

部队个人双争工作计划(大全10篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

团课心得体会篇一

团课作为一种新的健身方式，在现代社会越来越受到青年人的喜爱。我最近参加了一次团课，在这次的体验中，我获得了许多新的心得体会。首先，团课提供了一种集体运动的机会，让人们能够在群体中共同努力，激发出彼此的潜能。其次，团课的高强度训练让我切身体会到了运动的快乐与挑战，使我感到自己的身体更强壮和灵活。最后，团课也教会了我如何正确地进行健身锻炼，让我更加了解自己的身体和运动能力。通过这次团课的体验，我对健身有了更深刻的理解，并且确定了在未来要坚持参加团课的决心。

首先，团课提供了一个集体运动的机会。在团课中，我有机会和许多陌生人一起进行锻炼，感受到了团队的力量和集体的凝聚力。大家能够互相激励、互相帮助，形成一种合力，迅速达到效果。这种集体运动的经历对我来说十分新鲜，也使我感受到了运动的乐趣。在团课中，我不再孤单地面对自己的锻炼，而是和其他人在一起分享这种快乐和挑战。这样的集体运动机会让我更加积极地投入到健身活动中，也增加了我坚持锻炼的动力。

其次，团课的高强度训练让我切身体会到了运动的快乐与挑战。在过去，我往往只是做一些简单的运动，没有太大的挑战性。然而，在团课中，我体验到了各种高强度的训练项目，无论是有氧运动还是力量训练，都让我感到身体得到了全方

位的锻炼。这种高强度的训练让我不断挑战自己的极限，尝试突破自己的能力。虽然在课程过程中感到辛苦，但完成后的满足感和成就感让我感到非常值得。通过这种高强度的训练，我密切地感受到了运动所带来的快乐和挑战，从而激发了我的运动潜能。

最后，团课也教会了我如何正确地进行健身锻炼。在参加团课之前，我对健身锻炼缺乏了解，常常只是随意地进行一些动作。然而，在团课中，我通过教练的指导，学会了如何正确地进行各种锻炼动作，什么姿势是正确的，如何调整呼吸等等。通过这样的指导，我更加了解自己的身体和运动能力，对正确的姿势和技巧有了更深入的理解。这样的学习和训练使我在团课之外也能够正确地进行私人健身锻炼，避免了因不正确的动作而受伤的风险。团课为我提供了一个学习和提高的平台，让我能够更加科学地进行健身锻炼。

通过这次团课的体验，我对健身有了更深刻的理解，并且确定了在未来要坚持参加团课的决心。团课不仅提供了集体运动的机会，激发出了彼此的潜能，也让我切身体会到了高强度训练所带来的快乐和挑战。同时，团课也教会了我如何正确地进行健身锻炼，让我更加了解自己的身体和运动能力。这些心得体会深深地影响了我，让我认识到健身的重要性，并且愿意坚持下去。只有通过坚持的健身锻炼，我才能让自己的身体更加健康强壮，迎接生活的各种挑战。

团课心得体会篇二

本文目录

1. 团课心得体会
2. 团课学习心得体会
3. 团课心得体会
4. 团课心得体会范文

中国共青团是共产党的后备军，二者是相互关联不可分割的。开展增强共青团员意识主题教育活动，是从源头上切实加强党的先进性建设，巩固党执政的青年群众基础的重要举措，是坚持党建带团建、团建促党建，增强共青团的吸引力、凝聚力、创造力和战斗力的实际行动。我在此次对全团有重大意义的教育活动中也受益匪浅。

首先，此次活动给我提供了一个重新审视自己的机会。加入团组织以来，我都严格要求自己，在学习，生活与思想上抱着积极的态度，并积极向党组织靠拢。到了大学之后，课业比较轻松，生活不是那么紧张了，我逐渐产生了消极懈怠的情绪。同时我在以后的道路该怎样走的问题上层一度陷入迷惘，似乎不管怎样都很不确定都苦难重重，内心的无助让我莫名的烦躁，一味的逃避现实，也放松了对自己的要求。

而在团支部的讨论学习会上，同学们踊跃的发表自己对团，对党，对生活的看法，我也不由得在迷惘的前行中驻足，回顾起自己的生活，感觉甚是惭愧，身边的人都如此积极的面对生活，对社会有如此深刻的见解，而我却是个弱者。我应该现在就理清头绪，定好目标并为之不懈努力，不管我将遇到的是多么大的困难险阻，只要我振作精神，以团员的标准，以入党积极分子的标准严格要求自己，相信我一定会成功。很感谢此次活动给我敲响了警钟，让我适时的认清自我，重新定位。同时更加认真的接受此次教育活动，以更好的姿态向党组织靠拢。

歌德曾说过“人不是靠他生来就有的一切，而是靠他在学习中所得到的一切来造就自己”，任何人或组织都要在学习中不断完善。而中国共产党是一个在成立之初就具有先进性的政党，一直以来领导着中国的革命走向成功。在成为执政党之后，如果还仅仅靠着在革命中得到的那些经验，显然是不够的，世界形势瞬息万变，中国共产党只有不断学习，保持先进性，才能一如既往地领导中国不断前进。而这个先进性并不是一个静止的标准线，它所表示的是真正把握时代的脉

搏，始终站在时代的最前列，先进性教育就是要培养大家与时俱进的意识，意识的形成不是一个短期过程，所以作好对作为共产党后备军的共青团员的意识教育工作显得尤其重要。我们要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，团员更应该不断学习，打好基础，准备着为共产党注入先进的血液！

“三个代表”思想是新时期加强党建，提高党的领导水平和执政水平的指导思想，是我国领导人针对中国实际作出的精辟概括。其实我觉得“三个代表”不止是党的指导思想，也是新时期加强团建和党的青年工作的指导思想，进一步学习和领会“三个代表”重要思想的深刻内涵和精神实质，始终保持团组织的先进性，把“三个代表”重要思想贯彻到团的各项工作中，是加强新时期团的组织的根本保证。党的xx届三中全会更加突出地强调了“三个代表”重要思想的历史地位和现实指导意义，团的xx大提出要广泛开展以学习实践“三个代表”重要思想为主要内容的团员先进性教育。这是新世纪新阶段对团的建设做出的重要部署，而作为接受过该等教育的大学生团员，我们更应该深刻理解“三个代表”重要思想作为共青团指导思想的意义，认真学习基础及专业知识，并注意将知识结合应用，为以后代表最先进文化的发展方向和最先进生产力的发展要求打好基础；同时多关注实事动态，去了解并思索最广大人民的根本利益在于什么。从现在作起，将“三个代表”的贯彻落到实处。

团是由每个团员个人组成的，只要我们都能够作好自身的先进性，中国共青团在现在的或是将来的历史时期中，都会以最先进的姿态引领更多的青年人为建设我们伟大的祖国而不断奋斗。

通过团课的学习使我知道了作为一名当代中学生的政治使命和责任，让我对党和团有了进一步的认识。

首先，我明白了中国共产主义青年团(简称共青团)是中国共产党领导的先进青年的群众组织，是广大青年在实践中学习

中国特色社会主义和共产主义的学校，了解了团的性质，它中国共产党的助手和后备军。并明白了团员的权利与义务。

我们要努力学习马克思主义、毛泽东思想和邓小平理论，学习团的基本知识。并且宣传、执行党的基本路线和各项方针政策，积极参加改革开放和社会主义现代化建设，努力完成团组织交给的任务，而且自觉遵守国家的法律和团的纪律，执行团的决议，并提倡共产主义道德，坚决维护国家和人民的利益。要虚心向人民群众学习，热心帮助同学进步，及时反映同学的意见和要求。而且开展批评和自我批评，勇于改正缺点和错误。

在上团课后，我开展批评和自我批评，通过思想交锋分清是非，帮助自己自觉抵制不健康的思想的侵蚀和影响，使共青团无愧于党的后备军的称号。（通过团课的学习，我学会以新的视角重新审视我自己。尽自己最大的努力去生活，少点抱怨，多点实践，学会坚持，学会不轻言放弃。）

团课教会了我如何学习、如何入团，如何成功。我们团校青年更应该珍惜时间、把握青春。“有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属”。做一个有志的青年，为了祖国美好的明天，我们要努力学习，坚持创新，做好新世纪的栋梁！

这次我很荣幸成为中文系第一期团校学习的成员。经过了上团员课，学习了共青团与共产党的章程，我对“共青团”有了真正意义上的理解和认识，了解了团的性质，奋斗目标，基本任务，还了解了它的先进性和影响力，那么如何成为一名合格的共青团员，我想应该具备几个方面。

- 1、要具有先进政治思想，努力学习马列主义，毛泽东思想，邓小平理论和“三个代表”重要思想，增加民族自尊，自信，自强精神，树立正确的理想，信念和世界观，人生观，价值观，提高思想道德素质和科学文化素质。

2、要具有刻苦学习的精神和勤奋工作的态度，要努力学习科学文化知识，要勤学习，勤思考，勇于创新，认真工作，关心同学的工作，学习和生活，切实为同学，为班级服务。

3、要具有“以纪律己，以纪律人”的作风，要在学习，生活，工作中起到模范带头作用，虚心向他人学习，团结同学，助人为乐，热心帮助他人进步，开展批评和自我批评，勇于改正缺点和错误，自觉维护团结，顾全大局，诚实谦虚，在青年中起到表率作用。

xx大团章规定全团要用邓小平理论、“三个代表”和团的基本路线统一思想，统一行动。对于新世纪阶段加强和改进团的思想理论建设具有重大意义。跨入新世纪，我国进入全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化的新的发展阶段领导人民继续发展社会主义民主政治，建设社会主义政治文明，在建设物质文明、政治文明的同时，努力建设社会主义精神文明，实行依法治国与以德治国的结合，是中国共青团在新世纪的任务之一。坚持“三个代表”作为中国共青团的指导思想，为推进改革开放和现代化建设事业奠定了坚实的思想基础和提供了可靠的政治保证。有了“三个代表”，中国共青团就会始终充满创造力、凝聚力和战斗力，团结和带领全国人民满怀信心的完成历史和时代赋予的庄严使命。

我还学习了大学生的心理健康课程，知道了许多知识，在以后的人生中应该怎样帮助别人，怎样把一个班的积极性及团结合作的精神带动起来。还有怎样在班上开展活动以及作为团支部书记在班上应该怎样开展“双学活动”。特别的一点是这次团课让我学到了许多做人的道理，让我在以前做人的基础上提高了许多。

总之，在这次团课中我知道了作为一名合格的团员，一定要有理想，有抱负，遵纪守法，实事求是，与时俱进，做到能帮助别人，团结别人，从而能影响别人，为建设中国特色的社会主义贡献自己的力量。

在学习中成长，争做优秀团员

自从中学入团以来我对团的认识虽有一定的深度，但通过本次学习使我对过去的认识有了进一步理解，同时也有了新的提高。每一次接触团课，我都会获得意想不到的收获！我们知道中国共青团是共产党的后备军，党和共青团二者是相互关联不可分割的。开展增强共青团员意识主题教育活动，是从源头上切实加强党的先进性建设，巩固党执政的青年群众基础的重要举措，是坚持党建带团建、团建促党建，增强共青团的吸引力、凝聚力、创造力和战斗力的实际行动。我在此次对全团有重大意义的学习活动中也受益匪浅。

马克思列宁主义毛泽东思想指导我们要言行高尚

作为党的后备军和作为青年先锋队我们要随时注意自己的一言一行，言行举止是人给他人，给社会的直观印象，作为团员我们要加强自身修养，若自身修养不高，不仅影响团在人们心目中的形象，更影响个人的成长。团员代表着奋发的青年一代，是具有鲜明的时代特征的。在竞争激烈的今天，团员作为先锋队队员，作为社会期待的新青年。要时刻注意自己的形象。

马克思列宁主义毛泽东思想指导我们要与时俱进，实事求是。

马克思列宁主义毛泽东思想指导我们要百折不挠，勇于挑战。

我们这一代的大学生，大多并没有吃过多少苦。曾经有很多次我以为我所经历的生活是多么的艰苦，以为我的童年时在饥饿中度过的。可仔细想想，我所遭遇的和我的父母，祖父母相比，又算得了什么呢？在长辈眼中我们是温室里的花朵，似乎没有他们那么坚强和决心，太为娇惯，可我们所要做的便是以行动证明我们有着敢于挑战，不怕吃苦百折不挠的精神，我们一定会成为新时代的弄潮儿，成为社会发展的必不可少的后

备军和新生力。

自从中学时加入团组织以来，我一直都在严格要求自己，在学习，生活与思想上抱着积极的态度，并积极向党组织靠拢。也许过去的成就并不是很理想，但只要我们不放弃不抛弃，坚定自己的目标定并为之不懈努力，无论我将来遇到的是多么大的困难险阻，只要我振作精神，以团员的标准严格要求自己，相信我一定会成功。通过本次团课学习活动，让我再一次认清自我，重新定位。向更高水平推进。

内蒙古工业大学第六期团课学习给我带来了认识上的进步以及思想上的提高。经过此次团课的学习，我对党的政策导向以及实事动态都有了比较清晰的了解，也形成了一些新的认识。

知识是社会发发展文明进步的内在强大力量，知识的获取和吸收要靠不断的学习。我们都知道，任何人或组织都要在学习中不断完善。而中国共产党是一个在成立之初就具有先进性的政党，一直以来领导着中国的革命走向成功。在成为执政党之后，如果还仅仅靠着在革命中得到的那些经验，显然是不够的，世界形势瞬息万变，中国共产党只有不断学习，保持先进性，才能一如既往地领导中国不断前进。而这个先进性并不是一个静止的标准线，它所表示的是真正把握时代的脉搏，始终站在时代的最前列，先进性教育就是要培养大家与时俱进的意识，意识的形成不是一个短期过程，所以作为共产党后备军的共青团员的意识教育工作显得尤其重要。我们要懂得不只有党员才要保持先进性，团员更应该不断学习，打基础，为将来成为优秀卓越的共产党员而努力！

时代要求我们德才兼备，德育先行。

在大学期间要力争成为一个德才兼备的优秀大学生。为人处世，要学会严于律己宽以待人。也许，我们的知识并不是最丰富的，我们的成绩并不是最优秀的，但我们的人格一定要

健全，思想品德要积极向上，有道德，有诚信，有理想，有正确的世界观，人生观和价值观。同时，要注重自己的德育，智育，体育，美育的全面发展，积极做一名全面发展的优秀大学生，做社会杰出的后备军。

时代要求我们博学多识，思想上进。

知识就是力量，我们要成为合格的团员，合格的大学生，就必须努力学习科学文化知识，不断充实自己的思想，让自己的认识和行动不断产生质的飞跃。同时又不仅仅只学习知识，还会有更伟大的思想，她指引我们，让我们的心灵得到洗礼，灵魂得到升华。

时代要求我们与时俱进，保持活力和先进性。

团是由每个团员个人组成的，只要我们都能够作自身的先进性，中国共青团在现在的或是将来的历史时期中，都会以最先进的姿态引领更多的青年人为建设我们伟大的祖国而不断奋斗！

在上团课后，我对自己有了新的定位，思想上也有了坚定地先进理念，能够抵制不良思想，争取做优秀的团员。使共青团无愧于党的后备军的称号。第六期团课教会了我如何学习、如何付出，如何成功。我们团校青年更应该珍惜时间、努力学习新的科学文化知识，奋发向上，做一个有志的青年。青年人有蓬勃的朝气，有一股无所畏惧的勇气，只要我们站在党和团的周围，遵守和执行党和团的指示，贯彻党和团的方针政策，我们就有可能实现自己为振兴中华贡献自己的力量目标。

团课心得体会3篇 | 返回目录

在高中团员似乎是个很模糊的概念，在大学中，终于有机会能够上一期团课，通过这次认真而又系统的团课培训和学习，

让我更加明确了作为一名当代大学生的政治使命和责任，让我对党和团的认识明确起来。

在我的印象中，团课似乎应该是枯燥无聊的代名词，但是这期的团课却并不是我想象中的那样。开幕式上女老师的致辞严谨不乏风趣，庄重而不失活泼。深入浅出的让我们全面的认识了共青团，全方位了解了共青团的社会职能，深刻理解共青团现实和长远的工作任务，从而找准了自我位置，认清责任，积极努力的做一个合格的共青团员。同时老师在理论介绍的同时，还介绍了大量实例来为我们指引人生的方向，并给我们一个重新审视自己的机会。到了大学之后，课程没有了高中的繁杂，生活没有了高三的如箭在弦，不仅让人稍有松懈。同时我对未来的人生方向一度陷入迷惘，内心的无助导致不定时的空虚。听了老师的教导，我应该现在就理清头绪，定好目标并为之不懈努力，不管将来遇到的是多么大的困难险阻，只要振作精神，以团员的标准，以入党积极分子的标准严格要求自己，相信定会有所收获。很感谢此次讲课给我敲响了警钟，让我适时的认清自我，重新定位。

不仅系统的阐述了理论知识，团课还给我们安排了素质拓展来提高我们的综合素质。通过小组相互交换物品并设置政府收税看哪个组先收集完全的游戏，不仅加深了团校同学之间的认识交流，锻炼了人际交往能力和口才，还加深了同学对政府经济职能的理解。团课的学习注重培养学生的综合素质，从而让我们德才兼备。毛主席曾经说过：“世界是你们的，也是我们的，但归根结底是你们的，你们年轻人朝气蓬勃，好象早晨八、九点钟的太阳。希望寄托在你们身上。”未来将是知识青年充分发挥创造力和聪明才智的时代，于是我们应在课前留下我们报效祖国，报效党和人民的期望刻苦学习的身影，留下“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐的无私奉献精神。

的最前列，先进性教育就是要培养大家与时俱进的意识，意识的形成不是一个短期过程，所以作好对作为共产党后备军

的共青团员的意识教育工作显得尤其重要。我们要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，团员更应该不断学习，打好基础，准备着为共产党注入先进的血液！团课的学习注重培养学生的综合素质。这可以使我们成为德才兼备的。

团课心得体会4篇 | 返回目录

这篇《团课心得体会范文》由应届毕业生心得体会网为大家整理收集，希望对大家有所帮助！

中国共青团是共产党的后备军，二者是相互关联不可分割的。开展增强共青团员意识主题教育活动，是从源头上切实加强党的先进性建设，巩固党执政的青年群众基础的重要举措，是坚持党建带团建、团建促党建，增强共青团的吸引力、凝聚力、创造力和战斗力的实际行动。我在此次对全团有重大意义的教育活动中也受益匪浅。

首先，加入团组织以来，我都严格要求自己，在学习，生活与思想上抱着积极的态度，并积极向党组织靠拢。回顾起自己的生活，感觉甚是惭愧，身边的人都如此积极的面对生活，对社会有如此深刻的见解，而我却是个弱者。我应该现在就理清头绪，定目标并为之不懈努力，不管我将遇到的是多么大的困难险阻，只要我振作精神，以团员的标准严格要求自己，相信我一定会成功。很感谢此次活动给我敲响了警钟，让我适时的认清自我，重新定位。同时更加认真的接受此次教育活动，以更的姿态向党组织靠拢。

其次，此次活动给我带来了认识上的进步以及思想上的提高。经过此次团课的学习，我对党的政策导向以及实事动态都有了比较清晰的了解，也形成了一些新的认识。

歌德曾说过“人不是靠他生来就有的一切，而是靠他在学习中所得到的一切来造就自己”，任何人或组织都要在学习中不断完善。而中国共产党是一个在成立之初就具有先进性的

政党，一直以来领导着中国的革命走向成功。在成为执政党之后，如果还仅仅靠着在革命中得到的那些经验，显然是不够的，世界形势瞬息万变，中国共产党只有不断学习，保持先进性，才能一如既往地领导中国不断前进。而这个先进性并不是一个静止的标准线，它所表示的是真正把握时代的脉搏，始终站在时代的最前列，先进性教育就是要培养大家与时俱进的意识，意识的形成不是一个短期过程，所以作为共产党后备军的共青团员的意识教育工作显得尤其重要。我们要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，团员更应该不断学习，打基础，准备着为共产党注入先进的血液！

孔子说：道之以政，齐之以刑，民免而无耻，道之以德，齐之以礼，有耻且格。

大学是人生中学习知识的黄金时期，从图书馆，从教科书，从生活中，我们会有所得，会充实自己，完善自己。同时又不仅仅只学习知识，还会有更伟大的思想，她指引我们，让我们的心灵得到洗礼，灵魂得到升华。

学会做人，要在精神上成仁，学术上成才。为人处世，更显重要。也许，我们的知识并不是最丰富的，我们的成绩并不是最优秀的，但我们的人格一定要健全，思想品德要积极向上，有道德，有诚信，有理想，有正确的世界观，人生观和价值观。同时，要注重自己的德育，智育，体育，美育的全面发展，积极做一名全面发展的优秀大学生，包括身与心。

团是由每个团员个人组成的，只要我们都能够作自身的先进性，中国共青团在现在的或是将来的历史时期中，都会以最先进的姿态引领更多的青年人为建设我们伟大的祖国而不断奋斗！

我很庆幸自己参与了这堂团课. 因为短短一天时间让我找回了自己三年的认知空白, 弥补了自己思想上的缺陷. 我想我更能理解团员的时代责任, 今后也将用这种思想去要求自己不断提

升个人素质,也会和身边同学共勉努力,增强团员意识。

团课心得体会篇三

团课是一种集体运动形式,在健身房和训练馆里非常流行。根据教练的规划,团课通常包括热身、动态拉伸、主练区、放松或者拉伸区。这不仅可以让我们在设计完整的运动方案时省去了时间,更重要的是健身时感觉不那么无聊孤单。而且,还能通过互相调动气氛、激励彼此而推动自己的运动效果。当我们参加一次团课后,有时想法会激发出去学习相关知识的想法,并且提高动员自己的热情和意愿。

第二段:分享个人的一些团课体验

以本人为例子,喜欢参加 Zumba 课程,是一种燃烧卡路里的有节奏运动。此外,还喜欢 HIIT 或 Crossfit 课程,让人获得强度非常高且很吸引人的挑战感。虽然有时会因为体能不足而有所疲惫或有所不适,但是永远能在团课中找到高强度、刺激而有趣的运动,带着满腔的热情和激情,朝着自己心仪的目标前进。

第三段:团课中获得的所有好处

参加团课后,一个人的心情会变得积极开朗。我们会得到教练的指导来保证姿势、动作正确;通过多种动作结合提高自己的耐力、协调性、柔韧性等等。在团课中,也可以向别的参与者请教、交流、互相激励。团课获得的好处还有增加协调能力,提高运动和健身的效率。胆大的人可以找到一个舞台(虽然你有时会感觉很傻),练习如何放开自己、锻炼自信。总之,团课提供了一种集体情绪感受的机会,它是一种独特的社交、体验和运动方式。

第四段:探讨团课对身心健康的影响

对身心健康的影响最显著的是让人恢复欢喜和处于积极状态。在团课中，运动释放出身体中大量的内源性物质，如内啡肽和血清素，这些内源性物质能够增加个体的免疫力，缓解紧张状况。此外，团课提供了一个解放自己身心的机会。在这种活动中，你不必担心别人对你的看法，只需要好好享受活动的快感，而且往往在各种锻炼中越来越得心应手。

第五段：总结团课体验的收获

团课是一种快速又快乐的运动方式，如果你厌倦了慢跑、自由训练，团课绝对是一个值得尝试的方案。它不仅有助于改善身体和心理状态，还可以在课程中认识许多相似兴趣的人，扩大社交范围。在参加团课时，你会享受身体和感官欣赏、情绪的刺激、人际关系的发展等多方面的好处。团课能够激发出我们的热情，挑战我们的极限，并让我们的身心获得全面提升。

团课心得体会篇四

前不久，我有幸参加了团课学习活动。作为一名团员，可以说这次的学习让我又一次正视了自己的团员身份，同时也如当头一棒，提醒着我应该重新审视团员形象和责任。

说实在的，现今大部分学生都是团员，可是又有谁在待人接物的时候是用明确的团员的责任感来要求自己的呢？常言道：物以稀为贵。在大家都懵懵懂懂仰望那一面团旗，满怀期待准备投身中国共产主义青年团的时候，一定对团的章程和团员的责任义务了若执掌，同时也想象着自己以后作为一个先进的团员，一定会用实际行动证明团的先进性和团员的积极热情。可是随着年岁增长，越来越多的人成为团员。团员之间缺乏比较性和竞争性，自然在思想上会懈怠。正是在这种情况下，团课的学习显得尤为重要，它使我们团员时刻能提醒自己要以身作则，提高自身修养。

团课学习的都是对我们日程的生活工作学习有积极帮助的知识。有关于高校共青团活动的组织策划方面的，有教我们如何处理人际关系，如何了解自己，发展自己，有与日常生活息息相关的心理学教育，还有比较具有实用价值的应用文的写作的讲座。在课外，我们小组也组织了三次集中讨论学习。这几次上课学习和小组讨论虽然时间比较短，但让我了解接触了许多以前未曾关注的东西，也让我对自己的学习工作等方面有了新的思考。

通过这次团课学习，我感受到了关注国家大事的重要性，了解到当今社会在经济政治各方面面临的机遇和挑战，认识到作为团员还应养成最起码的道德素质，提高自身修养。遇事少抱怨，多从自己找不足。有则改之，无则加勉，不断进步，修身达到一定境界。为人多付出，热情待人，做人大方大气。其实会后再思考，今天我们所要求的增强团员意识已经不单单是立足团的角度来要求其组织成员的思想升华，更实际点说，其实是在要求我们这一代人修身，提高自身素质。

我很高兴自己能参与了这几次团课。因为短短几天时间让我找回了自己认知空白，弥补了自己思想上的缺陷。我想我更能理解团员的时代责任，今后也将用这种思想去要求自己不断提升个人素质，也会和身边同学共勉努力，增强团员意识。

团课心得体会篇五

政团课作为我们日常学习生活的一部分，能够让我们更加深入地了解中国特色社会主义的理论体系。在政团课的学习中，我们不仅可以学习到大量实用知识，而且还可以更好地理解中国特色社会主义的本质特征。在这篇文章中，我将分享一些在政团课学习中所得到的体会和感受。

第二段：学习的重要性

首先，政团课可以让我们更好地了解中国特色社会主义理论

体系，从而更好地理解我国的发展道路和现状。这样，我们在人生的各个方面都能够以正确的态度和思路去面对问题。

其次，在政团课的学习过程中，我们可以学习到很多有用的知识，例如政治、经济、文化等方面的知识。这些知识对我们今后的学习和工作都有很大的指导意义。

最后，政团课的学习还可以让我们接触到很多优秀的学者和专家，从而拓宽我们的视野和思路，提高我们的学术素养。

第三段：学习体验

在政团课的学习中，我感受到很多的快乐和成就感。首先，我很享受和同学一起讨论问题、互相交流思路的时光。这不仅可以增进我们之间的感情，而且还可以让我们更好地了解各自的思考方式。

其次，政团课的学习内容很丰富、充实，从政治、文化到经济等各个领域都有所涉及。这些知识给了我们很多启发和思考，使我们能够更好地了解我国的情况和发展。

最后，政团课的学习氛围很好，老师和同学们都非常友善和支持。这样的氛围不仅可以让我们更好地学习，而且还可以让我们更好地成长。

第四段：所得的启示

在政团课的学习过程中，我注意到一些启示点：

首先，政治理论的掌握对于我们的思考和学习非常重要。这可以帮助我们更好地理解同学的表达，并更好地思考问题。

其次，科学的研究方法和思维方式也非常重要。学习这些方面的知识可以帮助我们更好地分析问题、解决问题。

最后，学习政治、文化和经济等多个领域的知识，可以让我们更好地了解更全面的知识体系，从而更好地应对人生的各个挑战和问题。

第五段：总结

通过这次政团课的学习，我逐渐认识到了中国特色社会主义理论体系的重要性和深刻内涵，并且在不断的体悟和实践中，我感受到自己的成长和进步。相信，在未来的日子里，我将继续不断地学习、思考、实践，不断提高自己的学习水平和社会责任意识，为实现中华民族伟大复兴的中国梦作出自己的贡献。

团课心得体会篇六

最近几周，我有幸参加了团课。

中国共青团是共产党的后备军，二者是相互关联不可分割的。

开展增强共青团员意识主题教育活动，是从源头上切实加强党的先进性建设，巩固党执政的青年群众基础的重要举措，是坚持党建带团建、团建促党建，增强共青团的吸引力、凝聚力、创造力和战斗力的实际行动。

我在此次对全团有重大意义的教育活动中也受益匪浅。

首先，加入团组织以来，我都严格要求自己，在学习，生活与思想上抱着积极的态度，并积极向党组织靠拢。

回顾起自己的生活，感觉甚是惭愧，身边的人都如此积极的面对生活，对社会有如此深刻的见解，而我却是个弱者。

我应该现在就理清头绪，定目标并为之不懈努力，不管我将

遇到的是多么大的困难险阻，只要我振作精神，以团员的标准严格要求自己，相信我一定会成功。

很感谢此次活动给我敲响了警钟，让我适时的认清自我，重新定位。

同时更加认真的接受此次教育活动，以更的姿态向党组织靠拢。

其次，此次活动给我带来了认识上的进步以及思想上的提高。

经过此次团课的学习，我对党的政策导向以及实事动态都有了比较清晰的了解，也形成了一些新的认识。

歌德曾说过“人不是靠他生来就有的一切，而是靠他在学习中所得到的一切来造就自己”，任何人或组织都要在学习中不断完善。

而中国共产党是一个在成立之初就具有先进性的政党，一直以来领导着中国的革命走向成功。

在成为执政党之后，如果还仅仅靠着在革命中得到的那些经验，显然是不够的，世界形势瞬息万变，中国共产党只有不断学习，保持先进性，才能一如既往地领导中国不断前进。

而这个先进性并不是一个静止的标准线，它所表示的是真正把握时代的脉搏，始终站在时代的最前列，先进性教育就是要培养大家与时俱进的意识，意识的形成不是一个短期过程，所以作对作为共产党后备军的共青团员的意识教育工作显得尤其重要。

我们要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，团员更应该不断学习，打基础，准备着为共产党注入先进的血液！

孔子说：道之以政，齐之以刑，民免而无耻，道之以德，齐之以礼，有耻且格。

从初二开始，同学们首先接触到共青团的概念，各班一批批的加入了共青团的队列，以下由管理资料网整理初中团课的感受，对团的初认识。

呼——”走出一楼会议室，我长长地舒了一口气，然而随即，心里又有一点空落落的，团校的学习生活，随着这次考试，就快要结束了呀。

新学期刚刚开始，怀着一份对加入团组织的期待，我向班主任老师递交了入团申请书，并顺利地得到了参加少年团校学习的机会。

在我心中，团都是一个神圣而又光荣的名称。

自从加入少先队以来，我就把把加入中国共产主义青年团作为了自己的奋斗目标，而在得知自己有机会参加少年团校学习的消息后，我觉得自己离这个目标有更近了一步。

我很荣幸能够成为团校的学生，这让我有机会对“共青团”有真正意义上的理解和认识。

担任此次团校指导老师的老师们精心准备了每一次团校的内容，他们制作的精美的ppt使我们更直观地了解到许多有关团的基本知识。

在学习中，大家都非常认真，在这样良好的学习氛围中，我们了解到中国共产主义青年团光辉而悠久的历史，了解到作为一名合格团员需要履行的神圣义务。

知道只有依靠组织的力量和集体的智慧，我们才可以提高思想境界和各种本领，知道只有不断学习和始终保持一颗虚心

求教之心才有可能不断进步。

知道了我们是为了祖国而学习，是为了服务人民而努力。

我更加深刻的体会到作为一名团员，应该起模范带头作用。

在这短短几天的学习生活中，我初步接受了团组织光芒的洗礼。

总的来说，这次的团校学习令我受益匪浅。

几天的团校，虽然很短，但是对于我的人生来说，这会是一个永远难以忘记的体验。

为期两周的团员培训结束了，在这段忙碌的日子里，我学到了好多，丰富了自己的知识，也正确了解了有关共青团的更多动态和知识。

经过这次团课使我茅塞顿开，原本所有的问题都得到了明确了回答，这使我第一次清楚的认识了团，认识了团员。

就好像失明多年的眼睛，又重新看见了色彩，看见了世界，我好像获得的新生。

在以后的几次团课中我知道了我们的组织，我们的历史，我们的活动以及我们的榜样；我知道了团的性质是中国共产党领导的先进青年的群众组织，广大青年在在实践中国特色社会主义的学校，中国共产党的助手和后备军。

我知道了团的基本任务是坚定不移的执行党在社会主义初级阶段的基本路线，以经济建设为中心，坚持四项基本原则，坚持改革开放。

为全面建设小康社会加快推进社会主义现代化建设贡献智慧和力量。

而团员的义务，也就是我的义务是努力学习马列主义，毛泽东思想，邓小平理论和“三个代表”重要思想，学习团的基本知识，学习科学文化和业务知识，不断提高为人民服务的本领。

开展批评和自我批评，勇于改正缺点和错误，自觉维护团结。

我将在今后的生活中铭记共青团的这些知识和精神，规范我的行为，做一个有益于祖国，有益于社会的有所作为的人！

团课心得体会篇七

团课对我来说并不陌生，每当我在健身房报名参加团课时，总是幸福的心情。团课不仅是一种锻炼身体的一种方式，更是一种团队合作的体验。通过参加团课，我体会到了团队合作的重要性，锤炼了意志力，增强了身体素质，也结识了许多志同道合的朋友。团课给我带来了许多意外的收获和心得体会。

首先，团课不仅锻炼身体，更是一种团队合作的体验。在团课中，我们通常会被分成小组进行各种运动项目。每个小组都有自己的任务和目标，只有全体成员紧密配合，才能完成任务。这种团队合作的经验使我深刻体会到了团队的力量。每个人都在努力工作，互相鼓励和支持。通过共同努力，我们能够超越个人的能力极限，完成看似不可能的任务。这种团队合作的体验让我明白了团队的力量是巨大而不可忽视的。

其次，团课锻炼了我的意志力。参加团课并不容易，特别是对于身体素质较低的人来说。团课通常充满了高强度的运动项目和挑战，需要耐心和毅力去坚持下去。每当我在团课中感到疲倦和痛苦的时候，我会想到自己所追求的目标。我告诉自己不能轻易放弃，要坚持下去。团课让我时刻保持着积极的心态，不断挑战自己，锻炼自己的意志力。

再次，团课让我增强了身体素质。团课中的各种运动项目都是经过专业训练师精心设计的，能够全面地锻炼身体各个部位的肌肉。参加团课后，我的体力得到了显著提高。我感到自己的体力更加充沛，身体更加健康。团课锻炼不仅能够增加肌肉力量，还可以提高心肺功能，增强耐力和灵活性。通过不断参加团课，我的身体素质得到了明显改善。

最后，团课让我结识了许多志同道合的朋友。在团课中，我和其他团队成员一起经历了汗水和痛苦，分享了快乐和成就。这种共同的体验让我们建立了深厚的友谊。我们互相激励、互相帮助，形成了一种默契和团队精神。我发现，通过参加团课，我对自己的朋友圈子有了更多的选择，结识了更多热爱运动的朋友。这些朋友不仅在健身房中陪伴我，也在日常生活中互相支持和鼓励。

总的来说，团课对我来说是一种全面的锻炼和成长的机会。通过团队合作，我体会到了团队的力量和团队合作的重要性。通过锻炼意志力，我学会了坚持和不轻易放弃。通过增强身体素质，我感受到了更强健的身体和更高的自信心。通过结识志同道合的朋友，我拓宽了自己的社交圈子，增添了生活的乐趣。团课给我带来了许多意外的收获和心得体会，我会继续坚持参加团课，享受其中的乐趣和成长。

团课心得体会篇八

在团课上，班级同学演绎了这样一段小品：“一个成功的人在漫长的人生跋涉中，经过了一个渡口，由于船夫的刁难，他第一个就把“诚信”的“行囊”抛进水里。老船夫只是付之一笑。”可想而知，当这位成功人士到达彼岸时只能是一无所有。因为他失去了我们人生路上的朋友——诚信。

从字面上说，“诚信”就是诚实守信。诚信，乃时做人之本。诚乃信之本；无诚，何以诚信。诚而有信，方为人生。当今，在社会主义市场经济建设中，诚信显得越来越重要。如果一

个单位，一个地方，一个人一旦失去“诚信”，那他将会成为那个“成功的人”。因而，世界因为有了诚信才更加精彩。

诚信是通往成就的道路。

诚信，即是立国之道，兴邦之计。也是每个人立生之本。修德之道，树无根不活，人无诚信难成事。

诚和信是相辅相成的，有诚方有信，信有则会更诚。诚信是多种多样的，对国家的诚信叫忠，对父母的诚信叫孝。对朋友的诚信叫义。对真理的诚信叫德。有诚信，世界才有美丽，有诚信世界才有真情，有诚信世界才有明天。

诚信是增进情感的润滑剂。

在生活中，人们难免与朋友发生这样或那样的误会，那么消除误会增进情感。-朋友受挫失落流泪时，你的一个真诚的微笑，一句劝慰也许会驱散朋友心中的乌云。朋友成功喜悦时，你报以热烈的掌声。一句祝贺的话语更能鼓励友人在以后的日子中一路走好。

我认为学生不能丧失诚信，在人的一生中，我们会得到许多也会失去许多，但守信用却应是始终陪伴我们的。以虚伪不诚实的方式为人处事，也许能获得暂时的“成功“，但从长远看，他最终是个失败者。这种人就像山上的水刚开始的时候是高高在上，但逐渐地就越来越下降，再也没有上升的机会啊！

诚信对我们的生活如同阳光空气水一样啊！重要！诚信是市场经济的基石，市场经济本身就是信用经济，在文明的社会里，一个在社会的立足与发展离不开诚信，诚信是全社会的需求。

树高千丈靠的是土里的根，河流万里凭的是源头的本，人生一世要凭那诚和信，国运昌盛，它才是那民族的魂。握住朋

友的手，诚信记心头，拉起情人的手，诚信辨美丑。诚信虽是付出，它却让你拥有，诚信虽是奉献，它却让你永久。诚信是纽带，连接你和我，诚信是金桥，沟通五大洲。没有诚，就没有爱；没有信，何为人。诚信是人之根本，宇宙间永存。浩浩天地，朗朗乾坤，我中华民族千年精神，诚信是本啊！

孔子曰：“自古皆有死，民无信不立。”诚信是处理个人与社会，个人与个人之间相互关系基础性的道德规范。国无信不立，家无信不立，人无信不立。诚实、守信是我们做人的最起码的准则，它对我们的成长和成功都有着极其重要的意义。让我们精心呵护我们纯洁的心灵，自觉自律，自尊自强，诚实守信，做文明学生。

选择诚信。因为它比机敏来得憨实。诚信好比一个乡间小伙，他每日只知弓着黝黑宽广的脊梁在人生的沃土上默默耕耘；机敏则更像一个电脑黑客，他总是那样才思灵敏，头脑灵活，却总是不露真相叫人紧张。在人生的剧本里，一位老实踏实的演员总要比一个奸诈精怪的角儿更受观众青睐。

选择诚信。因为它比金钱更具内蕴。举着“金钱万能”旗号东奔西走的人生注定是辛劳乏味的人生，满身的铜臭最终带来的也不过是金钱堆砌而成的冰冷墓穴；而诚信，能给人生打底润色，让人生高大起来，丰满起来，它给生命灌注醉人的色泽与丰富含蕴，让生命在天地之中盈润注目，善始善终。

选择诚信。因为它比荣誉更具时效性。没有一蹴而就的业绩，没有一成不变的江山。没有人可以顶着荣誉的光环过一辈子。荣誉是短暂的，它只是人生旅途上一小片漂亮的风景，它再漂亮，也只是一小段的人生；但诚信是培植人生靓丽风景的种子，你一直耕耘，就会一直漂亮，你将诚信的种子撒满大地，你的人生将会漂亮到天长地久。

选择诚信，是正确之选。在你一一权衡过后，在你层层过滤之后，你会猛然发现，在人生面纱下最迷人的，原来是那最

没有矫饰、最朴实不花哨的诚信!你会发现，没有了诚信，生活原来是那样的索然无味!

在人生与风浪的洗礼中，有了诚信，你就用最阳光的心情高唱吧。若为人生故，诚信不可抛!

通过班会，同学们认识到诚实守信是一种美德，是每个人必须具有的品质。作为新时代的青年大学生，在学好文化知识的同时，还应培养诚实守信的思想品质。同学们明白：诚实的意义和价值并不是别人对你形成的看法，并不在于别人说你是不是个诚实的人，最重要的是：诚实是我们做人的第一要素。做人诚实是要对得起自己，对得起别人，对得起天地良心，这就是诚实的价值。所以，作为大学生的我们，就应该起带头的作用，做到“诚信”。

我们要以诚信为荣，失信可耻。创起诚信校园，树立诚信学风，争作诚信学子!

团课心得体会篇九

随着生活水平的提高和人们对健康的重视度增加，越来越多的人开始参加团体课程，以达到身心健康的目标。团课作为一种集体活动形式，不仅能够锻炼身体，还能够增进人际关系。在我参加团课的过程中，我深深体会到了这种运动方式的独特魅力，下面我将从锻炼效果、团体激励、个人成长和社交拓展几个方面来探讨团课心得体会。

首先，团课对于身体的锻炼效果是显而易见的。在团课中，我们通常会遵循专业教练的指导进行一系列的运动，如有氧运动、力量训练、柔韧性训练等。通过这些综合训练，人们的心肺功能、肌肉力量、平衡能力等方面都能得到很好的提升。在我参加团课的几个月里，不仅明显感到自己的体力和耐力有了显著提高，也逐渐塑造起了更加健美的身材。同时，团课中的训练还能够消耗大量的能量，帮助人们燃烧脂肪，

控制体重，达到健康减肥的目的。综上所述，团课对身体的锻炼效果是非常显著且多方面的。

其次，团体课程的另一个魅力在于团体激励。在团课中，我们和其他人一起完成同一项活动，这种共同奋斗的感觉能够激发出我们内心深处的力量。当我在团体课上看到身边的伙伴们全力以赴时，我会被他们的拼搏精神所感染，不由得要努力超越自己。团体激励还可以帮助人们克服运动中的困难和疲惫，坚持下去。有时候，当我感到力不从心的时候，看到教练和其他同学们的鼓励和赞美，我会觉得一种强大的力量从内心涌出，使我勇往直前。团体激励不仅提高了我们的运动效果，更让运动变得更加有趣和充实。

第三，参加团课还能够帮助个人的成长。在团课中，我们需要和他人合作完成各种动作，这对于培养我们的团队合作精神和组织协调能力有很大的帮助。同时，团课也强调自律和坚持，只有坚持训练才能看到效果。这就需要我们具备良好的自我管理和自我激励的能力。在团体课程中，我不仅提高了自己的体能和体魄，也培养了自己的意志力和毅力。这些都是我成长过程中非常宝贵的财富。

最后，参加团课还能够帮助我们扩展社交圈子。在团体课程中，我们会遇到很多来自不同领域和背景的人，这为我们提供了结交新朋友的机会。通过共同的运动兴趣，我们可以建立起深厚的友谊，并从彼此身上学到更多。在我参加团体课程后，我结识了一些志同道合的朋友，我们一起交流分享运动经验和生活感悟，互相激励，互相支持。这让我觉得生活更加丰富多彩。

综上所述，团体课程不仅能够帮助我们锻炼身体、提高健康素质，还能够激发团队精神、培养个人能力，并且帮助我们扩大社交圈子。参加团课使我受益匪浅，我将继续坚持下去，享受这种独特魅力带来的种种好处。我相信，通过不断的努力和坚持，我一定会在团课中取得更好的成绩，收获更多的

收益。

团课心得体会篇十

作为一名当代青年大学生，共青团万千星火的一份子，观看五四“让青春为祖国绽放”网上主题团课，我深有感触，也进行了深刻的反思。

时隔103年，在20__年的5月4日，纪念五四运动，缅怀五四先驱，弘扬五四精神应该是当代青年一代该有的觉悟。而今年也是特别的一年，我们每个人都经历了一场惊心动魄的抗击疫情的战斗，在这场战斗中，中国青年也开启了第二个百年征程。

活跃在全国各地各岗位的青年团员不忘初心、牢记使命，争做堪当大任的中国新时代青年。在今天的五四青年节，_向全国各族青年致以节日的祝贺和诚挚的问候，_说道：青春由磨砺而出彩，人生因奋斗而升华。面对突如其来的新冠肺炎疫情，全国各族青年积极响应党的号召，踊跃投身疫情防控人民战争、总体战、阻击战，不畏艰险、冲锋在前、真情奉献，展现了当代中国青年的担当精神，赢得了党和人民高度赞誉。

我们生在最美好的时代，而责任是这个时代中最催人奋进的力量，在这次疫情中，一大批中国青年展现出他们独有的大无畏精神。他们用忠诚履职践行责任与担当，用实际行动诠释青春无悔，用勇敢拼搏接过了光荣的旗帜。有这样伟大的战“疫”一线工作者为我们树立榜样，青年一代会在时代浪潮中奋斗出更多的闪亮时刻。

青年要在践行中锤炼自己，把满腔的爱国热情化为报国之行，以实际行动维护国家利益，贡献自己的智慧和力量！

一、召开机关青年座谈会

羊街乡团委结合“三严三实忠诚干净担当”主题教育实践活动，积极组织机关青年召开青年座谈会。座谈会上，青年们纷纷发言，畅谈人生理想，深化思想交流，传授创业经验，对如何服务党政大局、服务社会、服务青年进行热烈地讨论。通过交流，机关青年不仅增进了了解，也明确了各自的责任和任务，对今后工作更好的开展发挥了重要的作用。

二、青年文化活动

为努力打造具有鲜明时代特点、深受青年欢迎的“五四”青年节节日文化，丰富青年的节日文化生活，我乡团委号召社区及村委会团总支开展了“五四”青年文化活动。5月4日晚在羊街社区活动场地大家点起了篝火，举行篝火晚会，跳起了热情洋溢的广场舞，创造了良好的社会环境，取得了精神文明和娱乐健身的双丰收。

三、号召青年志愿者积极参加“美丽家园”建设

为进一步深入开展“美丽家园”建设，营造清洁、整齐、优美的村庄环境，将志愿者精神深入贯彻到青年群体中，大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，羊街乡团委由社区入党积极分子、社区文明青年及乡政府青年组成的青年志愿者队伍，结合“五四”青年节的到来，以“保护环境、持续发展、公众参与”为主题，开展“五四”青年节志愿者活动。于5月4日，积极组织青年志愿者打扫卫生，引导青少年自觉树立公共意识，充分发挥青年志愿者的精神，带动全社会的广大群众形成“文明家园，人人有责”的浓厚氛围。

此次五四青年节活动取得了圆满成功，既引导我乡广大青年的积极向上，也形成良好的乡镇风貌；培养了青年奉献社会，促进青年的思想健康发展。羊街团委一定再接再厉把这种氛围延续下去以促进我乡团委工作更好更快发展。

今年5月4日是五四运动__周年暨中国共产主义青年团建团__

周年的纪念日子，为了弘扬五四爱国主义精神，继承共青团优良传统，培养团结协作精神，丰富校园文化，台山市育英中学团委举行了20__年新团员入团宣誓仪式暨唱响校园爱国歌曲大合唱比赛。

5月4日下午，校团委组织初一、初二年级全体同学在大操场举行了新团员入团宣誓仪式和唱响校园爱国歌曲大合唱比赛。校党委书记谭志远校长，彭锋副校长、张保健副校长、甄富贵副校长、雷式适副校长来到现场，与全校千余名青年学生共同庆祝五四青年节。

宣誓仪式在雄壮的国歌声中开始，首先老团员向新团员们佩戴上团徽，标志着新团员正式成为一名光荣的共青团员，紧接着所有的新团员在学校团委书记的带领下，面对庄严、鲜艳的团旗进行庄重宣誓：我志愿加入中国共产主义青年团，坚决拥护党的领导为共产主义事业而奋斗！，宣誓声响亮、激昂，充分展现出新团员的自豪、青春与力量。

张保健副校长对参加入团宣誓仪式的380位新团员表示热烈的祝贺，并向所有的团员青年提出希望与要求，鼓励新入团员严以律己，勤奋学习，严守纪律，努力争取成为一名优秀的共青团员，并勉励大家弘扬五四精神，奋发向上，树立全心全意为人民服务的意识，在社会实践中奉献青春，让在场的新入团接受了一次奋发向上、努力拼搏的精神洗礼。

最后，新团员在书记的带领下唱团歌《光荣啊，中国共青团》，宣誓仪式在嘹亮的歌声中落下帷幕。

紧接着，唱响校园爱国歌曲大合唱比赛在《歌唱祖国》激昂的歌声中拉开帷幕，在比赛过程中，同学以饱满的精神面貌、高涨的参与热情、宏亮的'美妙歌声，以及极具创意的队形变化，抒发了同学们的爱国情怀，唱响了学生们热血青春，歌声或婉转，或激扬，或振奋，或高亢，或温婉，整个现场的气氛活跃，高潮迭起。初二2班的合唱《国家》出现的集体

手语舞，把现场的气氛推向高潮；初一9班的《团结就是力量》唱出了全国人民上下一力，在青海玉树抗震救灾中所迸发出的爱国热情，铿锵而激昂；初二3班的《中国，中国，鲜红的太阳永不落》等以近乎专业的唱法，道出了91年前那段岁月里的沧桑与激扬，追求与梦想。初一、初二级老师也进行了大合唱表演，把现场现场的气氛推向极点。

通过精彩角逐，由初二(2)班和初一(11)班获得了合唱比赛一等奖。比赛在同学们热烈的欢唿声、歌声和掌声中结束，也宣告了20__年新团员入团宣誓仪式暨唱响校园爱国歌曲大合唱比赛完满结束。

五四精神是中华民族富贵的精神财富，是不畏艰难、顽强斗争的精神，是追求进步的精神，是中国青年强烈爱国热情的体现。作为新一代的育英学子，在弘扬的同时，还应继承。

宣誓活动不仅仅是一次仪式，更是一次生动的思想意识教育，作为一名共青团员，要明确自己肩负的责任，在校认真学习科学文化和专业知识，学习做人的道理，做一名政治合格的学生，将来步入社会做一名思想品质良好、有素质的社会公民。