

至诚生活 1

VERITAS LIFE



至诚书院
Veritas College

2015年第1期（总第52期）2015年4月1日



- 至诚高级“ATP”25师生顺德、丹霞山体验团队与领导力拓展
- “体能拓展特训营”33师生体验惠东大南山两天两夜徒步
- 院长分享：李丹院长启发至诚学子培养科学思维
- “礼仪文化学习营”37学员学习、实践中西礼仪
- 书院学生会举办“女生节”、“美食节”系列活动
- 重庆大学、江西师范大学同行先后专程莅临书院调研

●**团队拓展：至诚书院第三期“ATP”高级培训项目。**1月24-30日，至诚书院22位宿生在书院陈文滨副院长、刘敏泉和蒋东平老师的带领下前往深圳西点培训学院顺德马岗基地和韶关丹霞山参加为期七天的至诚书院第三期“ATP”高级培训项目。ATP高级培训项目是至诚书院两年举办一次的项目，是书院培养学生骨干、拓展教师培训视野的重要平台。学生需通过报名、体能测试、能力展示以及面试环节方能入选，多数学员在书院及学校担任重要职务，热心学校及书院事务。高级“ATP”项目注重实践和体验，让学员在一次次探索、挑战、失败与突破之后，提升其团队协作能力、领导才能、自我认知，建立培养自信心、勇于承担意识和社会责任感，为学员回书院更好引领、帮助更多宿生成长做更多准备。

在基地拓展，从破冰开始，学员依次经历了堆积木、扎马步、高空挑战、同舟共济、穿越火线等一系列项目的挑战，懂得了沟通合作对于团队的意义，理解了什么是坚持和承担，并迅速升温为一个富有凝聚力的团队。



在户外拓展中，学员们更是分别扮演着户外领队的角色，带领团队去大胆探索未知的领域。在三天两夜的户外拓展中，22名学员“逃离”舒适的生活环境，走向充满挑战的挣扎圈。在重装徒步的过程中，学员们不仅自身遇到了滑到、扭脚、受伤等各种困难，还要接受来自教练的种种考验，但因为有队友的关心和鼓励，所有队员都坚持走完了全程，没有一个人放弃。



拓展训练



总结会上，不少学生眼眶湿润，因为有付出，所以有感动。有学员分享：“这七天里，没有大雨，心灵却被洗礼；没有地震，内心却被震撼；没有意外，却感觉经历了生死。”李丹院长也鼓励学员们说：“辛苦会值得的。”的确如此，为分享收获和传递精神，学员们在3月14日于图书馆报告厅为汕大师生精心策划了一场以“由心出发，路在脚下”为主题的分享会。学员的真诚分享也让到场的观众很受感触，对走出舒适圈、获得生命成长充满了渴望。正如学员黄启轩所说：“年轻人应该把握青春，像颗子弹一样，追逐自己的梦想。”



●**体能拓展：**第九期“体能拓展特训营”。3月20日，至诚书院第九期“体能拓展特训营”25名学员在书院陈文滨副院长、刘敏泉老师、蒋东平老师以及北斗拓展协会5名志愿者的带领下赴广东省惠东县大南山进行为期三天两夜的野

拓展训练

外徒步和领导、协作能力拓展训练，让学员在提升体能、磨砺意志的同时体验山上露营生活，感悟大自然正能量，并在团队中锻炼沟通协作领导能力。



大南山虽然风景绝佳，但要背着沉重的装备连续爬坡也让不少学员倍感艰辛。另外，每个队员还要轮流担任团队领导，时刻关注其他队员。对于这样的设计，14 化学的林凤兴表示“倍感压力”但还是“学会了如何做一个负责的队长”。



返程前的总结会上学员感言：“通过这次徒步，挑战了自己，更证明了自己的能力，让我遇到下一个山峰时更有自信。也让我重新认识了自己，更多的去反思过去和这几年大学生活带给自己的改变。”“这次特训营不仅提升了体能，还让我学到如何在团队中发挥作用，也提高了我的责任心。”



●职业拓展：第四期“礼仪文化学习营”。3月14日，至诚书院举办第四期“礼

书院活动

仪文化学习营”，采取教学与实践相结合的方式，使 37 名学员在亲身体验中对中西礼仪文化有了更深刻的理解。据学员调查反馈，学员们对本期学习营有较高的整体满意度，其中比较满意和很满意的学员达 90.6%。



●**院长分享：“大学生要培养科学思维”。**3月14日，至诚学生会在 J354 举办了 2015 年第一期院长分享会，李丹院长围绕柴静及其团队拍摄的纪录片《穹顶之下》引导宿生展开热烈讨论，启发同学们大学生如何培养科学思维。院长强调：“大学是学能力培养素质的地方，大学生要学会看问题看得更远更深，同时学会跟别人沟通，从中找到自己的路，从而构造更好的人生。”



●**导师面对面：**3月27日，书院第七届导生委员会在 J305A 会议室成功举行了新一期“导师面对面”活动，邀请理学院尹业高教授和宿生一起讨论雾霾对生活的影响，引起了到场宿生对环境生态问题的深入思考。



学生组织活动

●书院六大学生组织新学期动员联席会。3月4日，书院召集学生会、“常青藤”服务学习协会、导生委员会、学生党、团组织、书院微信公众号管理团队等各大学生组织主要负责人在J-354召开联席会，陈文滨副院长对各学生组织作新学期工作动员，引导大家尽快投入新学期的学习和工作状态，搭建好各组织活动平台，服务宿生的同时也努力提高自己。

●至诚学生会举办“美食节”和“女生节”系列活动。3月14日和22日，为丰富书院宿生生活，营造良好社区氛围，至诚学生会分别在书院“一方”草坪和市区公园举办“美食节”和“女生节”系列活动，得到广大宿生的积极参与。“厨艺大展示”——美食节系列活动采取玩游戏赚积分形式，游戏结束后参与团队按名次顺序先后选择食材并制作美食，最后进行最为精彩的现场厨艺展示。各个团队积极合作，合理分工，忙的不亦乐乎。女生节活动——“女王的战争”则模仿热门综艺节目runningman，分“女王的悬赏”、“mission1”、“一杯茶的休闲”和“女王的战争”等四个游戏环节，共有红，蓝，黑三个队伍参与了活动，也使女同胞们度过了一个开心的周末“节日”。



学生组织活动

●至诚学生会为书院宿生举办“跳蚤市场”。3月27-28日，至诚学生会发展策划部为广大至诚宿生举办第五届跳蚤市场，通过前期的物资收集及整理，全体成员于书院门口摆摊售卖。本次“跳蚤市场”出售物品包括鞋子、书籍、电子产品、单车、乐器、各式生活用品等。活动旨在促进物品循环利用，倡导环保节约精神。本届“跳蚤市场”吸引了广大宿生参与，活动两天人流量150以上，成交金额达1400元左右。



●“常青藤”校外服务一条街。3月28日，在校青协的组织下，由各学院青协参与、旨在服务社区的汕头大学校外服务一条街活动在金砂公园附近的步行街举行。“常青藤”服务学习协会代表书院参与此次活动。常青藤的志愿者们开展了以交通安全为主题，交通图标竞猜、我问你答为游戏方式的服务活动，向市民宣传交通知识，并与市民交流互动，吸引了周边大量市民积极参加。现场火爆，参与市民络绎不绝，志愿者工作繁忙但有条不紊。



对外交流活动

●重庆大学虎溪校区党工委书记一行 7 人莅临书院调研访问。3 月 12 日，重庆大学党委常委、虎溪校区党工委书记田明、校长助理夏之宁、学工部副部长王宇红等一行 7 人在汕头大学学生处苏俊枝副处长、党政办苏建科科长的陪同下莅临至诚书院，对书院住宿学院制度下的教育管理模式和素质拓展课程以及汕头大学学生教育管理作专程调研。



●江西师范大学免费师范生学院再次到访书院。3 月 26-28 日，江西师范大学免费师范生院总支书记熊吉生等一行 3 人到访至诚考察书院职能、管理运行机制、办院理念及拓展课程，这是该校第二次来访书院作专程调研。





感谢大家对至诚书院各项工作的大力支持！

更多信息请登录：

至诚书院网站：veritas.stu.edu.cn

“家缘”网址：veritas.stu.edu.cn/v

或联系书院院务室：0754-86502482

本期编辑：林峰

编 审：蒋东平. 刘敏泉. 张燕

设 计：王委. 吕彤云