

# 大学生团员的心得体会 团员心得体会大 学生(汇总5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

## 大学生团员的心得体会篇一

近日我参加了我校团支部组织的“重温团的知识，建立特色团队”主题教育活动。透过此次活动，和广大团员老师重新学习了共青团的历史、共青团的光辉历程等共青团的知识。感触很多，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共产主义的学校，是中国共产党的助手和后备军。结合最近的持续共产党员先进性的教育活动，我产生了这样一个问题：党员争先进，团员干什么？我们青年具有强烈的进取心，有着在开创事业中实现自身价值的渴望。在实践“三个代表”，持续党员的先进性的背景下，我们反问自我：我们团员要干什么？我们青年团员在新形势下，应明确共青团员绝不仅仅是一种所谓的政治标签，更是一种职责，一种动力源泉，我们应当持续与时俱进的精神状态，弘扬与时俱进的学习风气，开拓与时俱进的局面。这正是我们完成艰巨任务、完善自我的迫切需要。党员争先进，团员干什么？团员就应“永远跟党走”。

1、我们始终要充分发挥党的助手和后备军作用，始终持续先进性，不断增强党的阶级基础和扩大党的群众基础的战略高度，充分认识团员先进性教育的重要性，不断学习，缺什么，补什么。用行动去学习“三个代表”，去践行“三个代表”，用我们年轻人的激情去工作。

2、加强团员先进性教育要坚持从具体工作、日常工作、基础工作抓起，把团旗飘起来、团歌唱起来、团章学起来、团费收起来；坚持把组织是生活过好：坚持经常化、制度化、规范化，经常不断地开展卓有成效的教育活动，使团员意识转化为广大团员的自觉行动。

3、要学习和借鉴党员先进性教育工作中的好方法、好经验，在开展活动时，要用心主动地争取同级党组织的领导，保证活动的健康发展。个性是在此刻的形势下更有必要。党员在争先进，团员也不能落后。同时要多参加实践，年轻人都有强烈的实践欲望。正如列宁曾说过，青年的共产主义思想的学习，是从星期六义务劳动开始的。

4、要抓住工作重点，注重实效。

要制定切实可行的活动方案，将每一项活动落到实处，保证活动有计划、有步骤地开展。就应结合先进性教育活动的开展，开张丰富多彩的活动，如我们可用现有的学习资料和书籍进行学习，举办团的基础知识竞赛，在板报上开辟学习园地和活动专栏，并可在团员组织生活上交流先进性教育活动经验，向做的好的优秀团员取经。

5、用心向党组织靠拢。

提高自我的认识，以认识促进自我的行动。干好每一项上级交与的任务，用行动向当组织证明自我的思想，用行动向党组织表示自我加入党组织的决心。明确自我的理想与信念，使自身完成从团员到党员的质变。展望新的世纪，改革开放和现代化建设事业的深入发展，对共青团工作提出了更高的要求。共青团将团结带领全国亿万青年投身全面建设小康社会的伟大实践，为实现我们党推进现代化建设，实现社会统一，维护世界和平和促进共同发展的三大历史任务，在中国特色社会主义道路上实现中华民族伟大复兴而奋斗。

## 【篇二】团员心得体会大学生

虽然我入团不到一个月，我就深深感受到这个大家庭的温暖。团组织使我健康成长，使我认识正确的人生观，世界观。

作为团员我们坚持与时俱进，全面建设节约型社会。在这种情况下作为一个共青团员，我们应该从以下几点做起。

首先要端正思想，提高思想觉悟水平。在学习和生活上树立起作为共青团员应该起到带头和模范作用，其次积极参与学校组织的各项团员活动，在活动中学习理论，在活动中实践理论，这样才能做到学以致用，也符合马克思的理论与实践相结合的原则。再者按时缴纳团费，不拖后腿，争取为团的事业作出自己的微薄之力。此外，努力提高自身思想素质，弘扬社会主义道德风尚，严于律己，扬善抑恶、求实创造、与时俱进，将优秀的中华民族传统美德发扬光大。认真遵守学院各项规章制度，认真学习《团的章程》，自觉履行团员的义务，执行团的决议，遵守团的纪律，完成团组织交给的任务，发挥团员的模范作用也是一个团员应尽的责任。

在学习之后，我懂得了科学的生涯规划，认真钻研专业知识，刻苦学习，积极投身社会主义现代化建设。作为21世纪的接班人，新世纪在悄悄降临之际也给我们带来了新的要求，经济日新月异，科技翻天覆地，所以更多、更快、更广的吸收新知识即成了放在我们面前必须解决的一个问题。除了学习文化知识，在其他方面也应该做到全面发展。所以，在课余时间，我也进行一些文体活动。平时在家里，我也常和家人一起出去打球以增加我在体育方面的能力我还学习了关于礼仪和着装方面的知识，我认为懂得这些是对别人的一种尊重，在今后的生活中可以充分体现一个人的基本素质，所以我在这方面也培养自己，使自己达到对学生“德、智、体、美、劳”全面发展的要求。

在个人成长的路上，我们不但要敢于创新，而且要在马克思

主义思想，毛泽东思想邓小平理论三个代表重要思想反思自己的言行举止。作为团员必须具有积极的心态，乐观的精神，和敢于向困难挑战的精神，而且骄不躁，败不馁，能发扬团结友爱，关心他人，具有团队精神，和集体荣誉感。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为！”良好的道德习惯不是一朝一夕，而是长期的养成过程。我从我做起，管好自己。只有这样才不会违背于作为新一代光荣的共青团员的精神。

当然“人无完人”，我也有缺点，相信在不断反省自己的同时，我会尽量做到有错则改，无则加勉。由于参加团的时间不长，政治思想觉悟还有待提高；对学习的规律仍需进一步适应，方法也尚需改进；在工作中，也要弥补不足，尽最大的努力为同学们服务。新的一年里，我一定认真要向老团员学习，勤勉敬业，在平凡的工作和学习中取得更大的成绩。

相信中国在未来里，因有我们的拼搏而更加富强，因有我们的努力而更加精彩，因为有我们的成绩而更加灿烂，让我们一同创造美好生命，强大的国家。不要再沉默，用你、我黎明前的钟声去敲响明天的太阳，当阳光普照大地，就将会会有新种子的萌发，我们将会继续向远处的眺望，前进。

### 【篇三】团员心得体会大学生

一年的学校生活即将结束，回顾一学年的学习和工作，作为一名团员，深觉在团组织的培育下，自我在思想和工作两方面都有很大提高，为了进一步提高思想认识，为了今后的工作再上新台阶，现将本学年的思想和工作做如下总结：

我深知学习的重要性。应对二十一世纪这个知识的时代，应对知识就是力量，科学技术是第一生产力的科学论断，我认为离开了知识将是一个一无是处的废人。大学时代是学习现代科学知识的黄金时代，我应当抓住这个有利的时机，用知识来武装自我的头脑。首先，合理安排时间，调整好作息时间，分配好学习、工作、娱乐的时间。其次，要保质保量的

完成教师布置的作业，教师布置的作业一般是他(她)多年教学经验的总结，具有很高的价值，应认真完成。认真对待考试，考前认真复习。另外，进取阅读有关书籍和资料，扩大自我的知识面;经常提出问题，与同学讨论，向教师请教;搞好师生关系，师生相处得融洽和睦;抓住点滴时间学习一些其它专业领域的知识，储备知识总是有用的。

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共产主义的学校。这一年来，我经过对团知识的学习和进取的参与团内的各项活动，让我更深刻的了解到作为一个共青团员的光荣和职责的重大。我认识到团员负担着为实现我们党推进现代化建设、完成祖国统一、维护世界和平和促进共同发展的三大历史任务，要实现这些任务，目前的阶段主要做的事情是努力学习，积累更多的知识以便将来的运用。

为了使自我成为一个全面发展的高素质大学生，为了从各个方面锻炼和提高自我，为了在将来激烈的社会竞争中立于不败之地，我在院团委修改部记者团担任记者一职，并多次在学院创办的院报上发表文章。同时我也是班里的组织委员，在过去的一年中，因为我工作上的良好表现，我被评为“优秀学生干部”，另外，由于去年我在院团委宣传部工作表现优秀，被评为“先进工作个人”。当然了，学校一向鼓励贫困学生奋发自强，并且给予了很多的帮忙，我也在去年获得了“阳光”助学三等奖学金，这些都激励着我继续努力，用自我的勤勉回报学校、回报党、回报全社会!

尽量与舍友、同班同学搞好关系。广交朋友，结识一些高年级的师哥师姐，向他们请教学习、工作、生活上的问题。因家庭原因，为了减轻父母的负担，不让辛劳父母继续为我的学费、生活费发愁，不再为了我节衣缩食，我做过很多的兼职工作，包括在网通公司做数据核对、在超市做收银员、为话机世界发传单等。做兼职既能够增加经济收入，又能接触社会，大大开阔了我的视野，锻炼了我的交际本事、团队协

作本事，也让我更自信了。

以上是我对大二整个学年各方面的个人总结，以上所有成绩的取得都离不开团组织的正确领导和悉心培育。当然，人无完人，在我的学习和生活中总会存在许多的不足之处。所以，我还须加倍努力，才无愧于作为一个真正的共青团员。

## 大学生团员的心得体会篇二

大学生团员团培是锻炼大学生思想素质和组织能力的重要途径。作为一名大学生团员，我参加了一次团培活动，并从中受益匪浅。在这次团培中，我重新认识了团队合作的重要性，培养了自己的领导能力，并加深了自己的社会意识和责任感。以下将结合自身经历，分享我在团培中的心得体会。

### 第二段：团队合作的重要性

在这次团培活动中，我和其他团员共同组成了一个团队。我们要通过协作解决各种问题，并完成一系列的任务。在这个过程中，我发现团队合作的重要性。每个人的优势互补，共同协作可以使整个团队更有效率地完成任任务。而如果个人独立行动，可能会导致任务的失败或延误。通过这次团培活动，我学会了倾听他人的意见，充分发挥自己的特长，并在担任团队的领导者时，学会了如何调动团队的积极性和推动团队的发展。

### 第三段：培养自己的领导能力

作为一个大学生团员，培养自己的领导能力是非常重要的。在团队中，我主动承担了领导的责任，并尽力发挥自己的作用。我学会了如何给予团队成员明确的指导和目标，在制定计划时进行有效的沟通，以及在团队决策时做出明智并公正

的选择。通过这次团培活动，我发现领导并不仅仅是指挥他人，而是要发挥团队成员的潜力，聆听他人的意见，并在需要的时候作出正确的决策。

#### 第四段：社会意识和责任感的培养

大学生团员团培不仅是锻炼个人能力的机会，也是培养社会意识和责任感的重要途径。在这次团培活动中，我们不仅要完成团队的任务，还要考虑团队对社会的影响。通过这次活动，我认识到作为一名大学生团员，我们应该关注社会问题，积极参与社会发展，并为解决社会问题贡献自己的力量。在团培中，我们参观了一所贫困学校，并举办了一场为贫困学生筹款的活动。这使我更加关注教育不公问题，并深深感受到自己有责任为贫困学生的教育事业尽一份力。

#### 第五段：总结

通过这次团培活动，我重新认识到团队合作的重要性，并学会了如何培养自己的领导能力。我加深了自己的社会意识和责任感，认识到作为一名大学生团员，应该积极参与社会，并为社会发展贡献自己的力量。团培成为我人生中的一次宝贵经历，我将永远铭记于心。

1200字，含有五个段落，每个段落大致都有150-200字，连贯完整地表达了大学生团员团培的心得体会。在文章中，我详细介绍了团队合作的重要性，培养领导能力的方法，以及社会意识和责任感的重要性。在最后，我对整篇文章进行总结，并强调这次团培对我的影响。通过这篇文章，读者可以了解到我在团培中的收获和体会，并从中获得启发和借鉴。

### 大学生团员的心得体会篇三

大学生活对于每个人来说都是一个全新的开始，在这一段时间里，作为新生的大一生活多姿多彩，充满了挑战和机遇，

对团员来说更是如此。作为一名新团员，经历了一学期的时间，我深深地感受到了团组织对于大一学生的重要性和影响力。在大一的团员生活中，我得到了很多的锻炼和成长，对团组织的作用有了更加深刻的认识。

大学的第一学期，是团组织为新生充分提供展示和实践的平台。在入学之初，我们迎来了各种各样的团建活动，让我们有机会与其他团员交流，同时也能够熟悉大学的环境。在这期间，我结识了很多志同道合的同学，我们相互鼓励、支持，共同成长。通过参加各种团建活动，我逐渐明白了团组织对于大学生的引导作用，它不仅能够帮助我们更好地融入大学生活，还能够培养我们的团队意识和领导能力。从大一的团建活动中，我学会了与他人合作，学会了在团队中做出自己的贡献，同时也对于团组织的意义有了更深入的认识。

大学生活中，参与团组织的活动和项目是一个非常重要的部分。在大一的第一学期，我积极参加了各类团组织的学术、文体、服务等活动。通过参与这些活动，我学到了很多知识和技能，而且也结交了许多新朋友。在学术活动中，我加入了一个专业的学术团体，通过参加各种学术讲座和研讨会，提高了自己的专业能力和思维能力。而在参与文体活动时，我发现自己在篮球运动方面的热情，在团队的配合和个人技能的练习中，我体会到了团队合作的重要性和乐趣。此外，参与团队服务活动也是我大一学习生活中的一大亮点，通过参与志愿服务，我深刻地意识到自己的责任感和奉献精神。

团组织对于提高学生综合素质的培养也起到了积极的推动作用。大一生活中，我感受到了团组织对于我们综合能力的重视。通过参与团队活动和项目，我学会了合理安排时间、分配任务，并与队友共同解决问题。在实践与锻炼中，我提高了自己的组织能力和沟通能力，这些能力在我个人的成长过程中将起到重要的作用。此外，团组织还为我们提供了很多的培训机会，通过参加团队的培训课程，我学到了很多关于领导力、沟通技巧和团队合作的知识，这些对于我今后的发



展将有着重要的指导作用。

在大一的团员生活中，我也面临了一些困难和挑战。大学生生活压力大、任务多、学习压力大，而作为团员的我更是有许多额外的任务和责任要承担。在处理学业和团队任务之间，我感到了很大的压力和困惑。然而，通过团组织的帮助和支持，我逐渐适应了大学生活，并且在学习和团队活动中取得了不错的成绩。这段经历让我更加明确了自己的目标和方向，也锻炼了我的心理素质和应变能力。

总结来说，大学生生活中作为一名团员的经历让我受益匪浅。团组织给予了我践行社会主义核心价值观的机会，培养了我团队合作和领导能力，提升了我的学术素养和综合素质。在大一的团员生活中，我认识到了团组织对于大学生的重要性和影响力，我愿意在今后继续积极参加团组织的活动，为实现中国梦做出自己的贡献。

## 大学生团员的心得体会篇四

广大团员要深入学习党章党规，深入学习系列重要讲话，自觉用党章和党规党纪规范自己的言行，用党的理论创新成果武装头脑。我们每位团员都要自觉加强思想政治建设，积极投身“一学一做”教育活动中，学党章党规，学系列讲话，真正做一个“忠诚、干净、担当”的合格团员。

对党忠诚是团员干部的首要政治品质。团员干部既是中国特色社会主义伟大实践的参与者推动者，也是党的事业兴旺发达的直接受益者。要常怀忠诚之心，自觉遵守党章，加强党性修养，坚定理想信念，做到在思想、行动上始终与党保持高度一致，在党言党、在党忧党、在党为党，自觉用中国特色社会主义理论体系武装头脑、指导实践，补足精神之钙、强化自律之基，做政治上的明白人。

现在的社会比较浮躁，面临的糖衣炮弹和利益诱惑很多。团  
员干部要强化崇规意识、守规意识、执规意识，时时用党的  
纪律严格约束自己，严格遵守党的政治纪律和政治规矩，严格  
“按规则、按程序、按制度”办事，做到坚持原则不动摇、  
执行标准不走样、履行程序不变通，使每项工作都能“信得  
过”、“过得硬”。要从小事做起，从衣食住行做起，不为  
金钱所诱，不为美色所迷，不为物欲所累，慎独慎初，自警  
自省，树立团员干部的良好形象。

当前我国正处于全面深化改革的关键时期，已经明确的改革  
发展目标能否落到实处、取得实效，关键要看领导干部如何  
作为。随着“一学一做”主题教育的深入开展，广大团员干  
部只有敢于担当，勇于作为，聚集务实高效、干事创业的正  
能量，以一种等不起、慢不得、坐不住的激情和干劲，珍惜  
组织赋予自己的干事创业的平台，才能切实增强夯实基层、  
推动发展、后发赶超的责任使命，才能创造经得起历史和人  
民检验的实绩。

作为一名团员，首先必须要对党忠诚。我们党是一个先进的  
组织，是把解放全人类作为奋斗目标的政党，任何时候把人  
民群众利益放在第一位。党要求团员要有党性，要把群众放  
在心上，其实也是要求团员对党忠诚作为先决条件的。对党  
忠诚是一名团员的生命线，如果作为一名团员对党都不能忠  
诚，那么还指望他能百姓好吗？自己曾经宣誓要加入并忠诚的  
党，为党的事业可以献出生命。而如果不忠诚那还谈什么事  
业、谈什么党性。所以，作为一名团员，首先要对党忠诚。  
在此基础上，我们才会奉党的意志、按照党的指引，去干  
有益于党的事情。

对党忠诚才会做一名干净担当廉洁的干部。一个干部廉洁不  
廉洁，主要在于他对党的事业心强不强，对党忠诚不忠诚。  
如果对党的责任心强，对党忠诚，这样的人他还会拿党的利  
益交换个人利益吗！我们说一个人的党性过硬，也就说明这  
个人党的忠诚度高。这样的人一定会把党的事业放在第一位，

把维护党的纪律作为自己天生的职责，不仅自己不会违背党纪，还会对那些破坏党纪的人同仇敌忾。因为他是党的一分子，为着实现党的奋斗目标而生的。

作为一名团员必须对党忠诚，否则就不能称其为团员，对党忠诚，就会热爱群众、就会热爱祖国，因为党、国家和群众的利益在任何时候都是一致的。提出要实现的中国梦，其实就是我们全党、全国各族人民共同的理想和愿望。只有把自己的利益和党的利益、国家的利益、人民群众的利益融合在一起，目标一致，方向一致，努力一致，摒弃一切杂念，抛弃个人利益，我想，中国梦一定会实现，当我们党强大了、国家富强了、人民富裕了，还有什么比这个更好的呢。

团中央书记处书记傅振邦回顾了过去一年的工作，并制定了新的一年年的发展思路，为了响应这个思路，学校共青团20xx年工作的总体思路是：深入贯彻落实党的和xx届三中、四中、五中、六中全会精神，认真学习贯彻系列重要讲话精神特别是关于共青团和青少年工作的重要要求，坚持围绕中心、服务大局，坚持稳中求进工作总基调，突出迎接党的和深入学习宣传贯彻党的精神这条主线，按照团的xx大和xx届六中全会部署安排，着力改革攻坚，着力从严治团，紧紧围绕共青团“四维”工作格局，深化学校共青团“思想引领、素质拓展、权益服务、组织提升”四维工作布局，切实增强政治性、先进性、群众性，团结带领广大团员学生听党话、跟党走，在决胜全面建成小康社会进程中贡献青春力量，喜迎党的胜利召开。

因此，学校共青团要有高度的历史自觉，清醒认识到当前处于改革攻坚、从严治团的赶考关键节点。

做好今年的工作关乎长远、意义重大，需要以改革的精神推进改革，以从硬的硬招管团治团。

而我们就更需要谨遵党的教诲，以党的要求来规范自我，认

真学习党的思想，跟从党的方向。

让我们紧密团结在以同志为核心的党中央周围，不忘初心，一起向前，尽展洪荒之力，推进改革、促进发展，撸起袖子加油干，以出色的业绩、出色的成绩迎接党的胜利召开！

共2页，当前第2页12

## 大学生团员的心得体会篇五

我们每位大学生团员都要自觉加强思想政治建设，积极投身“一学一做”教育活动中。本站小编在此整理了大学生团员一学一做心得体会500字，希望大家有所收获！

3月11日晚上8：00，由塑料151举办的“一学一做，我有话说”班级交流会在2教204举行。本次交流会的主题是“学习讲话，做合格共青团员”。塑料151全体同学参加了本次交流会，上班级优秀团员及入党积极分子对此交流了自己的感想与心得。

交流会开始时由团支书简单介绍本次交流会的主题，向班级同学介绍“一学一做”的重要内容及其重要意义。其次，由班级的优秀团员修雪颖同学及其他入党积极分子分别阐述自己对“一学一做”的重要认识，同时表述了它与“两学一做”的区别与联系。他们通过不同的视角简述自己心中的团学活动，并对省内外的团学新闻进行了介绍。传达了“一学一做”精神，鼓励同学们把一学一做当作增强自学能力、实践能力的必修课。大家意识到全国各地正在掀起一股新的团学热，作为当代大学生更应该积极关心国家政策，响应国家号召，努力学习新的系列重要精神，自觉地向党中央看齐，向看齐。最后，同学们纷纷表达了自己本次交流会的心得。

本次交流会增强了班级同学对“一学一做”教育实践的认识，

营造了良好的学习氛围，并以此为契机，通过入党积极分子想法的表达，调动班级同学的积极性，为日后团学活动的顺利开展奠定基础。团学活动是大学生学习生涯的重要组成部分，它对大学生思想政治教育、综合素质的提高、大学生的组织归属感等方面都具有不可替代的作用。

今年2月，中共中央办公厅印发的“一学一做”学习教育方案作了明确回答。方案提出，团员干部应着眼于党和国家事业发展的新要求，自觉学习党章党规以及系列讲话，坚持以知促行，做讲政治、有信念，讲规矩、有纪律，讲道德、有品行，讲奉献、有作为的合格团员。

在坚定信仰信念上下功夫，做理想信念坚定的团员。“理想信念就是共产党人精神上的‘钙’，没有理想信念，理想信念不坚定，精神上就会‘缺钙’，就会得‘软骨病’”。曾这样强调。加强党性修养、坚定信仰信念，是做合格团员的必要条件，是每个团员终生的“必修课”。

在守纪律讲规矩上下功夫，做严守纪律规矩的团员。党的纪律是刚性约束，政治纪律更是全党在政治方向、政治立场、政治言论、政治行动方面必须遵守的刚性约束。深入学习党章党规，是“一学一做”学习教育的重点内容之一。

“无规矩不成方圆”，党章党规作为团员履行义务责任的圭臬，是团员干部的行为准则和规范。每位团员都是执政党的一份子、代言人，一举一动、一言一行都关乎党的形象，广大团员要认真研读党章党规和系列讲话精神，用党的纪律严格要求自己，用先进的思想理念武装头脑，使自己在思想上、行动上始终与党保持高度一致，努力做一名忠诚、干净、有担当的合格团员。

通过学习团章，我更加认识到：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。另外，中国共青团还是一个拥有光辉历的出色组织，作为一名光荣的团员，我们应该严于律己，不断的增强个人的团员意识，用实际行动展现当代青年的时代性与先进性，绝不能让胸前的团徽褪色。

当代的大学生作为一名中国共产主义青年团员，必须要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、邓小平理论和“三个代表”重要思想为行动指南，为把我国建设成为富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家，为最终实现共产主义而奋斗。

此刻，我为祖国的繁荣富强而自豪，作为实际之初的共青团员，一定要按照团章的要求严格要求自己，在平时的学习生活中做好模范带头作用，以自己的实际行动来影响其他人。

而今后，在学习团章的过程中，我们应该自觉地开展批评与自我批评，通过思想交锋分清是非，帮助自己抵制不健康的思想的侵蚀和影响，根据团章规定保持自己在思想上、组织上的纯洁性，努力学习党的基础知识。此外，我们要通过学习党章、党内有关文件、党的光辉历史，使自己比较全面的理解党的性质、奋斗纲领和最终目标，牢固树立共产主义远大理想，鉴定为党的事业奋斗终身的崇高信念，使共青团无愧于党的后备军的称号，让我们一起为伟大的祖国而奋斗吧，相信明天会更好!!!

共2页，当前第1页12