# 学生团训心得体会 军训团训练心得体会(精选10篇)

作者：梦里寻梅 更新时间：2025-06-18

*学生团训心得体会一军训的第一天，我们全校二十个班，一千二百多人听着老师的教导齐刷刷的站在了操场上，等待着学校为我们分配教官。期间，同学们窃窃私语着，内容大致就是对教官的一些期望。就在我们纷纷猜想时，教官已经分配完毕。只见我们班的教官一路小跑...*

**学生团训心得体会一**

军训的第一天，我们全校二十个班，一千二百多人听着老师的教导齐刷刷的站在了操场上，等待着学校为我们分配教官。期间，同学们窃窃私语着，内容大致就是对教官的一些期望。

就在我们纷纷猜想时，教官已经分配完毕。只见我们班的教官一路小跑过来，这时我才仔细地打量起来他。又高又瘦，虽没想象中的那么帅，但也可称其为帅哥了。

就在大家交头接耳时，教官洪亮的声音响了起来：“全体立正!”洪亮的声音把大家吓了一跳。教官又说道：“我对你们有三条要求：一是服从，二是完全服从，三是绝对服从”。

服从命令是当兵的天职。这有什么难，不就一切行动听指挥嘛!

教官的声音再次响起：“立正，现在开始站军姿。抬头，挺胸，收腹，两腿挺直，两脚并拢靠齐，两脚尖分开成60度角，两肩稍向后弯曲，大拇指放在食指第二关节，中指放在身体左右两侧的裤线上，身体略微前倾。以这样的姿势站一个小时。”什么!一个点!我不禁有点感觉背后凉风直冒……在烈日下，我们一动不动地站着，汗水不断地从我们的头上滚落下来，浸湿了我们的衣服。时间在一分一秒的走，我们坚持着，这时，有的同学有些头晕了。幸好教官不那么严厉，我们只站了短短的半个小时，教官就让我们原地休息了，休息了15分钟，又接着练站立。一上午下来，同学们的身体个个像散了架子似的。三天训练下来，同学们个个都晒黑了，有的同学脚磨出了水泡，那些看似简单的动作，因一个或几个不齐，练了一遍又一遍，更别说那些有点难度的了。于是，鼻子一酸，我们便哀声叹气地说道：我们好苦呀!但是同学们都咬着牙坚持了下来。

虽然我们在军训中有苦有累，教官也喊哑了噪子，但从中我们也体味到很多美好的味道。教官虽严，但却总为我们着想，休息处永远是最阴凉的。“合理是锻炼，不合理的是磨炼”，在锻炼和磨炼中，也正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”般，在最后的军训会操中，我们班得了个最佳组织奖。也在最后太阳和雨的洗礼下，我们的心情也如品茶般，体味到了苦味甜来的美好。

如白驹过隙，时光荏苒，不留下什麽痕迹。当某年某月的某一天，离开母校时。当我们重新回忆起军训的这段时光的时候，相信我们会珍惜这些回忆。因为这是入学时的第一幅“集体生活”的精彩画卷。这个过程中的所有泪水、汗水，所有的笑容都将成为陪伴我们成长的一份值得珍藏的画卷。

“健我体魄，强我素质，塑我人格”，我们感受到了。

“骄阳无惧，青春无悔，追求卓越，共创辉煌”，我想我们又该向着美好的明天出发了!

**学生团训心得体会二**

自从中学入团以来我对团的认识虽有一定的深度，但通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!我们知道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意义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己的一言一行,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.在竞争激烈的今天,团员作为先锋队员,作为社会期待的新青年.要时刻注意自己的形象。

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。要有自己的独特见解和分析绝不盲目从众，要明辨是非.要保持理性和冷静的思维方式,不可以随波逐流,人云亦云.而团员也应当了解事情背景,纵观全球遍览时政要闻,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一定影响.

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.曾经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,我们一定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,时刻检讨自己，发现自己的不足.不断改进,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.今天我们所要求的“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，我一直都在严格要求自己，在学习，生活与思想上抱着积极的态度，并积极向党组织靠拢。也许过去的成就并不是很理想，但只要我们不放弃不抛弃，坚定自己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己，相信我一定会成功。通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，也形成了一些新的认识。

知识是社会发展文明进步的内在强大力量，知识的获取和吸收要靠不断的学习。我们都知道，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，一直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，保持先进性，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，意识的形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保持先进性，团员更应该不断学习，打基础，为将来成为优秀卓越的共产党员而努力!

**学生团训心得体会三**

为深入学习党的十八大全会精神，贯彻落实团中央《“青年马克思主义者培养工程”实施纲要》精神，积极推进我校“青年马克思主义者培养工程”的建设，充分发挥团校在青年学生思想教育中的重要作用，全面提高广大学生共青团干部的理论水平和思想政治素质，加强对共青团干部基本技能和综合素质的培训，增强共青团干部的使命感和责任感，引导共青团干部争当创先争优排头兵，提高学生干部的综合素质和管理能力，培养学生干部的责任意识、大局意识，提高学生干部自身理论水平，增强学生干部的组织协调能力，加强学生干部队伍的凝聚力、战斗力建设，培养坚定的青年马克思主义者，以促进学生工作更好的开展和以适应新时期共青团工作的发展要求，学校团委开设了“青年马克思主义者学生干部培训班。

通过这这届“青年马克思主义者”干部培训，我从中了解了学生干部应该如何培养大局意识、服务意识、责任意识、团队意识以及协调沟通能力，提高思想政治觉悟，端正工作态度，掌握基本工作技能，力争成为一名政治强、品德优、能力强、学习优“双强双优”的学生干部。

我作为一名学生干部，无论是在学习，生活中，还是在工作中，我都很努力很认真的去干好每一件事，但有时也不免有事与愿违之感。分析总结之后，知道是自身还缺乏一些必备的素质。通过本次的培训，我明白作为一名学生干部，在各个方面所必备的素质条件。同时也让我明白了，在服务同学的同时，也应该不断的进行自我反省，自我教育和自我管理。

在会议中学院领导强调了，从理论学习、社会实践、素质拓展、资源服务、来学习。在学习中、我们要：

（1）认清形势 端正态度；

（2）抓住机会 认真学习 丰富自我；

（3）立足本职 无私重干 认真工作 树立形象 理践结合 加强自我。

**学生团训心得体会四**

回顾近期的团学干部培训，时间虽短，但培训安排的内容充实。通过这次的`学习班培训，使我进一步丰富了理论知识，更加明确了作为一个当代大学生，必须努力提高自身综合素质。

学生干部是实现学校、老师与学生之间联系的沟通者，是学校开展学生工作所必须依靠的力量，更是锻炼自己的一个平台。在这次团校培训过程中，我深刻的体会到，作为一名合格的学生干部最基本应具有以下几方面的素质要求：

坚决拥护党与党、团组织政治上的一致，自觉接受党组织的领导和团组织的指导帮助。重视政治理论的学习，关心时事政治，思想解放，具有识别各种不良倾向和错误思潮的能力，有极大的政治热情和强烈的社会责任感。有全心全意为同学服务的思想谈到思想境界，不能不说理想。理想是个人的生命的航标。理想是对现实发展的必然认识，又是对未来社会的向往和追求。理想为人提供了方向，有了明确的方向，路自然是好走。

严格要求自己，在各方面做同学的楷模，善于团结同学，帮助同学，想办法解决同学们的实际困难。听取和采纳同学中的正确意见。勇于接受同学的批评，勇于改正自己的缺点和错误。为人正直、谦逊、善于学习别人的优点。就学生干部而言，谦虚是很重要的一项修养。“满招损，谦受益”这样的格言，“虚心使人进步，骄傲使人落后”这样的道理，相信很多人都知道，但这并不意味着理解。当了学生干部，在日常各个方面工作当中尽量做到最好，在大学里养成一种良好的习惯。

善于抓紧一切时间搞好各门功课的学习，找出一套适合自己特点的学习方法，把在工作中形成的能力运用到学习中，既掌握一定的基础知识，又培养自己的实际工作能力和创造能力。来大学读书，最主要是为了学到更多、更广的知识。作为学生干部，工作多了，学习时间就会少些，但反过来也会促进你提高学习效率。现代科学认为学习效率与紧迫感有很大关系。换言之，工作并非一定会影响学习。但是我深信在大学里，学习始终是最重要的。

学生应有很强的组织能力和独立工作能力。对活动的选择、计划的制定、活动的落实、活动以后的总结都能有完整、详细的考虑以及有力的保证措施，并有处理发生意外事情的能力。不仅善于学习外校好的做法，而且善于结合本院的情况，开展有创造性的活动。有善于发动同学，团结同学的能力。学生干部在组织活动中，不只是光自己做，而要调动其他同学的积极性。

表达能力包括口头表达能力和书面表达能力，能说会写。汇报工作简明扼要，条理清楚、责任明了。在这方面觉得自己还是比较欠缺的，以后会多多参与一些活动，从而锻炼自己。运用自己的思维和活跃来表达自己。

在日常生活中不可避免的要跟他人交流，作为一名学生干部更应需要有较强的社会交往能力，要经常与老师联系，在校内善于同各系部的学生干部接触，以及同学间的交流等等。有较强的获取信息的能力。“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”。这早已不适应21世纪新时代的大学生了。学生干部在交际中，可以培养合作精神，尤其是毕业后更善于处理人际关系。

学生干部应有良好的体质，始终保持旺盛的工作精力，学习之余也积极参与一些体育运动。

总之，这次培训让我收获颇多。我会将这次学习所获运用于校学生会工作中，努力学习，尽职尽责做好本职工作，增强自我教育、自我服务、自我管理，不断地提高自己各方面的能力，不断挑战自我，实现人生升华。

**学生团训心得体会五**

说到大学后的这次军训，无论是军训之前或是军训已经开始的前几天，我的内心都是极不愿意的。因为初一、高一的两次军训已经是绝对的刻骨铭心，刻骨铭心的艰辛疲惫，而大一的军训早就耳闻其无聊至极。因此，我是不抱有任何期待开始本次军训的，态度也并非百分百的认真。

“站军姿是最基本的，是其它一切动作的基础。”教官说道。但是这最基本的站军姿，对我来说，却是最难的。由此我清楚自己必须纠正自己的态度，用端正的认真的态度来面对军训，并从军训中提升自己，无论是站军姿、队列训练还是锻炼耐心、意志、坚忍、团队精神等，用学习的积极的态度认真参与军训的每一项训练。

尽管有点辛苦有点枯燥有点累有点烦，但每天还是过得挺开心的。在训练过程中，总有同学闹笑话，大家笑成一团。一到休息时间，同学们一起聊天、开玩笑、唱歌，或者教官跟我们谈起他的军营生活，这些都是我们的快乐时光。其实，我们的教官人很幽默，他不仅讲笑话给我们听，玩脑筋急转弯，而且还教我们唱歌，这使军训生活变得丰富精彩。教官不会那他的身份压我们，感觉还是挺可亲可爱可敬的!教官身上的好奇心、好学心也是值得我们学习的，总会好奇的摆弄单反相机，这些时候总会觉得他离我们很近，感觉不到一点架子。很庆幸也很感谢，谭教官挑了我们这个连并带领我们一起渡过15天的军训，谢谢!

**学生团训心得体会六**

参加此次培训之前，我觉得自己从高中毕业不久，缺乏的是实践知识和一些社会知识，还有一些关于为人处事方面的不足。但参加了此次学习班之后，我真正意识到自己的知识实在太少，需要学习的东西太多。在当今这个时代，仅凭现有的理论知识已经远远跟不上形势发展的需求了，特别是老师所讲的课程内容与我们的学习工作是息息相关的。从学生干部所应具备的学习成绩，工作能力，态度，和辅导员之间的沟通及和同学之间关系的处理这些方面展开论述，学习是作为一名学生必须做到的，是我们作为学生的责任，作为学生干部就必须身先士卒，率先搞好学习成绩。规定了期末学习成绩不理想的将给予辞退。而在工作上应该有很好的态度去对待，这是我们工作所必备的。与护理系书记等的沟通是学生干部的职责，只有和护理系书记等有好的沟通，才能让护理系书记等更好的了解团总支干部的情况，以便于更好的管理。与同学们处理好关系那是打好群众基础所必须做到的，也是我们想继续工作的前提，只有有人支持你，你才能完成上传下达的任务。通过这次培训，我深深的感悟到：生命有限、学习无限，学习永无止境。今后一定要加强学习，拓宽视野，提升能力，充实自己。

共青团的岗位是练兵习武的岗位，团的工作跨度很大，它要求团干在政治上要靠得住、工作上有本事、作风上过得硬、团员青年信得过。因此，作为团总支公关部的干部压力也很大。要在工作和学习各方面经常照镜子，创新思维模式，做到活学活用。

（一）要有扎实的学习基础。认真学习、贯彻和落实团干培训中带头学习的工作。紧紧围绕团委工作中心，融会贯通的团委的路线、方针和政策，创造性地开展实际工作。

（二）要有良好的工作方式。要懂得如何与被管理者进行沟通的技巧，更要懂得协调各方力量，擅于发现和挖掘身边优秀的团员青年，团结他们、激发他们为学院发展、团的工作贡献才华。这就要求我们拥有良好的工作方式，做好了，大家相信你你。做不好，大家就不会相信你，这为你将以后的工作增加难度。当有时候，我们有什么事，能委婉的表达就不要以下命令的方式去表达。但有时候，做某些事就得大胆的去做，放开手脚，不要有所顾虑。我们还要了解自身学校的相关规定，做到不违反。

（三）要有广博的科学文化知识。唯物主义哲学家曾经说过：“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，逻辑思考使人擅于思辨。总之，知识能够塑造人的性格。现代科技高速发展，科学技术是第一生产力，科技的力量俨然已成为改革和发展不可缺少的核心要素。因此，我们应该全面的发展自己，对文学、历史、天文、地理、艺术都应该有个粗略的了解。争取做到博学多识，通情达理。

（四）是要宽宏大量，学会包容。包容是一门艺术，是一种境界，要达到这种境界，就必须拥有博爱的心，博大的胸襟，还要有一份坦荡、一种气概，包容是赢得朋友的前提，包容是人生的财富。包容不等于迁就和放任自流，包容别人的过错，是为了让别人更好地改过，与人相处要学会容纳、包涵、宽容及忍让，做到心理相容。作为学生干部应当具有这种博爱的心，博大的胸襟。

（五）是要有丰富的生活常识。现代社会的开放程度和进步速度是令人惊叹的。各地的风土人情、生活习俗，不同类别层次人的思想情感、心理生活需求，以及社交、公关、礼仪、新闻等常识的储备也是非常必须的。

团总支的角色是党的助手和后备军，是党联系青年群众的桥梁和纽带。基层团干的言行举止对青年学生而言，是带有榜样性质的。所以我们要带头勤奋学习，勇于实践，把学到的新理论、新知识、新技巧运用到自己的实际学习工作中去，努力培养应对各种事务的处理和应变能力，发挥我们团干的带头模范作用，在团员青年中形成诚信、友爱、团结、和谐的学习工作氛围。

在开展团的工作方面，要切实把团员青年的利益放在首位，有针对性的开展各项有意义的活动。敢于并经常进行批评与自我批评，坚决抵制不利于青年健康成长的非主流文化。在开展工作中积极主动向团委多请示、勤汇报，让院团委、系团委了解我们部门的工作思路并争取党支部的支持和关心。确保我们团支部将在院团委和系团委的引领和关怀下，健康成长，扎实做好xx年各项班团工作。

**学生团训心得体会七**

为深入学习党的十八大全会精神，贯彻落实团中央《“青年马克思主义者培养工程”实施纲要》精神，积极推进我校“青年马克思主义者培养工程”的建设，充分发挥团校在青年学生思想教育中的重要作用，全面提高广大学生共青团干部的理论水平和思想政治素质，加强对共青团干部基本技能和综合素质的培训，增强共青团干部的使命感和责任感，引导共青团干部争当创先争优排头兵，提高学生干部的综合素质和管理能力，培养学生干部的责任意识、大局意识，提高学生干部自身理论水平，增强学生干部的组织协调能力，加强学生干部队伍的凝聚力、战斗力建设，培养坚定的青年马克思主义者，以促进学生工作更好的开展和以适应新时期共青团工作的发展要求，学校团委开设了“青年马克思主义者学生干部培训班。

通过这这届“青年马克思主义者”干部培训，我从中了解了学生干部应该如何培养大局意识、服务意识、责任意识、团队意识以及协调沟通能力，提高思想政治觉悟，端正工作态度，掌握基本工作技能，力争成为一名政治强、品德优、能力强、学习优“双强双优”的学生干部。

我作为一名学生干部，无论是在学习，生活中，还是在工作中，我都很努力很认真的去干好每一件事，但有时也不免有事与愿违之感。分析总结之后，知道是自身还缺乏一些必备的素质。通过本次的培训，我明白作为一名学生干部，在各个方面所必备的素质条件。同时也让我明白了，在服务同学的同时，也应该不断的进行自我反省，自我教育和自我管理。

在会议中学院领导强调了，从理论学习、社会实践、素质拓展、资源服务、来学习。在学习中、我们要：

（1）认清形势端正态度；

（2）抓住机会认真学习丰富自我；

（3）立足本职无私重干认真工作树立形象理践结合加强自我。

**学生团训心得体会八**

有幸作为团支书参加了首届14级团务培训大会。此次大会的圆满成功，让我们更深切的体会到班委在班级中的重要作用。为通过培训课程我获益良多；通过活动，我们展示出了一个锲而不舍、凝聚向上的团队面貌；通过相互的交流和沟通，我们兄弟学部之间的感情更加的浓厚。但同时，我又非常的忧虑，因为我真切地感受到了在班团工作中的不足，体会到了自身综合素质欠缺的危机。

参加此次培训之前，我觉得自己从高中毕业不久，缺乏的是实践知识和一些社会知识，还有一些关于为人处事方面的不足。但参加了此次学习班之后，我真正意识到自己的知识实在太少，需要学习的东西太多。在当今这个时代，仅凭现有的理论知识已经远远跟不上形势发展的需求了，特别是老师所讲的课程内容与我们的学习工作是息息相关的。从学生干部所应具备的学习成绩，工作能力，态度，和辅导员之间的沟通及和同学之间关系的处理这些方面展开论述，学习是作为一名学生必须做到的，是我们作为学生的责任，作为学生干部就必须身先士卒，率先搞好学习成绩。规定了期末学习成绩不理想的将给予辞退。而在工作上应该有很好的态度去对待，这是我们工作所必备的。与辅导员的沟通是学生干部的职责，只有和辅导员有好的沟通，才能让辅导员更好的了解班上同学的情况，以便于更好的管理班级。与同学们处理好关系那是打好群众基础所必须做到的，也是我们想继续工作的前提，只有有人支持你，你才能完成上传下达的任务。通过这次培训，我深深的感悟到：生命有限、学习无限，学习永无止境。今后一定要加强学习，拓宽视野，提升能力，充实自己。

共青团的岗位是练兵习武的岗位，团的工作跨度很大，它要求团干在政治上要靠得住、工作上有本事、作风上过得硬、团员青年信得过。因此，作为班团的干部压力也很大。要在工作和学习各方面经常照镜子，创新思维模式，做到活学活用。

1、要有扎实的学习基础。认真学习、贯彻和落实团干培训中带头学习的工作。紧紧围绕院团委工作中心，融会贯通的院团委的路线、方针和政策，创造性地开展实际工作。

2、要有良好的工作方式。要懂得如何与被管理者进行沟通的技巧，更要懂得协调各方力量，擅于发现和挖掘身边优秀的团员青年，团结他们、ji发他们为学院发展、团的工作贡献才华。作为班长，很多同学或许会在某些问题上和你产生歧义，这时你要做的就是如何去处理之间的问题。这就要求我们拥有良好的工作方式，做好了，同学信服你。做不好，同学就不服你，这为你将以后的工作增加难度。当有时候，我们有什么事，能委婉的表达就不要以下命令的方式去表达。但有时候，做某些事就得大胆的.去做，放开手脚，不要有所顾虑。我们还要了解自身学校的相关规定，做到不违反，带好头。

3、要有广博的科学文化知识。唯物主义哲学家曾经说过：“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，逻辑思考使人擅于思辨。总之，知识能够塑造人的性格。现代科技高速发展，科学技术是第一生产力，科技的力量俨然已成为改革和发展不可缺少的核心要素。因此，我们应该全面的发展自己，对文学、历史、天文、地理、艺术都应该有个粗略的了解。争取做到博学多识，通情达理。

4、是要有丰富的生活常识。现代社会的开放程度和进步速度是令人惊叹的。各地的风土人情、生活习俗，不同类别层次人的思想情感、心理生活需求，以及社交、公关、礼仪、新闻等常识的储备也是非常必须的。

团组织的角色是党的助手和后备军，是党联系青年群众的桥梁和纽带。基层团干的言行举止对青年学生而言，是带有榜样性质的。所以我们要带头勤奋学习，勇于实践，把学到的新理论、新知识、新技巧运用到自己的实际学习工作中去，努力培养应对各种事务的处理和应变能力，发挥我们团干的带头模范作用，在团员青年中形成诚信、友爱、团结、和谐的学习工作氛围。

**学生团训心得体会九**

这个夏天，流尽汗水，历尽辛酸，这个夏天满布挑战!

在这别样的夏日里，让我体验到了如此辛酸的训练，也让我领悟到了很多关于人生的道理。

每天回顾那五天的军训，心中总有一丝自豪感!

那五天，烈日当空。大地已被炽烤得滚烫，周围的空气也已非常闷热，让人有些呼吸不畅的感觉，就在这令人难从煎熬人天气中，一群少年少女凭着自身的意志与信念在艰苦地训练!

任凭太阳再怎样的猛烈;任凭训练有那么的辛苦，我们都毫不示弱，因为我们心中的那份信念胜过那阳光千百倍!疼痛与艰苦我们都能坚持!

或许在军训的过程中，大家都想过放弃，我也不例外，因为训练期间的这些日子与我之前的那些日子简直就是两个极端。从前的我，整天躲在家里，几乎都没外出，就这样一天一天地度日子，无奈这样的生活，实地是无聊。但军训的这五天改变了我，虽说辛苦，但我乐在其中。让我坚持下来的主要原因是，我不想再庸庸碌碌地度时间了!那五天就是最好的证明!那些选择了放弃的同学，我想他们体会不到我这种艰苦却自豪着的满足感。

在交织着辛酸与汗水的那五天，我感觉我长大了!

我明白了人生道路上还有许多的分叉与坎坷,也明白了作某人决定时，首先就是要对得起自己，因为未来是我们自己的!

在这个夏天，我摆脱了过往那孤单的我，因为在这，我放开了自己，拥有了友谊，以后的路不再是孤独的一个人，或说人生本来就不是孤自一个人的，在途中我会遇见很多人，然而这些人会不会成为你以后鼓励你的人，就要看你对待他们的态度了。

挥手辞别这炎炎的夏日，辞别以前那天真无知的自己，我觉得很庆辛!庆辛，我能坚持下来，庆辛，我有了友谊，庆辛我觉悟了。

**学生团训心得体会篇十**

201x年x月21日至x月23日，我有幸参加了公司团委举办的第一期基层团干部培训班。在这三天的时间里，我们真切感受到各位领导、老师无私的关怀和勉励，体味着班级集体温情、和谐、融洽的气氛，收获了丰富的知识和弥足珍贵的同窗友情。此次培训班让我们感触颇深，获益良多。下面，我就参加本次培训谈谈心得体会。

通过学习，我充分认识到，新时期、新形势下的青年工作，要始终保持与时俱进的精神，要注意青年工作的创新，要研究青年的需求，研究变化中的青年。特别是在我们基层区队青年职工多，我们要把握这个群体、以研究带动工作，更加务实和开放地开展青年工作。工作中要注重创新，工作理念要创新、工作方法要创新，不断加大青年工作的力度、青年工作的手段、载体和形式，生动活泼、丰富多彩的开展各种活动。

通过学习，让我深刻地认识到，自身工作水平的差距。在这个终身学习的时代，必须要坚持学习，不断学习多方面的知识，不断充实自己。要勤于思考，有分析、有比较、有鉴别地学习，同时要学以致用，根据我们的具体实际，在认真学习、借鉴的基础上，灵活运用，敢于进行大胆地改造和创新，运用所学的知识和积累的经验不断提高自己的素质。

这次团干部培训我感觉非常的好，三天的时间里，大家暂时放下工作的繁杂，用充分的时间和轻松的心态交流经验，互相了解，互相学习，取长补短，不仅增进了彼此感情，也为日后可能的工作联系打下了良好的基础。我热爱共青团工作，热爱这个快乐的组织，我会努力从中不断汲取营养，完善自我，为团委工作的发展作出自己的贡献。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找