# 中青班军训个人总结（五篇）

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-08-20

*第一篇：中青班军训个人总结篇一：中青班军训体会 同志中青班军训体会奇台县第十七届中青班为期四天的军训生活结束了，回味期间的点点滴滴，发现自己的思想悄然发生了改变，尽管是简单的军训，尽管是最简单的齐步走等基本动作，在太阳下、在风雨中，军训纪...*

**第一篇：中青班军训个人总结**

篇一：中青班军训体会 同志中青班军训体会

奇台县第十七届中青班为期四天的军训生活结束了，回味期间的点点滴滴，发现自己的思想悄然发生了改变，尽管是简单的军训，尽管是最简单的齐步走等基本动作，在太阳下、在风雨中，军训纪律的严格、军训中所蕴涵的精神让我感触颇多。细细总结起来，有以下几个方面：

体会一：学会面对挫折

通过参加中青班军训，我学会了如何去面对挫折。回想这短短一周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在这里，我们尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩；也许，这短暂的几天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。在军训时，我们和训练员在太阳下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我的双肩酸痛，双腿麻木，让我真正地体会到苦和累。但我不抱怨，俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。这必将是我工作和生活中一笔不可多得的宝贵财富，我将好好珍惜。

体会二：我们是一个团队

通过军训，让我们的集体荣誉感和大局观念得到了大大地增强，这种团队精神的打造，友情的培养，是很难用别的方式在短期内培养的。俗话说“一根筷子容易被折断，十根筷子牢牢抱成团”，作为一个团队，只有凝聚成一个共同的信念、相互团结朝一个共同目标前进，才能把任务完成好。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。短短的几天军训，它教会我什么是坚强的意志。它教会我什么是团结的力量。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙。无论是工作还是生活之中，都需要团结协作的精神，在家庭，团结协作，在单位与同事团结协作，做好配合，才能更好的完成工作任务。体会三：“一切行动听指挥” “一切行动听指挥”。军人的天命就是服从，服从，再服从。对于领导和指令都是无条件地服从。军训的辛苦是不言而喻的，虽然身为女同志，但是“巾帼不让须眉”，稍息时的昂首挺胸，飒爽英姿；左转右转时的敏捷反应，丝毫不逊于男同志。激越的口号、铿锵的步伐、严厉的教官，所有的一切，都在我心中永远定格。在这里，彰显了个性，提高了能力，超越了自我，结识了新朋友，加深了友谊。相信，每个同学都是最优秀的，我们将用出色的表现写下人生中绚丽的一笔，这更是一生中不可多得的。从这次军训中，我记住了一切行动必须听指挥，特别是在完成工作中，要听从领导的统一指挥和单位调遣，服从安排，无论工作苦累、无论岗位闲忙，要自觉承担起分内工作，积极认真出色地完成好每一项工作任务。

总之，通过军训，培育了吃苦耐劳精神，提高了组织纪律性，增强了团队意识和大局观念，树立和弘扬了良好作风，使党性修养得到进一步锻炼，思想作风接受了一次大的洗礼。为此，我要以这次军训为新的起点，进一步加强党性锻炼和注重作风养成，把军训中的好习惯、好作风带到今后的学习和工作中，树立精益求精、争先进取意识，弘扬刻苦学习、团结协作的良好风气，严格要求自己，做到学习不掉队，思想不滑坡，纪律不松懈，标准不降低，以一流的作风争创一流的业绩，回报党组织的培养。

二〇一三年五月二十二日篇二：中青班个人总结 中青班学习个人总结

今年9－11月，我有幸参加了东营市委组织部在市委党校举办的“第十九期中青年干部培训班”。在此期间，市委组织部领导的亲切关怀、市委党校的周密安排、任课教师的专题讲授、班主任教师的精心指导和班委的组织带领，使我真正感受到了团结活泼、严肃紧张、和谐相处、相互研讨的良好氛围。短短三个月里，通过听取党校教师们的专题讲授、邀请校外专家学者的学术报告，尤其是到清华大学进行的研修培训，通过案例课和研讨课上师生的互相探讨，自己深感收获很大、体会很多、感受很深，简单总结如下：

一、珍惜机会，全心投入党校培训。这么多年来，自己也曾参加过各种各样的学习培训班，但是像“中青班”这样时间这么长、内容这么丰富、形式这么新颖的集中培训还是第一次。因此，我深知这是自己人生一次难得的学习和历练机会，这必将对我今后的工作和成长起到很大的教育和促进作用。按照市委组织部的学习要求和市委党校的教学部署，我妥善安排了本单位工作，集中精力全身心地投入到学习之中。其间，除了省里的一次业务换届会议请过两次假外，没有缺过一节课。

二、认真学习，努力提高理论水平。这次在党校学习，深感教学组织得好，教学效果好。本人每节课都认真听讲、认真记录，每次课后都拷取教学课件进行课后复习温故知新。由于教师们的教学内容大都是围绕马克思主义基本理论、党的基础理论、领导干部必备的综合知识等，可以说理论性和实践性非常强，与我本人的工作联系也十分紧密。因此，我对自己的要求也格外认真，下决心通过这次学习，真正把自己的理论水平提升到一个新的高度。通过学习，我感觉更加系统地掌握了马克思主义的基本理论，对党的一系列方针政策，尤其是十七大以来的一些具体政策理解的更深刻了，贯彻的自觉性更强了。

三、积极参与，自觉融入班组活动。“中青班”期间，凡是班组组织开展的各项研讨、文体、考察等活动，我都积极参与，主动承担一些力所能及的服务工作。通过到拘留所考察，进一步加深了对廉政建设重要性的认识，进一步进警醒自己如何为人，如何用权，如何做官；通过到广饶刘集支部学习考察，进一步加深了共产主义理想信念的认识，进一步坚定了自己永远跟着中国共产党走中国特色社会主义道路的决心和信心；通过到清华大学集中研修学习，深刻感悟到了“自强不息、厚德载物”的清华校训和“行胜于言”、“为祖国健康工作五十年”等清华理念，进一步增强了做好本职工作的使命感、责任感和紧迫感；通过参加歌咏比赛、拔河比赛等文体活动，不仅增加了体质，更使我感受到了团结的重要性和团队的凝聚力，进一步深刻体会到了集体的力量、集体的智慧。

四、勤于动笔，撰写部分学习感言。在市委党校这宁静美丽的校园里，在这难得的三个月集中学习的日子，我努力静下心来看书学习，体味感悟自己多年来的学习工作和人生感悟。其间，认真阅读了《老子》、《于丹：论语心得》、《毛泽东说文谈艺实录》、《毛泽东诗词详解》、《中国传统文化发展研究》等书籍。在学习的基础上，结合老师的授课内容，坚持以古体诗的形式撰写了70余首七言绝句，并初步形成了“基本理论、综合知识、党校生活、人生感悟、清华感言”五个专题，部分内容还在《中青班简报》中进行发表，丰富了简报内容，活跃了简报形式。

五、锤炼党性，不断提升综合素质。三个多月的学习培训，自己对党的理论有了更加深刻的理解，对如何在新时期加强和改进党的建设有了更加清醒的认识，对运用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想指导客观世界和改造自己主观世界有了更高的要求，对自己运用所学理论分析和解决实际问题能力有理更清醒的认识，明确了自己今后努力的方向。同时，自己深感作为一名新时期的中青年领导干部一定要自觉锤炼党性，自觉坚定信念，自觉身体力行，自觉扎实实践，努力使自己真正成为共产主义远大理想的坚定信仰者，成为中国特色社会主义共同理想的共同奋斗者，成为科学发展观、社会和谐的躬身实践者，成为社会主义核心价值体系，尤其是社会主义荣辱观的模范遵守者。

三个月的学习，自己与自己相比感觉有了一定的提高和进步，但是我也清醒的认识到：自己与组织和事业的要求相比，与身边好多优秀的同学相比，自己还有很多的问题和不足。“中青班”集中培训虽然结束了，但“中青班”的精神和在“中青班”的所见、所学、所感、所悟将一直伴随和激励着我不懈努力，奋勇前进。我决心在今后的工作、学习和生活中，以自己良好的实际行动和突出的工作业绩走好人生之路，续写“中青班”的华彩乐章。篇三：中青年干部培训班军训心得体会 中青年干部培训班军训心得体会

10月12至10月14日，我们中青年干部培训班的全体学员参加了为期三天的封闭式军训。虽然只有短短的三天，但给我留下了很多的美好回忆，绿色的军装，嘹亮的歌声，整齐的步伐，矫健的军姿??同时军训还锻炼了我的体魄，增进了与其他学员之间的友谊，更重要的是军训让我磨练了意志，强化了规则意识，培养了团队精神??，军训让我收获匪浅。

军训的内容丰富多彩，包含基本军姿训练、体能训练、齐步走和跑步走等多方面内容。三天的生活有声有色，有苦有乐。教官对我们要求很严格，每个动作都一丝不苟，尤其是站军姿，“抬头，挺胸，收腹，重心前移等等”，长时间保持同一个姿势，在太阳底下晒的滋味不太好受，这时候才感觉到坐在宽敞明亮的办公室内上班其实还是很幸福的。训练是漫长的，是苦涩的，但有时候也是快乐的。训练的空隙，在教官的统一组织下，我们展开了歌喉，唱起了军歌。在嘹亮的歌声中，我感觉自己充满了活力，一下子年轻了几岁，仿佛又回到了大学时代。这次军训，带给我更多的是深层次的人生感悟。现在的我，已经成立家庭，在工作岗位上勤勤恳恳工作多年，人生道路上也经历了风风雨雨，对于困难我不再选择逃避，对于挑战我乐意接受。这次军训更多的是提升了我的世界观和人生观，它让我更加坚强，更加理性，此外我还从中体会到不少领导艺术。军训更加磨练我的坚强意志。对于一名领导干部来说，坚强的意志尤为可贵。当今中国正处于社会转型时期，社会结构发生迅速变化，各种社会矛盾纷繁呈现，领导干部必须具备坚强的意志去克服一切困难，要有迎难而上的勇气和百折不挠的毅力。军训也强化了我的规则意识。没有规矩，不成方圆。军训中，我们穿统一的服装，按照统一的作息时间休息，有秩序地进行就餐、洗浴等。作为一名领导干部，要强化规则意识。一个有完备的规章制度并严格遵守的集体必定是一个团结向上，充满活力的集体。反之，若一个集体中的成员可以随意根据自己的意愿行事，没有规章可寻，或者领导干部对于违反规则的下属睁一只眼，闭一只眼，那么久而久之，这个集体必然是一盘散沙。军训更加培养了我的团队精神。团队精神体现在团队内各成员之间的配合与协作。军训中，没有每个人的努力和配合，就不可能有一条整齐的队列，更不能走出一致的步伐。无论是站方队，还是喊口号或者是齐步走，都需要每个人之间的互相配合与协作。不仅仅自己要具备团队合作意识，更重要的是要培养下属的团队精神。只有将所有成员团结起来，心往一处想，劲往一处使，才能取得事业的成功。

军训，确实很苦很累，但这是一种人生体验，是战胜自我，锻炼意志的最佳良机。我喜欢军训的朴素，宽大的迷彩服，简单的解放鞋，脱去所有人的装饰，真正的素面朝天，亲切的绿色更让人有种回归自然的感觉。从自然的精华中去汲取自然的灵魂，更似乎是一场灵魂与自然的对话，没有喧噪，没有萎靡，拥有的只是生命的活力与潜力!俞涛浩 2024-10-17

**第二篇：中青班个人总结**

篇一：党校中青班学习总结 2024年中青班个人学习总结 ——关市镇政府 肖春平

紧张、充实而又愉快的党校学习生活就要结束了，二个月来，在组织的亲切关怀下，在组织部和党校的精心安排下，在各位老师的悉心传授下，经过“党员干部要增强政治忠诚意识”、“基层民主建设”、“全面把握中国特色社会主义理论体系”、“预防职务犯罪”“突发事件的处理” 以及等多个课程的学习，并赴韶山和宁乡花明楼进行了党校教育活动，使我在政治理论、党性修养和综合能力上得到了全面提高，更加坚定了马克思主义信仰、社会主义信念和建设中国特色社会主义的信心。在此，我简要总结一下个人的几点学习收获：

一、提高了理论素养，夯实了理论基础。

毛泽东思想、邓小平理论，是党在领导中国人民进行革命、建设和改革的过程中，把马克思列宁主义同中国实际相结合所产生的两大理论成果。在历史即将跨入21世纪的时候，以江泽民为核心的党的第三代领导集体，紧紧把握时代脉搏，在深刻总结党的80年历史经验的基础上，提出了“三个代表”重要思想。十六大以来，以胡锦涛为总书记的党中央，深入贯彻落实科学发展观。科学发展观，是对党的三代中央领导集体关于发展的重要思想的继承和发展，是马克思主义关于发展的世界观和方法论的集中体现，是同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想既一脉相承又与时俱进的科学理论，是我国经济社会发展的重要指导方针，是发展中国特色社会主义必须坚持和贯彻的重大战略思想。

理论来自实践，科学的理论总是严格地以事实为依据并在实践中不断接受检验，在实践中不断修正、丰富和发展。深入贯彻落实科学发展观，则要在实践中坚持解放思想、实事求是、与时俱进。在今后的工作中努力的把学到的理论知识同解决主客观实际问题结合起来，同自己的工作实践统一起来，认真研究工作中不断变化的情况、存在的问题，做到胸中有数，学而思，思而信，信而行。全面把握科学发展观的科学内涵和精神实质，增强贯彻落实科学发展观的自觉性和坚定性，着力转变不适应不符合科学发展观的思想观念，着力解决影响和制约科学发展的突出问题，把科学发展观贯彻落实到实处，促进各项工作的全面发展。

二、开阔了思路，拓宽了视野。

通过学习，丰富了知识，拓展了视野，对当前国际国内政治、经济等情况有了比较全面的了解，进一步认清了形势，明白了当前我们党面临着十分严峻的考验和挑战。十七大报告对我国进入新世纪新阶段，发展呈现一系列新的阶段性特征作了全面的阐述，使我们明白新阶段新的使命、新目标新的责任。开创新局面，创造新业绩，需要我们提升发展理念，需要我们以思想的大解放来推进新一轮大发展，需要我们高举中国特色社会主义伟大旗帜。为夺取全面建设小康社会新胜利，我们必须思路宽、眼界宽、胸襟宽，只有这样，我们才能登高望远，审时度势，把握大局，谋划未来。思路宽，意味着我们必须审时度势，观念创新。面对瞬息万变的经济形势，千帆竞渡的发展态势，要敢为人先，勇立潮头，始终保持不进则退的危机感，需要我们有与时俱进、与势相合的大局观、全局观，需要我们时时处处注意审时度势，不断创新自己的观念和思路。思路宽，我们才能比较准确地把握宏观形势的变化，顺势而为，以变应变，抢得先机，争得主动。思路宽，我们才能积极正确地应对各种困难，扬长避短，趋利避害，找出克服困难的办法和措施。思路宽，我们才能未雨绸缪，有备无患，成竹在胸，立于不败之地。眼界宽，意味着我们必须加强学习，拓宽视野。要真正理解好科学发展观的全面内涵，看清楚国际资本的走向，看清楚国内发展的趋势，特别是看清楚发展的大局，需要我们勤于学习，善于学习；需要我们开动脑筋，深入思考。眼界宽，有利于知大局，明大势，识大体；有利于知民心，晓民情，顺民意；有利于坚定树立起狠抓发展是第一要务的信心和决心；有利于因地因时制宜，找出持续发展的最佳方式和途径。

胸襟宽，意味着我们必须有看大势、想大局、做大事的胸怀和气度。当今世界，发展潮流，不可阻挡，犹豫观望，拖拖拉拉，只能被淘汰出局，奋进图强，锐意发展，才会有广阔生存空间——这就是当前的时代大势。在大势、大局和大事面前，一切不利于发展、不利于民生、不利于未来长远的错误观念、落后意识和不适宜做法，都应该自觉摈弃。为此，我们必须具备审时度势识大势、聚精会神想大局、大刀阔斧干大事的磊落胸怀和恢宏气度。

三、锻炼了党性，坚定了信念。

一个人要自立，一个民族要振兴，一个国家要富强，都离不开坚定的信念。在中国革命处于非常艰难的时期，在有人提出“红旗还能打多久”的疑问时，毛泽东同志充满信心地指出了“星星之火，可以燎原”。在那么艰苦的环境下，先辈们敢于牺牲，勇于奉献，我想他们无不是对党的事业有着无比忠贞的信念，以此作为战胜困难的精神支柱吧！在党校的学习提高了党性修养，增强了党性观念。我时时刻刻提醒自己，作为一名共产党员，不能把自己混同于普通老百姓，要牢记党的宗旨，坚定马列主义信念。现时期，坚定党的信念，则是要坚定党的建设有中国特色社会主义事业的信念。为此，自己要树立正确的世界观、人生观、价值观和权力观，保持良好的政治心态。要立志有所作为，努力做“有境界、有智慧、有勇气、有分寸”的四有型青年。要淡泊名利，懂得作为一名青年干部，取得成绩，是一件很不容易的事，这里面有个人努力的结果，但更多的是凝结了组织和群众的心血，一定要十分珍惜组织和群众的信任，一定要十分珍惜为人民服务的机会和岗位，一定要对组织、对群众，也对自己负责，好自为之，走好每一步，做到“常在河边走，就是不湿鞋”。要在复杂多变、充满诱惑的特殊社会环境中，既成就事业，又健康成长。

四、丰富了思维方法，培养了战略思维能力。在学习过程中，我对于每个环节都全身心的投入。听报告时，积极思考，将自己的一些思想、观念与老师所作报告的内容相联系，看看自己对于哪些问题的认识是正确的，又有哪些思想是需要纠正、改进的，希望通过这样的思考，加深自己对党的知识的认识理解。

系统地学习基本理论知识，广泛了解当代国际国内发展态势，使我“站得更高了，看得更远了，想得更多了，心里更明了，干劲更足了”，在一定程度上提高了理性分析问题、解决问题的能力以及敏锐洞察问题的能力。在实际工作过程中，掌握科学的思维方法，用世界眼光、战略思维和全局观念去分析、研究和解决实际问题，对于提高自己的业务能力和工作水平将大有裨益。

总之，在培训班学习期间，我始终用党员的标准来约束自己，自觉遵守学习纪律，无迟到、早退，认真地对待每一堂课，做好笔记。并且没有把学习当作一种任务和单纯的学习过程，而是去思考问题，去发现最本质的东西，然后对照自己的思想和行动，及时纠正自己的不足之处。在学习中不断完善自我，领悟党的先进性，在思想上杜绝不良思想和不良行为，时常不断的挑战自我，激励自我，在以后的工作学习中始终保持良好的作风，努力为我县的农机事业发展做贡献，以一流的业绩迎接党的十八大胜利召开！篇二：中青班个人总结 中青班学习个人总结

今年9－11月，我有幸参加了东营市委组织部在市委党校举办的“第十九期中青年干部培训班”。在此期间，市委组织部领导的亲切关怀、市委党校的周密安排、任课教师的专题讲授、班主任教师的精心指导和班委的组织带领，使我真正感受到了团结活泼、严肃紧张、和谐相处、相互研讨的良好氛围。短短三个月里，通过听取党校教师们的专题讲授、邀请校外专家学者的学术报告，尤其是到清华大学进行的研修培训，通过案例课和研讨课上师生的互相探讨，自己深感收获很大、体会很多、感受很深，简单总结如下：

一、珍惜机会，全心投入党校培训。这么多年来，自己也曾参加过各种各样的学习培训班，但是像“中青班”这样时间这么长、内容这么丰富、形式这么新颖的集中培训还是第一次。因此，我深知这是自己人生一次难得的学习和历练机会，这必将对我今后的工作和成长起到很大的教育和促进作用。按照市委组织部的学习要求和市委党校的教学部署，我妥善安排了本单位工作，集中精力全身心地投入到学习之中。其间，除了省里的一次业务换届会议请过两次假外，没有缺过一节课。

二、认真学习，努力提高理论水平。这次在党校学习，深感教学组织得好，教学效果好。本人每节课都认真听讲、认真记录，每次课后都拷取教学课件进行课后复习温故知新。由于教师们的教学内容大都是围绕马克思主义基本理论、党的基础理论、领导干部必备的综合知识等，可以说理论性和实践性非常强，与我本人的工作联系也十分紧密。因此，我对自己的要求也格外认真，下决心通过这次学习，真正把自己的理论水平提升到一个新的高度。通过学习，我感觉更加系统地掌握了马克思主义的基本理论，对党的一系列方针政策，尤其是十七大以来的一些具体政策理解的更深刻了，贯彻的自觉性更强了。

三、积极参与，自觉融入班组活动。“中青班”期间，凡是班组组织开展的各项研讨、文体、考察等活动，我都积极参与，主动承担一些力所能及的服务工作。通过到拘留所考察，进一步加深了对廉政建设重要性的认识，进一步进警醒自己如何为人，如何用权，如何做官；通过到广饶刘集支部学习考察，进一步加深了共产主义理想信念的认识，进一步坚定了自己永远跟着中国共产党走中国特色社会主义道路的决心和信心；通过到清华大学集中研修学习，深刻感悟到了“自强不息、厚德载物”的清华校训和“行胜于言”、“为祖国健康工作五十年”等清华理念，进一步增强了做好本职工作的使命感、责任感和紧迫感；通过参加歌咏比赛、拔河比赛等文体活动，不仅增加了体质，更使我感受到了团结的重要性和团队的凝聚力，进一步深刻体会到了集体的力量、集体的智慧。

四、勤于动笔，撰写部分学习感言。在市委党校这宁静美丽的校园里，在这难得的三个月集中学习的日子，我努力静下心来看书学习，体味感悟自己多年来的学习工作和人生感悟。其间，认真阅读了《老子》、《于丹：论语心得》、《毛泽东说文谈艺实录》、《毛泽东诗词详解》、《中国传统文化发展研究》等书籍。在学习的基础上，结合老师的授课内容，坚持以古体诗的形式撰写了70余首七言绝句，并初步形成了“基本理论、综合知识、党校生活、人生感悟、清华感言”五个专题，部分内容还在《中青班简报》中进行发表，丰富了简报内容，活跃了简报形式。

五、锤炼党性，不断提升综合素质。三个多月的学习培训，自己对党的理论有了更加深刻的理解，对如何在新时期加强和改进党的建设有了更加清醒的认识，对运用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想指导客观世界和改造自己主观世界有了更高的要求，对自己运用所学理论分析和解决实际问题能力有理更清醒的认识，明确了自己今后努力的方向。同时，自己深感作为一名新时期的中青年领导干部一定要自觉锤炼党性，自觉坚定信念，自觉身体力行，自觉扎实实践，努力使自己真正成为共产主义远大理想的坚定信仰者，成为中国特色社会主义共同理想的共同奋斗者，成为科学发展观、社会和谐的躬身实践者，成为社会主义核心价值体系，尤其是社会主义荣辱观的模范遵守者。

三个月的学习，自己与自己相比感觉有了一定的提高和进步，但是我也清醒的认识到：自己与组织和事业的要求相比，与身边好多优秀的同学相比，自己还有很多的问题和不足。“中青班”集中培训虽然结束了，但“中青班”的精神和在“中青班”的所见、所学、所感、所悟将一直伴随和激励着我不懈努力，奋勇前进。我决心在今后的工作、学习和生活中，以自己良好的实际行动和突出的工作业绩走好人生之路，续写“中青班”的华彩乐章。篇三：中青班个人总结

中青班学习个人总结

今年9－11月，我有幸参加了市委组织部在市委党校举办的“第十九期中青年干部培训班”。在此期间，市委组织部领导的亲切关怀、市委党校的周密安排、任课教师的专题讲授、班主任教师的精心指导和班委的组织带领，使我真正感受到了团结活泼、严肃紧张、和谐相处、相互研讨的良好氛围。短短三个月里，通过听取党校教师们的专题讲授、邀请校外专家学者的学术报告，尤其是到清华大学进行的研修培训，通过案例课和研讨课上师生的互相探讨，自己深感收获很大、体会很多、感受很深，简单总结如下：

一、珍惜机会，全心投入党校培训。这么多年来，自己也曾参加过各种各样的学习培训班，但是像“中青班”这样时间这么长、内容这么丰富、形式这么新颖的集中培训还是第一次。因此，我深知这是自己人生一次难得的学习和历练机会，这必将对我今后的工作和成长起到很大的教育和促进作用。按照市委组织部的学习要求和市委党校的教学部署，我妥善安排了本单位工作，集中精力全身心地投入到学习之中。其间，除了省里的一次业务换届会议请过两次假外，没有缺过一节课。

二、认真学习，努力提高理论水平。这次在党校学习，深感教学组织得好，教学效果好。本人每节课都认真听讲、认真记录，每次课后都拷取教学课件进行课后复习温故知新。由于教师们的教学内容大都是围绕马克思主义基本理论、党的基础理论、领导干部必备的综合知识等，可以说理论性和实践性非常强，与我本人的工作联系也十分紧密。因此，我对自己的要求也格外认真，下决心通过这次学习，真正把自己的理论水平提升到一个新的高度。通过学习，我感觉更加系统地掌握了马克思主义的基本理论，对党的一系列方针政策，尤其是十七大以来的一些具体政策理解的更深刻了，贯彻的自觉性更强了。

三、积极参与，自觉融入班组活动。“中青班”期间，凡是班组组织开展的各项研讨、文体、考察等活动，我都积极参与，主动承担一些力所能及的服务工作。通过到拘留所考察，进一步加深了对廉政建设重要性的认识，进一步进警醒自己如何为人，如何用权，如何做官；通过到广饶刘集支部学习考察，进一步加深了共产主义理想信念的认识，进一步坚定了自己永远跟着中国共产党走中国特色社会主义道路的决心和信心；通过到清华大学集中研修学习，深刻感悟到了“自强不息、厚德载物”的清华校训和“行胜于言”、“为祖国健康工作五十年”等清华理念，进一步增强了做好本职工作的使命感、责任感和紧迫感；通过参加歌咏比赛、拔河比赛等文体活动，不仅增加了体质，更使我感受到了团结的重要性和团队的凝聚力，进一步深刻体会到了集体的力量、集体的智慧。

四、勤于动笔，撰写部分学习感言。在市委党校这宁静美丽的校园里，在这难得的三个月集中学习的日子，我努力静下心来看书学习，体味感悟自己多年来的学习工作和人生感悟。其间，认真阅读了《老子》、《于丹：论语心得》、《毛泽东说文谈艺实录》、《毛泽东诗词详解》、《中国传统文化发展研究》等书籍。在学习的基础上，结合老师的授课内容，坚持以古体诗的形式撰写了70余首七言绝句，并初步形成了“基本理论、综合知识、党校生活、人生感悟、清华感言”五个专题，部分内容还在《中青班简报》中进行发表，丰富了简报内容，活跃了简报形式。

五、锤炼党性，不断提升综合素质。三个多月的学习培训，自己对党的理论有了更加深刻的理解，对如何在新时期加强和改进党的建设有了更加清醒的认识，对运用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想指导客观世界和改造自己主观世界有了更高的要求，对自己运用所学理论分析和解决实际问题能力有理更清醒的认识，明确了自己今后努力的方向。同时，自己深感作为一名新时期的中青年领导干部一定要自觉锤炼党性，自觉坚定信念，自觉身体力行，自觉扎实实践，努力使自己真正成为共产主义远大理想的坚定信仰者，成为中国特色社会主义共同理想的共同奋斗者，成为科学发展观、社会和谐的躬身实践者，成为社会主义核心价值体系，尤其是社会主义荣辱观的模范遵守者。

三个月的学习，自己与自己相比感觉有了一定的提高和进步，但是我也清醒的认识到：自己与组织和事业的要求相比，与身边好多优秀的同学相比，自己还有很多的问题和不足。“中青班”集中培训虽然结束了，但“中青班”的精神和在“中青班”的所见、所学、所感、所悟将一直伴随和激励着我不懈努力，奋勇前进。我决心在今后的工作、学习和生活中，以自己良好的实际行动和突出的工作业绩走好人生之路，续写“中青班”的华彩乐章。

**第三篇：中青班军训心得体会**

篇一：中青年干部培训班军训心得体会 中青年干部培训班军训心得体会

10月12至10月14日，我们中青年干部培训班的全体学员参加了为期三天的封闭式军训。虽然只有短短的三天，但给我留下了很多的美好回忆，绿色的军装，嘹亮的歌声，整齐的步伐，矫健的军姿??同时军训还锻炼了我的体魄，增进了与其他学员之间的友谊，更重要的是军训让我磨练了意志，强化了规则意识，培养了团队精神??，军训让我收获匪浅。

军训的内容丰富多彩，包含基本军姿训练、体能训练、齐步走和跑步走等多方面内容。三天的生活有声有色，有苦有乐。教官对我们要求很严格，每个动作都一丝不苟，尤其是站军姿，“抬头，挺胸，收腹，重心前移等等”，长时间保持同一个姿势，在太阳底下晒的滋味不太好受，这时候才感觉到坐在宽敞明亮的办公室内上班其实还是很幸福的。训练是漫长的，是苦涩的，但有时候也是快乐的。训练的空隙，在教官的统一组织下，我们展开了歌喉，唱起了军歌。在嘹亮的歌声中，我感觉自己充满了活力，一下子年轻了几岁，仿佛又回到了大学时代。这次军训，带给我更多的是深层次的人生感悟。现在的我，已经成立家庭，在工作岗位上勤勤恳恳工作多年，人生道路上也经历了风风雨雨，对于困难我不再选择逃避，对于挑战我乐意接受。这次军训更多的是提升了我的世界观和人生观，它让我更加坚强，更加理性，此外我还从中体会到不少领导艺术。军训更加磨练我的坚强意志。对于一名领导干部来说，坚强的意志尤为可贵。当今中国正处于社会转型时期，社会结构发生迅速变化，各种社会矛盾纷繁呈现，领导干部必须具备坚强的意志去克服一切困难，要有迎难而上的勇气和百折不挠的毅力。军训也强化了我的规则意识。没有规矩，不成方圆。军训中，我们穿统一的服装，按照统一的作息时间休息，有秩序地进行就餐、洗浴等。作为一名领导干部，要强化规则意识。一个有完备的规章制度并严格遵守的集体必定是一个团结向上，充满活力的集体。反之，若一个集体中的成员可以随意根据自己的意愿行事，没有规章可寻，或者领导干部对于违反规则的下属睁一只眼，闭一只眼，那么久而久之，这个集体必然是一盘散沙。军训更加培养了我的团队精神。团队精神体现在团队内各成员之间的配合与协作。军训中，没有每个人的努力和配合，就不可能有一条整齐的队列，更不能走出一致的步伐。无论是站方队，还是喊口号或者是齐步走，都需要每个人之间的互相配合与协作。不仅仅自己要具备团队合作意识，更重要的是要培养下属的团队精神。只有将所有成员团结起来，心往一处想，劲往一处使，才能取得事业的成功。

军训，确实很苦很累，但这是一种人生体验，是战胜自我，锻炼意志的最佳良机。我喜欢军训的朴素，宽大的迷彩服，简单的解放鞋，脱去所有人的装饰，真正的素面朝天，亲切的绿色更让人有种回归自然的感觉。从自然的精华中去汲取自然的灵魂，更似乎是一场灵魂与自然的对话，没有喧噪，没有萎靡，拥有的只是生命的活力与潜力!俞涛浩

2024-10-17篇二：中青班学习心得体会122 学习心 得 体 会

2024年10月26日至11月13日，我参加了县组织部举办的第十二期中青年干部培训班，在这即短暂又充实的三周，通过听取各位老师的讲解，参加社会实践活动，认真完成相关学习任务，使我受益非浅，既磨炼了意志，又丰富了知识，还提高了能力。现将学习的有关收获和体会总结如下： 一是丰富了理论知识。作为中青年干部必须要具备良好的理论素养，必须对马克思主义中国化的最新成果和重大现实问题有系统的了解和准确的把握，熟悉和了解当前国际经济和社会发展的整体走向，熟悉和认清目前我国经济实情与我县经济发展的形势，否则就无法在今后的工作中发挥应有的作用，就难以对工作进行前瞻性、创新性的发展注入活力。通过全面系统地学习《十七届四中全精神》、《深入贯彻落实科学发展观的若干问题》、《现代科学技术与创新战 — 1 —略》、《党的建设基本理论》、《党性教育概论》、《党风廉政建设》、《社会主义和谐社会建设若干问题》、《县域建设发展形势报告》、《准确把握形势探论经济发展的重点》等的理论课程，使我们全景式、比较系统地学习了当前党的基本理论、路线、方针、政策，了解分析了我国国情，深入研究了当前我县在工业化初期建设中面临的现实问题，这对于我们强化理论基础、开阔研究视野、增强党性修养，进而为做好今后的本职工作必将产生重要的作用。

二是增强了党性修养。增强党性锻炼是党校的任何学员在学习期间的重要任务之一。增强党性修养、坚定政治立场、严格政治纪律，是做好今后工作的前提和保障。通过教学和研讨，使我对邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、构建社会主义和谐社会、党的执政能力建设等一系列党的重大理论、方针政策和战略思想有了更加深入的了解和把握，从而在思想上更加坚定了与党中央保持一致的决心。

— 2 —三是磨炼了自身意志。在一周的半军事化、全日制、封闭式的军训过程中，体验了军人24小时的军营生活，磨炼了自己的意志。在党校理论学习的过程中，我始终以积极饱满的热情，严谨求实的学风，认真做好学习笔记，学到了很多独到见解，扩大了自己的知识范围，拓宽了视野，思想上有了一个很大的飞跃，使我在政治理论、党性修养、政策水平等方面都有了长足的进步。

下一步，我将牢固树立正确的人生观、价值观和为人民服务的思想，把这次学习的成果，转化为工作的动力，把学习到的理论知识，切实指导实践工作，以艰苦奋斗的精神做好各项工作，脚踏实地，埋头苦干，奋力拼搏，勇于开拓，为全县经济又好又快的发展做出应有的贡献。

仅供参考

— 3 —篇三：中青班团队建设拓展训练的心得体会 中青班军训及拓展训练心得体会

由于本人当过兵，体验过军队生活、军人生涯，所以军训心得体会在此不做过会阐述，主要阐述拓展训练心得。

两天的中青班团队拓展训练，是我人生中的一笔仅次于军旅生涯的宝贵财富。两天里，我学到了很多东西，也有了一定的认识，同时也认识到自己的不足。忠心感谢区委党校给我们提供一次这么珍贵的培训机会，还要感谢培训的各位教练，是他们让我对团队建设有了更深的认识。这次培训内容丰富，既有户外拓展训练的项目，又有团队建设理论的培训，同学们奋勇拼搏，充满激情，相互关爱。使我认识到了什么是团队，什么是团队精神，什么是团队协作。拓展训练更是磨练了我们的意志，培养了我们团结协作，奋勇拼搏，相互关爱，相互进取的精神。这次中青班团队拓展训练给予我的感悟和启发是一笔宝贵的财富，我将永远受益。通过这次培训，我很有感触，下面谈谈我的几点体会：

一、户外拓展训练让我对“团队”有了更深的认识和了解。团队，简单讲就是：给你一伙人，你能把他们拢在一起，朝着一个方向走。虽看着是很简单的事情，我们又该怎么做呢？以下是我认为应该优先考虑的一些做法：

1、尊重 如果不懂得尊重别人，一切都无从谈起。这里指的尊重是指我们都坚信“每个人都有过人之处”。当然，我觉得在我们这个小组中我并不是很优秀，但大家能推选我做组长，就是对我的信任与尊重。这个尊重是无形的，所以我今后将在做人、做事方面做到言而有信、虚心听取意见等等。最大、最可贵、最有效地的尊重是信任，这体现为对各团队成员的合理、有效的授权和委任。

2、沟通 作为一个团队的领头羊，应该先把任务领来，通过自身的行政与非行政影响力圮任务给大家布置下去，把影响施加下去。好的沟通就像一个灵敏有效的神经系统，又像是机件运行的润滑剂，沟通的手段多种多样，在这次拓展训练中每一个项目、每一位成员都是在无时无刻的沟通当中，在沟通中每一个人的性格都不同，最重要的是要因人而异，善加利用，通过合理的组合，增强合力，减少阻力，从而达到最理想的目标。

3、服务 领头羊要尽量把自已作为老大的姿态放低。想的是对这个团体的责任，目的是要把服务工作做好。工作最终要靠整个团队，而不是某个人来完成。给团队成员创造出一个良好的工作环境。这里所指的服务，既是工作上的，也是生活上的。但服务不等于迁就，是有原则的，也是在自己能力范围内的。

4、协调和组织 指的是把合适的人放在合适的位置上。作为一种具体的技能和工作内容，实际上，这是和尊重、沟通和服务是连在一起的。如果把前几项做好了，协调组织基本上就是个水到渠成的问题。我觉得有两个需要注意的方面，一是要注意实际情况，因人就势；二是要注意尽可能多地、合理地授权。

二、使我对团队、团队精神、团队协作有了一定的认识和掌握。通过对拓展中体现出来的意义我的感悟到不少。通过拓展我认识到：

1、团队就是有共同的目标且个人的目标服从服务于团队目标，为完成共同任务及责任的一群人，他们有着严密的组织，各尽其责，相互信任与关爱，团队里的每一位成员必须要同一个目标，对这个目标必须全力以赴且团队中必须要有强有力的领导核心。团队精神就是相互合作、相互服务、相互支持、相互信任。

2、要建立一个高效协作的团队，必须要相互信任、全身投入、不规避责任、正视结果。信任是一个团队协作的基础，是团队高效协作的核心。全身投入才能确保任务的高效完成。不逃避责任是个人对整个团队的责任感和归属感有感知。当团队成员把他们的个人需要或他们的个人利益放在整个队伍的共同利益之下的时候，就是正视结果的表现。如何建设一个能够高效协作的团队，使每个成员能在团队中找到归属感，是个需要认真思考的问题。如何建立一支高绩效的团队，更是众多中青班学员需认真思考的问题。

毕业墙项目给我印象深刻，全部翻越的那一刻，我们欢呼雀跃，饱含泪水，无论是甘做基石的兄弟还是在上面拉人的兄弟再者是在下面做出保护的兄弟姐妹们，汗水和着眼泪留在我们拓展训练的集体照里，我们互相分享着心灵的成长和感动，在那一刻，我觉得眼前的同学无比的可爱，可敬。团队，此刻在我眼里不只是奋进，不只是协助和胜利，我开始真正懂得基石的作用，我开始真正理解奉献的价值，我开始真正重新审视自己对团队的价值。团队需要奉献精神，成功离不开基石。

军训与拓展结束了，扭过头才发现，这次拓展训练带给了我们的何止几次游戏，原本并不熟悉的我们走到了一起，在汗水、泪水、欢笑、讨论中不断尝试，学会协作，互相鼓舞，发现友情，分享胜利，体味感动。不仅只是回忆，更多的是收获了一份团队协作的理念，一种协同拼搏的团队文化，一种身士先卒的作战精神，以及今后工作中必胜的勇气和决心。

**第四篇：中青班军训体会**

同志中青班军训体会

奇台县第十七届中青班为期四天的军训生活结束了，回味期间的点点滴滴，发现自己的思想悄然发生了改变，尽管是简单的军训，尽管是最简单的齐步走等基本动作，在太阳下、在风雨中，军训纪律的严格、军训中所蕴涵的精神让我感触颇多。细细总结起来，有以下几个方面：

体会一：学会面对挫折

通过参加中青班军训，我学会了如何去面对挫折。回想这短短一周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在这里，我们尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩；也许，这短暂的几天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。在军训时，我们和训练员在太阳下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我的双肩酸痛，双腿麻木，让我真正地体会到苦和累。但我不抱怨，俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。这必将是我工作和生活中一笔不可多得的宝贵财富，我将好好珍惜。

体会二：我们是一个团队

通过军训，让我们的集体荣誉感和大局观念得到了大大地增强，这种团队精神的打造，友情的培养，是很难用别的方式在短期内培养的。俗话说“一根筷子容易被折断，十根筷子牢牢抱成团”，作为一个团队，只有凝聚成一个共同的信念、相互团结朝一个共同目标前进，才能把任务完成好。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。短短的几天军训，它教会我什么是坚强的意志。它教会我什么是团结的力量。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙。无论是工作还是生活之中，都需要团结协作的精神，在家庭，团结协作，在单位与同事团结协作，做好配合，才能更好的完成工作任务。

体会三：“一切行动听指挥”

“一切行动听指挥”。军人的天命就是服从，服从，再服从。对于领导和指令都是无条件地服从。军训的辛苦是不言而喻的，虽然身为女同志，但是“巾帼不让须眉”，稍息时的昂首挺胸，飒爽英姿；左转右转时的敏捷反应，丝毫不逊于男同志。激越的口号、铿锵的步伐、严厉的教官，所有的一切，都在我心中永远定格。在这里，彰显了个性，提高了能力，超越了自我，结识了新朋友，加深了友谊。相信，每个同学都是最优秀的，我们将用出色的表现写下人生中绚丽的一笔，这更是一生中不可多得的。从这次军训中，我记住了一切行动必须听指挥，特别是在完成工作中，要听从领导的统一指挥和单位调遣，服从安排，无论工作苦累、无论岗位闲忙，要自觉承担起分内工作，积极认真出色地完成好每一项工作任务。

总之，通过军训，培育了吃苦耐劳精神，提高了组织纪律性，增强了团队意识和大局观念，树立和弘扬了良好作风，使党性修养得到进一步锻炼，思想作风接受了一次大的洗礼。为此，我要以这次军训为新的起点，进一步加强党性锻炼和注重作风养成，把军训中的好习惯、好作风带到今后的学习和工作中，树立精益求精、争先进取意识，弘扬刻苦学习、团结协作的良好风气，严格要求自己，做到学习不掉队，思想不滑坡，纪律不松懈，标准不降低，以一流的作风争创一流的业绩，回报党组织的培养。

二〇一三年五月二十二日

**第五篇：中青班个人总结**

中青班学习个人总结

今年9－11月，我有幸参加了东营市委组织部在市委党校举办的“第十九期中青年干部培训班”。在此期间，市委组织部领导的亲切关怀、市委党校的周密安排、任课教师的专题讲授、班主任教师的精心指导和班委的组织带领，使我真正感受到了团结活泼、严肃紧张、和谐相处、相互研讨的良好氛围。短短三个月里，通过听取党校教师们的专题讲授、邀请校外专家学者的学术报告，尤其是到清华大学进行的研修培训，通过案例课和研讨课上师生的互相探讨，自己深感收获很大、体会很多、感受很深，简单总结如下：

一、珍惜机会，全心投入党校培训。这么多年来，自己也曾参加过各种各样的学习培训班，但是像“中青班”这样时间这么长、内容这么丰富、形式这么新颖的集中培训还是第一次。因此，我深知这是自己人生一次难得的学习和历练机会，这必将对我今后的工作和成长起到很大的教育和促进作用。按照市委组织部的学习要求和市委党校的教学部署，我妥善安排了本单位工作，集中精力全身心地投入到学习之中。其间，除了省里的一次业务换届会议请过两次假外，没有缺过一节课。

二、认真学习，努力提高理论水平。这次在党校学习，深感教学组织得好，教学效果好。本人每节课都认真听讲、认真记录，每次课后都拷取教学课件进行课后复习温故知新。由于教师们的教学内容大都是围绕马克思主义基本理论、党的基础理论、领导干部必备的综合知识等，可以说理论性和实践性非常强，与我本人的工作联系也十分紧密。因此，我对自己的要求也格外认真，下决心通过这次学习，真正把自己的理论水平提升到一个新的高度。通过学习，我感觉更加系统地掌握了马克思主义的基本理论，对党的一系列方针政策，尤其是十七大以来的一些具体政策理解的更深刻了，贯彻的自觉性更强了。

三、积极参与，自觉融入班组活动。“中青班”期间，凡是班组组织开展的各项研讨、文体、考察等活动，我都积极参与，主动承担一些力所能及的服务工作。通过到拘留所考察，进一步加深了对廉政建设重要性的认识，进一步进警醒自己如何为人，如何用权，如何做官；通过到广饶刘集支部学习考察，进一步加深了共产主义理想信念的认识，进一步坚定了自己永远跟着中国共产党走中国特色社会主义道路的决心和信心；通过到清华大学集中研修学习，深刻感悟到了“自强不息、厚德载物”的清华校训和“行胜于言”、“为祖国健康工作五十年”等清华理念，进一步增强了做好本职工作的使命感、责任感和紧迫感；通过参加歌咏比赛、拔河比赛等文体活动，不仅增加了体质，更使我感受到了团结的重要性和团队的凝聚力，进一步深刻体会到了集体的力量、集体的智慧。

四、勤于动笔，撰写部分学习感言。在市委党校这宁静美丽的校园里，在这难得的三个月集中学习的日子，我努力静下心来看书学习，体味感悟自己多年来的学习工作和人生感悟。其间，认真阅读了《老子》、《于丹：论语心得》、《毛泽东说文谈艺实录》、《毛泽东诗词详解》、《中国传统文化发展研究》等书籍。在学习的基础上，结合老师的授课内容，坚持以古体诗的形式撰写了70余首七言绝句，并初步形成了“基本理论、综合知识、党校生活、人生感悟、清华感言”五个专题，部分内容还在《中青班简报》中进行发表，丰富了简报内容，活跃了简报形式。

五、锤炼党性，不断提升综合素质。三个多月的学习培训，自己对党的理论有了更加深刻的理解，对如何在新时期加强和改进党的建设有了更加清醒的认识，对运用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想指导客观世界和改造自己主观世界有了更高的要求，对自己运用

所学理论分析和解决实际问题能力有理更清醒的认识，明确了自己今后努力的方向。同时，自己深感作为一名新时期的中青年领导干部一定要自觉锤炼党性，自觉坚定信念，自觉身体力行，自觉扎实实践，努力使自己真正成为共产主义远大理想的坚定信仰者，成为中国特色社会主义共同理想的共同奋斗者，成为科学发展观、社会和谐的躬身实践者，成为社会主义核心价值体系，尤其是社会主义荣辱观的模范遵守者。

三个月的学习，自己与自己相比感觉有了一定的提高和进步，但是我也清醒的认识到：自己与组织和事业的要求相比，与身边好多优秀的同学相比，自己还有很多的问题和不足。“中青班”集中培训虽然结束了，但“中青班”的精神和在“中青班”的所见、所学、所感、所悟将一直伴随和激励着我不懈努力，奋勇前进。我决心在今后的工作、学习和生活中，以自己良好的实际行动和突出的工作业绩走好人生之路，续写“中青班”的华彩乐章。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！