**寻访“中国大学生百炼之星”报名表**

**学校： 上海师范大学 学院：旅游学院**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **寝室负责人姓名** | | **周昕泽** | **性别** | | **男** | **出生年月** | | **1996年06月** | **联系方式** | | **15900867588** | |
| **政治面貌** | | **共青团员** | **民族** | | **汉族** | **籍贯** | | **吉林通化** | **E-mail** | | **bravejerry96@163.com** | |
| **所在学校、院系、年级** | | | **上海师范大学、旅游学院、2014级** | | | | | | **QQ号** | | **452033774** | |
| **通信地址** | | **上海市普陀区石泉东路168弄香溢花城88号1202室** | | | | | | | | | | |
| **寝**  **室**  **成**  **员**  **情**  **况** | **姓名** | | | **院系、年级** | | **出生年月** | | | | **QQ号** | | **联系方式** |
| **周昕泽** | | | **旅游学院、2014级** | | **1996年06月** | | | | **452033774** | | **15900867588** |
| **王明豪** | | | **旅游学院、2014级** | | **1995年10月** | | | | **707721772** | | **15221033609** |
| **徐自立** | | | **旅游学院、2014级** | | **1996年02月** | | | | **2513002435** | | **18321105737** |
| **寝室事迹情况介绍** | **事迹介绍（1000字）**  **他们是来自50号楼322寝室的周昕泽、王明豪、徐自立，都是上师大旅游学院地理科学2班的一员。**  **寝室长周昕泽，平时只知道学习，常泡在图书馆里，同学们都喜欢叫他学酥，他表示压力好大，体育方面酷爱篮球，是个科蜜。周昕泽的上铺王明豪，学习书法九年，参加羽毛球训练七年，一有空就往球馆跑，还进了校队，真是文武双全。另一位同学身手相当矫健，有着极其出色的身体素质，跑步跳远样样成绩优异打篮球时总是能看到他高高跃起 摘下篮板的身影。同时，他还是一位学霸。两位室友都是文武双全21世纪大学生中的楷模！**  **寝室里就周昕泽身体素质不是特别好，刚开始时室友的俯卧撑器材他是一个也做不动。室友们看不下去了，誓要把学酥变成健壮的学酥。每天早上六点不到两位运动达人就起床了，还强行把周同学弄醒，催他洗漱完一起去晨跑，他们跑半小时都不怎么喘，而周同学只能跑个四、五圈，作为两个高富帅的屌丝室友，周同学可一定要努力赶上他们啊！即使是下雨天，雾天他们也不肯放过他，带着他一起在寝室里练习俯卧撑、仰卧起坐，还有平板支撑。这个平板支撑看起来好简单，但还真不是那么回事儿，它需要极其过硬的腰腹力量，经常是一分钟不到，周同学就趴下了。但即便如此，他依然努力向两位大牛室友看齐。有空的时候，王明豪还带周昕泽和徐自立去球馆，教他们标准的羽毛球动作，以及基本步伐。这对他们两个来说是非常有益处的。对于周昕泽，这是全新的体验；对于徐自立，这是摆脱业余，系统学习羽毛球的绝佳机会。**  **之后，王明豪又参加了精武堂社团，回来后三个人一起扎马步，这又是一个看起来轻松的动作，可是不做不知道，一做才知道其中的难度是极大的：才十秒钟腿就狂抖，酸得不行。随着他们一起一天一天的坚持，周昕泽同学一点点在进步，两位大神室友也继续秒杀着他。锻炼真的不能三分钟热度，必须得要有坚持下去的毅力。这毅力便来自于两位大牛室友的不断督促与激励。周同学不禁暗自庆幸能有那么好的室友，在他们的帮助监督下，相信周昕泽一定也能拥有一个像他们一样强健的身躯。**  **这次参加百炼之星活动，他们希望能将他们对运动健身的火燃烧更多的人。对于这次活动，三个同学都有着极高的热情，抱着誓要变得更加强壮的信念报名的。这次活动不可能持续一辈子，在大学之后的工作生活当中，他们也应该继续保持着这种对于运动的热情，每天坚持锻炼，保持强健的体魄，去完成自己想要完成的事。这次活动当真是一次契机，一次让大学生活不再只有书本的契机，他们三人都已经做好了百分百的准备，跃跃欲试着，展现青春的活力！百炼之星，322来了！** | | | | | | | | | | | |
| **同学互评意见** | **63号楼214室吕亚敏：**  **322寝室的周昕泽、王明豪、徐自立三位同学在平时的学习和生活中开朗外向，热爱运动，每天的晨跑必不可少，另外多次参与班级、院级的各类活动并且表现突出，希望在他们在“百炼之星”活动中同样取得优异的成绩！**  **50号楼321室徐涧秋：**  **322寝室的周昕泽、王明豪和徐自立三位同学就住在我们寝室的对面。他们三人平时十分的积极，课上课后都能听到他们的声音。在寝室里，他们也经常进行运动，俯卧撑，平板支撑之类的。这次他们能够参加“百炼之星”这一活动，希望他们能够再接再厉，取得优异的成绩！** | | | | | | | | | | | |
| **班级团支部评议意见** | | | | | | | **校团委意见** | | | | | |
| **意见（不少于50字）：**  **班级团支书田乔：**  **周昕泽，王明豪，徐自立三位同学平时活泼开朗，阳光向上，热爱运动，积极参加班里及院内组织的各项活动，表现优异。寝室长周昕泽同学，有着强烈的责任感与集体荣誉意识，相信在他的带领下，322寝室会在本次活动中取得优异成绩。**  **年 月 日** | | | | | | | **（签章）**  **年 月 日** | | | | | |
| **团省委意见** | | | | | | | **团中央学校部意见** | | | | | |
| **（签章）**  **年 月 日** | | | | | | | **（签章）**  **年 月 日** | | | | | |