

最新拔河比赛拓展活动总结与反思(精选5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。相信许多人会觉得总结很难写？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

拔河比赛拓展活动总结与反思篇一

为丰富我校学生业余体育生活，倡导精神文明，培养学生加强体育锻炼的思想意识，加深同学之间团结和拼搏的精神观念，增强各班的凝聚力和 student 自身体质，我校于20xx年5月2日在校篮球场举办了拔河比赛，我校五年级组五支队伍参赛，比赛场面十分激烈，最终活动取得圆满成功。本次比赛总结如下：

一、校领导高度重视，赛前准备充分，使比赛顺利进行，在前期就向各班下达了通知。体育组策划并组织了本次比赛。

二、比赛场面热烈，团结了人心，凝聚了集体。

本次活动达到了预期的效果。在活动进行期间，同学们都能积极参加拔河比赛。比赛中，充分体现了同学们坚强，勇敢，团结协作的精神。啦啦队同学也表现出极大的参与兴趣，为拔河队员呐喊助威。每当比赛一开始，拉拉队的队员们就发出了响彻云霄的呐喊助威声，伴随着这呐喊声，参赛选手们更是当仁不让，用尽全身的力气与对手顽强拼搏。很多队员手都磨红了。由此可以看出同学们都有为集体争荣誉争光的团队意识，同时也可见同学们都有着顽强的毅力和拼搏精神。特别是当双方胜负难分的时刻，尽管他们此时都已经身心疲惫，筋疲力尽，但是他们仍毫不退缩，而是咬紧牙关，坚持到底，其精神值得我们每一个同学学习。

此次活动取得了圆满成功。调动了同学们参加活动的积极性，丰富了同学们学习生活，增强了同学们的集体荣誉感，更团结了各班同学。使同学们在参加活动强健体魄的同时更深刻理解了团结合作的重要性，使团队精神深入人心。我想不光是班级之间，同学之间，还是老师与同学之间，都有了更进一步的了解和认识，也加强各班之间的联系和沟通。拔河比赛作为一个交流的平台，为今后各项工作的顺利进行奠定了基础。更重要的是此次活动展现了我学生团结一致的精神风貌。

拔河比赛拓展活动总结与反思篇二

为了增强同学之间的凝聚力，丰富大学生的课外活动，加强学院之间同学的沟通与交流，培养大学生团结协作精神和集体荣誉感。在老师的领导下，在院学生会、各系体育部协助下我院举行了一次全院性大型拔河比赛。

在这次拔河比赛中，虽然出现了不少的问题，但是也取得了圆满成功。这次拔河比赛中出现的问题有：

（一）开赛时的秩序比较混乱，参赛对队伍在场边工作人员清点人数时场面比较混乱，可能是因为工作人员还不熟悉自己的工作吧。

（二）检录处参赛队伍比较混乱，有些队伍离检录处较远，在工作人员叫到他们时却不知道，从而出现了有队伍弃权的情况，这也有我们的失误，可能是喇叭的声音太小了，他们听不到。

（三）比赛间隔时间较长，赛程不够紧凑，有些组的比赛已经完了别的组才到一半，这是我们赛前安排赛程时没有想到的，下次安排一定要注意，并且与检录处的工作人员沟通一定要及时，合理安排比赛时间和赛程。

这次比赛中也有许多好的一面，在各系部体育部的配合下，每场比赛都在有序的进行着，参赛队员的全力配合，工作人员在熟悉工作后也没有出现问题了，井井有序的完成了这次拔河比赛工作。这次拔河比赛的成功，主要原因是活动组织的严密，在老师的领导下各个部门的协调配合较好；各个系部的协助下，参赛队伍的大力配合；工作人员有效的维护好现场的秩序，有条不紊的引导参赛队伍参加比赛，保证了参赛队员的安全，积极引导场外拉拉队员为场内队员加油呐喊助威，使现场气氛达到了高潮；比赛结束后立刻公布比赛结果并通知获奖队伍留下参加颁奖仪式颁发锦旗，使活动达到了高潮。

这次拔河比赛的圆满结束了，从中体现了我院同学蓬勃向上的精神风貌和团结协作的集体主义精神，有效的提高了同学们参加体育活动的积极性，丰富了同学们的课外生活，大大的加强了同学们之间的凝聚力。

拔河比赛拓展活动总结与反思篇三

为了倡导精神文明，锻炼健康身体，汇聚学生内部的团结力量，增强团体合作精神，丰富校园文化生活，本着“团结一致，友谊第一，比赛第二”的原则，于20xx年x月x日下午开始举行了拔河比赛。本次比赛总结如下：

一、比赛场面热烈，团结一致，共同“对外”。

我们本着公平、公正、公开的原则，进行裁判。学校各体育老师提前到达比赛场地，进行赛前布置。本次活动达到了预期的效果。在活动进行期间，大多数同学都积极参加拔河比赛。比赛中，充分体现了同学们坚强，勇敢，团结协作的精神，啦啦队同学都表现出极大的参与兴趣，为拔河队员呐喊助威。每当比赛一开始，拉拉队的队员们就发出了响彻云霄的呐喊助威声，伴随着这呐喊声，参赛选手们像愤怒了的狮子一样，用尽全身的力气与对手顽强拼搏。很多队员手都磨

红了。由此可以看出同学们都有为集体争荣誉争光的团队意识，同时也可见同学们都有着顽强的毅力和拼搏精神。特别是当双方胜负难分的时刻，尽管他们此时都已经大汗淋漓，身心疲惫，但是他们仍毫不退缩，而是咬紧牙关，坚持到底，其精神值得每个人学习。

二、赛场上的勇者们用自己独有的方式诠释着一个共同的词语——团结。

毕竟比赛是残酷的，因为评比的名额毕竟有限。今天没有拿到名次的队伍也没有气馁。因为通过拔河，我们练就了顽强的作风，团结一致的精神，强烈的集体主义责任感。

通过这次活动，不管是同学之间，还是各管理层之间，都有了更进一步的了解和认识，也加强学生会之间的联系和沟通。拔河比赛作为一个交流的平台，为今后各项工作的顺利进行奠定了基础。本次活动也锻炼了学校各高年级班委学生的组织能力，锻炼了各部门的工作能力和合作精神。我们也会在今后的生活中不断总结经验，完善自己，不断进步。

拔河比赛拓展活动总结与反思篇四

为了丰富员工的文化活动，增进员工之间的友谊和联系，提升各部门的团结意识和集体凝聚力，丰富企业文化，公司特此举办第六届拔河比赛，提供展现集体风采的舞台。

以部门为单位组队，每队11人，上场10人(必须有2名女队员)，指挥1人。

比赛分为两个组别，分别是机关队和车间队机关组：技术1、技术2队、人力联队1、人力联队2、设备项目联队、动力品保联队、冲压机关队、后勤外协联队。

车间组：钳工1-4队、模具制造1-2队、冲压件1-2队、小机加

队。

比赛第一轮为淘汰赛，对决双方由抽签决定；第二轮为循环赛，赢一场积3分，负一场积1分，最后按积分排名。

公司全体员工

3月19日——3月28日共10天

本次活动达到了预期的效果。在活动进行期间，员工们都积极参加拔河比赛。比赛中，充分体现了选手们坚强，勇敢，团结协作的精神，啦啦队都表现出极大的参与兴趣，为拔河队员呐喊助威。比赛开始，拉拉队的队员们就发出了响彻云霄的呐喊助威声，伴随着这呐喊声，参赛选手们用尽全身的力气与对手顽强拼搏。很多队员手都磨起了皮，由此可以看出我们的员工都有为集体争荣誉争光的团队意识，同时也可见大家都有着顽强的毅力和拼搏精神。特别是当双方胜负难分的时刻，尽管他们此时都已经大汗淋漓，身体疲惫，但是他们仍毫不退缩，而是咬紧牙关，坚持到底，其精神值得我们每一个人学习。

本次拔河比赛活动进展的很圆满，但也不得不说下我们在这次比赛中所存在的一些问题，虽然经过了严密的筹划、分工等安排，但我们对自己的工作的一些细节上还是没有尽善尽美，导致在活动组织中产生了一定的误差，比如在部门分组这一项我们没有考虑周全，但我们及时纠正，没有影响了整个活动进程，从中也吸取了经验，争取在以后的类似活动中不会发生同样的事情。

这次拔河比赛得以圆满成功，要感激领导的大力支持，在这次比赛中我们也得到了其他部门的帮助，感谢他们的大力配合，也感谢各部门的积极参与。在以后的活动工作中，我们要以更积极热情的态度投入到工作中，不断总结经验，一方面发扬优点，另一方面改正缺点和不足，认真努力的把企业

文化中的文化活动这一工作做得更好。

拔河比赛拓展活动总结与反思篇五

为丰富我校学生业余体育生活，倡导精神文明，培养学生加强体育锻炼的思想意识，加深同学之间团结和拼搏的精神观念，增强各班的凝聚力和 student 自身体质，我校于20xx年x月x日在校篮球场举办了拔河比赛，我校两支队伍参赛，比赛场面十分激烈，最终活动取得圆满成功。本次比赛总结如下：

一、校领导高度重视，赛前准备充分，使比赛顺利进行，在前期就向各班下达了通知。体育组策划并组织了本次比赛。

二、比赛场面热烈，团结了人心，凝聚了集体。

本次活动达到了预期的效果。在活动进行期间，同学们都能积极参加拔河比赛。比赛中，充分体现了同学们坚强，勇敢，团结协作的精神。啦啦队同学也表现出极大的参与兴趣，为拔河队员呐喊助威。每当比赛一开始，拉拉队的队员们就发出了响彻云霄的呐喊助威声，伴随着这呐喊声，参赛选手们更是当仁不让，用尽全身的力气与对手顽强拼搏。很多队员手都磨红了。由此可以看出同学们都有为集体争荣誉争光的团队意识，同时也可见同学们都有着顽强的毅力和拼搏精神。特别是当双方胜负难分的时刻，尽管他们此时都已经身心疲惫，筋疲力尽，但是他们仍毫不退缩，而是咬紧牙关，坚持到底，其精神值得我们每一个同学学习。

三、经过的激烈角逐，最终敲定战局，活动取得圆满成功。

此次活动取得了圆满成功。调动了同学们参加活动的积极性，丰富了同学们学习生活，增强了同学们的集体荣誉感，更团结了各班同学。使同学们在参加活动强健体魄的同时更深刻理解了团结合作的重要性，使团队精神深入人心。我想不光是班级之间，同学之间，还是老师与同学之间，都有了更进

一步的了解和认识，也加强各班之间的联系和沟通。拔河比赛作为一个交流的平台，为今后各项工作的顺利进行奠定了基础。更重要的是此次活动展现了我校学生团结一致的精神风貌。