

团课心得唱团歌(汇总7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

团课心得唱团歌篇一

通过团课的学习使我知道了作为一名当代大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！

做什么，并且规划它们，然后全力以赴地去完成，大学生团课学习心得体会感悟。想想今天世界上最成功的那些人，有几个是唯唯诺诺、等人吩咐的人？对待自己的学业和工作，我们需要以一个母亲对孩子那样的责任心和爱心全力投入不断努力。果真如此，便没有什么目标是不能达到的了。一个积极主动的人还应该虚心听取他人的批评和意见。其实，这也是一种进取心的体现。不能虚心接受别人的批评，并从中汲取教训，就不可能有更大的进步。比尔·盖茨曾经对公司所有员工说过：“客户的批评比赚钱更重要。从客户的批评中，我们可以更好地汲取失败的教训，将它转化为成功的动力。”

除了虚心接受别人的批评，我们还应该努力寻找一位自己特别尊敬的良师。这位良师应该是直接教导你的老师以外的人，这样的人更能客观地给你一些忠告。这位良师除了可以在学识上教导你之外，还可以在其他一些方面对你有所指点，包括为人处世，看问题的眼光，应对突发事件的技能等等。如果有这样的人给我们帮助，那我们的成长的速度一定会比别人更快一些。同时，要想把握住转瞬即逝的机会，一个积极主动的人就必须学会说服他人，向别人推销自己或自己的观点。在说服他人之前，要先说服自己。我们的激情加上才智往往能更好的折射出我们的潜力。

这三节团课着实让我成长了很多，我也真正试着将团与我的日常生活相联系，蓦然回首才发现，团课与我的生活是相互渗透的，我想我会更努力的成为一名更优秀的团员。

经过上两次团课的学习，我们已经对团的各方面有了更深一层的认识，也使我们对共青团有了更深刻的感情，并为能够

成为一名共青团员而感到骄傲和自豪!第三次团课是给我们留下印象最深的一次团课。也是我们收获的一次团课。在这次团课上，大家深入讨论了共青团员的责任和义务，每个人的心里都对自己的职责有了更深一步的认识，并且大家都承诺做团的合格成员，发扬团的优良传统，为共青团增光!

在这次团课中，同学们也互相交流了感情。刚开学不久，同学们之间都比较陌生，在这次团课上，同学们互相交流，畅所欲言，积极主动地在全班同学面前展示自我，使大家记住了一张张鲜活的笑脸，而不是一个个陌生的名字。这次团课很好的拉近了同学们之间的距离，使大家不再有隔阂，不再有陌生，真真正正地成为了一家人!团会在同学们的歌声和欢笑声中度过，在主持人说到“：佛家常说：‘前生的五百次回眸换来今生的一次擦肩而过。’因此，我们应该珍惜这得来不易的缘分，共同努力，做一辈子的朋友!”后全班同学自发的唱起了周华健的《朋友》。

这次团课，在温馨的歌声中划上了圆满的句号…同学们一致认为这是一次十分必要且有意义的团课，正是这次团课是同学们的心紧紧的联系在了一起。相信通过这次团课，我们会电二班一定会成为一个具有凝聚力和战斗力的无坚不摧的集体!最后，再一次衷心的感谢这次团课的举办!

团课心得唱团歌篇二

经过团校培训，虽然不能说将老师们的培训内容完全吸收，但还是能在培训的过程中结合自己一年以来的实际工作情况，理解并读懂老师们指出的不足和传授的经验，下面是大学团校培训心得体会，仅供参考。

很荣幸在大二学习当中就得到如此珍稀的一次参加团校培训

的机会。

尽管这只是一段时间的学习，但这段时间对于我自己的提升却是一个大幅度的转变。

下面，就将我在团校学习中的心得阐述如下，作为一名学生干部，我们必须具备的素养。

一、务实、高效、创新的工作新模式

自从参加业余团校的学习以来，每一堂讲座都能引起我良久的思索，给我以启迪。

从做人、做事、做学问的道理到领导艺术的技巧，从正确思维方式的重要性到网络化创新的特点，团校在方方面面为我们留下了无尽的思考触点。

作为一个学生干部，我想将团校所学的知识结合自己的工作经验，谈一谈日常工作中需要注意的一些问题和作为学生干部的几点体会。

这些归根到底就是六个字——务实、高效、创新。

团学工作有轰轰烈烈的时候，但更多是平凡琐碎的小事，需要学生干部付出耐心而细致的努力。

因此，踏实成为第一要素。

那么怎样才能使工作在踏实有序中进行呢？首先，活动前先要调查活动的可实施性和同学们的参与热情及基本需要，这样有利于将上级的政策精神跟工作的实际相结合，在活动策划中可以有效避免失误。

活动的开展过程中，要着眼于全局，重视整体设计和布局，不拘泥于局部细节。

在一些关键问题上要深入透彻承担任务，承认错误。

责任心是每一个人，每一件事都不可或缺的。

《超人》里有一句话非常经典：能力有多大，责任就有多大。

学生干部，相对于普通的学生而言，工作、任务更多，犯错误的机会理所当然也更多。

有一个故事说，一个小和尚向老和尚告状：“师傅，大师兄把碗打破了！”老和尚回答说“我知道你是不会打破的。

言外之意是小和尚不洗碗，当然就不会打破碗。

同理，我们多做事，就必然会多犯错。

如同误差一样，这些错误是不可避免的，但可减小。

犯错误之后，如果一味地遮掩覆盖，就是对自己的怀疑和放纵。

每一个错误背后就是一种成功，你聪明与否就看你能否把它翻过来。

当然也不能为了避免犯错而推脱工作，如此，你永远只能在原地打转。

这不仅增添了自身的压力，也降低了工作效率，我们要做到合理分配资源，让每一位学生干部都得到锻炼的机会。

在以后的工作中，我们更要注重培养责任心，敢于承担任务，承认错误。

将每一件事都能恰到好处地落实到实处。

一、自身素养，人格魅力

一名学生干部，想要得到其他同学的期许与信任，首先必须有较高的素养和人格魅力。

这其中，政治素养就是必备的一种。

在团校的第一个讲座，我们很荣幸地请到了法学院的罗维老师为我们指点了这方面的迷津。

罗老师从两个大方面阐述了这个问题：1、人和政治的关系，2、如何提高政治理论素养。

罗老师引用了许多闻名世界的大哲学家的观点说明人天生是一个政治动物，习惯于群居生活，这决定了我们必须对政治知识有所了解，将自己熔融于政治。

让我们认识到政治的重要性：即使你不关心政治，但政治关心你。

浏览一些政治新闻评论等等，让我们受益匪浅，明白认识政治的途径其实有很多，只是需要我们发挥主观能动性去主动接受政治信息。

提高政治素养有利于学生工作与时俱进，在国家宏观政策下开展活动，同时也是对国家政策的有效落实。

二、团队精神，领导风范

分团委学生会都是一个庞大的机构团体，一切工作的运转不是一个人所能肩负的，需要每一个人去承担，所以合理分工，团队精神极其重要。

在素质拓展的齐头并进和基地训练两项活动中，团队精神都得到了非常好的验证。

在80后逐渐登上历史舞台的这个时代，团队更是作为一项重要精神宣传。

多数出生独生子女家庭的80后，缺失了许多团队合作的机会，所以在校园这个珍稀的舞台上，我们更要注重团队意识。

当然，一个团队只有合作是远远不够的，他同样需要一个精明的领导。

在素质拓展基地训练的罐头鞋活动中，有些队友便将失败归咎于队长领导无方。

作为领导，他就必然要吸收各方面意见，并在短时间里做出最正确的决策。

罗老师在她的讲座里也提到了一个“精英意识”。

作为一名学生干部，我们不能只以普通学生的水平要求自己，潜意识里就应该存在精英的标准。

三、经验办事，创新机制

在素质拓展基地活动中，一开始，大家都不愿意总结活动的经验，急于进行下一个项目，但在教练的强制执行下，我们对各个活动都进行了探讨交流，从中不仅得到了活动的经验，也感悟了许多生活的内涵。

我们要学会用经验办事。

经验是一支加速剂，有时你付出了比别人多许多倍的努力，但成绩却不尽如人意，因为他比你有经验，比你少了一个探索的过程。

古语道：他山之石，可以攻玉。

不仅他人的经验，自己在办事过程中获得的教训也应该及时记录，便于以后工作更顺利地进行。

但决不能按图索骥地走，继承的同时应该也有创新的元素。

新事物总会代替旧事物，“逆水行舟，不进则退”，停滞不前就是后退。

无论是在制度还是具体的办事方法，我们都要不断创新，提高工作效率和工作质量。

以上便是我在团校学习过程中获得的几点。

这是一次非常好的学习并提升自我的机会。

这段时间的经验将会让我无论在哪个岗位工作都受益匪浅。

在以后的工作学习中，我也会不断地总结，积累经验，提高工作效率和工作质量。

在经过这五天的团校学习后，我收获了许多，可以说不论从思想上还是行动上都有了一个更高层次上的认识和行动方法。

阐述了大学学生干部应该如何成长的思路，此外还教授了我们一些礼仪方面、社交方面的'基本知识。

虽然学习的时间是短暂的，但带给我的影响却是持久的。

来到大学这半年年的学生干部经历已经成为我人生中一笔宝贵的财富!面对现在课程比较繁多以及学生干部工作较为烦琐的现状，此次的团校使我更加分清了两者的关系。

学生干部的工作不同于一名普通学生，但我必须时刻紧记自己也是一名学生，一名普通的学生，不能忘记自己的天职，

更不能模糊前进的目标!

我想惟有保持自己谦逊的工作方式，以及认真严谨的工作态度，同时在学习上加倍努力才能确保工作的成功和自己学业的顺利完成。

时刻调整好自己的心态，戒骄戒躁，合理安排时间，才能使工作达到更高的水平。

我们目前水平还不够，因此我们不能盲目地追求数量，同时应该注重质的飞跃。

这让我想到了读高中时候，学习好的往往不是高中所在镇上的孩子，而是周边农村的孩子，当然出身相对贫困的农村孩子所做的努力是毋庸置疑的，但我们也应看到的是数量上的巨大差异。

同样的道理，现在办活动应该大力提倡数量上的增长，只有这样才能有精品脱颖而出!地球科学学院有着良好的师资力量和学习科研环境，这是我们所应值得骄傲的。

但如何更好的利用这些资源，将我们学生活动作成品牌或者精品这是我们所要努力的目标。

通过分团校的学习和认真的思考，我总结出以下三点：

1. 注重活动的各个环节以及细节，细节决定成败，往往我们的工作就是在细节中出错。

例如，最近的地理综艺大观，承办方模仿金苹果的模式是比较有新意、比较有趣的做法，但是没有想到在第一环节会出现40个人只剩下一个人(预计剩8个人)的情况，现场气氛弄得顿时不是很好。

想想如果我们能够认真的思考活动是的诸多细节问题，那我们的活动将会做的更加完美。

2. 注意宣传工作，宣传是活动的“外装”，做更好的宣传是活动成功的秘诀，再好的活动如果没人了解，这活动也只能说是不成功的。

3. 注重团结同学，学生工作不是一两个人所能完成的，处理好各层关系，与同学们和睦相处，才能使得自己的工作更加顺利的开展，毕竟在我们将成为未来社会中的一员。

团结协作才会完成好工作。

总之，这次团校的学习让我受益匪浅，相信在今后的学习生活中我会作得更好！

作为一名团委学生会的委员，有时感觉挺光荣的，生活挺充实的，但有时也会产生厌倦的情绪，甚至是有压力。

因为要成为一名合格的，优秀的学生干部，我们需要做的还有很多。

有时感觉自己还小，却忘了自己已经是成年人，不能再任性了。

刚步入大学半年了，虽然还有很多不了解，可这就是一个小小的社会，是锻炼自己，让自己成长的平台啊。

现在是一名普通的团委学生会委员，每个人都很平常。

可是，我们就是未来的学生干部。

听到“学生干部”这个词，似乎感觉还有点远，尤其是要成为优秀学生干部，不禁让自己感觉到肩上多了份担子。

在团学干部培训中，我也学到了一些东西，对我们的职责也有了深一步的理解，而更多的是学会如何做人，如何做事，如何让自己成为合格，优秀的人。

我们现在在锻炼的正是做事，做人的能力。

在张晋斐老师的精彩演讲中，我学会了如何去策划，去承办一件事。

其实，不是我们小而会完成不好，而是要敢于去想，去做。

做之前一定要有充足的准备，一定要做到谨慎周密，虽然对一些事情，我们还不了解，但一定要多接触，一定要有责任心。

从学长的演讲中，学会了“严于律己，宽以待人”的做人道理。

对待自己一定要严格，要作为一名学生干部，更要以身作则。

做一件事一定要持之以恒，一旦决定去做，就要坚持到底把它做好。

不敢保证每件事情都能做得尽善尽美，有时也会有失败，这时我们要有坚强的信念，甚至要学会享受挫折，因为从每一件事中，我们总能学到一些东西。

然后就是不要淡忘了我们的职责，工作是要尽心尽力去做，也不要忽视了自己的学习。

作为一名学生干部，必须要做榜样，以身作则。

还有一点就是要学会礼貌，这样才能和同学，老师处理好关系，把工作和学习搞好。

对待别人更要有宽容。

宽容与理解永远是世界上最美好的东西。

为此我们还要学会感恩父母，尊敬师长，珍惜朋友，珍惜自己所爱的人。

只有这样，才能成为一名合格，优秀的学生干部。

来到大学，我们的任务与目标就变了。

作为一名大学生，更作为一名学生干部，我们需要多种素质。

岳林书记告诉我们，要树立大局意识，集体观念，要有服务意识，有创新意识，竞争意识，更要有责任意识。

团课心得唱团歌篇三

大学团校是为大学生提供的一项重要学生工作活动，旨在培养大学生的理论素养和实践能力。它不仅仅是学校课程以外的一种培训机会，更是一种思想交流和团队合作的平台。通过团校学习，我们可以拓宽自己的视野，增加专业知识，提高社会意识的培养。

第二段：团校活动中的实践机会

大学团校活动丰富多彩，涵盖了各个领域的知识和技能。例如，我们可以参加学术报告和讲座，聆听知名教授和专家的讲解，了解新的研究领域和前沿技术。此外，团校还提供了各种实践机会，如社会实践、调研和交流，让我们亲身参与到社会实践中来，锻炼实践能力和思考能力。

第三段：团校的思想交流和团队合作

在团校活动中，我们不仅可以提高专业知识，还可以与其他同学进行思想交流和团队合作。通过与他人的对话和接触，我们可以更好地理解 and 尊重不同的观点和经验，从而拓宽自己的思维方式和思考逻辑。而团队合作则培养了我们的团队合作精神和沟通能力，学会与他人合作，共同解决问题。

第四段：团校对个人成长的意义

大学团校对我们个人的成长有着重要的意义。首先，团校培养了我们的学术和专业素养，拓宽了我们的知识面。通过学习和实践，我们能够将专业知识应用于实际生活，并且在未来的职业发展中有更多的选择机会。其次，团校提供了丰富的思想交流平台，培养了我们的思辨能力和辩证思维能力。最后，团校活动还锻炼了我们的团队合作精神和领导能力，为我们未来的工作和生活中打下坚实的基础。

第五段：我在团校中的收获和感悟

在大学团校的学习中，我不仅获得了丰富的知识和实践经验，还结识了许多优秀的同学和老师。这些经历和人际关系对我个人的成长和发展有着重要的影响。此外，在团校的学习和实践过程中，我也深刻体会到了团队合作的重要性和团队精神的力量。团队合作不仅能够更好地解决问题，还能够激发出更多的创意和思考。因此，我希望将在团校中学到的知识和经验应用到未来的工作和生活中，不断提高自己的综合素质和专业能力。

总结：大学团校是大学生生活中不可或缺的一部分，通过团校的学习和实践，我们可以拓宽自己的视野，提高专业知识，培养社会意识和团队合作能力。这些经历将对我们未来的发展和成长有着重要的意义。因此，我相信通过大学团校的努力，我们一定能够更好地实现自己的梦想和目标。

团课心得唱团歌篇四

大学团校是一种重要的学习机会，为大学生提供了一个全面发展自身的平台。在这个平台上，我参加了许多课程和活动，积极参与，全身心地投入其中。通过团校，我不仅拓宽了自己的知识面，还结识了许多志同道合的朋友，收获颇丰。以下是我在大学团校的心得体会。

第二段：拓宽视野，开阔思维

大学团校提供了许多以往没有接触过的课程和活动，帮助我拓宽了视野，开阔了思维。参加了一系列的讲座和研讨班，例如创新创业、领导力发展等，我逐渐明白到一个人的成长离不开跨学科的综合素质和提升。我学会了从不同的角度思考问题，并能够结合不同的学科进行综合分析和解决。这不仅提高了我的学习能力，还提升了我的创新能力和团队合作精神。

第三段：培养领导力，提升沟通能力

在大学团校中，我积极参加了许多领导力培训课程和活动，并在其中担任过团队负责人的角色。通过这些经历，我逐渐明白到一个优秀的领导者需要具备良好的沟通能力和团队管理能力。我学会了如何与团队成员相互合作，充分倾听他人意见，并及时解决团队内部的问题。这不仅提升了我的领导力，也帮助我在社交场合和日常生活中更好地与他人沟通。

第四段：发展兴趣爱好，提高综合素质

大学团校不仅是一个学习的平台，也是一个展示自我、发展兴趣爱好的舞台。在团校的课程和活动中，我发现了自己对音乐和舞蹈的热爱。我参加了合唱团和舞蹈社团，并在其中得到了锻炼和提高。通过参与这些活动，我培养了艺术鉴赏能力，提高了舞蹈技巧和音乐演奏能力。这些经历不仅丰富

了我的大学生活，也提升了我的综合素质。

第五段：结识志同道合的朋友，收获颇丰

通过大学团校，我结识了许多志同道合的朋友。我们一起参加各种课程、活动，一起面对困难和挑战，共同成长。这些朋友不仅是我在学术上的良师益友，也是我人生中的知音和伙伴。在彼此的陪伴下，我更加坚定了自己的目标和梦想，并拥有了更加坚强的内心。

总结：

通过大学团校的学习和参与，我获得了很多知识和技能，也得到了成长和成为更好的自己机会。在这个过程中，我拓宽了视野，开阔了思维；培养了领导力，提升了沟通能力；发展了兴趣爱好，提高了综合素质；结识了志同道合的朋友，收获颇丰。大学团校不仅是一个学习的场所，也是一个成长的舞台，我将继续在这个舞台上努力拼搏，成为更好的自己。

团课心得唱团歌篇五

第一段：介绍大学团校的重要性和参加团校的目的（200字）

大学团校是指在大学期间，学生通过参加团队活动和相关课程学习，提高综合素质和团队合作能力的一种教育形式。大学团校的重要性不言而喻，它对于学生的成长和发展具有重要的影响。参加团校旨在培养学生的团队协作精神、领导能力和社交能力，促使他们全面发展并成为对社会有益的人才。下面我将分享我参加大学团校的心得体会。

第二段：团校带给我自信心和合作精神的培养（200字）

我曾参加过一次大学团校，在这次经历中，我深刻感受到了团校对于提升自我自信心和培养合作精神的重要作用。在团

校的活动中，我同其他来自不同学院的学生组成小组，进行课程学习和团队建设。每一门课程的学习都需要小组成员之间的密切合作和互相支持。在这个过程中，我克服了与陌生人交流的困难，表达自己的观点，并主动担当起组织和领导的责任。通过不断的努力和团队合作，我成功地完成了学习任务，并在团队中树立了良好的形象。

第三段：团校增强了我的责任感和自我管理能力（200字）

参加团校让我更加明确了自己的责任感和自我管理能力的的重要性。在团校期间，我要负责组织活动的策划和安排，确保每位成员的参与和互动。这就要求我具备良好的时间管理能力和组织能力，以确保活动的顺利进行。为了提高组织的效率，我主动学习了团队管理和计划安排的知识，并将其应用到实际工作中。通过这个过程，我不仅提高了自己的自我管理能力，也增强了自己的责任感。我深刻认识到，只有不断提升自己的综合素质和能力，才能更好地完成团队工作并取得成功。

第四段：团校培养了我的领导能力和沟通技巧（200字）

团校提供了一个良好的平台，让我有机会锻炼和提高我的领导能力和沟通技巧。在团队活动中，我发现一个团队的领导者不只是为了要有在组织上的能力，还要具备良好的沟通能力。在团校的活动中，我学习到了如何更好地倾听他人的意见和建议，并善于引导团队成员去完成他们的任务。通过不断的实践和反思，我逐渐提高了协调、组织和沟通的能力，并顺利地完成了团队活动。这让我深刻明白了作为一个领导者，沟通和协作能力的重要性，并在以后的团队工作中更加自信和从容。

第五段：结语（200字）

通过参加大学团校，我深刻体会到了团校对于学生成长和发

展的重要作用。它培养了我的自信心、合作精神、责任感、自我管理能力和沟通技巧。这些能力对我的学业、职业发展和社会交往都有着重要的影响。团校成为我成长的一座桥梁，让我深刻意识到了团队的力量和个人的重要性。因此，我将一直保持对团校的热爱，并将在以后的学习和工作中继续发挥团校所培养的能力和精力，做出我应有的贡献。

团课心得唱团歌篇六

我很荣幸得参加此次的业余团校学习，怎么说呢？或许是因为通过这次业余团校的培训改变了我的缺点、改变了我对事物的看法、改变了我的人生观吧！

于是在第一堂课中，我就已被老师的讲话吸住了，为此，在团校培训期间，我也是早早到教室，找个最前排的位置认真听讲。

当我们的培训期已过时，我却对团的许多未知的东西有了一个新的认识，我知道了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。

然而在共产党的领导下的广大团员和优秀青年都要努力成为理想远大，信念坚定；品德高尚，意志顽强；事业开拓、知识丰富；开拓进取、艰苦创业的新一代建设者和接班人。

对于我们现代的共青团的历史使命和光荣任务就是要用邓小平理论构建青年一代精神支柱，要与党青年迎接新世纪的挑战发奋学习、要在发展社会主义经济中发展任意创造，要在服务社会中自觉奉献。但目前，作为学生的我们应该做的就是宣扬团、党组织的先锋性、宏扬共产主义精神，想事、做事应先从别人的利益出发，对学习认真负责、善于与人交流、

搞好群体关系、也以便共产主义精神的传播，做事要起先锋、带头的模范作用等。

到我们走出学校、踏上社会、进入工作岗位时，才能对工作态度有一个很好的认识、才能做到遵守国家的法律法规、遵守职业道德、踏踏实实做人、认认真真做事，也起一个先锋带头作用。这样，我们的工作才会有所收获、也才能谈上为国家、为社会、为人民做出了一定的贡献。

集宁师范学院

上周，学校举办了第九团校培训，我很荣幸地进入到这个培训班学习，同时我也很珍惜这一次学习的机会。现在，这个短期的团校培训结束了，我收获很大，通过这次培训，我更加清楚地认识到中国共青团是什么，作为当代大学生，作为共青团员，我们应该如何肩负起我们的历史使命。下面，我来简单地说一下我的一些心得体会。

这次培训的第一部分是由音乐系周丽清老师为我们讲课，内容是“解读团章，教唱团歌”周老师为我们讲解了团是什么，介绍了中国共青团的来源，性质，带我们了解了团徽跟团旗，之后，周老师教我们唱了共青团歌《光荣啊，中国共青团》，通过这一节课的学习，我对共青团有了更深的了解，作为当代大学生，共青团员，我们是中国共产党的助手与后备军，我们应在班级，在学校起到模范带头作用。我们要牢记团的纲领，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，解放思想，实事求是，与时俱进，团结全国各族青年，为把我国建设成为富强，民主，文明的社会主义现代化国家，为最终实现共产主义而奋斗。第二节课，晓荣老师为我们讲了“从发展看‘四个自信’的底气”，“四个自信”指的是中国特色社会主义道路自信，中国特色社会主义理论体系自信，中国特色社会主义制度自信，这是在党的十八大提出来的，鲜明地提出中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自

信，是十八大报告的一个重要的理论创新，深刻地揭示了当代中国应当举什么旗帜、走什么道路、保持什么样的精神状态、朝着什么样的目标继续前进的重大问题；也体现了一种既不妄自尊大，也不妄自菲薄，走好自己的路，办好自己的事，不为任何风险所阻，不为任何干扰所惑的精神。

自信是自尊、自立、自强之本。一个国家、一个民族、一个政党，如果没有应有的自信，必将失去斗志，松松垮垮，怨天尤人，无所作为；只有树立强大的自信，才能振作精神，奋发图强，从容面对前进道路上的一切艰难险阻，成就一番伟大事业。自信来源于对实践的科学把握。经过九十多年艰苦奋斗，我们党团结带领全国各族人民，把贫穷落后的旧中国变成日益走向繁荣富强的新中国，中华民族伟大复兴展现出光明前景。尤其是改革开放以来，我国经济总量跃居世界第二位，国家面貌发生新的历史性变化。我们对于中国特色社会主义道路、理论体系、制度的自信不是盲目的，而是具有科学的实践依据的。我们自信地提出要在2020年全面建成小康社会、在本世纪中叶基本实现社会主义现代化，也是具有科学的实践依据的。自信的根本体现是与时俱进、奋发有为。自信的目的是为了更好地凝聚力量，积极进取，奋力拼搏，不断夺取新的胜利。

晓荣老师从三个方面为我们具体解释了“三个自信”

一 中国自信创造人间奇迹，新中国成立之初，中国共产党面对的是一个积贫积弱的烂摊子。当时的中国是世界上最贫穷落后的国家之一，人均gdp排名第134位，婴儿死亡率高
达200%，人均寿命只有35岁左右，文盲率高达80%，偌大的国家工业能力尚不足欧洲小国比利时的一半。一位美国学者很自负地预言，“中共的胜利将不过是昙花一现而已。”中国共产党人不怕苦，不信邪，带领着亿万中国人民迎难而上，经过60多年的艰苦奋斗和积极探索，硬是在旧中国满目疮痍的废墟上开辟了中国特色社会主义道路，形成了中国特色社会主义理论体系，确立了中国特色社会主义制度，开创了前

无古人的伟大事业。

二 与时俱进的科学理论，支持中国共产党战无不胜的力量可谓多矣，而究其根本，则是以马克思列宁主义、毛泽东思想和中国特色社会主义理论为全党决定性的指导思想。毛泽东思想和中国特色社会主义理论的形成，不但标志着共产党人在改造旧世界、建设新世界的实践中，在思想上、精神和理论上的成熟，而且使得中华民族再次以思想的民族、文化的民族、文明的民族的崭新形象，重新屹立于世界民族之林。她为全世界依然处于弱势地位的被压迫民族、被压迫人民争取民族解放和人民幸福的正义斗争，提供了具有普遍意义的战略指导。三 中国制度为什么赢，我们把毛泽东开辟的中国特色社会主义道路称为中国大战略的基础，这一大战略暗含着一个很重要的假定：在世界上诸多的大国中，真正有资格、有能力超过美国的唯一的国家，就是中国。中国为何能够挑战世界头号强国？中国的制度优势何在？回答这个问题乃是回答中国共产党为什么能、中国为什么能的关键。中国共产党领导的社会主义中国是一个有强大的组织动员能力的国家，这样的国家“什么样的人间奇迹都能创造出来”。中国的国家组织能力主要表现为：第一，从基层组织和动员人民群众的能力。第二，坚持群众路线，立足基层，进行民主决策的能力。第三，中国共产党以为人民服务为唯一宗旨的执行能力。第四，在实践中不断调适的战术能力。我们强调“四个自信”，归根结底，自信的基础就是自强。没有自强，就没有自信。首先是党要自强，我们的党必须重新焕发出压倒一切敌人，不为任何敌人所屈服的战斗精神；其次是十三亿中国人民要自强，不能满足于过眼前的好日子，而是要重新焕发出艰苦奋斗、艰苦创业的英雄主义精神。英国哲学家罗素1965年再版他的名著《中国问题》时曾经说过：“中国人民历经磨难，是他们的英雄主义拯救了他们，历史已经证明了中国的成功，让我们祝愿中国继续成功！”这句话道出了中华民族实现伟大复兴的根本。

作为学生会中普通的一员，我很荣幸能够参加本次由学院组

织的团校培训活动，同时，也感谢院团委能给我这样一个不可多得的学习机会。虽然此次团校学习仅仅只有短短的四天，但我却受益匪浅。首先，通过王金龙、郭云芳等省团校老师的精彩演说以及他们那种风趣幽默的教学方式，使我认识到了作为一名学生会部员首先最应该具备的一种素质——幽默。众所周知，幽默是一种广受人欢迎的能力，是一服缓解紧张气氛、迅速化解矛盾的良药。作为学生会的一员，在工作的开展中难免会碰到与他人产生不快、意见不和的情况，这时，倘若我们能够合理运用幽默的艺术，就一定能够使自己走出困境。其次，就是老师那短短几天所教授的知识，使我获益良多。在此学习过程中，我不仅找到了自己的人生格言，也更加理解了学生会是为同学们服务的理念。当然，作为学生会的一员，相应的也就要求我们要承担起更大的责任。这是理所当然的。同时，老师还教我们事分轻重缓急，合理安排好学生工作与学习的时间。我们是学生会的一员，但我们更是一名学生，学习永远是我们的天职。懂得合理安排时间的学生，才是学生会最需要的人才。

最后，我总结了几点学生会部员应该具备的素质和能力。

一、要有团结合作的精神。我们都是学生会中的一员，但仅仅是普通的一员。假如人人都为自己着想，那学生会终将会成为一盘散沙，导致工作效率低下。因此，我们需要的是，努力把自己培养成为一个具有合作精神的人，以积极、主动的心态协助配合其他人的工作，确保学生工作高效运转。

二、要有良好的思想道德情操。应该说，学生会部员是从学生当中挑选出来的精英，那么，在思想道德方面，我们就应该做个表率，带起模范作用。

三、要有宽容他人的胸怀。以责人之心责己，以恕己之心恕人，能够做到这一点，就说明具备了宽容的胸怀。作为学生会的一员，这也是我们该具备的一种素养。

四、要有自信自强的心理。自信，才能让同学们从我们身上看到希望的光环。只有这样，他人才会对我们产生信任感，我们也才能够更好地为同学们服务。

五、要学会与他人沟通。沟通是一门艺术，更是一座桥梁。通过沟通，我们才可以拉近自己与同学们之间的距离，让学生工作开展得更加顺畅。

六、要学会学习。我们始终应当以学习为天职。活到老，学到老。更何况学生会需要的是“学习”型人才？当然，这里的学习不单单是讲读书，把课上老师所讲过的内容理解就行，还包括学习做人。学生会很经常与他人打交道，倘若不懂得做人的话，那么早晚会在学生会中无立锥之地的。非常感谢院团委能够给我们此次团校学习的机会，它为我们日后的工作开展指明了方向，同时，我们也从中感受到了作为学生会部员的骄傲与自豪。

总之，作为学生会的一员，我们身上仍然存在着诸多不足与缺陷。不过，我们相信，只要我们团结一心，奋发向上，不断完善自己，那么，我们就一定能够成为一名合格的学生干部。

团课心得唱团歌篇七

20xx年10月3—4日，公司组织我们到xx拓展基地进行为期2天的团队拓展训练，在这两天的拓展训练中让我深深体会到团队协作和相互信任在工作中重要性，同时这次拓展训练也让我突破心理极限，战胜心魔，重新认识自己、挑战自己、超越自我。

依然清晰记得刚到拓展基地，邓教练上第一堂课时，要求我们忘记年龄、性别、职务，把自己当成一位18岁小伙子、大姑娘全身心、充满激情的投入到这次拓展学习中来。先让我们回放一下这两天11个项目：

“高空抓杠”、“攀岩”这两个项目让我突破心理极限，重新认识自己、挑战自己并超越自我。正如邓教练所讲人的潜能无限，日常工作与生活，人们所展现的能力仅是其自身能力的20%—30%，剩下的潜能发挥不出来是因为我们有一个心魔，这个心魔就是我们最大的敌人，而这个最大的敌人就是我们自己。那么我们应该如何克服心魔、战胜自己，就依平常工作与生活来说，当我们遇到困难时要坚定信心、积极努力、付诸行动，相信自己永远是最棒的，成功离自己只一步之遥，只要坚持不懈，成功一定会属于自己。作为管理人员，当下属工作遇到困难时，要及时给予鼓励、指导、肯定，信任自己的下属一定可以完成任务。

“信任背摔”、“风雨人生路”这两个项目让我体会到信任与被信任都是一件非常难能可贵的事情，被信任也是一件非常荣幸的事情。在平常工作中，要信任我们的同事，只有这样，团队之间才能更好的相互配合、支持与帮助，更加紧密的合作；真正一个好的团队是建立在自信、信任的基础上。“风雨人生路”让我真真切切再一次体会换位思考的重要性，正如一位队员所说，当中蒙上眼睛的队友就如同我们的员工，我们要如何取得员工的信任，我们要用换位思考，站在对方的角度去考虑问题。作为管理人员，我们在平常工作安排时，要顾及员工的感受；当今是21世纪，在工作安排时多用请和商量的口语争取员工主动接受工作任务。要把员工当成家人，当其在工作中遇到困难时，要及时伸出援助之手，给予关心、支持和帮助；当其在工作中出现差错时，要给予包容、谅解与安抚，切忌一味进行指责与抱怨，那样只会令问题越来越糟，也不利于团队建设；作为管理人员，要勇于承担责任，只有那样才能令团队更具凝聚力，越来越团结、让团队队员产生归属感、使命感、荣誉感，从“要我做向我要做”的角色进行转换。

“模拟过沼泽”、“七色板”、“大脚板”、“地雷阵”“CS对抗”、“过电网”、“毕业墙”这7个项目让我深深感触到团队协作的重要性。团队是由员工和管理人员组成的一个共

同体，这个共同体由管理人员统一指挥、沟通、协调、控制，合理利用每一位团队成员的知识和技能协同工作、群策群力解决问题，达到共同的目标。俗话说“人心齐，泰山移”这句话生动的形容了团队协作的重要性，现在是新世纪，那种大侠式的个人英雄主义早已过时了。团队协作讲究分工明确、明确领导者，合理利用每一位成员知识与技能，将成员安排在合适的岗位上，充分发挥其潜能。在此次“七色板”拓展项目时，每个人都按耐不住，跳将出来，指挥一下，影响了其他同事才智的发挥，也造成了局面的混乱，通过这个项目体现了团队协作中领导者的作用极其重要。

团队协作能激发出团体不可意料的潜力，团队协作做出的成果一定超过各成员个人业绩的总和。个人与团队关系就如小溪与大海，小溪只能泛起小浪花，大海却能激拍出惊涛骇浪，个人只有将自己融入团队才能发挥出个人的作用。团队精神就是大局观念、互助协作和服务精神的集中体现，它的核心就是协同合作。团队精神对任何一个企业来说都是不可缺少的企业文化。感谢客户和公司给予我们这次拓展训练的机会，我将竭尽全力，将此次拓展训练的团队精神带回、引入日常工作中，营造一种良好的企业文化，将产品品质做得更好，为公司实现永续经营，打造百年企业作铺垫。