

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部

城市与环境学院 14、15 级硕博生团员

深入学习贯彻习近平总书记

有关教育工作和青年成才重要指示精神

学生党团日联合主题教育实践活动

总 结

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部

城市与环境学院 2015 级博士生党支部

城市与环境学院 2014 级硕士生党支部

2016 年 5 月 20 日

目录

学生党团日联合主题教育实践活动策划.....	1
党的知识竞赛策划.....	5
党的知识竞赛测试题.....	6
部分同学活动心得.....	10
党的知识竞赛总结.....	27
学生党团日联合主题教育实践活动总结.....	32
一、活动的确定.....	32
二、活动的过程.....	33
三、活动的意义.....	41

图目录

图 1 主持人和评审团现场出题.....	28
图 2 全神贯注等待抢答.....	28
图 3 聚精会神听题.....	28
图 4 积极抢答.....	29
图 5 组内同学积极讨论.....	29
图 6 优秀回答引发阵阵掌声.....	29
图 7 战前准备.....	34
图 8 讨论战术.....	35
图 9 胜利会师.....	36
图 10 攀岩挑战.....	38
图 11 惊险滑降.....	39
图 12 制作豆腐.....	40
图 13 手工艺品制作.....	40
图 14 联合支部和团员全体合影.....	41
图 15 联合支部和团员全体合影.....	44

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部、硕博生团支部

深入学习贯彻习近平总书记

“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”

学生党团日联合主题教育实践活动

策 划

一、活动项目

深入学习贯彻习近平总书记“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”
学生党团日联合主题教育实践活动

二、活动名称

深入学习贯彻习近平总书记“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”
综合素质拓展系列活动

三、活动目的

2016 年是十三五开局之年，也是全面建成小康社会攻坚号吹响之年。作为 2015 年入学、2018 年毕业的硕士研究生，同学们肩负着在学校中努力完善自身知识结构、全面提高自身知识水平，在未来的工作中矢志服务、努力工作，全情投入全面建成小康社会攻坚战，为夺取全面建成小康社会胜利而拼搏奋斗的重要使命。创新、协调、绿色、开放、共享五大理念的贯彻，离不开社会中每一个个体的响应和自觉行动。

习总书记指出，“青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。”作为时代青年党员和团员，应该全面提高自身素质，注重从党的知识、道德美德、智识学识、体魄健康等诸方面加强对自身的要求，以适应国家、时代提出的新理念、新要求。作为北京大学的学生党员和团员，同学们不仅应该努力学习科学文化知识，更应熟悉党的知识，培育团队合作、集体主义能力和精神，塑造能够为祖国健康工作五十年的体魄，充分发挥北大学子时代先锋、青年表率的作用，做有理想、有追求，有担当、有作为，有品质、有修养的大学生。

基于此，支部在征求同学们意见的基础上，决定开展综合素质拓展系列活动，帮助支部党员和年级团员意识到自身综合素质长板和短板，从而在今后的学习、工作中扬其所长，补其不足。

四、参与人员

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部、2015 级博士生党支部、2014 级硕士生党支部党员，城市与环境学院 2015 级硕士生团支部、2015 级博士生团支部、2014 级硕士生团支部团员

五、活动时间

2015 年 5 月 15 日

六、活动地点

北京市怀柔区生存岛素质拓展基地

七、活动内容

1、党的知识素质拓展活动。结合“两学一做”学习活动，开展支部党的知识竞赛，注重考察支部党员对党章党规和习近平总书记系列重要讲话的熟悉程度，也欢迎团员参加。

2、团队合作和身体体能素质拓展活动。统一组织支部党员和年级团员赴北京市怀柔区生存岛素质拓展基地开展多样化的素质拓展活动，重点突出对团队合作能力和身体素质的培养和锻炼。

八、活动流程

1、集合乘车

2、下车入场

3、党的知识竞赛素质拓展活动。开展一次别开生面的素质拓展活动。待支部党员和年级团员就坐后，按照座次的左右随机分成两组答题。题目分为必答题（两组各 5 道），抢答题（共 10 道），简述题（两组各 1 道），评委可以根据现场情况决定增加题目。所有支部党员和年级团员都可以参与答题。答错题多的一组在稍后的团队合作和身体体能素质拓展活动中随机接受惩罚。具体的活动规则详

见党的知识竞赛活动策划。

4、重温入党誓词

5、团队合作和身体体能素质拓展活动。生存岛素质拓展基地共军体区、农事区、山地训练营区、工艺区四个板块共 25 个项目，还可以订制各种团队项目。本次素质拓展活动注重团队合作和身体体能素质拓展，因此将根据时间订制至少一项团队项目，如野战反恐部队拓展，身体体能项目优先在军体区的攀岩、飞降、射箭和山地训练营的独木桥、臂力通道、爬网、旋梯等能够明显提升身体、体能素质的活动中选择。

6、集合乘车

九、预期效果

本次活动，预期实现以下效果。

1、支部党员能够认识到“两学一做”的重要性。大家在轻松、独特的氛围中积极参与党的知识竞赛，争取做到“熟悉的知识与大家分享，陌生的知识重温习回顾，忽视的知识认真学与记”。同时，参与的过程也是比较评价的过程，谁对党的知识熟悉，谁对党的知识陌生一目了然，有利于督促对学习不重视的同学加强学习，缩小差距。年级团员在参与过程中也能认识到党的知识的重要性，并受到党的感召，积极争取入党。

2、支部党员和年级团员能够在团队合作素质拓展活动中更加认识到团队合作的必要性和重要性，并培养大家团队合作的能力，真正做到“党员团结团员，团员向党员看齐”和“党团共建，共同成长”，提高支部和整个年级的凝聚力、战斗力。

3、同时，在身体体能素质拓展活动中，支部党员和年级团员能够认识到自身身体素质、体能素质方面的不足和优势，从而珍惜青春年华和学校提供的锻炼场所，在未来两年多的学生时光中努力锻炼身体，全面提高自身的身体素质、体能素质，为投身全面建成小康社会事业和“为祖国健康工作五十年”奠定坚实基础。

十、指导单位

北京大学学生工作部

北京大学城市与环境学院党委

北京大学城市与环境学院团委

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部

城市与环境学院 2015 级博士生党支部

城市与环境学院 2014 级硕士生党支部

2016 年 5 月 1 日

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部、硕博生团支部

深入学习贯彻习近平总书记

“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”

暨“学党章党规，学系列讲话，做合格党员”专题教育

党的知识竞赛

策 划

为了响应习近平总书记关于青年成长要坚定理想信念的号召、贯彻执行教育部开展“五四”系列主题教育活动的通知，支部在此次党团日联合活动中设计了知识竞赛的活动环节，以检验支部党员对“两学一做”专题教育的学习成效并督促支部党员关心时事政治、树立正确理想信念，从而保证学生党员群体的思想先进性与政治敏感性。

知识竞赛采取学生党员喜闻乐见的积分对抗的形式，将三个支部的学生党员按座位随机分为两组，每道题两组派代表回答，最终依据两组对必答题和抢答题的总积分选出优胜队伍，颁发北京大学纪念书签为奖品。

竞赛题型设置为判断题、填空题与简答题。必答题包括所有三类题型，其中两队各 5 道判断题与 1 道填空题，每题 1 分，答错不扣分，两队各一道简答题，每题 10 分；抢答题为判断题和填空题，每题 1 分，答错不扣分，其中填空题抢答错误后可由另一队补答。竞赛题内容以“坚定理想信念”为核心，抢答题由主持团现场出题，不设出题范围，而必答题则主要涵盖一下三个部分：（1）第一部分为党史党章的基本内容。主要考察支部党员与团员对五四运动和党的建立等校史党史，以及学生党费与预备党员权利等与学生党员息息相关的党章内容的了解程度，通过最基础的知识点，突出关注支部学生党员意识及团员意识；（2）第二部分内容为党的十八大以来的党内教育。考察支部学生党员、预备党员与入党积极分子对十八大以来的群众路线教育实践活动的了解，以及对“三严三实”和“两学一做”专题教育的学习情况。此部分竞赛题以上学期以及本学期各支部对“三严三实”和“两学一做”的线上与线下学习为基础，以习近平总书记的相关讲话

原稿以及北京大学党委组织部对“两学一做”专题教育的解读为主要材料，重点关注支部党员对各项党内教育的理解。(3) 第三部分则紧扣时政热点，以习近平总书记最新的考察讲话为主要内容。包括习近平总书记在对清华大学和中国科学技术大学的考察时对教育工作和青年成长成才作出的重要指示与习近平总书记对在省部级主要领导干部学习贯彻十八届五中全会精神专题研讨班上关于“供给侧结构性改革”的讲话等，通过考察这些与同学们息息相关的最新的政策报告，借以培养支部学生党员、团员作为“北大青年”应有的对民族复兴和个人发展方向的政策敏锐度与其积极参与家国建设的“主人翁”意识。

知识竞猜题目及答案如下。

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部、硕博生团支部

深入学习贯彻“习近平总书记有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”

暨“学党章党规，学系列讲话，做合格党员”专题教育

党的知识竞赛测试题

2015 年 5 月 5 日

[必答题]

一、 判断题

- 1, 中国共产党的成立日期是 1921 年 7 月 1 号。 **误：7 月 23 日**
- 2, 学生党员（包括没有工资收入的研究生党员）、没有经济收入的党员，每月交纳党费 2 元。 **误：0.2 元**
- 3, 习总书记指出：我国经济发展进入新常态，必须用勤奋力推动新发展。
误：创新性
- 4, 今年是五四运动第 98 周年。 **误：97 周年**

5, “三严三实”是指“既严以修身、严以用权、严以律人;又谋事要实、创业要实、做人要实”。**误: 严以律己**

6, “五位一体”是指经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设为一体。**对**

7, 党的十八大以来, 习近平总书记对教育工作和青年成长成才发表了一系列重要论述。**对**

8, 党的全国代表大会每五年举行一次, 由中央委员会召集。**对**

9, 中国共产主义青年团是中国共产党领导的先进青年的群众组织, 是广大青年在实践中学习中国特色社会主义和共产主义的学校, 是党的助手和后备军。**对**

10, 预备党员的义务同正式党员一样。预备党员的权利, 除了没有表决权、选举权以外, 也同正式党员一样。**误: 被选举权**

二、 填空题

1, 十八大以来的党性教育包括群众路线教育实践活动、“三严三实”专题教育、“两学一做”专题教育。

2, 总书记强调, 我国将坚定实施科教兴国战略, 始终把教育摆在优先发展的战略位置。

三、 简答题

1, 请简述“两学一做”的主要内容, 面向的对象, 以及其与十八大以来其他党内教育的关系。

2, 什么是“四讲四有”, 谈谈你作为“北大青年”, 在将实现中国梦与实现个人理想有机结合的过程中, 需要注意哪些方面, 才能做时代的新青

年、好党员。

[抢答题]

一、 填空题

- 1, “四个全面”，即全面建成小康社会、全面深化改革、全面依法治国、全面从严治党。
- 2, 今年下半年即将召开第18届6中全会。
- 3, “两学一做”要求党员从薄熙来、周永康、徐才厚、郭伯雄、令计划等违纪违法案件中汲取教训，守住为人、做事的基准和底线。
- 4, “两学一做”的基础在学，关键在做。
- 5, 习近平总书记在中国科技大学先进技术研究院同科技人员交谈时强调，创新居于五大新发展理念之首，请补全剩下四个协调、绿色、开放、共享。
- 6, 习近平总书记《在知识分子、劳动模范、青年代表座谈会上的讲话》指出，知识分子是工人阶级的一部分，劳动人民是国家的主人，青年是中国特色社会主义事业接班人、是国家的未来和民族的希望。
- 7, 习近平总书记指出，无论从事什么劳动，都要干一行、爱一行、钻一行。在工厂车间，就要弘扬“工匠精神”，精心打磨每一个零部件，生产优质的产品。
- 8, 习近平总书记指出供给侧改革时不能少了这三个字，这三个字是结构性。
- 9, 党章规定，几名党员就可以成立党支部
三人或三人以上

10, 请全文背诵入党誓词

我志愿加入中国共产党，拥护党的纲领，遵守党的章程，履行党员义务，
执行党的决定，严守党的纪律，保守党的秘密，对党忠诚，积极工作，为
共产主义奋斗终身，随时准备为党和人民牺牲一切，永不叛党。

11, “春风杨柳万千条，六亿神州尽舜尧。红雨随心翻作浪，青山着意化
为桥。”是谁的词，描写的是什么事件？

毛泽东，长江中下游血吸虫病

12, 请说出社会主义核心价值观的三个层面。

富强、民主、文明、和谐是国家层面的价值目标，自由、平等、公正、
法治是社会层面的价值取向，爱国、敬业、诚信、友善是公民个人层面
的价值准则。

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部

城市与环境学院 2015 级博士生党支部

城市与环境学院 2014 级硕士生党支部

2016 年 5 月 5 日

部分同学活动心得

刘伯初活动心得：

团结砥砺，矢志奋斗

五四青年节刚过，5月15日城市与环境学院2015级党支部就举行了以“学习习近平总书记关于教育工作和青年成长成才的重要指示精神”为主题的党团日活动。我们参与了党团日党的知识竞赛，在生存岛开展了素质拓展活动。

我们先进行了野战反恐部队拓展活动，分为两个队伍，作为队长和狙击手，我意识到野战对抗是团队作战，只有团队成员有效协作，掩护与突袭部队相互配合才能增大取胜的几率。指挥官介绍作战地图后，结合不同的地图部署了我队相应的作战计划，第一张地图主要是正面作战，重在个人射击和移动掩蔽能力，第二张地图的迂回巷战，强调主路和边路的协同，重在关键点位的寻找与把控，第三张地图是带有战壕的丛林攻防战，选择进攻路线和各路进攻分队的组合是关键，我作为狙击手，必须有全局视野，用胆量和定力打仗，斩获敌军人头数十。同志们在野战模拟中果敢的行动充分展现了坚定的信心、顽强的斗志和团队的服从。

中午我们进行了党的知识竞赛，虽然平时有坚持学习，但是在竞赛前依然有些紧张，怕自己掌握得不扎实，影响本队的成绩。在抢答环节，我队队员积极发挥，但还是微弱落后。在这个环节，重新巩固了党和政府关于供给侧结构性改革、五位一体发展理念等政策知识和党员义务、预备党员转正、党的发展里程碑等党史党章知识。我们抽到的论述题目是关于习近平总书记提的“两学一做”的内容、对象及其与其他党的教育学习活动的关系。我们经过详尽的讨论和补充，给出了比较完善的答案，经过支书的点评，又进行了修正。

下午时分，全体党员开展素质拓展，穿绳网、过浮桥、爬土山充分历练了我们的身体和意志，飞索掷斧、攀岩射箭挑战了我们的胆量和力量，软陶、泥塑考验了我们的耐心和细心。攀岩时，虽然心里不怵，但是由于技术没掌握，鞋子打滑，没有挑战成功，我要向杨文韬和韩杰两位支书学习，希望下次能有所突破；射箭时整个身体需要站定，腰不能歪，胳膊肘水平拉弦，眼睛平齐槽口，动作定后放箭，非常考验技术，全部有分，一记红心，还算不错。飞斧是极有特色的活动，拿起斧头（姿势一定要对，请勿随意模仿），想象着前方的敌人，用力掷出，旋转的飞斧扣在厚重的木桩上就算成功，全支部只有周尚哲一位挑战成功。

今年是五四运动97周年，也是“十三五”开局之年。我们作为北大青年学习，更应认真深入全面领会习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话精神和高目标高要求地落实其内容。总书记指出，青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。作为广大青年的一员，我要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，从自身做起，在勤学、修德、明辨、笃行上下功夫。这次党团日活动让我深受思想启发和精神鼓舞，我要继续锤炼党性、磨炼意志、增强实力，在实现中国梦的伟大实践中书写别样精彩的人生，为全面建成小康社会和实现中华民族伟大复兴中国梦而奋斗！

范森荣活动心得：

做一个学以致用全面发展的优秀共产党员

2016年5月15日，在党支部的带领下，我跟随党组织赴北京怀柔生存岛参

加组织生活。活动主要包括两部分，党知识竞赛和素质拓展。通过这次活动，让我更加坚定做一个学以致用全面发展的共产党员的信念。现将我的活动感想向党组织汇报。

通过党知识竞赛活动，我不仅了解了有关党的各种历史典故、事实政治与系列讲话，还了解了在我身边聚集了许多优秀的党员，他们积极关注事实政治，学习系列讲话，表现出了对党的热情和学习渴望，更了解到了学习党章，关注时事政治，了解党的历史典故不只是一个枯燥的、单一的知识输入的学习过程，而是可以转变成一个有趣的、系统的、相互联系的学习过程。例如，在学习过程中，杨文韬同志将建国后成功治理了长江的吸血虫病这一历史事件与毛泽东同志的七言律诗联系在一起，既有助于记住该历史事件，又扩大了学习内容。所以我们在今后的学习中，应该努力寻找更佳的学习方式，无论从学习数量上还是从学习质量上都要努力提高。

明朝大哲学家王阳明提倡“学以致用，知行合一”。如果说党知识竞赛是一个“学”的过程，那么素质拓展将是“用”的体现。因为它不仅要求你知道“是什么”，而且还要求你知道“为什么”和“怎么做”。如果我们在这方面达成一致的话，那么我们必定会同意那颗小小的、普通的不能再普通的橡皮泥，当我们拿起它并去塑造它的时候，它就已经不再是我们所认识的那样是一块普通的橡皮泥，而是凝聚了我们的创造和时间，将我们的认识具象化的一个媒介。它恰恰代表了我们的“为什么”和“怎么做”的认知和创造过程。所以尽管这样的活动规模不大，方式简单，但是，它却能极好地影射我们的创造力与操作力，因此我保证以后事无巨细，一定认真对待。

最后，用陆游的《冬夜读书示子聿》结尾“古人学问无遗力，少壮工夫老始成。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，希望各位党员同志能坚持学以致用，做一名优秀的共产党员。

胡熠娜活动心得：

从实践中出真章——素质拓展有感

党的十八大以来，习近平总书记发表了一系列重要讲话，涉及改革发展稳定、内政外交国防、治党治国治军等各个方面，立意高远，意义深刻，是武装我们头脑、推动我们实践的科学指南。同时，总书记也对教育工作和青年成长成才发表了一系列重要论述。而我们作为北大青年学子，我们是党的新鲜血液，是共产党未来的主力军，我们要积极锻炼体魄、努力培养意志，在学习中立志向、在实践中出真章。因此，我们城环 14、15 级三个党支部联合组织了本次素质拓展活动。

五月十五日一大早，迎着和煦的清晨阳光，我们一行四十来号人乘着大巴踏上了本次素质拓展的行程。在一个多小时的车程后，我们来到了生存岛的野战反恐部队拓展基地。我们穿上了迷彩服、扛起了模拟枪械，在自由组队后立即进入了战斗状态。从生疏到熟悉，从个体到集体，从“不断战死”到“英勇杀敌”，野战反恐部队拓展的过程中，我们既熟悉了彼此，也学会了团队合作，更体验了一把党的老一辈领导人带领我们走向新中国的过程中所需要的斗智斗勇、英勇决断。

在开始生存岛的其他项目之前，我们进行了党的知识竞赛。党员们积极回答问题，在比赛中得到了学习，在答题中对党有了更深的了解。在生存岛，我鼓起勇气挑战了一直以来都想尝试的攀岩。虽然臂力有限，身材又没有优势，导致我没有完成整个攀岩，但是我给了自己一次机会挑战自我，也锻炼了我的勇气。其

后，我们又参加了山地训练营、飞降、射箭、飞斧等户外项目，体验了人民解放军的训练过程。过程很辛苦，但也很开心。途中，我们看到很多小孩，比我们更勇敢，能够飞快地完成整个项目，我们为他拍手叫好，也为自己暗暗鼓劲。随后，我们又参加了一些室内的体验，例如蛋糕制作、冰淇淋制作、插花等。共产党员是工人阶级的先锋队，我们需要有强健的体魄，也需要有发达的大脑，努力做到德智体美劳全方面发展，才能更好地服务祖国、服务人民，为共产党的光荣事业做贡献。

北京大学不仅是五四爱国运动的策源地，还是新文化运动的摇篮和马克思主义传播的一个中心。以北京大学为中心的新文化运动，是五四运动的先导，这一思想运动的兴起以1915年9月15日在上海创刊的《新青年》为标志，以反封建为主题，以陈独秀、李大钊、鲁迅等知识分子为代表人物，以北京大学为宣传主阵地。我们作为北大的学子，有义务传承先辈们的精神，在新时代为中国的发展贡献自己的力量。也希望今后有更多这样的活动，能够更好地锻炼我们各方面的能力，也希望我能成为一个合格的党员，了解党的方针政策、满足党对我的要求，时刻准备为党、为祖国贡献我自己。

陈培培活动心得：

五月是青春迸发的季节，是青年的节日。九十七年前，广大有志青年怀着爱国的热血和痛失主权的悲愤，毅然决然地拉开了五四运动的帷幕，成为后世青年永远的精神榜样。自党的十八大以来，以习总书记为核心的党中央紧跟时代步伐，针对当今教育工作和当代青年成长成才发表了一系列重要论述。习总书记指出，青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。广大青年培育和践行社会主义核心价值观要从现在做起，从自身做起，在勤学、修德、明辨、笃行上下功夫。要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。今年五四青年节前夕，习总书记还分别致信清华大学和到中国科学技术大学视察，鼓励青年学生肩负时代责任，高扬理想风帆，静下心来刻苦学习，努力练好人生和事业的基本功。习总书记的一系列重要讲话如一股清泉浇灌在青年学子们的心田，为处于人生中锐意进取又迷茫踌躇阶段的我们指明了奋斗的方向。

为了更好地学习习总书记的系列讲话精神，勉励党团员同学们将自身发展与实现中国梦的伟大实践扎实结合起来，共同砥砺强国志、聚力十三五，我所在的北京大学城市与环境学院2015级硕士生党支部于5月15日赴怀柔“生存岛”开展了主题教育活动。在多彩的体育活动和手工实践等素质拓展项目中，我们磨练了个人意志，增进了同学间的团结和友谊，分享了快乐与收获，增强了集体的凝聚力。

本次活动中使我最难忘的还是在进行各项单独的素质拓展前集体举行的党性知识竞赛。以趣味问答形式开展的这项活动不仅帮助我们重温了党章的基本内容和党的基本知识，还考察了我们对时事的关注和对十八大以来一系列重要会议和讲话精神的思考。当回答入党誓词的内容时，全体同学共同诵出那熟悉的八十个字，声音中尽是当年如火的热血和如今更加坚定的意志。在被问到“两学一做”的深刻内涵和意义以及“四讲四有”对我们当代青年的启迪时，同学们进行了深入的讨论和交流，在热烈的回答与阐述中坚定了加强理论学习和自身修养提高的信念。

党团日的活动虽然仅有一天，但党的知识学习和党性修养的提高则将永远在路上。我将牢记自身使命，坚定为国家和人民尽我一切所能的信念，处处学习，时时自省，日新月异地做到知识技能的积累和精神面貌的提高。我期待着在“十三五”阶段顺利见证党和国家“四个全面”的实现，同时也见证自己由青涩的学生党员向社会主义成熟可靠的建设者和接班人的蜕变。

孔璐活动心得：

志之所趋，梦之所向，心之所明，终生而为

今年是五四运动 97 周年，也是“十三五”开局之年。五四青年的节日，也是历史对青年进步群体的铭记。身为青年党员，我为这个日子感到自豪，也深切认识到自己的责任与义务。

今年“五四”前夕，习近平总书记通过贺信以及高校视察，对我国教育事业和青年成长成才作出重要指示。4月22日，总书记致信祝贺清华大学建校105周年，强调办好高等教育，事关国家发展，事关民族未来；4月26日，总书记到中国科学技术大学视察，与青年学生亲切交流，希望同学们肩负时代责任，高扬理想风帆，做有理想、有追求、有担当、有作为、有品质、有修养的大学生。

书记在谈话中指出，我们要全面建成小康社会，进而建成富强民主文明和谐的社会主义现代化国家，实现中华民族伟大复兴，必须依靠知识，必须依靠劳动，必须依靠广大青年。当今中华民族伟大复兴已经展现出光明前景，但前进道路并不平坦，必须坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信，随时准备应对各种困难和挑战。

全面建成小康社会，其中广大青年是生力军和突击队，而作为青年党员，更应该砥砺自强，锐意进取，发挥先锋作用和奉献精神。在新时期引领广大青年团结奋进、开拓进取，动员广大青年为实现中国梦奉献智慧和力量，勇敢肩负起我们青年党员的重任。

在这次党团日活动中，我部党组织不仅策划了“生存岛”素质拓展一行，锻炼意志，培养团队精神，更将党组知识、讲话学习及重要指示，以竞赛的方式融入行程，趣味性地开展学习与交流活动。

我在活动组织中收获良多。在趣味竞赛中，我们深入地学习、交流、讨论了“两学一做”教育精神及内涵，回顾、辨析、背记了重要党组织知识与指示，还开放式地去思考、探讨、总结、强化有关党员青年模范作用的政治精神；而丰富的“生存岛”拓展活动更让我加强了对自我锻炼的信念，无论是体魄还是精神，青年党员都应当是群体的解除代表，应该具备良好的身体素质、多方面的才能、组织协调能力和团队协作精神，我意识到了自己的不足与差距，希望能在以后的学习生活以及党组活动中锻炼自己，提升自己。

“十八大”以来，习近平总书记通过多种形式，多次寄语青年，对青年寄予了殷切期望。而作为青年党员，我们需要意识到这份责任，这份大义，我们作为未来社会主义建设的中坚力量，首先要坚定理想信念，提高政治觉悟与水平，立志成才、奉献、敬业、爱国；其次，在生活和实践要自觉践行社会主义核心价值观，弘扬主旋律，传播正能量；而往细了说，要自觉加强学习，不断增强本领，保持初生牛犊不怕虎的劲头，不懂就学，不会就练，增强自身素质，为全面建成小康社会多作贡献。我将紧跟时代、肩负使命、锐意进取，时刻把自身的前途命运同国家和民族的前途命运紧紧联系在一起，矢志奋斗，努力贡献智慧和力量。

我非常喜欢习总书记谈话中引用的古言：“志之所趋，无远弗届，穷山距海，

不能限也”。而我也愿意在党和国家的领导下，在组织和群众监督中，明志所趋，往梦所向，吾心之所明，将终生而为！

李羿活动心得：

2016年5月15日，城市与环境学院15级硕士党支部进行了党团日主题活动。早上7点出发，至晚7点回到学校，依次进行了野战反恐部队拓展，党性知识竞赛，“生存岛”素质拓展等活动，使各位党员、预备党员和积极分子学习和贯彻习近平总书记的相关重要论述和指示精神，更好地感受了五四青年精神。

在这三个主要活动中，谈谈三点思考。

第一是“砥砺”二字。砥砺有磨练的意思，对于青年党员来说，磨练要体现在两个方面：体力和精神上。体力上的磨练是首要，体力是精神的基础，有强健的体魄才能为“为祖国健康工作五十年”。当代的青年学生，由于学习任务重，对于身体的锻炼较为缺乏，我们经常能在网上看到一些学生由于学习任务过重而病倒的报道。作为青年党员，特别是作为北京大学的党员，是要为中国的社会主义事业贡献一生的，因此需要良好的体力作为支撑。回想起城环学院4年的各种野外实习，带队的教授们在野外都健步如飞，甚至比我们这些青年学生的体力还好，这不得不使得我们羞愧。再想想教授们每天都工作到深夜，早上仍然准点到校上课，如果没有青年时期的锻炼，体力的磨砺，是很难做到在中年时期这么好的工作体力的。因此这一次的党团日活动，野战反恐部队拓展和“生存岛”素质拓展两个活动都对身体进行了砥砺，在这一过程中，体现了一些党员同志的体力较弱，身体各方面素质仍然需要加强的问题，这是值得在以后的党活动中强调的。体力磨练后，最重要的是精神上的磨练，有坚强的意志，是通过成功的必要条件。作为青年党员，在青年时期一定要形成坚强的意志，强韧的精神，执著的毅力，才能在今后的学习，工作中坚持不懈地追求自己的目标，不为外界的诱惑所引诱，坚守自己的本心。试想抗日战争中的各位烈士与汉奸，最本质的区别不就是精神上的强度不同吗？精神强韧，忠于国家的人，就能抵住诱惑，不怕折磨，不背叛国家和民族；而那些汉奸，不就是精神上的弱者吗？因此对于青年党员来说，体力与精神是并重的，只有砥砺好体力与精神，才能做到浩然正气，做事无愧于心。

第二是主题中的“强国志”，通过学习“近期中央领导关于高等教育和青年成长成才重要指示精神”等系列讲话，学习了青年在成长成才过程中需要形成的各种品质。除了第一点所说的体魄与坚强的意志，还有创新，自信等。不管是习总书记还是李克强总理，都强调了创新的重要性，创新是一处民族进步的灵魂，是国家兴旺发达的不竭动力，从某种意义上讲，创新已经成为当今这个时代的标志和潮流。因此作为大学生党员一定要更加提高和强化主体意识，不断充实和完善自我，从而进一步锻炼和提升自我创新能力，为祖国的现代化事业贡献自己的一部分力量。联系到实际，当代城市发展问题日益重要，我们城环学院正是要在这个时刻利用自己所学的知识，创新实践，为解决城市交通、环境（雾霾）问题等贡献力量。

第三点是党性知识竞赛令我认识到自己虽然已经是党员，但是对于时事的关注仍然不够。由于已经成为党员多年，对于党的一些新的知识没有及时地进行学习，以致于对于新的时事方针政策不够理解。因此在今后的学习生活中，要及时更新对于党的新的知识的理解，跟上时代的步伐。但是对于在党性知识竞赛中最后提到的“中国共产党是一个精英的政党”，我有不同的看法。首先对于精英这个词，意指“精选出来的少数优秀人物”，中国共产党党员在中国并不在少数，

并且它代表的是最广大人民的根本利益，从中国的根本政治制度上来说，全国人民代表大会制度，是人民当家作主的制度，而不是党的政治精英掌握重大决策权的制度，因此从这一层面上来说，“中国共产党是一个精英的政党”这一论述是不准确的。确实可以说中国共产党党员是各行各业的精英，但是这些精英首先并不是一开始都是精英，有可能是对于党国有着无比忠诚的人，通过自己的努力成为精英；其次这些精英大多数也是普通民众，他们在各自普通的岗位上发挥热量，因此可以说这里的精英应该是指各行各业的，对于祖国有着无比热爱的人，有着向上的心，就有机会能入党。

郦天昶活动心得：
用青春砥砺前行
——记一次愉快的党团日活动

在经历了5月14日的突然降温和风雨洗礼之后，15日的阳光格外明媚，伴着初夏的微风暖阳，我们支部和15级博士支部、14级硕士支部共同圆满进行了一次党团日活动。

这次党团日活动在北京近郊“生存岛”开展，生存岛是全国青少年教育基地、全国青少年德育实验基地、北京市爱国主义教育基地。在这里，我们尽情调动自己的智慧，发挥自己的创造力，在先民灿烂文明引领下思索过去与未来，在身心投入的实践中感受成与败，在极富创意的服务中品味人生苦与甜。

在活动中，我们体验着全长1500米“山地训练营”带来的刺激体验，团结协作挑战着依山而建的十几项有惊无险的障碍性设施，包括：步步高、晃桥、走钢丝、爬网等等。“山地训练营”的最高点是瞭望塔，站在上面可以看到整个生存岛的全貌，终点岛标处有一项刺激的松林飞降项目，300米的滑道、20米的垂直距离，以每秒十米的速度由山顶飞到山脚下，尖叫着体验风驰电掣的感觉。此外，我还体验了插花、剪纸、无土栽培、磨豆腐等农事项目，体会到了劳动的快乐，以及劳动果实的来之不易。之后在工艺制作区，我通过“体验式教育”了解了陶艺、扎染、木工、蜡型、造纸、石膏等手工工艺，真正动手去完成一件新鲜的事物，对身边的世界增加了几分了解。

整个活动中，把大家紧紧凝聚在一起的时光便是“党知识竞赛”的时间，也是最有意思和意义的活动环节。三个支部的同学聚坐在一起围绕着党章以及时政新闻等各方面的内容进行了激烈的知识竞赛比拼。通过这次知识比拼，不仅让我们领略到了大家的思想觉悟，也使我进一步加强了对党的知识的学习，对“两学一做”“三严三实”“四讲四有”等都有了更深刻的理解，让我更加明确的要做一名讲政治、有信念，讲规矩、有纪律，讲道德、有品行，讲奉献、有作为的合格党员。

作为年轻的学生党员，我们正用青春的力量砥砺前行！

刘敏活动心得：

2014年5月4日，习近平总书记在北京大学发表演讲，号召广大青年要自觉践行社会主义核心价值观。今年3月，党的十八届五中全会审议通过了《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十三个五年规划的建议》，明确了我国未来五年经济社会发展的宏伟目标、主要任务和重大举措，描绘了我国未来五年的发展蓝图。我国进入一个全新的发展时期，我们作为大学生，应该紧随祖国发展的步伐，响应习总书记的号召，树立远大的理想，继承和发扬五四精神和北大的

优良传统。

我们胸怀强国之志，希望在不断实践中提升自己的能力，为将来报效祖国奠定坚实的基础。5月15日，我们15级硕士党支部与15级博士生党支部、14级硕士生党支部近45名成员一同去往怀柔生存岛基地开展了一次很有意义的党支部活动。这次活动支部将理论和实践相结合，非常有意义。

党支部首先进行了约两小时的理论知识竞赛，在场同学们都积极踊跃地参与并回答。在相互交流的过程中，我收获了许多理论知识。同时，我也意识到自己对于党的很多基本理论知识不够扎实，以后要加强理论知识学习。我认为这样有意义的理论知识竞赛很好地强化了同学们对于理论知识的记忆和理解，而且当时支书还给我们普及了很多党组织最近的动态以及对大家的一些错误的观点进行了纠正。这次知识竞赛收获颇多，而且增加了对身边同学的了解。

知识竞赛之后，我们开展了生存岛体验，这里有很多很有意义的活动，比如攀岩，射箭，等等，丰富多彩的体验让大家在繁忙的科研学习之后得到了很大程度的放松，同时也锻炼了大家的体魄，培养了团队精神。

这是一次很有意义的活动，它让我意识到只有拥有一颗乐观积极的心和强健的体魄，将来才能投身于社会主义现代化事业，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而不懈奋斗。

邱安安活动心得：

为学习贯彻习近平总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话和指示精神，我院党支部组织了学生党团日联合教育活动。本次活动在素质拓展基地“生存岛”开展。“生存岛”是全国青少年教育基地、全国青少年德育实验基地和北京市爱国主义教育基地，通过素质拓展活动，磨练了我们的个人意志，加强了我们的心理素质，锻炼了我们敢作敢为敢拼的精神，加强了学生的团队合作能力，提高了集体凝聚力。

我们从北大南门出发，乘车来到生存岛，首先进行了党组织知识竞赛活动。我们分成了两队，以党章党规，十三五规划和习近平总书记系列讲话为主要内容，分为判断、填空和论述题进行两队的比赛，由于两队比赛比较激烈，还进行了附加题的比赛。比赛中，我看到了同学们对国家大政方针的关心，对热点新闻的持续性关注，作为发展对象，我要以党员的标准来时刻要求自己，要坚持不懈地用社会主义核心价值观来武装自己，弘扬党的群众路线的优越性，把握我们的民族精神和时代精神实质，深入开展爱国主义、集体主义和社会主义的学习领悟，增强自身的精神力量。把“三个倡导”和实际相结合，做好本职工作，尽好本职力量，真正融入到实现伟大中国梦的队伍当中去。同时，我作为北京大学的研究生，学习是我最根本的义务。要立足于学业，有良好的学习态度和积极向上、不怕困难的精神，时刻用新时期党员先进性标准严格要求自己，忠实履行作为学生和积极分子的义务，创造性、开拓性地学习，并主动实践和应用，是学习更有效率，增强党性和服务意识，提高工作能力、为身处事能力和办事效率。大学就像是一个小社会，我们的身边充斥着各种诱惑，成功、特权、金钱、游戏等等，要以社会主义核心价值观为向来约束自己，社会主义核心价值观会告诉你该怎样做。牢记党纪高于法律，严于律己。

在生存岛的活动中，我们进行了射箭、飞斧、攀岩活动，考验了我们的体力、协调能力和意志力。身体是革命的本钱。在平时的科研生活中，我们要按时作息，并抽出时间锻炼身体，不能靠消耗体力、熬夜来获得一时的成就，这样的发展是

不可持续的。我们的目标是为祖国健康工作五十年！所以身体素质也必须要搞好，一个好的体魄才有利于身心健康，所有青少年都有一个良好的体魄，祖国才是一个充满活力的年轻的向上的国家，才能有足够的且源源不断的精力进行创新。在工艺制作区，学生们又通过“体验式教育”了解了陶艺、扎染、木工、蜡型、造纸、石膏等手工工艺，通过真正调动手和脑去完成一件新鲜的事物，对身边的世界多了几分学校生活外的了解。这些都启示着我们要尊重科技、尊重劳动者、珍惜劳动成果。联想到我们的工匠精神，工匠精神是创新的基础，也是创新的源泉。制造是创新的基础，创造是更高一层的制造，如果没有过硬的制造水准，再好的创新也无用。很多时候我们缺少的不是创造而是“精工制造”。瑞士手表之所以能够畅销世界、成为经典，是因为制表者能够凭着工匠精神对每一零件、每一工序精心打磨、专心雕琢。而中国制造的产品虽遍布全世界，却仍被贴以“廉价粗糙”的形象标签，这在很大程度上就是因为我们缺少这种一丝不苟的制造精神。德国和日本的工业产品被世界公认为质量过硬，正是因为他们的企业始终传承着这种“工匠精神”，“工匠精神”令其生产的产品在世界上拥有美誉。实施“中国制造 2025”，撑起大国制造，需要我们的企业拥有“工匠精神”。打造制造强国呼唤工匠精神，因为，只有静下心来，耐得住寂寞，能够坚持、专注、专一，才能打造出最优质、最卓越的产品，使中国制造跻身世界一流。体验工艺活动，有助于我们更好地理解工匠精神，培养我们坚持与专注的品质和对完美和高标准的追求。

党团活动极大地丰富了我们的研究生生活，且让我对党的认识有了更深一步的提高，更加关注国家大事，以主人翁的姿态看待整个世界。

孙思佳活动心得：

5月15号，我院三个党支部一同参加了主题是“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”的党团日活动。我们于15日早上7点集合并出发，首先进行了野战反恐部队拓展活动，虽然这是一个游戏活动，但是在进行的过程中，充分的考验了大家的团队合作能力，感觉得到了极大的锻炼。

之后大约中午时，我们再次在生存岛素质拓展基地进行各项拓展活动。但是在活动开始之前，首先进行了一次党内知识竞赛，将我们参与活动的成员划分成两队，并且提供了不同的问题供双方作答，题目内容主要在“近期中央领导关于高等教育和青年成长成才重要指示精神”以及“两学一做”的范围内，对于这项活动，大家表现出了极高的热情，争相答题，在有竞争性但不失友好的氛围下进行比赛。在这过程中，我也发现了自己的缺陷，平时对于党的相关知识及指示精神的积累和补充并不充分，好多同学对于支书们给出的问题都如数家珍，不仅能够答出问题，还能给出相应的解释并给出自己的理解。而在支书提前准备的题目结束之后，同学们还意犹未尽，纷纷要求继续进行，而支书们对于党性知识也是信手拈来，给出了各种非常有特点的问题。并且还引发了同学们对于答案的讨论，感觉该知识竞赛办的非常成功，同时也告诫自己以后要善于积累，积极学习党的相关知识。

结束知识竞赛后，我们分散在素质拓展基地参加各种素质拓展，其中比较让我印象深刻的是攀岩、飞降和射箭等项目，在此之前，我都没有接触过这些内容，而在这次活动中，全都尝试了一遍，感觉对于自己的身体和精神都是一次非常好的磨练，尤其是攀岩，在之前，我对于这项活动都是敬而远之，而活动中，我也驱使自己尝试了一番，虽然很遗憾没能登顶，而想要第二次进行的时候由于体力

消耗也未能成功，但是不得不说是一次非常好的经历。

总之，这次党团日活动我感觉收获颇丰，不仅让我认识到了知识层面的不足，也在精神上对自己进行了一次磨练，希望以后还有机会参加类似的活动。

王凌越活动心得：

2016年5月15日，本人有幸参加了我院15级硕士党支部组织了学生党团日联合教育活动。活动分两部分，分别是野战反恐部队拓展与体验“生存岛”训练基地。其间，在党支部的得力组织下，党员、预备党员以及随队的入党积极分子开展了党的知识竞赛。活动全程在热烈、融洽的气氛下进行。

野战反恐部队拓展活动令我们体会到了纪律的重要性和团队协作的合力，锻炼了意志。参加野战反恐部队拓展对于大多数同学来说都是头一回。活动开始前，大家认真聆听教练的教学和指导，迅速地投入了“战斗”中。同学们分为两队，共在三个场地进行了六场对抗。激烈的讨论和分工合作促使两个小队形成了坚强的领导核心和凝聚力，大家循序渐进，渐渐找到了默契和对抗的感觉。活动结束，大家都有意犹未尽之感。

组织者精心策划的党的知识竞赛则达到了以赛促学的效果。同学们积极参与的判断、抢答、论述等几个环节竞逐激烈，紧张之余又妙趣横生。胜负不论，这次知识竞赛让本人意识到自己在理论知识上的欠缺和不足。本人在关心时政、积极学习习总书记讲话精神等方面，依然有很大的提升知识水平空间。这让我再次深刻意识到，不仅要牢固树立正确的价值观，培养强烈的社会责任感，不断提升自身的独立思考能力与创新能力，还要不忘初心，牢记党的基本理论，坚定自己作为党员的立身之本。

在余下的时间里，本人于生存岛基地自由体验各项活动。射箭、飞斧与攀岩，对本人的体力、协调能力和意志力可以说是进行了一次“考试”。只有拥有强健的体魄，才能更好地投入到学习、科研、工作中去，才能更好地实践作为党员的义务，“为祖国健康工作五十年”才不是一句空话。新的时期，赋予了这一口号新的意义，本人更加认识到，身心健康是一个基本的要素，体育是一个重要的手段。因此，本人将在以后的学习之余加强身体素质锻炼，将增强体质、磨练意志作为长久的目标。

以上是本人参加党团日的一些微小的心得。

王晓玥心得：

在学习中提高，在集体中成长

五月的清晨，天朗气清，惠风和畅。我和城环15级硕士党支部、14级硕士党支部和15级博士党支部的同学们一起乘车前往昌平和怀柔参与素质拓展，开始了锻炼之旅、聚力之旅、学习之旅。

第一项是野战反恐部队拓展，这是一项要求参赛者集智慧与胆识于一体的团体项目。所有人被分为两队，每个人都不是一个人在战斗，而是在集体中扮演着不同的角色，完成各自的任务。在前几回合不同的场地角逐中，两队各有胜负，同学们之间也增进了彼此的了解，配合起来愈发默契，团队风采逐渐体现。但最令人印象深刻的是最后一个场地的攻防战，对于进攻方和防守方都有非常高的要求。攻防太过激进，容易暴露目标，毁于一旦，但又必须要攻；守方太过保守，容易失去主动，坐以待毙，但也必须严防死守。这也让我联想到我国当前的局势，步入改革深水区，攻关克难是一定要做的，但同时也要注意审慎，但也绝不能停

滞不前，错过改革的最好时机。

接下来就是党内知识竞赛，两方选手准备充分，早已摩拳擦掌，双方比分胶着。这时候，党支书临场发挥，现场为两队出题，然而依旧有同学对答如流，赢得掌声连连。这其中，我队的杜悦悦、邱安安、王凌越和对方的李羿同学的发挥令人印象深刻，而自己在其中也感受到了差距，之前在党章党史和时事的学习还存在盲区，还需要在今后查漏补缺。我想，“两学一做”，基础是学，关键是做，未来，我们就是要加强理论学习，同时向身边的同学学习，做一名合格党员。随后，我们正式进入生存岛，开始了各项素质拓展活动。射箭、飞斧，让我们掌握了技巧，也强健了体魄；陶艺、扎染，让我们感受和体会了中国古代人民的艺术和智慧；插花、木工、丝织、石膏套印，让我们体会到了劳动中的快乐。

返程途中，虽然有一丝疲倦，但收获是沉甸甸的。感谢学校、学院对党支部活动的支持，让我们得以磨练意志、锻炼体格、陶冶情操，同时增强了党支部的团队凝聚力。在这个过程中我也看到了自己的不足，这也将是我在未来不断进步的动力所在。总之，在学习中提高，在集体中成长，党支部的此次之行对于我来说可谓是不虚此行。

夏星炫活动心得：

今年是五四运动 97 周年，也是“十三五”开局之年。为学习贯彻习近平总书记相关重要论述和指示精神，更好地感受五四青年精神，5 月 15 日我们院党支部在素质拓展基地“生存岛”开展了一系列以“砥砺强国志、聚力十三五”和“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”为主题的实践活动。身为一名积极分子，我非常高兴能有机会参与到这次活动中。

“生存岛”是全国青少年教育基地、全国青少年德育实验基地和北京市爱国主义教育基地，其中大部分项目旨在磨练个人意志，寓学于玩及加强团队合作能力，对青少年来说是一个比较好的学习锻炼的地方。因此在这里我们看到了很多的中小学生，有的是家长带着来的，还有由班级老师组织全班一起来的，大部分集中在工艺区（即自己动手制作一些简单工艺品）。

我们第一个活动是“野战反恐部队拓展”，全部人员分为正反两方在不同阵营里进行对打。这个游戏不但考验指挥人员的指挥协调能力，更是考验大家的团队合作能力，以及为了保护自己的阵营，大家不怕困难，迎难而上的“不怕死”精神。每局中每人有 5 次生命，“牺牲”后就出场。结束后听到有同学感叹“要真在战场上，就真的挂了吧，哪还能有 5 条命啊。”虽然这只是一个游戏，但是也让我们体会了一把“上战场”的感觉，也因此更加明白了保家卫国的来之不易，向每一位军人致敬！

中午大家在一起分享了各自带来的午餐，其乐融融。午餐后我们在休息区进行了有关党知识的答题小竞赛。同样也是分为两方，有判断题、填空题和论述题，分别以按顺序答题和抢答的方式进行。两局下来两队旗鼓相当，大家热情高涨，纷纷要求加题以定胜负。于是党支部书记杨文韬和另外一个硕士师兄韩杰又加了几题问答，终于我方以些微优势险胜对方，答题环节完美结束。在这次答题中，我发现自己对党章方面的内容是最熟悉的，而有关政策方面的大概的知道，但详细的就有点不清楚，因此之后在时事政治方面还需更加关心了解并力求详细。此外，这次的题目中有意思的是问毛泽东写的一首七律诗所指的历史事件。感觉大家都挺茫然的，后来在小小的提示下终于有人答了出来，看来我们在有关党的历史事件的知识方面储备也许还不够完善。小小的知识问答，我们接收到了新的知

识同时也意识到自身知识的不足，受益匪浅。

活动的最后是大家一起制作工艺品。通过“体验式教育”了解了陶艺、扎染、木工、蜡型、造纸、石膏等手工工艺，在这里我们初步了解了一些中国传统工艺，并通过真正调动手和脑去完成一件新鲜的事物，对身边的世界多了几分学校生活外的了解，体会到了劳动的快乐，以及劳动果实的来之不易。这些都启示着我们要尊重科技、尊重劳动者、珍惜劳动成果。

这次党团日活动充分调动了每个参与者的积极性，践行了习总书记相关重要论述和指示精神。这次活动我们不仅收获了快乐，收获了劳动成果，还收获了知识。这次活动的成功也使得我们对下一次的党团活动充满了信心。青年节正值青春，我们每个人都应该坚定信念，脚踏实地，寓个人理想于中国梦，巩固强国之志，为中国梦的实现贡献自己微薄力量。

颜燕燕活动心得：

记党支部野外素质拓展一日行

2015 级硕士班党支部成员一起前往北京市怀柔区的生态岛进行了野外素质拓展一日行。期间我们全体成员先是对十三五进行深入学习，并了解了习近平总书记有关教育工作和青年成长成才重要论述，为全面建成小康社会和实现中华民族伟大复兴中国梦而奋斗，具有十分重要的意义。

野战反恐部队拓展以及生存岛的实践，让我明白，锻炼是人最重要的事情，同时它也是最困难的事。虽说知物由学，但是有一个野蛮的体魄才能够有精力、有活力地去学习、去作为。“每天运动一小时，健康工作一辈子”的口号每个人都知，然而，并没有多少人能够每天坚持进行锻炼。因此，此次活动带给大家的，不仅是愉悦，同时也告诫着大家一旦不运动，就连简单的一个活动也会容易造成身体疲惫，这都是长期不坚持运动的后果。

另外，我们也组织了一次小型的知识竞赛，目的是让大家对十八大以来党内教育有一个深刻的认识。至少我明白了群众路线、三严三实和两学一做这三者的性质，内在联系，面向的重点对象。

两学一做是指“学习党章党规，学习系列讲话，做合格党员”。很惭愧，由于自己的原因，并没有时刻去关注党内动态，不了解时事，觉得自己的党性觉悟不够高。因此，我认为每一个党员都不应该像我这样，而应该是通过学习、了解，提高自己的党性觉悟，这是对我们每一个党员最基本的要求。

另外，在学习党章党规当中，书记引导我们，应该从周永康、薄熙来、徐才厚、郭伯雄和令计划等人违纪违法案件中汲取教训，守住为人、做事的基准和底线。每每打开人民日报，总能发现某某地方又出现了一位落马官员，他们落马的原因无非就是与权色交易、违法乱纪、任人唯亲有关。就我而言，我特别痛恨这样的人，所谓不在其位不谋其政。但是这些人手握重权，首先想到的不是黎民百姓，不是天下苍生，而是贪图享乐。这种人，有必要被通报出来，让大家引以为戒。

党章党规中明确了我们每一个演员的义务与权利，在义务与权利之内的事情，我们可以做，而在这之外的，我们则应该守本分，不越雷池不越红线一步。守住底线，多为国家办实事，毕竟穷困贫困的人还那么多，需要帮助的人也还那么多。

杨文韬活动心得：

今天，城市与环境学院 2015 级硕士生党支部、2015 级博士生党支部和 2014

级硕士生党支部的党员和三个年级的部分团员一起，赴北京怀柔生存岛开展了一场别开生面的党团日活动。

活动的内容十分丰富，但给我留下最深刻印象的还是在生存岛凉亭中进行的一场特殊的党的知识竞赛。作为支部的支书，在平时的工作中，我发现部分党员对党缺乏了解，对党的知识不够熟悉，这可能是因为入党之后，作为积极分子期间端正的学习态度没有了。因此，我们决定开展这样一场户外知识竞赛，让大家在轻松的环境中共同回忆、相互指正，温习和学习党的知识。

令我感到吃惊的是，支部出发的前一天，许多党员都在认真地准备第二天的知识竞赛，这令我非常感动。大家不是等着别人回答问题，自己享受外部性，而是主动地学习，希望取得这场知识竞赛的胜利。当日的活动过程也证明了大家准备的效果，竞赛双方的竞赛形式十分胶着，比分交替上升。主持人每抛出一道问题，每一方都有几个同学能够站出来，并且准确地回答出主持人的提问。对于较为简单的问题，如中国共产党的成立时间，同学们的回答迅速而准确。而对于比较难的问题，如社会主义核心价值观，回答的同学通过思考和组织，也能答出完全正确的答案。甚至对于传颂不多的毛主席诗词，也有同学能够答出它反映的是什么重要事件。

最令人印象深刻的是双方对于各自简答题的解答。在准备过程中，双方的同学都积极地开展着头脑风暴，尽可能地完善各方的答案。在回答的过程中，双方的代表逐步深入地分析题目，给出答案。发展对象邱安安的表现尤为突出，滔滔不绝中，她不仅准确地回答对了知识点，更饱含着对党和国家、人民的热爱。

两学一做，基础在学、关键在做。学得好，做到位，党员才真正称得上合格。当日的活动中，我们安排了大量的实践环节，比如野战反恐部队拓展、攀岩、射箭、干农活、做手工等项目。通过这些活动，党团员的团队意识和团队合作能力，身体素质和心理素质，动手能力和创新能力，悯农敬农思绪都得到了锻炼或升华。大家认识到了自己与习总书记对青年成长成才要求的差距，也意识到了自己强项和优势，从而能够在未来的学习、工作和生活过程中取长补短，不断进步。

在筹备活动的过程中，我也更加深刻地了解当下的报销程序的复杂。尽管严格的报销制度是规范学校财务过程、节流开源的重要保障，但如何进行更加合理的制度设计，使得整个流程既严格，又人性化，给广大师生留出更多的时间从事教学、学习、科研活动，应该是学校未来改革的重要目标之一。

杨雯活动心得：

就在5月15日，我们支部进行了一次素质拓展活动，虽然只有短短一天时间，但是这一天过得非常充实，疲惫却收获丰富，着实令我难忘。

集合时间定在早晨七点，在大学的生活中很多同学都养成了晚睡晚起的习惯，我也一样，很久没有需要在这么早的时间起来，但是在早睡后迎着清晨的朝阳走向目的地时，我感觉神清气爽，这时候觉得有良好的生活习惯才能有良好的体魄和精神状态，从而以更积极地态度投入学习工作和生活中。

抵达生存岛之后，一行人首先开展了党的知识问答活动。同学们面对一个个问题积极应答，一字不差，而我在前一天刚刚参加过党课考试，对这些知识还记忆犹新，但其他党员同学的记忆力和对时事的关注度着实令我惊叹，并且深深觉得自己离这些优秀的同学还差得远，暗暗在心中下决心要向看齐，努力提升自我对党的认识，多看新闻，多关注时事，早日达到入党要求。

紧张激烈的知识竞赛进行过后，我们开始了在生存岛的自由活动，岛上安排

内容丰富，有工艺区、农事区、军体区、山地训练营、生存拓展培训等多个板块。在路上能看到既有来此休闲娱乐的一家人，也有学校组织来进行体验的小学生们。我们首先来到射箭区，射箭过去一直是我在电视上才会看到的项目，如今有了一个机会能够亲手尝试，同学们都跃跃欲试，在教练的指导下，不少同学都射出了相当好的成绩，大家都很兴奋。而后，我们来到了山地区，摇摇晃晃的铁索，窄窄的独木桥，此起彼伏的笑声伴随着惊呼声，这种惊险刺激的体验让人很是意犹未尽。由于时间有限，我们最后一站来到了工艺区，这里并没有太多对身体素质上的要求，故而我们和许多低龄的小朋友可以一起做工艺。丝网印的精致速成，扎染的巧手叠成和亲手捞染，石膏工艺精巧的模具把过程极为简化，而上色又使其栩栩如生。最后我们在软陶的烤制中结束了一天的行程，大家各自拿着自己亲手制成的一堆东西返回学校，虽然疲惫，但内心都是满满的愉快和满足。

习近平总书记不断强调要深化教育改革，推进素质教育，创新教育方法，提高人才培养质量，努力形成有利于创新人才成长成才的育人环境。而作为当代大学生的我们，也应当关注全面发展，这次素质拓展让我们在体能、动手、还有对党的知识巩固方面都有所提升，希望我们在拓展中的状态能一直延续下去，不断奋斗提升自我！

余彤活动心得：

2016年5月15日，为学习贯彻习十三五相关重要论述和指示精神，我参与了城环学院15级硕士党支部组织的，以“砥砺强国志·聚力十三五”为主题的学生党团日联合教育活动。

本次活动，首先我们开展了野战反恐部队拓展活动。野战反恐部队拓展是一种模仿军队作战的游戏，我们穿上不同组别的军服，手持装备枪，配备各款野战装备，穿梭丛林之间，扮演一个士兵或将领的角色。通过野战反恐部队拓展活动我发现，每一个人都要凝聚在一起，相互沟通交流，服从最高指挥的命令，制定完整战略，相互间默契配合，才能取得最后的胜利。经过这次活动，我们锻炼了自己坚强、勇敢的品质，培养了沟通交流、团结合作的能力，消除了对来自不同专业不同班级同学间的理解和认识的差异，帮助他人，团结集体，服从安排，无间合作。无论输赢，我们都能以更正确的心态面对，自我激励，也激励他人，收获颇丰。

接下来，我们展开了一场激烈的党的知识竞赛，在比赛中，大家积极思考，认真倾听，大家党的基础知识扎实，关心政治时事，让我获益匪浅，扩展和补充了许多新的党的知识理论。在生存岛自由活动期间，我们参加了射箭、攀岩等军事体验项目，磨练了意志，增强自己心理及身体素质，在大家的鼓励中勇于挑战自我极限。随后我们还体验了陶艺、扎染、造纸、纺织、丝网印、石膏翻制等手工工艺，真正动手去完成一件新鲜的事物，陶冶情操，追忆童趣，通过自己的劳动获得成果，展现了自己的创造力，体验到了先人的灿烂文明和劳动人民的光荣与伟大。

此次主题党团日活动重在践行习总书记指示精神，同学们在集体合作中凝聚力量，在素质拓展中磨炼意志。十三五推进人才强国、人力资源强国建设研究，我们作为国家的青年，未来的人才，应该深刻领会实施十三五战略意义，确定“两个一百年”奋斗目标，在坚实的基础上坚定信心、锐意进取、奋发有为、积极表现，争做时代先锋、青年模范，让青春在中国梦中焕发光彩。

张昂活动心得：

2016年5月15日，我们党支部开展了以“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”为主题的党团日活动。我的收获很多。

活动选址在了怀柔的生存岛，它是全国青少年教育的基地、全国青少年德育实验基地和北京市爱国主义教育基地，我们在这里动手动脑，磨砺了个人意志，提高了团队合作能力。

首先我们进行了党支部的知识竞赛，围绕党团日主题分为两队进行PK，题目的类型有判断题，填空题以及简答题，两队分数一直齐头猛进相差无几，大家积极踊跃，正确率超高。同一个队里，大家一起思考，相互补充，甚至还对一些问题展开了辩论，我深感大家知识的丰富，以及大家严肃对待知识的态度令我感动，一起讨论、交流，大家互相进步，互相学习，收获颇多。像我们队的邱安安同学和杜悦悦师姐表现突出，知识结构完整，答题思路清晰，我要向她们学习，积极学习和巩固知识，主动思考和创新，永远对知识保持有好奇心和探索欲。

在进行了智慧多多欢乐多多收获多多的知识竞赛后，两队本着友谊第一比赛第二的宗旨，三五携手踏上了探索生存岛的路程。攀岩、射箭、踩桩等活动刺激充满挑战，大家都很厉害，克服自己的恐惧去完成每一项挑战，在需要团队协作的活动中，齐心协力，默契配合。

之后我们进入了手工艺制作区，感受了丝织，木工，扎染，软陶以及石膏模具的制作及上色。在这个区域，我感受到了中华文明的博大精深，人民智慧的力量，在生活中发现美，感受美，创造美。我和夏星炫、王晓玥同学一起亲手感受了丝织，扎染软陶以及制模。制作石膏磨具和上色是最需要时间的，我们做了一只青蛙和两只小羊，在制作模具和上色的过程中，等待考验了我们的耐心和定力。这些工艺是伟大的艺术，艺术是创造的过程，颜色、材质的选用和考量，折叠方法和制作手法，时间，火候，力度一切因素都影响着最后成品的质量。当然，当我们最终看到自己的作品的时候，是非常的开心和感动，因为自己的努力好像变成了一个实体呈现出来。

这次的活动丰富有趣，充满挑战，经过了这次党团日活动我们每个人都更加熟悉了。对于我自己而言，还认识了许多新朋友，党支部的大家都非常优秀，经历了此次活动，我更加感受到学习要和实践结合，学习要和创新同行，作为研究生的和青年党员的我们更要不定时的走出实验室，走出办公室，去看看外面的世界，体验生活，永葆活力，永葆好奇心和探索欲，学习，进步，创新。

最后，感谢学校，学院，对我们活动的支持，感谢党支部的辛勤组织！同时，希望我们以后有更多的类似的活动开展起来。

张释义活动心得：

5月15日，阳光明媚，晴转多云。我们研究生15级党员及积极分子、发展对象们在党支部的带领下前往北京郊区进行素质拓展和党的知识竞赛。

上午，我们进行了激烈有趣的野战反恐部队拓展活动。我们蓝方多次不敌对方，但沮丧之外还是有很多教训与收获的。第一要提高专业技术。第一次参战时战绩为0，十分困惑，以为是自己的装备不行。经过教练提点后才明白自己瞄准目标的方式不正确。第二要提高团队合作意识。在一次战斗中，我“义无反顾”地冲向了敌方阵营，却忘记了招呼队友给我做掩护，算是白白牺牲了。后来教练指导我们四个人一组，做小组配合，果然有更好的效果。第三要注重机会的把握。小的来说，战斗中，机会稍纵即逝，甚至会急剧发生优势逆转，没有把握住机会

就会被淘汰。大的来说，在团队占据优势时要果断出击，全歼敌军。我方第一次防守就溃不成军，被对方打到了大后方，而之前我们的进攻则首鼠两端、畏畏不前，形成了鲜明对比。

中午的知识竞赛别开生面。填空题一个个跃跃欲试，判断题就开始争先恐后了。到简答题，大家都积极“建言献策”，唯恐落后。这种良好的竞争合作氛围让我们更加牢固的记住了党的知识，也更加增强了党员同志之间的交流。回想起来，我贡献甚少，苦于知识不够广博，记忆不够牢靠。对面的师姐同志战斗力暴表，让人心服口服；主持的两位党支书在附加题环节大显身手，让人连连声赞。回去之后，我们还要继续学习，以师姐和支书同志为榜样，更加熟悉党章和党的知识。接下来的素质拓展，我们体验了射箭飞斧，参观了豆腐制作、无土栽培等，同样收获颇丰。

这次活动的主题是“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”。通过这次活动，我们学习了党的知识和总书记的系列讲话，也锻炼了身体与心理素质。今后要更加努力提高文化知识和身心素质，砥砺强国志，为中国梦奋斗！

赵倩活动心得：

5月15日，城环15级的硕士党支部和博士党支部一起开展了主题为“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”的团队户外素质拓展活动。本次拓展训练旨在挑战自我、熔炼团队、强国强志，塑造一支“内强素质、外树形象”的城环党员队伍。

在为期一天的训练时间里，全体队员在支书的指导下，分成两个队伍，以良好的精神风貌和团队协作精神成功完成了多项体能训练项目。这次拓展训练活动内容新颖、过程惊险，我有两点感触：一是不要轻易说“不”。拓展训练项目对人的体能要求并不高，更多的是对人的心理的挑战，每个人在心灵和精神上都会有所超越。挑战自我，要重新认识自我，才能超越自我。虽然体能有限，我并没有完成攀岩，但是我迈出了第一步，并且深深意识到以后要多进行体育锻炼。二是团结就是力量。通过这次活动，我感触最深的是只要团队成员团结一致、相互协作、勇往直前，就有可能完成每一项艰难的任务，团队的力量就是组织平凡的人做不平凡的事。我和几个第一次见面的自然班的同学相互协作，收获了友谊，登上山顶也看到了最美的风景。

此次素质拓展活动中，我们在生存岛还进行了“学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话”教育和党史知识竞赛活动。我一方面惊叹于支书对于党的坚定信仰和许多同学对于党史党章知识的熟练掌握，另一方面也意识到自己的不足，在以后的日子里，思想上决不能再有任何懈怠，要紧跟党的步伐，了解党的新动向，在行动和思想上都要入党，做一名精英党员。

通过此次拓展训练，全体党员同学充分体会到了团结和信任的重要性，增强了城环党员的向心力和团队凝聚力。我们在意志品质上接受了一次洗礼，在身心健康上得到了一次锤炼，创造了相互信任、彼此默契的氛围和团队合作精神。最后，非常感谢我们的杨文韬支书任劳任怨，为我们组织了一次活动形式创新性和活动内容进步性兼具的团建和学习活动！

张荣活动心得：

清晨，在喜鹊的鸣叫声中睁开了双眼，继而起身开启了“今天”这个大门。

洗漱间，大家也都陆续拿着脸盆进来，哗啦哗啦的流水声夹杂着窗外洒来的微微黄的阳光，一幅和谐像老电影的画面，让我似乎嗅到了今天愉快的气息。可能是因为今天我们党支部要进行第一次户外素拓之旅吧。

大家都很积极，出门后都迈着欢快的步伐向南门走去，一路上还讨论着今天可能发生的趣事，我跟在她们身后，听着听着，就到了集合地点。

在南门，杨支书大致安排了今日行程，首先坐车到昌平体验“军人行军打仗”之感，随后到生存岛展开我们党员的身体素质训练，在训练之前，再参与一场关于习近平总书记近日谈话的知识竞答。同学听完后更觉兴奋，看似都很期待今天的活动。

上车之后，大部分同学窗帘一拉，帽檐一遮，就半梦半醒的开始打盹，养精蓄锐，还有少数同学仍保持着热情与周围同学聊天。大巴就这样摇摇晃晃从城里开到郊区，风景变换，规规矩矩的大楼变成此起彼伏的绿山，最后到了我们行程的第一站。

在一个农庄里，大家都换上军装后，乍一看，放佛回到那年大一初夏的军训，可叹时光荏苒，白驹过隙，我们已经是研究生了，是一代需要有当担的 90 后的青年，作为我们社会最富有活力的群体，从我们现在飒爽的笑容中，朝气四溢，在这样的年华里，我们当珍之、惜之。

“真枪实弹的军训”开始了，我们分了红方和蓝方，红方由刘伯初当任队长，而我们蓝方则是由韩杰师兄担任队长。每一次“战争”都分了攻守两方，在最初的“战役”中，由于我们蓝方没有占据有利地形和缺少实战经验，屡屡败退，有一局甚至全军被歼灭，经过此惨痛教训后，韩杰师兄和教练总结了我們失败的原因，便开始教我们怎么行军布局和在势均力敌的情况下歼灭敌军。总而言之，要快、稳、准。在接下来的几局，我们改变了游兵散打的模式，而是有团结一起的三三组合轮流交换射击，效果虽然不是立竿见影，但也是有所成效，甚至还反击成功。总之这次体验，带给我很多感触，想想红军当年用艰苦的战役换来我们现在和平的生活，我们是党未来的接班人，理应更加敬畏我们的革命先烈们！

经过上午的激烈的运动，我们下午首先进行竞答活动保存一下体力。活动仍然是按照两小对进行竞赛，竞赛内容有判断题、填空题和论述题，以抢答的形式进行，竞赛中，双方的有所准备，抢答也是“快、准、狠”，尤其是邱安安同学的表现格外出色，让我们小组最终取得了胜利。这一场虽小的竞赛，但是大家积极参与的气氛真的很让人兴奋，作为一名合格的党员，就是需要有如此积极向上的朝气！

随后，就是今天的重磅活动，素质拓展。由于游动时间有限，大家根据自己的爱好组团，开始各项素拓训练，例如以杨支书为代表的小团体，喜欢攀岩、射箭、飞降、爬山和软陶艺术等素拓活动，而以陈培培同学为代表的小团体则更喜欢射箭、陶艺、茶花、泥塑和扎染等较文艺的素拓活动。虽然只有短短的 2 小时，我们体验了各种素拓活动给我们带来的惊喜，例如，当我们经过山地训练营的关卡达到了山顶，站在山顶的瞭望台上，怀柔的山水风光一览无余，不说会当凌绝顶，但这种对祖国大好河山的爱慕之情是油然而生的！

愉快的时光总是匆匆能从指缝溜走，但是这次素拓活动的记忆已经定格在我们穿迷彩服的影像里、停留在我们激烈的辩答里、保存在我们射箭、爬山、飞降的身影里。感谢组织给我们如此精彩而丰富的一天，这些都会保留在我们的记忆里！

周尚哲活动心得：
学习习总书记关于高等教育和青年成长成才的系列重要讲话
——记城环硕博党支部生存岛活动

总书记指出，青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。而我们现在所处的研究生阶段正是青年最富有青春朝气的时期，那么如果连我们这些人自己都不强大起来，怎么可以指望中国的强大？

为了紧密地切合这个主题，我们所有的活动就因此开展起来。无论是上午的野战反恐部队拓展活动，还是下午的生存岛中对体力与毅力的考验，无疑都是为了培养我们每个人练就强健体魄；而中午所开展的党支部知识竞赛，无疑是在考察我们对于党知识的学习的全面性和智力的较量。总而言之，生存岛活动是一次举办的非常有意义，效果也非常不错的活动。各位同志在活动中，互相帮助，互相学习，互相进步，不仅仅收获了知识和胆量，更重要的是收获了战斗中的友谊，强身健体的技巧以及未来前进的方向

还记得习总书记在谈话中指出，广大青年要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。广大青年培育和践行社会主义核心价值观要从现在做起，从自身做起，在勤学、修德、明辨、笃行上下功夫。依然清晰记得，在竞赛活动中，大家热火朝天地讨论着党最近所发生的很多事情，也很明显意识到自己在这些方面的不足，自己对于党的一些学习做的还不够全面和深入，虽然自己在努力地践行勤学的方法，但是自己对于社会事宜的关注度不够，以致于自己对于明辨方面做的远远不够，因此以后还应当多多向党支部内部的很多优秀的同志们去学习。

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部
城市与环境学院 2015 级博士生党支部
城市与环境学院 2014 级硕士生党支部
2016 年 5 月 17 日

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部、硕博生团支部

深入学习贯彻习近平总书记

“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”

暨“学党章党规，学系列讲话，做合格党员”专题教育

党的知识竞赛

总 结

作为支部联合活动的第二项活动，分组知识竞猜活动安排在地表温度较高、不适合进行体力活动的午间一点于北京怀柔生存岛基地凉棚内举行，时间为一个半个小时。让各位成员在学习中的得到充分的休息，为后续的素质拓展项目积累能量。

三个支部的同学随机就座后，按左右自发分为“粉红凤凰”队与“榴莲牛奶”队进行先后答题。在必答小题阶段，两队均表现出色，答对了全部规定题。进入抢答阶段后，两队的竞争进一步白热化，“榴莲牛奶”队凭借较快的抢答速度占得先机，确立了领先地位，而“粉红凤凰”队则不甘落后，一直紧紧咬住比分，直到所有预备的填空题答完之后，两队之间只有微弱的分差，比赛陷入胶着状态。由于同学们热情高涨，评判小组又现场增加了多道不设范围的填空题与判断题，尽管附加题涵盖内容从入党誓言到八荣八耻再到毛泽东诗词，包罗万象，但同学们依然发挥出色，总体正确率保持在 80%以上，将胜负的悬念拖入最后的简答题。进入相对系统与发散的简答题问答阶段，两队的同学都展开了充分的思考与讨论，群策群力，一起理清条例、组织语言，不仅在有限的时间内准确地回答对了相关知识点，还能以此为基础发散性地发展与补充。同学们滔滔不绝的回答，都饱含着对党和国家、人民的热爱。最后，“榴莲牛奶”队凭借最初确立的优势，赢得了竞赛的胜利。



图 1 主持人和评审团现场出题



图 2 全神贯注等待抢答



图 3 聚精会神听题



图 4 积极抢答



图 5 组内同学积极讨论



图 6 优秀回答引发阵阵掌声

可以说，两队同学自本次知识竞赛过程中势均力敌、不分伯仲的表现，体现

了支部成员整体较高的党性修养与广泛的知识储备。但同时，知识竞赛也暴露出同学们的党性修养过程中暴露出的一些瑕疵与问题，如面对一些非常新的问题时，同学们普遍出现了对党的政策解读不及时、不敏感的问题，有待于日后完善。如在5月10日就公布的习近平总书记在省部级主要领导干部学习贯彻十八届五中全会精神专题研讨班上的讲话全文中，强调了“供给侧改革”不能忘了“结构性”这三个字，但是15日的知识竞赛中并没有同学答出这一问题（尽管在公布答案后大家恍然大悟）。可以说，本次分组知识竞赛活动不仅成功完成了提升支部同学党性修养、帮助支部同学坚定信仰的既定目标，还极大地调动了各位同学学习的积极性、主动性，是一次成功的高校学生党支部党性教育的案例。总的来说，活动有以下三个方面的特点与意义。

1、以赛促学，良性竞争

检验党内教育成果与党性修养可以有很多方式，而知识竞赛无疑是学生群体中最为有效的方式之一。一方面，知识竞赛会给学生群体带来强烈荣誉感，从而成为自主性学习的动力，进而深化、巩固统一学习的成果，这对追求上进的北大党员更是如此。在本次知识竞赛之前，以15级硕士党支部的李羿同学与15级博士党支部的杜悦悦同学为代表的大部分党员同学都做了非常认真的准备，主动地学习与温习了党规党章、习近平总书记的讲话与北大章程，努力为比赛的胜利奋斗。这种自主性学习的效果，直接体现在当天的竞赛过程中：双方的比赛势均力敌，主持人每抛出一道问题，每一方都有几个同学能够站出来，并且准确地回答。对于较为简单的问题，如中国共产党的成立时间，同学们的回答迅速而准确。而对于比较难的问题，如社会主义核心价值观，回答的同学通过思考和组织，也能答出完全正确的答案。

另一方面，分组对抗还会产生一种竞争感，而本次知识竞赛的竞争实际上是一种良性竞争。比赛不是目的，学习才是目标。正因如此，双方同学在达完预先准备的判断题与填空题后，才会意犹未尽的要求加题回答，而这种良性的竞争所带来的是每位同学对党的知识更深、更多也更加全面的学习。

2、以论促学，集思广益

分组知识竞赛的一大好处在于，组内同学能针对每一道问题（尤其是简答题）

集思广益、畅所欲言。这种同学间开放的思考、讨论与总结有两大好处：首先，充分的探讨可以为同一个问题提供不同的视角与背景。尤其是与来自不同支部、不同专业、不同背景的同学分享关于党性教育的理解时，每个人头脑风暴的独特处和闪光点都会被发掘，而通过总结、归纳、整合与完善大家头脑风暴的内容，每个人都可以形成对问题由浅及深、由单一到全面的理解，如分析“四讲四有”对当代青年的启迪时，每个人践行当代青年的方式都会有不同，而通过聆听别人的践行手段，每个人也都有所新的启发。同时，这种集体交流和学习的氛围，还在客观上为同学们带来一种相伴感和力量感，为大家坚定理想信念、不断追求向上加油打气。其次，充分的讨论是促进同学之间相互交流、了解的重要方式。尤其是不同班级、不同支部的同学间的交流，同为未来建设社会主义、实现中国梦的主力军，大家在青年时代挥斥方遒的感情，也是日后结伴前行的动力所在

3、以较促学，见贤思齐

本次分组知识竞赛的另一个意义，在于诱导各位同学通过分组知识竞猜，了解自己在党性知识学习和实践之中的不足之处。尤其是在与其他同学比较的过程中发现差距，见贤思齐，找到努力的方向与榜样，逐步成长为时代的新青年、好党员。有多位同学在竞赛后都不约而同的反思了自己对时事政治了解的欠缺，希望自己能以知识竞赛中表现突出的邱安安、杜悦悦与李羿等同学为榜样，加紧“两学一做”的学习实践，不断加深党性修养，坚定理想。正如习总书记所言，青年时期学识基础的厚实程度，将决定一个人的一生。一个人掌握、了解自身的学习程度是至关重要的。但有的时候，成绩化的排名体系可能会挫伤一些同学的学习积极性，在这种情况下，以小组为单位的知识竞赛，通过普通队员将自己与优秀队员的对比，就能让每位同学相对私密而客观地认识到自己的学习水平与和他人在学习精度、广度上的差距，从而激发全体同学的主动进步。

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部

城市与环境学院 2015 级博士生党支部

城市与环境学院 2014 级硕士生党支部

2016 年 5 月 17 日

城市与环境学院 14、15 级硕博生党支部、硕博生团支部

深入学习贯彻习近平总书记

“有关教育工作和青年成长成才重要指示精神”

学生党团日联合主题教育实践活动

总 结

本次党团日联合教育活动的主题为“深入学习贯彻习近平总书记‘有关教育工作和青年成长成才重要指示精神’”。在接到学生工作部和城市与环境学院党委的通知后，城市与环境学院 2015 级硕士生党支部、2015 级博士生党支部和 2014 级硕士生党支部积极准备，通过头脑风暴，最终确定举办一场综合素质拓展活动，包括党的知识素质拓展、团队合作素质拓展和身体、体能素质拓展。下面，将从三个方面对活动进行总结。

一、活动的确定

学生工作部和城市与环境学院党委的通知后，利用支部大会的契机，城市与环境学院 2015 级硕士生党支部全体党员和发展对象、积极分子对如何结合“深入学习贯彻习近平总书记‘有关教育工作和青年成长成才重要指示精神’”和支部实际开展活动进行了讨论。

大家认为，作为 2015 年入学、2018 年毕业的北京大学的研究生，同学们肩负着在学校中努力完善自身知识结构、全面提高自身知识水平，在未来的工作中矢志服务、努力工作，全情投入全面建成小康社会攻坚战，为夺取全面建成小康社会胜利而拼搏奋斗的重要使命。习近平总书记指出，青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。广大青年要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。

因此，本次党团日活动可以结合“两学一做”教育，注重“学”和“做”两

个方面的内容，通过丰富的活动形式，既帮助大家强化为人民服务、为党的事业服务、为社会主义服务的理想信念，又锤炼大家的品德、意志力、体力和创造力。

综上，本次党团日活动可以开展如下几个方面的活动：（1）党的知识竞赛活动。党的知识竞赛是促进党员学习党的知识、理论的传统项目。结合“两学一做”学习活动，开展支部党的知识竞赛，考察支部党员对党章党规和习近平总书记系列重要讲话的熟悉程度，可以督促支部党员、发展对象、积极分子努力学习党的知识、理论，并加深团员对党的了解和认识。通过温习、学习党的知识和理论，有助于帮助大家坚定理想信念，强化家国情怀。（2）团队合作类活动。党支部是党在基层的细胞和战斗堡垒，支部党员就是堡垒中的战士。团结就是力量，只有当每一党员都心系组织，支部才能凝聚如钢，更好地发挥战斗堡垒的作用。团队精神在党员、团员未来的工作中同样必不可少。每个人少为自己想一点，多为他人、集体想一点，各项工作才能更加顺利地展开，党和国家的事业也才能在小顺利的积累中更加顺利地前进。锤炼高尚品格，团队精神必不可少。（3）身体体能拓展活动。90后青年的学习、工作周期与“两个一百年”奋斗目标的实现过程高度重合。在某种程度上，90后青年能够“为祖国健康工作五十年”，两个100年的奋斗目标就更加能够顺利实现。身体是革命的本钱，矢志艰苦奋斗，没有过硬的身体体能素质作保证，很可能就变成了空谈。因此，身体体能素质拓展同样必不可少。

最终结合大家的意见，支部决定赴怀柔生存岛素质拓展基地开展一次包含上述各方面内容的综合素质拓展活动。

后来，经过与城市与环境学院2015级博士生党支部、2014级硕士生党支部协商并达成一致，本次活动由三个支部共同开展，由三个支部的党员、发展对象、积极分子和三个年级的团员共同参与。

二、活动的过程

经过紧张的前期准备，本次活动于5月15日如期举行。

5月15日早7点，三个支部的党员、发展对象、积极分子和三个年级团员共45人一起从北京大学南门登车出发。

1、野战反恐部队拓展演练

由于出发时间较早，经过三位支部书记协商，临时决定活动的第一项改为野战反恐部队拓展演练。

到达现场后，全体成员迅速整肃，然后按照 1、2 报数的方式随机分成了红方阵营和蓝方阵营。分组完毕后，两组同学经过提名和投票，推选出两位队长、两名狙击手和两名机枪手。其中红方的队长为 2015 级硕士生党支部的刘伯初，蓝方的队长为 2014 级硕士生党支部的韩杰。之后双方同学在教练和队长的组织下，完成了相互熟悉、更换装备、练习射击等环节的工作。



图 7 战前准备

接着双方进入 1 号场地开展练习战。练习战第一盘，蓝方队长开场便冲入红方阵地搏杀，被红方队员迅速击毙，成为了本盘第一名阵亡队员。随后几名冲进红方阵地的蓝方队员接连被击毙。随后红方由防守转入进攻，多位红方队员冲入蓝方阵地，由队长持狙击枪负责掩护。在蓝方狙击手被红方队长射杀后，战斗进入一边倒的态势，最终以红方大比分领先而结束，其中队长刘伯初一人独自击杀 11 人。

练习战第二盘开始前，蓝方队长迅速调整战术，要求本方队员分散站位，做

好掩护，以防守反击为主，迅速射杀目标。果然，这一战术收到了良好的效果，战斗开始后，双方互有攻守，十分胶着，红方几次组织进攻都被蓝方击退，红方局面小劣。之后，蓝方组织进攻，红方队长兼狙击手抓住机会，快速狙击，甚至在被包抄后仍然击杀一名蓝方队员。最终，本次战斗仍然以红方小胜收场。

下面双方进入 2 号场地开展巷战。巷战第一盘，红方队长迅速安排本方队员分散站位，寻求掩体，伺机短兵相交。战斗开始后，红方打得十分凶猛，战线一路前推，蓝方则接连后撤。最终红方又以很少的战斗损失取得了一场大胜。巷战第二盘，蓝方在红方进攻路线上利用墙上射击孔布防，红方起初推进得很快，但由于蓝方火力越来越密集，红方伤亡较大，不得不转入防守。最终，尽管红方顽强抵抗，仍然无法抵挡住蓝方的攻势，蓝方终于取得了一场胜利。



图 8 讨论战术

之后双方进入 3 号场地进行攻防战。3 号场地的设置十分不均衡，防守方在 高处，居高临下、视野良好，可以方便地攻击下面来的敌人。攻防战第一盘，红方攻，蓝方守。由于不熟悉地形，红方队员前进地非常谨慎。蓝方几名队员则发现了本方左路山上的掩体，快速冲入其中，从而使蓝方在正面和侧面对红方形成了包夹。本场战斗，进攻的红方队员露头即挨打，完全无法进攻，最终蓝方以很

少的损伤收获了本场战斗的胜利。

攻防战第二盘，由蓝方进攻、红方防守。本场战斗，红方参照蓝方上一盘的布置派遣几名队员迅速冲上左路高地。蓝方显然对这一位置的重要性十分清楚，因此也派遣几名队员从各个方向潜伏和冲击该高地，双方在此处的交火十分激烈，互有死伤，但最终红方利用高地优势顽强守住了高地。在正面，战斗同样十分激烈，甚至出现了双方四人直接交火、同时阵亡的场景。蓝方部分队员一度摸上红方本部阵地，但未能存活。最终，蓝方以残阵取胜。



图 9 胜利会师

上午的活动到此结束，大家都战斗到筋疲力尽。最终红方更胜一筹，以 4:2 的比分获得胜利。本次野战反恐部队拓展演练不仅是对双方队员射击技能的考验，更是对双方队员团队合作精神和团队合作能力的考验。在分组时，尽管蓝方比红方多出几位男生，但在实际战斗的过程中，红方仍然取得了胜利。这与红方队长战斗前的周密部署，以及红方队员对战术的坚决贯彻密不可分。事实上，赛后数据显示，许多女队员的击杀数据显著高于男队员，这源于她们的相互配合、不激进、不冲动。男队员射击精度好，但比较激进，喜欢冲锋，这也解释了为什么作为狙击手的男队员数据十分华丽，而作为步枪手的男队员数据相当尴尬。

经过本次野战反恐部队拓展演练，大家纷纷表示感触颇多。在现实中，无论是真正的军事战斗，还是工作、活动，个人的能量永远的都是有限的，而集体的团结、配合才是取得成绩和胜利的保障。正如许多师生观察的那样，北大学生个人能力很强，擅长单打独斗，但合作能力稍差，这可能导致很多同学在某一个人能力不是出类拔萃的场合碰壁。正如一位同学的感叹，“要真在战场上，就真的挂了吧，哪还能有 5 条命啊。”现实中，因为团队合作精神和团队合作能力的丧失而导致的一次失败，很可能是决定性的，当然也是应该重点避免的。

2、党的知识竞赛

详见党的知识竞赛总结。

3、身体体能素质拓展和其他素质拓展

党的知识竞赛结束后，大家分散开来身体体能素质拓展和其他素质拓展活动。生存岛素质拓展基地包括军体区、农事区、山地训练营区、工艺区四个板块共 25 个项目，其中军体区包含攀岩、射箭、飞斧等项目，农事区包含蛋糕制作、豆腐制作、无土栽培等项目，山地训练营区包含滑降、索桥等项目，工艺区则包含软陶制作、印染等项目。党支部鼓励支部党员、发展对象、积极分子和年级团员优先参与与身体体能素质拓展相关的项目，也欢迎大家参加其他素质拓展项目。

活动开始后，大部分同学优先进入了军体区，显然大家都认识到了身体、体能素质的重要性，也想对自己的身体、体能素质进行一次挑战和检验。在攀岩模块，2015 级硕士生党支部支书杨文韬率先登上岩壁，经过几分钟的攀爬后成功登顶。接下来登上岩壁的是 2014 级硕士生党支部支书韩杰，第一次攀岩的他，也毫不费力成功登顶。韩杰参加了学校的跆拳道协会，平日注重锻炼，零基础登顶是对他健身成果的一次展示。接下来，20 余位同学先后进行了攀登，其中许多首次攀登的女同学都到达了攀岩墙一半高度的位置，与许多男同学持平。在众多攀登的同学中，只有一位未能离开地面。

在射箭模块，大部分同学的准度开始都不是很高，很多同学的箭直接脱靶。不过经过调整之后，大家的准度都有了明显的提高，很多同学都射中了 7-9 环。刘伯初在这一模块延续了上午的良好状态，表现十分出色，大部分箭都射在了 7-

9 环的位置，还有一支箭正中靶心。作为业余健身教练的罗泊宁表现则更为出色，除了第一箭射中了 7 环，他的每支箭都射在了 9 环以内。不过在临近的飞斧模块，大部分同学的表现都差强人意。这一活动不仅需要力量出色，还对抛掷技巧要求很高。最终，只有周尚哲一位同学成功将飞斧钉在了靶子上。



图 10 攀岩挑战

在山地训练营区，大部分同学走路来到山顶，参加了滑降项目的培训。滑降索道全程 1500，可以从山顶经过山谷直接降至山底，对同学的心理素质和身体

体能自信都是巨大的考验。在这一项目上，男同学表现得更加沉稳，大部分男同学在滑降过程中显得十分镇静轻松。而女同学则多数比较紧张，不过所有的女同学都没有退缩，径直走向滑降预备区，然后伴随着其他同学的加油声快速滑降至山底。不过在滑降终点，很多同学表示在滑降过程中面对下面巨大的悬崖，紧张是在所难免的，不过在空中只能选择调整心态，尽量平复情绪坚持下去。



图 11 惊险滑降

许多同学还参加了农事区和工艺区的模块。在农事区，同学们先后参观了冰

淇淋制作、蛋糕制作等过程，许多同学还自己动手体验了一把制作豆腐、插花和无土栽培。在工艺区，同学们先后参加了印染、石膏工艺、软陶工艺的学习和实践项目。通过发挥自己的想象力和创造力，许多同学制作出各种各样精美的工艺品，其中许多作品与专业水平相比也不遑多让。



图 12 制作豆腐



图 13 手工艺品制作

通过本次身体体能素质拓展和其他素质拓展，同学们不仅体验了精彩刺激的活动，而且对自己的身体体能素质、创新能力等有了正确的定位，大家纷纷表示

在今后的学习和生活中会取其所长，补其所短，特别针对自己身体、体能方面存在的不足，加强学习和锻炼。



图 14 联合支部和团员全体合影

三、活动的意义

2016 年是十三五开局之年，也是全面建成小康社会攻坚号吹响之年。作为 2015 年入学、2018 年毕业的硕士研究生，同学们肩负着在学校中努力完善自身知识结构、全面提高自身知识水平，在未来的工作中矢志服务、努力工作，全情投入全面建成小康社会攻坚战，为夺取全面建成小康社会胜利而拼搏奋斗的重要使命。创新、协调、绿色、开放、共享五大理念的贯彻，离不开社会中每一个个体的响应和自觉行动。

习总书记指出，“青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。”作为时代青年党员和团员，应该全面提高自身素质，注重从党的知识、道德美德、智识学识、体魄健康等诸方面加强对自身的要求，以适应国家、时代提出的新理念、新要求。作为北京大学的学生党员和团员，同学们不仅应该

努力学习科学文化知识，更应熟悉党的知识，培育团队合作、集体主义能力和精神，塑造能够为祖国健康工作五十年的体魄，充分发挥北大学子时代先锋、青年表率的作用，做有理想、有追求，有担当、有作为，有品质、有修养的大学生。

1、坚定理想信念

理想指引人生方向，信念决定事业成败，没有理想信念，就会导致精神上缺钙。在中国共产党的领导下，全国人民历经千辛万苦，找到了中国特色社会主义这条实现中国梦、复兴梦的正确道路，也是广大青年应该牢固确立的人生信念。作为青年党员和团员，大家应该不断强化政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识，尤其是核心意识和看齐意识，时刻与党中央保持高度一致，时刻与组织保持高度一致。党的基本知识、党章党规、系列讲话是一个党员的必修课，只有必修课学得扎实，理想信念才更加坚定。结合“两学一做”教育的契机，通过组织本次党的知识竞赛，提供给各位党员和团员一个温习和学习党的基本知识、党章党规、系列讲话的契机。在活动的过程中，各位党员和团员取长补短，对于陌生的、不熟悉的内容现场学习，即时记背、巩固，实现了快速的进步与提高。与传统的选手参赛，其他人围观的知识竞赛相比，这种全体参与式的竞赛形式更加有效地激发起了大家学习的热情，也在和谐又紧张的过程中增强了大家的党员意识和凝聚意识。

2、矢志艰苦奋斗

人类的美好理想，都不可能唾手可得。我们的国家，我们的民族，从积贫积弱一步一步走到今天的发展繁荣，靠的就是一代又一代人的顽强拼搏。当前，我们既面临着重要发展机遇，也面临着前所未有的困难和挑战，实现我们的发展目标，需要广大青年锲而不舍、驰而不息的奋斗。目前，国家正处在全面建成小康社会和实现现代化的攻坚时期，历史的重任要求我们必须承担起党和国家、人民交付的使命，用我之青春，我之奉献，建设富强美好之国家。矢志艰苦奋斗，关键是志，前提是身。身体是革命的本钱，只有练就过硬的身体、体能素质，才能更好地到基层、到艰苦的环境中完成工作任务。作为当代青年学生这一中国最富朝气、最富拼劲、最富创造力的群体，既要注重练就过硬本领，提高为人民服务的质量，又要注重强健体魄，拉长为人民服务的长度。“为祖国健康工作五十年”

这一光荣承诺，需要实际行动来保证。本次素质拓展活动，一方面为同学们提供了一次锻炼身体，提高身体、体能素质的机会；另一方面也让大家对自己的身体、体能素质进行了一次全面的检验，使大家了解自己的长处和短板，从而合理规划自己未来两年的锻炼计划。

3、锤炼高尚品格

青年是引风气之先的社会力量。一个民族的文明素养很大程度上体现在青年一代的道德水准和精神风貌上。广大青年要把正确的道德认知、自觉的道德养成、积极的道德实践紧密结合起来，自觉树立和践行社会主义核心价值观，带头倡导良好社会风气。集体主义是党从革命时期延续至今的优秀传统，团队精神是集体不断前进的必要属性。正是通过发扬集体主义，将个人利益与国家利益、人民的利益紧密结合，党才能带领全国各族人民克服一切艰难险阻，成功开辟中国特色社会主义道路，带领中国不断走向新的辉煌。正是通过弘扬团队精神，两弹一星、神州载人飞船工程等重大项目才能够取得成功。作为城市与环境学院的研究生，无论从事科学实验还是城乡规划工作，都离不开整个团队的通力合作，因而集体主义和团队精神都十分必要。然而由于大家能力都很出色，很多同学习惯于单打独斗，这显然不利于大家在学习、工作中取得更好的成绩。通过本次野战反恐部队拓展演练，大家发现在面临重大考验的时候，只有通过密切的团队配合才能保证整个团队目标的达成，并且使团队的损失最小化、个人利益最大化。许多同学都表示，经过本次活动的考验，在今后的学习工作中，自己会加强对自己集体主义精神、团队精神和团队合作能力的培养和锻炼，以期实现集体利益和工作成果的最大化。

习近平总书记 2013 年 5 月 4 日同各界优秀青年代表座谈时，向广大青年提出五点叮嘱，要求广大青年坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。正如习总书记所言，“现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的。人生之路，有坦途也有陡坡，有平川也有险滩，有直道也有弯路。青年面临的选择很多，关键是要以正确的世界观、人生观、价值观来指导自己的选择。无数人生成功的事实表明，青年时代，选择吃苦也就选

择了收获，选择奉献也就选择了高尚。青年时期多经历一点摔打、挫折、考验，有利于走好一生的路。要历练宠辱不惊的心理素质，坚定百折不挠的进取意志，保持乐观向上的精神状态，变挫折为动力，用从挫折中吸取的教训启迪人生，使人生获得升华和超越。总之，只有进行了激情奋斗的青春，只有进行了顽强拼搏的青春，只有为人民作出了奉献的青春，才会留下充实、温暖、持久、无悔的青春回忆。”

让我们牢记习近平总书记的教诲，以青春之我，建设青春之校园，富强之国家和光明之未来！



图 15 联合支部和团员全体合影

本次“深入学习贯彻习近平总书记‘有关教育工作和青年成长成才重要指示精神’”党团日联合教育活动由城市与环境学院 2015 级硕士生党支部、2015 级博士生党支部和 2014 级硕士生党支部和三个年级的团支部联合开展。感谢学生工作部、城市与环境学院党委、城市与环境学院团委的指导与帮助。

城市与环境学院 2015 级硕士生党支部

城市与环境学院 2015 级博士生党支部

城市与环境学院 2014 级硕士生党支部

2016 年 5 月 20 日