

关于组织开展 2026 年“五个一”寒假 社会实践活动的通知

各团支部：

为深入学习贯彻党的二十大和二十届历次全会精神全面落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》要求，感受中国式现代化的万千气象，紧密围绕学校建设一流中医药大学的发展目标，引领广大青年学生深刻体悟时代责任与历史使命，将个人成长融入国家发展大局，在社会课堂中“受教育、长才干、作贡献”，经研究决定，在寒假期间组织开展 2026 年“五个一”社会实践活动，现将有关事项通知如下：

一、活动主题

青春为中国式现代化挺膺担当

二、活动时间

2026 年 1 月—2 月

三、形式内容

坚持“就近就便、灵活多样、安全实效”的原则，以学生个人实践为主体，鼓励学生积极对接全国大学生“返家乡”社会实践平台，在家庭所在地或寒假常住地，深入开展以“五个一”为核心的寒假社会实践活动。

（一）【“针”实写作】“青春共学”系列——撰写一篇学习心得

坚持“学思用”贯通、“知信行”统一，学生要充分利用“青年大学习”等平台资源，持续深入学习党的创新理论，特别是习近平总书记关于青年工作的重要思想。要围绕党的二十届四中全会精神、中国式现代化、中医药传承创新发展等主题，撰写有深度、有温度、有见解的**学习心得或理论文章**，推动理论学习往深里走、往实里走、往心里走。鼓励结合家乡发展变化，开展形式新颖、贴近群众的微宣讲、故事分享等活动。

格式要求：标题用二号华文中宋加粗，标题下方写明所在学院、专业、班级、学号、姓名用三号楷体，正文部分用三号仿宋，28磅行距，800字以上。

（二）【“针”经阅读】“青春共读”系列——撰写一篇读书报告

倡导沉浸阅读，滋养心灵。学生在寒假期间至少精读一本经典著作，重点研读蕴含深厚医德医风的医学典籍，深刻领悟其中“大医精诚”的精神内涵与职业操守。鼓励延伸阅读红色文化经典、中华优秀传统文化名著。结合阅读思考，撰写**读书报告**，在书香中坚定理想信念、陶冶道德情操、夯实从医之基。校团委官微将持续推荐相关阅读书单。

格式要求：标题用二号华文中宋加粗，标题下方写明所在学院、专业、班级、学号、姓名用三号楷体，正文部分用

三号仿宋，28 磅行距，800 字以上。

（三）【“针”情服务】“青春共建”系列——参与一次志愿服务

弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神。学生应主动向所在村、社区报到，鼓励通过“创青春”平台“返家乡”系统获取政务实践、企业实习、社区服务等岗位信息，在基层党团组织或实践单位指导下，开展扶贫济困、课业辅导、生态环保等**志愿服务**。尤其要立足专业，积极参与基层治理、健康科普、义诊咨询等特色实践，在服务社会中锤炼本领，以实际行动助力家乡建设。

可以撰写图文并茂的文章，图片内容要与文字内容相对应，图片清晰，构图完整，大小在 1M 以上，标题用二号华文中宋加粗，标题下方写明所在学院、专业、班级、学号、姓名用三号楷体，正文部分用三号仿宋，28 磅行距，800 字以上。或者拍摄剪辑 5 分钟以内的视频，视频格式以 AVI、MP4 格式为主，分辨率需达到 1920px*1080px 及以上，对应显示比例 16:9；拍摄器材不限，保证所拍视频画面清晰，声音清楚。

志愿者服务填写浙江中医药大学 2026 年寒假志愿服务登记表，回校后可申请志愿者时长。整个寒假志愿者时长最高计入 20 小时，一天仅限 8 小时。

（四）【“针”心宣传】“青春共美”系列——完成一次家乡探访

引导学生依托“返家乡”实践契机，深入家乡党政机关、企事业单位、乡村社区开展岗位锻炼与乡情观察。通过实地调研，了解产业发展、基层运行与社情民意，为乡村振兴、基层治理建言献策。鼓励运用新媒体技术，宣传家乡文化、推广特色物产、讲述发展故事，积极承担政策宣讲、直播助农、文化传播等任务，当好家乡发展的青春代言人与建设者。

可以撰写图文并茂的文章，图片内容要与文字内容相对应，图片清晰，构图完整，大小在 1M 以上，标题用二号华文中宋加粗，标题下方写明所在学院、专业、班级、学号、姓名用三号楷体，正文部分用三号仿宋，28 磅行距，800 字以上。或者拍摄剪辑 5 分钟以内的视频，视频格式以 AVI、MP4 格式为主，分辨率需达到 1920px*1080px 及以上，对应显示比例 16:9；拍摄器材不限，保证所拍视频画面清晰，声音清楚。

（五）【“针”诚返校】“青春共享”系列——履行一份感恩行动。

延续感恩教育传统，组织学生回访高中母校，拜访家乡校友，传达母校问候，分享大学成长历程。结合学校招生

宣传工作安排，积极向中学师生介绍我校办学历史、发展成就、专业特色、校园文化以及中医药的独特魅力，讲好浙中医大故事，吸引更多优秀学子报考，助力学校提升社会美誉度。具体要求可参照学工部相关专项通知。

四、活动须知

（一）参与对象：第三临床医学院、康复医学院全体学生（鼓励毕业班同学参加）。

（二）活动类型：**每位学生需完成活动 1、2，每个支部需完成活动 3、4。**

（三）学院团委组织有关专家对各团支部推荐的“读书报告”、“学习心得”进行评优。如发现剽窃行为，将取消其参评资格，并通报。

（四）设置优秀“读书报告”、“学习心得”奖项若干，择优推荐到校报刊登。

四、工作要求

（一）高度重视，精心组织。各团支部要切实加强组织领导，做好动员部署、过程指导与成效考评。要将寒假社会实践作为加强大学生思想政治教育和推进实践育人的重要环节，广泛动员同学们积极参与。

（二）强化管理，筑牢安全底线。始终将学生安全放在

首位。各学院开展专题安全教育，明确实践纪律与安全规范，提醒学生做好个人防护，增强风险防范意识与应急处理能力。鼓励同学们购买必要保险，确保实践活动安全、有序、平稳开展。

（三）加强宣传，营造良好氛围。充分利用各类媒体平台，特别是新媒体矩阵，及时宣传实践活动动态、展示实践成果、挖掘先进典型。学生积极记录和分享实践过程与感悟，讲好实践故事，传播青春正能量。

（四）注重实效，深化总结提升。加强对实践活动的跟踪与指导，及时总结凝练好经验、好做法。实践活动结束后，各团支部要认真做好材料整理、成果汇总与经验交流工作，推动实践成果转化为育人实效。请于 **2026 年 2 月 25 日前**，将团支部活动总结（含活动图片、统计表，见附件 1）、活动 1、2、3、4 分别建文件夹打包、推荐的优秀读书报告（附件 2）及优秀学习心得（附件 3）报送至院团委指定邮箱。

联 系 人：黄冯钦、陈说禾

联系电话：0571-86658205

联系邮箱：2351425744@qq.com

附件：

1.2026 年寒假社会实践活动数据统计汇总表

2.2026 年寒假“优秀读书报告”和“优秀学习心得”推荐评选工作要求

3.2026 年寒假“优秀读书报告”推荐汇总表

4.2026 年寒假“优秀学习心得”推荐汇总表

共青团浙江中医药大学
第三临床医学院、康复医学院委员会

2026 年 1 月 14 日

附件 1

2026 年寒假社会实践活动数据统计汇总表

班级：

时间：

参与人数	
撰写读书报告（篇数）	
完成志愿服务（人次）	
撰写心得报告（篇数）	
获学院媒体报道次数	
典型成果	X 月 XX 日《XX 日报》3 版报道；文章《XXX》发表于 XXXX；XX 同学实践日志微信阅读量 1000 次以上等等
备注	收到感谢信 XX 封、锦旗 XX 面

附件 2

2026 年寒假“优秀读书报告”推荐汇总表

班级：_____

序号	姓名	题目
1		
2		
3		
4		
5		

注：1.务必审核作品的原创性，如发现剽窃现象将取消该作品资格；
2.各班推荐文章需根据质量进行排序。

附件 3

2026 年寒假“优秀学习心得”推荐汇总表

班级：_____

序号	姓名	题目
1		
2		
3		
4		
5		

注：1.务必审核作品的原创性，如发现剽窃现象将取消该作品资格；
2.各班推荐文章需根据质量进行排序。