# 大学团委工作总结范文(推荐13篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-02-17

*大学团委工作总结范文1本学年学校团委在学校领导及上级团委的领导下，围绕学校工作要点，深入开展了一系列教育活动，开拓进取，脚踏实地，开展了一些实实在在的工作，营造了良好的校园文化氛围，较好地完成了学校及上级团委交给的任务，深入持久开展团员意识...*

**大学团委工作总结范文1**

本学年学校团委在学校领导及上级团委的领导下，围绕学校工作要点，深入开展了一系列教育活动，开拓进取，脚踏实地，开展了一些实实在在的工作，营造了良好的校园文化氛围，较好地完成了学校及上级团委交给的任务，深入持久开展团员意识教育，并积极探索学校团建工作特点，走出了一条适合学校团建工作的新路子，取得了一定的成绩，为做好学生管理工作、开展学生各项活动奠定了很好的基础。现将我校本年度共青团工作总结汇报如下：

(一)加强团的自身建设，开创我校团委工作新特色

1、 发展新团员工作。

发展新团员工作是学校团委的一项重要工作，发展团员对搞好学校团组织的建设及学生自身思想素质的提高和促进学生学习就业等都十分重要。学校团委认真做好工作计划，建立健全了各支部组织，以各团支部为单位做好发展新团员工作。校团委严把新团员入口关，对于想入团的学生，需经个人自荐，班级团支部，班主任层层推荐，经团委审核后集中组织学习共青团知识，进行综合考核，以保证新团员的质量。认真组织了新团员入团宣誓仪式。

2、加强政治理论学习，努力提高团员青年思想道德素质。

近年来，学生人数增多，学生思想素质参差不齐，这就要求我们的工作要做得更实、更细。针对这种情况，我校团委决定实行分年级管理。经过努力，团的工作有了明显的突破，变得更加灵活，分工明确、组织方便、治理加强，兼容了各级团工作的独立性和年级与年级之间、班与班之间的统一性。既保证了团委对学生的纵向管理，也加强了各年级的横向治理。通过坚持不懈的学习政治理论，搞富有教育意义的活动，使广大团员青年的思想道德素质进一步得到了加强。

3、健全团委的规章制度。

制定团委、团支部工作规划，明确支部委员的工作内容与范围，健全支部常规工作。以“党建带团建”为指导思想，深化团建创新工作，促进团组织的自身建设，发挥阵地作用，不断提高共青团的影响力和战斗力。

根据我校特点和学生的实际情况，我们进一步规范制度，在组织设置，团干部配置，团队考评，团员奖惩，团的阵地建设等方面，做出了明确规定，并通过丰富团日主题活动，重温入团誓词，规范团的活动仪式等。建立了一整套增强团员先锋模范作用的制度，使团的工作有章可循，有法可依，并在制定规章制度的过程中，加强了学习，提高了理论水平，做到了制度上墙，严格遵守，使团组织的自身建设更加规范，达到制度科学化，治理规范化，效果显著化。

4、指导学生会顺利地完成了换届工作。

举办了全校团员、青年学生及教师参加的选拔学生会、团委干部的“竞聘演讲”大会。通过竟聘建立一批高素质的学生干部队伍，树立学生干部在广大学生中的威信，培养学生会在学生科领导，在校团委指导下，独立开展工作的能力，紧密围绕自我教育，自我治理，自我服务的“三自”方针，更好地为广大学生做好服务工作，切实地起到桥梁纽带作用。

(二)积极开展校内、校外文化活动，增强学生社会实践能力

1、树立典型，开展学先进赶先进活动。

今年，我们在学生中开展了向先进人物看齐，同模范同学竞赛活动。为进一步弘扬勤奋好学、刻苦钻研的学习精神。执著追求、勇于探索的创新精神。立足岗位、踏踏实实的敬业精神。挑战自我、永不服输的进取精神。调动全体同学的学习积极性、主动性和创造性，形成“勤奋、刻苦、求实、重技”的良好学风，使优秀学生更多地涌现出来，加快我校人才培养和学校发展步伐。

2参加社会活动。

积极开展学雷锋活动。通过开动员大会，上街便民服务，打扫死角垃圾，帮贫助困，以“优”带“后”，学校校园环境美化、净化等一系列活动形式开展学雷锋活动。十一月份本着“奉献、友爱、互助、进步”的准则从社会中来到社会中去，“我为人人”方能“人人为我”的精神，为加强同学们为社会服务为人民服务的观念，校团委积极组织了义务打扫敬老院的志愿活动，爱的火炬在这里传承!

(三)促进团组织的自身建设，发挥阵地作用，不断提高共青团的影响力和战斗力

配合政教处、学生会做好常规检查工作。为了贯彻《中学生日常行为规范》， 强化养成教育，我校制定了以学生“自我治理，自我教育”为中心内容的值日生检查制度，团委配合学生会共同治理此项工作，我们制定了一系列检查方案，学生会干部和班团干部负责检查，工作分配到人。

通过值日生检查学生日常学习、生活情况，让学生主动发展，使学生养成自觉遵守纪律，严于律己等最基本的文明习惯和道德行为，为学校搞好教育教学工作奠定了基础。加强对学生会的指导和治理，发挥学生组织“自我服务，自我治理，自我教育”作用。组织选拔学生会，团委学生干部，精心安排工作，布置任务，参加学校的治理工作，服从学校领导的安排，为学校教学服务。参加学校的卫生评选，主题班会评选等等。同时自发或服从学校的安排参加各种义务劳动和公益活动。都能很好地完成任务，达到很好的效果。比如，多次参加学校的义务劳动，在校园内搞卫生，搞大扫除。

在各支部中开展帮学活动。要求各支部以自己的实际情况出发，紧紧围绕教学，努力发挥团员的先锋模范作用，在班上开展帮学活动。要求做到一帮一或多帮一。取得了较好的效果。

狠抓日常活动，促良好习惯养成。我校德育工作的基本思想就是：“围绕养成抓德育，抓好德育促发展。”校团委成为德育的一块阵地。通过丰富多彩的活动，促进学生养成良好习惯的养成，坚持不懈培养学生养成良好的文明礼仪行为习惯。主要利用了校园文明监督岗，倡导全校师生做文明人。我们还对全校学生经常性进行军容仪表检查评比，对学生加强遵守校纪校规教育，使他们真正了解学校的各项规章制度，同时加大校园文明监督岗的检查力度，进一步规范了全校学生的行为，使同学们的自律、自治能力得以加强，逐步使全校学生养成了良好的行为习惯，同时也提高了各班学生骨干的工作能力。

重视每周升旗仪式。要求全体学生始终参加，对主持升旗仪式的升旗手进行队列练习，逐步培养并提高同学们的爱国热情。通过长时间的

坚持，我校升旗仪式己形成良好氛围，已使其成为我们德育教育的重要途径，广大师生能自觉，积极参与到这项活动中来。

总之，在上级领导的关心和领导下，团委工作取得了较大的进步，当然也存在许多不足，在今后的工作中，团委将不断学习研究，总结经验、教训，改正不足，发扬优点，勇于实践，主动积极地开展工作，在抓好基本工作环节的基础上，抓好团组织建设，活跃团的工作，更好地为青年学生服务，努力开拓创新，争取使我校团工作更上一层楼，为学校的发展与建设做贡献。

**大学团委工作总结范文2**

时光飞逝，转眼间，已经临近期末，本学期我在校团委的工作也即将接近尾声，回想两个月来的工作经历，心中也是感慨万千。大约两个月前，自己竞选了校团委办公室委员一职，并且进入了团委，其实一开始在自己的脑中对校团委办公室并没有什么明确的概念，甚至是不了解，起初时不知自己应该做些什么、不应该做些什么，但是经过两个月来的工作与学习，自己仿佛进步许多，无论是对办公室职能的了解还是在其他的工作方面。在这两个多月的工作中我学到了许多东西，我觉得在团委学到的这些东西会在我今后的生活及工作当中发挥重要的作用。

>一、学会了团结协作

我通过参与在办公室的值班及一些活动，我更加深深明白了团队力量在工作中的重要性。

>二、学会关于办公的新技能

我学会了打印、复印、制作表格等一些基本的办公操作。虽然在别人眼里，这些都很简单，但是对我一个高中时很少接触电脑的人来说就不是那么简单了，起初是根本摸不着头脑，不能熟练操作，但是经过多次实践操作，自己对这方面的操作熟练多了，打字也变快了很多。同时，经过一些事情，我明白了在工作中更需要多一份严谨，多一份责任心，这样，工作才能更有效率更有质量。

>三、个人逐渐增强

我发现自己的沟通与协调的能力正在逐渐增强，在办公室工作总要给一些老师或学长学姐打电话通知一些事情，那么在这期间，我的沟通能力也在逐渐增强。

>四、认识许多的朋友

我在参加的各种活动及平时的工作当中，接触了许多其他学院的人，自己的人际交际范围更是扩大了许多。

逐渐发现，自己干的工作多了，自己的学习时间就相对减少了，一开始两方面协调的不是很好，感觉不是那么适应，但在之后，逐渐适应了就好多了，深深明白，学生干部不光要处理好自己的工作上的事情，还要协调好自己的学习，只有这样才称得上是合格的学生干部。这学期的工作即将结束，下学期将迎来新的工作，那么我会以更加热情的态度去面对接下来的工作，我也会更加努力认真对待并完成各项工作，并在工作与学习中寻找经验与教训，提高自己的素质及能力，使自己成为一名更加优秀的学生干部。

**大学团委工作总结范文3**

随着社区建设的不断深化发展，广大市民群众对改善生活环境、提高生活质量，以及街道创建上海市文明社区的现实需要，都对志愿者服务提出了更新更高的要求。201\_年，金杨社区(街道)团工委通过积极探索青年志愿者的社会化运作机制，不断丰富志愿者服务内容，努力提高志愿服务水平，有效的推动了“和谐金杨”的建设。

一、探索青年志愿者工作新机制

为了进一步深化社区青年志愿者服务，加强志愿者队伍的自我管理、自我运作、自我成长，提高青年志愿者的主动性、积极性，金杨社区团工委从“三个方面”探索了志愿者工作社会化运作新机制。

3、工作内容社会化服务总队从社区居民的基本需求出发，在调查研究的基础上，确定了服务项目和服务对象。服务形式有上门服务、广场服务和结对服务，工作内容虽然简单、平常、琐碎，却发挥了很好的拾遗补缺的作用，从而避免了“供不应求”或“供过于求”情况的出现。

二、构建青年志愿者活动新模式

一是开展青年志愿者公益服务活动，并逐步将志愿者资源引入社区，开展助学、助困、助老、助残、保护环境等各项志愿服务活动。利用每双月云山路“为民服务日”活动，组织辖区内4805厂、申诚医院等团支部参加志愿服务活动，受到居民好评。团工委还组织志愿者，在广洋苑小区开展每月一次的“绿色世博^v^椅^v^我为荣”环保回收行动，取得了良好的宣传效果。

二是推进志愿者活动品牌化、长效化。结合社区实际和青年特点，开展“黄眼睛行动进社区”活动，招募“黄眼睛行动”文明交通世博志愿者60多人，在小区开展“礼貌行车，文明走路”活动，呼吁车主遵守《文明交通十五条公约》，倡导和谐文明的交通道路使用方式。动员和组织青年参加交通文明路口、地铁志愿服务、文明星期六、世博“三五”主题实践等各项活动。三是加强外引内联，充分发挥社区双管单位青年志愿者作用。社区卫生服务中心团支部依托其专业优势，为金杨敬老院的50位老人进行健康体检，提供验血、胸透、心电图等检查，受到了老人们的热烈欢迎。此外，通过“为社区独居老人建立健康档案”活动，为500位独居老人建立了健康档案，每月一次随访健康状况，提供医疗保健康复方面的志愿服务。

三、增强青年志愿者团队新作用

1、有力增强了社区服务功能。志愿者活动着眼于“便民”、“利民”，定期的云山路便民服务活动，定期的地铁志愿者执勤。服务项目涉及多个领域，具有公益性同时也注重服务特殊人群，成为了社区服务的重要补充。

2、有力增强了公共管理功能。志愿者活动着眼于改善居住和生活环境，通过推广垃圾分类收集，小区市容卫生“啄木鸟“等活动，为街道提高居民文明素质和落实整改措施提供了详细资料。新组建成立的青少年平安志愿者队伍，重点关注社区内“三失”青少年的学习生活，为社区稳定发挥了重要作用。许多青年志愿者还积极参与了小区护绿等队伍，参与到社区管理中，提高了街道公共管理的水平。

3、有力增强了社会保障功能。志愿者活动着眼于帮助弱势群体，保障居民安居乐业，青年志愿者广泛与困难家庭、优抚对象、残障人士、孤寡老人结对帮困，定期参与敬老院的服务工作。为老人们提供物质和精神的支持，实现了社会保障功能在社区的延伸，促进了社区的和谐稳定。

四、几点启示

1、社会化运作可以有效的增强、扩大青年志愿者队伍。通过社会化发动、广泛招募吸纳青年参与，以志愿为原则，扩大志愿者服务队伍，使“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神，被越来越多的青年所追求，社会化运作可以让青年在参与志愿服务的过程中不断获得人生感悟和自身价值的实践。可以充分调动青年志愿者的自主性，使他们成为活动的参与者、设计者和组织者，实现志愿服务运行方式的自主化。

2、社会化运作可以有效的扩大活动载体和舞台，吸引各方参与。在开展志愿服务活动中，资金、人员、场地等社会资源往往是关键。也是阻碍各类志愿服务工作深入开展的主要原因。通过将项目运作理念、社会化意识贯穿到志愿活动中，可以充分整合利用社会资源，为志愿者工作服务。“不求所有、但求所用”，可以通过借台唱戏、团企共建、站校共建等形式，取得社区单位的支持，依托闲置场所，解决志愿活动场地不足的问题。

3、社会化运作可以有效的扩大扩展志愿服务领域，提升服务能级社会化运作宣传的是“志愿者是既是服务提供者，更是服务受益者”、“我奉献我快乐”，“我为人人，人人为我”等理念，有更多的群众了解，就有更多的群众投身志愿服务事业，志愿者开展志愿服务也能收到事半功倍的良好效果。

**大学团委工作总结范文4**

华东理工大学团委是学校党委和行政的职能部门，负责学生的思想教育引导、素质深化拓展、校园文化建设、团的组织建设和学生成才服务等工作。以^v^理论和“三个代表”重要思想为指导，全面贯彻落实^v^中央^v^《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》文件精神，秉承“勤奋求实”校训，务实求真，进取开拓，进行合理规划，认真探索，积极实践，统揽我校共青团工作全局，实现我校共青团组织的可持续和跨越式发展。其工作职责如下：

>职责一：

一、思想政治教育工作：以“晓之以理、育之以才、奉之以需、导之以行”为工作理念，以“突出主题教育、深化基地教育、狠抓专题教育、加强实践教育、注重典型教育”为工作内容，以“注重探索研究，把握工作方向；搭建信息平台，拓展教育空间；培育文化环境，营造良好氛围；建立评估体系，检验工作成效”为工作环节，形成“立体式”思想政治教育新格局。

二、共青团组织建设工作：负责团的组织生活和组织发展；团校工作计划和团干部的教育培训；团员团籍管理、收缴团费和奖惩；团学评优评奖等。

五、学生科技创新工作:健全领导组织机构；制定激励保障措施；搭建信息服务平台；积极开展科技创新活动；建立科技创新实践基地；形成良性运转机制。

六、大学生社会实践工作:大学生社会实践方案的制定和规划，联系学校各个职能部门进行具体的落实和安排；建立和拓展大学生社会实践基地，强化大学生社会实践工作的基地化、规范化、定期化建设；负责一年一度的暑期大学生“三下乡”社会实践活动，负责方案招标、培训、实施、跟踪和考核；指导基层团学组织开展社会实践活动

七、大学生素质拓展:加强大学生的素质教育；培养大学生的综合能力；提供大学生展示风采的舞台。

八、青年工作研究室:全面开展共青团调研；专题研究报告和论文的撰写；研究人员的培养。

九、加强学生干部和共青团干部队伍的培养和管理。

十、指导并考核基层团学工作。

十一、完成上级组织和校领导布置的其他工作，配合有关部门开展工作。

>职责二：

1、团结带领全校团员青年，开展多种形式的爱国主义、集体主义和社会主义教育，不断提高青年学生的思想素质、政治觉悟和理论水平，为团员青年的成长成才和学校的改革发展提供有效的服务。

2、按照《团章》的要求，加强团的自身建设，健全和规范团的各项工作制度，做好新团员的发展，超龄团员的离岗和团总支的考核评比工作。

3、充分利用各种学生文化活动场所，组织形式多样、生动活泼、富有教益、为青年学生所欢迎的群众性文体活动，丰富校园的文化氛围，丰富学生的业余生活。

4、积极参与素质教育的实施，主抓学生素质拓展、科技创新和实践服务，组织开展学生课外学术科技活动、暑期社会实践活动、青年志愿者活动、社会公益与社区服务活动，促进青年学生全面发展，健康成才。

5、加强培训和培养工作，办好团校，抓好学生骨干队伍建设，开展先进团支部、优秀团干部、优秀团员的评选活动，积极做好向党组织推荐优秀共青团员作为发展对象的工作。

6、指导各分团委开展工作，抓好团干部队伍建设，切实关心基层团干部的思想、工作、学习和生活，在学校党委的领导下努力做好这支队伍的稳定和发展工作。

7、做好对校学生会、学生社团的指导、监督、帮助和管理工作。

8、配合学校有关部门做好有关工作。

9、学校及上级团组织交办的其它工作。

>职责三：

一、组织和带领团员青年学习、贯彻党的路线、方针和政策，围绕培养人才这一中心工作，积极开展青年思想政治教育。

二、根据校党委、行政和上级团组织的工作要求，结合我校实际，制定每学期（学年）团的工作计划，定期召开团委会和团干部工作会议，传达上级指示，研究团内问题，讨论、布置和检查团的日常工作。

三、积极发挥党的助手作用，经常向党组织请示和汇报工作，及时反映团员青年的思想状态，积极做好“推优”工作。

四、加强团的`组织建设，健全团内“三会一课”的制度；做好发展新团员和超龄团员的离团工作；做好团干部的考查和培训工作；做好团员证的管理和团组织情况统计工作；负责全校团员团费的收缴，管理和使用；加强团纪教育，检查团纪执行情况，做好团内奖惩工作。

**大学团委工作总结范文5**

--月份，带着朴实的情绪回到了--。开始了一段新环境的里程，工作资料包裹着熟悉的和未知的，鞭策着我需要付出更多的发奋去学习和挑战。几个月一瞬间过去了，工作在有条不絮的进行着。岁末，每个人都就应梳理过去、筹划未来。此刻，就将自己一年来的工作总结如下：

一、物业服务工作

物业工作主要有新业主一切办理入住事宜、日常报修、投诉处理、收费、基本设施、设备维护，环境卫生、害虫的消杀;有学习培训、有上级部门检查等。催缴管理费及小区公共设施设备问题项目的整改时管理处20\_\_年度的主要工作。结合实际，在进一步了解掌握服务费协议收缴方法的基础上，经过与物业公司各部门的同事通力合作下，一部分工作已经顺利完成。

二、办公室的工作

办公室工作对于我来说也是个工作领域，工作千头万绪，应对繁杂琐碎的超多事务性工作，需要自我强化工作意识，注意加快工作节奏;提高工作效率。主要做好以下两方面的工作：一是资料录入和文档编排工作。对管理处涉及的资料文档和有关会议记录，我认真搞好录入和编排打印，根据工作的需要，制作表格文档，草拟报表等。二十档案管理工作。到管理处后，对档案的系统化、规范化的管理是我的一项经常性工作，我采取平时维护和定期集中整理相结合的办法，将档案进行分类存档，并做好收发文登记处理。

三、细致做好管理处财务工作

耐心细致地做好财务工作。自接手财务管理工作以来，我认真核对财务账目，清理财务关联，严格财务制度，做好每一笔账目，确保了收支平衡的实现。一是做好每一笔进出帐，对每一比进出帐，我都能根据账务的分类规则，分门别类的记录在案，登记造册。同时认真核对账单，搞好细致记录。二是每月搞好例行对账。按照财务管理制度，我细化当月收支状况，定期编制财务报表，按公司要求及时进行对账，没有出现漏报、错报的状况。三是合理控制开支。合理控制开支是使实现盈利的重要环节，我坚持从公司的利益出发，用心协助管理处领导的当家理财。个性在经常性开支方面，严格把好采购关，消耗关和监督关，防止铺张浪费，同时提出了一些合理化推荐。

四、认真负责抓好园区的绿化维护

当前缺少绿化工人，正值冬季，园区绿化形势比较严峻，主要做到以下两方面的工作：一是搞好园区绿化及设施的日常维护;二是对路面和各个角落的及时清扫和积雪的消除，做好认真交接及验收。

**大学团委工作总结范文6**

因为工作需要，xx年1月底至10月初，我在支行个人业务部担任部门经理。根据行党委的工作思路和支行个人业务发展的现状，确立了“注重传统业务，狠抓新业务，围绕新的经济增长点，促进个人业务收入的稳定快速地增长”的努力方向。具体工作汇报如下：

一、推动存款、贷款的稳定增长。

在行党委的正确领导下，通过开展“春天行动”和“夏日激情”等各种劳动竞赛活动，周周督、天天催，推动储蓄存款和个人贷款业务稳定增长，在全行员工的共同努力之下，到9月末储蓄存款在年初余额的基础上，净增..万元，完成分行下达计划的，各项贷款比年初净增..万元，使近年来较好的“江临天下”和“山水江岸”两个楼盘落户农行。

结合长江航道的优质运力，配合市分行三农个人金融业务部的调研，出台了《中国农业银行..市分行个人船舶按揭贷款管理办法(试行)》，支行成为首批可以开办个人船舶按揭贷款的支行。作为水上运输的大县，我们又多了一个新利润的经济增长点。

二、推动三农工作的持续发展，全力降低三农贷款的风险。

以“农商通”、“惠农卡”和“小额贷款”作为支撑点继续推动三农工作。收集农商通资料120多户，4月份组织农商通安装使用培训会，一次安装农商通60台，开通小额取现农商通20户，拓宽惠农卡的用卡环境。

三、狠抓新业务发展，理财产品和黄金销售实现零的突破。

针对金融市场的新变化和客户的需求，从客户利益出发，推动理财产品的营销。首先自己带头营销理财产品250万元，其次制定了理财产品的奖励办法，再把理财产品的精神对主任、大堂经理和客户经理讲透彻。刚开始每有新的理财产品就将资料和重点打印交给大堂经理王小燕等人，将营销由点及面地推开。到9月底，共营销理财产品39416万元。

四、注重信用卡业务的发展。

严格控制信用卡增量的优质性，避免货币学中“劣币驱逐良币”的事情发生到白金信用卡的客户群体中。对于存量白金信用卡客户，改变“重发放、轻管理、缺教导”的 现状，对原有客户群体进行分类清理，恩威并举，引导客户正确使用白金信用卡正确消费，合理积分，避免恶意套现、恶意透支。高积分、高分期、高贡献率的客户给予继续使用和适当升额，低积分和无分期，一味套现客户给予降额和信用锁定，推动信用卡业务良性、健康、可持续的发展。

**大学团委工作总结范文7**

时间飞逝，转眼间一个学期就快结束了。本学期学校团委在学校领导及上级团委的领导下，围绕学校教学中心工作，开拓进取，脚踏实地，开展了一些实实在在的工作，较好地完成了学校及上级团委交给的任务。现将有关的工作简单总结如下：

>一、 加强团员队伍建设，发挥团员的榜样性和示范性，开创我校团委工作新特色。

1、组织选拔学生会、团委学生干部(也是通过层层选拔而定)，精心安排工作，布置任务，参加学校的管理工作，服从学校领导的安排，为学校教学服务。团委、学生会服从学校领导的安排，为学校教学服务，同时自发或服从学校的安排参加各种义务劳动和公益活动，都能很好地完成任务，达到很好的效果

3、在各部门中开展帮学活动(即兴趣小组活动)，锻炼内在素质，后带动全校学生一起进步，为步入社会奠定基础。要求各部门成员以自己实际情况出发锻炼自己，开设的项目有：书法、美术、写作、舞蹈、主持、篮球等等，也丰富了校园业余生活。努力发挥部门的先锋模范作用，在班上开展帮学活动(周末)。

>二、积极开展校内文化活动，增强学生全面发展能力，丰富师生生活。

为不让学生生活感到枯燥，团委每月举办不同形式的比赛和才艺展示：

1、每月开展一次演讲赛。

演讲人员由各班进行筛选，学生会、团委会主办。一期下来 ，学生们受益痱浅，不再对舞台畏缩。

2、每月月板报。

通过月板报对我校及各节庆进行宣传教育。

>三、促进团组织的自身建设，发挥阵地作用，不断提高共青团的影响力和战斗力

1、配合值周教师、领导做好检查工作。

为了贯彻《学生日常行为规范》，强化养成教育，我校制定《量化考核实施方案》、“值周教师值周职责”等一系列措施为中心内容的检查制度，团委配合政教处共同管理此项工作，制定了一系列检查方案，学生会干部和班团干部负责检查，工作分配到人，任务清晰。

2、加强对学生会的指导和管理，发挥学生组织的“自我服务、自我管理、自我教育”作用。让学生主动发展，使学生养成自觉遵守纪律的好习惯，严于律己等最基本的文明习惯和道德行为，为学校搞好教育教学工作奠定了基础。

以上就是我们学校团委本学期的工作情况总结。在今后工作中，团委要不断学习研究，积极总结自己的经验，在不足中找经验，主动积极地开展工作，在抓好基本工作环节的基础上，抓好团组织建设，活跃团的工作，更好地为青年学生服务，努力开拓创新，争取使我校团工作更上一层楼，为学校的发展与建设做贡献。

**大学团委工作总结范文8**

在这一年的时间里，软件学院分团委的全体成员都不遗余力地开展学院的各方面活动，同时积极地配合校团委各种活动，学院分团委工作总结。希望通过我们的努力让软件学院的课余生活变得更加充实，让软件学院的每一位同学能够有一个更加积极向上，健康的精神风貌。

学院的各个部门的同学们也一直积极递给予分团委支持和帮助，在本学期，各部门紧密合作，将分团委与学生会紧密结合在一起，例如组织部和文艺部积极配合的“凤凰展翅”20\_年文化艺术节之“激情川大”合唱大赛，实践部和文艺部合办的“风花雪夜”联谊舞会都是成功的部门合作的经验，工作总结《学院分团委工作总结》。

因为我们多次联合各学院一起承办活动的经验，我们顺利完成了五学院寝室文化展，两学院团校，三学院舞会，六学院POP培训等大型活动，在活动的筹备过程中我们也更加从容，甚至还添加了很多穿新的环节，让活动变得更加轻松有趣。我们所作的一切努力只希望能为大家带去多一丝的欢乐。

路长而遥远，我们回头看过往的一年，感觉像迈过了一座大山一样。是的，我们付出了，努力了，也进步了，我们的学院被越来越多的同学们称赞，我们的工作受到越来越多人的肯定，我们可以骄傲的说我们对得起自己。在接下来的一年，两年，无数个年头里，我们还会借着走下去，用我们的热情，激情，创意，点燃每一个软件人心中的火炬，让大家投入到各项活动中来，享受快乐，提升自己，充实生活。这就是我们的梦想和承诺。

**大学团委工作总结范文9**

在上级团委和学校党政的领导下，学校团委将围绕学校教育教学中心工作，发挥团员的模范带头作用，增强团员意识，丰富学校校园文化生活。同时贯彻落实党的\_\_\_\_\_\_、\_\_\_\_县\_\_\_\_年团县委全会精神和\_\_\_\_县教育局团委\_\_\_\_年工作安排，结合我校学生特点，开展适合青年学生的各种团的学习和活动，积极探索共青团组织服务青少年的有效途径和手段，全心全意为广大青年服务，开创共青团工作的新局面，促进学校教育教学工作的进一步提高。

一、工作目标

全面提高我校团员、青少年学生的自身素质，提高青年团员教师的师德师风修养，规范教育教学行为，提高教育教学能力，活跃校园文化，争创五四红旗团委。

二、工作重点

1、加强学习，科学发展观、\_\_\_\_\_\_和团的基本理论知识的学习、宣传和贯彻，增强团员意识，积极引导学生树立正确的世界观、人生观，建设学习型团组织。

2、进一步完善“团委团总支团支部”、“学生会学生会分会”的管理工作。指导年级团总支、年级学生会分会做好各项工作，调动团总支和学生会分会的积极性、主动性和创造性，发挥学生会分会、团总支干部的作用，做好年级各项检查工作(升旗、环境卫生、教室卫生、眼保健操、课间操、早晚教师学生到位情况、手抄报、宿舍纪律等)，让我校团委、学生会工作充满蓬勃生机和活力，使团委工作能有序有效的进行，创建一个优美、干净、舒适的校园育人环境。

3、加强社团建设。为丰富学生的课余生活，根据学生的兴趣爱好，学校将积极组建学生社团。

4、加强宣传工作，充分发挥宣传阵地(校园电视台、和谐之声广播站、手抄报)的作用，明确责任，宣传部有计划、有安排，做到系列化、制度化。

5、贯彻落实团组织各项规章制度，使团组织各项工作规范化、程序化、实效化。

(1)做好毕业年级团组织关系转出工作。

(2)发展团员做到坚持标准、严格程序、讲求质量，为团组织增加新鲜血液。

(3)做好表彰和推优工作(优秀团员、优秀团干、十佳团支部书记和推优入党工作)，激励一批先进组织和先进个人，以此推动团的工作完美发展。

6、配合学校开展丰富多彩的校园文化活动，做好礼仪、主持等工作，以活动为载体，陶冶团员青年的情操，切实加强青少年的思想道德建设。

7、协调好各方面的关系，使团委能成为学校对外宣传的一个窗口，以服从于学校的管理、服务于年级、班级的管理为原则，正确协调处理团委活动与各部门管理的关系，使之能得到他们的支持。

三、每月工作安排

二月份：1、学生会分会干部培训。2、完善学生会分会、团总支的各项检查工作。3、森林防火宣传、征文。

三月份： 1、做好学习雷锋日和植树节的相关工作。2、播音员培训，充分发挥广播站的宣传、教育作用。3、组建学生社团。

四月份： 1、写好至毕业年级的一封信，营造良好的高考氛围。2、开展教师团支部活动。 3、做好文化节和科技节的相关工作。4、组织学生积极参加团省委举办的第七届学艺大赛。

五月份：1、发展新团员。2、根据团县委要求做好五四系列活动。 3、结合母亲节和父亲节，开展“感恩双亲”主题教育活动。

六月份：配合毕业年级做好高考工作。

七月八月：1.布置暑假社会实践活动。2.团员教育工作。3.毕业生团组织关系的转出。

九月份：1、做好迎新工作。2、组建高一学生会分会和团总支，开展团委会、学生会、广播室“招新”宣传活动。3、学生会干部及广播站成员的培训会。4、做好普通话宣传工作.

十月份： 1.配合政教处做好国庆合唱比赛工作。2.文明礼仪教育宣传活动。 3、做好新生团籍转入和整理工作。

十一月份：体育节筹备工作。

十二月份：1.学期学生会和团委工作总结。2.元旦汇演。

**大学团委工作总结范文10**

团委办公室由常务组、文秘组、物资组、宣导组组成，故日常工作也分为四块来总结。

>1、常务组：

常务组主要负责团委办公室各类常规事务的统筹规划工作及应对各类工作上的突发情况与特殊情况，其主要常规工作内容包括值班管理、值班表的安排、收发各类通知、办公室日常工作统计等。

1）值班管理

为保证值班工作顺利开展，做到“班班有人值，人人有班值”，常务组今年继续安排专人负责统筹值班工作并不断完善值班的细则。从下半年的第四周起，值班表不再是每周都完全更换，取而代之的是固定除早班以外所有班次的值班人员与时间，早班则是所有办公室成员轮流值班。下半年值班时间段也在以往的基础上增加了上午8：00至10：00一班，更好地加强了值班的效率及力度。任何值班人员调换班次也都需填写请假条，写明理由，再由专人负责另外排班。在团委办公室中心组不断的监督下，本学期值班情况非常良好，各类值班本填写规范，新干事也在值班中不断地学到我团委办公室的工作方式及风格。令人欣喜地，本年度办公室的值班出勤率达到了99%以上，协助老师及其他部门同学们完成了许多工作。

2）通知

本年度共计发出纸质通知13份，包括2份团委归档通知、2份团务通知、5份下发至分团委的通知、2份关于团委物资管理的通知、团委各部门办公室钥匙的备份通知以及会议室借用通知，每一份都同时做好了签收回执工作，其他短信、电话通知若干，充分体现了团委办公室上传下达的作用。

3）统计

统计工作是指将每周值班中的各种记录，进行统一整理，并在学期末归入档案。本年度共有7项统计，分别是展板、报纸、团务、物品、海报横幅、会议室借用及例会出勤，每项统计都有专项负责人，最后由常务组统筹归档。由于统计工作的特殊性，许多数字存在时效性，难免会产生一定的偏差，这是今后需要多加避免和改进的地方。

4）其他

常务组负责制作办公室成员空课表，更新部门手册，整理考评资料等。另外，常务组还负责每次团委举办重大活动时的活动策划及各项活动细节的协调和管理工作。

>2、文秘组：

**大学团委工作总结范文11**

本年度，我校坚持以“德育为首，以人为本，质量强校”的办学思想，以教学常规管理为切入点，坚持科学发展观，依法治校，认真抓好学校各项管理工作，努力构建和谐校园、平安校园，较好地完成了本年度的工作任务。现将一年来的工作总结如下：

一、强化师德师风建设，促进校园和谐发展。

教师的素质直接影响着学风和校风，教师的形象直接关系着学生素质的培养。师德是一种职业精神和文化品位的体现!师德需要培养，需要教育，更需要每位教师的自我修养!

1、思想上高度重视。先后多次专题开会学习了市局有关教师作风建设文件，坚决执行“五个一律”和“七条禁令”会议精神，要求教师在平时的教学工作中时时严格要求自己，时时自我反省，做学生的表率。

2、开展师德培训，塑造教师为人师表的良好形象。学校有针对性地提出了几点要求，一是要求全体教师爱护关心学生，走近学生的心灵，和学生做知心朋友、和学生的家长交朋友，不准冷嘲热讽伤害家长，更不准教师训斥家长;二是严禁教师体罚和变相体罚学生;三是禁止教师有偿补课、私自为学生乱订资料。透过开展师德师风自查活动，全体教师进一步转变了工作作风，提高了办事效率，礼貌执教，优质服务于学生。学生、家长对教师工作的满意度有了大幅度提高。

二、坚持以教学为中心，全面提高教学质量。

教学工作始终坚持以教育教学质量为中心，以教学常规管理为切入点，强化本年度的教学工作。

1、规范教学秩序、强化教学常规管理。学校严格执行教学“六认真”，教师做到认真备课、认真上课、认真布置批改作业，认真辅导学生，教导处做到认真检查、认真考核评价，强化教学过程每个环节的实效。除坚持每月进行一次教学常规检查并及时通报检查结果外，平时校委会成员还对教师授课进行不定期的抽查。

①教导处将常规教学检查融入到平常的教学过程之中，采取了分学科进行指导，将检查结果及时反馈给校长和任课教师，教导主任负责提出改善意见，不断完善和提高教学水平。②严抓教学计划的制定和落实，加大了听课、查课的力度，要求校委会成员每期听课不得少于18节，其他老师不得少于12节。对教学过程中出现的问题及时处理并做好记载，根据教学常规考核细则有针对性地提出改善措施。③认真组织了期中和期末教学质量检测活动，并结合日常教学工作不定期检查教师的备课、听课、业务学习及作业批改等状况并及时记载，作为学期结束，教师绩效考核的依据之一。同时也要求各位教师平时要重视基础训练如：作业分层次，抓好错题过关，作业布置有针对性、讲究实效，做到精而少，辅导及时、针对性强。个性要重视个别辅导，充分体现面向全体学生，为了每一个学生的宗旨。

2、抓好教师队伍建设，提高教师素质。

①继续开展帮教活动。学校每学期集中安排了公开教学周，透过听课、评课，反馈教学状况，使教师比较迅速地成长起来。②发挥骨干教师、教学能手的示范和引领作用，用心参加“四课竞赛活动”。在中心校的统一部署下，教导处组织了语文数学老师参加外出听课、讲课、评课活动。此外，学校还开展了一系列教研活动，促使教师学习课改精神和理念，用心钻研新教材，上期派出了^v^老师参加了“国培计划”培训。

3、严格执行“减负”规定，向课堂教学要效益。学校要求每位教师要树立“向四十分钟要质量意识”，充分利用好课堂教学平台和教育资源，切实提高教学质量。要求任课教师结合学科特点，提升自己的专长，为全面提高教学质量发挥应有的作用。同时改善教学方法和学习方式，引导学生自主、合作、探究学习，注重培养学生的学习潜力、独立思考潜力、创新潜力和实践潜力，发展学生的个性特长。

**大学团委工作总结范文12**

一、实习目的

1、通过在\_\_\_机床厂生产实习，深入生产第一线进行观察和调查研究，获取必要的感性知识和使自己全面地了解机正鑫机床厂的生产组织形式以及生产过程，了解和掌握本专业基础的生产实际知识，巩固和加深已学过的理论知识，并为后续专业课的教学，课程设计，毕业设计打下坚实的基础。

2、在实习期间，通过对典型零件机械加工工艺的分析，以及零件加工过程中所用的机床，夹具、量具等工艺装备，把理论知识和实践相结合起来，让我们的考察，分析和解决问题的工作能力得到有效的提高。

3、通过实习，广泛接触工人和听工人技术人员的专题报告，学习他们的好的增产经验，技术革新和成果，实践中的经验，学习他们在机械行中的无私贡献精神。

4、通过参观\_\_\_机床厂，掌握一台机床从毛坯到产品的整个生产过程，组织管理，设备选择和车间布置等方面的知识，扩大知识面，开阔了视野。

5、通过记实习日记，写实习报告，锻炼与培养我们的观察，分析问题以及搜集和整理技术资料等方面的能力。

二、生产实习的要求

为了达到上述实习目的，生产实习的内容和要求有：

1、机械零件的加工

根据实习工厂的产品，选定几种典型零件作为实习对象，通过对典型零件机械加工工艺的学习，掌握各类机器零件加工工艺的特点，了解工艺在工厂中所用的机床，刀具，夹具的工作原理和机构以及定位方式，在此基础上指定其中几个典型的零件进行重点的分析研究，要求如下：

(1)阅读和查阅典型零件的零件图及其加工图，了解该零件在机床中的功用及工作条件，零件的结构特点及要求，分析此零件的加工工序、工艺。

(2)大致了解毛坯的制造工艺过程，找出铸(锻)件、型材的分型(模)面。

(3)深入了解零件的制造工艺过程以及零件的制造前所需要的哪些处理，找出现场加工工艺情况;

(4)对主要零件加工工序、工艺做进一步的分析，并做好工序卡片、工艺卡片。

2、装配工艺

(1)了解机械的装配组织形式和装配工艺方法和装配工艺所需要注意的精度、平行度、垂直度的要求。

(2)了解个中装配方法中的优、缺点，如何避免缺点;及装配方法使用类型、要求。

(3)了解典型装配工具在装配方法中的工作原理，结构特点和使用方法。

3、基本知识;铣削加工的特点、应用范围。

(1)所实习摇臂万能铣床的基本结构、加工范围。

(2)摇臂万能铣床中铣刀的种类、结构、应用及安装。

(3)摇臂万能铣床常用附件的工作原理、加工方法与应用。

(4)摇臂万能铣床工件的安装及定位方式。

(5)平面、沟槽导轨面的铣削方法，尺寸以及一些重要精度的检验，铣削用量的选择。

三：生产实习的时间安排

(1)：第一周了解车间及工件大体情况

(2)：第一周分析万能摇臂铣床六大件的加工工艺

生产实习的内容

1、摇臂万能铣床的主要特点是可以转任何一个角度，所应用的场合一般是单件小批量生产;

2、摇臂万能铣床的六大件分别是悬梁、转盘、床身、工作台、床鞍、升降台;该铣床的导轨分为移置导轨和滑动导轨两种导轨，其中滑动导轨需要淬火处理，一般较长的导轨需要淬火;

3、摇臂万能铣床在铣齿轮时需要装分度头，装刀时刀具与主轴锥面紧密结合，这样使不易变形;同时铣床的锥度有7：24不能自锁，而莫氏锥度能自锁。

4、牛头刨床加工效率低，应加工窄长面工件，万能磨床可以磨轴类外圆柱、孔、和锥面;以及加工其他东西;

5、工作台面加工需要注意：平行度，平面度，精度等;工作台面表面需要进行淬火处理;在安装时需要用百分表进行精度调整而且精度的调整要与国家标准来对照;

6、床鞍轴承上、下两半圆在镗床上安装好以后再进行加工;

7、升降台之间设计迷宫形油槽的作用是为了让润滑油不易益处，使工作台面能够有效地润滑;

8、万能摇臂铣床\_轴方向丝杆动，螺母不动;y轴方向丝杆不动，螺母动;z轴方向丝杆动，螺母不动;当丝杆不动螺母不动时就是卡死现象;

9、铣床与刨床加工工件的不同特点：铣床用于加工较大的面(如底面)，加工效率较高;而刨床加工t形槽和窄长面(如导轨面);

10、粗磨与精磨得基准是统一的，定位时与百分表接触，如果机床本身精度有问题需要人工进行精度的调整;

11、夹紧

紧与孔的大小，接触面的面积大小，水平面是否水平有着密切的联系;

12、工作台一般用铸件毛坯来加工，材料牌号ht250，仅第一步，钳(划线)分为两个步骤：以划线为基准，划出台面余量线、中心线;其余按要求划出各面的余量加工线;此道工序在大件车间完成，在铣床或刨床上加工;

13、升降台的导轨面有两种：水平导轨面、垂直导轨面;

14、砂轮越程槽：为了加工方便而设立的，此砂轮越程槽在刨床上加工;设立的目的是为了防止在加工燕尾导轨时将刀具打坏;

15、加工工件时需要考虑效率、成本、和精度，具体要求由工厂情况而定;

16、在机床上加工工件时，必须用夹具装好夹牢工件。将工件装好，就是在机床上确定工件相对于刀具的正确位置，这一过程称为定位。将工件夹牢，就是对工件施加作用力，使之在已经定好的位置上将工件可靠地夹紧，这一过程称为夹紧。从定位到夹紧的全过程，称为装夹。

17、工件的装夹方法有找正装夹法和夹具装夹法两种。找正装夹方法是以工件的有关表面或专门划出的线痕作为找正依据，用划针或指示表进行找正，将工件正确定位，然后将工件夹用虎钳中，按侧边划出的加工线痕，用划针找正。

18、工作夹紧概述

夹紧的目的是防止工件在切削力、重力、惯性力等的作用下发生位移或振动，以免破坏工件的定位。因此正确设计的夹紧机构应满足下列基本要求：

(1)夹紧应不破坏工件的正确定位;

(2)夹紧装置应有足够的刚性;

(3)夹紧时不应破坏工件表面，不应使工件产生超过允许范围的变形;

(4)能用较小的夹紧力获得所需的夹紧效果;

(5)工艺性好，在保证生产率的前提下结构应简单，便于制造、维修和操作。手动夹紧机构应具有自锁性能。

19、工件在夹具中定位的任务是：使同一工序中的一批工件都能在夹具中占据正确的位置。工件定位的实质就是要限制对加工有影响的自由度。

20、加工中心中贴塑导轨的加工过程：加工面拉毛、滑铣、晾干、涂胶、最后压紧，一般要压紧48小时;

21、在检验燕尾是否是55度，应于标准化进行接触磨(涂色法);

22、工作面是否水平需要水平仪来检测，将水平仪放在桥板上首尾相接，依次测量;

23、若精加工以后的重要工作面上有夹砂和气孔时，先将夹砂和气孔钻掉，然后再进行塞补;

24、在介绍测量工作台面平面度时，先建立一个假想平面，在上面放三个等高块，需要用平尺和可调量块，如图所示：

25、发蓝处理：强制性的氧化措施

26、升降台的砂轮越程槽加工时一定要在淬火之前，因为淬火之后工件不易加工;

27、工作台的加工先加工工作台面，再以工作台面为粗基准加工导轨面;

28、镗床夹具镗床夹具又称镗模，是一种精密夹具，主要用于加工箱体类零件上的孔或孔系。

29、镗床夹具由主要部分组一个完整的镗床夹具，应该由夹具体、定位装置、夹紧装置、带有引导元件的导向支架及套筒、镗杆等主要部分组成。

30、工件在镗床夹具上常用的定位形式工件在镗床夹具上常用的定位形式有用圆柱孔、外圆柱面、平面、v形面及用圆柱销同v形导轨面、圆柱销同平面、垂直面的联合定位等。

31、钻床夹具的主要类型钻床夹具简称钻模，主要用于加工孔及螺纹。它主要由钻套、钻模板、定位及夹紧装置夹具体组成。

在短暂的实习过程中，实习中，我采用了看、问，亲自动手等方式，对在工作中人与人的关系做了进一步的了解，分析了人与人之间特点，方式。我深深地感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到学无止境的含义。为期10天的生产实习，我们去了\_\_\_机床厂，在\_\_\_机床厂实习当中，我们学到了许多课本上没有的知识，真的是受益匪浅。

**大学团委工作总结范文13**

职业技术学院团委在校团委和学院党委的领导下，全面贯彻落实科学发展观，紧密围绕学院办学指导思想和人才培养目标，以思想引领、养成教育、成长服务、就业指导四大工作为核心，以增强学生思想政治素质、培养学生创新精神和实践能力为重点，以全面提高学生综合素质和就业质量为目标，爱岗敬业，扎实工作，大力开展思想教育活动、科技创新活动、校园文化活动、社会实践活动和志愿服务活动等，努力创建我院学生工作品牌，促进我院学生工作再上新台阶。

一、发挥思想引领作用，推动创先争优工作的开展

(一)抓好团组织建设，促进学生政治思想素质的提高

1、开展“我的团日，我做主”自主团日活动

为加强基层团组织建设，院团委在今年上半年和下半年分别组织各个团支部开展了“我的团日，我做主”自主团日活动。各团支部积极响应，分别组织了“青春迎世博”、“我的青春，我做主”、“弘扬五四精神，展现青春风采”、“放飞梦想，青春飞扬”、“拥抱阳光，放飞梦想”、“忠魂铸蓝天，英名留人间”、“全体总动员，感受一家亲”等为主题的团日活动。我院的团日活动参与面广、操作规范、思想教育效果好，多次受到学校团委的表扬，2个支部的团日活动被评为校级精品。为推展活动效果，学院进行了团日活动的检查评比，10个团支部被评为院级精品团日活动奖，8各团支部被评为优秀团日活动奖。通过组织团日活动，同学们增强了团员意识，提高了团支部的凝聚力和战斗力，锻炼了写作能力、课件制作能力和组织管理能力。

2、扎实开展团校培训，认真组织推优工作

20\_年，学院团委在4月份和10月份分别举办了第48、49两期团校培训，共有341名同学参加了培训。为增强团校培训的实效性，学院团委丰富团课培训内容，严抓考风考纪。实现了“了解入党程序，理解党章内容，激发对党感情，明确努力方向”的培训目的。为进一步提高“推优”质量，学院团委坚持自下而上的原则，严格执行推优程序。在推优条件的掌握方面，注重实际表现。要求在学习成绩优秀的基础上，首先从获得校、院级“优秀团员”、“优秀团干部”、“优秀青年志愿者”、“三好学生”、“优秀社会实践先进个人”、“优秀学生干部”或者在校园文化活动中表现突出者中选拔推优对象，对于表现特别优秀者优先推荐。充分调动了广大团员努力学习、积极投身于第二、第三课堂活动的积极性，促使广大同学在实践中增强综合素质，提高思想理论水平，达到良好的教育效果。今年，推荐优秀团员做党的发展对象194人。

3、严谨细致地做好日常的组织工作

(二)积极开展思想教育活动，引导同学们以实际行动争先创优

1、做好新生入学工作

学院团委开展了《入党的程序和要求》专题教育讲座，邀请学生工作经验丰富的老师给各新生团支部举办了理想信念教育、遵纪守法教育、传统美德教育、良好生活习惯教育、学分制宣传等为主题的班会。组织了专业思想教育讲座、师生见面会，请专业课老师给新生介绍专业的特点和发展前景并与同学们进行交流。学院团委针对学生人数多、教室资源紧张、东西区办学的特点，精心制作了30分钟的教育视频并分班播放，以视频的形式向新生展示了河北师大的百年光辉历程、学院的办学特色和优良传统、大学生活的主旋律等内容，在思想道德建设、文明习惯养成、校园文化活动开展、和谐班集体建设、科技创新能力培养等方面提出了具体要求。通过入学教育，广大新生增强了爱校、爱院情感，明确了奋斗目标，激发了学习、锻炼的积极性和遵纪守法的自觉性。

2、大力开展志愿服务活动

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！