# 2024年刺合谷的心得体会最新范文

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2024-09-06

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。2024年刺合谷的心得体会最新范文一...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**2024年刺合谷的心得体会最新范文一**

在高三毕业时就已期待大学军训，到了学校才知道军训被安排在大一暑假了，于是等了一年才等到了翘首期盼的军训生活。

从领军训服装，动员大会，到迎教官，军训拉开了帷幕。我们从每个动作学起：站军姿(头要正，颈要直，脖子紧贴后衣领，手形捏好，五指并拢，大拇指位于十指第二关节处，中指贴于裤缝线，最要命的是前倾，脚后跟并拢，前脚章扒地，还有眼神要坚定)这是其他动作的前题，基础，是体现军容军貌的一面;稍息，立正，跨立(这就要求要兼顾他人的速度，动作要协调统一，靠脚要有力度);齐步走(上体保持军姿，摆直臂，后臂打高，走时要有从脚后跟到脚尖撵的过程);正步走(手臂上端下砍，腿要直抬高25到30公分，绷脚面压脚尖);踏步(打直臂，大腿水平，脚尖自然下垂);然后这些动作连贯起来，喊

口号

要响亮，头要抬高，动作一致。 当然重要的不是学会了这些动作，而是在训练的过程中，有了耐心，信心，开心。虽然在训练的过程中，教官对我们要求非常严格，但在底下我们却是无所不谈的朋友，虽然他们与我们年龄相当，但从他们身上我学到了很多终生受益的东西;同学之间也少了以前的冷漠，多了些关心，更重要的是大家的团结一心。

15天说长也长，长是因为我们在一直在烈日底下接受着考验，在疲惫不堪时坚持着训练，在晒的很黑时仍然很开心;说短也短，短是因为我们还没有一起有足够的交流。 军训匆匆已过，但留下的却是十分的珍贵，我会记住与大家一起流汗，一起沐浴阳光，一起淋雨，一起笑的日子。:

我会将军训的点点滴滴埋藏在心里，我会珍藏在心里，永远永远!

最后想说大家都辛苦了，感谢连长，副连长，指导员，以及一起训练十一连的兄弟姐妹们陪我度过这一段身体很苦很累，心里却很充实很开心的军训时光!

虽然离别时有万分的不舍，但正如副连长所说天下没有不散的宴席，希望大家在以后的路上越走越好，永远健康，幸福，快乐!

在高三毕业时就已期待大学军训，到了学校才知道军训被安排在大一暑假了，于是等了一年才等到了翘首期盼的军训生活。

从领军训服装，动员大会，到迎教官，军训拉开了帷幕。我们从每个动作学起：站军姿(头要正，颈要直，脖子紧贴后衣领，手形捏好，五指并拢，大拇指位于十指第二关节处，中指贴于裤缝线，最要命的是前倾，脚后跟并拢，前脚章扒地，还有眼神要坚定)这是其他动作的前题，基础，是体现军容军貌的一面;稍息，立正，跨立(这就要求要兼顾他人的速度，动作要协调统一，靠脚要有力度);齐步走(上体保持军姿，摆直臂，后臂打高，走时要有从脚后跟到脚尖撵的过程);正步走(手臂上端下砍，腿要直抬高25到30公分，绷脚面压脚尖);踏步(打直臂，大腿水平，脚尖自然下垂);然后这些动作连贯起来，喊口号要响亮，头要抬高，动作一致。 当然重要的不是学会了这些动作，而是在训练的过程中，有了耐心，信心，开心。虽然在训练的过程中，教官对我们要求非常严格，但在底下我们却是无所不谈的朋友，虽然他们与我们年龄相当，但从他们身上我学到了很多终生受益的东西;同学之间也少了以前的冷漠，多了些关心，更重要的是大家的团结一心。

15天说长也长，长是因为我们在一直在烈日底下接受着考验，在疲惫不堪时坚持着训练，在晒的很黑时仍然很开心;说短也短，短是因为我们还没有一起有足够的交流。 军训匆匆已过，但留下的却是十分的珍贵，我会记住与大家一起流汗，一起沐浴阳光，一起淋雨，一起笑的日子。:

我会将军训的点点滴滴埋藏在心里，我会珍藏在心里，永远永远!

最后想说大家都辛苦了，感谢连长，副连长，指导员，以及一起训练十一连的兄弟姐妹们陪我度过这一段身体很苦很累，心里却很充实很开心的军训时光!

虽然离别时有万分的不舍，但正如副连长所说天下没有不散的宴席，希望大家在以后的路上越走越好，永远健康，幸福，快乐。

**2024年刺合谷的心得体会最新范文二**

班主任是学校中全面负责班级领导工作的教师，在完成教育教学任务的同时，又肩负着培养教育下一代的重任。因此，在培养符合社会发展需要人才的事业中，班主任起着较为重要作用。班级是学校教育教学工作的基层组织，是教师和学生开展活动的最基本的组织形式。学校中的教学工作和思想品德教育工作主要是通过班级来进行的。班主任在工作中如何让学生得到全面、健康的发展提高，这是一门艺术。

班主任是全班学生的组织者和领导者

作为一名合格的人民教师，首先得热爱本职工作，忠诚党的教育方针，只有这样才能全身心地投入到教育事业之中，以校为家，爱生如子。我是小学三年级的班主任，作为班主任，要作好自己的工作，就必须善于研究小学生的生理特点、心理特征和行为习惯，善于了解学生、热爱学生、关心和帮助学生，和学生打成一片，学生才能亲其师，信其道。其次，作为班主任在班级治理中，要熟悉到教师与学生在人格与地位上是平等的关系，尊重学生，学会与学生交朋友。

作为班主任，不仅要关心学生的学习，而且要关心儿童的生活，记得有一次，我们班转来一位新同学，名字叫陈思邈，开始总是少言寡语，不与同学接触，我就找该学生谈心，并让全班同学主动与该学生接触，从学习到生活给其以无微不至的关心和照顾。一段时间以后，该学生不但与全班学生融为一体，还和我这个教师交上了朋友。

加强素质教育，培养学生全面发展

随着社会的不断进步和发展，当代学生的思想意识也在不断发生着变化。在教育教学工作中，班主任肩负的使命既光荣又神圣，班主任不仅应是一名好老师，学生的良师益友，而且非凡是要关心学生的全面发展，加强每一个学生的素质教育，真正成为学生健康成长的引路人。引导学生在德、智、体、美、劳诸方面得到全面而充分的发展。作为班主任不能只关心自己教的这门课，还要引导学生学好每门课，牢固把握各科知识，班主任要给全体学生以真诚的爱，要端平一碗感情的水，这是提高学生素质的前提条件。

与各科教师密切配合，积极与家长沟通

在校内，对学生教育直接有影响的，除了班主任以外，各科教师也很关健，班主任与科任教师共同对学生进行教育，班主任是核心，起着协调、组织和领导的作用。要带好一个班集体，就必须和每一位任课教师密切配合，这样，才能全面了解和把握每一位学生的具体情况。俗话说得好，众人拾柴火焰高。科任老师和班主任配合得好，班主任工作才能收到事半功倍的效果。

众所周知，家庭教育是学校教育的必要补充，作为班主任要及时同家长沟通联系，根据不同学生做好家访工作，全面了解每位学生的性格、爱好和特长，对症下药，为每位学生创造一个良好的学习发展环境。

班主任是优良班风的培养者

要培养班风，首先要确定班级奋斗目标，它是一个班级的努力方向，班主任要把全班学生的心凝聚起来，靠的就是目标，经常开展活动，创造良好的氛围，给学生以荣誉感。

从小培养学生良好的行为习惯。

在教育教学中，常有学生犯这样那样的错误，我们不能因为学生的错误就对学生辱骂或进行体罚，对学生的辱骂就是心灵施暴，它可使学生的人格受到欺侮，严重的可造成其他后果。我们班主任应时时注重不要给学生施暴。前苏联闻名教育家苏霍姆林斯基曾说过，自尊心是一种较脆弱的东西，对待它要极为小心，要小心得像对待玫瑰花上颤抖欲掉的露珠。教育成功的秘密在于信任学生，只有尊重学生人格，顾及学生的自尊心，学生才能信任老师。

总之，创新教育下的班主任工作是光荣而艰巨的，在班主任具体工作中，把握学生的心理特点，做到“情”、“理”并举，“严”、“宽”同施，充分调动学生学习积极性，从小明辨是非，向着正确的方向发展。你的教育教学目的也就达到了。

**2024年刺合谷的心得体会最新范文三**

抵着昨日曾经千辛万苦，终于，我们走进大学这座神圣的知识殿堂，走进儿时向往已久的梦里水乡。时间流水般逝去，从未停止幻想的我，对大学生活自始至终充满太多虚幻的渴盼……虽然我清楚这一切成为现实的可能性是多么的渺小，但总有一种大学情结迫使我的思绪不得不漫天飞扬……

高中时代，在那所我们自己深爱着。留恋着的故乡中学里，储存着多少学子泪？在炎热的夏季，曾经我们任凭汗水夹着泪珠滴水般滑落……为了圆大学梦，我们痴情地拼搏；为了支持那颗疲惫的心——我们傻傻地憧憬，时而会茫然无措，也有时会像似个孩子嬉戏欢笑，而更多的时候，我们都会坐在书桌旁去继续梦想……

中学时代，忙碌的学习禁锢了我们，同学们间的友情被歪曲的不成样子，好友间还哪有时间畅谈？甚至在中学的几年里，我们竟连自己的母校都未完全了解，有的角落甚至我们从未去过……所以我傻傻的等待，期待自己未来的大学完美如梦，而我们的内心又多么渴望用一个完美的大学生活来填补高中生活的空白？

高中时代，北方的冬天很冷，学校的暖气很难满足学生的需求，宿舍的温度常常在冰点以下，每天晚上睡觉时我没不得不将被子裹的严严实实……所以那时我憧憬将来大学的宿舍舒适温暖，冬天不再让我们把被子扯得那样紧……

高中时代，高考像座大山压在头顶。痛在心里，可以说，我们从未彻彻底底地开心笑过。快乐过，丝丝笑容总伴随着些许忧郁……那是我们又是多么渴望能够潇洒地快乐一回？

高中时，我们很拘谨，对自己喜欢的女孩儿只能在心底里默默地想念她，甚至很多时候不敢正视他的眼睛，深藏心里的“我很喜欢你”几个字只能越藏越深……所以那时我期盼自己的爱情会很甜蜜……

高中时，班内有些同学很善于玩心计，班里时合时散……因而我希望我大学的同学千万别那样，希望我们把彼此当作一家人，我们互相帮助，团结友爱，我们心心相印，我们都可推心置腹……

高中时代我们都在为学习忙碌着，无暇顾及社会上的很多事情，那时我们都是“20岁的娃娃”……所以我盼着大学时能接触一些社会上的事，尽快成为自己的主人，并且盼望着我的大学同学尽快成熟起来……

高中时，我们被很多人或事物束缚，许多十分有意义的事做不成，我们成了“生活的局外人”……因而我盼望大学有很多时间让我们处理这些事情……

高中时，我们的生活十分沉闷，整日只是“三点一线”式的生活，校园里异常死寂，总是笼罩着一层紧张……我盼望自己的大学生活活泼起来，校园里欣欣向荣。朝气蓬勃……

高中时，我们节俭；大学时，我希望我生活中的每个人保持下去……

我们奋斗过，惦念着的中学时代已经成为永远的历史，高中好友已天南海北各奔一方，曾经一张张难忘的脸庞沉在心底聚合成永远抹不掉的幸福的伤痛……初来大学，我们彷徨，我们期盼，我们也在忧伤——对同学好友的思念，对故乡亲人朋友的牵挂，对大学未知的疑惑与恐惧……我们一直在忧伤！我盼望大学生活能减轻思念，去除恐惧抚慰我们内心的牵挂……

大学里，我更盼望我们学生会。协会。书记处的主席。部长。书记和会长们，不要带着一股领导的威风，摆着一副领导的架子对待我们。我尊重你是因为你是我的学长，我的校友，不是上司！我们都还是学生，仅仅是学生……

我还希望，如今我的大学交际生活和关系与我的理想生活近一些。再近一些……大学，所有的校友。教授和讲师们，我们不都是一家人吗？我们都长着黄皮肤。黑眼睛，我们有共同的语言，还有，我们都在同一个城市……

还有，处在我生活圈内的校友们，请别再追求潮流，冷静地想一想，理智一些……另外，我还希望学友们不要冷落了一些人；以貌取人，你很可能会失去不应失去的……

确切的期盼如浮云一片片，终难诉说清对岁月的心愿，许许多多心里话只能寄托给过往的云烟……

**2024年刺合谷的心得体会最新范文四**

7天的军训生活就这样结束了。坐在车上的时候，看到教官们整整齐齐地站着，敬着军礼，在雨中渐渐远去的身影，身边的同学都不由自主地哭了，我也哭了。在这短短的7天里，我们有欢笑，有泪水，有辛酸，我们虽然终究离开了，可是我们留在这片土地上的，是无尽的回忆与成长。当我们离开的时候，我们每个人，仿佛都经历了一场盛大的洗礼，带着破茧而出的新生的美丽，昂首向前。

现在细细回想，临近军训的那几天，自己是怀着一种有些期盼的忐忑心情的。等到了基地，看到整齐站列着的教官们，就傻了眼。觉得教官们都很凶的样子，心里就有些害怕了。

可是尽管如此，大家都活跃的不行，在教官们清点人数的时候，带到宿舍的时候，都嘻嘻哈哈的。可是到了最后，我觉得我们每个人都懂事了许多，成长了许多。

在这里，给我带来最大触动的，是营长和我们8方队的陈教官。

在刚刚开始的几天里，营长对我们真的好严厉，心里好怕他。

可是，到了第5天，营长却好像一下子变了个人。他不住的对我们说着关怀的话语，那话语虽然是那样朴实，可又是一句句都说进了我们心坎里，让我们几天里在训练场上的坚强一下子瓦解了。我们方队那晚走的特别不好，大家心情也都特别的低落。其他方阵都回宿舍了，我们垂头丧气的走在最后，营长却不知何时的走了过来，“哎？怎么好多同学都在哭啊？”我们更加鬼哭狼嚎了。

接下来，这真的是我听过最朴实、真诚、感人肺腑的教导了，营长要我们擦干眼泪，教我们面对现实，让我们把悲伤都化作了前进的动力。我现在想起来，也仍然觉得心潮澎湃。其中有一句话，是让我感触最深的，“哭有什么用呢，同学们，要是有用的话我早哭800次了，以后你们走向社会，这个社会里有很多不公平，我中考考了600分，就因为500块钱没有上高中，我哭又有什么用呢？”我们当时就泪如雨下了。我觉得我们方阵真的很幸运，可以听到营长对我们的这次“单独”教导，真是“听君一席话，胜读十年书”啊。

晚上，我躺在床上，营长的话一直在我心中回响，营长的手，本来应该是一双拿笔的手啊，却因为家里穷，只好当了兵，每天风吹日晒。现在想起开营仪式上营长的话，我真是觉得惭愧不已，我们现在有这么好的学习条件，却不知道要珍惜，还总是管家长要这要那，有时还会为了要买一双几百块钱的运动鞋烦恼。可是，这些对我们来说好像是理所当然的东西，在别人眼中，就是奢侈品，甚至是能够改变一生的钱啊。我真想把我以前用来买贵东西的钱，都捐给那些山村里的苦孩子，让他们能上学、读书。我觉得我以前的种种真是太不应该了，太不知足了，我一定要珍惜现有的条件，努力过好每一天。

我们的教官，他真的好严肃。每天都是那个表情，总是那几句话。可是，后来我们才发现，他其实很朴实、很容易害羞、很不服输。在我们联欢的时候，在我们临走向他感谢致词的时候，我看到他的脸红了，眼里也闪烁着晶莹的光芒，可是他强忍着不流下眼泪，慌忙着背过身去将眼泪悄悄擦去。因为他对我们的严厉，我曾经觉得他可能讨厌我们的不听话、不懂事，可是现在我明白，教官跟我们一样，我们都希望对方好，我们彼此都有了深厚的感情了。

每一个对你严厉的人都是对你好的人；不论是谁，他的身份是什么，他都终究是个人，一样有爱恨情仇，一样有喜怒哀乐，只是可能有时掩藏得比较深罢了；待人一定要付出真心；你要想吃饭，就要先付出辛苦，世上没有白掉的馅饼，要努力付出才有收获；有的人，可能很平凡很平凡，但是一生都在做伟大的事；珍惜你所拥有的，知足常乐……

7天的军训生活就这样结束了，可是它留给我们的，是无尽的回忆与无限的成长，带领我们滚滚向前。希望我的教官们，我的老师们，我的同学们，以后一切都好。

**2024年刺合谷的心得体会最新范文五**

军训往往是我们进入新环境的第一课，不管是中学、大学还是入职前的军训，我们都能通过军训，迅速的把周围环境和人的陌生转换为整齐划一的默契和坚忍不拔的意志，这就是军训的神奇之处，我们在汗水中一起成长，熟悉我们的同学和同事，建立起友谊，坚定了信念。而这次的军训也是我走入社会，融入单位的第一课，这一课也带给我不少感悟。

1月3号的早晨我们早早的起床收拾行李赶去康师傅公司为我们安排的封闭式军训、地点奉贤的西点军校，说实话在车子启动的时候我的心情是非常兴奋的。因为我很喜欢这种活动，原因是：1我自己本身很喜欢军队、很喜欢运动。2我觉得军队会有很多我们学习的东西！但发现很多同事根本就没有真的的去喜欢和接受这次活动、抱着无所谓只是去玩玩的心态、当车上经过一个小时的车程到达军校地点时、刚下车就听到女教官的列队声、声音很洪亮、感觉在提醒我们你们到了我的地盘了你们都给我老实点、可是我们的宝原的精英们怎么可能屈服呢？还是各干各的事情、只认为我们只是来玩的，好新奇哦！首先教官把我们带到宿舍领床单、领军服、分好宿舍、然后听到哨声出去集合、我们就像一盘散沙毫无组织毫无纪律、说话的、绕痒的，没站好的，教官开始整顿队伍、好了一点后、还是有点不规矩的、教官开始教会我们“一个生病，全家吃药”的道理、因为一个人的过错整个团队都要受罚！开始的我们就接受的惩罚、俯卧撑准备！

教官稍微整顿了只会然后是军训的开幕式、学到了鹰的重生、本来鹰的寿命只有四十年、但它却可以活到七十年、因为它为了自己能再活30年、历经了巨大的痛苦去改变自己的命运、生活亦是如此、如果你想过得好、继续生存下去你必须的去改变自己！还有就是猎狗和兔子的故事告诉我们做任何事都要全力以赴、而不是说尽力而为！开幕式完毕我们有齐步开始到训练场开始接下来的军训、开始我们是选出几位创业的董事长和他公司的员工、分别有个五个公司！刘总监理所当然当了我们的董事长、之后我们经历的木桶原理的游戏、这是一场团队合作的游戏、只要有一个人出现错误满盘皆输、我参加了第一场、时间一长说实话真的挺辛苦的，但经过我们的努力还是获得了第二名！军旅的饭菜让我们明白萝卜白菜也可以这么的好吃、也许大家都饿了吧！回到宿舍我们学会的叠被子、我们知道原来被子也可以叠的这么漂亮整齐！报数游戏时从18s的失败到7s的成功、原因很简单、一个是尽力而为、一个是全力以赴！晚上的培训教会了我们怎么去感恩、非常深刻的一课！

11月4号、军训的第二天、5点钟就起来了、今天的第一个训练项目是跑步、5个伤员要我们轮流背着跑、真很辛苦、最后因为我们队员的谎话和不遵守规则所以我们的团队遭到淘汰！在一线生机的游戏中多少同事为了自己的队友能过去、辛辛苦苦做人梯、一个一个的过去、我明白到一个团队的合作团结是多么重要、每个团队都会有对团队做出无私奉献的人、都会有正能量的人！正能量不仅能感染别人、也能感染自己！俗话话、不成规矩成方圆！这两天、听到最多的是：报告！部队的铁纪律让我们学会的规矩、说一就是一错了就是错了、不会因为什么而改变！游戏中我们学会了团结、全力以赴、在一个团队里面我们不是一个人、一方有难八方支援、在同事遇到困难不是一味的责备、而是去鼓励他！还有我们要学会去担当、我们竟然是团队的一份子、就应该为团队分担责任、而不是自己一个人独来独往、除了自己的事情其他都不管！要有团队意识！不抛弃、不放弃！接下来的日子我要全力以赴的投人工作中、努力的完善自己的缺点、军队的铁规矩、简单听话、服从！学会鹰的蜕变、兔子的全力以赴！团队的团结一心！

我相信我一定可以做的很好！相信团队、相信自己、只有你想不到的，没有我们做不到的！让我们全力以赴的和团队一起走向辉煌！加油！

**2024年刺合谷的心得体会最新范文六**

担任高职新生班主任已经一年，这是本人进入电大后第二届班主任，如果说第一届班主任是自己学生管理过程中的一种摸索那么第二届班主任担任过程中则至少可以说有些许更深的体会，如下：

班主任是教师的主要日常工作之一，而不是一种额外的负担，如果将班主任工作作为一种负担则将在日常工作中无法摆正自己的心态而无法有效的开展工作。在几年的班主任工作中，我有一个很深的体会，那就是不同的班级给人的感觉完全是不同的，有的班级团结、活泼，有的班级严谨、努力，有的班级对学校的各项活动都没有多大的情绪，我暂时把这些现象称之为班级文化。通过对班主任性格和班级文化进行对比，我发现这两者之间存在诸多的相似之处，也就是说班主任的行为、语言以及内在的品质会潜移默化地传递给班级成员。因此可以说班主任对班级的影响是巨大的，因此班主任在工作中要摆正心态，用自己的热情来应对所面临的事情，这是班主任工作中最重要的一环。

良好的开始是成功的一半，这是一句不能再普通的格言。班主任工作也是一样，如果在新生进入大学后没有很好的约束学生，没有将一些浅显的道理给学生说清楚，那么到了大二、大三，即使是更简单的道理，学生也无法接受，因为学生已经习惯了这样一种氛围。因此，我认为班主任对学生的管理应该是一种“有序的放羊”的模式，也就是说，放羊者将羊带到肥沃的草地，但是应该由羊群自己寻找具体的觅食场所。对学生而言，我告诉学生你们应该朝着某个方向努力，但是具体的路径由你自己根据自己的情况来选择。我曾经在入学前的第一次班会上告诉学生：“我不会告诉你在大学中应该这样，不应该那样，因为你们是成人；但是我会告诉你应该朝这个方面努力，因为你们还没有成熟到自己能够明白自己在做什么”。

高等教育发展到现在已经不再是传统的“学生产品的生产”，而是一种高等教育服务。我始终认为，班主任与学生应该是一种良性的伙伴关系，而不是站在对立面上，这种思维在与学生的沟通中可以体现的更加明显。与学生的沟通中，我始终以一种商量的语气与学生进行沟通，而是不一种苍白的说教。马斯洛的需求层次理论认为“受到尊重”需求的重要性仅次于“自我实现”的需求，因此我通常尊重学生的想法，而不会让学生认为我在命令他。当然，高校的现状也决定了学生与教师之间很难成为全面的朋友，但是掌握沟通的艺术是班主任做好班级工作非常重要的另一环。

班干部（尤其是班长和团支书）队伍是否得力，会极大地影响到班主任的工作效率。在成立班干部队伍的时候我就告诫学生，大学里最关键的学生自己能够将自己的事情安排好，而这当中班干部的带头作用最明显。在班级的实际工作中，我经常注意班干部办事能力的培养，比如让班长去做一件事情，我不会告诉她应该怎样去做，而是在班长办完一件事情后再询问他是如何办处理的，如果我认为有缺陷的地方，我会说“你看，如果……是不是会更好？”，以启发式的提问让学生在具体的事务中培养能力。再比如活动的组织，我会到场但是我不会告诉学生你应该这样来进行活动的组织，因为能力的培养是在具体的事务中实践中而不是理论的说教中。如果在大一能够培养一支得力的班干部队伍那么对于后两年的班主任工作而言至关重要。

以上是本人担任班主任工作的几点最深的体会。班主任工作是一项繁琐的事情，需要班主任的热情去面对，我想经常对班主任工作进行回顾将更有利于今后的工作。

**2024年刺合谷的心得体会最新范文七**

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官\_\_对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了!

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良机。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要性，我相信，无论在哪个岗位上它将使我终身受益。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

【2024年刺合谷的心得体会最新范文】相关推荐文章:

2024年教师培训心得体会最新范文

军训心得体会2024年最新范文

2024年家访个人心得体会范文最新

2024年最新劳动心得体会范文

2024年最新家庭教育心得体会范文

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找