**共青团上海海关学院委员会**

**简 报**

2019/2020学年第期 2020 年7月11日

**校舞蹈队网上练功打卡活动**

2020年1月，由于突发新冠肺炎疫情，学生们无法出门活动。为了使队员保持良好身体健康，舞蹈队借助网络便利，开展练功线上打卡活动。

队长发布打卡内容要求，队员们纷纷积极参与，在群里发出自己在家练功的视频和照片进行打卡。这种方式既督促队员们健身锻炼，保持良好身体状态和舞蹈基础，又提高了队员的参与度，调动了队内的积极气氛。

打卡活动从2020年1月份持续到了第二学期的第15周，队员们坚持不懈，保持良好的打卡频度。在队内总结会议上，对打卡次数靠前的几位队员进行了表扬和奖励，队员们也表示通过这次打卡活动自己得以一直坚持运动，获益良多。

 



