# 对军训的认识和感想[范文模版]

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-06-21

*第一篇：对军训的认识和感想[范文模版]在军训中，很苦很累，心里虽有说不出的酸甜苦辣，但这何尝不是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机吗?下面是小编为大家整理的对军训的认识和感想，希望对大家有所帮助。对军训的认识和感想篇一军训在很多人...*

**第一篇：对军训的认识和感想[范文模版]**

在军训中，很苦很累，心里虽有说不出的酸甜苦辣，但这何尝不是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机吗?下面是小编为大家整理的对军训的认识和感想，希望对大家有所帮助。

对军训的认识和感想篇一

军训在很多人心中就是一种无所谓打酱油的心态事，这样想你可就要悲剧，你看不起他，他必然不会理你，学会尊重军训，尊重他给我们带来了什么。幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长?溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀!可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直,手......”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心......我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己:你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持......在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默;观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一(8)班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

对军训的认识和感想篇二

9月8日，开学的第二周。也开始了我人生中的第一次军训。第一次离开家参加军训，让我体会到了在外面生活的辛苦。

今天是军训的第一天，此刻我们怀着激动的心情，迎接军训的到来。教我们的是黄教官。刚下车我们的黄教官就带我们去了宿舍，宿舍里有4个4班同学的，7个我们班的同学和一位教官。教官教我们的第一件事就是叠被子，我听说过也在电视上见过“豆腐块”被子。今天，见到了现场版的“豆腐块”，可不是十分简单。教官叫我们把被子折成三等份，然后大拇指和食指弄三下，再把被子凸起来，用同样的方法折下面一半，不一会儿“豆腐块”就做好了。开始，我照着教官的样叠了一遍又一遍就是叠不好，我看了一下别的同学，原来做好后要用手捏一下，看起来才会直，于是被子就叠好了。叠完被子，我们就到操场集合了，教官先教我们练习军姿，就是抬头挺胸手夹着裤子缝，教官说：“大家练得都不错，一会儿就要开始开训典礼了，只有10几分钟哦大家一定要挺住。”我们齐声说了一句好。在开训典礼上，我们区队没有一个人说话，都坐的挺直，在老师下了台以后，我因为身体没有受过这样严酷的训练所以吐了，在我吐了以后，教官们把我扶到了阴凉的地方，给了我一瓶水，不住地问我：“好点了吗。”在下午练习了军姿和踏步，教官先告诉我们要先把臂抬高了腰80度，腿要90度。到了晚上，我们区和其他的男生区队都在练习，唯独女生区队在唱歌，我们对此非常的气愤。我们知道了军人的累，再回了宿舍以后，我们累得上床就睡了。

第二天，不知是老天在帮我们呢还是同学们的诅咒实现了，今天下雨了，教官知道了以后，让我们在宿舍里自由活动，我们一直自由活动到吃早饭，吃完早饭后，教官带我们到了操场，就在这时又下雨了，所以我们到了楼道里训练了。雨在下午的时候不下了，我们又出去练习了。练习了一个下午，我们又学会了正步，在晚上又下大雨了，说一我们躲在两个楼的连接处坐着，等于小点儿了我们就会宿舍了，那会儿才8点多，我们又在宿舍里玩儿了很久，由于今天下雨所以我们都不是特别的累。

在第三天，我们还是训练踏步军姿正步，但在早饭后，我们的教官告诉我们星期四晚上要开联欢晚会，让我们会什么特长的同学来展示，我当然就报告了我的拿手好戏，打架子鼓，我想一个人打也没劲，不如带上我的伙伴丁阳我们俩合奏，我问他了一下，没想到他爽快地答应了，在中午我们损失了一点休息时间练习，但我们还是有时间休息的。下午我们主攻正步。在晚上吃饭的时候，教官们告诉了我们一件好事，说：“今天晚上可以洗澡。”我们高兴得欢呼起来。在晚上，我们练习联欢晚会的内容，所以逃过了训练。在回去了以后我问他们什么时间洗澡，他们说不洗了没水了，一天就这么过来了。

星期四，我们只有一个上午的时间训练，下午就要排练结训典礼了。在上午教官严格的训练我们，让我们按要求练习，在最后一遍的时候我们做得相当出色。在下午，我们在排练结训典礼上表现得不是很好，在完了以后，我们又训练了几遍，这几遍还好点，老师终于让我们去吃饭了。在晚上的联欢晚会上，我和丁阳表演得相当出色，没有为我们乐队丢人。

今天是我们和教官们的离别之日，在上午我们还要结训典礼，在典礼上，我们走得还不错，没有太丢人，在完了以后我们就要离开这美丽的军营了，在走的时候我还有点恋恋不舍呢。

四天的军训转眼就过了，但四天魔鬼训练让我铭记在心，这四天学到的东西更是不能忘。在军训中，很苦很累，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，但这何尝不是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机吗?经过这次军训我已经渐渐意识到我必须做一个有纪律，不怕苦的人。

对军训的认识和感想篇三

还记得高一时军训的烈日和教官严厉的训斥声，而一转眼间，我已经在参加大一的军训了。时光飞快，如指间沙，瞬间流逝……

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透;我们为了把动作练整齐，反反复复地练;知道全身酸痛;我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层……

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆!

>>>下一页更多精彩“对军训的认识和感想”

对军训的认识和感想篇四

正如歌曲《国家》中的歌词“有了强的国，才有富的家。”中华人民共和国的伟大复兴需要我们的国家变得强大才有能力去实现。而作为社会主义现代化建设的接班人，大学生群体更是应将“为中华之崛起而读书”作为自己的理想抱负，顽强拼搏，不断提高自己的综合素质。锻炼自我，增强体质;努力学习，加强修养。有句名言说得好：“身体是革命的本钱。”只有拥有一个强壮的体魄，才能谈得上更好得去奋斗，更好地去实现自己的理想抱负。而学生军训能助我们有效地锻炼自己，因此，军训对于我们学生群体来说是必要而且意义重大的。

军训是高等院校改革教育内容，是学生接受国防教育的基本形式;是“四有”人才的一次重要措施，是培育和储备我军后备兵员及预备役军官，壮大国防力量的有效手段。军训的目的是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟，激发爱国热情，发扬革命英雄主义精神，培育艰苦奋斗，刻苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神，增强国防观念和组织纪律，养成良好的学风和生活作风，掌握基本军事知识和技能。特别对于当代大学生来说，信息科学技术的迅猛发展，我们越来越依赖于现代科技，“秀才不出门，便知天下事”已经实现。但现代科技给我们带来便捷的同时其形成的额“足不出户”现象却令我们的健康状况大打折扣，越来越多的疾病正在侵蚀着人们的身体和心灵。当代人们的身体素质越来越差，人生活在这样一个因信息技术高速发达而日益变得浮躁不安，功利性也变得越来越强的社会来说，人们特别是大学生的精神生活更是匮乏，心理素质也越来越差。而军训对于我们大学生的作用和翼缘板也正体现于此。军训不仅能让我偶们锻炼身体，增强体质，而且能锻炼我们的意志，提高我们的自控能力，养成不怕苦不怕累的品质，这恰恰是我们当代大学生所欠缺的。现在很多大学生遇到困难和挫折就不知所措，甚至只会怨天尤人，没有良好的心理素质去应对这些情况，那么保家卫国，为社会主义现代化建设贡献力量又该从何谈起?

不妨想想革命战争时期我们的先辈们辛辛苦苦打江山所付出代价血汗代价，长征精神，抗战精神，抗震救灾精神……革命先辈为我们做出了最好的榜样。反观我们当今的很多大学生，在家“饭来张口，衣来伸手”;在校挥霍时光，不思进取，这种状况着实令人担忧。所以我们更应珍惜好军训的机会，好好锻炼自己，拥有强壮的体魄和坚强的意志。军训有助于促进学生德、智、体全面发展，树立科学的人生观，世界观，价值观，有利于培养社会主义建设事业的“四有”新人;有利于加强国防后备力量建设，对做好未来反侵略战争准备具有战略意义;有利于激发学生爱国卫国意识，对加速综合国力的建设具有深远意义;有利于增强“国无防不立，无兵不安”的观念，提高全民族的国防意识。只有我们的国民综合素质提高了，我们的“强国梦强军梦”才会离我们更近。

军训就要开始了，我会在这个过程中严格要求自己，锻炼身体，增强体质;同时学习革命先驱的英雄事迹，端正自己的思想，提高思想政治觉悟，增强国防观念和国家安全意识。不管多苦多累，我都会珍惜这次军训的机会，坚持下去!即使个人的力量有限,但我会怀着“强国梦强军梦”的信念勇敢地向前走!

对军训的认识和感想篇五

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页;如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕;如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人曾经说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才知道其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨天，我们一起欢笑，流泪。今天，我们一起历经风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

对军训的认识和感想篇六

军训生活虽然是短暂的，但我的收获应该是丰硕的;军训生活是辛苦的，但却不乏激动，甚至更多的是感动。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。

心目中的军训是紧张与艰苦的交响乐;心目中的军训更是无常地响起那集合哨音，还有那烈日炎炎下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但我也相信这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良好契机。心里虽有些说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这又何尝不是一种快乐，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。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，场下更有我们那嘹亮的红歌、军歌。不积小流，无以成江海。没有每个人的努力，就不可能有一个完整的、高质量的团队。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，我相信，它将使我终身受益。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

对于人生而言，这三天只是转瞬即逝的刹那，但就是这个刹那却将成为我们人生的记忆长河中一朵绚丽异常的浪花，因为它给予我的东西很多。在军训中我学会了去勇敢的面对一切困难，并且用智慧与毅力来克服;学会了挑战自我，超越自我，这对于我今后的学习生活是一个良好的开端，我们要在今后的学习中发扬这种精神，不断向着目标迈进。三天的军训一眨眼就过去了。在军训时没有想过离别，不过在想到我们即将和教官道别的时候，我真的有点想哭，但是我一定会忍住。人的一生总是会有分开和离别的，别想那么多了，做好教官教我们的，努力践行。一定要把这次军训学到的用到学习和生活当中去!

我当然也不会忘记在这些天里建立起的同学友谊，在这个大家庭里同学相互帮助，相互激励，团结共进，多了一些理解，多了一些忍让，多了一些谦虚，多了一份团结。最后这几天，我感觉自己一下子长大了许多，懂事了许多。从幼稚的孩童成长为羽翼渐丰满的雏鹰，就要展翅翱翔了。

最后，我从内心深处感谢领导、教官，感谢所有为我们付出的每一个人!

**第二篇：对大学军训的认识和感想**

军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的 日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命 的最底层。下面是小编精心整理的对大学军训的认识和感想，希望对大家有所帮助。

对大学军训的认识和感想篇一

九月，太阳炙烤着大地，和着干燥的秋风，无情地扑向我们。就是在这样的九月，我们开始了维持十天的军训生活，这也是我们大学生活伊始的第一堂必修课。

我们每天都要按时作息，集合，进行紧张，有序的训练，时间表里排得满满的。教官们认真的教给我们每一个规范而严谨的动作，我们也非常虚心认真地学习。紧张严肃的训练，常使我们累得气喘吁吁，汗流浃背。但此时的我们却也是幸福的，我们能感觉得到体内那股新生的力量正在强大，我们在不断的收获，收获人生那份坚忍不屈，团结向上的美好品德。军训生活，苦中有甜。成功，总需要付出。冰心不是说过吗，“成功的花儿，人们总惊羡它现时的明艳，然而当初它的芽儿浸透了奋斗的泪水，洒遍了牺牲的血雨。”我们用汗水，浇灌成功的希望只花，教官们用自己的一言一行影响和教导我们，让我们深刻感受到部队顽强严谨，不怕吃苦，全心全意为人民服务的良好作风，我们以军人为荣，并立志要做一位勤勉，坚忍不屈，积极进取的好学生，好公民。

逝者如斯。八天，整整过去了八天，军训生活已接近尾声，我们在这段时间里也取得了很大进步，这样有意义的一课，也将会影响到我们以后的学习和生活。所以，我们要用心去对待，对待我们现在拥有的每一刻幸福时光，有始有终的将军训进行到底，为多姿多彩的军训生活画上完美的句号。

还是同一个九月，可是此时，却是不一样的心情，我们已经坚强的长大，我们学会了顽强，学会了吃苦，学会了团结，学会了律己......被晒得黝黑的面庞上，绽放的是丰收后喜悦而甜美的笑容!

明天的会操，我们会全力以赴，不管结果如何，最重要的是我们曾经努力过，拼搏过，所以，我们不后悔，也没有遗憾。展望未来，看：明天又是一个艳阳天!

虽然和教官们相处的时日不多，但那种亦师亦友的情感，却让我们难以割舍，我们对教官的感言无从说起，千言万语，化做一句：“亲爱的教官们，你们辛苦了，我们永远感谢您，想念您!愿你们永远健康平安!”

对大学军训的认识和感想篇二

怀着激动的心情，我来到了这个美丽的校园，从此迈出了我成为大学生的第一步，也标志着我独立自主生活的开始，而这一步的开始就是由一个短暂而又漫长的军训拉开了惟幕。

我们都不是第一次接触军训。我确实有些怵头，因为要训近半个月。这高强度的训练是避不可少的。虽然练习的动作都很简单，但要让一百多人行动要像一个人一样的确定是件不易的事。但我开始训练后又觉得很开心。因为训练使我的身体得到了锻炼，意志得到了磨练。当汗水从额头流下，再慢慢滴落，留下一丝痒意时，偶尔也会为自己坚持不动，坚决不打报告请示擦汗的坚定信念所感动，我是一个不太上进的人，但真正决定的事就一定要做，要做好。而这样的感动在平时的懒散生活中是无法得到的。放在平时我也许会用纸巾擦去那一小颗汗珠，任意地动一动。可是在这里，做为一名暂时的军人，我要坚持，因为这里没有个人，没有形象，有的只是集体和集体的荣誉。

对于教官的严厉，我没什么怨言，却有一份感谢，因为教官也配同我们一起在太阳下晒。而当其他连队在阴凉处训练，我们却在烈日下曝晒时，我没有难过，没有不服，我只觉得那是一种荣耀，因为我们在恶劣条件下依然可以做得最好!况且，我们的教官人很幽默，他不仅讲笑话给我们听，而且还教我们唱歌，这使军训生活变得丰富精彩。

也通过军训，我们同学之间的友情更加深厚了，尤其是在军训期间，我度过了第一个在外地的中秋节，有大家的陪伴，我没有特别想家，因为和同学们一起策划晚上联欢的内容，亲自出题目参与，这是忙碌又快乐的，但我相信，在远方的家中，亲爱的父亲却一定很想念我，也正因如此，我更要努力坚持训练，不辜负父母给我起的名字呀!借用一句教官的说话方式。我要坚强，很坚强，非常坚强，越来越坚强!

感谢军训给我带来了汗水与欢乐，艰辛与成长，虽然还没训完，但我坚信，军训生活一定会是大学美好时光中最重要的一个篇章。

对大学军训的认识和感想篇三

第一次遇到“迷彩”，于是生命中又多了一道“神圣”的色彩，工夫上天也给了我们许多责任，但军人的责任是神圣的，上天赋予了我们许多选择，而我们却没有选择去当一名军人，然而上天却宽恕地把一次体验的机会给了我们。

迷彩是我最喜欢的混合色，它似乎是一个天性的装扮师，平凡而略显娇弱的脸上无形中增添了一些英武，我在想，天蓝地绿的搭配是否过于单调了，如果我们能够多增加一些迷彩，是否又会多一份精彩呢?生活也是如此吧?一些迷彩生动一份光阴。

歌声“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”这首团结就是力量在高中时也曾合唱,但感觉从来没有向今天这样响亮过，以至如今都已不记得当初的力量是团结在哪的.然而在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，将人的本性，热情，积极的一面显露时，就成了我心中永久的记忆：当大家放声歌唱时，我才明白什么叫做真正的团结.冰心曾说过这么一句话：一朵孤芳自赏的花只是美丽，一片互相依偎着而怒放的锦绣才会灿烂.我们生活在一个集体里，唯有团结，才能为团队增光，为自己加彩，才能促成灿烂的锦绣.太阳9月的长沙，骄阳似火.但是并没有晒僵我们的激情，反倒激发了我们的士气.人们总是爱在烈日暴晒时找个阴凉的地方躲起来，为什么不勇敢的以另一种心情去迎接它呢?它能驱散我们心中的软弱，生长出新的希望.只要我们手牵着手，心连着心，任凭骄日如何猛烈，我们都能共同坚持到最后.坚持,人是否有耐力和韧性其实不必用一件什么大事来衡量.一个简单而有训练价值的动作你是否能坚持就是最简单的检验方法.曾经我也因为害怕而不能坚持.但现在不一样了.有了这段迷彩生活，将来就更不会了.坚持的定义很简单!就是在别人支撑不住的时候你能再坚持一秒，就是一种毅力，一种坚韧.今后求学的路上还要面临更多更大的坚持.军训让我明白了一点：在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝.像军人那样，经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志.虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰.是的，几乎每一个经历过军训的同学都会抱怨军训太苦太累.但当我们感觉到苦和累的同时，我们的教官不也是在烈日下手把手的教我们?其实他们比我们更苦更累.但他们从不抱怨.生活中有许多困难是我们想出来的.只要我们有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己.我由衷地感谢这次军训对我的磨砺.有句话不是这么说吗?智者积蓄着淳朴宽忍，信仰着桀骜不驯，所以选择坚强.军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者.曾经，我们一起欢笑过，流泪过.今天，我们一起经历风雨，承受磨练.明天，我们一起迎接绚丽的彩虹.苦，让我们一起珍惜现在的甜.累，让我们体验到超出体力极限的快感.严，让我们更加严格要求自己.天空愈晴，星辰愈灿烂，三周谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华.我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训.

**第三篇：对军训的感想**

军训心得体会

短短的5天军训很快就过去了，我感受到身心好像得到完全洗礼。

从站军姿、行进立定、向左转、向右转、步伐变换等这些具体训练项目和教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得了很多。给予我很多启示：它不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们有良好的精神面貌，更要求我们拥有团队合作的意识。还让我们更加体会着为一名员工要时刻要求自己，全神贯注集中力量与一身，随时接受上级下达的命令，以军人的姿态去面对一切。

军训场上即严肃又艰苦，它既考验你的坚韧力，也考验你的团队合作精神。通过这次军训大家都开始变得熟悉，今后可以很快融入这个集体并更有效的去工作。对于在大张工作的意义就更大了：一方面，使我们在工作中更加积极地服从大张领导的管理；另一方面，对于我们内在的素质也得到很大的提升。而对于我自己，通过这次军训我和员工们有了更好的了解，也强化了我的纪律性和执行力，更加磨练了我的意志，坚定了我的信念，为我成为一名合格的员工奠定了良好的基础。

这次军训是我人生的第二次军训，也是意义重大的一次，我将永不会忘记这次军训给我带来的意义，我会在这次军训精神的鼓舞下，走好自己脚下的每一步，做好人生中的每一个细节，实现自己所追求的人生价值。

军训正体现了大张领导强有力的执行力；以及整个大张积极

向上团结协作的精神风貌；温馨的企业文化和工作生活氛围等等。“站军姿”、“向左转、向右转”、“行进立定”、这些具体训练项目，给予我很多启示。“站军姿”，不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们拥有高效的执行力。“行进立定”展现的是我们的团队作战意识，一个团队只有互相配合步调一致，才可实现目标，做好工作。“向左转、向右转”，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合好，才能收到更好的效果。让我们每个人发挥自己的沟通力和协作力，最终让我们大家凝聚在大张这个大家庭中。

“稍息、立正”是一个军人最基本的东西，也是我们在军训中做得最多的动作。军训给我们讲述了一个做人最基本的道理，那就是要守规则，接受约束。细想一下，现实生活中，就是这样的。在家有家规，在单位有制度，在社会上有国家的法律。你若违反了这些规则，你将受到惩罚和制裁。所以不论我们处在什么地位，从事什么工作，都应该养成自觉遵守规则，自觉接受约束的习惯，决不能马马虎虎，更不能视规则于不顾。

众所周知，军队有严格的纪律，军人有钢铁般的意志，所以才使军队步调一致，铸就了钢铁长城。企业不是军队，但企业是一个团队。企业的成败兴衰也要取决于这支团队的战斗力。当今时代，我们追求的不再是个人英雄主义，而是团队的整体实力——“没有完美的个人，只有完美的团队”，大张的军训无疑是铸就一支优秀团队的有效手段。俗话说：军人以服从命令为天职。

那么一个企业又何尝不应该这样，企业再好的决策，再好的经营理念，如果没有强有力的执行力也永远是空谈。一个企业有高效的执行力，就可以很快的将企业的决策落到实处。这些不都是我们要从军训得到的东西吗？

通过这短时间的军训，让我更深刻的了解了大张的的基本运行概况，公司和谐的工作生活氛围和温馨的大环境。让我确实感觉这是一个家，一个拥有美好未来的“大家”。我迫切希望通过自己的刻苦学习和认真工作能够融入这个“大家”中，为这个大家贡献自己的一份力量，成为夯实公司基础的有用之人。篇二：军训感想

军训感想

穿上军装，我打量了一下自己，不错，变精神了。我看到帽子上的帽徽，金光闪闪，仿佛在向我诉说中国军人的光辉事迹。

面对军训，勇者说：?军训时一次挑战，是一次锻炼意志的机会。?弱者说：?军训是魔鬼，在折磨人。?教官说：?军训就是服从，服从再服从。?而我认为：军训时对自己身心和精神的洗礼，通过军训，我们可以磨练自己的意志，培养坚忍不拔的性格。

这几天，无论我们到哪集合，教官说一声：?坐下?我们就席地而坐。我体会到了军人口中?不怕脏?的精神。

面对军训，女生不能娇气，我们男生更不能，我们要把解剖后的自己暴露在炎炎烈日下，接受军训的沐浴。

没有军训的大学时不完美的，而我们也是最后一次参加军训了。以前上初中和高中的军训是穿着校服参加军训，俨然一副学生相。而现在，穿着军装参加军训，感觉到自己已经是一个大人了，也算是一个兵了。穿上军装，腰板挺直了，走路头抬得也高了，感觉什么都有自信了。

军训时辛苦的，更是快乐的。我们应该学会品尝这种苦中之乐。通过军训我们可以一改既往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的快乐。军训不仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气，使我们懂得了责任的重要，更加强了我们问团队的意识，我相信在以后的工作、生活、学习中不管从对待生活的态度上、意志上、还是思维方式上，我们都将受益匪浅

——材料09-2班 苏迁

我的军训生活

进入学校以后我们接下来面对的是一段军训生活,我已经做好了准备,因为我知道军训可以规范我的行为,我从中还可以学到一些东西.在军训生活中,我一直在想我们的目的不只是接受这次军训生活,更重要的是通过军训生活我们可以学到一些道理,并通过军训生活来体会这些道理.在军训生活中我喜欢那有魅力的军姿,那是站着很长一段时间一动不动,我们就像一座座威严的纪念碑,那种高昂的精神和不凡的气质彰显出我们的青春活力.有时侯我们会做一些动作,那动作到位后我们就定在那里,大家都知道那是多么难忍难耐,而且非常枯燥无味.我感觉不舒服了,于是望一望远处的山丘,山丘上有一些长青的树木,假想我们大家一起爬到那山丘上去欣赏风景, 便会有一

番情趣„„在我的眼前突然有同学倒下了,也许是他认为自己坚持不住便主动放弃了,也许是长时间的枯燥无味使他感到厌倦了也便放弃了„„虽然我此时也已经满头大汗,背上的汗把衣服浸湿了,但是我依然还在坚持,远处山丘上的景色使我变的更加兴奋而不是疲倦;时间每过去一秒我便会更加兴奋,因为希望就在前方,坚持再坚持„„.这使我懂得了:人要在最艰难的时候学会坚持,其次是在寂寞和无奈的时候要想一想其它有趣的事情.在军训生活中还有一些活动,有的活动是在同一组织内部开展,也就是个人表演.在个人表演时我总是害怕,怕轮到我上场时表演不好反而会弄出笑话来.我看到其他人的表演也不算出色,有的人把歌唱得跑掉,这时我感到我也可以去表演,但是我失去了展示自我的机会.个人表演不在于

表演得多么出众而是在于主动参与,让别人了解自己.有的活动则是在不同的集体间开展,像跑步比赛,拉

歌,观看比赛„„尤其是在最后领导检查我们的军训的结果的时候,大家相互配合非常默契,动作整齐迅

速,得到领导的赞赏.我从中学会了与大家配合.总结一下这十七天的军训生活,我学到了如下几

点: 1.要在最艰难的时候坚持到最后 2.事前要积极认真准备

3.集体活动要关注集体,与其他成员相互配合,不为集体抹黑 4.在寂寞和无奈时做一些有趣的而且有意义的事

5.在条件允许的情况下要尽力展示自己,让别人了解自己

6.想信好的和不好的事情都存在,不要过多奢望,也不要中途气馁

军训生活结束了,但是我并非一无所获,虽然我从中学到的并不多,但是在今后的生活和学习中,我会把我学到的东西用我的行动来表达.——材料09-1班 曹艺峰

迈入大学第一步

2024年的夏天，我怀揣着远大的理想与坚强的的意念，走进山东电力高等专科学校美丽的校园。然而我迫切追求梦想的心情似乎要稍微慢来，因为我明白了走进大学的第一步就是要学会勇敢坚强地面对一切，这就是军训告诉我的人生哲理。

军训的那些日子里，其中的苦与乐又岂是支言片语所能言尽的。晕倒的人群中未必都是缺乏锻炼的，累得蹲在地上呕吐的同学们未必都是没吃过苦的。军训是一项艰苦的实训任务。所谓?吃得苦中苦，方为人上人?。而我把军训看作是走进大学的前序，没有意志的磨练，没有军训的锻造，也就不会拥有明天属于自己的光明。疲惫了但我们却得到了快乐。

军训的第一天就让我们见识到了军人所拥有的英姿飒爽。站如松，坐如钟的严谨让我们不得不佩服军人身子骨里的威武。是的，军训不知是让我们在夏日炎炎下接受烈日的挑战，也不知是因为要我们身强力壮。而她最终的目标就是让我额每年拥有军人一样的姿态。遇事不慌，从容镇定地面对身边发生的每一件事情。虽然第一天真的很苦，但是那苦中得来的快乐也是无与伦比的。

半个月的磨练让我们褪去了脆弱的心灵，换上了坚强的毅力。虽然每一天的生活都让我们筋疲力尽，但也是在筋疲力尽中我们学会了坚强。

不记得有多少次

我偷偷地望着教官的背影想要做些小动作放松一下自己，可是又有多少次都被教官严肃的眼神遏制住。最后我也不得不放弃这种看似聪明的举动，乖乖地选择了继续坚持。坚持每一分钟，坚持每一个动作，坚持过好每一天！

当军训接近尾声，内心之中似乎有什么在抽动，但自己还未发现到底是什么，直到我们那个熟悉的背影渐渐的消失在我们的视线中，我才明白那种抽动叫做依依不舍。虽然在他的面前有很多的无奈，但我们却早已习惯了那种有他的生活，有他带来无奈的日子。因为他给予我们的不知是军人所应具备的英姿飒爽，更多的却是彼此之间早已在悄无声息之中建立的友情。

即使有太多的留恋，那段令我们刻骨铭心的日子现在也只能留在心底。让我们带着对教官的眷恋，带着自己远大的理想走玩我们以后的路。

——焊接09—1班 王焕然 绿色怀想

随着一声声的哨响，操场上荡漾着整齐的脚步声。伴随着济南的烈日，天空回响着震耳欲聋的口号声。在绿茵场四周，洒满了青春的汗水。我们的军训在进

行着。。。

一身戎装是男儿自小就有的梦想，因为种种的原因，我们无法去守护疆土，但我们，也在用

自己的肩膀，承担起对社会的责任！

懒散是人通有的病，而懒散在军人的生活中，是含量最少的！因此，在进入大学校门的第一件 事 军训 成为了必须要有的安排。陌生的人聚集

到了陌生的城市，汇集到了同样陌生的校园，焊

接一班44个男丁汇集在同一个屋檐下，只有军训

才是我们互相了解的契机。

一个集体，只有有了共同的荣辱观，才会强大，才会一致对外！看了60年国庆阅兵，我了解到，我们的军训目的不在于让我们像军人那样走路，军训的目的，是让我们成为一个集体，是让我们严格要求自己，让我们从漫长的假期中找回自己，找回那个曾经开朗爱运动的我们，是让我们懂的吃苦的必要性。

干一行就要爱一行。既然选择了焊接这门专业，就要爱上她！就像选择了当兵就要能吃苦！我们毕业后很有肯能都会在电力部门发展，即使不是，从现在就开始养成一些良好的习惯，我相信这会是我们以后就业，发展的重要筹码！我们的学习就是为了就业，现在所学的就是以后用来养家糊口的本事，只有像军人那样严格要求自己，才能在当今这个竞争异常残酷的社会有自己的一片天地。军训时，我想了好多好多!比如我们该怎么才能成为一个合格的大学生呢？我们的大学生活和传统的大学生活一样么？我相信每个人都有自己独特的回答，军训的意义，我想也在于此！用一个相对紧张的环境就让我们适应新的环境，也许，偏激的想法总是会出现，但相信，用大脑思考问题总胜于跟着感觉走！

从严从难不松劲啊！真打

实备练练练 练练练！——焊接09-1班刘克泉

感悟军训

虽然军训早已结束，可

是，那种对军训的感悟却依然

存在心中．

作为大一新生，对大学的生活充满着好奇．似乎它的每一个地方都散发着无穷的魅

力，怂恿着我们去探求它，挖掘它，把它弄个一清二楚．可是，在还没有了解这个校园的是时候．我们就已经开始了我们的军训生活．

对于军训，我们并不陌生，在高中也早已有了体会．只是，感觉大学的军训会另有一番滋味．因为那又是一个新阶段的开始．

在正式开始的那一天，我们都穿上了一样的军服，戴上了一样的军帽．一眼望去，就像是一片绿草，在风中左右摇曳着．那一刻，真的只有用激动这个词来描绘了．激动穿上军服的刹那，激动大学生活的开始，激动这一切的一切．

刚开始军训的时候，我是抱着玩的心态来的．是一种愉悦，开心的心态．可是，这样的心态随着军训的逐渐进行，越发觉得不适合．在严肃的军训中它显得过于轻浮．从第一天开始，我们就感觉到了军训的苦与累．苦于它的训练，累于它的坚持．这一天中，抱怨声没有停过，哀怨声也时有听到．第一天，就有好多的同学受不住，但是，教官并没有让她们回寝室，而是让她们在旁边边看边休息．更有的是，我们喝水的时间都只限于１０秒或是２０秒，这让平时懒散的我们很不适应．每一次都把我们搞得筋疲力尽．那个时候的大家，真的是很累．累得感觉讲一句话都是奢侈．那个过程，真的很苦，在烈日中，在风雨中，我们依然要军训．虽然，休息的时间有２０多分钟，可是，对我们而言，就好象是几秒种一样，时间总是那样匆匆，不肯停缓它的步伐．

当然，在军训的过程中，我们也有过欢乐．有拉歌时的欢笑，有朋友之间的打闹嬉笑．军训闲暇时，我们也学会了几首歌．部队的歌不像流行歌曲那样的虚渺，更多的是一种真实情感的对焦．简单而真实的歌词，让我们感受到了部队人的喜与乐，让我们更加的贴近他们的生活，让我们了解到了他们的辛酸，让我们更加珍惜这次的军训生活．

随后训练的日子都差不多，简单并单调着．只是，我们发现越到最后，我们越感轻松，越感快乐．原来有很多的同学受不了，可是，渐渐的，这样的同学的人数也在慢慢的减少．最后，我们的感觉就是，军训是那么的有趣，教官是那么的可爱，一切都是那么的美好．

不知不觉，我们就接近了军训生活的尾声．还记得，演习的那一天，我们精神抖擞，神采奕奕．早已没有了刚开始的苍白，反而多了一份坚定的眼神．在队伍中，我们昂着头，踏着步，向着美好的未来走去．

现在回想起军训的生活，有了许多的感悟．刚开始的我们在教官面前显得是那么的幼嫩，单薄和脆弱．经过军训后，我们发现自己变得更坚强，更勇敢，更自信．或许这个结果我们开始都没有想到，这一次的军训带给我们的不仅仅是苦，更多的是甜．这次的军训生活，虽然只有十天，可是，它的影响却不仅仅是十天，它可能是十年，或许是一辈子．

——09材料1班 刘昕颖

感悟军训

盼啊盼，望啊望，终于来到了属于自己的大学，在激动展望中迎来了自己学

业上的最后一次军训，自己到底在这次

军训中学到了什么，就来谈谈

吧。军训中我学到了团结就是力

量，这个很简单的道理处处可以得到体

现，我们的张教官是以为很风趣得人，他教给我们拉歌，然后再领我们去‘挑

战’其他班，结果在我们班的联合下，那振奋人心的喊声直接改过我们的对

手，这不是我们的能力强，使我们懂得

一把筷子会比一只只筷子更强，这种事

例有太多，我相信谁都能体会到。

军训中我学到了态度决定一切，这

个道理太简单，人人都懂，可是有几人能理解，叠被子是一个当兵的体现，学校安排教官教授我们这个‘绝技 ’，那天下午教官来到我们宿舍交给我们叠被子，教官先教了所有 的社长，听说教官叠了很长时间 才完成，汗都出来了。然后社长教我们，我们每个人都嘻嘻哈哈的学，认为自己会，可是呢，就是叠不好，结果可想而知，有几人合格，有多少人不合格，可想而知了。这个叠被子不可能有人说是能力的问题吧，从这里就可以看出我们的态度不端正，人的一生只有仅仅的数十年，难道不值得我们用好的态度去面对着一切么.军训中我学到了有记录才有好兵，能吃苦才是好兵。教官给我们讲了他们所经历的，我真的很震惊，以前听说过，没什么感觉，可能是现在更能体会吧，叠被子是纪律，尊重是纪律，不做逃兵也是纪律，纪律纪律，都是 纪律，不用烦，就是有了这些纪律才有了这些好兵。吃苦的我也就不用说了，可就是因为吃了这些苦，自己才成了人民心中的好兵，这就是我从他们所经历中学到的，我看着可可以联想到我们啊，有纪律才有好学生，能吃苦才是好学生。

军训中我学到了九十者过半，意思是说越接近成功越要小心，这是我站军姿时想的，为什么我没考好，快高考的那三个月自己到底在干什么，以前的努力在这三个月中白费了吧，我深深的体会到了这句话，望人人深思。

军训中我学到了什么叫该玩时玩，不该玩时不玩，教官一再给我们说上了训练场就应有训练的样，休息时怎么玩都行，可就是有些人不听，结果可想而知，当然受了一点小小惩罚，其实这是一个很严重的问题，希望这一点小小的惩罚我们都能记住吧。篇三：关于军训感受作文

第一次感受到了军训，虽然的确辛苦，但是辛苦却只是身体上的。而然在心理上我非但没觉得苦反而倒乐在其中，或者说我觉得非常的刺激，觉得这是一种宣泄，一种释放，一种通过虐待躯体而将长久以来积存了的已经发了霉的抑郁，矛盾和痛苦全部清倒出来使可悲的灵魂得到片刻安宁的方式。我从没像这几天可以如此快的进入梦想，睡的可以如此的安稳。也许我应该感激这份由国家机器送给我们的礼物。

军训其实再轻松不过，只要按着教官所指示的去完成动作就可以了，而且动作基本上都没有什么难度。连脑子都不用动，我觉得这可能是我活到现在所接受过的最简单的训练了。就算在训练中违反了指示受到教官的严厉的指责我也不会感到有羞耻感或者愤怒。教官的训斥比一些老师的数落批评，一些底层执法者盘查询问甚至于一些再就业的营业人员的服务态度更容易让人接受。因为在军训中无论教官的训斥多么严重都无关于你的人格的伤损。在训练中人就是单纯的人，教官是单纯的，学生是单纯的，抛开一切的感情色彩和可怜的思想，一切都显的如此单纯。大家都像机器一样被操作被纠正。显现出虽然有些愚蠢但却非常和谐的画面。

训练之余的娱乐活动就是拉歌，虽然有趣但在我看来这却是整个军训程序里最傻x的一个环节。起哄居然还被纪律化，要整齐划一的按照规定死了的喊法。带头的叫数字，下面的跟着喊口号。我倒能理解军队严格纪律的要求，也不是要评判这什么，只是这种大革命式的起哄在我自私的个人情感上不能被欣然接受罢了。

总是说军训能磨练人的意志，让人变的坚强，能锻炼出惊人的勇气和毅力去面对以后的挫折和磨难。我则认为不然，就我苟延残喘到现在所看见和所感受到的世间的痛苦，不幸和心灵上的伤痛那都要比军训要来的恐怖，来的让人无法忍受的多。这些无时无刻吞噬着你的心，错乱着你的意识，肆意地践踏着你胸口压得你不能喘息的让你感到惶恐和无助的可怕魔鬼又怎能是单单依靠十几天的训练便可以轻易去战胜的？当部队散去，自己又变回个体的自己的时候便会发现当时那种可以压倒一切的磅礴气势已经远去，这时又该拿什么去面对那黑暗前途中的一切，去与之战斗呢？ 但无论怎么样我仍将怀带感恩地去接受军训，至少在这段时间内他让我释怀，抹去了我的忧虑，覆盖了我的恐惧，扑灭了我的焦躁，让我那颗长期处在阴冷潮湿中的心感到温暖和安定`````` 接下来有一位教官来到我们面前，我仔细打量打量了他：一身橄榄绿军装彰显出威武；一顶军帽衬托来英俊！经他自我介绍，我才知道原来他就是我们69班的训练教官——戴教官。他将我们排成了4横排，指导我们练习站军姿。戴教官首先给我们示范了一下，我也跟着做了起来，两手紧贴裤线，两脚脚尖分开成60度，脚跟并拢，抬头挺胸，两肩后张，身体向前倾，目视前方。站在那里本身没有什么难的，可一动不动的站着就困难啦，它需要很大的意志力和良好的耐力，按教练要求，即使有蚊子叮咬也必须保持姿态挺拔！

十分钟、二十分钟?? 我渐渐有些坚持不住了，感觉腰酸脚痛。可我一想到军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，我就咬咬牙，挺过来了。随着时间的推移，酸痛和劳累在腰间堆集，但坚实、挺拔与不屈也在充实我的身体！或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获！而且我收获的不只是耐力，还有坚毅、勇敢与不屈，还有团队精神！无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。“休息！”教官的嘴巴里终于说出了令我期盼已久的词语，我浑身一瘫，就坐在了地上。可是没坐了几分钟，又被教官叫了起来，我想起了平常部队训练的战士，他们的训练比我们要艰苦的多，但是他们却没有一个叫苦叫累和当逃兵的。穿上军装，就意味着纪律，橄榄绿中露出威严！想到这，我打起精神，爬了起来，迅速回到了我指定的位置。我想我会坚持到最后的！

接下来教官教给我们几个基本动作：转身、稍息，我都能按要求完成。在我心目中的军营充满教官的训斥声，可是在这没有训斥声，没有责骂声，只有教官一遍遍耐心地指导声。在休息时，我们还一起唱了营歌，不知怎么的今天的曲子显得格外动听；歌词显得格外振奋；我们的声音显得格外洪亮！整个训练过程充满友好和和谐。

今天训练的每一个动作，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。一个队伍如果不团结，不合作，这个队伍就是一盘散沙，就没有凝聚力，没有战斗力，如果没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。第一天的军营生活使我难忘，让我向往。今后的训练将日益艰苦，我在接下来的日子里更加努力，开创出一片美好的天空！

1.x月x日，是我开始走进新集体的第一天,也是我军训的第一天,这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

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。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。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由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，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。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么？不是说先苦后甜么？不是说没有最好只有更好的么？所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

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。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训!2.在这里，我们要穿军人的服装，要守军人的纪律，我们就是一个小军人。

既然是个小军人，我们就应该严格要求自己，一切听从指挥，而且要不怕苦，不怕累，不怕脏，像军人那样生活，像军人那样思考，像军人那样训练。

孟子曰：故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为。军训虽苦，但能磨练我们的意志，锻炼我们的能力。健壮我们的体魄，培养我们的集体观念，让我们受益终生。不经历风雨，怎能见彩虹？不经理考验，怎能体味成长的快乐？ 相信大家在军训的这几天里，能够时刻遵守纪律，更严格要求自己，圆满完成任务。让我们的身体得到锻炼，精神得到升华。3.每天早上六点半起床；从七点一直训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量；幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出现在我眼前。在我惊叹原来被子可以这样叠时，我也感叹它可以锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧！

“古之立大事者，4.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：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坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。5.心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。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？

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

军训在学校领导的重视、年级的周密安排及教官们的辛勤教导和班中全体同学的密切配合、共同努力下,已安全、顺利、圆满的完成了。军训是短暂的，但是它却给我们留下了终生难忘的刻骨铭心的记忆。全体教官每天不顾风吹日晒，喊哑了嗓子，付出了无数心血和汗水，并以过硬的业务能力和坚强的意志品格在紧张艰苦的军训中赢得了广大师生的尊敬和爱戴。通过军训，增强了学生的体魄、锻炼了学生的意志品质、磨练了学生的毅力。同时，也使我们每一个同学从教官的身上感受到了作为一名军人的气质，那种一不怕苦、二不怕累、那种英勇向前、决不后退的无坚不摧的坚强的毅力和坚定的意志。军训是与困难挑战,是与炎热的酷暑作斗争，是不断战胜自我完善自我，是磨练意志、不断战胜各种艰难险阻走向胜利．?? 短短几天的军训带给我的不仅仅是身体上的煅练，还有思想上的薰陶，意志上的垂练，留给我印象最深的是军人严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、守纪律和艰苦朴素的精神。正如校长所说：“军训的目的，不仅是为了增强大家的体质，同时也希望大家向解放军学习不怕苦不怕累、吃苦耐劳的精神和一切行动听指挥的优良传统，并把这种优良的作风带回学校，运用到自己的学习、生活中去。在军训中，我懂得了许多平时从不愿去了解的事。军训期间，不管是烈日当头，还是大雨倾盆，我们都必须服从命令坚持训练。这使我想起自己平时对父母的教导经常不悄一顾，常当耳边风，左耳进，右耳出。军训后我才知道，作为一名军人，服从上级命令是天职，作为学生，虚心听取别人的批评、意见和建议更是理所应该的，不管别人说得对还是错，都应该认真听取。不怕困难，勇往直前，是我学到的又一个军人的好传统。军训期间，我们起早晚睡，每天除了七小时的训练，还要打扫宿舍卫生、整理床铺、洗衣服，吃完饭还要自己清洗碗具。这些大大小小的事都要自己干，由于在家很少做家务，这可累坏了我们这些娇生惯养的“小皇帝”。但我们牢记教官鼓励我们的话：努力战胜困难，勇往直前。军训还使我懂得了铁的纪律是取得胜利的保证。纪律中有我，纪律中有你，纪律中有无穷的战斗力。我相信，只要我们在未来的学习生活中，严格遵守学校的纪律，上课认真听讲，按时完成作业，就一定能取得满意的学习成绩，就一定能成为德智体美劳都十分

出色的好学生。军训让我真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的顽强意志和勇往直前的钢强毅力。在家要听父母的话，主动帮助父母完成家务，做懂事的好少年；在学校要团结同学、热心帮助别人，多为集体做好事，虚心听取老师、同学对自己的意见。我要把军人的好精神、好传统、好作风带进自己的学习、生活中去。我坚信，不久的将来，我一定能成为一名成绩好、思想好、特长好、性格好、人缘好的五好学生。?? 总的来说,今天的成绩只代表过去的努力,脚下的路还要更加倍小心,带上军人的作风,走好每一步。军训是一个艰苦的历程，然而相对于漫长的学习阶段来说这仅仅才是一个前奏，仅仅是一个开始。在今后的无数个日日夜夜里，那需要我们用更多的脑力、更多的心力和更多的毅力去克服一个又一个的困难，攀登一个又一个高峰，超越一个又一个对手，夺取一个又一个胜利。

九月二十一日开始为期两周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

回想那短短两周军训的日子，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。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，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，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。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。休息时，我们方队的男女生面对面的坐着，在训练员队长的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。

**第四篇：对孙子兵法的认识感想**

对孙子兵法的认识

《孙子兵法》是中国最早的一部兵书，被誉为“兵学圣典”和“古代第一兵书”。孙武在其书中揭示了一系列具有普遍意义的军事规律，提出了一套完整的军事理论体系。这一理论深受战国以来历代军事家的重视和推崇，对他们的军事思想和实践产生了重要的影响。

《孙子兵法》中体现出的，是战争的哲学，更是竞争的哲学。冷兵器时代已离我们远去，在硝烟弥漫的战场上似乎见不到兵法中的谋略大展神威。然而，兵书不止于言兵，《孙子兵法》在商业、政治甚至做人上的指导意义仍值得今人细细研究学习。下面本文将就《孙子兵法》的现代意义谈谈对此书的认识。

当今时代，如何维护和平稳定的国际形势以保障经济的发展显得尤为重要。然而为抢占有限的资源发展自己，某些国家似乎忘却了两次世界大战为自己和世界其他国家人民带来的无尽伤痛和巨大损失，频频挑起战争。战争发动者力求在最大程度上消灭对方军队，占领对方领土，掠夺对方财富；军事技术的发展使武器装备的杀伤力越来越大，从大刀、长矛到飞机、大炮，直至可以把地球毁灭上百次、并可能最终毁灭人类文明的核武器；战争活动的空间日益延伸，从陆地、海洋、水底、天空到外层空间、电磁空间，都已经成为大规模暴力对抗的场所。战争越来越暴烈化，西方军事理论家们意识到战争有害的一面，想要对战争进行控制。殊不知早在几千年前，《孙子兵法》就系统地提出了控制战争的思想。此书重视国家战略安全和正确决策，并主张“非危不战”、“未战先胜”，力求避免战争，将武力运用与武德要求结合起来。

如果到了非发动战争不可的事态，《孙子兵法》仍能给战争决策者以指导。在当今的信息化战争中，虽然战争形态发生了很大变化，《孙子兵法》所提出的“先为不可胜”的战争准备原则、“知彼知己”的战争认识原则、“奇正相生”的战术变化原则仍然是必须遵循的基本准则。并且，现代军事理论界提出的一些新观念，如战争重在智力较量、战争的目的是避免失败、战争更好的方式是不战而胜等，与《孙子兵法》中一些理论也与基本吻合。然而，这些理论在古代战争中被看作是一种与实战相配合的“文伐”手段，并不被当做实用战略。

在经济领域没有硝烟的战争中，若想取胜，也要运用到《孙子兵法》中的智慧。把握全局的战略意识、营造竞争优势的造势能力和做出正确“庙算”的决策方法。

总之，《孙子兵法》既是一部军事经典著作，又是一部光辉的哲学著作。其中体现出的哲学智慧不但值得军事家们反复研究，总结出制胜方略，更值得我们品读学习，从中悟出处世的要诀。

**第五篇：对情绪的认识和感想**

对情绪的认识和感想

情绪是指伴随着认知和意识过程产生的对外界事物的态度，是对客观存在事物和主体需求之间关系的反应,是以个体愿望和需要为中介的一种心理活动.情绪这一心理现象包含了情绪体验、情绪行为、情绪唤醒和对刺激物的认识等复杂成分。

情绪具有两极性，主要表现在以下几个方面：从快感度方面来说，有肯定的、愉快的情绪，也有否定的、不愉快的情绪；从紧张度来看，情绪有轻松和紧张之分；从强度来说，人的任何情绪在强度上都有着由弱到强的变化等级；从激动水平来说，情绪有激动和平静之分。情绪的两级一般是对立排的,二者可以在一定条件下转换.情绪的功能:情绪对环境具有适应功能,对其它心理和行为活动具有调节功能,对社会交往活动有协调功能;情绪还与个体的健康发展密切相关.情绪的表现形式分为两大类,即表情和状态.表情是情绪独特的外部表现形式例如,高兴时哈哈大笑,悲伤时痛哭流涕,害羞里脸色通红等等.表情一般分为面部表情、体态表情和言语表情。情绪的表现状态是多种多样的，信据情绪 发生的强度、持续度和紧张度，情绪可分为心境、激情、应激三种状态。（1）心境。心境是一种比较微弱、弥散而又持久的情绪状态，也即平时说的心情。心境的好坏，常是由一个具体而直接的原因造成的，它所带来的愉快或不愉快会保持一个较长的时段，并且把这种情绪带久工作、学习和生活中，影响人的感知、思维和记忆。愉快的心境让人精神抖擞，感知敏锐、思维活跃；而不愉快的心境让人萎靡不振，感知和思维麻木。（2）激情。激情是一种猛烈的、短暂的、爆发式的情绪状态，类似于平时说的激动。激情是由一个人生活中具有重要意义的事件引起的。当场发作，表现猛烈但持续的时间不长，牵涉面不广。激情通过激烈的言语爆发出来，是一种心理能量的宣，从一个较长的时段来看，对人的身心健康的平衡有，但过激的情绪也可能对人的身心健康造成失的。（3）应激。应激是个体在出意料的紧张情况下产生的情绪状态，是对某种意外的环境刺激作出的适应性反应。应激状态对人的活动有着很大影响，它能导致生理和行为的急剧变化。例如：在心理上，思维混乱、知觉和记忆错误等。但是，中等程度的应激状态对人的行为产生有积极作用。在这种状态下，个体能更好地发挥积极性，思维清晰、灵敏、精确，反应能力增强。

情绪状态的发生每个人都能够体验，但对其所引起的生理变化与行为却较难加以控制。每个人情绪的表达方式也不同。表少年表达情绪的方式有以下几种：生气、烦恼、嫉妒、羡慕、情爱、愉快、好奇等。青少年要培养良好的情绪，首先要了解自我，要认清自己的优势和缺陷，积极现实地看待自我。其次要管理自我，控制自我的情绪，要懂得自我激励，此外要加强人际交往。

作为一名大学生，我们应该怎样克服不良情绪，培养良好的情绪呢？我就谈谈我个人的一些观点吧！

第一，要找出原因，懂得宣泄。当我们不开心时，要去找原因“是什么影响了我的情绪”。把自己内心的焦虑与烦恼向朋友说出来，就会发现什么忧虑和烦恼都没有了。第二，要懂得自我安慰和积极的自我暗示。要学会找出合情理的原因来为自己辩解，要自我暗示

自己能行。第三，要知足常乐，增强自信心。要把理想和需要定得切合实际，增强自信心，增强成功的机会。要多交朋友，发掘乐趣。积极参加活动，体验生活乐趣。第四，要保证充足睡眠，合理饮食，充足的睡眠后心情会更加舒畅，成良好习惯也能控制情绪。第五，要经常运动，去亲近大自然。健身运动可以驱除不良情绪，当我们情绪不佳时，可以多散散步，去欣赏大自然有助于心情愉快，看待事物方面也会更加乐观了。第六，保持积极乐观的良好心态，这样我们才能更好的控制我们的情绪，培养良好的情绪。

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