

兰州大学“青马工程”第十六期 大学生骨干培训班（至公班）培养方案

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，贯彻落实习近平总书记关于青年工作的重要思想和关于教育的重要论述，落实《中长期青年发展规划（2016-2025年）》、落实共青团中央《共青团做好新时代青年人才培养工作的行动计划》（中青发〔2022〕13号）《关于深入实施青年马克思主义者培养工程的意见》（中青联发〔2020〕5号）及团省委等五部门《甘肃省深入实施青年马克思主义者培养工程方案》文件精神，根据《“萃英登峰”兰州大学大学生骨干培养规划（2019-2022年）》的具体要求，扎实推进我校“青马工程”提质增效，特制定兰州大学“青马工程”第十六期大学生骨干培训班（至公班）培养方案。

一、指导思想

高举中国特色社会主义伟大旗帜，深入学习宣传贯彻党的二十大精神，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，认真贯彻落实习近平总书记关于青年工作的重要思想和关于教育的重要论述，着眼党的事业薪火相传，着力为党培养和输送坚定的青年政治骨干，引领他们更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，增进对党的政治认同、思想认同、情感认同，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，

增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，努力成长为具有坚定的马克思主义信仰、德才兼备、全面发展的社会主义合格建设者和接班人。

二、培养目标

学习宣传贯彻党的二十大精神，以习近平新时代中国特色社会主义思想为行动指南，贯彻落实立德树人根本任务，通过持续深化改革和提质增效，着力强化思想引领、突出理论武装、注重实践导向，在遵循育人规律的前提下，不断创新形式、丰富内涵、强化师资、优化路径，构建科学完备的培育体系，全面提升学校大学生骨干培养质量，切实为党培养和输送一批具有忠诚的政治品格、浓厚的家国情怀、扎实的理论功底、突出的能力素质，忠恕任事、人品服众、敢于担当、甘于奉献的青年政治骨干。教育引导青年学生骨干牢记共青团作为党的助手和后备军的职责使命，自觉传承和弘扬伟大建党精神、弘扬社会主义核心价值观，践行“请党放心、强国有我”的青春誓言，能动地发挥先锋模范带头作用，团结引领广大青年听党话、跟党走，怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成，做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，让青春在全面建设社会主义现代化国家的火热实践中绽放绚丽之花。

二、培养对象

面向全校全日制本科生、研究生进行公开选拔。主要对

象为团学骨干，经过校团委各中心、校级主要学生组织、各学院团委进行遴选推荐，学校统一组织材料评价和综合考察后确认。本期共选拔培养学员 60 人左右，录取的学员中学生团干部应占 60%以上。按照相关规定，校学生会、研究生会主席团成员自动纳入培训班，无需参加报名选拔。

三、培养方式

1. “至公班”于每年 10 月左右启动，培养周期为 1 年，以“思想政治教育”和“引领力教育”为核心，采取“必修+选修”的混合培养模式，围绕理论学习、参观考察、实践锻炼、能力提升、团队建设、调查研究等方面制定目标任务和课程体系，由校团委基层团建指导中心协同大学生骨干培养学校共同组织实施。

2. “至公班”将进一步强化过程管理和目标管理，参训学员需根据课程安排参加课程学习并完成相应目标任务，相应课程将依托“到梦空间”等平台进行过程记录，考勤情况和任务成果纳入总结考核。

3. “至公班”将分别组织实施中期考核和结业考核，学校将结合学员在培养期各环节的综合表现进行考核评价，对未达到培养目标要求的予以淘汰。

4. “至公班”课程学习分为“必修”和“选修”两种，其中必修课由学校统一组织开设统一安排学习，选修课包括学校统一组织开设的选修类课程以及各二级学院、校内相关单位自行组织开展的思想引领和骨干培养类相关课程。

四、培养体系

1. 仪式教育：培养期间依托各类培训活动和主题教育实践的开展，组织开展祭奠革命先烈、重温入党誓词、重温入团誓词等仪式教育，切实强化相关活动和培训内容的思想引领作用，提升学员的时代使命感和社会责任感，教育引导学员在学习实践中厚植家国情怀、传承红色基因。

2. 理论学习：围绕党的二十大精神、马克思主义基本原理、习近平新时代中国特色社会主义思想、铸牢中华民族共同体意识、地缘政治与大国外交等开展理论学习。着重提升学员政治素养和理论水平。每学期利用周末开展集中学习培训，培养期内其他时间不定期开展。

3. 参观考察：统一组织学员赴革命传统教育基地、爱国主义教育基地、革命遗址、红色教育基地等实地参观学习。组织学员参观参访大型国有企业、政府机关、其他高校、创新创业基地以及乡村、社区街道等。

4. 能力提升：结合学生骨干成长发展实际，围绕人际交往、组织协调、工作设计、计算机运用、情绪调节、安全防范等相关课程供学员学习，促进学生骨干更好的实现社会发展需求，提升学员综合能力。

5. 实践锻炼：充分利用寒暑假，依托海外研习计划、中央和国家机关实习计划、省直机关、企业等实习计划等组织实习实践，积极协调安排青马学员在各区县的团组织担任副书记等职务，深入社区，深入基层，在党的领导下身体力行参与团的基层工作，帮助学员深入了解我国基本国情、国家制度和国家治理体系，加强社会观察，在基层一线、困难

艰苦地方磨砺意志、锤炼品格、增长才干。

（四）调查研究：结合马克思主义理论学习或青年工作领域实践，提交至少 1 篇学术论文或调研报告，或参与至少一项人文社会科学类的课题研究并形成相关成果，由人文社科类专业教师或者推荐单位的专、兼职团干部担任理论导师，指导帮助学员形成成果，学校将优秀成果汇编并择优投送相关期刊发表，项目进展纳入中期考核和结业考核。

（五）团队建设：以“至公班”全体学员为整体，实施班级规范化管理，设置临时团支部和班委，根据工作需要组建各类工作小组、活动小组，发挥班级骨干力量，带动全体学员认真参与各项培养任务和集体活动，营造良好的学习实践氛围，打造优良的班风学风，提升团队凝聚力和创造力，提升班级活力。

（五）日常培养：（1）学员需在中国青年志愿者网注册成为志愿者，每人每期参加不少于 50 小时的志愿服务活动；（2）学员需注册成为学习强国会员，每人每期应完成不少于 1000 分的学习积分；（3）每期为每名学员配发《共产党宣言》《习近平谈治国理政》《习近平新时代中国特色社会主义思想三十讲》等理论学习书籍，学员每季度需提交读书笔记或学习心得，每篇次字数不少于 3000 字；（4）除配发的书目外，学员每月需自行选择书目进行阅读，跟进学习习近平总书记重要讲话精神和相关重要会议精神，并参加每月定期开展的读书分享交流会；（5）录取的学员纳入“青马”宣讲团成员，积极参与“青马学员说”等文化产品的设计制

作，学员在培训期至少需参加一次理论宣讲；（6）积极参加统一开展的其他活动。

五、总结考核

1. 中期考核：2023年4月，学校结合学员参与培训情况和日常表现进行中期考核，针对出勤情况（70%）、调查研究中期汇报（20%）和每季度的读书笔记情况（10%）进行综合排序，原则上按照不少于10%的比例进行末尾淘汰。

2. 结业考核：2023年10月，学校结合出勤情况、综合表现、结业考试等情况开展结业考核。学员填写《学员考核登记表》参与总结考核，其中必修课程学习完成不少于50学时，“必修+选修”综合课程学习不少于80学时，可认定结业。学校统一举办结业仪式，为合格学员颁发结业证书。

3. 评价反馈：学员报名、参训及结业情况纳入所属推荐单位年度团学工作总结评优。学员个人参训及考核结业情况纳入团员评议、入党推优、学生骨干考核以及相应评奖评优工作考量。综合整体学习情况以及调查研究、实践锻炼、日常培养等重点任务完成情况，按照不多于20%的比例评选“优秀学员”，颁发荣誉证书。

四、课程设置

1. “至公班”仪式教育、理论学习、能力提升、参观考察、实践锻炼、调查研究、日常培养、活动开展等相关培训安排全面实施课程化设计，具体课程内容设计和课程学时标准由大学生骨干培养学校综合研究确认。

2. “至公班”课程整体纳入“萃英登峰”大学生骨干

培养计划课程体系，为进一步丰富资源供给、优化资源配置，与“青马工程”研支团专项班、“齐贤班”、“修贤班”、“立贤班”“萃英营”等班次存在“同质性”培训需求的相应课程将统一要求、集中安排、并面向其他班次有选择开放，一起更好的实现优质课程资源共享。

3. “至公班”课程设计坚持实事求是、与时俱进的原则不断完善，具体课程内容将根据实际情况进行补充、调整和优化。

序号	课程类型	授课主题	课程类别	学时计划
1	仪式教育	开班仪式、结业仪式、重温入党誓词、重温入团誓词等	必修	2+
2	仪式教育	“一二·九”、元旦、五四、烈士纪念日、国庆等重大主题和重要节点的升旗仪式和主题活动等	必修	2+
3	理论学习	马克思主义理论、马克思主义经典原著选读等	必修	2+
4	理论学习	党的二十大精神专题学习	必修	2+
5	理论学习	习近平新时代中国特色社会主义思想	必修	2+
6	理论学习	中国共产党历次代表大会和相关全会精神学习解读	必修	2+
7	理论学习	习近平总书记系列重要讲话精神	必修	2+
8	理论学习	党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史、中华民族发展史	必修	2+
9	理论学习	中国共产党人的精神谱系	必修	2+
10	理论学习	红色甘肃与红色基因传承	必修	2+
11	理论学习	铸牢中华民族共同体意识	必修	2+
12	理论学习	地缘政治与大国外交	必修	2+
13	理论学习	党的青年工作专题学习	必修	2+
14	理论学习	共青团历史与共青团工作	必修	2+
15	理论学习	当代青年的思想和行为特征	必修	2+
16	理论学习	大学生骨干定位与思考	必修	2+
17	理论学习	青年发展与社会责任	必修	2+
18	理论学习	个人与组织：组织理论与组织中的个人	必修	2+
19	理论学习	网络安全与青年网络生态	必修	2+
20	理论学习	军工科技与国防安全	必修	2+
21	能力成长	社会调研方法与调研报告撰写	必修	2+
22	能力成长	青年成长与职业生涯规划	必修	2+

23	能力成长	职场形象力与影响力提升	必修	2+
24	能力成长	日常着装搭配与礼仪交流	必修	2+
25	能力成长	PPT设计与制作	必修	2+
26	能力成长	办公软件操作基本技能	必修	2+
27	能力成长	公文写作	必修	2+
28	能力成长	公务员考试专题培训	必修	2+
29	能力成长	求职简历与面试技巧	必修	2+
30	能力成长	就业信息获取与求职网路建立	必修	2+
31	能力成长	大学生活与实践成长	必修	2+
32	能力成长	两性交往与沟通	必修	2+
33	能力成长	应急救援技能培训	必修	2+
34	能力成长	心理健康与心理调适	必修	2+
35	能力成长	“热爱生命、远离毒品”毒品预防教育	必修	2+
36	参观考察	参观考察研学交流	必修	2+
37	调查研究	高校思想政治教育、大学生骨干培养、共青团工作等相关调查研究	必修	4+
38	实践锻炼	寒暑假社会实践、返乡乡社会实践、创新创业行动、科创竞赛、志愿服务行动等	必修	4+
39	实践锻炼	青年宣讲	必修	2+
40	团队建设	集体团建、素质拓展等	必修	4+
41	团队建设 日常培养	主题班会、学习交流会、工作交流会等	必修	4+
42	日常培养	学习强国学习	必修	2+
43	日常培养	青年大学习	必修	2+
44	日常培养	读书笔记、学习心得、读书分享会	必修	4+
45	——	其他课程	必修/选修	4+
46	——	自主参加的学院和其他单位课程	选修	10+
备注：具体课程内容和开课时间以实际通知为准。				

五、其他说明

1. 原则上所有课程要求全程线下参加，同时进行“到梦空间”APP 签到和纸质签到，如有疫情防控等特殊情况，将根据实际情况调整为线上，总体为线上线下相结合推进课程安排。

2. 所有课程严格考勤，如有特殊情况需提交学院团组织签章确认的请假说明，并履行请假手续。

3. 所有学员自主报名、组织推荐、学校审核考察确认，已经确认不得中途放弃、不得无故退出。培训期间如有违法违纪行为或不符合班级管理行为情节严重者，取消学员资质并通报相关单位根据相关规定和要求予以处理。

4. 未尽事宜另行通知。

兰州大学大学生骨干培养学校

2022年10月