

2023年园长任职培训心得体会 教师任职 心得体会(实用10篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

园长任职培训心得体会篇一

为期10天的新教师岗前集中培训转眼即将结束，在此十分感谢集团教育研究院为我们新晋教师搭建了一个难得的学习交流与提高的平台，让我们能够在这里静心学习，反思教学。

这次培训内容丰富，形式多样，不仅有教学经验丰富的老师为我们进行专题讲座，还有前往集团各校区进行实地的参观学习，更有指导教师的教学展示与学员间围绕专题的评课说课。

通过理论的培训学习、现场的教学观摩、相互的教学研讨，让我得到了观念上的洗礼与理论知识的提高。

这些天，我收获颇丰：

培训首日，我了解到了新锐集团的发展历史和文化沉淀，这些对集团深入的了解让我在日后的教育教学工作中，有了很大的信心。其中让我印象较为深刻的是新锐集团的使命：提供优质教育服务，为学生的终身发展奠基，这与我最初选择教育事业的初心不谋而合。

在我的教育教学工作中，我一直坚持以引导为主，鼓励为辅，对于学习落后的学生，通过技巧性的指导使其逐步提高成绩，

并在这不断提高的过程中，让其重拾自信，积极面对学业，对于较为优秀的学生，正确引导，戒骄戒躁，使他们稳步前进。

在姜老师的讲座中，我学习到作为一名教师，应该不断提高自己的写作水平，专业应更加优化。

最后，我代表新锐中学的新晋教师再次感谢集团教育研究院领导的辛勤付出，感谢全体教师的全力以赴。我坚信，在新锐这个大舞台上，只要我们潜心付出、不断学习，定会成为一名实现自我价值的教育人！

有幸与中学结识，有幸靠自己实力考上教师。儿时我的梦想就是当一名教师，“桃李不言，下自成蹊”是对教师职业的高度赞美。

从20xx年开始，学校为今年新招收的年轻教师进行为期x天的岗前培训，培训内容涉及：角色的转化，学校教学模式讲解（自主学练，一课一自习），如何快速成为一名优秀教师，青年教师的快速成长，班主任经历分享等。通过这些天的学习，我意识到“一课一自习”是xx特色，各年级领导对我们寄予深切厚望，深受感动。同时也明白没有一份工作是容易的，不管从事何种职业，你必须付出，你必须热爱，勤勤恳恳，脚踏实地，认真完成每一项任务。

1、师德。教师职业有其特殊性，“学位人师，行为示范”，学生具有模仿性，教师不仅传授知识，更在于对学生潜移默化的影响，教其如何做人。

2、热爱。你要热爱这份职业，热爱学生，做到爱岗敬业，课前认真备课，专研学生，专研教材，做好课后反思。

3、公平。平等对待每一位学生，不以成绩论优劣，用发展的眼光看待学生，在教学采用鼓励为主，惩罚为辅的教学方法。

4、学好教育知识，提升专业能力。理论联系实际，将教育学学到的理论应用于课堂，应用于生活。作为新教师，我们要保持谦虚的态度，向老教师学习，敢于勇于正视不足，不断提升自我。

5、不断学习。学习永无止境，学习政治理论，学习专业知识，不断更新内存，不与时代脱节。

6、总结反思，这点尤为关键，每日反思，每周反思，每月反思，从反思中吸取教训，吸收经验，完善自我。

刚步入工作的我，紧张，压力自然会有，但并不害怕。我要尽最大的努力，竭尽全力做一名学生喜欢，家长认可，领导重用的合格教师。

园长任职培训心得体会篇二

军训中留下了好多遗憾：

三、说道教官送我们卡片，我突然想到教官也要我们给他写对教官的印象，我们寝室的人都写了，除了我，那天实在是太累了，9点多就上床睡觉了。唉看到别的同学把一张张纸条送到教官手里，我有多了一丝遗憾现在简单说说吧：乐教官憨厚，但是个子有点矮，长得还很黑，呵呵，不过还是很可爱的，对我们也很好。王教官可爱，管理的也很严，特别喜欢笑起来脸上的皱纹，呵呵。看上去有点苍老啊。唐教官是我们女生最崇拜的一个教官，人很帅，唱歌也好听，而且还很绅士，总之是很优秀很优秀的。

再次用那句话来鼓励自己一下——不要轻言放弃，否则对不起自己！

园长任职培训心得体会篇三

今天是军训的第一天，我早早地起了床，吃了早餐，最后跟爸爸妈妈告别了一声，就拿起背包去学校了。

一路上，我哼着小歌，高高兴兴地来到了学校。进了教室，看同学们都在互相议论跟军训有关的东西，显然他们都为这次军训做好了充分的准备。我放下背包，也过去跟他们聊一聊。过了没多久，我们的教官就来了，一见到教官，我们都傻眼了，没想到教官是个女的，姓x□名叫--。

我们跟教官谈了谈，教官告诉我们是x连，再把在军营里的要求简单地说了说，我们也把x老师教给我们的：“团结互助，为班争光。遵守纪律，听从指挥。”这16个字背好后，就要出去站队准备出校乘车去军营了。在出校门前，教官又用了20分钟时间让我们练军姿和坐姿，过后，才乘车出发。在车上，我们互相有说有笑，不到半个小时，我们就来到了军营，开始了我们的军训生活。

下了车□x教官先带我们去领军壶，教我们怎么把军壶戴在身上，再把军营里的要求和规矩详细地讲了一下，接着给我们分配宿舍，我和--□--x还有--6个人被x教官分配到了--宿舍，我还当了x宿舍的宿舍长呢。然后x教官就教我们怎样整好内务□x教官给我们做了示范，让我们回去宿舍把内务整一整，到了时间就去检查。结果，大家都弄不好□x教官就生气地把我们骂了一顿，罚我们全体同学蹲下，等过了一会儿，才让我们起立，大家的腿早已酸痛并麻痹，慢慢地站了起来□x教官叫我们回去宿舍继续整内务。就这样，整内务就花了我们不少时间，因为我们整得不好□x教官把我们都修理了一顿，让我们知道了女教官一点儿不比男教官差！

到了中午□x教官就带我们去吃中午饭。军营里的午饭还不错，三菜一汤，营养还是够的。饭后□x教官就让我们去睡午觉，

不允许有任何人发出一点声音，更别说聊天了。睡到2点20分，我们准时起床集合了。突然发现天空变暗了，好像要下一场大雨□x教官马上带我们去领军衣军裤军鞋，刚领完准备返回宿舍时，不料天空下起了大雨，我们只好到别的连队宿舍里躲雨，等了一会儿，见雨还没有停，又不能继续待在别人的宿舍里□x教官就叫我们冒着大雨回到宿舍。

傍晚□x教官带我们去吃晚饭。过后□x教官给我们40分钟洗澡、洗衣服和整内务，晚上8点多来检查我们的内务，看谁整得不好，就去修理他。大家一听，吓出了冷汗，都把整内务水平提高了。可是，还是有20多个同学不及格，被x教官罚他们做蹲下起立，累得他们叫苦连天，站都站不直了。看到这一幕，我心想：唉，好险我及格了，不然就惨了！等他们做完蹲下起立后□x教官就让我们去写日记，过了一会儿□x教官就让我们去睡觉，我躺在床上，心里又想：这才是军训的刚刚开始呢，还有4天，难熬啊！想着想着，我合上了眼，睡了。就这样，一天的军训生活结束了！

园长任职培训心得体会篇四

短短十几天的时间，一个难耐的寒假。看着旁流过的岁月以及点点滴滴，表情无喜无忧，过着寒假，度着岁月。

一个学期过去了，我转学了，来到这个学校已经一个学期了，对于在住宿学校的学生来说，时间是如此的快，我也是如此。

自从期中考试过后，同学们发现我变了，上课认真听了，下课还在学，晚上早早的入睡，早上早早的起，老师都说我变了，一次测验，原来从没有一次及格过的地理居然能考80分，心里不禁的欢喜啊，雀跃啊，期末考试结束后，拿着那张通知书和我的好朋友谢沛延一比较，原来比我高40多分的他这次竟然比我低，我突然觉得原来学习也是一种乐趣。

园长任职培训心得体会篇五

8月27日，我们迈入了一中的大门，正式成为了一位中学生，开始了长达六天的军训生涯。在这短短两天里，我体会到了一位真正的军人的艰苦和不易。但是，更多的却是沾满衣襟的汗水。

回首昨天。我们眼巴巴的望着别的连队在阴凉的树下休息，而自己却在似火的骄阳中“屹立不倒”，那是一种何等的“痛苦”，想必只有我们五连的同学们才能体会。那时，心里一直在埋怨教官的苛刻和严厉以及似乎对我们的不公平。于是，理所当然的，“站军姿”成了我们一直攻克不下的一个难题，那在太阳底下接受暴晒的五十分钟，我们简直是一分一秒的熬过，好像时间就在那一刻停止，成了永恒的一瞬。那一天的阴影似乎在我心中一直挥之不去。但是，后来，我知道了，这是为了锻炼我们的意志。于是，白天所有的委屈、悲愤和痛苦都在顷刻化为乌有。

昨天的第一课，让我学会了坚强和毅力。

体会今天。室外大雨接连不断，室内的我们在课桌上自信地挺起胸脯，骄傲地昂起下巴，努力练习自己的坐姿，希望得到教官的赞扬。虽然坐姿并不像昨天我们想象的那么简单；虽然我们偶尔还是会忍不住动一下；虽然我们有时仍然会受到教官的批评，但是，经过了昨天的磨练，我们已经不是从前的“小皇帝”与“小公主”了！我们已经拥有了一位军人的风采和品质，不会因为一些小事就动摇。今天的我们，真真正正学会了锻炼自己，而不是只会唉声叹气的抱怨事情。我们在一步一个脚印的努力成长。

今天的第二课，我懂得了“坚持不懈才会胜利”这个道理。

眺望明天。明天的我们将会学习更多的知识，学习什么是军人的作风，学习什么是军人的生活，学习什么才是真正的军

人!到那时,我们也都会在这六天的军训中各有收获。明天将又是一个崭新的开始,我期待明天,期待明天教官会教我们继续学习和了解军人,期待明天的我们一个个意气风发!

明天的第三课,我又会明白些什么呢?!

军训生活才开始两天,而我却已经尝遍了酸、甜、苦、辣各种滋味,我觉得,在接下来的军训和学习生活中,我会发扬军人的精神,再接再厉,努力把一切都做到最好。我相信,我能行!

园长任职培训心得体会篇六

作为20xx年度新录用公务员,有幸参加了新录用公务员初任培训学习,认真系统地学习了由市人社局有关领导和党校老师就xx届三中全会关于全面深化改革的相关精神、公务员职业道德建设、公务员公文写作、公务员行为规范与政务礼仪、公务员党风廉政建设及应对突发事件知识等各方面领域理论知识,资料涵盖了机关工作的方方面面,使大家对机关工作有了深刻的了解,增强了做好本职工作的信心。

此次培训的学员都是透过笔试、面试层层选拔后被录用的。在全新的工作环境中,相对来讲,我们具备:年富力强、精力充沛;思想活跃、思维敏捷;适逢自我发展的良好时机等优势,这的确能为我们今后开展工作带给益处。但与此同时,我们也存在:社会阅历浅、缺乏实践经验,解决矛盾和问题的潜质不够;世界观的改造有待于在实践中不断地培育和强化;没有经历过艰苦环境的磨练,艰苦奋斗精神不足等问题。透过培训,我认清了公务员岗位的重要、认清了自身的不足和发奋方向,更使我深刻的认识到,要成为一名合格的公务员,务必不断加强学习,全方位提高自身的素质潜质,不断迎接新挑战,从而成为深化改革的亲历者、实践者、维护者、捍卫者。我认为做好一名合格的公务员应当做到以下几点。

，严格遵守党的政治纪律、组织纪律，确保党的方针能够正确实施。

识，尽职尽责履行自己的职责。

三、具有较强的潜质素质。作为一名公务员，潜质素质是作用于行政工作的最直接、最能动的因素，其他方面的因素如理论基础和专业知识和技能，都需要转化为潜质素质才能在具体行政工作中发挥作用。

(1)组织管理协调潜质。管理水平的高低、协调潜质的强弱，直接关联到工作的成败，两者是潜质中的核心要素，透过学习培训，我们掌握了必须的组织管理和协调的方法规律，在今后的工作中，透过实践行动提高组织管理和协调水平。(2)依法行政潜质。公务员是党的路线方针政策和国家法律法规的具体执行者，是依法行政的主体，因此，要真正地贯彻依法治国、依法行政方略，公务员务必树立正确法律意识，掌握法律知识，切实做到依法决策、依法行政、依法管理。(3)决策潜质。无论是哪一级的公务员，都就应在决策中抓住时机，当机立断，使有力的时机转化为决策的成果，取得最佳决策效应。透过系统学习了公共管理教程，了解公务员管理的基本知识，为今后工作决策奠定了基础。

四、坚持学习。作为初任公务员，我们的业务工作还不很熟悉，我们务必不断的学习，提高自己的业务工作水平，以尽快适应工作和环境的要求。我们不仅仅要学习书本上的理论知识，更就应全面学习，提高综合素质。在业务方面有不懂的问题要多向其他同事请教，学习别人的好的工作方法与技术。在调查研究中要多向群众学习，提高调查研究的潜质。此外，还应当用心参加各种专业培训，多途径提高自身潜质。我们就应不断超越自我、主动学习、终身学习，不断提升自己全面的素质。我们要谦虚踏实，必须不能眼高手低，要从一点一滴做起，从一点一滴学起。就应注重知识面的扩展，做到全面发展综合提高。学习要注意理论与实践的结合，要

学以致用。在实践中学习，在学习中积累和进步。

五、端正工作态度。一名合格的公务员应当时刻端正自己的工作态度。我们务必胸怀大志，但这个“志”不是晋升提干的野心，而是改造社会、服务社会的抱负。我们就应脚踏实地，勤勤恳恳。在工作岗位上，我们免不了从事一些低技术含量，日常事务型的琐事杂活，我们应当一步一个脚印，一步一个台阶，从小事做起，从基层做起，夯实自己的基础，这样才能走得更高，走得更稳。我们在工作中务必要时刻提醒自己留意谨慎，以一种对别人、对自己负责的态度细心完成每一项工作，做好每一件“小事”。

透过培训，我更加清晰地认识到公务员工作的严肃性与严格性，更加明确了自己的言行规范就应遵守的细则，也发现了自己的不足，知道了自己发奋的方向。我将尽快适应工作环境，把以上几方面落实到位，严格要求自己，做一名让组织放心，令民众信赖的合格公务员。

园长任职培训心得体会篇七

在学农基地的一周，我学到了很多，也收获了很多，就挑印象最深的三个来讲讲吧。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”下面是本站小编为大家收集整理的初中学农心得体会，欢迎大家阅读。

今天早上的活动就是野炊。早晨吃完早饭，回到寝室后我们激烈讨论起了野炊的事。8点左右我们正式开始了野炊，我们男生搬好了食材和工具，就和大家一起听老师讲注意事项等事。和我们合作的小组是林端端她们，正所谓“男女搭配，干活不累”就这样我们开始干活了。我是先洗菜，在和黄伟一起去擦桌子了，刘子严和何致远是烧火的，林端端是“指挥”，尉福佳承担了主厨的工作，虽然这个工作是最辛苦的，但是这个工作是最适合尉福佳的，而程毓琳的工作是杀鱼，

这也是一项很辛苦的工作。

一切简单的准备好了以后，我们就准备开始烧第一道菜了。第一道是汤，这碗“西红柿豆腐汤”是我们瞎搞出来的，哪有西红柿和豆腐烧汤的，样子虽然怪但味道不错。洗完锅后，我们又开始烧第二菜了，第二道是青菜炒肉，先把青菜爆炒，再把肉放进去一起炒，再放点盐和味精就完成了。接着我们又开始做西红柿炒蛋了，这盘菜还简单，把弄好的鸡蛋倒到锅里炒一下，再把西红柿该放进去一起烧就可以了，最后还是放一点味精和盐就搞定了。接着我们又做出了红烧鱼、鱼头汤、水蒸蛋、鱼尾、炒青菜、白切肉这六道菜，所有菜摆在一起就是一桌“美味佳肴”看了，只让人流口水啊！在各位组长品味完后，我们终于可以品尝自己做出的大餐了。

吃完中饭，回到寝室休息片刻，我们又迎来花果培育活动。我们拿着铁锹、木棍、水桶和粪桶来到了桃园做农。我们根据老师的要求，先在桃树上梳花，梳花完成后，在桃树两个铁铲处围着树挖了一个圈，再撒上了肥料，填上了土，最后再浇上水就搞定了。老师环顾一周，说我们做的最好，接着我们洗完工具并把它们放好之后就回寝室了。

晚上，我们又去看电影了，尽管《泰囧》这部电影我已看过，但回顾一下还是可以的。看完电影后，回到寝室，一番洗漱后就上床睡觉了。

今天早晨，阳光明媚，万里无云。我们崇文实验学校的六年级同学，来到了萧山区中小学劳技教育基地。

一进门，我们就兴奋地大叫起来。基地内部，绿树成荫，中间的拓展训练区引来了滔滔不绝的称赞声，大家都在期待着学农时会发生的事。

我恍然大悟，这是因为，我们一般在生活中都不做这些事，不去实践，自然做得不好，所以平时我们不应该只关注学习，

我们也应该学会自己做一些独立的事，而自己不能一味地依赖父母。

这第一门课，就让我深深地领悟到了这个深奥的道理。

加油!明天会有趣!让我们一起努力!

今天是学农第一天。上午是开营式，下午我们便开始了实地体验。

老师将我们带到一片美人蕉地边，向我们讲解了锄头的使用方法，并给我们布置了锄地的任务。只见锄头重重地敲打着地面，三根杈插入土中，一点点将土翻起，一下、两下，我们一个个腰酸背疼，谈论着锄地的心得。太阳光照在我们头上、身上、脚上，照着我们手上的泥土，显得我们万分阳光。和风渐渐拂过我们的脸庞，非常舒服。我们很快把属于我们的一块地耕完了，可是我们会再把土踩平，我们并不是不珍惜自己的劳动成果，而是想一次又一次地锄地，体验其中的快乐，体验其中的成就感，体验独自耕地的农民伯伯的辛苦生活。

劳作了一个下午，虽然大家的脸上写满了倦容，但是心里却觉得格外充实。我们不再是衣来伸手饭来张口，整天在父母溺爱中的孩子。在将来的一天，我们也必须独立生活，我们不可能永远依靠父母，我们必须独立!

“不就是翻地吗!有什么难的!”说罢，我拿起了钉耙，卷起裤腿，捞起袖子，下地干活喽!

我一手握着钉耙柄的三分之一处，另一只手则握在自己觉得较舒适的位置，将钉耙举起，用力一挥，钉耙陷入了土中，把手柄往前推，一块硬土被我顶了起来，再往后一拉，硬土被我挖了出来，然后抡起钉耙将硬土打碎，最后用力往前推，将土填平。

反复做着，一点一点地往后翻。一开始，十分轻松就可以翻得深，可是没过多久，两个手臂就又酸又痛，钉耙都拿不稳了，汗珠在额头上不断地冒出，呼吸也变得大口起来，上气不接下气。再翻一两下，腿也软了，总有一种体力不支的感觉，想站起来动一动，此时腰也因为长时间弯着身子翻地而发酸、僵硬。现在，我终于觉得在学校里可真幸福！

地终于翻完了，疲倦遍布全身，在一旁找了一块石头坐下，觉得真轻松，顺手把头上的汗擦干，从来都没这么累过。

周一早晨，我怀着喜悦的心情踏进了时代的校门。为什么喜悦呢？真相只有一个——我期待已久的学农终于拉开了帷幕。学农究竟是怎么样的？听学姐们说，学农十分有趣，有很多自由的空间，还可以体验农民是怎样生活的。默默地问一句，是没有作业的缘故吗？以这样的心情我来到了学农基地。迎接我们的是朴素的楼房，五人一间的寝室也显得温馨而舒适，墙上还依稀可以看见以往同学的留言。

在学农基地的一周，我学到了很多，也收获了很多，就挑印象最深的三个来讲讲吧。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这便是《悯农》中的诗句了。以前的我只知道摇头晃脑地背一背，经历了这次“伟大的锄地事业”，我才第一次真正感同身受农民的辛劳。在此次学农活动中，我很荣幸地被推选为“餐桌长”，所以第一个下地干活的也就非我莫属啦。我要给同桌的他们做一个榜样，我一边在心里这样暗暗想着，一边拿起了沉重的锄头。接下来，我悲催的命运便开始了。锄头好似有千斤重，每锄一下，我的手就酸痛不已。我来来回回机械地重复着这样的动作：先把锄头砸进土里，再按杠杆原理把土撬起来，挪放在一边。太阳炙热的光芒无情地烘烤着我们，汗水顺着脖颈留下，鞋子上、裤管上也到处是泥土的痕迹。哎……，当个农民可真不容易啊！真是太辛苦了。

接下来的是果树栽培活动，它和锄地松土一样是一项体力活。

我们要摘掉多余的果实、畸形的果实，保证两颗果实之间有10厘米的间隔，不能并在一起。按要求挑除了多余的果实之后，指导老师还教我们在树的周围挖一条沟，放上肥料，填上土。至此，整个过程才算结束。我从来都未曾想到，原来我们餐桌上的水果是经过如此精心的培育才长出来的。

第四天的野炊，是我一直期待的一个项目。野炊，顾名思义，就是自己在野外做饭。说实话，我的确在家做过几次饭，不过，我的厨艺还不熟练。看着同学们跃跃欲试的样子，我也决定放手一搏，大胆尝试一下。接下来，同学们开始三三两两地你烧火，我切菜，分工合作，忙得不亦乐乎……于是，一道道“黑暗料理”就此成形啦。我们的内心也洋溢着成就的快乐。

时间过得飞快，一周的学农活动在大家的依依不舍下，还是徐徐落幕了。我知道“天下没有不散的宴席”，我知道我的这份难舍中，有对学农基地的喜爱，也有成长的快乐，更有和同学、老师相依相伴的情谊。

再见啦，学农基地，我们后会有期。

园长任职培训心得体会篇八

时间如流水似的流逝，一去不复返，六天的军训生活圆满结束。为期六天的军训生活虽然十分辛苦，十分累，但是我收获了很多，这样我想到一句话：只要付出必有收获，军训时我们汗流浹背，非常劳累，但也十分开心，因为有同学们与教官的陪伴，教官平时十分温柔，虽然我们认识的时间不长，但是教官对我们的关爱有加，有许多事件让我感动，教官帮我们盛汤，端汤，让我们多喝热水……即使是一件小事，但也让我深深感动。

军训生活只有短短六天时间，从第一天想快点结束到最后一

天，依依不舍。这期间，我经历了许多事情，被批评，被夸奖，被帮助等许多事情。军训期间，我时刻告诉自己，流血流汗不流泪，要坚持，不可以掉队，六天军训生活结束了，我做到了，我为自己而感到骄傲，感到光荣，同时我也感受到军队的严厉与威武，感受到军人身上所背负的责任。

军训第六天，我们与教官将面临分离，本以为不会流泪哭泣，但分离那一刻，我既然泣涕大哭，不想让教官走，我们女生全部跑过去抱住教官，教官当时与我们一样哭得特别厉害，教官讲了一番话后，便让我们调整情绪，但教官却坐在一边哭泣，我当时看到教官便又哭了，走过去让教官不要哭了，说：“谢谢教官”分离时班里的同学都哭了，甚至连家长都哭了，教官最后说天下无不散的宴席，最后便悄然无声的离开了我们，我们便去吃饭了，然而教官们没有和我们吃最后一顿饭。

我真的特别后悔没有珍惜六天的军训生活，但是我一定会记住这位教官，感谢您陪我走完一程，我希望我们还会见到，我也一定会听您的话，记住您的话，努力做一个优秀的学生，不会让您失望。

军训六天结束，我们虽然很苦，但也很开心，很快乐，我一定会记住这次的军训生活活动，记住阮教官，也谢谢教官严厉的培养与训练之恩，这次军训生活我收获满满，期待下次军训生活。

中的点点滴滴都会成为我永恒的记忆。

园长任职培训心得体会篇九

90后，或许曾经是温室里的花朵，或许曾经是一枝独秀。但是，军训就这样悄悄地改变了他们。他们更坚强、团结、向上。

但在往后的训练中她吸取教训，每天坚持正常的作息，再也没有倒过。现在的她，脸黑了，可动作更利落了，之前那个柔弱的女生，而成为了一个坚强挺立的女兵。

不光是她，这次军训的所有女生，男生们都坚持到了最后，他们向所有人证明了90后的坚强。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坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

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。

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正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

园长任职培训心得体会篇十

回忆，是心酸的。最完美的回忆往往是在最苦最累的时候留下的。一句话，一段情。这句话让我认识了这个秀丽的军事训练营。

神气的军装，着在自己身上。用秀丽的橄榄绿，展示着它的威严。永久铭记，烈日下训练站姿；永久铭记，一遍遍的走齐步；永久铭记，三伏天下漫长的徒步行军；永久铭记，酷热难耐的一个又一个不眠之夜……军训是苦与累的象征，整齐的队伍背后是顽强与拼搏。

军训的第一课是练站姿。挺直腰板，五指并拢，中指贴于裤缝线处，身体稍稍向前倾斜，双脚分开六十度。这一站就是一早上，皮肤晒得生疼，却也不能动。好不容易熬到午后了，早已是双脚酸痛，两腿无力。因为站军姿要全身绷紧，不能放松，所以肌肉也是酸疼得很。吃过午饭，回到宿舍，一上床，就像散架了一样，再也不想动了。但是，这也只是军训的开始，更苦更累的还在后头呢。

第二天，练的是齐步。一个班了六十个人，要想统一并不是件易事。摆臂、步伐都要一致，立定跺脚要响，口号也要喊起来。就这样走来走去了一个多小时，好不容易休息会，坐却也要练坐姿。刚刚因跺脚而发麻的小腿要垂直于地面，指尖不能超过膝盖，腰挺直，目视前方。虽说是坐，却也不简单。

第三课，是跑步。跑步与齐步是一样的，不同的是齐步立定时是两步，跑步是四步。最后是练军体拳，在烈日下，一练就是一天。很苦很累。

最令人头疼的，还是内务卫生。一床被子，在教官手下就转成了有棱有角的豆腐块，可我一叠，它就塌了。真是头疼。但是，军营就是锻炼、挑战自我的地方。一床被子，也算一

个挑战，最终我还是叠出了豆腐块的效果。但是，代价就是一个午后未午休。虽然，午后没休息，但却掌握了叠被子的窍门，还是值得的。

军训，苦于累是必然的。犹记得，训练营雪白的墙壁上，用鲜血的色彩，写上了流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队的字样。炫目的火红色，代表了军队的意志、军队的顽强。他有打不垮的精神，无私奉献的力量。这，才是军队，一支永恒的力量。