

# 2023年单位入职军训心得体会(实用6篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 单位入职军训心得体会篇一

刚进入军训营地，我感到非常兴奋。之前从未有过这样的体验，对于军训生活充满了期待。然而，当严肃的教官教给我们简单的站军姿时，我才深刻地意识到军训的严肃性。在接下来的日子里，我们每天早上六点起床，紧张地进行军训，冲击着自己的极限，让我对自己有了更深的认识。

### 第二段：团队合作精神的培养

在军训中，我们不再是单纯的个体，而是一个团队，更是一个集体。我们接受的训练不仅仅是技能上的提升，更是对于团队合作精神的培养。在军训中，每一个人都要完成自己的任务，同时也要记得为集体付出。我们互相鼓励，共同进步，在困难面前不互相抱怨，而是积极寻求解决方案。在这样的环境下，我们培养了相互信任和团队合作的意识。

### 第三段：军人的品质

军训是一项很严肃的训练，其中自然培养了一些我们作为未来社会中成员所必须要具备的品质。例如，坚韧不拔的毅力和勇气，面对困难也不会轻易放弃。诚实守信的道德底线和奉献精神，代表着我们不仅仅关心自己的利益，还关心其他人的福祉。而且这些品质可以应用到我们将来的正常社会生活以及工作中。

### 第四段：人生的意义

军训中的每一个环节都给我们带来了成长，这些成长和收获将会在我们接下来的人生中发挥重要的作用。在经历过军训中的各种挑战后，我变得更加自信和坚定，知道如何快速地适应不同的环境，遇到任何困难和挑战都能够乐观面对，这一切都萌发了我对于未来的信心和追求，也使我更清楚地了解了我将走的方向。

## 第五段：军训中的收获

在组织军训这个过程中，我获得了许多宝贵的东西。我真正体会到了合理的规则和组织，能够带来秩序和效率，从而为个人和集体的发展提供良好的环境。向教官和队友们学习，自我约束和严格控制自己的行为，这是我从军训中收获到的一些宝贵的体验，也是建立在对自己的信心和对未来的信仰之上。

## 单位入职军训心得体会篇二

单位军训心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的单位军训心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【单位军训心得体会精品3篇】，供你选择借鉴。

自20\_年底入司以来，在推荐人、主任的大力支持和个人的努力下，我连续钻石，获得了此次参加军训的资格！因此，非常感谢我的推荐人，感谢主管，感谢各位亲爱的小伙伴们，谢谢你们给予我的帮助，并很高兴在这里和大家一起分享我的军训感悟。

为期四天三夜的军训生活结束了，虽然时间不长，但这段经历却让我刻骨铭心、记忆深刻。短短的四天，我学会了很多、成长了很多，不仅是身体上的锻炼，更是精神意志和思想品质的磨砺，犹如涅槃重生、脱胎洗礼，因此，万分感谢公司领导安排的这次活动。我的收获主要有四点：

## 1、团结是成功的“原动力”

都说，团结就是力量。以前感觉只是一句口号、一句空话，现在却有了深刻的体会。

军训刚开始时，我们连队因为各自为营、作风散漫，结果第一天下来在十二个连队里，我们排名最后。当天晚上，连长赵区给我们开会，让我们明白每个人都不是独立的个体，我们每次表现、每个动作都关系到团队的荣誉、集体的利益。要想成为优秀连队，每个人首先要做好自己！不能因为个人的小问题，连累整个团队荣誉！所以当晚我们整个连队包括武总、赵区、内勤所有的将士，自罚（男同志20个俯卧撑，女同志30个蹲起）！

为了不给团队拖后腿，为了我们整个团队的荣誉，接下来的几天我们做每个动作、每次游戏比赛，喊每次口号都竭尽所能，力争做到，队员之间也都自发的相互提醒着，以免错误的发生，终于我们不断赶超其它连队，在最终的评比中以第二名的成绩取得了“优秀连队”的荣誉！

这启示我，在今后的工作中，首先我们要做好自己，牢固树立团队意识，走组织发展道路~只有壮大自己的团队，把自己的团队做大做强，这样才能创造出优质的业绩。

## 2、奋斗是幸福的“敲门砖”

都说，宝剑锋从磨砺出、梅花香自苦寒来。作为80后，我们从小没怎么吃过苦，遇到困难和挫折有时还有依赖心理，有时还总是想办法逃避，但这次军训真真正正让我明白一个道理——幸福是奋斗出来的，我们要学会在逆境中成长！

这四天里，我们远离了平时安逸散漫的生活，住集体宿舍、睡上下铺，而且每天的训练下来都有筋疲力尽的感觉，这对于我们已经结婚生子的人来说确实是一种不小的考验，但我

们都挺了过来。古人讲：“天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”，我切实体会到了公司领导的良苦用心。

这段军训经历让我懂得在今后的工作中，必须要不断挑战自我、提高我们团队的凝聚力和集体的荣誉感~只要我们付出不懈的努力和辛勤的汗水，必定能攀上人生和事业的顶峰。

### 3、自律是进步的“垫脚石”

都说，没有规矩、不成方圆。这次军训，刚开始因为我们不懂规矩，没有严格遵守纪律规定，受到了批评。之后，我们深刻吸取了教训，严格按照军事化管理要求，严守作息时间、严格纪律规定，让干什么干什么、不让干什么坚决不干，真正做到了令必行、禁必止，最后得到了教官的表扬。

这启示我们，严明的纪律和严谨的作风对于一个团队、一个集体来说，真的是无比的重要。在今后的工作中，我们必须严格按照公司的规定和纪律办事，培养严谨细致的工作作风，从日常的小事做起严格要求自己，用严明的纪律锻造坚强的团队。

### 4、友情是一生的“聚宝盆”

都说，家和万事兴。公司是一个温暖的大家庭，我们每名员工都是这个家庭的一员，要把公司这个大家庭建设好，需要我们家庭成员之间要相亲相爱。这次军训，我们一个宿舍的八个姐妹，训练中相互鼓励、相互支持，生活中相互关心、相互帮助，无论谁有了困难，我们都共同面对、一同解决。

短短的四天时间，我们之间建立了深厚的战斗情谊，这是由汗水来拧成、信念来凝聚的，是多少金钱也买不来的宝贵财富。

这启示我，在今后的工作中，必须要和身边的同事建立良好的工作和生活关系，交往中要像和自己的家人那样，以诚相见、真心待人，这是我们干事创业的基础，更是我们公司这个大家庭兴旺发达的关键。

一分耕耘、一分收获。我的目标是：我要增员！我要晋升！我相信，这次军训必定会在我们今后的工作中发挥“助推器”作用；四五联动我将全力以赴！荣誉是属于胜利者的，加油，\_\_的精英们！

在这烈日炎炎、骄阳似火的6月，迎来了“\_公司”为期2天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在2天过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。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。我想这也就达到了军训的目的了吧。

是的，从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，也体会了奋进的快乐，当我们班经过2天的训练，我们感受到集体的温暖..在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们很美好的回忆！

那一位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精；然而却又多了一份细心，对每个员工尽其关爱，对每个员工不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

这2天过得如此之快啊，感受很多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做？”现在我想，我要做勇敢的员工，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

4月10日，我们从杭州出发历经2.5个小时来到了苏州，俗话说“上有天堂，下有苏杭”，因为国网公司，我在这两个风景秀丽的城市有了美妙的经历。国网技术学院苏州分院师资一流、设施完善、环境优雅，很庆幸来到如此好的环境中，对线路工程专业进行系统学习。第一天上午，学院领导们给我们进行了入学教育，从下午起，我们开启了军训时间。军训期间的汗水、泪水、疼痛、挫折，总是给我们留下永恒的记忆。但是，正是军训，教会了我们很多，它帮我们开始一段崭新的人生。教官问我们军训能帮我们增强哪方面的能力，学员们纷纷表达了自己的想法：纪律性、责任感、精气神、服从性、健康的生活节奏、强健体魄、团结协作、吃苦耐劳、坚韧性等。我觉得他们都从不同角度概括了我在军训中的收获和感悟。

之前学生时代的军训更多是锻炼我们的身体和意志力，给我们一个多年同窗经历建立一个感情基础，我们自身的动机是收获同学间的友谊、成为优秀的入党积极分子、获得奖学金。但是在需要自己挺身而出的时候，仍旧给我们许多退缩的空间，只听从教官和班长的命令即可得过且过。但现在的我们

早已在多年求学经历中获得了足够的洗礼和蜕变，获得了更多的人生阅历和思想境界。我们个人的角色也从学生变成了职业人，不仅承担着继承国网公司“努力超越、追求卓越”的企业精神，也肩负起保持各自单位、部门的荣誉和形象展示的重要责任，还同时承担着个人小家的顶梁柱的责任，这让我们在军训中有了不同的动机，从而使我们必须全力以赴去军训，交出满意的军训成果。

在学习教官教授的站军姿、跨立、短稍息、长稍息、向前后左右转身、踏步前进、跑步行进等动作，对我们来说不是复习，而是学习新的知识。因为我们从每个动作分解的具体步骤进行逐一认真学习，教官要求严格，我们也抱着的诚意积极配合，逐一改正不正确的动作，反复操练出错较多的动作，并且每人轮流向教官与班集体表达自己发现的在训练中需要改进地方，充分解决教官无法发现的在队列中存在的细微的问题，弥补最后一块短板，达到令大家满意的军训成果。这段时间，我们以国网公司职业人的态度更加严格规范自己的作息时间。教官制定上午、下午军训开始的时间，班长指定提前十分钟的操场集合时间，我们寝室制定一个更提前十分钟到达操场的的时间，吃饭、休息、整理内务的时间就相应的调整，同时要求自身做到精神面貌、穿着、内务卫生达到教官满意的水准。我们在工作中正需要这份“努力超越、追求卓越”的精神，才能完成“奉献清洁能源，建设和谐社会”的使命，才能做好“服务党和国家工作大局、服务电力客户、服务发电企业、服务经济社会发展”的宗旨，同时达成“建设世界一流电网，建设国际一流企业”的愿景。

与学生时代不同的是，此次军训我们是作为一个真正的集体去战斗，不是个人表现好就行，训练中总有步调不一致的情况出现，它考验着每个人，只有每个人的动作都标准，大家的效果整齐划一才能取得的胜利。人说“人的生命似洪水在奔流，不遇岛屿、暗礁，难以激起美丽的浪花”。训练中我们耐心和团队成员训练团队协作的默契，努力逐个排除每位学员的错误动作。这使得我们不管处在哪个岗位、哪个团队，

不管能力、素质的高低，都能充分相信自己的团队，并且全力实现超越自我。

通过军训，学员们纷纷表示要珍惜这最后一次军训的机会，通过严格参训，不断提高自己的国网人的职业态度和精神面貌，恪守“诚信、责任、创新、奉献”的核心价值观，忠诚企业，奉献社会，为实现“一强三优”现代公司的战略目标作出新的更大的贡献。

## 单位入职军训心得体会篇三

军训作为每个大学生生活中不可避免的经历，不仅是一次锻炼身体和提高军事素质的机会，更是一次增强团队意识、拓展人际关系和锻炼意志力的体验。在经历了一个月的艰苦训练之后，我深深地感到，军训不仅是一次思想和心理的修炼，更是一种珍贵的人生经验。在学生的军训心得和体会中，我们能够看到他们锻炼出来的不仅是身体，也是心智和品质。

### 第二段：步入军营的感受

步入军营，我们就开始了军训的生活。尽管初入营时对于这个环境还有些不适应，但是我们很快就和其他官兵打成一片，融入到这个大家庭中。同时，军训生活的艰苦却让我感觉到自己有多脆弱，也让我更加坚定了自己的意志力和毅力。这些经历，虽然在当时看起来很痛苦，但却是我人生中难得的一次历练，使我学会了如何克服困难和逆境。

### 第三段：学习军事素质的重要性

军训不仅是锻炼身体的机会，更重要的是锻炼了我们的军事素质。在课堂上，我们学习了很多的理论知识，比如枪支的基本结构、使用方法和清洗保养等知识。这些知识的掌握，不仅可以让我们在日常生活中更好地使用这些器械，更可以锤炼我们的持久性和耐力。通过实际练习，在不断地尝试和



摸索中，我们逐渐掌握了如何使用枪支和如何面对各种应战情况。这些，是我们在日后的人生中，无论是在面对学业、职业或者是家庭生活中，都能带给我们有力的支持和鼓励。

#### 第四段：团队意识和自我建设

除了个人能力，更重要的是团队的集体行动。在军营中，我们互相帮助、合作完成一些任务，让我们真实地感受到了团队精神的力量。在同一条目标线上奋斗，做到以协作为核心的团队合作，为实现共同的目标而不懈努力，这是我们从军训中所获得的珍贵体验。在这个过程中，我们学习了如何和他人相处和相互尊重，如何处理冲突和纷争。这些技巧，在日后的人生中，尤其是在职场和家庭生活中，都将有着重要的指导意义。

#### 第五段：总结

在这段军训生活中的不断走动，除了一些训练方法以外，最大的受益就是让我们感受到了团队的强大和自身的不足。每个人都应该有自己的目标和规划，在成长的过程中，需要不断地锤炼和改进自身的素质，不断总结和反思自己在团队合作中的表现和不足。同时我们也要付诸实践，去探索自己的未来，打造自己的事业。因此，每个人在军训体验中所获得的知识和智慧，在我们的人生中都将有着珍贵的意义和价值，帮助我们更好地应对挑战并实现自己的理想。

### 单位入职军训心得体会篇四

为了增强集团凝聚力，培育企业认同感，提高职工职业素养和团队执行力，陕煤运销集团针对近两年新入职大学生组织了军训，我作为榆中销售公司的一员，有幸参与其中。此次集团集体举行的培训，总体包括军事化管理培训以及拓展训练两部分，军训期间的每一个经历甚至细节都历历在目，短短四天的军训，使我感受颇深，收获颇丰。

纪律在我们这次培训中时刻体现，并且严格执行。我们每天按时起床，按时出早操，集合唱歌、吃饭、训练。还记得头一天训练的时候是个下午，可能是因为旁边有很多树，操场上的蚊子出奇的多，站军姿的时候大家本着遵守纪律，服从命令的要求在队列中一动也不敢动，每个人都不同程度的被叮了好几个包；在室内活动时，汗水像水一样不断的往下流，但是却不敢随便伸手去擦掉一滴汗。这就是纪律，这就是作为一名营销人所应具备的基本素质。

责任感，是我在这次军训中的另一个体会。刚开始时我们每个班的口号怎么也喊不齐；齐步走总是歪歪扭扭、参差不齐；向后转总有人转成东倒西歪状。因为大家都是各做各的，完全没有意识到我们是一个整体，缺乏责任感。站在队列中，我不再是一个人，我们是一个整体，当疲惫的时候，我只能坚持，因为这是我的责任，不能因为自己的一个松懈，导致整个团队出现失误。

集体荣誉感，是我此次军训活动中感受最深的。这两天开展的一系列拓展活动，是我以前从来没有接触过的团队体验式学习活动。“达芬奇密码”引导我们发散思维，开动脑筋，想方设法去解决不同情况下的难题；“穿越电网”需要根据实际条件和资源合理分配逃生格子，非常考验团队协作力和执行力；“飞夺泸定桥”更是一项十分艰难的挑战，“桥墩人员”需要克服自我，通过体力、忍耐力的巨大挑战，跟过河人协力合作完成过桥任务。

尽管军训只有短短的四天时间，我们却可以很快地投入到紧张而有序的训练中去，去体会超越自己的乐趣。对我们每个人而言，军训不仅是对身体的挑战与精神的锻炼，也是对我们团队意识与凝聚力的强化。冰心曾说过：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。通过参与此次军训，我们要将军训中养成的良好习惯与工作作风一直坚持下去，在以后的工作、

生活、学习中，严格要求自己，遵守公司制度，团结公司同志，做好销售工作，与公司同发展。

## 单位入职军训心得体会篇五

军训是每个大学生生活中必经的一段历程。在这段时间里，我们不仅要学会军事技能，锤炼我们的身体素质，更要磨练我们团结协作、服从命令的精神。作为军训中的一员，我有幸加入了一支团结、纪律性强的小组，为我带来了极大的收获。在这篇文章中，我想分享我在军训期间所获得的发现和心得体会。

### 第二段：服从命令，坚持到底

在军训的过程中，我们每天都要接受严格的训练。每项训练都要根据训练计划严格执行，不允许有违反训练纪律的行为。在这期间，我的小组领导者对我和我的小组成员严格要求。每天训练前，她都会向我们传达训练内容和目标，让我们知道我们的目标是什么，我们该怎么做。在训练过程中，如果有人违反规定，她本着一视同仁的原则来处理。在这样的约束下，我认识到，只有服从指令，才能达到更好的结果。此外，这么做还让我意识到，我们不仅要对自己的行为负责，还要对团队的表现负责。

### 第三段：团队协作，互相支持

团队协作是军训中的重要一环。我的小组成员很团结，我们相互之间互相帮助和支持。每当有人遇到问题时，我们会以团队的角度思考问题，并尽力去帮助他们。小组领导者尤其强调团队协作的重要性，并用自己的实际行动来表明这一点。每天早上，她都会在操场上带领我们做晨练，并注重我们的体力和精神状态。她还鼓励我们用积极的态度参与所有训练，以便能增强自信，并使团队更加凝聚力。

#### 第四段：倾听教练的建议，不畏困难

在军训过程中，我们会遇到各种各样的困难和挑战。但是，我们不能放弃，必须将教练传授的技巧和方法落实到实际操作中。我的教练非常负责和专业，并总是尽力去指导我们。每次体能训练后，他会给每个人提供一些改进方案。在这些方案中，甚至包括许多重要的小贴士。有些贴士看起来相当小，但它们实际上非常实用。我的队友们和我自己都从中受益匪浅。通过倾听教练的建议，并在实际操作中付诸行动，我意识到，一个人的极限是可以超越的。

#### 第五段：总结

军训让我们充分体验到了团队协作、服从命令和不畏困难的重要性。通过与队友们一起训练，我找到了许多可以用来做工作和生活的实用方法。这个过程不仅让我带回了许多技能和经验，还给了我原本没有意识到的正能量。我相信，这些能够为我未来的职业和生活带来巨大的价值。

### 单位入职军训心得体会篇六

每年的军训，是每一个大学生不容忽视的重要环节。不仅可以锻炼身体，还可以提高军事素养和团队合作意识。经过这段时间的锻炼和训练，我深刻体会到了生命的宝贵和时间的珍贵，下面我就来分享一下我的单位军训心得体会。

#### 第二段：准备阶段的感受

在开始军训之前，我们进行了为期两周的集训，包括军事理论和军事训练。在这个阶段，我不得不说我感到了很多的不适应和压力，以前的我对于练习还可以抱有一些期待，但在接触到自己所不会的东西后，我问自己“我到底行不行？”的心态也会逐渐浮现。但是，我还是坚持下来了，我认为这个过程中最重要的就是拥有坚定的意志。

### 第三段：军训的锻炼

在开始正式军训后，为了追求完美，我们每天都需要进行长时间的锻炼。课目包括体能训练和军事科目。在这个过程中，总会有一些严格的教官对我们进行考核，这种考验不是单纯的体力上的，更多的是意志力和爆发力，很多时候我们还需要面对自己内心的恐惧和挫败感。但是，这些考验的过程中，我学会了沉住气、咬牙坚持下去的道理，这样的心态也让我更容易地掌握了练习技巧。

### 第四段：军训的收获

参加了一段时间的军训，看见了同伴的成长和自己的改变，当然也感受到了许多难忘的经历，对于这段过程，我得出了以下的几个收获：

首先，意志力的提升。遇到困难的时候，我们能够及时地调整状态，坚定自己的意志继续前行，而不是选择放弃。

其次，协作意识的提高。通过集体训练和组织协调，我们逐渐明白合力才是我们战胜困难的最大武器，立志做团队的中流砥柱。

最后，军事素养的强化。军训锻炼的不仅仅是身体，还有我们对待危险和困难的态度，以及遇到突发事件如何应对等技能。

### 第五段：结语

在军训结束，我们会一起举行隆重的结业仪式。结束前，领导单位会进行回顾总结，这时我觉得也是很有启迪的。我认为，在这个经历中，我们需要懂得回顾自己、认识自己，找到自己的优点和不足，为未来的成长奠定基础。军训过后，我们不仅从体能上进行了锻炼，更从心态上进行了转变。我

想每个人都能为自己的人生增加一份不一样的色彩。