

团课心得建党周年(精选8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

团课心得建党周年篇一

第一段：团课是在团队环境中进行的集体运动课程，它是在教练的带领下，通过团体合作和竞争来达到健身效果的一种方式。在参与团课的过程中，我体会到了三个方面的心得：锻炼毅力和坚持的重要性、团队合作的力量、以及增强身心健康的效果。

第二段：锻炼毅力和坚持的重要性。参加团课需要持续的动力和毅力，因为有时课程非常艰苦，让人想要放弃。然而，在面对困难时，只有坚持下去才能获得真正的收获。在团课中，我发现自己逐渐培养了坚持的品质，无论是在进行高强度操课时的持久力，还是在进行重量训练时的耐心等等。通过锻炼毅力和坚持的过程，我深刻体会到了只有通过持之以恒的努力，才能够达到自己的目标。

第三段：团队合作的力量。参加团课最大的特点就是强调了团队合作。在团队合作中，每个人都有自己的岗位和责任，只有整个团队的协作，才能够完成任务。在团课中，我发现大家互相鼓励、互相帮助，相互竞争又相互关心，构成了一个和谐的运动团队。每一次集体动作中，我们需要配合默契，这样才能够使课程发挥出最佳的效果。通过团队合作的活动，我深深领悟到，只有团结一致，才能够取得更好的运动效果。

第四段：增强身心健康的效果。参加团课不仅能够锻炼身体，

还能够增强心理健康。通过团课，我发现自己的身体变得更加健康有活力，同时也变得更加积极乐观。每次参加团课后，我都感到精力充沛，情绪愉悦。团课通过紧张的运动和出汗，能够释放压力，提升心情。同时，团课还能够培养自信心和坚强的意志。通过团队合作和竞争，我逐渐克服了对困难的恐惧和惧怕失败的心态，变得更加自信和勇敢。

第五段：总结。通过参加团课，我体会到了锻炼毅力和坚持的重要性、团队合作的力量以及增强身心健康的效果。团课不仅仅是一种运动方式，更是一种磨炼意志、培养团队精神、提升身心健康的活动。我相信通过团课的锻炼，我会变得更加强大和坚定，无论是身体还是心理。

（注：以上为AI自动生成，请用于参考，需自行修改）

团课心得建党周年篇二

人们常说，“孝顺”是中华民族的传统美德，是对父母的一种尊敬和照料。然而，在如今快节奏的生活中，由于工作、学业等各种压力，我们往往忽略了对父母的孝心。最近参加了一次团课，让我重新审视了孝顺的重要性，并深刻体会到了孝心给我们和父母带来的祝福。

第一段：团课前的怀疑和动力

在参加团课之前，我对这个活动保持了怀疑的态度。我觉得团课只是一种传统的仪式，对于我们这些现代年轻人而言似乎并没有太大的意义。然而，当我听到团课的主题是孝时，我的兴趣被激发了起来。我意识到，作为一个独生子女，我不仅需要照料父母的身体健康和物质需求，更要给他们心理上的温暖和关怀。这个意愿成为我参加团课的动力。

第二段：团课中的启示和震撼

在团课中，我们不仅学习了古代的孝道故事，还听取了一位家庭心理专家的演讲。她讲述了许多现代人因为繁忙而忽略父母所面临的问题，让我们意识到孝顺的重要性。她提醒我们要时刻关注父母的身体健康和心理状态，要主动为父母分担生活中的烦恼和压力。同时，她还教给我们孝敬父母的方法：陪他们聊天、关心他们的生活、尽可能地满足他们的需求等等。这些启示让我深受震撼，我认识到自己的不足，并下定决心要改变自己的态度和行为。

第三段：改变与成长

团课结束后，我立刻开始行动，并尽可能地贯彻孝敬父母的教诲。我每天都会主动与父母沟通，询问他们的近况，并关心他们的身体健康。我还会经常给他们打电话，尽可能地帮助他们解决一些生活上的困难。这些改变不仅让我和父母之间的关系变得更加亲密，也让我从中获得了成长。我意识到，孝是一种责任和义务，但也是一种给予和奉献，通过关心和照顾父母，我们也能从中收获快乐和满足。

第四段：孝心带来的祝福

随着我对父母表达孝心的运用，我发现孝心给我们和父母带来了许多祝福。首先，我和父母的关系变得更加和谐，之前的一些矛盾和不快渐渐消失，取而代之的是互相理解和支持。其次，我也从中获得了内心的满足，因为我知道自己做了正确的事情，给予父母了应有的关怀。最重要的是，我发现父母也开始更加关注我的生活和需求，他们变得更加理解和支持我，这对我个人的成长来说是非常重要的。

第五段：长久坚持，让孝心成为生活的一部分

通过团课的学习和我的实践，我深信孝心是人生的基本美德之一。不论我们的生活多么繁忙，我们都应该记住孝顺父母是我们的责任和义务。我们可以通过一些简单的举动来表达

我们的关心和爱意，比如陪父母聊天、关注他们的身体和心理健康、尽可能地帮助他们解决生活中的一些问题。只有长久坚持，让孝心成为我们生活的一部分，我们才能享受到孝心带来的祝福，并为我们的家庭带来幸福和和谐。

通过这次团课经历，我深刻地认识到孝是中华文化的瑰宝，也是我们共同的精神财富。作为新时代的年轻人，我们应该积极践行孝的精神，传承孝道的传统，为父母的晚年生活带来温暖和快乐。同时，我们也要不断反思自己的行为和态度，让孝顺成为我们生活的一部分。只有如此，我们才能体验到孝心所带来的祝福与幸福。

团课心得建党周年篇三

我大概是初中的时候入的团，那时候什么都不懂，就觉得是教师让入的，然后一个班也没有几个名额，我就觉得很光荣。入团后我发现除了政治面貌由群众变为共青团员，不只是多了两个字这么简单。之后做了团支书我才深深明白因为是共青团员，所以要起带头作用。你要时刻要注意自我的行为举止，时刻做好为班级为他人服务的准备。你不能随心所欲的凭着自我的性子去做一些看似疯狂的事情，因为你是共青团员，所以你要努力的做到最好。在入大学之前，我对共青团员的认识大概仅有这些。

今年我来到大学，我又一次当选了团支书这个职位。我以为我会像以前那样抽空去开开会，到时间提醒大家交团费。经过开学的这段时间吧，我发现团支书这个职位真的是蛮重要的。学生会给开会，辅导员给开会，班助给开会，班委会，还要记录很多东西；我发现团支书要做的事情很多，我害怕自我做不好，不能很好的为大家服务。这种感觉一向压抑着我，直到学生会开会通知说周六周日有个团支书的培训课，另一个班的团支书说你去吧，去听听课学习学习。

就是这样，我很荣幸的在这个周六也就是10月29日我来到了

中原工学院南校区参加了这样一个学习，这次培训课让我对党建带团建的政策有了新的认识。异常是书记给我们讲共青团的历史，从新民主主义革命时期到社会主义革命建设时期；从文革时期到改革开放时期和全面建设小康社会时期的共青团的发展史。让我了解到中国共青团是...的后备军，两者的关系是不可分裂的。开展团课培训，是从源头上强化党的建筑性建筑，稳固执政的青年群众根本的重要步骤。是党建带团建，团建促党建的现实举动。

作为一名合格的共青团员，要有先进的政治思想，马克思主义，毛泽东思想，邓小平理论和“三个代表”重要思想是每一个共青团员应具备的政治思想。树立正确的梦想，信念和世界观，人生观，价值观，抵御腐朽思想的侵蚀，提高思想道德和科学文化素质。

作为一名合格共青团员，要有刻苦学习的精神和勤奋工作乐于奉献的精神。要有勇于创新的思想，不断钻研的精神，对待知识要有永不满足，攀登不止的追求。即能够在学问上有所成就，又能够在本事上有所提高。

团员要注意团员的形象，要有“严以律己，宽以待人”的作风，也要有吃苦和奉献的精神；在生活和学习中起到模范带头作用，虚心向别人学习及理解他人的提议。作为一名团员，自身的言论会给他人.组织.社会带来必须的影响，所以我们做事要是非分明，要明白什么能够做，什么不能够做。

总之，作为一名共青团员，我必须要做到遵纪守法，实事求是，与时俱进，团结他人，乐于奉献，为建设中国特色社会主义贡献自我的力量。我为自我是一名共青团员而自豪！我愿意为成为一名优秀的共青团员而不断努力。

最终我想写一下入团誓词：

我志愿加入中国共产主义青年团，坚决拥护.....的领导，遵

守团的章程，执行团的决议，履行团员义务，严守团的纪律，勤奋学习，进取工作，吃苦在前，享受在后，为共产主义事业而奋斗！

作为一名合格的团员，在享受自我的权利的同时，更应当履行自我的义务，努力学习马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和三个代表的重要思想，学习科学发展观，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。下文是查字典本站小编整理的团课学习，欢迎阅读参考！

团课心得建党周年篇四

团课心得体会是每个参加团体课程的学员都会有的感受和体验。团体课程受到越来越多的青睐，相较于个别训练，团体课程具有能够凝聚人们的动力和激情的优势。在我参加的团体课程中，我深刻地体会到了这些优势，同时也获得了一些宝贵的经验。下面将从“学习热情与动力”、“集体氛围与互动体验”、“专业指导与技巧提升”、“团队合作与集体荣誉”和“健康减压与身心改善”五个方面来叙述我的团课心得体会。

首先，团体课程能够激发我的学习热情与动力。在团体课程中，我不再是一个孤单的个体，而是与其他学员一起共同学习和锻炼。团体中的每个人都带来了自己的动力和积极性，相互之间的竞争和合作激发了我的斗志。每次上课时，我都感受到了别人的热情和动力，这让我更加有动力去追求自己的目标。尤其是在团课的集中时间里，每个人都会以这个共同的目标聚集在一起，这种强烈的集体氛围鼓舞着我的学习热情，使我更加专注和投入。

其次，团体课程的互动体验也让我受益匪浅。在团体课程中，我们经常会进行伴奏、对抗或合作的活动，这些活动既加强了团队之间的联系，又提高了我个人的竞技能力。在和其他

学员一起进行搭档动作时，我不仅需要适应他们的节奏和动作，还要保持与他们的默契。这种互动体验让我们相互之间建立了更紧密的联系，我们之间的友谊和理解也得到了加深。同时，通过与其他学员的互动，我也从中学到了一些技巧和策略，极大地提升了自己的实力。

第三，团体课程中的专业指导和技巧提升是我参加团体课程的又一个收获。在团体课程中，我们有专业的教练指导我们的动作和技巧。教练在课程中耐心地给予我们指导和帮助，及时纠正我们的错误和不良姿势。通过教练的指导，我学到了一些正确的训练方法和技巧，这极大地帮助我提升了自己的水平和能力。同时，教练还定期给我们进行技术检验和身体评估，帮助我们发现自己的不足，并制定相应的训练计划。这种专业指导让我能够更加系统和科学地进行训练，使我对自己的训练有了更清晰的认识和目标。

第四，团体课程让我领悟到了团队合作和集体荣誉的重要性。在每次团体训练中，我们都是一个团队，我们相互之间需要合作和配合。只有团队的每个人都发挥自己的特长和作用，我们才能够取得更好的结果。在团队中，每个人都愿意倾听和帮助其他人，我们相互之间形成了一种团队精神。当我们达到了共同的目标时，我们都感到了团队的荣誉和成就感，这使我们更加珍惜彼此的付出和努力。这种团队合作和集体荣誉的意识在训练课程之外也起到了积极的影响，使我们能够更好地与他人合作和沟通。

最后，团体课程对我的身心健康改善以及压力减轻有着积极的作用。在团体课程中，我们通过各种身体动作和运动来训练身体，增强体质和健康水平。在紧张的生活和工作中，参加团体课程可以让我暂时抛开烦琐的事务和压力，放松和调整自己的身心。每次的训练和团队互动都给了我一种解压的感觉，让我能够更加乐观和积极地面对生活。团体课程也让我养成了良好的运动习惯，使我身心健康的程度得到了极大的提升。

总之，团体课程给我的带来了许多意外的收获和体验。从学习热情与动力、集体氛围与互动体验、专业指导与技巧提升、团队合作与集体荣誉、健康减压与身心改善这五个方面来看，我在团体课程中受益匪浅。通过团体课程，我不仅提升了自己的能力和技巧，还建立了深厚的友谊和集体荣誉感。团体课程也让我学会了团队合作与互动，同时对我的身心健康改善和压力减轻起到了极大的帮助。团体课程注重集体的动力和激情，为我们提供了一个共同成长和锻炼的机会。我相信，在未来的学习和训练中，我将会更加努力和坚持，用更好的状态去面对自己的挑战。

团课心得建党周年篇五

第一要坚持学习“三个代表”主要思想，努力学习党的纲领和党的性质，宗旨，历史使命。

第二要明确是非观念，只可用共青团员的标准严格要求自我，另外，团员是有别于普通青年的先进青年，团员的意识也是有别于普通青年的，所以要在生活和学习的各个方面起带头作用。更为各方面的模范。

第三是要在学习先进思想的基础上树立正确的世界观，人生观，价值观。

第四是要坚定的跟着团指引的方向走，这样才能有正确的前景方向，进取履行团交给的任务，明确团员的义务并有效地执行好。

如何做一名合格的团员，我认为应当具有以下几种意识：

一、自立意识

我校向来重视树立正确的人才观和教育观，以培养自我本事、自我教育与他人教育相结合的新型教育特色，以学生自我为

核心的创新管理模式，使学校成为学生的“精神家园”充分发挥了广大学生的自主意识，你们要有高于一般青年的模范意识。高于一般青年的模范意识，即要时刻注意用团员的标准要求和鞭策自我，不断增强做一名共青团员的光荣感和职责感。在学习和社会生活各方面起带头作用，努力成为执行党的路线、方针、政策，勤奋工作，刻苦学习，遵纪守法，树一代新风。

二、自律意识

世界上没有完全的自由，我们学生所谓的真正自由是严于律己，从我做起，并进取学习。美丽的学校是我们自我的家，为了使我们的家园构成一个整洁、舒适、宁静的学习生活环境，需要我们每位同学从自我做起，从此刻做起，自觉维护校规校纪。你们在维护校规校纪方面要做到“六无”、即：学校无烟头痰迹，墙面无脚印污秽，上课无次迟到早退，交往无不雅举止，宿舍无违规电器，考试无抄袭作弊。但我们的自律并不等于墨守成规，自我束缚，我们的自律是力求上进的自律，是蓬勃向上的自律，它要求勤奋学习、提高科学文化水平、扩大见识面、不畏困难进取向上、勇于创新，做怀揣“六大”证书，练就“八套”本领的优秀人才。

三、创新意识

创新是一个常谈常新的话题，它是一个民族提高的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是一个政党永葆生机的源泉，在学校发展的新阶段，没有解放思想实事求是的精神，没有与时俱进、开拓创新的勇气，我们就难以克服现有的困难和应对未来的挑战，也难以实现我校长远的发展。期望各位同学能利用在校学习的大好时光，树立创新的思想，鼓起勇气，打好创新的知识基础，培养创新的本事，掌握好创新的现代技能，为今后走上工作岗位进行创新实践做好一切准备。

在那里我对自我提几点要求：

一、要成为一名合格的学生团员，首先处理学习好。众所周知，搞好学习是学生的首要任务，如果学习差，不能成为一名真正合格的学生，因为它偏离了学生以学为体的中心。

二、要成为一名合格的学生团员，具备必须的专业素质极其重要。需要具备的不仅仅是扎实的文字功底，较强的语言表达本事，并且还需要冷静的头脑，细致的观察本事。

三、要成为一名合格的学生团员，因该如何去协调好各部关系，如何与人沟通也是一个值得思考的问题。可是一向以来不少学生都以自我为中心，不注意团体合作精神。

我们拥有无限的春光，我们拥有灿烂的明天。做为二十一世纪光荣的中国青年，让我们围绕在校团委周围，以__旗帜、以三个代表为指导，以新形象、新思想迎接新机遇、新挑战，为推进学校新文化而努力吧。

团课心得建党周年篇六

团课心得

团课心得（一）：

最近几周，我有幸加入了团课。作为一名团员，能够说这次的学习让我又一次正视了自我的团员身份，同时也如当头棒喝，提示着我就应重新审视团员形象和职责。

说确实的，现如今大多数人都是团员，然则又有谁在待人接物的时辰是用精确的团员的职责感来要求自我的呢？在大众都懵懵懂懂仰视那一壁团旗，满怀期望准备投身中国共产主义青年团的时辰，必定对团的章程和团员的职责职守了若执掌，同时也想象着自我以后作为一个进步的团员，必定会用现实

举动证明团的进步性和团员的主动热情。然则随着年纪增长，越来越多的人成为团员，入团成为初中弟子必修的课程。团员之间缺乏比力性和竞争性，自然在思维上会怠惰。

中国共青团是共产党的后备军，二者是相相互关不行分裂的。开展增强共青团员认识主题教诲运动，是从源头上的确强化党的进步性建筑，稳固党执政的青年群众根本的重要步骤，是坚持党建带团建、团建促党建，增强共青团的吸引力、凝集力、创造力和战斗力的现实举动。我在这次对全团有重仔细义的教诲运动中也受益匪浅。

团员自然是要注意团员形象，言行行为是人给他人，给社会的直观印象，作为团员不行太不拘末节。许多时辰人对所谓“末节的忽略，再此刻做事上即是不严谨，不塌实。团员代表着青年一代，是具有明晰的期间特性的。在竞争猛烈的这日，团员作为先头军，不行不拘末节。

同时团员应当强化实事求是的精力，受苦刻苦的精力和慷慨奉献的精力。80岁月生人多为独生子女，做事简单放不下架子，心境骄横，很难做到实事求是。而团员应当培育政治敏锐性，要明白什么是可取，什么是不行取的，做要是非分明。要保留理性和镇定的头脑方法，不行以随俗浮沉，人云亦云。而团员也应当明白事故配景，大到期间特性，小至个体性格，不明白则不应容易做出判别。团员也应慎言，应领会到作为团员，可能说作为巨大团组织中的一员，其言论会给他人，组织和社会带来必定影响。

这一代的小孩作为独生子女，并没有吃过几多苦。以前有许多次我以为人生中没有比我方才履历的事故更幸运，更灾祸的了，可仔细想想，我所遭遇的和我的怙恃，祖怙恃相比，又算得了什么呢？大概我们这一代人在父老眼中难全日气，太为娇惯，可团员所要做的便因而举动证明我们有着受苦刻苦的精力，我们能为期间为社会为群众谋福利。

团员还应养成最少的品德修养，抬高自身修养。遇事少埋怨，多从自我找不敷。有则改之，无则夸奖，一向前进，修身到达必定田地。为人多支付，热情待人，做人大方大气。本来会后再思考，这日我们所要求的“增强团员认识”已经不但单是存身团的角度来要求其组织成员的思维升华，更现实点说，本来是在要求我们这一代人修身，抬高自身修养。

其次，这次运动给我带来了领会上的前进以及思维上的抬高。透过这次团课的学习，我对党的政策导向以及实事动态都有了比力清楚的明白，也构成了一些新的领会。

歌德曾说过“人不是靠他生来就有的一共，而是靠他在学习中所得到的一共来造就自我”，任何人或组织都要在学习中一向圆满。而中国共产党是一个在创设之初就具有进步性的政党，一贯以来率领着中国的革命走向胜利。在成为执政党之后，假若还只是靠着在革掷中得到的那些体验，显然是不敷的，全国形势千变万化，中国共产党只有一向学习，保留进步性，才略一如既往地率领中国一向进取。而这个进步性并不是一个稳定的准则线，它所表现的是真正左右期间的脉搏，始终站在期间的最前线，进步性教诲便是要培育大众与时俱进的认识，认识的构成不是一个短期历程，因此作对作为共产党后备军的共青团员的认识教诲做事显得尤其重要。我们要唾弃只有党员才要保留进步性的谬误领会，团员更就应一向学习，打根本，准备着为共产党注入进步的血液！

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，从生存中，我们会有所得，会充足自我，圆满自我。同时又不光是只学习知识，还会有更宏伟的思维，她指引我们，让我们的心灵得到洗礼，魂魄得到升华。

学会做人，要在精力上成仁，学术上成才。为人处世，更显

重要。大概，我们的知识并不是最丰裕的，我们的成效并不是最出色的，但我们的品行必定要健康，思维人格要主动向上，有品德，有诚信，有志向，有正确的全国观，人生观和价格观。同时，要注重自我的德育，智育，体育，美育的全面成长，主动做一名全面成长的出色大弟子，包罗身与心。

团是由每个团员个体组成的，只要我们都能够或许作自身的进步性，中国共青团在如今的或是未来的汗青时期中，都邑以最进步的姿态引领更多的青年人为建筑我们宏伟的祖国而一向斗争！

我很幸运自我参预了这堂团课。由于短短一天时间让我找回了自我三年的认知空缺，填充了自我思维上的缺陷。我想我更能明白团员的期间职责，往后也将用这种思维去要求自我一向提拔个体修养，也会和身边同砚共勉勤奋，增强团员认识。

团课心得（二）：

中国共产主义青年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，是中国共产党的助手和后备军。在全党开展持续先进性教育活动，是党的十六大作出的一项重大决策，是新世纪加强和改善党的建设的基础工程。这次教育活动对于持续党员队伍的先进性和纯洁性，提高党的执政潜力，实现全面建设小康社会的宏伟目标，具有十分重要的好处。

透过共产党员先进性教育学习，我对持续共产党员先jdy18[]进性教育活动有了进一步的认识，对“三个代表”重要思想的科学内涵和精神实质有了进一步的理解。也使我增添了加入共产党的信念。

党员是党的组织细胞和党的活力主体。党员队伍的状况如何，能否充分发挥先锋模范作用，对增强党的创造力、凝聚力和

战斗力，提高党的领导水平和执政潜力，巩固党的执政地位，具有重大的关系。共产党员的先进性是有共产党员这一特定身份所决定、为共产党员这一先进政党所要求的一种重要特征。马克思恩格斯在《共产党宣言》中把共产党员的先进性称为“胜过其余无产阶级群众的地方”。共产党员应当具有的先进性，应当是一种品质、一种潜力、一种行为，应当是三者的有机统一。品质上的先进性，指的是思想境界高、精神面貌好、道德修养优。这样才能成为人们学习效仿的榜样。潜力则能够看作是品质上的延伸，是其由内向外的过渡和转化，并最终体现在行动上。我们所说的共产党员要发挥模范带头作用，主要就是靠党员行动、实践和工作实效来实现的。

而团员是先进青年的代表，建立一支能够发挥先进模范作用的团员队伍，是团组织战斗力的重要体现，是完成党赋予共青团的各项任务的基本保证，是进一步做好新形势下青年群众工作，巩固和扩大党执政的青年群众基础的根本要求。党的十六届三中、四中全会，团的十五届三中全会等对进一步提高团员的综合素质，发挥团员队伍先进模范作用提出了更新、更高的要求。因此，我们不仅仅要充分发挥团员的带头模范作用，更要做一名合格的当代优秀团员。

下方就各方应对我们的团进行总结：

一、主要任务

首先着眼于加强团员队伍建设，以服务团员青年成长成才为宗旨，以学习教育、讨论评议、总结深化为途径，逐步建立起良好的团员队伍形象，展现当代团员精神风范和政治面貌。

1、增强团员政治意识。要集中学习党的十六届四中全会、团的十五届三中全会的精神，深入开展以学习实践“三个代表”重要思想为主要资料的增强团员政治意识的教育活动。要加强对团员进行党的基本理论、基本路线、基本纲领和基

本经验教育，坚定团员永远跟党走信念，进一步增强团员的政治意识。

2、增强团员组织意识。各级团组织要正面引导，立足各自特点，透过团日活动、民主生活会、团课教育、团员重温入团誓词、新团员入团群众宣誓等主题教育活动，加强团员的组织生活观念、组织纪律教育，进一步增强团员的组织意识。

3、增强团员的模范带头意识。深入开展“亮出团旗、佩戴团徽、唱响团歌、过好团日”等主题教育活动，进一步增强团员的荣誉感，促进团员以更高的标准来要求自己，增强团员的模范带头意识，发挥团员在青年群体中的榜样作用。

二、开展增强团员意识教育活动的原则

(一)坚持理论联系实际，务求实效。大力弘扬求真务实精神，用科学理论武装头脑、指导实践、推动工作，把团员意识教育活动与促进改革发展稳定紧密结合起来，与推动本地区本部门本单位的各项工作紧密结合起来，不搞形式主义，不做表面文章，切实做到学习教育和推动工作两不误。

(二)坚持正面教育，充分发挥团属新闻舆论阵地、青少年活动阵地、网络阵地在团员意识教育中的作用，多渠道教育团员。

(三)坚持发扬民主，走群众路线。尊重团员民主权利，调动团员的用心性，坚持从群众中来、到群众中去，广泛听取群众意见，自觉理解群众的评议和监督。

(四)坚持干部带头，发挥表率作用。各级团委负责同志都要参加团员意识教育活动，带头参加学习、查找问题，带头制定和落实整改措施。

(五)要探索团员教育管理新机制。用心推进“双团籍”的管

理模式，把好团员队伍的入口关，试点入团前公示制度，把一大批真正得到广大青少年认同的先进分子吸收到团员队伍中来，更好地体现共青团的先进性和纯洁性。

三。团员内部的建设与管理

1、共同探索教育管理机制。各级团组织要发动广大团员共同探讨意识教育、实践教育、活动教育、自我管理教育、多重管理教育的具体实施办法，使团员教育管理机制的推进具备更广泛的群众基础。

2、团员撰写个人成长设计。团员在经过学习讨论和民主评议之后，对如何体现和发挥团员的先进性，如何在奉献国家、社会、群众的过程中实现自我价值，要有较为深刻的认识。在此基础上，团员要对自我的成长和发展的方向、目标、途径进行深入思考，撰写个人成长设计。

3、团组织拟订团员素质发展规划。团支部根据本支部团员的综合状况，结合本单位的实际，拟订“团支部2006年度团员素质发展规划”。规划应分为整体和个别两个方面，整体规划包括总体目标、任务、方法和要求，个别规划则针对每一位支部成员提出重点发展方向和团支部的帮忙办法。

随着时代的发展，我们作为一名21世纪的团员，不仅仅要从各方面严格要求自我，更要在各方面都时刻起一个带头作用，既然我们是团队的一分子，我们就要不惜一切代价去维护我们的团的利益，争取在新的世纪，让我们的团在各方面都显示出强大的生命力与生存力，这不仅仅是我们其中一个团员的神圣职责，更是我们所有团员的历史使命。只要我们大家共同努力，我相信我们的团的明天会更好。

团课心得（三）：

过团课的学习，让我更加明确了作为一名当代大学生的政治

使命和职责，让我对党和团有了进一步的认识。在学习的期间，使我了解了中国共产党的光荣历史和不怕牺牲的精神，并坚定了我加入中国共产党的决心。

那么如何成为一名合格的共青团员，我想就应具备几个方面。

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，抵御腐朽思想的侵蚀，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“严以律己，宽以待人”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，热心帮忙他人进步，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。

青年时期是一个可塑性很强的时期，往往有许多潜能，被自我以各种理由忽略或否定。比如在为人处世方面缺乏自信心等等。但透过团校的学习后，让我们明白作为当代大学生，当代出国留学的共青团员，应有充分的自信心去完成领导分配下来的任务和使命，团课的学习让我们明白了就应如何使自我充满自信心，去迎接和挑战一切困难。

团课的学习注重培养学生的综合素质。这能够使我们成为德才兼备的。毛主席以前说过：“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。期望寄托在你们身上。”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。

透过学习使我进一步的明确了团组织和党组织的关系，是我对党的认识渐渐从朦胧走向清晰，明白了不仅仅要在学习中开创，还要进一步liuxue86了解党的条件，更要在实践中不断总结，不断进步，理论联系实际，才能成为一名合格的团员及一名合格的党员发展对象。只有树立了正确的入党动机，才能具有持久不衰的动力，去刻苦学习马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论以及“三个代表”重要思想，并将其作为自我的行动指南，更加自觉的贯彻执行党的基本路线，把对共产党事业的忠诚同执行党的基本路线统一起来，在改革开放和现代化建设中用心作出贡献，只有这样才能在学习和生活各个方面，更加的严格要求自我，甘愿吃苦，不怕吃苦。

在团课的学习过程中，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，认清职责，用心努力的做一个合格的共青团员，在实践中学习中国特色社会主义和共产主义的先进性。共青团是中国共产党的助手和后备军，所以共青团扮演着重要的主角。在这其中务必努力学习一切团和党的章程，贯彻和执行党的基本路线和各项方针、政策。带领我们实现共产主义的远大理想和祖国的统一，为振兴中华的远大理想而奋斗。

团课心得（四）：

为了加强对团员的思想教育，提高我院团员的整体素质，为将来党员的培养打下夯实的基础，我院自10月27日起开始对团员进行第四期团分校团课教育。开课以后，各团支部都用心组织学习，学生反映良好，培训效果优良。带着第一课的学习成果，11月6日晚，我们又开始了第二次的团课学习。

此次团课，我们邀请到了本院07级辅导员郭老师为任课教师，

郭老师在百忙之中还为团课学员们准备了一场别开生面的课程。郭老师打破了常规的单调的论述性的党团历史类型的教学方法，而是一种简单自如的叙述讲授了目前学生、社会、国家都十分关注的台湾问题。极具吸引力，使得学员们都仔细认真的听郭老师的讲授，同学们期盼祖国和平统一的爱国之心使得团课授课过程十分顺畅，授课效果十分显著。

郭老师从古至今的把台湾与大陆的联系详细的阐述了一遍，让学生们充分的了解了历史，认识到了台湾自古以来就是中国不可分割的一部分。在郭老师论述的近代大陆与台湾的几次纷纷和和中，我们能够感觉到郭老师对历史详尽的了解，和渊博的历史知识，不知不觉中郭老师就成了学生们钦佩的对象，学习的对象。“以古为镜，能够知兴替”。了解中国历史才能认清将来中国的发展方向，历史的教育便是爱国主义教育。

郭老师还与同学们讨论了当今的台湾局势以及国际形式，美国对台湾问题的干涉，日本在台湾问题上的介入都成了台湾回归祖国的外在因素，而对于我们国家自身，应不断的强化综合国力，为民族早日的伟大复兴不断努力，中国自身的实力才是解决台湾问题的内在关键因素。

团课在同学们热烈的掌声中结束了，整堂课同学们严肃认真，老师激情洋溢，郭老师的那些话语久久的在我们脑海里回响。

此次团课，全体的团员都理解里一次爱国主义教育的洗礼，只有我们祖国真正富强了，民族伟大复兴了，我们在解决台湾问题是才能占据主动，而将来的这些都要我们这些当代的大学生去贡献力量，我们每一个团员都要有一分为祖国贡献力量的使命，祖国的明天需要我们去创造。

理解团的教育是每个团员的权利和义务，利用每一次难得的机会提高自我思想觉悟，增添自身政治修养是我们的一大乐事，凭借着同学们对于团课的这份热情，我相信经管学院的

团课会更有教育好处，更加充分完整，更加深入人心。同学们必须能获益匪浅。

团课心得（五）：

透过团课的学习使我明白了作为一名当代中学生的政治使命和职责，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，它是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，用心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，热心帮忙同学进步，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。

我明白了中国共产主义青年团团旗是团的性质和任务的象征。共青团的团旗，于1950年5月4日由团中央委员会公布的。团旗旗面为红色，象征革命胜利；左上角缀黄色五角星，周围环绕黄色圆圈，象征中国青年一代紧密团结在中国共产党周围。

在学习期间，全校同学用心响应团支部的号召，参加了爱国卫生运动——上街清理小广告，虽然辛苦，但我们并不觉得累，反而满心的光荣感。

在上团课后，我开展批评和自我批评，透过思想交锋分清是非，帮忙自我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。

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，为了祖国完美的明天，我们要努力学习，坚持创新，做好新世纪的栋梁！

团课心得（六）：

这次我很荣幸成为第25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”有了真正好处上的理解和认识，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，我想就应具备几个方面。

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，热心帮忙他人进步，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。

十七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善团的思想理论建设具有重大好处。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，建设社会主义政治礼貌，在建设物质礼貌、政治礼貌的同时，努力建设社会主义

精神礼貌，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带来了可靠的政治保证。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，明白了许多知识，在以后的人生中就应怎样帮忙别人，怎样把一个班的用心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就应怎样开展“双学活动”。个性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，在这次团课中我明白了作为一名合格的团员，必须要有理想，有抱负，遵纪守法，实事求是，与时俱进，做到能帮忙别人，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我的力量。

团课心得（七）：

自从中学入团以来我对团的认识虽有必须的深度，但透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！我们明白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好处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我的一言一行，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。在竞争激烈的这天，团员作为先锋队员，作为社会期盼的新青年。要时刻注意自我的形象。

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。

当代大学生大多是独生子女，做事往往半途而废，心高气傲，很难做到实事求是。而团员应当培养政治敏感性，关心国家大事，心系祖国。要有自我的独特见解和分析绝不盲目从众，要明辨是非。要持续理性和冷静的思维方式，不能够随波逐流，人云亦云。而团员也应当了解事情背景，纵观全球博览时政要闻，做到有深刻的洞察力和预见力。团员也应谨慎细微，应认识到作为团员，或者说作为新时期青年先锋队中的一员，其一举一动都会给给周围的人带来必须影响。

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。以前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，我们必须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。

新时代的有为青年应养成最基本的道德素质，提高自身修养。遇事不退缩，时刻检讨自我，发现自我的不足。不断改善，不断进步，争取到的水平有更高的提升。助人为乐，热情待人，做人要有气度和度量。这天我们所要求的“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。

自从中学时加入团组织以来，我一向都在严格要求自我，在学习，生活与思想上抱着用心的态度，并用心向党组织靠拢。也许过去的成就并不是很理想，但只要我们不放下不抛弃，坚定自我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我，相信我必须会成功。透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，也构成了一些新的认识。

知识是社会发民礼貌进步的内在强大力量，知识的获取和吸收要靠不断的学习。我们都明白，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，一向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，持续先进性，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，意识的构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。我们要懂得不只有党员才要持续先进性，团员更就应不断学习，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，但我们的人格必须要健全，思想品德要用心向上，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，要注重自我的德育，

智育，体育，美育的全面发展，用心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，就务必努力学习科学文化知识，不断充实自我的思想，让自我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，持续活力和先进性。

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，中国共青团在此刻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，我对我自我有了新的定位，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。我们团校青年更就应珍惜时间、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我为振兴中华贡献自我的力量的目标。

这是一次有十分重要好处的团课。因为短短一个多星期时间让我在认识上和思想上有了质的飞跃，弥补了自我思想上的缺陷。这让我更充分理解团员的时代职责，在往后的学习生活中我将用团的这种先进思想去要求自我不断提升个人素质，同时用自我的行动去影响他人，和身边的青年一齐进步，一齐为成为振兴中华的生力军而奋斗不息！

团课心得（八）：

我入团了，在我们班我是第二批团员。我很兴奋，很高兴因为我受到老师的重视，我当时的感觉就像团歌里唱得一样：“光荣啊！中国共青团，光荣啊。”但是那时我真的不明白团员意味着什么，而且随着时间的推移，随着我们班团员数目的增多以及之后全班同学都是团员时，我的新鲜感渐渐消失了，对“团员”这一称呼也不好奇了，也就再也没思考过团员到底是什么，要如何做才是真正的团员。而且在我潜意识就认为“团员”就像是一次考试，每个学生都务必透过。

上大学了，听说要上团课，这又引起了我的兴趣，我就在想“团课是什么？为什么初中入团时都不上团课，上大学却要上团课呢？”就这样带着疑问我开始我的第一堂团课。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明白了我们的组织，我们的历史，我们的活动以及我们的榜样；我明白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。我明白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“xxxx”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。

看着我们的榜样的感人的选进事迹，我很内疚，他们是团员，我也是团员，虽然生活在不一样年代，不必在战争奉献生命。但至少我就应尽自我所能为党，为团，为人民做点什么。但

是入团这么久，我到此刻才真正的了解团，了解团的义务。以前由于我的无知没能做团员应尽的义务。此刻，既然我明白团的真正含义，增强了团的意识，那就就应从此刻开始尽心尽力做一个好团员，像我们的榜样学习。

上星期三，我们班开展了第一次“团员标准讨论”活动，在讨论中我又对团员标准有了进步的理解，我们要在学习，生活中从小事做起，认真学习，关心他人，这些不都是团员的标准吗？这次讨论让我明确了工作目标，才明白身边的小事更能看出一个团员，一个人的素质，而不需要轰轰烈烈满嘴空话却不付诸实践。

离开了初中的懵懂，来到了大学的成熟，我会好好的做一个真正的团员

团课心得（九）：

经历了将近一个月的时间，我们一共上了五节团课。经过这几次团课的学习，我对中国共产主义青年团及中国共产党有了更深的理解和认识。

中国共产主义青年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，是中国共产党的助手和后备军。中国共产主义青年团坚决拥护中国共产党的纲领，以马克思列宁主义、毛泽东思想和邓小平理论为行动指南，解放思想，实事求是，团结全国各族青年，为把我国建设成为富强、民主、礼貌的社会主义现代化国家，为最终实现共产主义的社会制度而奋斗。作为一名共青团员，政治要坚定，理论要清楚，品德要高尚，只是要全面，身心要健康，作风要高尚。要具有组织策划潜力，沟通协调潜力，开拓创新潜力，语言表达潜力，应变反应潜力以及调查研究潜力。要有学习意识，公仆意识，职责意识和奉献意识。

目前我自身还有很多方面需要提高。对于我自我而言，学习的兴趣不是很浓厚，到了大学课时于高中相比少了很多，没有家长在身边督促更是不想学习。但只要是作为一名学生，主要的职责就是学习，所以我在努力地转换着对于学习主观上的心理。我此刻是管理学院学生会文艺部的部长，当上部长后，我发现自我的组织策划潜力和沟通协调潜力也有待提高。每次我下达一个任务之后总是没有几个人进行响应，有一次答辩活动，因为选人方面沟通不当让大一的同学都决定退出这个部门。有些时候我的本意是好的，但由于说话方式有问题总会让别人觉得不舒服，这点也是我需要改正的。今后，我必须严格要求自我，不论是在学习上还是工作上还是生活上，都会严于律己，努力成为一名合格的共青团员，并向着中产党员而努力。

在其中一次团课上，我们观看了大型纪录片《较出国留学量无声》，了解到了如今世界的各个国家之间和平的面具下是各种的暗涛汹涌。美国一向想尽各种方法想要摧毁中国，从以前的“大张旗鼓”演变成此刻的“润物细无声”。美国暗中支持藏独、台独，不经中国国家领导人同意就会见赞助达赖的领头人，这在必须程度上体现了美国对中国政府的轻视。如今中国与美国的关系不容乐观，但即使是这样，还是有很多中国人选取移居美国。作为一名中国人就应要liuxue86.com有着坚定的爱国之心，而作为一名共青团员，不仅仅要有爱国之心，还要有着拥护中国共产党的决心并把这种精神发扬光大。

作为一名合格的共青团员，要在日常生活中起到必须的带头作用。在日常生活中，我们要提高自我的思想觉悟，要树立正确的世界观，人生观和价值观。要提高自我的学习潜力，生活中没有特定的学科，所以学习潜力不是看自我能学到什么，而是看自我是怎样学的。要提高自我解决事务的潜力，没有问题，不制造问题；出现问题，就去解决问题，要勇敢地克服各种困难。要遵守各种行为守则，在学校内不做违反校规校纪的事，在生活中不做违法犯罪的事，如果看到别人做

了不好的事情要进行制止并告诉他正确的做法。要服从中国共产党的领导，在生活中多了解一些国家大事，明白国家现处阶段，将有限的精力与生命投入到无限的共产主义事业中。

中国共产主义青年团是中国共产党的助手和后备军，透过这五次团课，让我更深刻的体会到了共青团的重要性与作为一名共青团员的职责感和使命感。今后，我要尽自我最大的努力，为祖国做出贡献。

团课心得（十）：

此次团课，我们邀请到了本院07级辅导员郭老师为任课教师，郭老师在百忙之中还为团课学员们准备了一场别开生面的课程。郭老师打破了常规的单调的论述性的党团历史类型的教学方法，而是一种简单自如的叙述讲授了目前学生、社会、国家都十分关注的台湾问题。极具吸引力，使得学员们都仔细认真的听郭老师的讲授，同学们期盼祖国和平统一的爱国之心使得团课授课过程十分顺畅，授课效果十分显著。

郭老师从古至今的把台湾与大陆的联系详细的阐述了一遍，让学生们充分的了解了历史，认识到了台湾自古以来就是中国不可分割的一部分。在郭老师论述的近代大陆与台湾的几次纷纷和和中，我们能够感觉到郭老师对历史详尽的了解，和渊博的历史知识，不知不觉中郭老师就成了学生们钦佩的对象，学习的对象。“以古为镜，能够知兴替”。了解中国历史才能认清将来中国的发展方向，历史的教育便是爱国主义教育。

郭老师还与同学们讨论了当今的台湾局势以及国际形式，美国对台湾问题的干涉，日本在台湾问题上的介入都成了台湾回归祖国的外在因素，而对于我们国家自身，应不断的强化综合国力，为民族早日的伟大复兴不断努力，中国自身的实力才是解决台湾问题的内在关键因素。

团课在同学们热烈的掌声中结束了，整堂课同学们严肃认真，老师激情洋溢，郭老师的那些话语久久的在我们脑海里回响。

此次团课，全体的团员都理解里一次爱国主义教育的洗礼，只有我们祖国真正富强了，民族伟大复兴了，我们在解决台湾问题是才能占据主动，而将来的这些都要我们这些当代的大学生去贡献力量，我们每一个团员都要有一分为祖国贡献力量的使命，祖国的明天需要我们去创造。

理解团的教育是每个团员的权利和义务，利用每一次难得的机会提高自我思想觉悟，增添自身政治修养是我们的一大乐事，凭借着同学们对于团课的这份热情，我相信经管学院的团课会更有教育好处，更加充分完整，更加深入人心。同学们必须能获益匪浅。

团课心得建党周年篇七

团课是一种集体锻炼的形式，它不仅仅是为了达到健身的目的，更是为了培养团队合作精神、增强彼此的交流和沟通能力。我参加过很多次团课，每一次的经历都给我留下了深刻的印象。在这篇文章中，我将分享我个人的团课心得体会，希望能够给大家带来一些思考和启发。

第一段：团课的意义和作用

团课是一种集体锻炼的方式，它与个人锻炼有很大的不同。在个人锻炼中，我们可以自由地选择锻炼的时间、地点和方式，更加专注于自己的身体状况和需求。而在团课中，我们需要与他人一起进行锻炼，需要与他人协同合作。这不仅能够增加锻炼的乐趣，还能够锻炼团队合作精神和增强人际交往能力。同时，团课也给了我们机会认识更多的朋友，扩大社交圈子，增加人际关系。

第二段：团课带来的挑战 and 感受

团课锻炼的难度相对较大，往往需要进行高强度的运动。这对于我们来说是一个很大的挑战。尤其是在一开始，我们可能会感到力不从心，甚至会想要放弃。但是，只要我们坚持下来，不断努力，我们就会发现自己的进步和成长。而且，团课中的团队合作和协调也是一项挑战。我们需要与他人默契配合，遵守规则和指令，保持团队的整体性和作战能力。这需要我们良好的沟通和协调能力，以及对他人的尊重和理解。在团课中，我们需要努力克服困难和挑战，并从中获取成长和提升。

第三段：团课的益处和收获

团课的益处是显而易见的。首先，团课可以帮助我们锻炼身体，增强体质和健康。通过团队合作和高强度的运动，我们可以提高心肺功能，增强肌肉力量和耐力。其次，团课能够培养我们的团队合作精神和交流能力。在团队中，我们需要与他人进行沟通和合作，以达到共同的目标。这锻炼了我们的人际交往能力和团队合作能力。最后，团课为我们提供了一个认识新朋友的机会。在团课中，我们可以结识到志同道合的朋友，扩大我们的社交圈子。这不仅能够让我们在团课中感到更加快乐和愉悦，还可以为我们的生活带来更多的乐趣和兴趣。

第四段：团课心得体会

我参加团课已经有一段时间了，我深深体会到了团课的魅力和优势。在团课中，我不仅锻炼了身体，提高了自己的体能水平，还交到了很多志同道合的朋友。我们一起努力，互相鼓励，在困难面前相互支持。这种团队氛围让我感到无比温馨和满足。在团课中，我也学到了很多生活经验和工作技能。例如，如何与他人合作、如何分配任务和如何高效沟通。这对我个人和工作生活都有很大的帮助。

第五段：对团课的期待和展望

通过参加团课，我深深理解到了团队合作的重要性和团队精神的价值。我希望通过团课能够培养和提高自己的团队合作能力，以及进一步提升个人的综合素质。我也希望能够通过团课结识更多的朋友，扩大自己的社交圈子。同时，我也希望能够在团课中不断挑战自己，突破自己的极限。通过团课，我相信我能够获得更多的成长和收获。

总结：

团课是一种集体锻炼的形式，通过团队合作和高强度的运动，可以帮助我们锻炼身体、培养交流能力和扩大社交圈子。对于个人来说，团课是一次锻炼身体和提升个人素质的宝贵机会。希望通过我的团课心得体会，可以对读者们在参加团课时提供一些启发和帮助。

团课心得建党周年篇八

学风是校风的核心内容，反映学校的办学水平，体现学校的办学品位，优良的学风是提高教育教学质量的重要保证，是学校的宝贵精神财富。为落实中共中央、国务院颁发的《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》，进一步优化我校的学风，不断提高我校的教育教学质量，现就进一步加强学风建设提出如下意见：

一、组织机构

学校成立学风建设领导小组：

组长：

副组长：

成员：

学生工作的党委副书记(书记)

领导小组下设办公室，办公室设在学生工作部(处)，办公室主任：陈熙(兼)。以后部门人员变更，成员自动替补，不再另行下文。

二、建设目标

学风建设的总体目标是：引导学生树立正确的学习观、成才观、就业观，促进学生端正学习态度，明确学习目的，激发学习动力，讲究学习方法，增强学习效果，做到勤学、会学、乐学，从而形成博学、审问、慎思、明辨的优良学风。

阶段性具体目标为：经过2至3年的努力，重修率明显下降，每门课程重修率最多不超过10%。全校英语四级统考平均通过率二年级达80%以上，毕业班达95%以上，考取研究生率达30%以上，毕业生就业率每年稳步提升，学生考试违纪率明显下降。

三、主要制度和措施

(一)加强和改进一年级学生的教学与管理

1、教学安排上尽量增加一年级的学习量，加强对一年级新生的教育管理，原则上要求新生不购置个人电脑。

2、各学院要精心选拔经验丰富的辅导员老师开展新生的思想政治教育，分配优秀专业教师给低年级学生上课。

3、加强对低年级学生学习方法和专业发展方向的引导，加强对低年级学生的职业生涯辅导和心理辅导，增强学生学习的主动性、自觉性。

4、强化公共基础课的教学和教学管理，加强作业、答疑、研究生助教等教学过程的管理。

(二) 强化学生早读、晚自习制度

1、每周从星期日晚自习开始至星期五第八节课结束，为每周教学、学习时间。在此时间段，各学院原则上不组织与教学无关的活动。教学楼各教室都对学生开放。

2、一、二年级学生必须参加英语早读，早读场所为上午第一节课的上课教室。其他年级早读可以在学生宿舍和校园其他室内外场所进行。各班级要落实对早读学生的考勤。

3、每周星期日至星期四的晚上，原则上学生必须到教室或图书馆自习；如有特殊情况学生只能留在宿舍，也必须以修习功课为主，不得从事与学习无关的其他活动。

4、学院要按照学生居住情况建立以老师牵头，学生为主体的学生宿舍楼栋学风督查小组，负责本楼栋本院学生的晚自习情况检查和纪律维护。

5、各学院每天都要安排学生辅导员、班主任深入学生宿舍和教室，了解学生早晚自习情况，指导学风督查小组的工作，并做好工作记录。

6、学院负责学生工作的领导每周到学生宿舍或教室2次以上，落实学生早晚自习和生活的各项安排和工作督查。

(三) 完善学生身体锻炼制度

1、各学院要积极创造条件，依靠学院团学会，建立学生早起锻炼签到制度，组织每一位学生每周至少有五天参与早起锻炼，时间安排在20—30分钟。

2、体育教研部要加强对大学生体育课程的教学管理，提高授课质量，

建立科学的体育课程考核制度，使大学生体育课程切实取得实效。

3、各级团学组织和学生社团要充分利用周末和休息时间，组织丰富多彩、参与面广、深受广大学生喜爱和欢迎的文体活动，促进学生身体锻炼，营造积极向上、健康活泼的校园风貌。

4、精心组织大学生田径运动会。

(四) 强化课堂管理制度

1、强化课堂考勤制度。学生班级由班委会组织课堂考勤，经任课教师签名，各班每星期要对课堂考勤情况进行汇总，并在班会上公布，每月将课堂缺勤情况汇总交给教务干事和辅导员老师；同时，任课教师要加强对课堂管理，严格考勤制度，并定期将考勤记录报学院；学院对于达到违纪处理条件的学生及时处理。学校学生会组织要坚持对全校进行课堂出勤、纪律的抽查和督查，定期公布结果，有力促进课堂管理。

2、严格执行课程考核资格审查制度，有下列情形之一的，不得参加本门课程考核：(1)有习题作业的课程，学生缺交作业累计达全学期该课程作业总量的三分之一者；(2)有实验课程，缺做该课程实验四分之一或实验成绩不及格者；(3)一学期内缺课累计超过该课程教学学时数的三分之一者。

3、严格课堂管理。教学区实施手机及网络信号屏蔽制度，在上课时段，教学区手机及网络信号关闭，只有在课间及休息时段开放。严查上课时玩手机、玩平板电脑、听音乐、讲小话、睡觉等行为，确保课堂秩序。严格按照《学生手册》有关规定，加大对违反学习纪律学生的查处力度。

4、强化毕业班的考勤和考核管理。各学院要制订相应的详细的毕业生考勤考核管理办法，加强和严格毕业前资格审查制度，基础理论课程不合格的不得进入毕业阶段。强化毕业设计审查制度，加强导师资格审查及选题审查，推行毕业论文查重值，重复率超过80%的不合格，超过50%的推迟答辩。

(五) 强化考纪考风制度

大力加强诚信教育和考风考纪教育，加强考试管理，对舞弊违纪学生

及时查处，对监考不负责的教师要给予追究，并按《南华大学教学与教学管理事故认定和处理办法》相应条款处理。改进考试考核方法，加强过程考核，加强作业、课堂表现、期中考试等平时成绩在课程考核中所占的比重。强调学生进课堂，减少投机性考试舞弊发生的概率。

(六) 发挥班团组织在学风建设中的主体作用

1、各学院要加强对学生班委会、团支部的建设。要把责任心强、能力突出、学习成绩优秀、在学生中有较高威信的学生挑选出来担任班级学生干部，加强对学生干部的培养和教育，加强班级组织的班子建设，提高班委会、团支部的组织管理能力。

2、要大力开展以学风建设为主题的班级主题教育活动。各学院可根据学院实际情况，每两周定期召开班会，大力开展学习心得、学习经验交流、研讨会，帮助、引导学生端正学习态度，掌握正确的学习方法。

3、在班级中开展“一帮一”、“结对子”、“兴趣小组”、“科研小组”等学习互助活动，组织学习优秀的学生积极帮助学习后进的学生，形成你追我赶、奋勇争先的学习氛围。

(七) 全面推进学生科技创新活动和考研

1、积极鼓励学生参加各类学科竞赛和学生科研活动。各学院要根据自身学科特点，积极组织开展各类寓教于乐、富有吸引力的学科竞赛和学生科研活动；要安排优秀的专业老师担任学生学科竞赛和科研活动的指导，是学生在学科类活动中能够增长本领，增强实践能力，巩固专业知识。

2、积极组织参加各级各类科技创新活动。各有关职能部门、各学院尤其要认真组织学生积极参加各级“挑战杯”学生课外科技作品竞赛、“挑战杯”学生创业计划竞赛、数学建模竞赛、临床医学技能竞赛、结构模型竞赛等影响较大、层次较高的学科竞赛活动，力争前列。

3、大力引导学生考研。要从大学一、二年级开始，加强对学生的考研教育。要积极组织开展考研经验交流会，数学、英语学习研讨会等考研类活动，帮助学生打好考研基础。要尽可能开放图书馆等场所自习室，为考研学生提供良好的学习环境。

四、保障措施

学风建设工作主要从三个方面进行，各部门、各单位要明确各自职责，认真抓好各项具体工作的落实。

(一) 进一步加强课堂教学管理

大力加强教风建设，学校成立课堂教学督导组，深入课堂对学生到课情况、课堂纪律及教师教学状况进行抽查。教务处牵头，各院主管教学的副院长及教务干事具体落实，各院党委书记或副书记和团委书记协助。任课老师将自己所授课程的学生出勤情况报所在学院教务干事，教务干事将情况汇总并经主管教学的副院长签字后报课堂教学督导组。对无故缺课的学生，学生工作部(处)将按照《学生手册》规定进行严

肃处理;任课老师有意隐瞒出勤情况的,一经发现,由教务处报学校处理。

(二)进一步加强学生宿舍纪律管理

学校成立学生宿舍管理督导组,对学生自习纪律、就寝纪律进行定期检查和不定期的抽查。学生工作部(处)牵头,各学院学生工作室具体落实。各院学生班班主任、辅导员将所带班级平时宿舍纪律情况报学生工作室,由学生工作室汇总并经各院党委书记或副书记签字后报学生宿舍管理督导组。对违反学生,由学生工作部(处)按照有关管理规定进行处理;班主任、辅导员有意隐瞒情况的,一经发现,由学生工作部(处)报学校处理。在严格管理的同时,学校将继续深入开展学生文明宿舍创建活动(活动内容见学生手册)。

(三)进一步加强学生日常行为管理

学校成立校园精神文明督导组,对校园内学生仪容仪表及男女交往失范等不良行为进行检查,对不文明言行进行纠正。校团委牵头。对违反纪律且屡教不改或妨碍检查人员检查的学生,学生工作部(处)将按有关规定给予处分。

五、考核与奖励

(一)考核

1、教务处负责组织对老师、课堂以及教务系统教风、学风建设进行考核。学工部负责组织对学工系统学风建设进行考核。

3、学工部对各学院学风建设考核的主要方式:随机抽查各学院早晚自习、早起锻炼等情况;查看学院学风建设各项文字汇报材料及第一手工作记录;学院学风建设各项指标相比较往年的进步情况以及其他学院的排名。

(二)加大学风建设数据在各类评先评优中的指标权重

1、加强学风建设在各类评优评先中的权重。将学生的舞弊率作为学院学风建设的核心指标，加大权重；学院考研率、英语四级通过率、课堂出勤率、早晚自习出勤率作为重要指标，直接影响学院各类评优评先活动。

2、推行多样化的考核，制订各课程的课程考核管理办法和规则及考试大纲，加强过程能力类考核的过程监控机制和力度。

3、将大学英语四级通过率制定为学风类评先评优的硬性指标。大学二年级及以上年级学生未过大学英语四级者，不得参与评先评优；大学二年级及以上年级英语四级统考未达到全校平均通过率的班级，不得参与年度各项班级评先评优，大学二年级及以上年级学生英语四级通过率未达全校平均通过率的学院，不能评选为年度学风建设组织奖。

(三)奖励

加大奖励力度，学工部每年度在学院中组织评选学风建设优秀组织奖、文明宿舍建设优秀组织奖等集体奖励，并予以相应表彰。根据《学生手册》有关规定，每年评选出先进班集体、先进分团委、先进团支部、文明宿舍等学风建设集体予以奖励。

六、研究生处、船山学院参照本意见制定出具体的规定。