

共青团团课思想汇报 团课思想汇报格式(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

共青团团课思想汇报篇一

自第一讲团校课程开始至今，三讲已经结束了。这三讲中既有咱们湖工统一组织的一讲，又有咱们管理学院组织的两讲。

我觉得通过团课学习，我最大的收获就是思想上得到了提升。通过团课的学习，让我更加明确了作为一名当代大学生的政治使命和责任，让我对党和团有了进一步的认识。

记得余秋雨说过，历经春温秋肃，总要平一平呼吸，缓一缓心跳，回归心境的自然。就这样，他开始了“文化苦旅”，走进了文化的更高境界，也选择了自己的信仰。我最初加入共青团时，心里总有惴惴、忐忑之余，也有了机会静下心来，审视自己的人生旅途，选择共青团，就是选择了自己的信仰与志向。有一种生活，你没有经历过，就无法知道其中的艰辛，有一种艰辛，你没有体验过，就无法感受其中的快乐。

研究各地建立和发展社会主义青年团的问题。会后派出党员去做团的工作，加强对团的领导。在团组织日益壮大的情况下，1922年5月召开了中国社会主义青年团第一次全国代表大会。大会通过的团的纲领，确定了中国社会主义青年团为中国青年无产阶级的组织，是为全部解放无产阶级而奋斗的组织。中国社会主义青年团是中国共产主义青年团的前身。

虽然早在高中就加入了共青团，但对共青团的真正意义上的

理解，却始于大学。正是咱们这次的团课使我开始认真地学习和思考团章中的内容，开始有意识地关注、参与团的活动。更令我高兴的是，自己有幸成为我们班的团支部书记，通过工作学习让我更好的认识了中国共青团。青年时期是一个可塑性很强的时期，往往有许多潜能，被自己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。但通过团校的学习后，让我们知道作为当代大学生，当代的共青团员，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应该如何使自己充满自信心，去迎接和挑战一切困难。

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。

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。就拿中国共产党来说，党从成立至今的八十多年间能始终保持她的先进性，一如既往地领导中国不断前进靠的正是党在工作实践中不断地学习和改进。因此我深感这次团课的学习意义重大，也确实从中得到了很多知识和巨大的锻炼。

在上周六举办的第一讲团课是由咱们学校统一组织的，它同时又是我们第1期团校的开学典礼。在第一讲中，咱们学校特地请了老师为我们如何认识自我的问题。尽管我们都是大学生，并且是共青团员了，但是这并不代表我们在思想方面的觉悟都很高。学校就是本着为我们共青团能尽快地认知自我的目的，进行了此次培训。在培训中，老师为我们讲了如何认知自我、如何去做自己。通过此次培训让我们懂得了许多以前未曾真正思考的问题，这让我们在以后学习工作中有了更好的精神面貌。

二，民主意识淡薄；第三，履行义务意识淡薄；第四，法制、道德意识淡薄；第五，模范意识淡薄。对国家出台的方针、

政策不了解，对工作不关心，在组织生活中“事不关己，高高挂起”等现象屡见不鲜。他要求各位团校学员要在观念上区别于一般青年，充分发挥模范先锋作用。

随后，书记传达了湖工“立德树人”工程总体纲要的主要内容。他指出，“立德树人”工程总体纲要坚持以育人为本、德育为先，培养中国社会主义建设者和接班人为指导思想，开展以“全员育人、全程育人、全方位育人、全面素质育人”为重点的四全工程、五大基本建设、十项重点工作。全校要大力加强社会主义核心价值观体系建设，践行八荣八耻，历练校纲校训，坚持语言讲文明、处事讲诚信、行为讲文明等六讲六无精神，建设积极向上的精神家园。同时，努力构建校园稳定机制，将高校稳定工作摆在第一位，建立健全危机冲突处理机制，着力打造和谐校园、活力校园、学术校园、文明校园。

最后，书记简单介绍了党员组织发展的流程。他说，除了要参加团校和党校等必要的条件外，要将学习放在第一位，刻苦学习，争取拿奖学金，同时不断增强自身综合素质，提高实践能力。

在这一讲中我学到了很多，并且深刻意识到学习还是我们大学生的首要任务，只有好好学习，提高自身素质才能更好的成为党的接班人。

昌的历史文化和理性爱国等问题。袁老师尽管不是我们学校的老师，但他那不凡的谈吐，渊博的知识让我们折服。在他那两个小时的演讲中，让我深刻了解了许昌的文化底蕴。袁老师通过当今中日关系的讲解，让我们清楚的认识到了理性爱国的重要性，这一讲让我们受益匪浅。

上周日下午举办的第三讲的团课仍我们单独组织的。在这一讲中，特地邀请了我们院团总支副书记翟晓娜学姐。她以学姐的身份为我们认真讲解了有关团的纪律、章程、文件、政

策等内容。通过她的深入讲解，让我对共青团以及共产党有了个人那个深刻的认识。

这次我们学校举办的团课学习让我受益匪浅，思想上得到很大提升。让我懂得了作为党的后背军，我们共青团员一定要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，事实上团员更应该通过不断学习，打好基础，高标准、严要求，时刻准备着为共产党注入先进的血液！为中华民族的伟大复兴而贡献自己的一份力量。

共青团团课思想汇报篇二

团课，正是一个新的机会让我更加了解团，从新认识一个团员的职责与作用，更重要的是从思想的角度让自己更好的提升自己，要不同的年龄阶段对团的认识是不同的，因为这一切都在变化当中，每时每刻都有新的变化，在这变化与发展中不断吸收，成长。团课，作为一个让青年朋友更加拉近距离的课堂里，让我更深刻了解作为一个正式的组织，我们应当如何去发展好团员之间或青年之间的问题。只有一个团体成员的心一致才能是使一个团队充满力量，充满活力。作为党下一级的部门，我们有权力有职责做好我的每一件事，为党的工作提供有力的辅助。决不能拉党的后脚。

经过三节团课的了解，更重要的是各位资深专家们的深入解说，让我们提升了很多。不是量的转变而是质的飞跃。站在不同的成长分段，从不同的身份从不同的地位，从不同的责任感下去看待问题，而不是原来的老套方法。一个事情的发展，不是从一开始就是存在的，而是要经过不断的积累与提升。到有条件时就一触而发。作为一个团员我们不仅要做好我们自己的每个件事，对待好每件事，认真负责。更重要的是影响周围同学带动他们一齐参与，不断壮大团员的，团委的力量，为党为社会做出自己一份力。不在在乎自己的得失，而始终把党的工作放在心上，时时刻刻关注党、政府的动态，了解事时，关注民生。

经过各位领导、主任的讲解，一些以前没有了解到的，或忽略的细节，经过听课了深刻了解到了，无论是团员的工作还是团章的精神都有了一定的了解。还有一个些优秀的团员的师兄师姐们的交流也从另一个方面让我们了解了，让我们有的了解与的经验借鉴。让我了解到了一个团员的工作不是单是做好自己，更重要的是，也是他们经常放在口里的那句话，团队精神。也许就是团日活动的作用与原因。作为一个班集体，我们就要让同学们有更好的团结合作精神。一个好的团体是和谐的，是互助的。是充满活力与青春的团队。每个组织如果没有一个好的团结的团队，那就没有理由长久的生存下去，更不要说壮大。

每一位资深的专家或成功人士。在他们成功的背后总是充满坑坑洼洼。没有一帆风顺的道路。要前进的道路上，我要要做心，调整好自己的心态，往往成功的关键在于自己的心态好与坏，一个好的心态能给人时时刻刻予动力。不断的向前冲，只有时时刻刻保持那种冲劲才会有更好的明天，只有为目标而奋斗才会持久。经受得住挫折，才能更好的生存，正是那生物界的弱弱强食。正处于学生时代的我们，也许即将走出校门到外打工的我们，只有学到扎实的知识才能更有力的和别人竞争。

共青团团课思想汇报篇三

我是一名团员，一名永远忠于党，忠于人民的团员，我为此感到光荣，感到骄傲和自豪，团队的生活让我长大了，让我懂得了很多很多：我要做一个有用的人，一个为别人无私奉献的人，要象雷锋叔叔那样，无论什么时候都严格要求自己，在学习中，有钉子般的钻劲，在生活中，任劳任怨，为别人着想，总默默无闻的奉献。团队生活还让我懂得了团结的重要性，把自己容入集体是一件多么重要的事情。中国共青团，党与全国广大青年联系的纽带，身为一名共青团员，我光荣。

在全党开展保持共产党员先进性教育活动，是党中央作出的一项重大决策，是坚持用“三个代表”重要思想武装全党的重要举措，是提高党的执政能力、巩固党的执政基础，实现全面建设小康社会宏伟目标、推进中国特色社会主义伟大事业的重要举措。共青团作为党的助手和后备军，党联系青年的桥梁和纽带，将保持共产党员先进性教育活动的精神传达。

当然，在思想政治方面的积极的同时，也不可忽略了学习，因为我们仍处在人生的求知阶段，加强自身素养的培植和提高，对于我们来讲不仅有用而且十分关键。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的一道不吃佳肴，我通过这半年的大学学习，对于法律我这个本职专业，也亦已从七窍通了六窍到有所感知，有所认识，并且对此产生兴趣。同时学校图书馆、阅览室也给我的求知路添加了润滑剂。为此我感到了无比的欣慰。以后我依然会严格要求自己，争取成为一名优秀的共青团员！

此致

敬礼！

汇报人：

xx年x月x日

共青团团课思想汇报篇四

严格要求自己，接受党组织和同志们的监督，严于律己、勤奋进取，努力作一名合格的共产党员。以下是小编精心为大家整理的思想汇报范文，推荐给大家参考，欢迎大家阅读。

尊敬的党组织：

团课，正是一个新的机会让我更加了解团，从新认识一个团员的职责与作用，更重要的是从思想的角度让自己更好的提升自己，要不同的年龄阶段对团的认识是不同的，因为这一切都在变化当中，每时每刻都有新的变化，在这变化与发展中不断吸收，成长。团课，作为一个让青年朋友更加拉近距离的课堂里，让我更深刻了解作为一个正式的组织，我们应当如何去发展好团员之间或青年之间的问题。只有一个团体成员的心一致才能是使一个团队充满力量，充满活力。作为党下一级的部门，我们有权力有职责做好我的每一件事，为党的工作提供有力的辅助。决不能拉党的后脚。

经过三节团课的了解，更重要的是各位资深专家们的深入解说，让我们提升了很多。不是量的转变而是质的飞跃。站在不同的成长分段，从不同的身份从不同的地位，从不同的责任感下去看待问题，而不是原来的老套方法。一个事情的发展，不是从一开始就是存在的，而是要经过不断的积累与提升。到有条件时就一触而发 /。作为一个团员我们不仅要做好我们自己的每个件事，对待好每件事，认真负责。更重要的是影响周围同学带动他们一齐参与，不断壮大团员的，团委的力量，为党为社会做出自己一份力。不在在乎自己的得失，而始终把党的工作放在心上，时时刻刻关注党、政府的动态，了解事时，关注民声。

经过各位领导、主任的讲解，一些以前没有了解到的，或忽略的细节，经过听课了深刻了解到了，无论是团员的工作还是团章的精神都有了一定的了解。还有一个些优秀的团员的师兄师姐们的交流也从另一个方面让我们了解了，让我们有更多的了解与更多的经验借鉴。让我了解到了一个团员的工作不是单是做好自己，更重要的是，也是他们经常放在口里的那句话，团队精神。也许就是团日活动的作用与原因。作为一个班集体，我们就要让同学们有更好的团结合作精神。一个好的团体是和谐的，是互助的。是充满活力与青春的团

队。每个组织如果没有一个好的团结的团队，那就没有理由长久的生存下去，更不要说壮大。

每一位资深的专家或成功人士。在他们成功的背后总是充满坑坑洼洼。没有一帆风顺的道路。要前进的道路上，我要要做心，调整好自己的心态，往往成功的关键在于自己的心态好与坏，一个好的心态能给人时时刻刻予动力。不断的向前冲，只有时时刻刻保持那种冲劲才会有更好的明天，只有为目标而奋斗才会持久。经受得住挫折，才能更好的生存，正是那生物界的弱弱强食。正处于学生时代的我们，也许即将走出校门到外打工的我们，只有学到扎实的知识才能更有力的和别人竞争。

此致

敬礼！

汇报人：思想汇报网

20xx年xx月xx日

尊敬的团组织：

自第一讲团校课程开始至今，三讲已经结束了。这三讲中既有咱们湖工统一组织的一讲，又有咱们管理学院组织的两讲。

我觉得通过团课学习，我最大的收获就是思想上得到了提升。通过团课的学习，让我更加明确了作为一名当代大学生的政治使命和责任，让我对党和团有了进一步的认识。

记得余秋雨说过，历经春温秋肃，总要平一平呼吸，缓一缓心跳，回归心境的自然。就这样，他开始了“文化苦旅”，走进了文化的更高境界，也选择了自己的信仰。我最初加入共青团时，心里总有惴惴、忐忑之余，也有了机会静下心来，

审视自己的人生旅途，选择共青团，就是选择了自己的信仰与志向。有一种生活，你没有经历过，就无法知道其中的艰辛，有一种艰辛，你没有体验过，就无法感受其中的快乐。

研究各地建立和发展社会主义青年团的问题。会后派出党员去做团的工作，加强对团的领导。在团组织日益壮大的情况下，1922年5月召开了中国社会主义青年团第一次全国代表大会。大会通过的团的纲领，确定了中国社会主义青年团为中国青年无产阶级的组织，是为全部解放无产阶级而奋斗的组织。中国社会主义青年团是中国共产主义青年团的前身。

虽然早在高中就加入了共青团，但对共青团的真正意义上的理解，却始于大学。正是咱们这次的团课使我开始认真地学习和思考团章中的内容，开始有意识地关注、参与团的活动。更令我高兴的是，自己有幸成为我们班的团支部书记，通过工作学习让我更好的认识了中国共青团。青年时期是一个可塑性很强的时期，往往有许多潜能，被自己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。但通过团校的学习后，让我们知道作为当代大学生，当代的共青团员，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应该如何使自己充满自信心，去迎接和挑战一切困难。

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。

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。就拿中国共产党来说，党从成立至今的八十多年间能始终保持她的先进性，一如既往地领导中国不断前进靠的正是党在工作实践中不断地学习和改进。因此我深感这次团课的学习意义重大，也确实从中得到了很多知识和巨大的锻炼。

在上周六举办的第一讲团课是由咱们学校统一组织的，它同时又是我们第1期团校的开学典礼。在第一讲中，咱们学校特地请了老师为我们如何认识自我的问题。尽管我们都是大学生，并且是共青团员了，但是这并不代表我们在思想方面的觉悟都很高。学校就是本着为我们共青团能尽快地认知自我的目的，进行了此次培训。在培训中，老师为我们讲了如何认知自我、如何去做自己。通过此次培训让我们懂得了许多以前未曾真正思考的问题，这让我们在以后学习工作中有了更好的精神面貌。

二，民主意识淡薄；第三，履行义务意识淡薄；第四，法制、道德意识淡薄；第五，模范意识淡薄。对国家出台的方针政策不了解，对工作不关心，在组织生活中“事不关己，高高挂起”等现象屡见不鲜。他要求各位团校学员要在观念上区别于一般青年，充分发挥模范先锋作用。

随后，书记传达了湖工“立德树人”工程总体纲要的主要内容。他指出，“立德树人”工程总体纲要坚持以育人为本、德育为先，培养中国社会主义建设者和接班人为指导思想，开展以“全员育人、全程育人、全方位育人、全面素质育人”为重点的四全工程、五大基本建设、十项重点工作。全校要大力加强社会主义核心价值观体系建设，践行八荣八耻，历练校纲校训，坚持语言讲文明、处事讲诚信、行为讲文明等六讲六无精神，建设积极向上的精神家园。同时，努力构建校园稳定机制，将高校稳定工作摆在第一位，建立健全危机冲突处理机制，着力打造和谐校园、活力校园、学术校园、文明校园。

最后，书记简单介绍了党员组织发展的流程。他说，除了要参加团校和党校等必要的条件外，要将学习放在第一位，刻苦学习，争取拿奖学金，同时不断增强自身综合素质，提高实践能力。

在这一讲中我学到了很多，并且深刻意识到学习还是我们大

学生的首要任务，只有好好学习，提高自身素质才能更好的成为党的接班人。

昌的历史文化和理性爱国等问题。袁老师尽管不是我们学校的老师，但他那不凡的谈吐，渊博的知识让我们折服。在他那两个小时的演讲中，让我深刻了解了许昌的文化底蕴。袁老师通过当今中日关系的讲解，让我们清楚的认识到了理性爱国的重要性，这一讲让我们受益匪浅。

上周日下午举办的第三讲的团课仍我们单独组织的。在这一讲中，特地邀请了我们院团总支副书记翟晓娜学姐。她以学姐的身份为我们认真讲解了有关团的纪律、章程、文件、政策等内容。通过她的深入讲解，让我对共青团以及共产党有了个人那个深刻的认识。

这次我们学校举办的团课学习让我受益匪浅，思想上得到很大提升。让我懂得了作为党的后背军，我们共青团员一定要摒弃只有党员才要保持先进性的错误认识，事实上团员更应该通过不断学习，打好基础，高标准、严要求，时刻准备着为共产党注入先进的血液！为中华民族的伟大复兴而贡献自己的一份力量。

共青团团课思想汇报篇五

作为党下一级的部门，我们有权力有职责做好我的每一件事，为党的工作提供有力的辅助，决不能拉党的后脚， 以下小编为大家提供大学生团课学习思想汇报范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到大家。

敬爱的党组织：

团课，正是一个新的机会让我更加了解团，从新认识一个团员的职责与作用，更重要的是从思想的角度让自己更好的提

升自己，要不同的年龄阶段对团的认识是不同的，因为这一切都在变化当中，每时每刻都有新的变化，在这变化与发展中不断吸收，成长。团课，作为一个让青年朋友更加拉近距离的课堂里，让我更深刻了解作为一个正式的组织，我们应当如何去发展好团员之间或青年之间的问题。只有一个团体成员的心一致才能是使一个团队充满力量，充满活力。作为党下一级的部门，我们有权力有职责做好我的每一件事，为党的工作提供有力的辅助。决不能拉党的后脚。

经过三节团课的了解，更重要的是各位资深专家们的深入解说，让我们提升了很多。不是量的转变而是质的飞跃。站在不同的成长分段，从不同的身份从不同的地位，从不同的责任感下去看待问题，而不是原来的老套方法。一个事情的发展，不是从一开始就是存在的，而是要经过不断的积累与提升。到有条件时就一触而发/。作为一个团员我们不仅要做好我们自己的每个件事，对待好每件事，认真负责。更重要的是影响周围同学带动他们一齐参与，不断壮大团员的，团委的力量，为党为社会做出自己一份力。不在在乎自己的得失，而始终把党的工作放在心上，时时刻刻关注党、政府的动态，了解事时，关注民声。

经过各位领导、主任的讲解，一些以前没有了解到的，或忽略的细节，经过听课了深刻了解到了，无论是团员的工作还是团章的精神都有了一定的了解。还有一个些优秀的团员的师兄师姐们的交流也从另一个方面让我们了解了，让我们有更多的了解与更多的经验借鉴。让我了解到了一个团员的工作不是单是做好自己，更重要的是，也是他们经常放在口里的那句话，团队精神。也许就是团日活动的作用与原因。作为一个班集体，我们就要让同学们有更好的团结合作精神。一个好的团体是和谐的，是互助的。是充满活力与青春的团队。每个组织如果没有一个好的团结的团队，那就没有理由长久的生存下去，更不要说壮大。

每一位资深的专家或成功人士。在他们成功的背后总是充满

坑坑洼洼。没有一帆风顺的道路。要前进的道路上，我要要做心，调整好自己的心态，往往成功的关键在于自己的心态好与坏，一个好的心态能给人时时刻刻予动力。不断的向前冲，只有时时刻刻保持那种冲劲才会有更好的明天，只有为目标而奋斗才会持久。经受得住挫折，才能更好的生存，正是那生物界的弱弱强食。正处于学生时代的我们，也许即将走出校门到外打工的我们，只有学到扎实的知识才能更有力的和别人竞争。这是我们一职责！

社会发展正是需要有理想，有远望、有冲劲的青年。

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日

敬爱的党组织：

最近几周，我有幸参加了团课的学习，作为大学生中千千万万的团员的其中一员，能够代表我们化学与材料科学学院去学习团的相关知识和理论，我感到无比的自豪与骄傲，也让我又一次正视了自己的团员身份，同时也是当头一棒，因为这次的团课学习提醒着我应该重视审视团员形象和责任。

通过这次团课学习，让我对团的基本的知识、高校团组织的相关知识，心理健康，大学生职业规划都有了一个系统而全面的认识，填补了我在这方面的知识空白，使我获益良多，受益匪浅。

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。是按照民主集中制组织起来的统一整体。坚决拥护中国共产党的纲领，把马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”的重要思想作为团员的行动指南，把深入贯彻落实科学发展观，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和谐的社会主义国家，为最终实现共产主义而奋斗作为团员的奋斗目标。

作为一名合格的团员，在享受自己的权利的同时，更应该履行自己的义务，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。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，在学习、劳动、工作及其他社会活动中起模范作用。自觉遵守国家的法律法规和团的纪律，执行团的决议，发扬社会主义新风尚，提倡共产主义道德，维护国家和人民的利益，为保护国家财产和人民群众的安全挺身而出，英勇斗争。接受国防教育，增强国防意识，积极履行保卫祖国的义务。虚心向人民群众学习，热心帮助青年进步，及时反映青年的意见和要求。开展批评和自我批评，勇于改正缺点和错误，自觉维护团结。

对共青团的几个标志有了更清晰的了解，中国共产主义青年团团旗旗面为红色，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。团的重要会议以及团日活动可以使用团旗。中国共产主义青年团团徽的内容为团旗，齿轮，麦穗，初升的太阳及其光芒，写有“中国共青团”五字的绶带。它象征着共青团在马克思列宁主义、毛泽东思想的光辉照耀下，团结各族青年，朝着党所指引的方向奋勇前进。团的组织和团员应按规定使用团徽。中国共产主义青年团团歌为《光荣啊！中国共青团》。中国共产主义青年团团证封面为墨绿色，象征着青春和朝气蓬勃的青年运动；封面上方印有红色烫金团徽，象

征着共青团是团结教育青年的核心。

在这次学习中我认为对我帮助最大的就是关于心理健康和大学生职业规划的设定。进入大学以后，我对学习一直感到很迷惑，生活总感到枯燥、乏味、无聊。因为他的模式完全和高中不一样。所以之前就是想到学什么就学什么，完全没有计划，学习效率很低，心情经常很低落。到考试时在突击。这样一来到考试时总会感到手忙脚乱的，觉得时间不够用。

在这几次团课中，老师谈到了计划和心理健康的重要性，在其中我学到制定计划的方法和如何按计划去做，以及怎样保持心理健康。相信这将对今后的人生起到一定的影响作用。

尽管此次团课开展的时间不算太长，但我接受了很好的思想，更新和丰富了我的知识。让我更加清楚，作为当代的大学生青年，应该珍惜时间，把握青春。努力创造出属于自己的那份价值。

此致

敬礼！

汇报人：

日期□xx年x月x日