

2023年军训活动内容及感悟(汇总16篇)

励志文章不仅仅是文字的堆砌，更是一种心灵的疗愈和成长的引导。4. 励志文章需要紧扣主题，通过丰富的细节和生动的描写，让读者产生共鸣。以下是一篇经典励志总结，希望每一个读者都能从中汲取到坚持梦想的勇气。

军训活动内容及感悟篇一

“不要找理由，解释就是掩盖，掩盖就是事实。”教官说的这句话一直在我脑海里徘徊。这句话是我军训以来最大的收获。它总是告诉我没有借口。

在一些军规里，有一个关于借口的解释：在军队里，没有失败的借口。如果情有可原，可以说明情况，但即使说明了，也不能作为借口。

所以从进桂林中学开始，我就强迫自己对别人负责，不找任何理由就犯错。作为宿舍负责人，我建议督促宿舍成员起床铺床。我对自己要求很严格。我不想迟到也不想早退，即使我觉得不舒服。

就是相信没有借口能让我在软弱的时候坚强，在害怕的时候勇敢。它告诉我要骄傲，不要因为失败而退缩，要在成功时谦虚有礼；不要用言语代替行动。不求安逸，只求面对困难和挑战带来的鞭策和压力；它在我心中创造了新奇，对未知的军训生活充满了乐趣和希望。

“没有借口，先生。”因为有找借口的习惯，这些话在教官激烈的质疑目光下还是说不出来，因为很刺耳，很冷。但是慢慢的，我会大声自信的喊出这句话。以强烈的责任感处理错误的后果。

这是我军训的经验。六个字没有借口！

军训活动内容及感悟篇二

从“站军姿”、“向左转、向右转”、“行进立定”、这些具体训练项目中，给予我很多启示。“站军姿”，不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们拥有良好的精神风貌。“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，才可实现目标作好工作。“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，才能收到最好的效果。

“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。

态度决定一切，我们今天的训练从早上的无组织无纪律到下午的有模有样，正是说明这一点，因此这次军训的目的是告诉我们在日常工作中，要用正确的态度去面对。

通过13天的训练和学习，确实让我收获不少，感慨颇多。其实，一个人的年龄并不是工作和生活的障碍，好的心态才是工作的动力和源泉。军训，让我感悟到，如何去面对生活和工作，如何用智慧去工作，如何在工作中用正确的态度去面对，去处理工作中事。

军训活动内容及感悟篇三

上周周二，是我第一天去参加军训。因为上上周末发烧所以周一在家休息了一天，第二天才被送到我梦寐以求的军事基地。

刚到军训基地时，我感觉到了一股“杀气”。遇见我们教官时，我觉得他很和蔼可亲，而在训练时，他又很严厉。教官先把我领到了女生宿舍，我们班同学见到我都很惊讶。问道：“你这么来了？”还特意警告我军训比我们想象中的要苦。

我们的教官姓袁，名字叫袁长方。在训练时，他时时刻刻要我们做到“整齐”和“纪律”在二个字。谁没做到，都会受罚。真是悲惨啊！

再吃早、中、晚饭时，我们也要保持安静不能讲话。我也发现我们每天吃的饭菜都差不多一样，很多人都吃腻了！在接下来的各种过程中，我都体验到了当军人的辛苦。

周三、周四、周五晚上都有活动，让我影响最深刻的是周三晚上的烧烤！我们每人在烧烤过程中只能吃一只鸡腿、二根火腿肠、还有白馒头。在烧烤当中，我们体验到了快乐！晚上，我们都会想起自己的爸爸、妈妈，也很后悔自己为什么会来到军事基地，甚至有些女生都哭了。

我也挺想自己的父母，有时也想哭，但是还是强忍着。我在军训基地时，学会了的交警指挥操和军体拳都会回去表演给父母看的。在军训期间，我学会到了不抛弃、不放弃的这个目标。

这次，在军训基地时，我知道了军人是怎样生活的，让我们变得更加坚强，更加勇敢！

军训活动内容及感悟篇四

第一天：初尝苦头

午饭后，一到三连去军训，我们去上课。内容是生命的意义。老师教了我们很多的常识和舞蹈。我的感受很深刻：其实如果说什么东西最重要，肯定就是生命了。因为如果没了生命，

我们就做不了任何东西了。有些人失去了某些东西就说要去死，那是万万不能的！因为失去了的东西，只要你还有生命，你就可以去争取回来；但是，你要是没了生命，就再也争取不到任何东西了，也就真的失去一切东西了！所以，生命是最重要的！

课后，我们回寝室休息几分钟后，就集队去吃饭了。我们一边说话一边吃，教官大吼一声，说：“吃饭不许说话！”我们吵闹的声音马上降下来了一大半。有的人说：“教官好凶！”有的人说：“哇！教官的声音好大！有的人甚至说：“教官是个坏人。”我觉得饭菜还不错，可有些人却当着教官的面说：“好难吃！”教官的脸立刻变得很严肃地说：“你知道吗？我们吃得比你们要少，饭菜也没你们好，你们还挑食？教官说得对！天底下甚至还有人吃不上饭的，他们是多么渴望想吃上几口饭啊！所以我们不能挑食。

第二天：夺命军训

早上起来后，广播响起了，说三分钟后，全部连队上军体场军训！不一会儿，我们搞完自己的东西之后，就来到了军体场。军官一会儿让我们喊口令，一会儿让我们踏步，让我们感到很不耐烦。于是，我们开始做动作不认真，队列不整衣，结果就罚站了一个上午。上午还不够，中午还要继续！一天下来，我们哭的哭，叫的叫，全身都疼。幸好这天晚上还有个晚会，不然，我们就真的要自尽了。晚会基本上就是看表演、唱国歌，我们也很卖力地去唱歌。可是，二连居然把班服和班旗都带来了！这就是在作弊嘛！果然，他们是最好的，拿到了第一名，可是其他人都觉得不公平，为什么就多个班服和班旗就能拿到第一名？为什么就可以多加几分？我也很不服气。

第三天：尾声

这一天是待在这里的最后一天，也是我们拿到“团队星”的

一天，活动内容就是检阅。我们要将教官教过我们的动作全部做一遍，做得最好的一个连就可以得到这颗星。每个连都精神抖擞、面色严肃，队列都非常整齐。每个人的声音都很大，都像个小军人。最终二连得了第一名，他们得了“团队星”，教官说：“你们每个连都表现得很好！每个连的分数都只差一点，你们很棒！”最后，我们和二连都拿到了一个“优秀连队”，我们兴高采烈拍掌欢呼。但是，我们绝不会骄傲，我们会把这个成绩保持，甚至做得更好！

最后，三天两夜的军训圆满结束了，在巴士上，虽说我们嘴上说着：“啊！军训好累，我下次再也不会来这鬼地方了！”可是，我们心里都恋恋不舍，我们怎么可能忘了这个充满欢快、抱怨、幸福的地方呢？这个地方将会留下我们的欢笑，我们的汗水，我们的足迹！

我觉得，如果我们下次还来，我们会做得更好、更优秀的！

军训活动内容及感悟篇五

众所周知，进入大学的第一件任务就是军训。虽然因为种种原因军训延期了，但这一任务我们还是必须完成的。在这学期，我们进行了为期一周的军训。这次军训，得到了训练营的大力支持，他们派出了以一些优秀的教官，每天都准时精神抖擞地出现在我们同学的面前。他们展现了新时代军人的风采，也用自己的行动无声的教育着每一位同学。

在这一短暂而又漫长的军训活动中，同学们穿着统一的军服。人们都说，军训会很苦很累，他不但会晒黑你的皮肤，而且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。虽然顶着炎炎烈日，但是同学们还是整整齐齐的站军姿，走正步，踏步等。纵使我们的脸颊的汗水直流，纵使我们的双脚有些麻木，纵使我们的胳膊有些酸痛，但我们不到最后一秒钟决不懈怠。

通过这次的军训使我们学会了在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的优良品德和作风带到我们今后的学习中，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守法，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进，做一个“讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好”的合格的大学生。

组织学生军训是多年来加强国防后备力量建设的有效手段，也是当今世界许多国家的共同做法。有利于增强青年学生的国防认识观念，有利于国防后备力量的现代化建设，有利于青年学生的全面发展。而经过大学军训，同学们可以通过一个融洽的环境，很快的融入集体中，在军训过程中建立起“共患难”的情谊，开始自己又一个人际关系网。

军训活动内容及感悟篇六

相信每个大学生都会经历一次军训阶段，在这段时间里，我们不仅仅是进行了体能训练和军事知识的学习，更重要的是锻炼了我们的意志力和团队合作精神。我也参加了一次活动军训，下面我就来和大家分享一下我的心得体会。

第二段：军训的意义

首先，军训让我意识到了自身潜力的巨大。在军训过程中，我们经历了种种艰苦的训练任务，包括长时间站军姿、爬虫穿戈等。在面对这些挑战的时候，我曾一度觉得自己无法坚持下去，但是教官的鼓励和同学们的支持让我重新振作起来。通过不断的挑战和突破，我发现自己拥有的力量和潜力远远超出了自己的想象。这种体验让我深刻明白，只要心中有目标，我们就能够克服任何困难。

第三段：团队合作的重要性

军训期间，我们的教官强调了团队合作的重要性。毕竟，一个人的力量是有限的，只有通过团队的配合才能够实现更大的目标。在一次模拟战斗演练中，我们被分成小组进行战斗任务，我所在的小组由于缺乏默契，导致任务的失败。这次失败让我们认识到了团队合作的重要性，并且我们开始积极沟通和合作。经过多次练习和改进，我们的小组终于成功完成了任务。通过这次经历，我深深地理解到，团队合作是一切胜利的关键，只有团队中每个成员发挥出自己的价值并相互支持，才能够战胜困难。

第四段：自我约束的意义

军训期间，我们需要严格遵守一系列的纪律和规定。这包括要准时起床、整理好个人物品、保持良好的仪容仪表等等。一开始，我对这些规定感到厌烦和局限，但是慢慢地我发现，这些规定的背后是对我们的自我约束和自律的塑造。只有遵守规定，我们才能够成为一个有纪律、有条理的人。这种自我约束的训练让我认识到，只有做好自己的本职工作，并且遵守规定，我们才能够被他人所尊重，才能够更好地发挥自己的价值。

第五段：收获和反思

通过这次活动军训，我不仅仅学到了军事知识，更重要的是学到了一些生活中的重要课程。我意识到，只有不断的挑战自己、锻炼自己，才能够真正发掘出自己的潜力。同时，团队合作的重要性也让我有了更深刻的理解和体会。在未来的学习和工作中，我将更加注重团队合作，并且更加努力地锻炼自己的意志力和自律能力。

以上是我在活动军训中的心得体会，通过这次军训，我成长了许多，也认识到了自己的不足之处。我相信这段经历会对我未来的人生产生积极的影响，并且使我更加坚定地追求自己的目标。希望通过我的分享，可以给与还没有经历过军训

的大学生一些启示和帮助。

军训活动内容及感悟篇七

军训作为每年校园生活的一部分，它不仅锻炼了学生们的体魄和耐力，更重要的是在心理和意志素质上得到了一次锻炼。在参加军训这样一种集训活动中，每个人都感受到了一个团体的力量，更了解自己的潜力和付出的力量。以下是我参加军训的心得体会。

第二段：锻炼意志和毅力

军训期间，每天早晨六点钟起床，记得用冷水洗脸刷牙，穿上军训服，默默地热身训练直到早饭前。每天堵又薄，烈日炎炎，大家都顶着强光和热浪，在军事教官的指导下进行集训，锻炼自己的肌肉和意志。这些天我充分感受到了生命的宝贵，更了解到很少机会感受到单纯的阳光和天气，令人更加珍惜和美好地安排每一个早上。

第三段：认真对待每一个细节

在军训期间，小到一个磨损的鞋，大到一个不规范的姿势，都会在教官的眼中一一被发现。教官说“细节决定成功或失败”，对于这一点我深有体会。参与军训活动的每一个人都要对每一个细节负责，尽力做好自己的工作，从中体会到自己需要不断地自我作好调整和努力，使自己不断地完善。

第四段：团队感受

在军训过程中，我们必须坚信一个人的力量渺小，在集体中才能发挥出最终的实力。虽然训练艰苦，但军人官兵的纪律为了团队，相互扶持，互相鼓励，这种精神是无法否认的。我想这也是军训活动带给我的珍贵生活体验。

第五段：总结和建议

综上所述，军训活动成为了我人生中难忘的回忆。在集训中，我们锻炼了自我意志，树立了正确的健康观，养成了不断提高的习惯，也感受到了团队合作的人文精神。我认为，每一个经过军训的学生都应该深刻领悟这一点，并将之贯彻到自己的日常生活中去。如此一来，我相信，他们也将成为一个更好的中华儿女。

军训活动内容及感悟篇八

军训作为现代大学生生活中的一大重要环节，在培养学生团结协作、坚韧不拔的意志品质方面起到了不可忽视的作用。经过一周的紧张训练，我收获了很多心得和体会。首先，军训是一次锻炼意志的机会；其次，军训能够增强团队凝聚力；最后，军训让我更加懂得感恩和珍惜。

首先，军训是一次锻炼意志的机会。在军训的过程中，我们要坚持做一些平时不常做的事情，如原地踏步、做伏地挺身等，这对于我们来说都是不小的挑战。在这个过程中，我深刻体会到了坚持的力量。当我觉得累了、困了、心情不好的时候，我告诉自己要坚持下去，这是一种意志力的锻炼，能够培养我们克服困难的能力，提高我们的自律能力和坚韧不拔的意志品质。

其次，军训能够增强团队凝聚力。军训强调集体荣誉，强调团队协作。在每天的训练中，我们要严格按照教官的指示进行行动，要一致行动，要相互协作。在这个过程中，我们加强了相互间的沟通交流，也加深了彼此之间的了解和信任。通过集体活动和集体训练，我们克服了一个又一个困难，战胜了一个又一个挑战，增强了团队的凝聚力和战斗力。

最后，军训让我更加懂得感恩和珍惜。在军训的过程中，我们感受到了教官的辛勤付出和对我们的关心和爱护。他们时

刻坚守在我们身边，不离不弃，为我们提供了全方位的保障和帮助。我们从他们身上学到了很多知识和技能，收获了很多人生经验和宝贵的财富。同时，军训让我更加懂得珍惜身边的一切，珍惜所拥有的一切。我们不应该抱怨困难，而应该坚守信念，努力奋斗，用自己的行动去回报那些关心和支持我们的人。

军训是一次锻炼意志的机会，它能培养我们战胜困难的能力，增强我们的自律能力和坚韧不拔的意志品质。军训在加强团队凝聚力方面起到了重要的作用，通过集体活动和集体训练，我们加强了彼此间的交流和协作，增强了团队的战斗力。最后，军训让我更加懂得感恩和珍惜，珍惜身边的一切，回报那些关心和支持我们的人。

总之，活动军训是一次难得的锻炼和成长的机会。在军训的过程中，我们要坚持下去，克服困难，不断提高自己的意志品质和团队协作能力。感恩和珍惜是人生中最宝贵的品质，我们要时刻懂得感恩，珍惜身边的一切，用自己的行动去回报社会和人民。军训是人生中不可或缺的一部分，希望每个参加军训的同学都能从中收获更多的知识和经验，成为更好的人。

军训活动内容及感悟篇九

作为每个中学生成长过程中难以绕开的一个环节，军训既是锻炼身体的机会，也是体验军人生活的机遇。我曾经参加过一次为期三周的军训，从中体验到了许多不同寻常的感受，也发现了一些自己以前没有发现的问题和自己的优点。在这篇文章里，我将记录下我的心得体会，希望能够与大家分享。

第二段：体验

在军训期间，我第一次深刻体验到了“疲惫”的概念。每天早晨，我都是用疲倦的身体起床的，一上午的训练，让我汗

流浹背，直到胳膊和腿都不听使唤。然而，这个过程也让我更加明白了珍惜时间的重要性，一分一秒的时间都不可浪费。

第三段：学习

军训中，我不仅仅锻炼了身体，也收获了许多知识。在训练之余，我们还学习了一些基本的军事知识，例如警戒、野外生存和卫生等。同时，我也在成长过程中更加明白了纪律和规矩的重要性，纪律的树立使我百密一疏，不留任何过失。

第四段：合作

在一个班集体中，个人的贡献并不是最重要的，团队的协作才是关键。在军训中，我们很多训练项目都需要团队协作完成。无论是队列训练，还是野外生存时的分工，都需要大家紧密合作。这种合作不仅增进了我们彼此的感情，更让我学会了如何扬长避短，将自己的优势充分发挥出来。

第五段：收获

回顾这三周的军训，我认为我所得到的并不仅仅是锻炼和知识，还有对人生的一些体悟。始终坚守信念和行动力，让我看到了自己的不足之处，也让我更加明白要取得成功需要的是决心和毅力。

结论：

军训对于每个人都是一次成长和成熟的机会。我们从中能够学到纪律、合作、承担责任和付出，同时也体验到了最真切的军人生活。在这个过程中，我们发掘了内心深处的潜能和激情，也在一路充满挑战的旅途中从容不迫地走了过来。我相信，我们所经历过的种种会成为我们未来人生中无法磨灭的记忆，帮助我们更加坚韧地迎接接下来的挑战。

军训活动内容及感悟篇十

人生学校高中部高一新生为期7天的军训就要结束了，在校领导和武警辽阳中队领导的大力支持下，在教官的细心指导和同学们的努力拼搏下，我们的军训取得了显著的成绩，达到了预期的目标。这次军训，由于教官严格要求，认真进行各项科目的训练；同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训的同学都能积极的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和集体观念。培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学习和生活无疑是十分有益的。

军训中，教官们投入了极大的热情。对学生表现出极大的爱心和责任心，认真履行自己的职责，了解学生思想动态，关心参训同学生活，主动做好参训学生的思想工作，热情为同学们服务。在此让我们以热烈的掌声，向x可爱的教官表达x崇高敬意。

同学们，军训是每位高中生重要的必修课。这次军训的200名同学，经过军训技能考核，均取得优良成绩。

7天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带并带伤坚持训练，从不叫苦叫累。3班的唐大伟、同学在训练中，虽身体不适稍做休息又投入到高强度训练之中。1班的、2班的、3班的、4班的大李帅、谢丽军、刘佳庆等同学是军训学生的榜样，他们高标准要求自己，各项技能成果走在了x前面。106寝室的同学用午休时间清扫场地积水，热心为集体服务。军训不仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的.友谊和集体荣誉感。

军训中在同学们身上真正体现了一名高中生的优良品质和奋发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了人生学子

军训的新篇章。

我们参训的老师从军训开始一直关心、体贴、鼓励参训同学，用自己的模范行动影响和带动了同学们积极参训，你们的感召力是无穷的。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保学生军训工作的顺利进行，提前准备，确定目标，体现了军训各项工作抓紧、抓严、抓实的特点。

在这里需要特别感谢的是武警辽阳中队的参训教官，你们严格施训以及高度的责任心，保障了本届军训任务的圆满完成，在这里我们向你们敬礼，向你们致敬！

同学们，短短的7天军训此时此刻就要结束了，军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好精神，好作风。把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。过后，祝教官们身体健康，工作顺利！祝同学们在新的学期里学习进步，幸福快乐。愿人生学校走向辉煌。

军训活动内容及感悟篇十一

“啪啪啪，哒哒哒”三年前似曾相识的乐音再次回荡在耳边，整齐嘹亮、气势恢宏，对，没错，是军人独特的声音，是人名子弟兵行进的’声音。他们像松树般挺拔，颇具男子气概，他们是无数中华儿女心中敬佩的男神！他们神圣不可侵犯！曾记否，少年军人梦，曾是昨天多少中华儿女的心中梦，但过去流逝的岁月，时光却让人感慨万千。

孔老夫子在千百年前曾经说过“逝者如斯夫，不舍昼夜”现在的我不得不感慨岁月如歌，时光老人从不曾对我们放慢脚步，愈走愈快，辛苦且有趣的军训生活已经接近尾声，面对时光过去的昨天，面对军训生活流逝的昨天，心中的体会可谓是酸甜苦辣咸，五味俱全“气愤、无奈、不舍、怀

念……”

写军训心得体会，内心的话如大海涨潮般万千，体会众多，但最令人深刻的还是教官说的那段话：“我走过的山路，是徐霞客曾经留宿过的；我走过的关隘，是六国曾经逡巡而不敢前的；我驻足远眺的城楼是于谦曾经坚定守卫过的；我现在能驰骋由疆的西北草原是霍去病曾经为之而奋斗过的……当我在你们这个年龄的时候，早已扛起枪上阵杀敌，维护世界和平去了！”曾经的教官驰骋沙场，为国争光保卫世界和平。如今的他，带领一群小毛孩练习基本动作，却常常不如意，看着他失望、无奈的神情，那时的我们又是另一般——害怕，如果问我怕什么，那必然是怕教官失望，怕他的心血付之东流，怕我们做不好，怕不如别的连队，因为艺术37班，生来就是要争第一的，命中也必须是强者，艺术37班，英雄的连队，团结一心、创造辉煌！几天过去了，我们伤心过失落过，但从不曾放弃，军人常说：“不想当将军的士兵不是好士兵”军训要争第一，以后的大小事，事事都要争第一！

教官们个个面色黝黑，肌肉强健，从他们挺拔的身姿中便可以看出曾经的他们经历过无数的风雨，看看从未让困难打败的他们，再看看娇娇弱弱的我们，想想他们在和我们年龄相仿的时候做着不平凡的事，望望为了鸡毛蒜皮般小事吵架的我们，平凡的人做着不平凡的事，不平凡的人训练平凡的我们，一生很长很长，一生也很短很短，军训，军训，军事训练，训平常，练本领，军人常说：“苦练杀敌本领，一心保卫祖国。”今天我们也要苦练杀“敌”本领，一心登上高峰！

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”军训，军训，不哭不累怎能称作军训。“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，困乏其身，行拂乱其所为，才能……”古人的话语时常回荡在耳边军训的我们，也应把这些话牢记心中，勿忘前人之言，则有福于自身。时光如流水，转眼又到了分别的时候，短暂而充实的军训生活教会了我们珍惜当下，珍惜时光，在成长的道路上遇到拦路虎，也应勇

往直前，做事要坚持不懈，不可三天打鱼两天晒网。坚持——这一人生哲学是军训送给我们的人生宝藏！

军训的列车已到站，在这段旅程中我们获得了许多，往后的站也必将会获得人生财富！

军训活动内容及感悟篇十二

军训是每个大学生入学的必修课程，通过训练可以提高同学们的纪律观念、团队合作能力和身体素质。而在军训中，活动军训是一种较为特殊和富有趣味性的训练形式。在这篇文章中，我将分享我在活动军训中的心得体会，包括对军事训练的认识、团队协作的重要性以及如何保持积极的心态。

首先，活动军训让我对军事训练有了更深入的认识。在军训中，我们接受了一系列的体能训练和军事技能的学习。通过这些训练，我明白了军事纪律的重要性，只有严格执行纪律才能确保训练的顺利进行和任务的完成。此外，通过参与实际的军事训练，我深刻体会到了军人的辛劳和坚持不懈的精神，这让我对军事工作和军人有了更加尊敬的态度。

其次，活动军训加深了我对团队协作的认识。在活动军训中，我们都被分成了小组，完成一系列团队任务。而在这些任务中，团队的协作是至关重要的。我发现，只有将个人的力量与团队协作相结合，才能顺利完成任务。在团队中，每个人都有自己的专长和责任，只有相互信任并充分发挥自己的优势，才能取得最好的效果。因此，团队协作不仅仅是在活动军训中的要求，更是在社会生活中的重要素质之一。

此外，活动军训还教会了我如何保持积极的心态。在训练过程中，我曾遇到过困难和挫折，有时训练任务也会让我感到压力倍增。然而，我从活动军训中学到了如何面对这些挑战并保持积极的态度。我发现，面对困难时，积极的心态能够帮助我更好地应对并克服困难。同时，与队友的互相鼓励和

支持也是保持积极心态的关键，团队精神让我觉得有人与我同行，让我感到安慰和坚决。

最后，活动军训也提高了我的身体素质。在军训期间，我们进行了大量的体能训练和激烈的体育活动。通过这些训练，我感到自己的体力和耐力都得到了显著的提高。健康的身体是进行学习和工作的基础，而活动军训的体育锻炼让我更加注重自身的健康，同时也提醒我要始终保持良好的生活习惯和均衡的饮食。

综上所述，通过活动军训，我对军事训练有了更深入的认识，体会到了团队协作的重要性，学会了如何保持积极的心态，并且提高了自己的身体素质。这次军训不仅让我在体验军人的生活中收获知识和技能，更重要的是塑造了我坚韧不拔、勇敢向前的品质。我相信这些收获将对我今后的学习和工作产生积极的影响，并使我更好地适应社会的挑战。

军训活动内容及感悟篇十三

通过xx销售公司组织的一周军训训练和学习，确实让我收获不少，感慨太多。不过，我认为更重要的是我们在今后的工作中得以充分的体现。

听说员工开展为期7天的军训消息后，我心想：“这不是没事找事吗？公司花了钱，我们受了苦，还浪费了时间，要知道在商场上时间就是金钱呀！”但军训完成后，我才认识到我刚开始的这种观点是错误的。公司此次军训目的，是着力在锤炼专业技能、磨练意志、提高综合素质、培养大局意识与团队精神，进而提高工作办事效率。并要求在训练面前不讲条件，不找借口，不怕吃苦，雷厉风行，令行禁止。看似简单的要求却在一次次转体间，一次次行进与停止间，使我清楚地认识到自身的差距与不足。

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。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。端正态度，摆正位置，当好普通一兵是我的最大心得体会。站军姿，给我不屈脊梁的身体，也给了我无穷的毅力。

练转体，体现了敏捷的思维，更体现了团队意识。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，高质量的队伍。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。

这次军训虽然很累，很苦，但我认为值得。通过这次军训每位员工都学会了很多东西，学会的这些东西是用多少钱都买不到的。这些东西让我们一生受用。在军训考核结束后，公司还请专家还有王总对我们今年的工作思路和目标确定了方向，还有工作中的问题进行了解答，让我们工作不在迷茫。

军训是艰苦的，但我们是快乐的。蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害集体受罚。军训中我们懂得团结，我们铭记”团结就是力量”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏。军训中我们学会坚持，我们深信”坚持就是胜利”。

在嘹亮的军歌中，让我们坚信美好未来属于我们。让我们为了同一个信念，努力拼搏。开创xx销售公司的新时代。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

军训活动内容及感悟篇十四

作为一名中学生，没能体验军训仿佛是一件遗憾的事。因此当我得知自己被选为学校军训代表时，内心十分兴奋和激动。而对于这个富有挑战性的经历，一时之间并不知道该有何样的心态去面对。于是，我和同学们在军训即将开始之前，进行了一次心理训练，使我们更理性地去看待面前的挑战。

第二段：军训中的体验

在军训的漫长过程中，身体和意志的磨练是必不可少的。起初，我们还无法适应漫长的训练时间和严格的纪律要求，但随着训练的进行，我们已经逐渐适应了这种机械化的训练方式。在这段时期，我们体会到团结的重要性，因为团队是战斗力的源泉。每天早上跑步，晚上听老师的讲解，磨炼了我们的耐力和毅力，有效地锻炼了我们的身体和意志。

第三段：军训收获的体验

经过一周的训练，我们终于尝到了胜利的滋味。我们获得了这段时间努力训练的丰硕成果，更重要的是，我们体验到了自我超越的快乐和成长。除此之外，参加军训还让我们感受到了人与人之间的默契和信任。学会了如何协同合作，团队合作的氛围让我们深感温馨与亲密。

第四段：军训场上的收获

在训练期间，我们不仅了解到了身体训练的必要性，同时也

学会了领导和指挥。我们的主持人经了解训练内容和要点，总结出演示的重点，并敏锐地掌控着训练进程。而最后的展示，让我感受到了在中国人民解放军建设过程中，领导和指挥的重要性。更是体验到了团队走向胜利的喜悦。

第五段：感言

在军训结束之际，内心充满了羡慕和愉悦，感谢老师们的耐心指导与呵护，让我们周而复始地锻炼并提高自己。而我们，却也从中获得了难得的体验，使我们重新认识到人生哪些才是生活中最重要的。最后，我奋笔疾书，表达自己对于这段难忘历程的感悟：只有通过军训，才能感受到拼搏和成长，才能用实际行动证明自己的价值，展现出精神力量和人格魅力，更能让我们时刻保持一份昂扬向上的精神状态。

军训活动内容及感悟篇十五

军训活动是中学时期的一道难忘经历，它不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志力和毅力的考验。作为一名中学生，我有幸参加了这项活动，深深地感受到了自己身体和心灵的极限，也收获了不少宝贵的经验和思考。

第二段：锻炼身体

这次军训活动对身体的锻炼非常重要，我从未有过这样高强度的锻炼。每天早上五点就要起床，跑步、晨练、操场上的训练，都是对体力的一次次考验。一开始，我感到特别疲惫，几乎做不了任何动作，但是不久之后，便能听从命令快速响应，能够完成一些难度较大的动作。我感到很自豪，从中体会到，只有通过不断的锻炼，才能让自己更加健康，更加强壮。

第三段：锤炼意志力

军训活动除了锻炼身体，更考验的是意志力。早上五点钟，即使外面还是漆黑一片，即使全身还没有恢复，我们仍然必须早早起床，完成各种各样的训练。这种经历对我的意志力有很大的帮助，让我知道了在困难面前要坚持，要克服自己的惰性和嫌弃。从多方面来看，军训活动是锤炼意志力的最佳方式。

第四段：增强自信

军训活动对于自我增强信心方面，也是非常重要的。每个人在初到军训中心的时候，有些人因为没有经过这种锻炼特别害怕，觉得自己做不了，有的人则是兴致勃勃，想尽可能的锻炼自己。但是随着时间的推移，慢慢地全部人都能适应，不再害怕，完成任务后更是觉得自己有经历，有能力，有自信。所以可以说，军训活动对于增强自信心是非常有益的。

第五段：结束语

总体而言，我认为这次军训活动非常成功。它不仅让我们锻炼身体，更锤炼了我们的意志力和毅力，增加了自信心，让我们更好地认识自己，有了更高的精神层次和文化素质。这次军训活动会一直留在我的内心深处，让我永远铮铮铁骨，集体荣誉，个人荣誉并重，随时准备为国家和人民做出贡献。

军训活动内容及感悟篇十六

没来军校之前，我还在向往着军训时那美好的画面，可是军训开始了，我却感到军训时费力的，是训练我们吃苦耐劳的毅力的时候。每当我们在困难训练的时候，我们的教官也在一遍又一遍各处尽力让我们做好。瞧，教官示范的动作是多么标准，多么漂亮，口号是多么洪亮，不愧是教官啊！

我的心中更多地充溢了敬重之情。我也想像他们一样，做到最好！