

# 团课我和我的祖国心得体会 我和我的祖国心得体会团课(通用5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 团课我和我的祖国心得体会篇一

电影《我和我的祖国》自上映以来，成功引起了观众的共鸣，开启了人们深入思考祖国历史与现在的一扇大门。作为一名大学生，我有幸参加了本校的“我和我的祖国心得体会团课”，在与同学们的互相分享和思考中，让我更深刻地认识到了祖国的重要性和我们自己的责任。

### 第二段：国家的发展实力

中国国家的发展实力每年都在不断提升，尤其是在经济领域方面，以国内生产总值为代表，是近年来世界经济中最为亮眼的的一个标杆。我们的祖国已经从过去的“贫穷落后”变成了今天的“富强强国”，由此带来的各种变化无不彰显着国家的发展实力。

### 第三段：革命历史的探索

在与同学们的讨论中，我们更加深入地探究了革命历史在我们生活中的影响。我们不断感受到团结、勇气、拼搏、努力的精神，以及爱国主义、共产主义等思想观念的重要性。这些都是从革命历史中不断汲取来的精神荟萃，对我们今天的成长和社会发展有着很重要的影响。

### 第四段：现今社会的责任与担当

在我们讨论过程中，我认识到我们的责任和担当是非常重要的。我们不能因为现今国家的强盛而沾沾自喜，相反我们应该以这些国家发展强劲的优势，不断地寻求变革创新，挑战自我，推动自己不断前进。作为青年一代，我们还要在生活中付出更多的努力，从而推动整个社会的进步发展。

## 第五段：结语

在本次团课中，我认识到了祖国的重要性和我们自己的责任。只要我们每个人以积极的态度和努力的精神对待自己的生活和工作，以及对于国家和社会的责任，就一定可以为祖国的发展和民族的复兴作出自己的贡献。

## 团课我和我的祖国心得体会篇二

在声乐班学习时，我座位旁有一位同学原是中国舞班班长，邱班长，她经常对我说，他们的舞蹈班是那么那么的好，舞蹈老师小丽年轻有为，科班毕业，柔美的舞姿，婀娜动人，提议我加入她们的舞蹈班，听多了我有一些心动，我带着好奇和试一试的心态，插班进了中国舞班。当我第一次走进舞蹈班教室，听到那优美的音乐《卷珠帘》，优美的旋律，哀婉凄切的曲调，柔情万千，深情感人。老师正在做示范，在舞台上翩翩起舞，一跳一转美极了，一姿一态，极尽妩媚。老师优雅的舞姿，深深吸引着我。《卷珠帘》是我学习的第一支舞，因为喜欢，我很认真去学，但因我从来没有跳过舞，零基础，那个柔软度、协调性、模仿能力、节奏感等等都没有，记忆力不强，学了前面就忘记了后面，真的有一定难度，小丽老师耐心认真地手把手教我们，放慢每一个动作，多个角度做示范，每一个动作都详细讲解，气息运用、手、脚、腰、头、眼、脸部表情等等动作要求，怎样去练，去展示美，小丽老师边唱边跳，带着我们认识感觉歌词的节奏。老师不怕苦，不怕累，每堂课下来都是汗水，老师用她的智慧，无私地奉献给我们，让我们这班大姐尝到甜头。老师编排的每一个舞都是我们的喜欢的，我跟着小丽老师学跳舞，一眨眼

就是4年多了。我们学会了一支又一支舞，《九儿》、《鸿雁》、《但愿人长久》和《映山红》等舞蹈，我们每一年7月都参加学校总汇报表演。

记得第一年我们表演了t台秀，我荣幸被选到晚礼服组，穿着高贵的晚礼服在舞台上走t台表演，那种喜悦和满足真的难用语言来表达，那个t台秀表演我们很成功，因我们是一年级班，个个基本都是零舞蹈基础，但个个信心满满，认真学，认真练，学走台步，学展示每个角色的风采。t台秀里面包含了很多角色，有医生、红卫兵、运动员，太极好手，有舞者、晚装、旗袍、婚纱展示，也有爷爷和奶奶带着孙仔孙女等上舞台，表现了我们的生活充满阳光和幸福，在舞台，观众的欢笑声、掌声给我们大大的满足感。

舞蹈班二年级汇报表演我们展示了《映山红》舞蹈，受到了学校领导、老师、同学们及观众的好评，我们很开心。

### 团课我和我的祖国心得体会篇三

这是一方沃土，哺育着自强不息的炎黄子孙；这是一片圣地，创造了五千年灿烂文化；这是一曲举世瞩目的乐章，谱写了全人类实现和平的梦想，这是我为之骄傲母亲——中国。

“清明节雨纷纷，墓前我们悼英灵”。4月1日，我们四年级近700名师生代表实验小学去给烈士扫墓。一路泥泞，磕磕绊绊，有的同学滑倒了，我也埋怨天公不作美，好不容易才到了烈士墓。听了老师的讲演，看到许多无名英雄为了实现和平，甘愿与青山为伴同大地同眠……我后悔不已，一股热流涌入了心头，一个声音告诉我：孙傲竹，你一定要努力学习，好好报效祖国，不能让革命烈士的鲜血白流。

“人民英雄永垂不朽”xx年是武隆人民伤心的日子，王华老师的家属杜家华前辈，为了制止坏人作恶，维护和平，离开

了我们，离开了永远爱他和他深爱的妻儿。王老师眼在落泪，心在滴血。在这么多人的面前，王老师没有说话，她的内心深处仿佛在呼唤着什么。我听到了，同学们听到了，她呼唤的是：和平、和平、和平。我走到烈士纪念碑前，默默许下诺言：革命烈士们，在我考上理想的大学时，一定会带着录取通知书来看你们。

“山鸟啼，红花开，阳光照大路……”昨天，革命烈士抛头颅洒热血，为我们铺好了阳光大路、和平家园。“努力学习、振兴中华”既是少先队员的誓言，又是我们的使命。同学们，让我们扬起烈士的风帆，让祖国更加繁荣昌盛而共同努力吧！

文档为doc格式

## 团课我和我的祖国心得体会篇四

《我和我的祖国》是一首让人感动、振奋的歌曲，它不仅被广大群众所喜爱，更成为了中华民族的精神标志。最近，我们学校安排了一次“我和我的祖国”的团课，通过深度学习和讨论，让我们更深刻地认识了祖国、爱国以及民族精神。

### 第二段：了解祖国

在这次团课中，我们通过各种途径深入了解了祖国。我们阅读了各种历史书籍，观看了宏伟壮观的纪录片和短片，去了解我们的祖国的悠久历史、自然风光、文化底蕴。通过这些学习，我们更加了解了祖国丰富多彩的文化，也更加珍爱祖国这块土地。

### 第三段：弘扬爱国精神

在团课中，我们也深入学习了中华民族的爱国精神。我们了解到，在历史的长河里，中国人民经历了无数的苦难和屈辱。尽管如此，中国人民从未放弃对祖国的热爱和奉献。在国家

遇到危机和困境时，我们的祖国也始终能够凝聚人民共同抵御外来侵略者，打打退退，保卫祖国的尊严和领土完整。通过学习爱国精神，我们更加切身感受到祖国为了我们的繁荣富强所付出的一切。

#### 第四段：激发民族自豪感

作为一个中国人，我们应该有强烈的民族自豪感。我们应该为祖国的发展和壮大而自豪，为祖国在世界舞台中日益崭露头角的地位而自豪。在团课中，我们也了解到，当今的世界，各国之间矛盾和冲突时有发生。但是，只要我们心怀祖国，无论在哪里，都应该坚定地支持祖国。在现实生活中，我们也应该为祖国做出自己的贡献，用自己的行为为祖国争光添彩。

#### 第五段：总结

通过这次团课，我们更加深入地了解了祖国和爱国精神，更加坚定了自己的民族自豪感。我们深深地感悟到，祖国的强大是我们每个人共同努力的结果。因此，我们应该珍爱祖国，热爱祖国，用行动去践行我们的爱国之情。让我们一起欢呼吧，让我们在祖国的陪伴下，共同携手创造更加灿烂的未来！

## 团课我和我的祖国心得体会篇五

《我和我的祖国》是一首让人热血沸腾的歌曲，歌颂了当代中国人民不屈不挠、艰苦奋斗、峥嵘岁月中产生的各种英雄事迹和精神面貌。随着中国新时代的到来，作为青年一代，我们更应该秉承祖国培养我们的使命感和责任心，为中华民族的伟大复兴贡献自己的力量。

### 二、我的感悟

在团课中，我听了很多同学的发言，大家都从自己的角度出

发，深入分析了歌曲中所表达的国家情怀和时代意义。而我则想到了自己的成长经历。回顾我曾经走过的路，我感到自豪，因为我是一名中国人，我生在这片土地上，成长在这个大家庭里，我有着和别人不同的热爱祖国的情感，这并非出于什么理所当然，而是因为我是中国人。作为一名将来要从事教育事业的学生，我希望培养更多的学子拥有这样的精神追求，能够在祖国的召唤中展露出自己的智慧和力量。

### 三、国家意识的重要性

国家意识是一种集体意识，是对自身所处国家的认同，是对自身国家的历史、文化、民俗、价值观的体现和认同。国家意识具有重大的政治价值、文化价值和道德价值。一个有强烈国家意识的人会把个人的利益和国家的利益结合起来，把自己的生命和国家的前途命运紧紧地联系起来。在新时代，我们应该树立这种强烈的国家意识，以更加积极的态度参与社会生活，为祖国创造更多的贡献。

### 四、责任心的体现

《我和我的祖国》中的“我和我的祖国一刻也不能分割，无论我走到哪里都流出一首赞歌”道出了每位中国人都肩负着对祖国的责任。作为一名中国人，我们应该始终坚守自己的责任心，尽自己的最大努力去为祖国的发展贡献自己的力量。这不仅是国家对我们的期待，更是我们自己的信仰和追求。

### 五、结尾

今天，我们迎来了中国的新时代，这是一个有着伟大梦想、艰巨任务的年代。我们青年人要胸怀祖国，不断地学习、成长、奋斗，让自己的青春阳光和热血绽放出更加耀眼的光芒。相信在不久的将来，我们会在祖国这个大家庭里，在伟大的中国梦的指引下，创造出更加辉煌的明天！