伯藜助學金

助學創業,立己達人

伯藜助學金

助學創業,立己達人

校园文化活动项目优秀案例展示

2021

江苏陶欣伯助学基金会

材料提供：伯藜学社各项目活动负责团队

校园文化活动项目优秀案例展示·2021

伯藜助學金
助學創業,立己達人

导 读

2021年共有91个项目立项，受新冠疫情影响，共有80个项目全部顺利举办并完成结项工作。结项数据显示实际服务（参与）人数为**6311人次**，平均每个项目活动的服务（参与）人数为**79人**。

在众多校园文化活动项目中，涌现出一些较为优秀且适合其他兄弟学社学习与实施的活动。基金会在结项审核中学校推荐意见的基础上，根据项目活动需求、实施效果、可推广性为依据进行评选，共选出15个项目活动作为优秀案例进行展示，以供有需要的陶学子学习借鉴。

最后，特别感谢各项目负责团队提供项目材料以供各学社学习借鉴，并诚挚感谢项目合作院校老师对基金会推进校园文化活动项目的大力支持。

校园文化活动项目优秀案例展示

伯藜助學金
助學創業,立己達人

我们希望达到这样的效果

- 展示、宣传校园文化活动项目中的优秀项目案例
- 激发陶学子参与、组织校园文化活动项目的热情
- 让更多的陶学子学习借鉴优秀的校园文化活动项目
- 让更多的陶学子参与、举办校园文化活动项目
- 促进学社间的交流分享，提升校园文化活动项目质量
- 培养锻炼陶学子的实践能力，把陶学子培养成为有梦想的积极行动者！

校园文化活动项目优秀案例展示

伯藜助學金
助學創業,立己達人

目　录

一、学业类

1、南京农业大学——悦读，书“藜”有你——读书分享会

2、江苏大学——江苏大学伯藜学社伙伴计划

3、南京晓庄学院——藜课堂

4、南通大学——“学业赋能”结对帮扶活动

校园文化活动项目优秀案例展示

伯藜助學金
助學創業,立己達人

二、心智类

1、盐城工学院——盐城工学院“伯藜杯”辩论赛

2、南京林业大学——2021，爱“藜”爱我心理团辅活动

3、江苏科技大学——伯藜学社伯藜杯“明思论道我在行”辩论赛

三、公益类

1、扬州大学——春雨计划—为爱传递

2、南京医科大学——微课堂

3、南京特殊教育师范学院——《靠近异点——来自星星的老师》

校园文化活动项目优秀案例展示

伯藜助學金
助學創業,立己達人

四、创业类

1、南京晓庄学院——陶学子创新创业训练营

2、江苏科技大学——伯藜学社城市生存挑战赛

五、社会实践或调研类

1、南通大学——青春志·桑梓情---南通大学伯藜学社“助力反哺”计划之我为家乡代言

六、其他类

1、淮阴工学院——淮阴工学院伯藜学社访陶校友风采活动

2、江苏师范大学——创意T恤活动

伯藜
助學金
助學創業,立己達人

一、学业类

2021

悦读，书“藜”有你

A spiritual journey

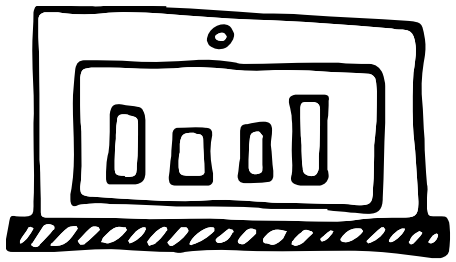
汇报人/车凤玮

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目分为陶爷爷故事分享会及悦读——读书分享会两个部分。项目逻辑清晰、目的明确、完成度较高。项目不仅让参与的陶学子更加了解陶爷爷的故事，在他身上学习更多的人生智慧，也给陶学子提供了一个彼此交流的平台；读书分享会让参与的同学重温自己喜爱的图书并写下分享感言，既加深了对图书的理解，也锻炼了写作能力，并且产出了一份陶学子们喜爱的读书清单，值得推荐。

关于我为什么想去做



引用一名同学的话“书籍，它可以让你更加直白的去认识到一些人或事”。在这样一个“phone”不离手的时代，能够不时的停下来去阅读书籍是非常可贵的品质。

再者，有这样一个机会，我想要去锻炼一下自己，改变一下自己的性格。同时，作为一个“浦口人”，承办这样一个活动能够加强两校区的沟通、学社的交流，我感到非常的荣幸。

致谢

My team

小汪学姐、露茜、薇总....

会务人员

招募人员、朋友、传媒新生...

学社其他部门

尤以涉外为代表...

目录

1．活动目的

2．我的团队

3．活动过程

4．活动总结

活 动 目 的

陶爷爷故事分享会

2020届陶学子加入伯藜这个大家庭已经有近一年的时间，“生活”于此，大家对伯藜这个家庭也有了更多的理解。但对于绝大多数陶学子而言，那个我们虽还未曾谋面但内心深深感激和爱戴的陶爷爷却还只是出现在各类宣传视频和文字介绍之中。承此活动走进陶爷爷的生活，学习他为人处世的道理，也是我们“陶学子”的必修之课。同时，也利用本次活动，为陶学子们创造一个交流的机会。

悦读—读书分享会

在繁重的课业压力中，给自己一周时间，与书籍进行一次触及心灵的交流。选择一本自己喜爱的书目，无论是否曾经看过，通过一段时间的阅读或重温，写出一篇推荐它的评价。既可以让自己能够重温经典，也能够锻炼自己执笔写作的能力，提高自己的综合素质。

我 的 团 队

我的团队

车凤玮
总负责人、统筹分工、
主持活动、准备工作等

汪艺洁
活动策划、准备工作

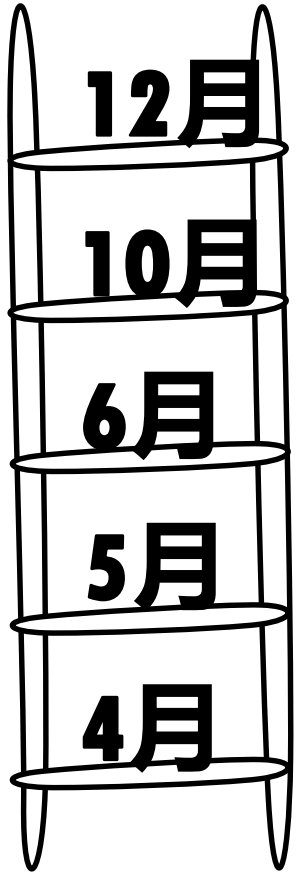
卢露茜
活动策划、宣传监制

孙博薇
物资采购、随机调动

李廷烨
随机调动

活 动 过 程

活动总时间线



收尾 —— 成功举办读书分享会、活动总结与反思

积淀 —— 策划第二部分活动形式、前期准备

起步 —— 线上宣传、成功举办陶爷爷故事分享会、活动总结与反思

定位 —— 团队磨合、确定两部分活动的承办时间、活动具体细节和想要达到的实际效果

探索 —— 确定团队成员、活动主题并进行项目申报

活动宣传

21:32
卫岗陶爷爷故事分享会(32)
30人在线
人文205陈焰钦（涉外）
陶爷爷故事分享会原则
学子必须参加，如果真
突的话，抽签完后找刘
行了！@全体成员
05-29 22:40
人文205陈焰钦（涉外）
@全体成员 进群的陶学
一下备注，格式为：年
名
05-30 19:22
信科201刘嘉杰（涉外
群公告
活动流程:
1.活动参与者签到。
2.主持人开场白,介绍活
3.按顺序上场汇报读书
队10min内)。
4.答题环节（题目与陶
生中的一些重要事件以
、地点相关）。
5.颁奖环节（排名由答
答对题目数量决定）。
6.所有奖品颁发完后,主
活动总结。
7.全体参与人员集中就
体合照。...
确认收到
21:31
浦口陶爷爷故事分享会(23)
21人在线
HI_Awe
陶爷爷故事分享会报名表
腾讯文档-在线表格
腾讯文档
HI_Awe
群公告
关于活动前期准备:
（1）自行组队：一组4人，选择一名组长（组长有额外积分）
（2）组长带领组内成员自行分配阅读任务，并写出小组读书感悟（总不少于600字）小组汇报结合读书感悟PPT分享
6人已确认
21:29
详情
HI_Awei
12月04日20:01
Groove Me-Guy
这里是书“藜”有你 读书分享会
书籍是人类进步的阶梯，也是滋润人们心田的雨滴。读一本好书，从书中找到共鸣，也许就能找到人生新的志趣。
如果你想在繁重的生活中，静下心来驻足一下，那就来参加我们活动吧。
【地点】线上
【活动对象】南京农业大学全体学生
【招募名额】60~70人
活动共分为两个阶段。参与的同学需要提交一份书评，书籍的种类不限，优秀的作者进入第二阶段—读书交流会。届时，参与者可以不限形式的分享有关书籍中的任何一个部分，大家可以选择自己喜欢的去说或者分享自己的观点。
参加活动的同学可以获得人文社科学时哦，优秀作品作者还会获得精美书籍套装！
还等什么，赶快加入我们吧！
白夜行
OPPO Find X2 Pro (5G)
浏览473次
HI_Awei、费锦琳、机械1916李佳阳、高元骏、计科201管义兴（山东）、王紫欣、李晗柳、王心怡、实践部王雨晴、计科201陈蔚然、甘霖、蔡诗乐、覃娜 应化192、动医2105叶子钰、动医17 李梦雅等50人觉得很赞
分党校学习部计科211施佳贝、莉姐、汪艺洁学姐、201张戴翎（数据）、11点半自然醒的王静怡等13人转发
张戴翎

陶爷爷故事分享会

活动流程

一

阅读《陶欣伯人生小故事》一书，并自行组队，并形成读书感悟。

二

主持人介绍活动背景和目的，宣布活动正式开始。

三

各小组分组进行感悟汇报。

四

答题与颁奖环节。小组派代表选择一组题目作答，答对题数排前5名的小组有奖励。

读书分享会

活动流程

一

活动宣传：通过QQ空间编辑文案宣传。

二

预热阶段：收集参与者信息和他们推荐的书籍。自行阅读为期一周的书籍，并在该周结束时提交一份书评、好书推荐或读书感悟。

三

材料审核与评选：评选出6~8名参与者在QQ群内公示并进入下一阶段

四

线上读书交流会：腾讯会议线上进行，以交流会的形式去对一本书籍整体或者其中的片段发表自己的见解、阐释推荐或者自己喜欢的理由、经典文段赏析。

陶爷爷故事分享会

活动图片

01

02

03

04

05

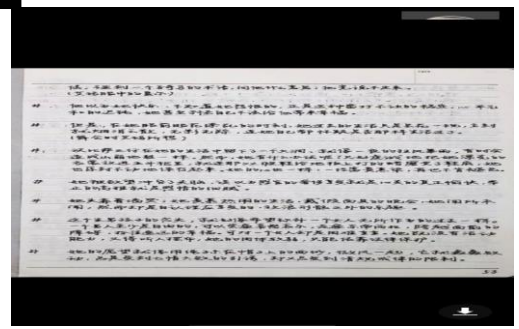
06

读书交流会

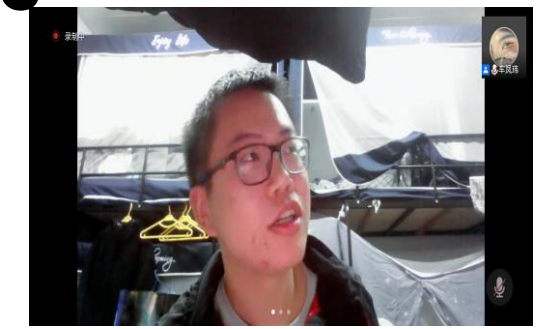
活动图片

01

02



03



04

05

06

活动总结与感悟

活动中的问题

财务

物资采购是非常复杂麻烦的一个工作。需要多次同时找到相符合的多个产品，并询问店家。同时还要在价格上严格控制。

组织

由于我的团队中，只有两名“浦口”人。所以在活动的分工上需要多次调整和随机应变以便能够符合活动所需。

活动过程

由于读书分享会属于较为“传统”的活动之一，在读书交流会的举办中，许多优秀的书评作者表示不愿意再参加第二轮，学时拿到了就好。因此我们补申了学时，并以奖品作为激励留下了一部分作者。

我的自评分

活动前期 4.5

活动宣传 4

活动吸引力 3

活动完成度 4.5

个人感悟

陶爷爷故事分享会让我们认识了那个“最熟悉的陌生人”。陶学子怀着真挚情感写下的一封封信件可能送不到陶爷爷的手上了，但他们对陶爷爷的爱将永远封存在这一笔一划之中。

阅读是终身的习惯，希望所有的参与者都能在书中找到自己的桃源，找到与自己生命共舞的灵魂。世界滚烫，似火灼心，愿你我静水流深。分享会虽然结束，但我会永远记得在这场交流中大家带给我触及心灵的深刻感受。

Thanks

伙伴计划

汇报人：姚伟伟

日期：2021年11月7日

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目涵盖数学提优、英语四六级辅导及伙伴计划三个模块。项目围绕陶学子现实需求，解决大家在学业上的各种困难。项目目标明确，设计合理，实施顺利，总结材料完整。其中的伙伴计划为新生陶学子寻找一对一的“学生导师”，帮助其更快更好的适应大学生活，发挥了伯藜学社“社团育人”、“朋辈辅导”的优势，值得借鉴。

目录 CONTENTS

PART-01 高数冲顶大会

PART-02 英语四六级辅导

PART-03 伙伴计划

PART-04 分析与建议

PART-01

高数冲顶大会

高数冲顶大会

1

『活动主题』 “搭建高数基础，冲击期末高分”

2

『活动目的』

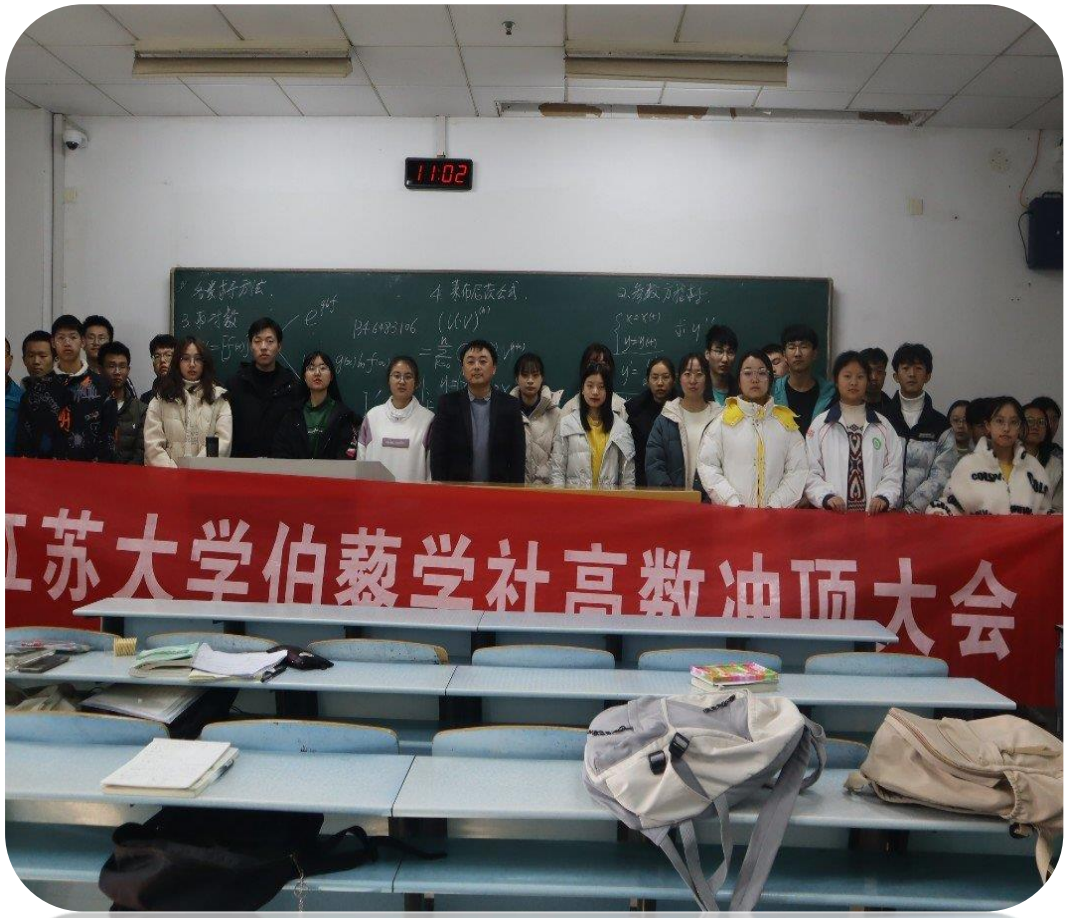
1. 突出高数学习的重要性；增强陶学子对高数知识掌控程度。
2. 学习经验，获得更优异的高数成绩。

3

『活动不足』

1. 学生不能自主性思考。
2. 活动次数少，老师讲解快。

活动风采展示



17:08
nova 4
AI CAMERA

10 00

14:58
nova 4
AI CAMERA

PART-02

英语四六级辅导

英语四六级辅导

活动主题

- 英语四六级提高系列活动。

活动目的

- 提高四六级通过率
- 降低挂科比
- 提高学习兴趣

活动流程

- 老师讲解
- 学生交流
- 解疑

活动不足

- 形势单一
- 学生反馈不足

活动风采展示

PART-03

伙伴计划

活动目的

让大一陶学子在生活和学习上获得帮助，更快适应大学生活。

活动主题

提高其学习自主性和努力自觉学习、独立生活的能力。

活动流程

根据陶学子专业进行匹配，实现低年级与高年级陶学子的直接交流。

活动不足

1、活动相对较形势化。
2、活动次数少

问题

How to do

伙伴计划为抓手

学习活动为辅助

设立帮扶小组

满足个性化需求

活动风采展示

PART-04

分析与建议

伙伴计划改进建议

引领高年级帮扶低年级

依托高年级陶学子和低年级陶学子之间的纵向联系，帮助新陶学子适应生活

开展以分社为核心的学习活动

依托同辈陶学子之间的横向联系，互帮互助，实现学习上“比赶帮超”

学习部和分社负责人积极沟通

分社负责人负责日常活动的信息统计，学习部进行汇总。

引导老师授课时与学生的交流

活动前，学习部应提前了解授课内容，做好与老师的沟通，方便老师了解学生想法。

感谢观看

藜 课 堂

南 晓 伯 藜 学 社

汇报人：谭湘琴 时间：2021年12月17日

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目充分发挥基金会倡导的“社团育人”、“朋辈辅导”优势，充分调用和利用伯藜学社内外的资源，邀请有各方面特长的陶学子或学生在学社内开展相关主题课程分享，不仅可以拓展陶学子视野，也给参与的同学提供了锻炼及展示的舞台。项目延续了历年经验，准备充分、实施过程顺利，基本达到了项目预期，陶学子满意度较高。目前已经成为了学社的品牌项目，值得宣传推广。

目录

蒸课堂

01 项目介绍

02 项目运行

03 项目反馈

04 总结反思

01 项目介绍

蒸课堂

项目介绍

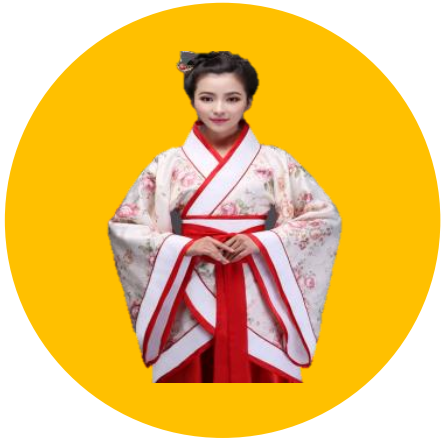
藜课堂

为了帮助同学们在校园生活中学习更多知识、适应多元化社会发展，全面锻炼自己的社交、沟通表达等能力，全面提高自身的综合素质。南晓伯藜学社举办了校园文化项目“‘藜’课堂”，让大家能够切实参与到校园文化活动中，在活动中掌握一些知识和技能，全面提高自身的综合素质。

摄影篇

创业篇

同伴教育篇



礼仪篇

项目介绍

摄影篇

社团很多的活动需要我们用摄影去记录、去保存，但是大部分陶学子缺乏基础的摄影知识，且目前没有相关课程的开展，故开展藜课堂摄影篇不仅可以更好地去记录社团活动，可能为提高陶学子的摄影水平。

项目介绍

创业篇

创新创业教育既是我国高等教育的发展趋势，也是推进我国高等教育改革的必然要求。为给陶学子普及一些创新创业知识，树立正确的创业观念，学社邀请到了优秀陶校友给我们做“追逐光，成为光”的藜课堂创业篇分享。

项目介绍

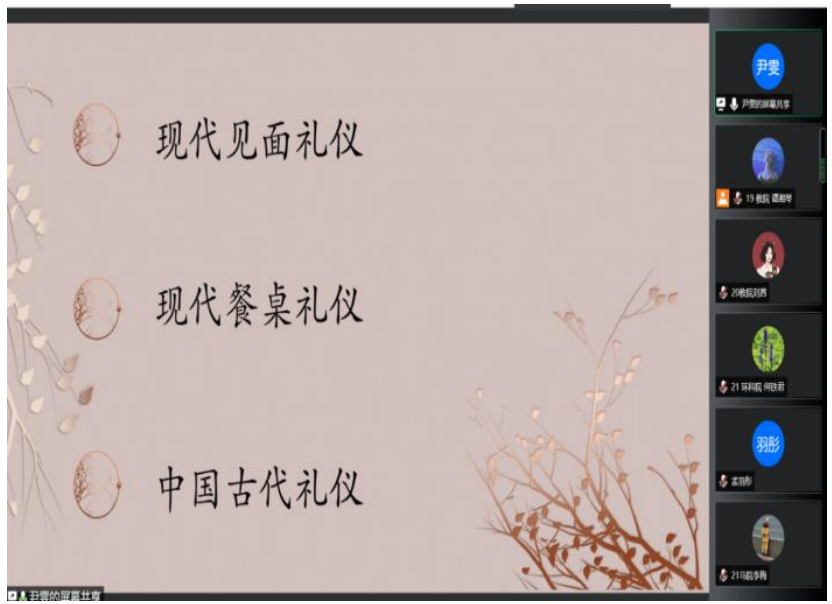
同伴教育篇

同伴教育指的是人们通常愿意听取年龄相仿、知识背景、兴趣爱好相近的同伴、朋友的意见和建议。特别在一些敏感问题上，青少年往往能够听取或采纳同伴的意见和建议。

藜课堂的同伴教育篇就是利用青少年的趋众倾向，对青少年进行教育，传播生殖健康知识和预防艾滋病的科学方法，让他们掌握一定的技巧和知识。

项目介绍

礼仪篇



中国具有五千年文明史，素有“礼仪之邦”之称，中国人也以其彬彬有礼的风貌而著称于世。礼仪文明作为中国传统文化的一个重要组成部分，对中国社会历史发展起了广泛深远的影响，其内容十分丰富。为进一步**传承中华文明**，**积极培养陶学子们良好的文明礼仪习惯**，学社开展校园文化项目“藜课堂”礼仪篇。

02 项目运行

蒸课堂

项目运行

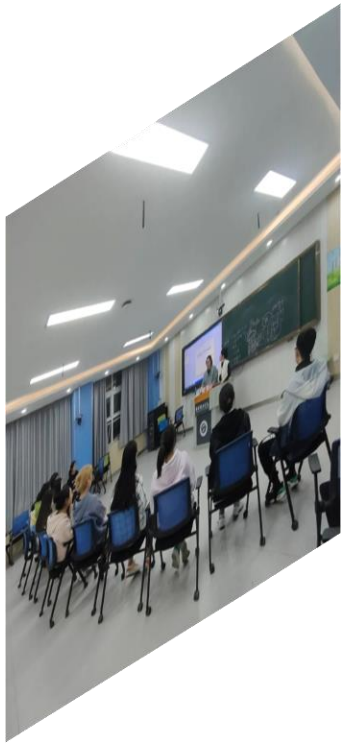
前期宣传
（QQ群、官Q)

项目运行

中期产出

摄影篇

创业篇



同伴教育篇

礼仪篇

中期产出

通过这次培训，陶学子实践掌握了基本的摄影知识和技巧，对摄影技术有了更深的理解。相信若是能够在今后的工作与生活中熟练运用技巧，同时这次培训会也会使得后期伯藜活动的照片文件得以完整地保存。

在陶学子与优秀陶校友面对面交流中，我们不仅了解到了有关创业方面的相关知识，同时陶校友的工作经历和人生感悟也深深地启迪了每一位陶学子，让我们逐光而往。

本次同伴教育课以轻松愉悦的方式探究了爱与性的关系，“爱自己，是终生浪漫的开始”。
“性”从来都不是难以启齿的字眼，更不应该成为恶心猥琐的代言词，太多的人刻意逃避关于“性”的话题，使青少年的“性”健康知识匮乏。此次藜课堂同伴教育课不仅仅让大家直面“性”，了解有关“性”方面的知识。更多的是让大家对性发展中出现的种种现象能采取有效的措施和正确的态度，并学会保护自己。

学习礼仪知识、掌握礼仪中的技巧，不仅可以美化体态，提升综合素养，更是一种文化的传承。藜课堂——礼仪篇的顺利开展希望能吸引更多的学生加入到学礼、知礼、明礼、用礼的队伍中。特别是在以师范为特色的院校，学生自身的举止仪态、人文气质对未来全民素质的提高有着重要的影响作用。

后期产出
（官微报道）

2021年4月13日
藜课堂
摄影篇
南晓伯藜学社
藜课堂|摄影篇
定格瞬间，记录美好。
2021年6月1日
2位朋友读过
藜课堂|创业篇
愿你逐光而往，拾光而归!
2021年11月17日
6位朋友读过
藜课堂|礼仪篇
晓伯藜 招新季 | 伯藜答疑会&笔试，再靠近“藜”一点
4位朋友读过
2021年10月24日
藜课堂
同伴教育
1位朋友读过
藜课堂|同伴教育
爱自己是终身浪漫的开始!

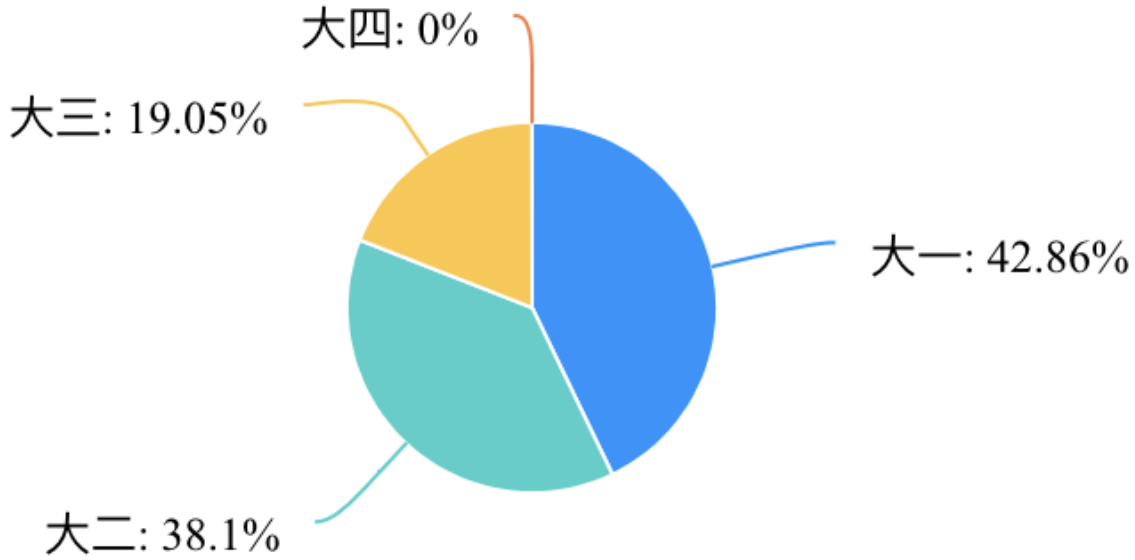
03 项目反馈

蒸课堂

问卷调查

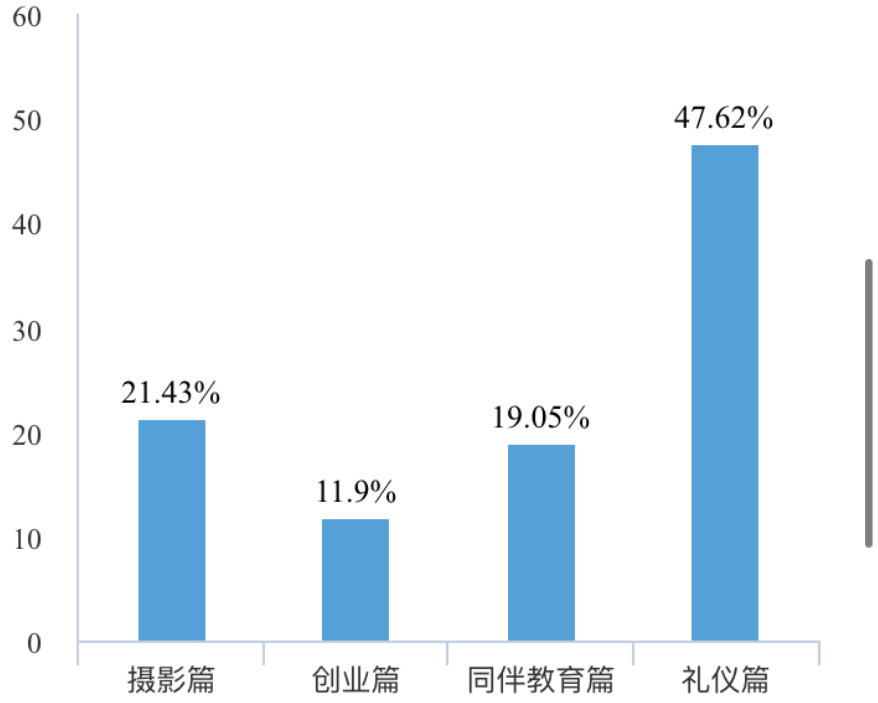
项目反馈

第1题　您现就读的年级为[单选题]

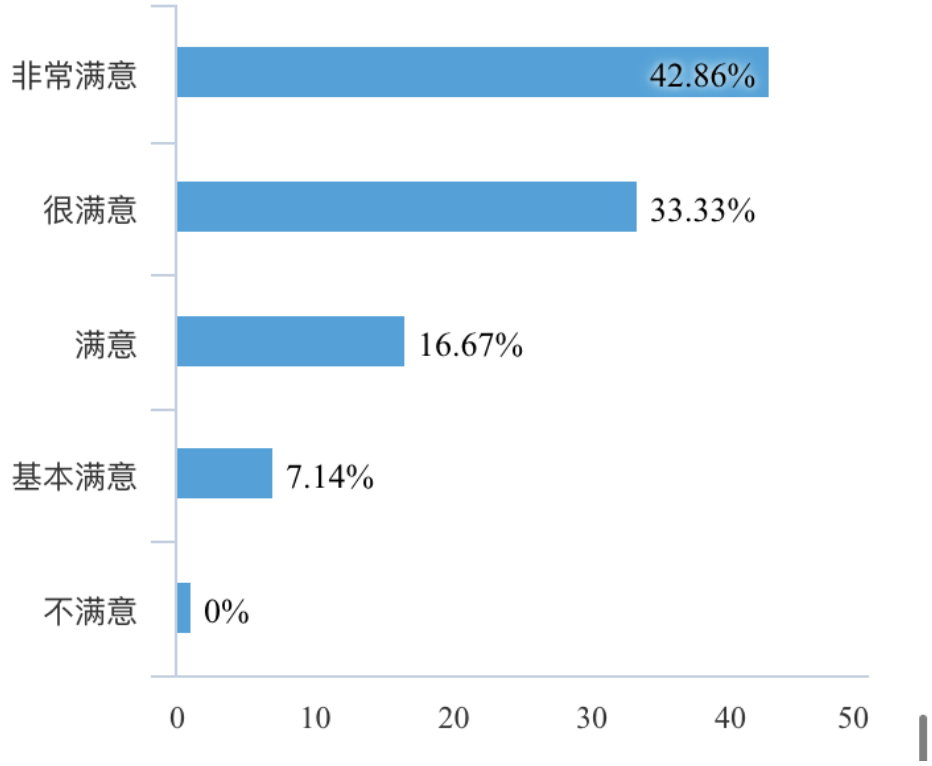


问卷调查

第2题　你最喜欢此次藜课堂的哪个篇章？　[单选题]

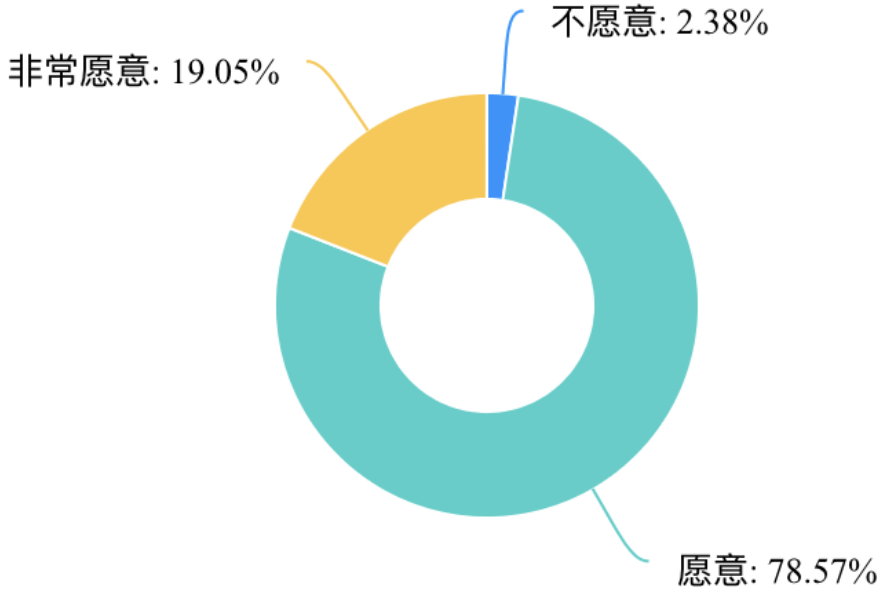


第3题　您对藜课堂活动的方式和时间安排满意吗？　[单选题]



问卷调查

第4题　如果以后开设藜课堂课程，您是否愿意还愿意参加？[单选题]



项目反馈

第5题　您对我们的活动有什么建议？

内容更丰富些
形式更多样些
生动有趣
多些互动

第6题　您最想参与什么主题的藜课堂活动呢？

礼仪、心理培训、妆造、技能培养类、学习、电脑操作、辩论思维、绘画声乐、摄影、体育、同伴教育等。

04

总结反思

蒸课堂

总结反思

成本差异分析：

预计支出：1200

VS

实际支出：0

尽量寻求身边的资源，避免了人力物力的浪费。

根据授课者的意愿，用颁发证书的方式省去了劳务费。

总结反思

优点：

宣传到位

充分利用人力资源

活动种类丰富、形式多样

总结反思

优点：

宣传到位

前期通过QQ群和官Q进行活动预热，吸引广大陶学子的注意。同时，每一期的藜课堂结束都会尽快通过官微及时宣传，让更多的陶学子知道项目活动的丰富和趣味，为后面几期的参与度的提高打下了基础。

充分利用人力资源

藜课堂四期的活动中，我们积极寻求老师的帮助，同时联系校内外和社团内外的各类人力资源，为我们授课讲解，这不仅节省了大量的人力物力财力，也给陶学子以榜样的力量，给予了很好的活动体验。

活动种类丰富、形式多样

四期藜课堂活动，我们分别选取了“摄影”、“创业”、“同伴教育”、“礼仪”，这些主题兼顾趣味性、实用性、丰富性、合理性等特点，同时活动过程中形式多样，有小组讨论、实践操作、交流答题等，吸引力广大陶学子的兴趣。我们还兼顾大多数陶学子的时间选择了线上和线下相结合的方式，使得大多数陶学子都能参与其中。

总结反思

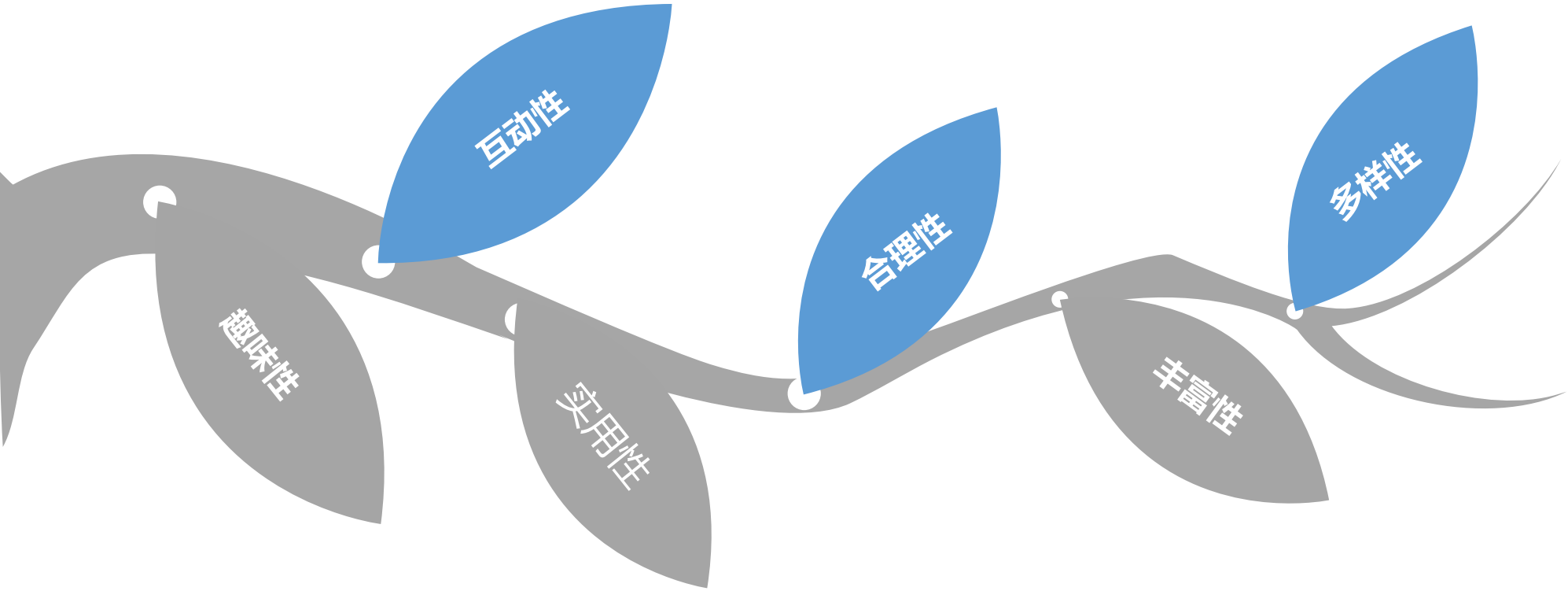
不足：

未充分考虑活动时间

活动时长控制的不太得当

在活动前未充分科普相关主题活动

总结反思



藜 课 堂

汇报完毕 谢谢观看

南通大学伯藜学社
结对帮扶活动
结项答辩

答辩人：霍 旋

时间：2021年12月1日

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目围绕“学业赋能”这一主题，通过系列活动引导并鼓励陶学子在学习上相互帮助，彼此鼓励，营造良好的学社氛围，助力陶学子成长和发展。该项目目的明确，项目设计完整，项目指标清晰，结项材料生动丰富。围绕数学、物理、英语、体育等学科，通过结对帮扶帮助有相应学业困难的同学，并且取得了较好的效果，值得推广借鉴。

答辩目录 /CONTENTS

01 项目基本概况

02 项目目的及指标

03 项目团队介绍

04 项目实施情况

05 项目产出与效果

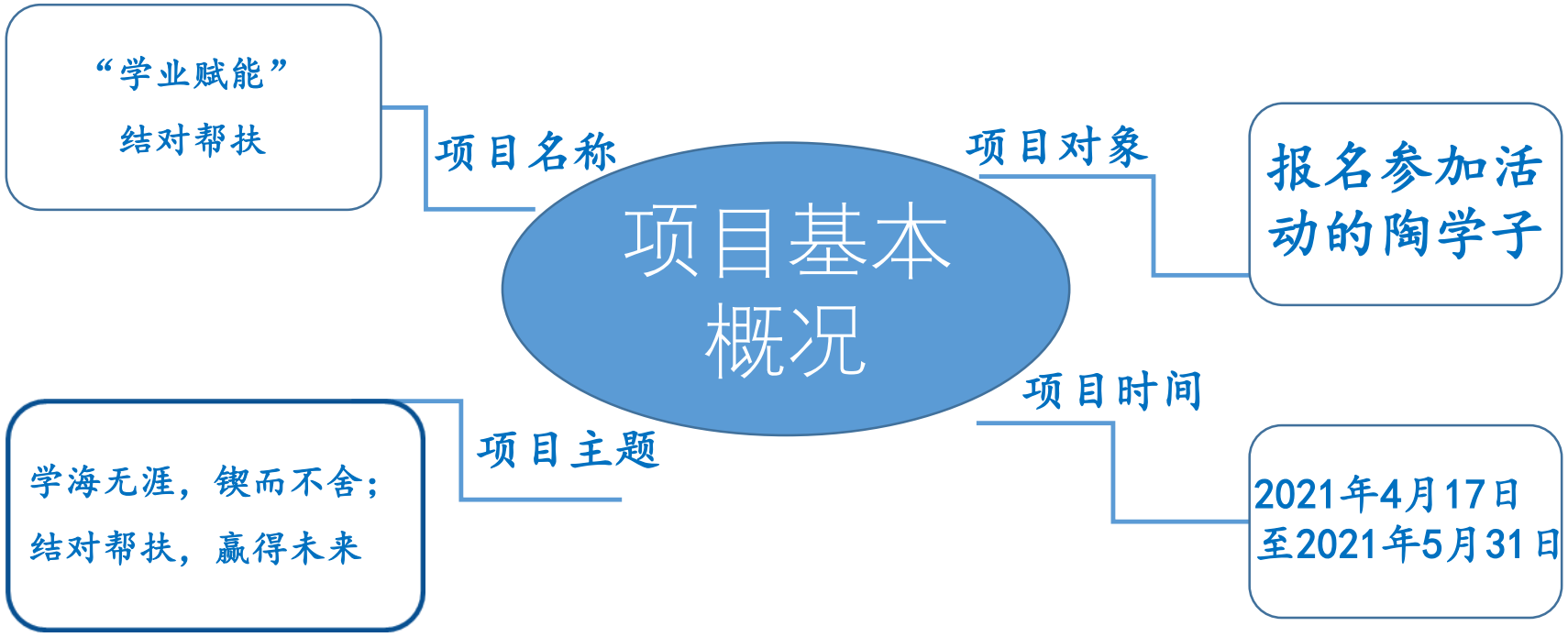
06 项目总结与反思

01

项目基本概况

Basic situation

项目基本概况


项目基本概况
项目名称
“学业赋能”
结对帮扶
项目对象
报名参加活动的陶学子
项目主题
学海无涯，锲而不舍；
结对帮扶，赢得未来
项目时间
2021年4月17日
至2021年5月31日

项目背景

一：当今社会对大学生的专业水平和学习能力有着越来越高的要求，大学校园也为大学生提供较为宽松的教学时间和自由多样的学习平台，以便大学生更好支配安排自己的时间，提升自身学习能力，积累专业知识。为了适应当今时代的需求和符合陶欣伯助学基金会自助、互助、助人的宗旨，让学有余力的同学结合自身优势，对有学业困难的陶学子们提供帮助，形成结对帮扶队伍，互帮互助，共同进步，营造学社良好的学习氛围，共同提升自己的“认知力与学习力”。南通大学推出南通大学伯藜学社“学业赋能”结对帮扶计划。

二：在青春志·桑梓情——南通大学伯藜学社“助力反哺”计划的执行和江苏省陶欣伯助学基金会以“四力模型”为陶学子开展工作的培养下，更多的陶学子关注“四力模型”，并以此为目标不断进步，在“学习力”方面，南通大学伯藜学社开设“学业赋能”结对帮扶活动，通过系列活动引导并鼓励陶学子在学习上相互帮助，彼此鼓励，营造更好的学社氛围，助力陶学子成长和发展。

02

项目目的及指标

Purpose

项目目的及指标

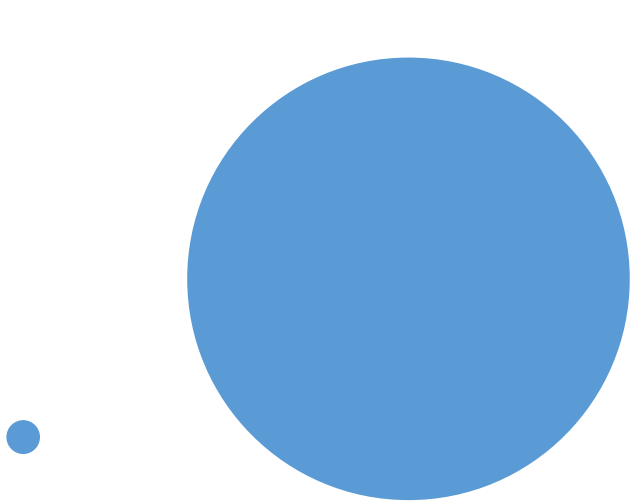
1、帮助学员高效学习，解决薄弱学科，提高学业成绩，降低期末挂科率；

2、增进教员与学员之间深厚的友谊；

3、教员在教授课程中也加深了相应课程的学习；

4、通过此次活动的举办，提升伯藜学社的学习氛围；

5、综合提升陶学子的专业技能能力，为“助力反哺”计划筑牢根基。



03

项目团队介绍

Team introduction

项目团队介绍

周道雨　李睿涵　王雪　沈欣悦　葛志成　霍旋

04

项目实施情况

Implementation

结对帮扶开班仪式

结对帮扶开班仪式参与人员

社委会代表发言

颁发教员聘书

结对帮扶开班仪式

教员代表发言

学员代表发言

教员及学员合影留念

孙铭柯高数结对帮扶小组

教学内容

第一次活动，定积分和不定积分两章内容的讲解，并帮助学员解答有关疑难问题。

第二次活动，微分方程和不定积分的讲解，重点讲解书中这两章内容的经典例题，并辅导学员作业。

第三次活动，重点讲解了二重积分内容，并辅导学员解答作业问题。

第四次活动，教员对前三次结对帮扶的教学内容展开总结，复习了定积分、不定积分、微分和二重积分。

杨广龙物化结对帮扶小组

教学内容

第一次活动，热力学第一定律章节知识总结，习题讲解及选择题巩固。

第二次活动，热力学第二、三定律章节知识总结，习题讲解及选择题巩固。

第三次活动，多组分系统热力学章节知识总结，习题讲解及选择题巩固。

第四次活动，化学平衡、相图章节知识总结，习题讲解及选择题巩固。

仲文娜英语六级结对帮扶小组

教学内容

第一次活动，给霍旋和刘乔威进行六级英语听力测试。

第二次活动，给刘乔威和江喆分析作文与考试技巧。

第三次活动，给霍旋一对一辅导，进行作文讲解和思路分析。其他同学为腾讯会议一对一作文修改。

第四次结对帮扶利用腾讯会议进行，例如给江喆同学线上一对一讲解翻译练习，为姚慧龄同学修改讲解作文。

侯佳英语四级结对帮扶小组

教学内容

第一次结对帮扶，学员们先做了一套真题卷模拟摸底，再由教员针对她们的疑难问题一对一讲解。

第二次结对帮扶，主要分析了上次布置的试题作业，并对学员们的听力进行了强化训练，教授了听力方法。

第三次结对帮扶，主要进行作文针对性训练，并进行一对一作文辅导，以期提高学员作文水平。

白嘉洛英语四级结对帮扶小组

活动流程

第一次活动，进行了英语听力精听训练，帮助学员提高英语听力水平。

第二次活动，进行了两篇外刊的听力讲解，并帮助学员记忆单词，提高词汇量。

第三次活动，详细讲解了3篇四级作文，提高学员作文短语句型的储备量，促进学员四级水平的提升。

第四次活动，教员布置一套英语四级真题模拟并进行批改，帮助学员适应四级考卷内容，提高四级综合水平。

刘达体育组结对帮扶小组

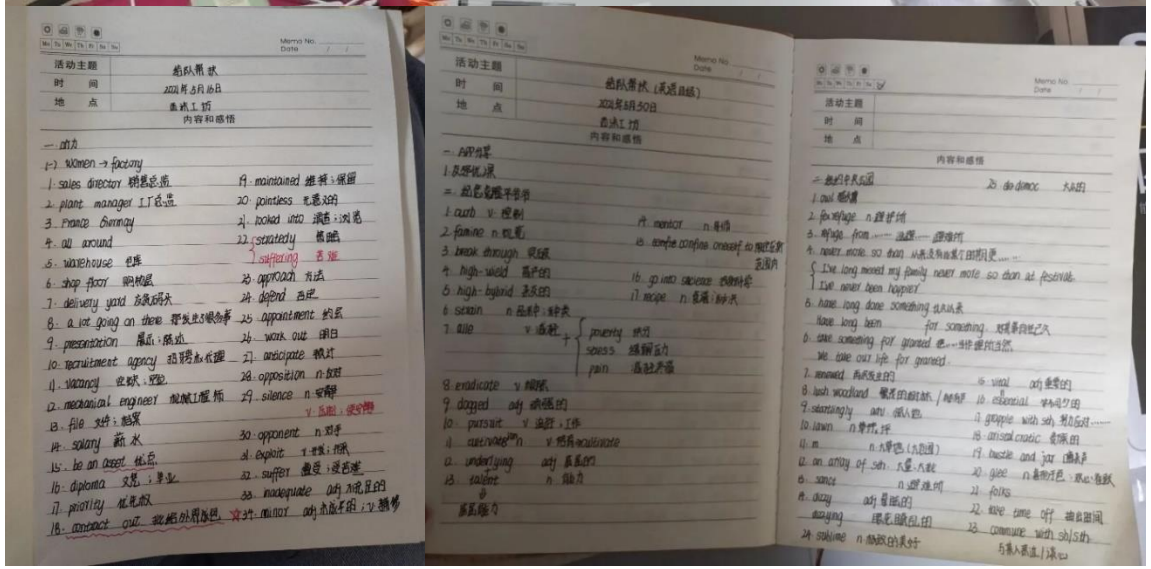
教学内容

第一次活动，教员刘达首先了解学员周道雨和刘乔威的篮球运动基础，并在体育馆根据自己所学专业知识来进行篮球基础训练和教学。

第二次活动，在体育馆进行排球基础垫传训练，并根据周道雨和刘乔威上课考试需求进行训练。

第三次活动，在体育馆给周道雨和刘乔威多球练习罚篮，指导二人排球对颠。

沈欣悦英语四级结对帮扶小组



教学内容

第一次活动，教员了解了各位学员的四级备考情况，针对共性问题听力进行详细讲解，让学员根据新传授的听力训练方法进行训练，并批改讲解。

第二次活动，主要是长篇阅读和常规阅读方法传授，随后，让大家用新方法进行课堂检测。

第三次活动，讲解了15选10和翻译的解题方法并进行了训练。

第四次活动，教员了解了两位学员各自四级备考进度。然后进行现场开题写作，并进行针对性指导。

05

项目产出与效果

Output and effect

结对帮扶教员问卷调查

结对帮扶教员问卷调查

第 1 题…您此前是否有过辅导教学经验?……[单选题]

选项	小计	比例
是	7	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	7	

第 2 题…教学前您如何进行备课？……[单选题]

选项	小计	比例
网络查阅资料	3	42.86%
根据课本知识	1	14.29%
两者结合	3	42.86%
其它	0	0%
本题有效填写人次	7	

第 3 题…教学时间地点是否容易冲突？……[单选题]

选项	小计	比例
是	1	14.29%
否	6	85.71%
本题有效填写人次	7	

第 4 题…在本次结对帮扶活动中，您采用了何种授课方式？……[单选题]

选项	小计	比例
线上教学	0	0%
线下教学	5	71.43%
两者结合	2	28.57%
本题有效填写人次	7	

第 5 题…结对帮扶线下教学中，您采用何种教学方式？

课堂秩序不佳	1	14.29%
学员作业完成度不高	1	14.29%
其它	5	71.43%
本题有效填写人次	7	

第 7 题…教学过程中，您自身遇到了哪些困难？……[多选题]

选项	小计	比例
自身时间不充裕	3	42.86%
心理压力大	1	14.29%
其它	4	57.14%
本题有效填写人次	7	

第 8 题…针对学员的学习情况，您如何解决学员个人问题？……[单选题]

选项	小计	比例
因人而异教学	7	100%
课后进行辅导	0	0%
其它	0	0%
本题有效填写人次	7	

第 9 题…此次教学，针对考试是否对学员有帮助？……[单选题]

选项	小计	比例
有	4	57.14%
略有帮助	3	42.86%
无	0	0%
本题有效填写人次	7	

第 10 题…帮助的内容在哪些方面有比较大的提升？……[多选题]

选项	小计	比例
提高能力	7	100%

结对帮扶学员问卷调查

结对帮扶学员问卷调查

第 1 题…在此之前是否了解过结对帮扶？
……[单选题]

选项	小计	比例
了解	13	76.47%
一般	3	17.65%
没有	1	5.88%
本题有效填写人次	17	

第 2 题…如何知道结对帮扶的？
……[多选题]

选项	小计	比例
官微	13	76.47%
群聊	14	82.35%
同学谈起	14	82.35%
本题有效填写人次	17	

第 3 题…为什么想要参加结对帮扶？
……[单选题]

选项	小计	比例
突击考试	2	11.76%
提升自己	15	88.24%
盲目跟风	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 4 题…是否认为结对帮扶对自己的需求有帮助？
……[单选题]

选项	小计	比例
非常	12	70.59%
一般	5	29.41%
没有	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 5 题…教员的教学方法和学习是否有利于您的学习？
……[单选题]

选项	小计	比例
是	17	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 6 题…教员是否在课前询问您学习疑惑或者想了解的知识？
……[单选题]

选项	小计	比例
是	17	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 7 题…教员上课前准备的教学内容是否帮助到您的学习目的？
……[单选题]

选项	小计	比例
是	17	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 8 题…教学环境是否让您满意？……[单选题]

选项	小计	比例
是	17	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 9 题…在课前您是否会准备一些问题在上课的时候去问教员？
……[单选题]

选项	小计	比例
是	15	88.24%
否	2	11.76%
本题有效填写人次	17	

第 10 题…在课前是否会预习教员要上的内容？……[单选题]

选项	小计	比例
是	17	100%
否	0	0%
本题有效填写人次	17	

第 11 题…结对帮扶活动过程中，遇到过哪些问题？……[多选题]

选项	小计	比例
线下活动时间冲突	13	76.47%
课堂积极性不高	4	23.53%
不能完全掌握教学内容	9	52.94%
其他	2	11.76%
本题有效填写人次	17	

结对帮扶问卷调查总结报告

教员建议：希望学员能更有针对性的把自己的疑难问题整理出来，更有针对性地解决问题；可以采取一对一每个人一个小时的形式；早一点开始；招真正想学的学生

学员建议：开展时间更早一点，避免与学院考试时间冲突；增加结对帮扶的科目;制定规则规范学员参与情况。

最后，针对此次结对帮扶反应出来的问题，我们学习部可以采取的对策如下：提前开展活动;扩大结对帮扶科目范围；制定明确奖惩措施，提高学员积极性;加大宣传力度，细化宣传细节；学习部工作人员做好对接工作，成为教员和学员之间的桥梁。

教员感想

杨广龙：这次结对帮扶中物理化学的四次交流，主要是对化院19级陶学子关于本学期考试的物理化学科目做一些内容总结，强调考试注意点和对部分例题做一些讲解。这对交流知识的双方都有很大的帮助，对他们是总结提升，对于我自己是回顾复习。期待着大家以后对知识进一步的交流！

孙铭柯：身为高数教员，这次高数辅导活动在提升学社成员的学业成绩的同时，也给我们带来了很多快乐，在备课授课的同时，我们也会分享最近的生活，提升了学社成员之间的感情。高数也是一门基础的学科，在学习的第一遍会有很多疑难的问题，学员也会积极准备辅导时要问的问题，有针对性地进行帮扶，同时，身为教员，我也会不断总结授课经验，提高授课质量。

侯佳：我有幸参与了此次结对帮扶，体会了为人师表与帮助别人的乐趣，在教学的过程中也发现了自己的不足，并且自己也在教中促学，可谓收获不浅，有所惭愧的是因为一些其他的事务在手就并未抽太多时间和精力如预期般完成教学，日后一定改正此项缺点，抽出时间去认真对待每一项事务，圆满完成每一件有意义的事。

白嘉洛：已经是第二次作为结队帮扶的教员了，这一轮的4次帮扶都已经结束，感想还是很深刻的。前两次的帮扶我主要是在教我的学员们关于我的英语学习方法，第一次主要是在练习听力的精听，第二次在带领他们读两篇外刊。在前两次的帮扶中，我一直在给他们强调:学习英语是一个长期积累的过程，我们不要为了应对考试而功利的去学习英语。如果能够把学习英语作为每天的一个routine去做，让英语成为你每天生活的一部分的话，肯定是会有好的结果的。后面的两次帮扶我分别教了他们四级作文的基本写作思路以及全套四级试卷的练习和相关的答题技巧。总之，希望我的四次课程可以给我的学员们带来一点小小的帮助。

沈欣悦：很荣幸第二次担任英语四级结对帮扶教员，相较于第一次教学，这次教学我个人更驾轻就熟了一些，不像第一次担任教员那般紧张焦虑，担忧教不好学员。结合之前的教学经历，这次我更着重于因材施教，根据不同学员的要求教授不同的知识。

刘达：体育囊括的内容太多，但是我们接触它的目的很简单——学好其中一项或者锻炼好身体。俗话说：没有一口吃成胖子的，想学好一项技能和锻炼好身体不可能一蹴而就，这是一个日积月累的过程，我们帮扶的次数不多，所以学员要自己努力坚持体育锻炼。总的来说，几次帮扶作为教员，我有了新的教学感悟，两名学员也有明显改善，希望日后还有机会共同进步。

学员感想

刘当柱：通过这次结对帮扶，我对物理化学这门学科有了更深的理解，搞清楚了之前不懂的地方，杨广龙学长认真负责，耐心细致地讲解了重点难点，让我受益匪浅，也让我在今后的复习中变得游刃有余。

章淑萍：作为学员，因为自己的成绩不太理想，理解力较差，一开始还担心教员会不会很严肃而对我很失望。一开课才知道自己多虑了，学长很随和，讲解很耐心也很细致，让我慢慢的对学好高数这门课有了信心。在学习的过程中，学长在轻松的氛围中教会了我一些学习的技巧，我们也会在课余的时间分享生活中的趣事，使我们更快的熟悉起来。对于我来说，想要提高成绩，最重要的就是积极提问，一定不能不懂装懂，多问，多思考，多练习。

李祖琨：真的非常感谢结对帮扶这个项目，也非常感谢侯佳学姐，在此次结对帮扶活动中我收获了很多，对英语知识的理解更上一层楼。我深刻感受到，伯藜是一个有爱的大家庭，承蒙伯藜，感激不尽。

李家水：在本次活动中，我根据自身情况选择了英语四级的结对帮扶，并且分到了白嘉洛学姐的小组。我们小组的结对帮扶一共进行了四次，学姐分别从听力、作文、阅读三方面对我们进行了辅导，并且每一次的结对帮扶学姐都非常耐心的给我们讲解。通过此次结对帮扶，我首先认识到了自己的不足，然后对症下药，让自己的英语能力都得到了提升，同时，我也会将此次结对帮扶学习到的学习方法运用到我之后的学习生活中，努力提升自己的英语水平。

乙盼盼：在本次的结对帮扶中，我收获了许多，认识了热心细致的教员工作一丝不苟富有热情，英语中也学习到了许多以前不知道的学习技巧和学习干货为自己的英语提高了不少效率。这次的结对帮扶对我意义非凡！

江喆：这次的结对帮扶活动让我收获很多。在这个活动过程中，仲学姐鼓励我们养成了每天背单词的好习惯，并且每周也带领我们训练作文，悉心指导我进行修改，同时也给予我们一些相关资料，让我提升很大，并且在考试中的进步效果比较明显，我很感谢这次活动。

刘乔威：在体育课结队帮扶活动中，刘达同学在几次的课程中，传授我关于篮球基本的知识，在他的指导下进行基本功和投篮的训练，此次结对帮扶我既更加深入地了解了篮球，也得到体能和技术的锻炼，感谢刘达同学的指导。

06

项目总结与反思

Summary and reflection

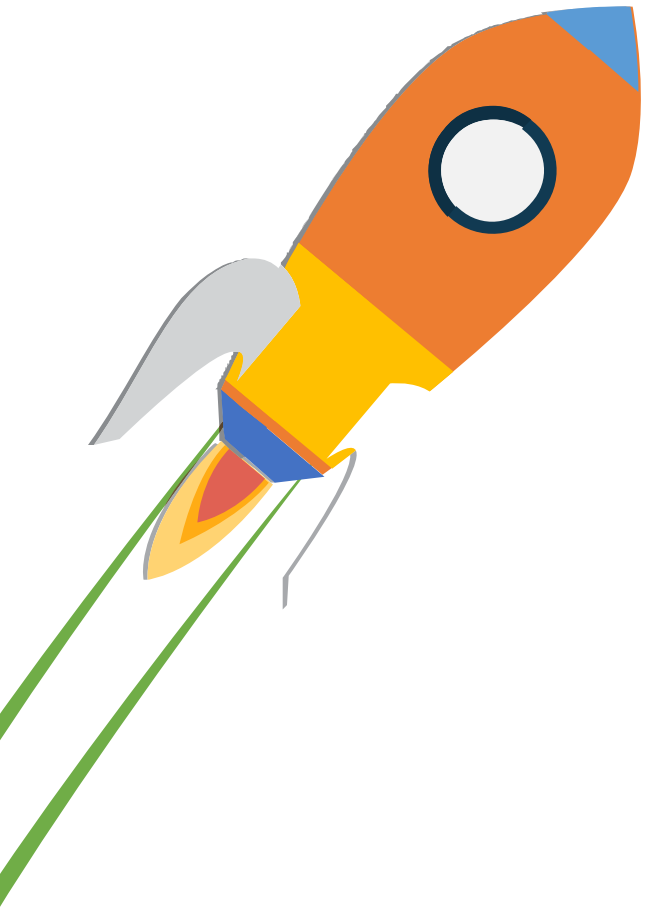
项目亮点及创新点

“学业赋能”结对帮扶正式活动之前通过举办开班仪式，为大家讲解结对帮扶的目的意义及活动规定和注意事项，营造伯藜学社良好的学习氛围，让更多的陶学子能够了解和积极加入到结对帮扶的队伍中。

每个结对帮扶小组都有固定的负责人，积极配合教员工作，负责学员的签到和教学拍照等工作，保证教员高效教学，促进学员学习效率的提升。

活动结束后发放结对帮扶问卷调查，了解结对帮扶的教学情况和教员学员的满意度，得到准确建议并积累活动经验，从而使下一次结对帮扶活动能够更上一层楼。

项目总结与反思



活动前期：多次开展会议，充分考虑事情发生的所有可能性，准备结对帮扶开班仪式，宣传结对帮扶活动相关内容，促进了陶学子对结对帮扶活动产生了浓厚的兴趣。

活动中期：分配每位成员负责相应的结对帮扶小组，考虑教员和学员的空余时间，确立时间地点，帮助教员顺利开展结对帮扶活动。同时学员十分配合教员，共同完成学业进度，进展尤为顺利。

活动后期：做好新闻稿及复盘工作，为教员发放教学奖励，同时鼓励更多的陶学子加入结对帮扶的大家庭中，让大家一同成长，一起进步。

感谢观看

Thanks

南通大学伯藜学社

时间：2021年12月1日

伯藜助學金
助學創業,立己達人

二、心智类

“伯藜杯”辩论赛结项答辩

盐 城 工 学 院 伯 藜 学 社

汇报人：傅文静

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目在各方表现优异，需求调查全面细致，活动方案设计完整，涵盖了表演赛、初赛、半决赛以及决赛等多个环节，辩题紧密贴和当下实际。此外，该项目与青年志愿者协会共同举办，扩展了校内资源，促进陶学子与其他社团的交流和联系，同时帮助伯藜学社“走出去”，增强了学社在学校的知名度和影响力。

目录

CONTENTS

01 项目概述

02 项目实施

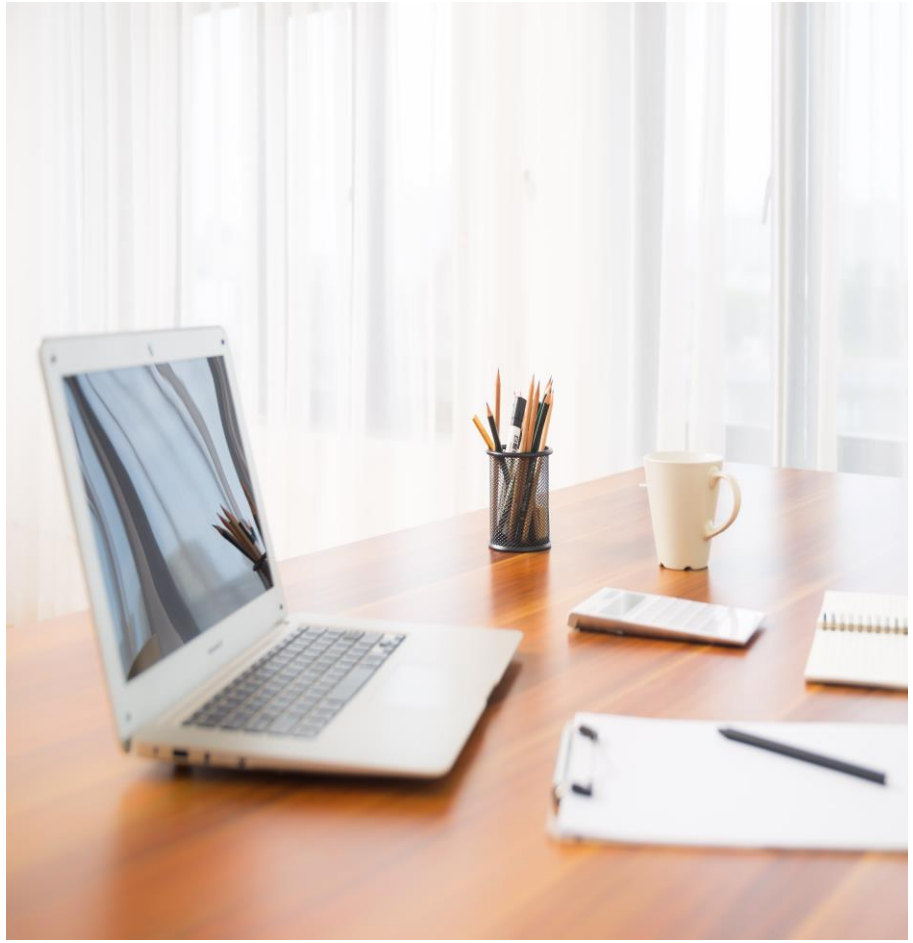
03 项目总结

04 项目成果

项目概述

PART.01

项目背景与意义



辩论是一种将口才、逻辑、风度、幽默与表演融为一体的竞技项目，是对一个人或者一个团队的文化底蕴和知识结构的综合考察，其一举一动、一语一言都是智慧的结果。

随着当今时代的社会发展与进步，同学们的辩论能力普遍通过辩论赛的形式来提高。然而在整日学习的大学生活中，我们的学习生活方式发生了巨大的改变，不再像高中那样成天的埋头苦干，而寝室因而成为了我们一天大部分时间流逝的地方。

大一的陶学子们脱离了高考的考试压力，离开了那种很少有课外活动的压抑氛围，刚进入憧憬的象牙塔，自然更有兴趣和时间去接触新事物，锻炼自己的能力，促进个人的全面发展。辩论是一座桥，架起了彼此思想的桥梁，让同学们可以尽情绽放思想的绚烂火花。

项目目标

1. 弘扬大学生的精神面貌，让陶学子们能够充分展示个人才能，提高随机应变的能力和辩论水平，开拓同学们的思路，体验面对面交流的快乐，体现盐城工学院陶学子风华正茂的精神状态。

2. 锻炼培养学生的团队协作精神，增强陶学子之间的凝聚力，增加部门与部门之间的联系，体现陶学子的朝气蓬勃，积极向上的精神状态，提高学风，活跃学社的氛围。

3. 增强其他社团对于伯藜学社的认知，让伯藜学社走出去，提升伯藜学社在校内的知名度及影响力，体现基金会的发展型助学理念，让更多学子了解伯藜学社。

项目实施

PART.02

项目前期准备

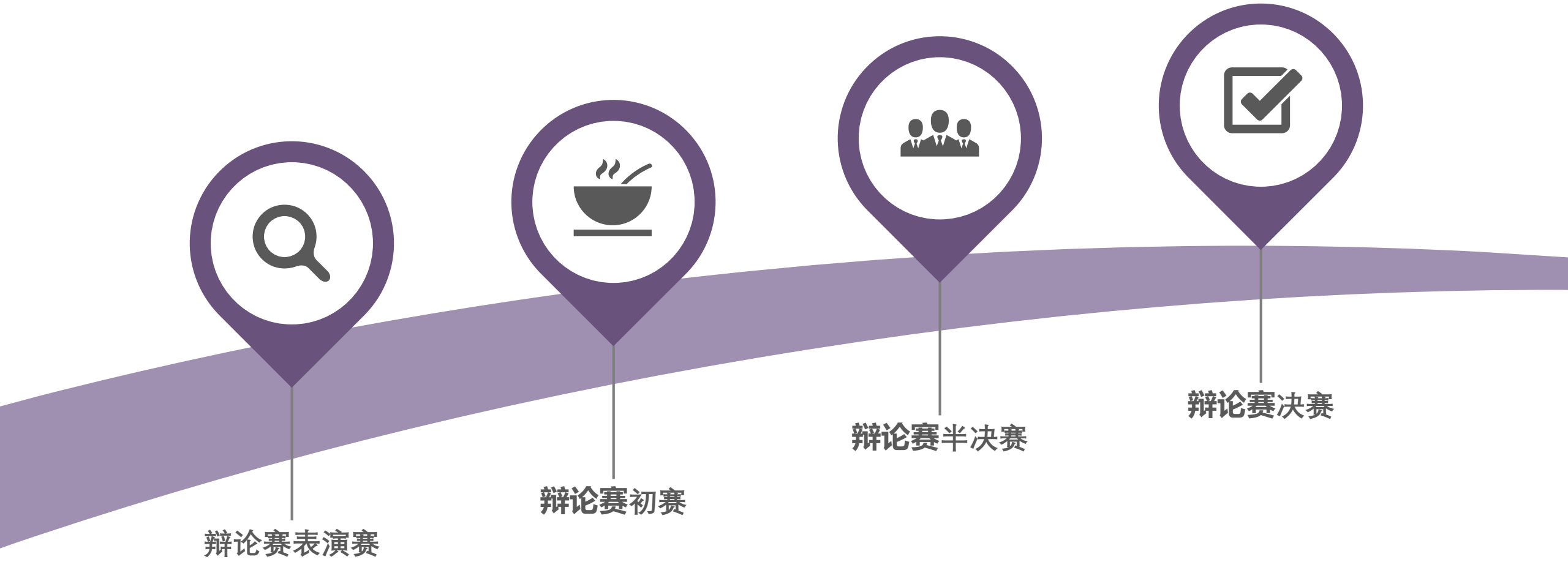
活动负责人商讨主题

任务细化
分工合作

完善策划
发布宣传文案

建立群组
通知时间

项目开展



项目进行

项目风险描述

风险描述	风险应对计划
评委老师可能决赛临时有事	与指导老师协商替补人选
比赛过程中出现 言语激烈、肢体冲突	主持人主持好现场，负责人隔离两方选手劝解，准备好替补人员
教室多媒体突发故障	申请好备用教室，及时和管理人员沟通并更换教室；并且提前到教室，留出一定的机动时间
活动报名人数不足	组织各部长动员报名
疫情期间封校， 南北校区不能同时现场观赛	提前做好相关人员的假条，保证同学们的出行安全。还要进行相关线上设备调试，另一方不能现场观赛的校区可在线上观赛。
辩题临时改动	适当延迟辩论赛时间，灵活调整

项目总结

PART.03

项目结算

名称	单价	数量	总价/元
奖状	1	25	25
评委的水	0.5	5	2.5
签到表	0.2	4	0.8
评委纸	0.2	8	1.6
评委牌子纸	2	2	4
邀请函	1.78	15	27
总计			60.90

票据

材料费

图文
-0.20
12:05
签到表
-0.20
11:55
图文
-0.20
11:52
扫二维码付款-给南轩图文
-1.80
支付总额
¥4.00
当前状态 支付成功
收款方备注 二维码收款
支付方式 零钱
转账时间 2021-04-20 17:48:50
转账单号 100004990120210420018719715515 98
评委牌子纸
(两块钱一份)
路人嗓 路人嗓 路人嗓 有声主播
教你实现用声音创收!
关注公众号
签到表+评委纸

邀请函

浙江增值税电子普通发票
发票代码: 033002000911
发票号码: 29296390
开票日期: 2021年04月10日
校 验 码: 55652 78943 13256 13868
机器编号: 661927968744
购买方
名 称: 盐城工学院教育发展基金会
纳税人识别号: 123200004660071910
地 址、电 话:
开户行及账号:
密码区
+7+/2469*+22><*01+096763144
/+4553+<>*3--0-1/9+8<4*>+/-
9019-7+441*</*0*<256384/<<2
4298+8655-<8<*37-1+391-<7-+
货物或应税劳务、服务名称 规格型号 单位 数 量 单 价 金 额 税率 税 额
*纸制品*邀请函 份 15 1.78217822 26.73 1% 0.27
合 计 ¥26.73 ¥0.27
价税合计(大写) ⊗贰拾柒圆整 (小写)¥27.00
销售方
名 称: 苍南县龙港前航电子商务商行
纳税人识别号: 92330327MA2H9UKF7R
地 址、电 话: 苍南县龙港镇百有三街16号二楼 13676774466
开户行及账号: 工商银行浙江省苍南县龙跃支行 6222021203002437415
备注
92330327MA2H9UKF7R
发票专用章
收款人: 李峰 复核: 李小萍 开票人: 陈玉燕 销售方:(章)

奖状

浙江增值税电子普通发票
发票代码: 033002000711
发票号码: 85651264
开票日期: 2021年04月29日
校 验 码: 84450 48691 33675 28002
机器编号: 661827126953
购买方
名 称: 盐城工学院教育发展基金会
纳税人识别号: 123200004660071910
地址、 电话:
开户行及账号:
密码区
+755>3*4>6>-32*7+5*9>*865+4
*6/6--<->7-2700/4+454-16980
+3*2>05>*663<0/52<5187<1+69
6/2854>6-3+/<7-<711>0253/+7
货物或应税劳务、服务名称 规格型号 单位 数 量 单 价 金 额 税率 税 额
*纸制品*荣誉证书 张 40 0.99009901 39.60 1% 0.40
Sample
合 计 ¥39.60 ¥0.40
价税合计(大写) ⊗肆拾圆整 (小写) ¥40.00
销售方
名 称: 苍南县钱库镇钱穗纸塑用品网店
纳税人识别号: 92330327MA2AQ11Y9F
地址、 电话: 苍南县钱库镇钱项路204号203室 13375770927
开户行及账号: 中国农业银行股份有限公司苍南钱库支行 192561010400112220
备注
92330327MA2AQ11Y9F
发票专用章
收款人: 谢满香 复 核: 钱志丫 开票人: 吴登穗 销售方:(章)

项目参与度与满意度（参与辩手满意度调查）

项目满意度	参与调查人数	比例
很棒	38	80.85%
一般	9	19.15%
不太好	0	0%
本题有效填写人次	47	

总的来说，参与调查者总体对于这场辩论赛还是满意的。其中，觉得一般的部分大多觉得辩题的多次选定给辩论赛和参赛辩手造成了一些困扰。还有一个不足点在于前期指导还是不够充分，导致比赛过程辩手还不太熟悉规则，抓不住主题。

项目经验及教训

活动前期注意
提前调试设备

活动材料准备
时刻检查是否齐全

及时总结和复盘

保持监控项目实施进度
适时调整计划

项目成果

PART.04

产出照片

产出推文

古有卧龙诸葛舌战群儒，今有群英荟萃慷慨陈词。为了提高学生的语言能力、临场思维应变能力、团队协作能力，锻炼心理素质，深入了解问题本质，在校学生处的指导下，2021年4月21日14时，由盐城工学院伯黎学社与盐城工学院青年志愿者协会联合举办的“伯青杯”辩论赛半决赛于盐城工学院知行楼310举行。

此次半决赛分为上下两场：上场正反两方均是来自盐城工学院青年志愿者协会的辩论队，辩题为“青年志愿者活动中能力更重要还是热情更重要”；下场正反两方是来自伯黎学社的两只辩论队，辩题为“在校大学生创业利大于弊还是弊大于利”。

学社的两只辩论队开展了激烈的辩论。首先双方用概括性的陈述为本场辩论开篇立论，在接下来的攻辩环节当中双方二辩与三辩彼此反驳。到了比赛的第三个环节——自由辩论阶段，比赛达到最高潮，双方辩手面对对方的提问，引经据典，旁征博引，辩手们巧用四两拨千斤的方法，据理力争，一次次化险为夷，击破对方的观点。最后在总结陈词环节，双方四辩对自己的观点进行陈述。

最后由评委对双方精彩的辩论进行点评，最终在第二场半决赛当中，反方获胜，正方四辩为最佳辩手！

此次“伯青杯”辩论赛不仅锻炼了选手们的辩论能力和合作能力，提高了选手们的思维反应速度，沟通技巧，增强了他们的语言组织能力和应变能力。此次辩论赛圆满举行！

产出活动心得

从初赛到半决赛，参加了两场辩论赛的我，学到了很多有关辩论的东西，也感触颇深。一开始觉得辩论只是口唇之战，没多大意义。但后来是觉得打辩论真的很有趣，无形之中也会改变你的思维方式，逻辑严密性等等。当然，这也是知识面的一场博弈，只靠准备的材料去照搬必然也是不够的，广泛的知识面可以在驳辩时有所助力。在第一次准备辩论稿时，像只无头苍蝇，漫无目的地去查资料。但在准备第二次时，就开始得心应手，懂得要做两手准备，学会去从对方角度考虑问题。同时，交际能力也一定程度是有所提高的。总之，辩论赛值得参加，值得认真对待！

——学习部 望苏荣

关于这次的“伯藜杯”辩论赛，我有以下几点心得：

1、每一场辩论赛辩手必须熟悉辩论的规则。初赛的时候因为不了解规则而给评委留下 了不太好的印象，也让对方辩友有空可钻。

2、每个辩论队伍应该具备自己的口号和特色，这是一个可以充分利用的很好的加分项。

3、环节的发掘。比如说对于对于时间的把控，尤其是四辩在总结陈词的时候不要过于简洁，从而留出很多时间，这样会大大减分。

4、辩位安排：一辩求稳;二、三辩要求现场应变能力、语言的及时组织能力以及对观点的把握能力强;四辩要求有思想、有高度、有热情，能够在情感上带动评委、观众，所以每支参赛队伍在赛前一定要通过组内讨论从而决定辩位，争取将每支队伍的潜能都发挥出来。

5、脱稿，只有脱稿时的语言才有感染力，顺势而上、随感而发。脱稿会给评委留下很好的印象，获取很高的印象分。

通过参加这次辩论赛，我不仅学到了以上知识，还结识了不错的辩友，受益良多，很感谢！！！虽然因为个人原因，不能参加接下来的比赛，但还是依旧希望伯藜的兄弟姐妹们可以加油，获取优异的成绩！

——综合部 卞雯

感谢观看！

2021，爱“藜”爱我心理团辅

南京林业大学伯藜学社

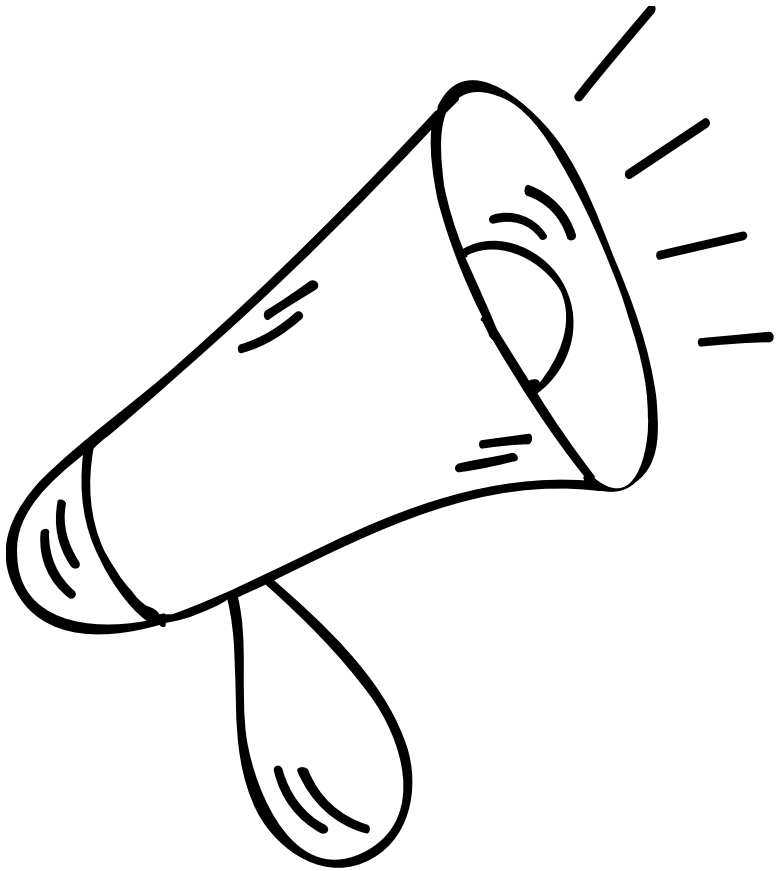
答辩：沈玮 柴亮娥

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目契合了基金会心智赋能的理念，通过系列活动，例如主题讲座及心理团辅等活动帮助陶学子们解决当下问题，项目方案设计完善，陶学子参与率较高，且项目成效显著，较好的达到了预期目标。此外，链接校内人文院社会工作专业的资源，进一步增加了该活动的专业性和有效性。综上。该项目对于心智赋能类项目具有较高的示范价值。

答辩大纲



- 项目介绍及目标
- 项目实施及成果展示
- **支出及差异说明**
- 总结与反思

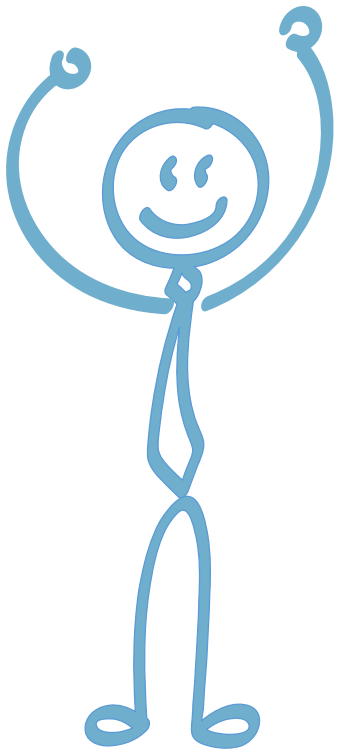
PART ONE

项目介绍

Project introduction

项目介绍——背景

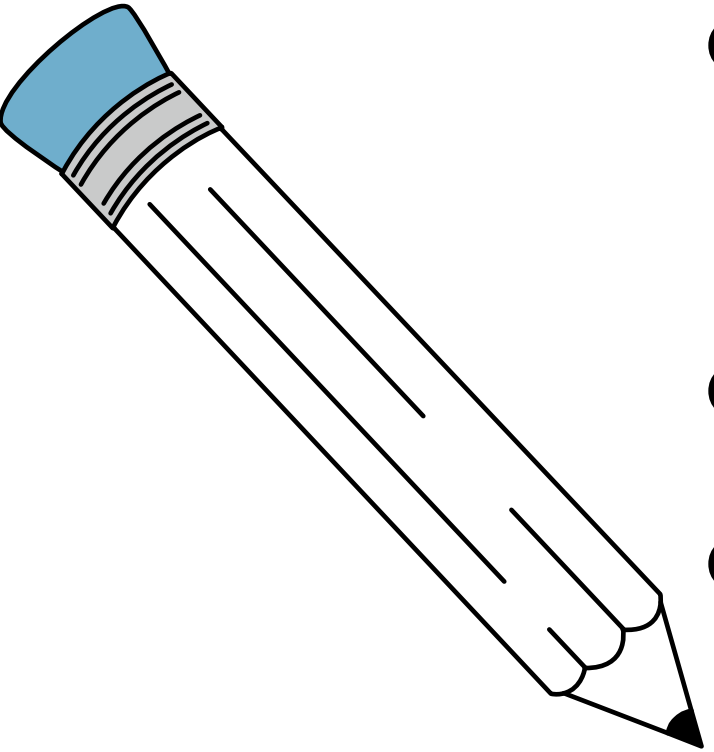
The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation



当代大学生普遍存在人际交往、学习焦虑等心理压力，这些压力不利于他们的成长。通过前期的网络问卷调查和对身边同学的个别访谈，我们发现身边许多同学面临着人际交往、考试焦虑、情绪管理、缺乏自信等心理困扰，而自我消遣或听之任之是其主要的解决方式。为引导同学们保持健康向上的心理状态，我们计划举办该心理团辅活动，以帮助身边的同学们客观地悦纳自我与他人。

项目介绍——团队

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

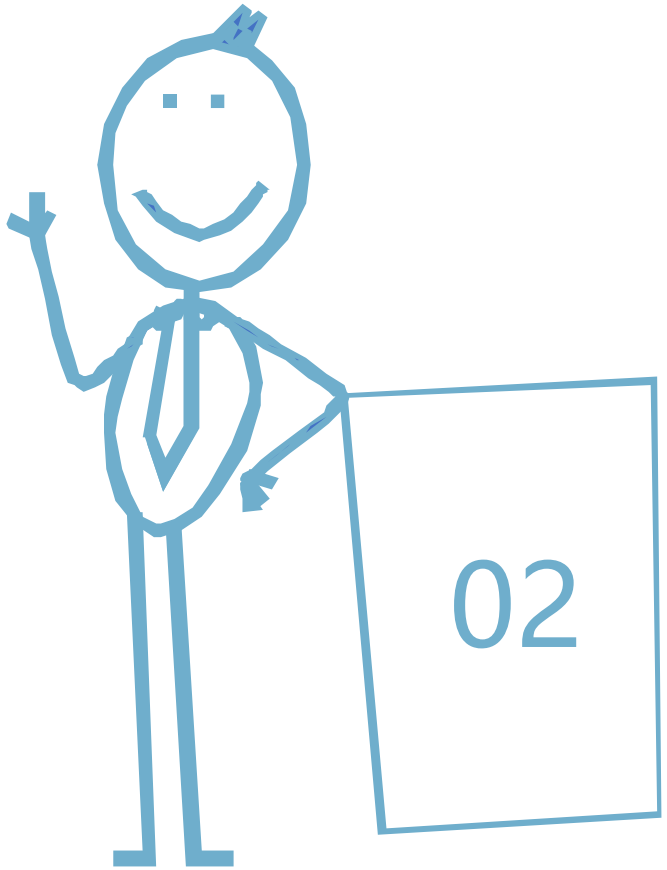


- 人文学院伯藜分社主办，南京林业大学伯藜学社实践部协办。
- 项目负责人为两名2020级陶学子
- 团队主要成员共7人，其中骨干一人。

项目介绍——目标及指标

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

项目目标	项目指标
让部分陶学子通过本次的团辅活动： 1. 掌握情绪宣泄和压力管理的方法； 2. 更好的了解自己，悦纳自己，从而拥抱大学生活。	1. 拟服务30位陶学子和20位非陶学子。 2. 陶学子对本次活动的满意度达到85%。（通过后期的满意度问卷调查显示） 3. 两份满意度调查回馈 4. 七份心得体会 5. 四篇微信推送和一篇南林新闻网新闻。



PART TWO

项目实施

项目实施——过程

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

step1

2021.06

姜婷娜老师“压力管理”专题讲座

step2

2021.06

“情绪宣泄”主题团辅

step3

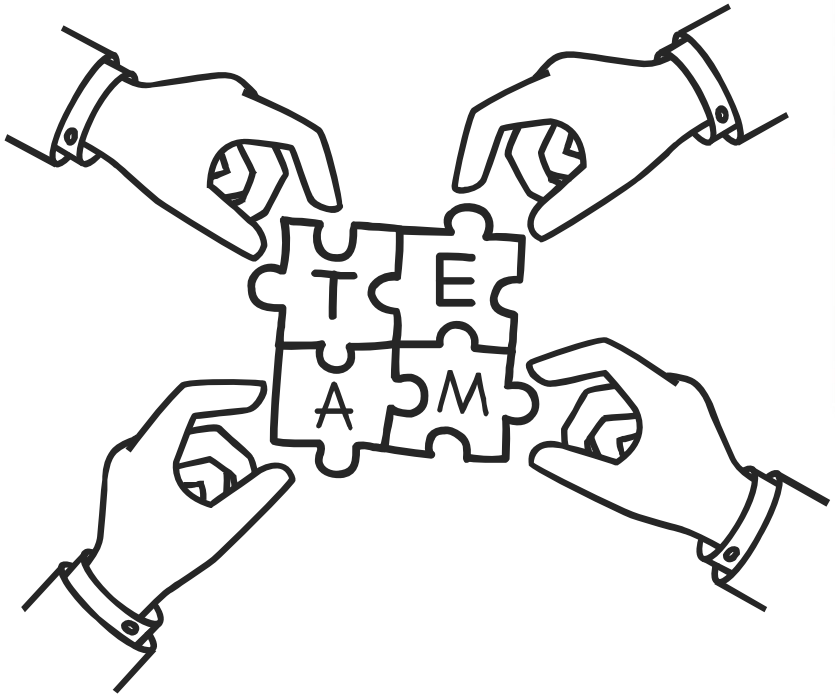
2021.12

“自我认知”心理团体辅导

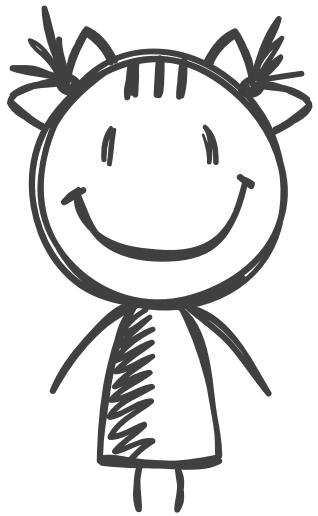
Step one——“压力管理”专题讲座

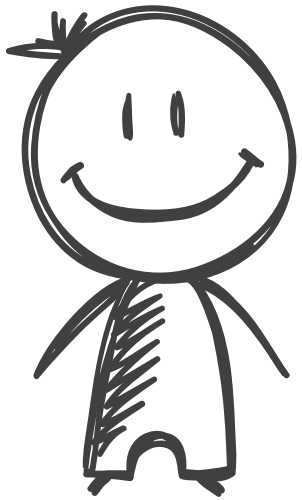
Step two——“情绪宣泄”主题团辅

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation



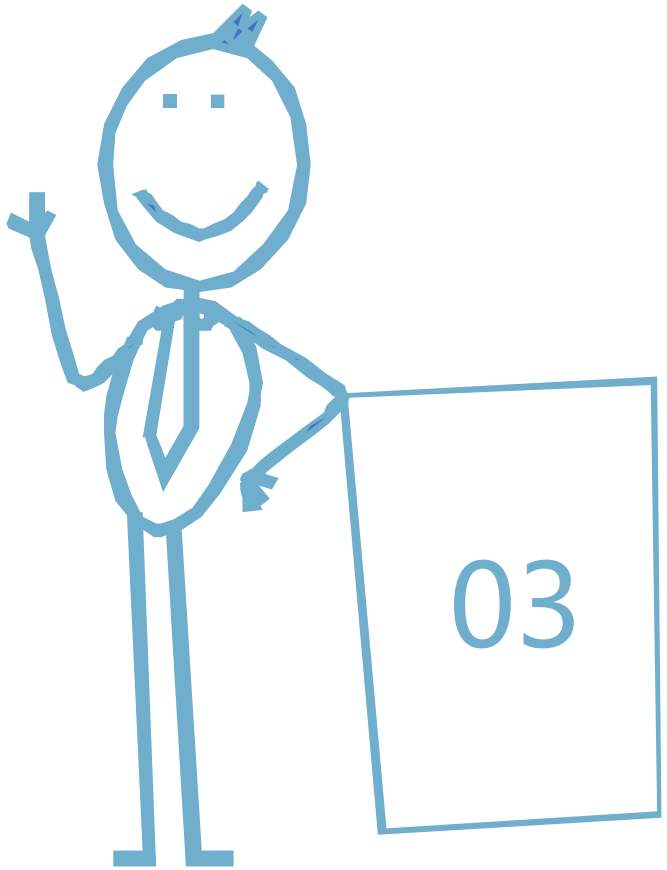
Step three—“自我认知”心理团体辅导





项目实施——产出总结

目的	据满意度回馈和心得体会来看，大部分陶学子一定程度上掌握了管理情绪和压力的方法，对自己有了更加清晰的认知。但也有少数陶学子认为活动并未达到他的预期效果。
服务人数	“压力管理”专题讲座和“情绪宣泄”主题团辅两个部分，参加活动的陶学子人数不达标；（选取活动的时间刚好撞上了周六补课和考试周）“自我认知”心理团体辅导人数达标。
量化指标	已完成，无差异



03

PART THREE

其他成果展示

Other results

微信公众号平台推送get！！！

心理护航 向阳而生|2021爱“藜”爱我，心理团辅结尾篇——自我认知

原创 南林伯藜学社 南林伯藜e家亲

南林伯藜e家亲

心理育人 | 人文社会科学学院举办心理健康教育学生骨干培训活动

南林人文映像 南林人文映像 2021-06-04 00:07

南林人文印象

南林心理

活动伊始，破冰游戏“数字抱团”让同学们互相认识并逐渐熟悉起来，感知到自己正处在一个团体之

【人文院】人文院举办学生骨干心理健康教育培训活动

【南林新闻中心讯】6月2日下午，人文社会科学学院心理健康教育协会、阳光助理团和伯藜分社在教学五楼第一阶梯教室举行学生心理健康教育培训暨“2021·爱·藜·爱我”心理团辅活动。活动由学院心理专项辅导员钱钰主持。

南林新闻网

学院风采 | 人文学院举办“强心育才”资助育人活动

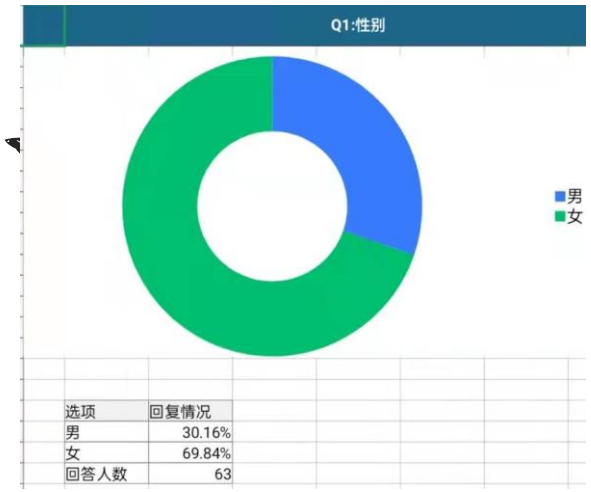
南林资助中心 2021-08-04 09:08

南林资助中心

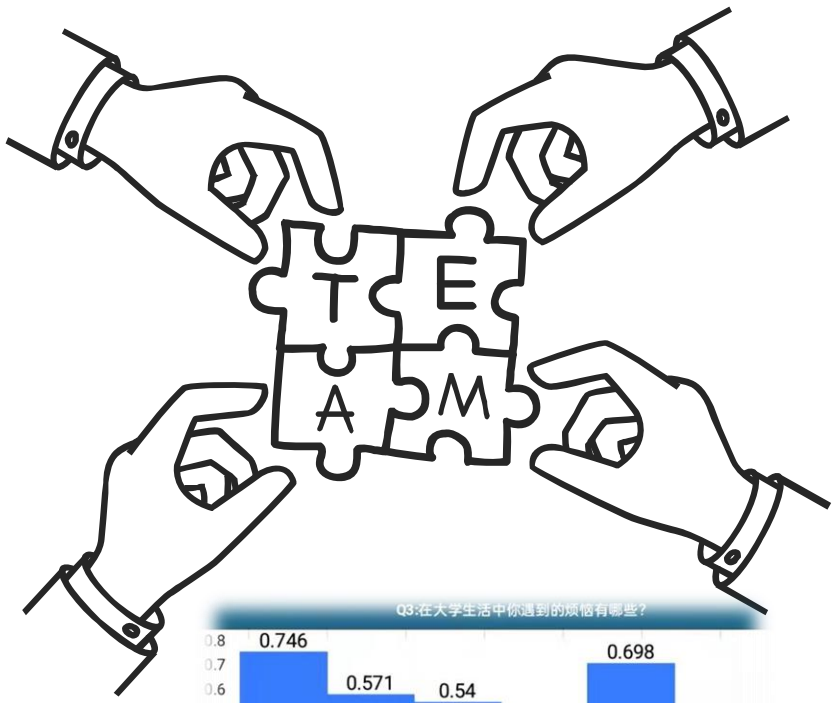
2021年6月22日、25日、28日下午，人文社会科学学院伯藜分社和社会工作专业的学习小组于文科楼C115联合举办“强心育才”资助育人活动。该活动以“情绪宣泄”主题心理团辅活动为主要形式，我校伯藜学社部分陶学子、学院阳光助理团成员、社会工作专业部分学生等参与了本次活动。

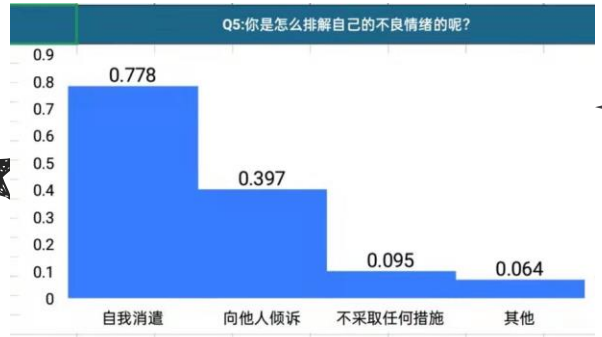
立项前问卷调查

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation



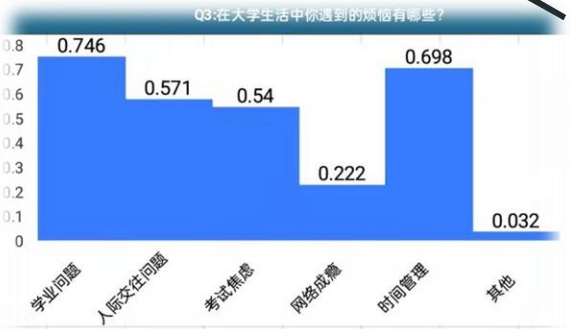
选项	回复情况
男	30.16%
女	69.84%
回答人数	63





选项	回复情况
自我消遣	77.78%
向他人倾诉	39.68%
措施	9.52%
其他	6.35%
回答人数	63

选项	回复情况
大一	66.67%
大二	19.05%
大三	7.94%
大四	6.35%
回答人数	63



选项	回复情况
学业问题	74.60%
题	57.14%
考试焦虑	53.97%
网络成瘾	22.22%
时间管理	69.84%

选项	回复情况
快乐	50.79%
平静	53.97%
无聊	42.86%
郁闷	33.33%
烦躁	42.86%
压抑	30.16%
其他	0.00%
回答人数	63

“压力管理”专题讲座调查问卷

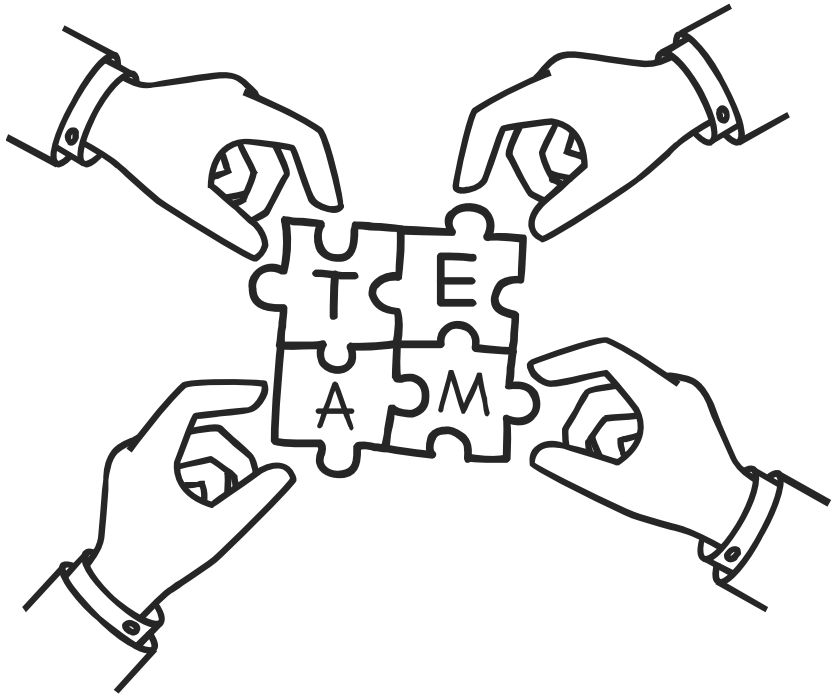
第1题：
您认为主讲老师的表述是否清晰、有条理？ [单选题]

选项	小计	比例
表述清晰，条理性强	8	100%
表述有待加强，但总体较有条理	0	0%
表述不清，条理不明	0	0%
本题有效填写人次	8	

饼状 圆环 柱状 条形 隐藏零

第2题： 您对参加此次讲座的感受是什么？ [单选题]

选项	小计	比例
受益匪浅	7	87.5%
有所感悟	1	12.5%
毫无感觉	0	0%
本题有效填写人次	8	



序号	答案文本
1	江老师的循循善诱
2	江老师循循善诱
4	整个过程，学生参与度高，积极性强
5	互动
8	游戏环节

印象深刻之处

序号	答案文本
1	PPT字可以再大一点，简单一点
2	PPT字体需放大
4	提前宣传可以再到位一点
5	无
8	时间安排

[不足之处.]

序号	答案文本
1	自我认知
2	自我认知
4	师生交流，情绪管理，人际交流，
5	竞争压力
8	社交

[下次活动方向.]

团体辅导调查问卷

3.您是通过什么途径了解到我们的心理团辅活动的？ [单选题]

选项	小计	比例
同学朋友介绍	12	66.67%
朋友圈QQ动态等	5	27.78%
老师	0	0%
其他	1	5.56%
本题有效填写人次	18	

4.您对带领本次团辅活动人员的表现？ [单选题]

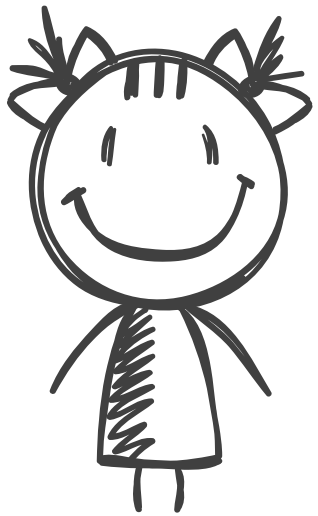
选项	小计	比例
非常满意	14	77.78%
比较满意	3	16.67%
还可以	1	5.56%
比较不满意	0	0%
非常不满意	0	0%
本题有效填写人次	18	

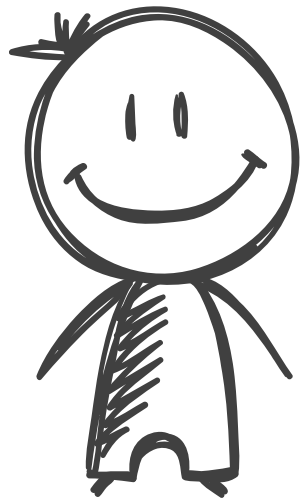
6.您觉得本次团辅活动的形式如何？ [单选题]

选项	小计	比例
A 形式新颖，有创意	16	88.89%
B 形式一般	2	11.11%
C 形式老套，需改进	0	0%
本题有效填写人次	18	

5.您选择以上选项的原因是？ [单选题]

选项	小计	比例
A 工作员在语言表达，现场应变，引导等方面做的都很专业	13	72.22%
B 工作员能够hold住场，带动现场气氛	5	27.78%
C 工作员语言表达能力欠佳，对于游戏规则的讲解不清楚	0	0%
D 工作员引导不到位，无法调动大家参与活动的积极性	0	0%
E 工作员带动活动比较死板，肢体语言，面部表情不充分	0	0%
本题有效填写人次	18	





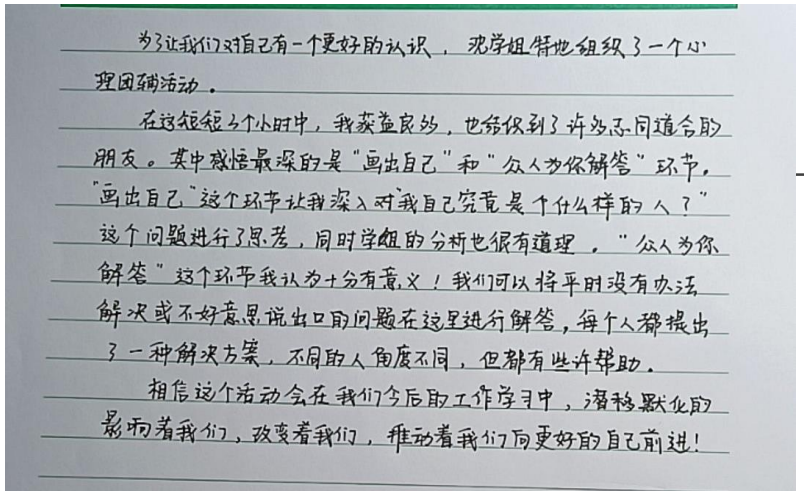
7.您对本次团辅活动总体满意度？ [单选题]

选项	小计	比例
非常满意	10	55.56%
比较满意	5	27.78%
还可以	3	16.67%
比较不满意	0	0%
非常不满意	0	0%
本题有效填写人次	18	

陶学子手写心得get！！！

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

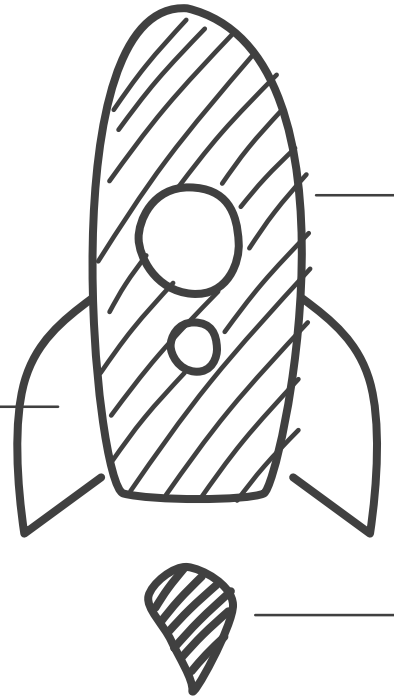
（字小看不清请见谅，之后会以图片的形式上传哒~）

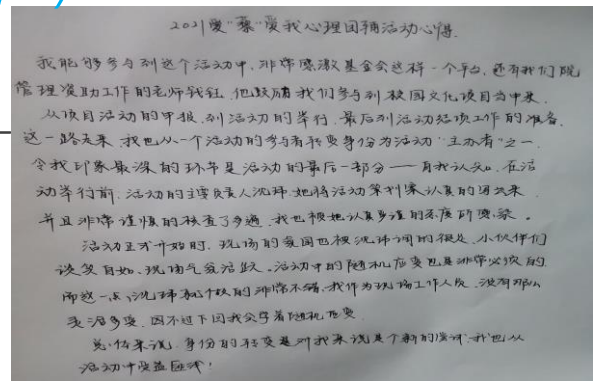


为了让我们对自己有一个更好的认识，班学姐帮他组织了一个心理团辅活动。

在这短短3个小时中，我获益良多，也结识到了许多志同道合的朋友。其中感悟最深的是"画出自己"和"众人为你解答"环节，"画出自己"这个环节让我深入对我自己究竟是个什么样的人？"这个问题进行了思考，同时学姐的分析也很有道理，"众人为你解答"这个环节我认为十分有意义！我们可以将平时没有办法解决或不好意思说出口的问题在这里进行解答，每个人都提出了一种解决方案，不同的人角度不同，但都有些许帮助。

相信这个活动会在我们今后的工作学习中，潜移默化的影响着我们，改变着我们，推动着我们向更好的自己前进！

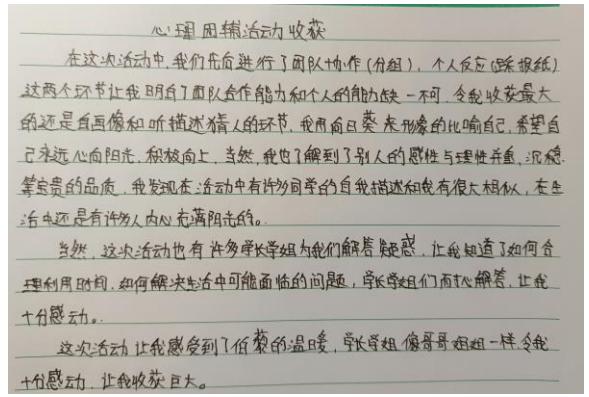




2021"聚"焦我心理团辅活动心得

我能够参与到这个活动中，非常感谢基金会总裁一个月，还有我们院管理援助工作的老师我们，把我加入我们参与到我国文化项目当中来。从项目活动的申报，到活动的举行，最后到活动结项工作的准备，这一路走来，我也从一个活动的参与者转变身份为活动"主办者"之一，令我印象最深的环节是活动的最后一部分——自我认知。在活动举行前，活动的主管老师人沈静，她将活动策划展示从我的团队来，并且非常详细的检查了多遍，我也根据从我身边的朋友们，小伙伴们谈笑自如，说话气氛活跃，活动中的随机应变也是非常必须的，例如一次说到每个队的非常不错，我作为组织工作人员，说两队我没多变，因不过下回我会带着随机应变。

总体来说，身份的转变是对我来说是个新的体验，我也从活动中收益匪浅！



心理团辅活动收获

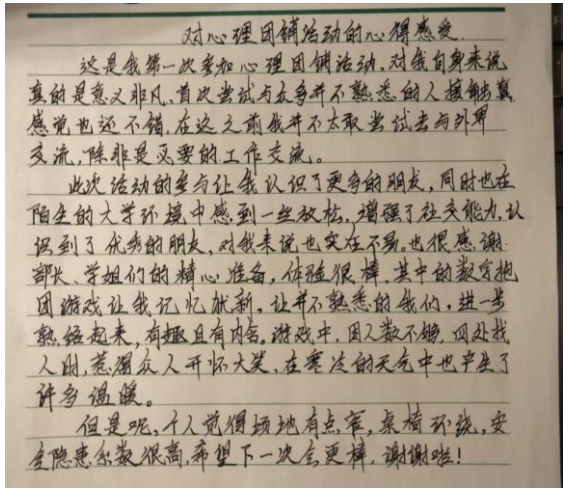
在这次活动中，我们先后进行了团队协作（分组），个人反应（跳报纸）这两个环节让我明白了团队合作能力和个人的能力缺一不可，令我收获最大的还是自画像和听描述猜人的环节，我用向日葵来形象的比喻自己，希望自己永远心向阳光，积极向上，当然，我也了解到了别人的恩性与理性并重，沉稳等宝贵的品质，我发现在活动中有许多同学的自我描述和我有很大相似，表生活中还是有许多人内心充满阳光的。

当然，这次活动也有许多学长学姐为我们解答疑惑，让我知道了如何合理利用时间，如何解决生活中可能面临的问题，学长学姐们耐心解答，让我十分感动。

这次活动让我感受到了俏黎的温暖，学长学姐像哥哥姐姐一样令我十分感动，让我收获巨大。

陶学子手写心得get！！！

The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

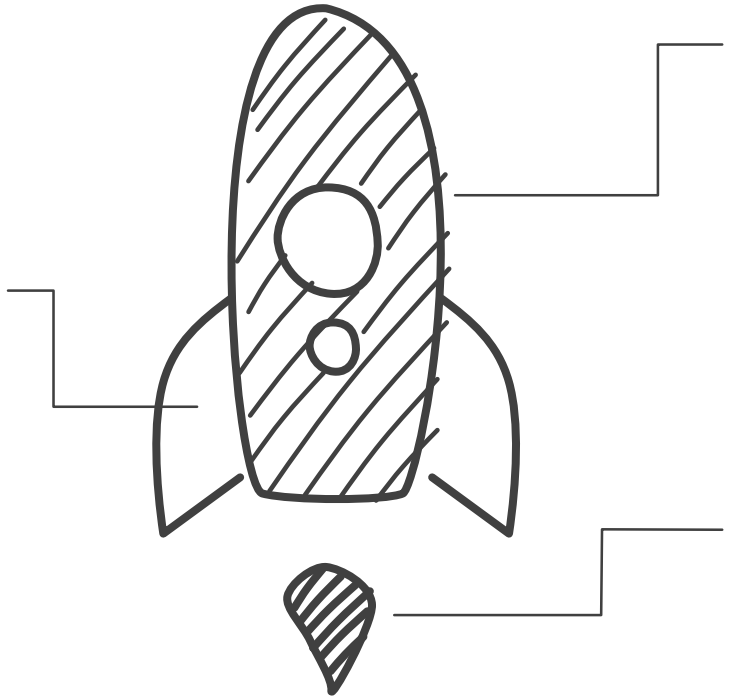


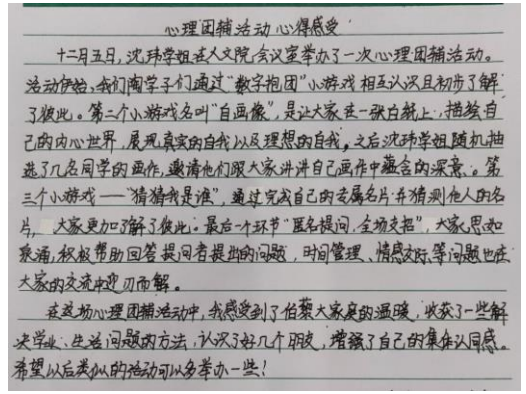
对心理团辅活动的心得感受

这是我第一次参加心理团辅活动，对我自身来说真的是意义非凡。首次尝试与众多并不熟悉的人接触真感觉也还不错，在这之前我并不太敢尝试去与外界交流，除非是交要的工作交流。

此次活动的参与让我认识了更多的朋友，同时也在陌生的大学环境中感到一丝放松，增强了社交能力，认识到了优秀的朋友，对我来说也实在不易。也很感谢部长、学姐们的精心准备，体验很棒，其中的破冰抱团游戏让我记忆犹新，让并不熟悉的我们，进一步熟络起来，有趣且有内容。游戏中，因人数不够，四处找人时，惹得众人开怀大笑，在寒冷的天气中也产生了许多温暖。

但是呢，个人觉得场地有点窄，氛围环境，安全隐患系数很高，希望下一次会更棒，谢谢啦！

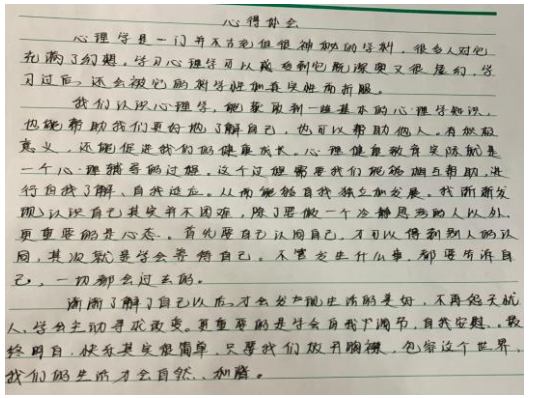




心理团辅活动心得感受

十二月五日，沈玮学姐在人文院会议室举办了一次心理团辅活动。活动伊始，我们陶学子们通过"数字抱团"小游戏相互认识且初步了解了彼此。第二个小游戏名叫"自画像"，是让大家在一张白纸上，描绘自己的内心世界，展现真实的自我以及理想的自我。之后沈玮学姐随机抽选了几名同学的画作，邀请他们跟大家讲讲自己画作中蕴含的深意。第三个小游戏——"猜猜我是谁"，通过完成自己的专属名片并猜测他人的名片，大家更加了解了彼此。最后一个环节"匿名提问，全场支招"，大家思如泉涌，积极帮助回答提问者提出的问题，时间管理、情感交际等问题也在大家的交流中迎刃而解。

在这场心理团辅活动中，我感受到了伯蔡大家庭的温暖，收获了一些解决学业、生活问题的方法，认识了好几个朋友，增强了自己的集体认同感。希望以后类似的活动可以多举办一些！

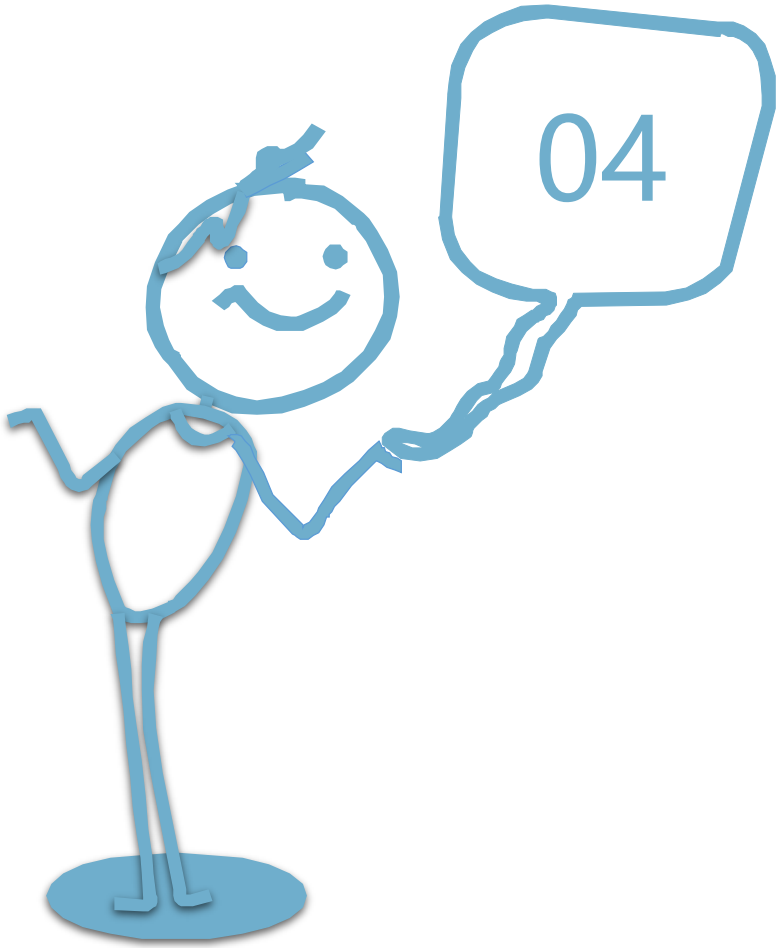


心得体会

心理学是一门并不为我们很熟悉的学科，很多人对它充满了好奇。学习心理学可以揭开它所蕴藏奥义很深的一层。学习它后，还会被它的科学性和实性而折服。

我们认识心理学，能够取到一些基本的心理学知识，也能帮助我们更好地了解自己，也可以帮助他人。有积极意义，还能促进我们的健康成长。心理健康教育实际就是一个心理辅导的过程，这个过程需要我们能够相互帮助，进行自我了解、自我适应。从而能够自我成长和发展。我们渐渐发现认识自己其实并不困难，除了要做一个会替思考的人以外，更重要的是心态。首先要自己认同自己，才可以得到别人的认同，其次就是学会善待自己。不管发生什么事，都要听听自己，一切都会过去的。

渐渐了解了自己以后，才会发现世界的美好，不再怨天尤人，学会主动寻求改变。更重要的是学会自我调节，自然安慰，最终明白，快乐其实很简单，只要我们放开胸襟，包容这个世界，我们的生活才会自然、和谐。



PART FOUR

支出及差异分析

expenses and difference

实际支出

名称	单价/元	数量	总价/元
马克笔	9.3	5	46.5
A4纸	0.15	24	3.6
打印	0.15	70	10.5
胶带	4	1	4
便利贴	2.7	1	2.7

支出差异分析

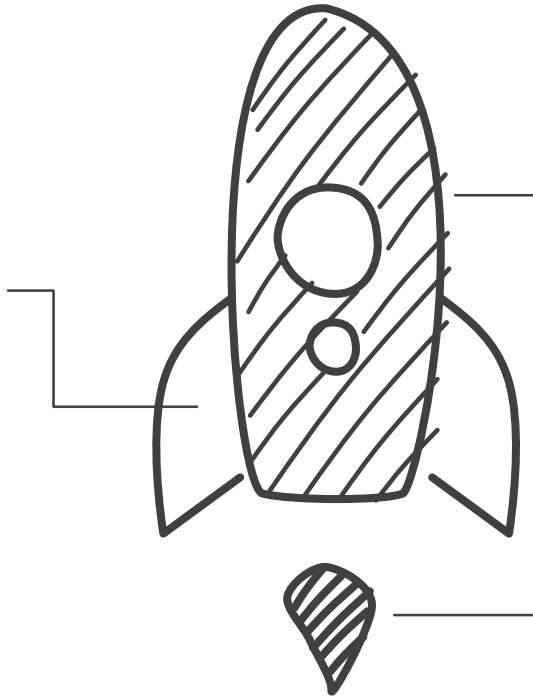
The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

预计支出500元	实际支出67.3元
*邀请专业心理老师劳务费300元 *活动小礼品预计100元 *横幅、A4纸、气球、胶带、马克笔、打印费等活动材料预计80元 *其他支出预计20元	*第一部分“压力管理”专题讲座是与人文学院心协合办的活动，主讲人姜婷娜老师劳务费由人文学院心协支付。 *未购置小礼品 *未购买横幅 *无其他支出

发票（支出记录）

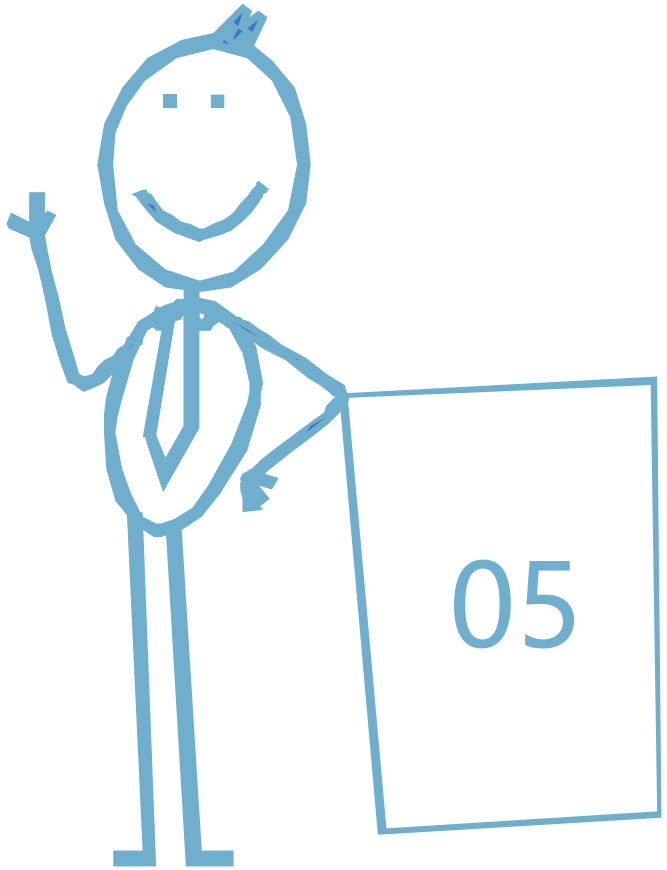
The user can demonstrate on a projector or computer print the presentation

马克笔



打印及A4纸

胶带及便利贴



PART FIVE

05

总结与反思

活动中主要出现了以下几个问题：

任务分配与合作	项目负责人大包大揽，没有做好任务分配工作。
效果预演	条件允许的话，团辅小游戏类活动需预演，现场效果出现偏差，主要体现在“自我认知”心理团体辅导的暖场小游戏上。
场地	场地要提前借，根据人数选场地，最后一次活动场地比较狭窄，不便于活动开展。
时间	“情绪宣泄”主题团辅由于设在考试周，实际到场人数大大降低。

一些不得不说的亮点~

社团间合作	例如本次活动中，“压力管理”专题讲座和人文学院心协合作；“情绪宣泄”主题团辅与人文学院社会工作专业的学长学姐的小组作业进行合作。（社工专业具有专业的心理学基础）
中场活动环节的穿插	在本次的两个小游戏环节中间，我们有意识地设置了“群策群力，答疑解难”这个环节，把你的烦恼匿名写下来，大家来为你解答。在后续的心得体会及满意度调查回馈中，陶学子们表示对这个环节最为印象深刻，不仅解决了烦恼，还锻炼了陶学子的表达力。

感 谢 观 看 !
THANK YOU FOR OUR WATCHING

2021伯藜杯“明思论道我在行”辩论赛

汇报人：彭阿桢

推荐理由

伯藜助學金
助學創業,立己達人

该项目整体表现优异，结项材料完整规范，项目总结报告从前期准备到最后的反思运用了项目管理的系统思维完整的陈述了整个项目流程。项目在实施过程中，通过赛前培训等帮助辩手学习相关的技巧和内容；与校辩协联合举办，极大的扩大了伯藜学社的影响力，也帮助陶学子锻炼了语言表达能力和逻辑思维能力，较好的达到了对陶学子心智赋能的意义。

目录

1 项目介绍

2 项目实施

3 项目支出

4 项目总结

01

PART

项目介绍

项目背景、服务对象、项目目的、预期效果

项目背景

二十一世纪是知识时代，当代大学生在全球知识化浪潮中应学会用科学的方法来探讨发展中的问题。高校更应该致力于引导大学生的思想的碰撞、智慧的博弈和正确的价值观的构建。校园独特的环境及文化氛围赋予了大学生灵活辩证的思维方式、流畅的表达能力，培养了大学生明辨是非的优良品质。为此，我社特决定举办江苏科技大学伯藜学社

2021伯藜杯“明思论道我在行”辩论赛。

项　　目　　介　　绍

项目目的

通过举办“伯藜杯”辩论赛，锻炼参赛选手的语言表达能力和逻辑思维，培养辩证看待问题的能力；增进同学们对社会的关注及对生活的思考；增强参赛陶学子的团队意识；同时丰富陶学子们的校园文化生活，营造浓厚的校园学术氛围和人文气息，彰显学社特色。

服务对象

江苏科技大学伯藜学社全体陶学子

江苏科技大学辩论协会部分人员

预期效果

此次活动至少有八支队伍参赛

此次活动将邀请江苏科技大学辩协会长担任评委

此次活动从陶学子中选举出一名最佳辩手

02

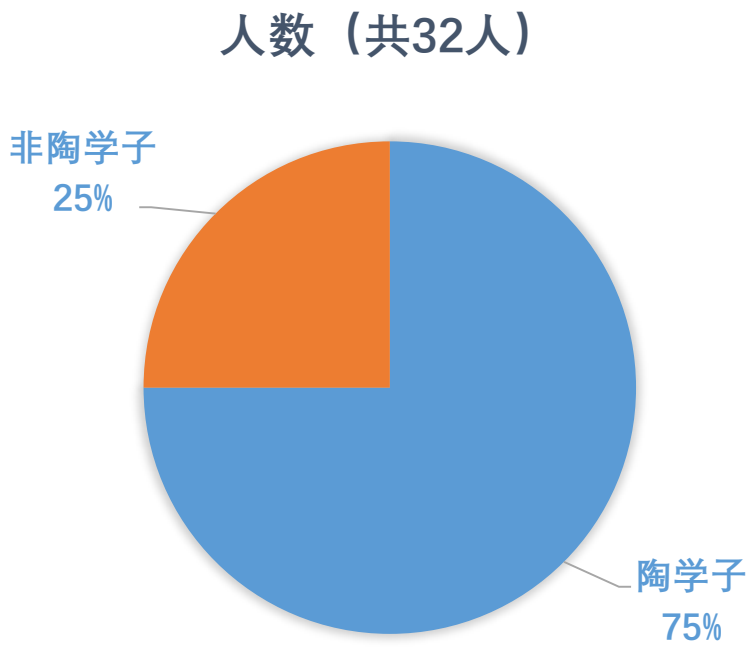
PART

项目实施

赛前培训、初赛、决赛

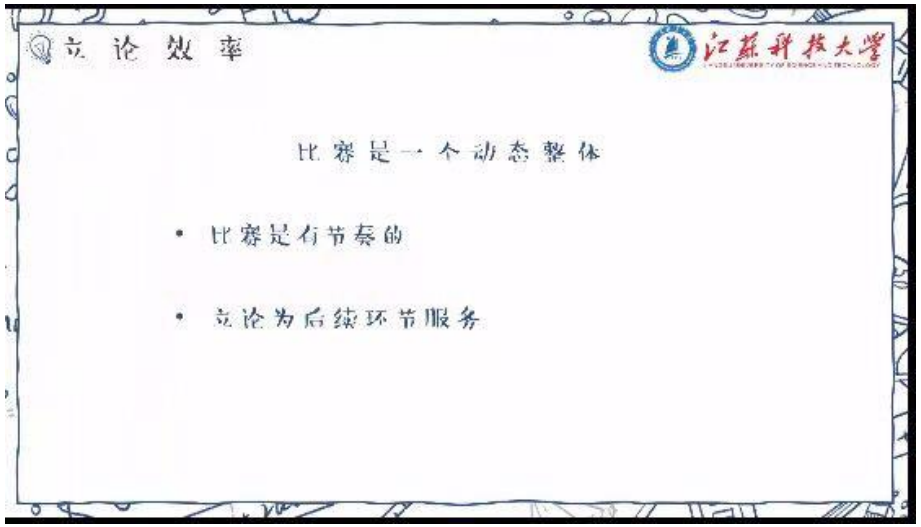
项　　目　　实　　施

- 赛前培训　2020年11月28日
- 初赛　　2020年12月5日
- 决赛　　2020年12月12日



赛前培训

- 在初赛前，伯藜学社特地开展了江苏科技大学伯藜学社辩论赛赛前培训
- 就小队进行了初步的建设，确定的队名和辩手在小队中的辩位。最后各支队伍在事先准备好的辩题进行抽取，确定了自己队伍的辩题。
- 本次培训，促进了小队的交流，加深了大家对辩论的认知。



项　　目　　实　　施

初　　赛

- 初赛如期举行，分两个场地，共八支队伍参加本次比赛，两两一组决出了四支胜利的队伍进入决赛。

决　　赛

- 决赛现场双方你来我往，言辞犀利，辩论场上火花四溅，。最终根据评委评分决出冠、亚军及选出最佳辩手陆玉荣后进行了颁奖仪式，自此2021伯藜杯“明思论道我在行”辩论赛圆满落下帷幕。

03

PART

项目支出

项　　目　　支　　出

科目	明细	单价/元	数量	金额
奖品	笔记本文具套装	12.6	4	50.69
	暖手枕	6.73	4	26.93
	水晶地球仪	8.7	4	34.8
	钥匙扣	0.94	40	37.62
活动用品	横幅	19.00	2	19.00
	礼品袋	0.43	120	59.00
	布置用气球	7.39	1	7.39
	小礼品	32.4	2	64.8
乘车费用	工作人员长山校区—梦溪校区往返乘车费用	47.86	3	143.59
合计				443.82

04

PART

项目总结

项目反思、项目经验

项　　目　　总　　结

赛场话筒不够

比赛时气球突然炸裂

音响发出轰鸣

工作人员未及时赶到场地进行布置

and

提前计算好所需物资数量

购买优质气球、及时更换气球

提前调试好设备

工作人员到达时间安排充分、就近选择人员

感谢大家
聆听

汇报人：张文盛

伯藜
助學金

助學創業,立己達人

把陶学子培养成为有梦想的积极行动者！