事务中心、国旗护卫队等齐聚一堂，共同开启这场活力之旅，活动由蔡园老师主持。



图 1：蔡园老师进行开场白

活动开始，蔡老师简要介绍了活动的主题、流程安排，并对到场的嘉宾和同学们表示热烈欢迎。蔡老师鼓励同学们放下学业压力，在趣味运动中感受团队温暖，锤炼协作能力。随后，“破冰行动”小游戏迅速点燃现场氛围。随机分组的同学们通过限时记忆姓名互动，在欢笑中打破陌生感，初步建立起团队默契。“花开花落”热身环节，同学们随口令整齐变换队列，舒展肢体的同时，更在彼此的目光交流中筑牢信任基础，为后续挑战做好身心准备。



图 2：毛毛虫大作战游戏

随着热身活动结束，四大主要游戏项目轮番上阵“毛毛虫大作战”游戏中，6 人一组骑在巨型充气毛毛虫上，在整齐有力的口号声中同步前进，最终以整齐的步伐冲向终点，诠释了“同心者同行”的团队精神；“保龄球大战”里，投

掷者屏息凝神、精准发力，当整排瓶靶被击倒时，现场爆发出热烈欢呼。



图 3：气球大作战游戏

“气球大作战”更是将气氛推向高潮，队员们腿绑气球展开攻防，速度与策略的碰撞中，团队凝聚力在激烈角逐中持续攀升。

压轴的“撕名牌对决”堪称体力与脑力的双重考验，各小组队员斗智斗勇，在你来我往中充分展现出团队协作精神。随着所有游戏结束，激动人心的颁奖时刻到来。裁判依据各小组在游戏中的表现与积分，为获胜团队颁发精心准备的小奖品。



图 4：活动大合照

最后，此次团建活动在全体师生的大合照中圆满落幕。通过此次活动，同学们在放松身心的同时更拉近了彼此的距离，深刻领悟到团队协作的力量。未来，他们将以更加饱满的热情、昂扬的斗志投入到大学生自律委员会的各项工作当中，为营造良好的校园秩序注入青春力量。

大学生自律委员会

2025 年 5 月 10 日