

【理研】 班级建设活动简报

【班级建设】——理研 1803 班:

(李天讯) 11 月 17 日, 理研 1803 班在奥森公园开展了“缓解压力, 继续向上”校外素质拓展活动。本次活动由刘湉负责组织, 全班共 24 名同学参加。本次活动围绕缓解压力这个重点, 从参观奥森公园, 扔沙包两个方面开展, 活动意在让大家通过游览奥森公园和进行小游戏来疏解最近学习的压力, 首先我们参观了奥森公园, 爬山游湖欣赏风景, 大家都被这个季节奥森公园的景色所吸引。随后在奥森公园的空地处, 进行了扔沙包活动, 大家积极参与, 不仅舒缓了最近的压力, 还让大家体验了一把儿时游戏所带给我们的快乐。



【班级建设】——理研 1803 班:

(李天讯) 11 月 18 日, 理研 1803 班在地坛公园开展了“健康前行”校外素质拓展活动。本次活动由许刚负责组织, 全班共 23 名同学参加。本次活动围绕身体健康这个重点, 从长绳接龙, 撕名牌, 组联盟三个方面开展, 活动意在让大家体会游戏乐趣的同时, 注意身体健康的重要性, 首先的长绳接龙让大家在跳绳中为后面游戏热身。接下来的撕名牌, 大家更是团队商量战略, 并联合作战。随后的组联盟, 大家不仅接触到了一个新的游戏, 更加体会到相互配合多么重要。



【班级建设】——理研 1807 班：

（吴静静讯）11 月 18 日，理研 1807 班在奥林匹克公园开展了新生引航之班级素质拓展活动。本次活动由运学海负责组织，全班共 27 名同学参加。本次活动围绕培养研究生合作精神，增强班级凝聚力，激发新生对研究生生活的热情，从素质拓展训练这个环节开展，游戏包括《抱抱团》、《羽毛球颠球》、《你画我猜》三个项目。历时 2 个小时的拓展训练，同学们相互配合、彼此信任，激情高涨，玩的是不亦乐乎。游戏结束后，运学海为游戏胜利者颁发奖品。本次素质拓展训练，不仅增进了同学之间的友谊，促进了良好的校园文化氛围，更能有效地提高了同学们的领导、组织、团队合作和有效沟通等方面的素质和能力。

**【班级建设】——理研 1807 班：**

（吴静静讯）11 月 26 日，理研 1807 班在操场开展了荧光夜跑活动。本次活动由张朔负责组织，全班共 32 名同学参加。本次活动围绕培养研究生对体育项目的热爱，增强研究生自身身体素质，激发新生对研究生生活的热情，从绕操场跑步这个环节开展，首先班委分发荧光棒，计时开始后大家一起围绕操场跑步。历时 4 分钟，所有同学完成了 800 米的荧光夜跑。游戏结束后，张朔为前两名胜利者颁发奖品。本次素质拓展训练，不仅增进了同学之间的友谊，促进了良好的校园文化氛围，更增强了同学们对自己身体健康重要性的认识，有助于同学未来几年更好的投身于科研之中。



【班级建设】——理研 1806 班：

（杨晓彤讯）12 月 7 日，理研 1806 班在东配楼 102 开展了“读书分享会”活动。本次活动由班长尹一林负责组织，全班共 25 名同学参加。本次活动围绕提升大家对读书的兴趣，搞好班级的学习氛围，让阅读成为习惯，从大家各自分享自己近期的读书心得以及进行小游戏增加交流会氛围两个环节开展。首先，由班长发言，向每个学生说明这次分享会的目的，即旨在让阅读成为习惯，让思考伴随人生，激扬文字，丰富心灵。然后每个同学在座位上发言，跟其他同学谈论一下自己近期的读书心得并和同学分享自己从读书中获得的乐趣，阐述自己从书中读到什么、想到什么、学到什么，期间进行成语接龙、猜歌名等小游戏，为了活跃大家氛围，也让大家都能感受到理研 1806 班大家庭是十分欢乐与温暖的。最后，由班长对此次班会做最后的总结发言。

**【班级建设】——理研 1804 班：**

（林谛讯）12 月 9 日，理研 1804 班在主教 301 开展了以“纪念 12.9 运动精神”为主题的团日活动。本次活动由付凤至负责组织，全班共 37 名同学参加。本次活动围绕继承光荣传统，弘扬爱国精神为主题，从主讲人 PPT 介绍和观看纪念 12.9 视频这两个环节开展，付凤至同学在 PPT 介绍时详细向同学们讲述了 12.9 运动的背景及意义，在观看视频时，同学们都认真投入。通过此次团日活动，同学们知晓了一二·九运动在中国革命历史上的重要地位，对爱国精神有了更深刻的了解，我们相信：传承了历史革命精神，又将之与时代精神相结合的同学们，定会勇往直前，展现出更好的风采。



【班级建设】——理研 1804 班：

（林谛讯）12 月 14 日，理研 1804 班在主教 301 开展了以“赏中华诗词，寻文化基因，品生活之美”为主题的班级活动。本次活动由来天艺负责组织，全班共 37 名同学参加。本次活动围绕弘扬中华优秀传统文化，让古代经典诗词深入同学们的心中为主题，从负责人介绍、同学们分享诗词感悟、互动讨论这三个环节开展。共有 9 位同学分享了自己喜欢的诗词以及自己的心得体会。有慷慨激昂的《木兰辞》、有凄婉动人的《孔雀东南飞》、有激情澎湃的《念奴娇·昆仑》等等。诗词是中国从古至今流传万代的文学艺术，也是流淌在中国人血液里的文化基因。作为一名大学生，在学习专业课程之余，也要多多欣赏这中华文化之瑰宝。为此，我们举办了这场意义非凡的诗词大会，来带领各位同学感受这种文学艺术的魅力。

