

最新波司登培训心得(优质9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

波司登培训心得篇一

波司登作为中国最大的羽绒制品企业之一，一直以来都以其可靠的品质和精湛的技术闻名。在波司登工厂的生产流程中，严格的流程管理起着非常重要的作用。通过参观波司登工厂，并亲身体验其中的生产流程，我深刻地体会到了流程管理的重要性，也得到了一些有益的启示。

第二段：流程规划与设计

波司登工厂的生产流程是精心设计的，几乎每一个环节都经过反复的思考和优化。在流程规划和设计阶段，波司登注重的是工人的操作便捷性和生产的高效性。例如，他们将加工步骤细化，让每个工人都能够熟练完成自己的任务，确保产品的质量 and 一致性。同时，在流程设计中，他们还注重了环保和可持续发展的理念，采用了一系列能够节约能源和资源的措施，为环境保护贡献自己的一份力量。

第三段：流程执行与监控

在波司登工厂中，流程的执行和监控非常严格。每一个环节的工人都有明确的工作要求和操作标准，他们必须按照标准的要求进行操作，并通过严格的质量检测来确保产品的质量。同时，工厂还采用了先进的监控系统，能够实时对生产过程中的关键数据进行收集和分析，及时发现潜在的问题并进行调整和改进。这种通过监控来及时发现问题并作出调整的方法

式，使得整个生产流程更加稳定和高效。

第四段：流程管理与持续改进

波司登工厂在流程管理方面表现出色，他们不仅在流程规划和设计阶段注重细节，还在实际的生产过程中进行持续的改进。工厂会定期召开流程管理的会议，对生产过程中遇到的问题进行分析和研究，并制定改进方案。同时，他们还鼓励工人积极参与流程改进，倾听他们的建议和意见，逐步完善生产流程。这种持续改进的精神使得波司登工厂能够不断提高生产效率和产品质量，保持竞争优势。

第五段：总结

通过参观波司登工厂并了解他们的生产流程，我深深地感受到了流程管理对于一个企业的重要性。一个完整、高效的生产流程不仅能够保证产品的质量 and 一致性，还能够提高生产效率、降低成本，为企业的发展提供有力的支持。波司登工厂通过精心设计、严格执行和持续改进的方式，成功地打造了一个高效、稳定和可持续发展的生产流程。这给我留下了深刻的印象，也使我对流程管理的重要性有了更深的理解。

波司登培训心得篇二

虽然已经接触会计这门专业知识有三年多了，但是很惭愧我们对于实际怎么建账、填凭证等都还很不明白，许多细节方面的知识都不是很清楚。还记得刚开始实习的第一天，老师要我们首建立总账和明细账，大家都不知道该如何下手。准备好一些基础工作后，在老师的指导下我们才开始了最初的工作，建立总账、现金日记账、银行存款日记账和各种明细账，接着再根据模拟的会计资料录入期初余额。每位同学都做的很投入，顾不上与身边的同学闲言碎语，也顾不上擦去额头上流下的汗水，深怕一个不留神就把数字给填错了。最后再试算平衡，要求全部账户的借方余额合计等于全部账户

贷方余额合计；总账借贷方余额要与下设的相关明细账户借贷方余额合计数相等，试算平衡之后才可以进行本期业务地登记。经过一两天地工作，大家都慢慢地进入了模拟实习的状态，我也发现了会计这项工作的确像别人说的那样很繁琐、很枯燥，需要有耐心，需要仔细认真。比如说建账的时候，我们不知道反反复复地写了多少个“期初余额”。

做完一些期初的工作后，我们进入了最主要的工作——填制凭证。总共有79笔业务，分三次完成。原本以为这会是比较简单的任务，只要通过原始发票判断这笔业务归属的会计科目，再根据实际发生的金额填上数字就可以了。可是实际操作起来却不像想象中的那么简单。比如说一笔涉及到两个以上的账户时，怎样把它写出复合地会计分录才是正确的，又比如说一些预提待摊的账户应该怎样分配金额；还有最麻烦地计算分配和结转一些辅助生产费用、材料成本差异等等。这些都要求我们对财务会计以及成本会计的知识掌握地很熟练，这样才能够更好地运用到实践当中去。每完成一批凭证后，我们都会做一次科目汇总表，虽然比较麻烦，但是等做到最后把借贷方试算平衡后，我们的心情不知道会有多好。还记得第一次科目汇总的时候，由于自己的一些小错误，怎么也平衡不了，真的差点就放弃了，可是我告诉自己必须坚持。反复地和同学对照了几次，终于找出错误之后平了。于是我告诉自己，一定不能急躁，一定要静下心来，容不得有半点马虎。虽然没有一次就把账做平，但是心里还是挺高兴的。

在填完凭证之后便是登账了，必须根据每张凭证登记各种明细账、根据科目汇总表登记总账，虽然看上去有点像谁都会做的事，可重复如此大的工作如果没有一定的耐心是很难胜任的。因为一出错并不是随使用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格要求的。例如数字写错了还得用红笔划去，再用黑笔把正确数字协商，最后还要签章。而且字迹还得清晰清秀，数字也不能写错方向。如此繁琐的程序真的让我不敢有一丝松懈，以致于每天在那坐上

几个小时后汗水都能浸湿我的衣服。因为这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，要是在以后的工作中，这是关乎一个企业的账务，是一个企业以后制定发展计划的依据。

所有的账记好之后，接下来就是结账，印象最深的便是划两条红线，每一账页要结一次每个月要结一次，划红线划得手都疼了。而且结算那些数字是最容易出错的，必须反复地验证几次才能够确定是否正确。接着便是对账了，如果前面没有出现错误的话，这一步还害死比较简单的。

会计手工模拟实习心得 的延伸阅读——实习心得体会的基本要求

实习心得，就是把一个时间段的实习情况进行一次全面系统的总检查、总分析、总研究，分析成绩、不足、经验等。总结是应用写作的一种，是对已经做过的工作进行理性的思考。总结与计划是相辅相成的，要以实习计划为依据，订实习计划总是在实习总结经验的基础上进行的。

1. 总结必须有情况的概述和叙述，有的比较简单，有的比较详细。这部分内容主要是对工作的主客观条件、有利和不利条件以及工作的环境和基础等进行分析。

2. 成绩和缺点。这是总结的中心。总结的目的就是要肯定成绩，找出缺点。成绩有哪些，有多大，表现在哪些方面，是怎样取得的；缺点有多少，表现在哪些方面，是什么性质的，怎样产生的，都应讲清楚。

3. 经验和教训。做过一件事，总会有经验和教训。为便于今后的工作，须对以往工作的经验和教训进行分析、研究、概括、集中，并上升到理论的高度来认识。

4. 今后的打算。根据今后的工作任务和要求，吸取前一时期工作的经验和教训，明确努力方向，提出改进措施等。

波司登培训心得篇三

波司登作为中国领先的羽绒服品牌之一，在中国市场拥有广泛的知名度和用户群体。最近，我有幸参观了波司登总部，对其企业文化、产品制造流程以及品牌的发展历程有了更深入的了解。在这次参观中，不仅体会到了波司登背后的努力和创新精神，还对其成功的原因有了一些思考和体验。以下是我对波司登参观的一些个人心得体会。

第二段：对波司登的前世今生的了解

在参观波司登总部的过程中，我们首先了解了波司登的发展历程。波司登成立于1993年，经过多年的努力和持续创新，逐渐崭露头角。现如今，波司登已经成为全球领先的羽绒服品牌之一。了解到波司登的发展历程，让我深刻体会到一个企业需要经历种种风雨，才能获得今天的成功。

第三段：对波司登产品制造流程的了解

参观过程中，我们还了解了波司登的产品制造流程。波司登将质量作为最重要的一项标准，从原材料的选择、生产工艺的研发到品质的把控，每一个环节都精益求精。在波司登的工厂，我们看到了一条条整齐的生产线，工人们按照严格的标准进行着生产。波司登对产品质量的不懈追求，让我深刻体会到一个品牌的成功必须建立在对产品品质的高标准和严苛要求之上。

第四段：对波司登企业文化的感受

在参观波司登总部的过程中，我们还了解到了其独特的企业文化。波司登秉持着“专业、高效、创新、责任”的价值观，凭借一支专业的团队，不断追求产品和服务的卓越。波司登注重员工培训和发展，鼓励员工创新创造，并以团队合作的方式共同努力。波司登的企业文化给我留下了深刻的印象，

它让我理解了“品牌的力量”和“团队的重要性”。

第五段：对波司登成功的思考

通过参观波司登，我深刻感受到了品牌的力量和企业的努力。波司登之所以能够取得今天的成功，不仅仅是因为它成功建立了一个有影响力的品牌，更是因为它坚持不懈地追求卓越和创新，不断完善产品质量，注重员工的培养和发展。波司登的成功给我留下了启示，无论是一个企业还是个人，只有不断追求进步和完善自己，才能在竞争激烈的市场中获得成功。

总结：通过参观波司登总部，我对这个品牌有了更深入的了解，对其背后的努力和创新精神有了更为直观的体验。波司登的成功为我树立了榜样，让我明白了“追求卓越”的重要性。我相信，只要我们不断努力，勇于创新，就能实现自己的梦想，取得成功。

波司登培训心得篇四

教育的本质是培养人的社会属性，教育的价值在于促进人的发展和社会统一，这就是新的教育观。创新教师教育观的基本内涵包括：转变以教师为中心、以传授知识为主要目的的传统教育观，形成以培养学生能力为主要教学目标的新教育观；改变严守纪律死气沉沉的课堂氛围，营造主动探索、生动活泼的课堂氛围；鼓励创新性学习，发挥学生的主体能动性；要敢于打破常规，激发学生创造性解决问题的欲望；尊重学生个性，善于发现和保护学生的创新意识，使每个学生都能发挥自身潜能；建立新型师生关系，尊重学生人格，以宽容、保护、积极的态度对待学生；注重实践，打破封闭式教学。传统教育中之所以出现高分低能的现象，就是教师思想上重知识轻实践造成的。一个大学物理教师不会修简单的收音机就是一例。要把教学活动延伸到相关联的现实生活中去，改变封闭的教学形式，让学生通过实践活动亲身感受具体而丰富的

客观世界，从而激发其好奇心和求知欲，使其在实践过程中发现问题、解决问题。

要实施创新教育理念，创新型教师必须具备以下几种业务素质：(1)有丰富的知识结构，这是教师发挥创造性的基本保证。(2)有较高的管理艺术。管理包括两方面，一是班级的整体管理，二是针对每个学生的个别指导。(3)有丰富的感情。教师声情并茂的朗诵，热情洋溢的赞赏以及在与学生接触时的仪态、表情和举止所表现出的积极情感能随时地激发、调动学生的热情，激发学生的学习动机，学生因亲其师而信其教，变苦学为乐学，单纯的知识传授变成了双向的情感交流，使教者亦乐、学者亦乐。

能否成为一个好教师，首先在于有无敬业精神，是否嗜叹这项职业。要有捧着一颗心来，不代办根草去精神，陶行知先生献身教育无怨无悔，关键在于有一种精神。从一个人心理角度看这是一种自我超越的境界。我们每个人都有本我、自我和超我三个心理层次，培养教师的敬业精神，弘扬好的风气，鼓励教师为神圣的教育事业奉献自己，会使每个人通过自我的修养，约束本我的不正当欲念，达到超我的境界。倘若不抓住教师敬业精神的培养，素质教育就可能是空中楼阁，只有培养出良好的教师敬业精神才能把素质教育落到实处。因此，欲兴事，先兴人，铸造爱岗敬业的高尚形象，并努力提供一切所必需的条件，使每个教师忠诚于党的教育事业。有了这个基础，教师的教育观、质量关、人生观等就比较容易调整到位，跟上时代的步伐，他们才会自觉地站到素质教育的前列，成为合格教师。

成功教育认为，教育面向的是人，培养的是社会需要的人。每一个学生都有成功的潜能，都有成功的愿望和需要。通过教育，每个学生都可以在原有的基础上获得成功，取得发展。成功教育强调，通过教育的改善，促使学生获得多方面的成功，激发其形成自我学习、自我教育的内部学习动力机制，自我开发潜能，成为学习的成功者，从而为其成为社会的成

功者做好基础素质的准备。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，走可持续性发展之路。我们乡镇中心幼儿园教师之路该如何走？作为教师又该如何做？面对这场深刻而全方位的教育改革，我们需要不断学习与创新，这是我们教师教育教学的生命力所在。面对21世纪飞速发展的教育，要使自己在专业道路上不断成长，就应努力走教学与科研相结合的学术道路。这一点对我的启发很深。的确，面对不断更新的教育观念，面对发展的时代，面对变化的孩子，教育需要不断更新，教育需要研究型的教师，只有不断地研究教育教学中的问题，才能提高工作效率，才能提升自身的教育教学素养。

波司登培训心得篇五

第一段：引言（150字）

波司登，作为中国最大的冬装服饰公司之一，一直以来备受国内外消费者的喜爱。本人有幸参观了波司登的总部，亲身体验了这个行业巨头的运作和发展历程。在此，我将分享我在参观过程中所领悟到的一些心得与体会。

第二段：了解到的品牌传承（250字）

参观波司登总部让我对这个品牌的传承有了更加深入的理解。通过参观展厅，我了解到波司登的创始人追求卓越和品质的决心。这种一贯追求高品质的精神体现在波司登对供应链的精细控制和产品质量控制上。波司登坚持以内优化、外联合的思路，强化了供应链、生产环节和销售网络之间的各个环节，确保产品品质并满足全球市场的需求。波司登的品牌传承以“专注、创新、共赢、天地人和”的价值观为核心，这也使其在激烈的市场竞争中稳居领先地位。

第三段：解密波司登的研发与技术（300字）

波司登在参观中展示了令我印象深刻的研发实验室。这个实验室致力于创新和技术研发，并且与多所国内外知名高校合作开展研究项目。波司登的研发团队与全球顶级供应商紧密合作，推出了一系列创新产品。比如，自适应温控技术，可以根据人体活动和环境温度调整服装的保温性能，提供更好的穿着体验。此外，还有专门研发的高科技面料，轻盈、防水、透气、保暖，使波司登的产品在市场上脱颖而出。这些研发和技术投入为品牌的持续发展提供了强大的动力。

第四段：波司登的社会责任（250字）

波司登在参观中让我深刻感受到他们对社会责任的承诺。作为企业的一份子，波司登重视诚信、公正、环保和社会公益，致力于构建可持续发展的商业模式。波司登积极参与公益活动，回报社会，改善弱势群体的生活。他们建立了一套完整的可追溯系统，确保产品的可追溯性，对消费者负责，并且推行绿色环保理念，不断优化工厂和生产线，减少对环境的负面影响。这些努力让我对波司登的品牌形象和价值观有了更高的评价。

第五段：个人体会与心得（250字）

通过参观波司登总部，我深刻认识到品牌的强大力量和持续创新的重要性。波司登从创立开始就秉承着卓越的品质和技术创新的理念，在激烈的市场竞争中立足并蓬勃发展。波司登的企业文化也值得我们学习，他们始终坚守着社会责任和环保理念，诚信经营，取得了消费者的认可和支持。同时，波司登的研发投入和与其他合作伙伴的合作也给我带来了启发，创新是企业发展和提高竞争力的重要动力。我对参观波司登的经历深感骄傲和荣幸，从中我汲取到了很多宝贵的经验和教训，这将对我未来的发展产生深远的影响。

结尾（100字）

通过参观波司登总部，我深刻认识到了波司登作为一家领先的冬装品牌，在品牌传承、研发与技术创新、社会责任等方面的独特之处。这次参观让我对波司登的产品和品牌有了更深入的了解，并且也对我个人的发展产生了积极的影响。我相信，波司登会继续为消费者提供更好的产品和服务，在国际市场上发光发热。

波司登培训心得篇六

文化是一种社会现象，是人们长期创造形成的产物。同时又是一种历史现象，是社会历史的积淀物。确切地说，文化是指一个国家或民族的历史、地理、风土人情、传统习俗、生活方式、文学艺术、行为规范、思维方式、价值观念等。

我国传统文化博大精深，围绕着“和”这个核心，我们进一步明确了人际和谐的五伦关系：父子有亲、君臣有义、夫妻有别、长幼有序、朋友有信，以及“仁、义、礼、智、信”的做人行为准则。另外就是对“孝”的理解，引申开来说，对家庭里的父母亲，为人子（女）一定要尽孝道，对国家的法律法规、单位的规章制度要尽忠，对自己的工作岗位要尽责尽能。说实话，到学习之前，虽然心中对传统文化有一定的认同，但是自认为自身做得还不错，经过两次学习，才逐步领会到中国优秀传统文化对我们每个人的教育意义有多大，传统文化，尤其是《弟子规》的内容能够指导我们的言行举止、衣食住行，帮我们养成良好习惯，成为一个有素质有涵养的中国人。

国学博大精深、历史悠久，几千年来一直是中国人安居乐业，安身立命之文化根基，也一直是中华文化的精神脊梁。中国之所以成为世界上唯一一个文化延绵五千年而没有中断的国家，正是因为有如此深厚的国学文化作为支柱，这种文化一直贯穿于我们每个人的成长历程。在当今社会，物欲横流，人们急功近利，道德和良心的缺失在年轻一代中尤为突出，所以学习中华优秀传统文化，发扬传统美德，让仁爱、孝悌重回

到我们心中，让忠诚、守信应用于工作和生活中，使我们的社会安定和谐，国家兴旺发达。

“弟子规，圣人训，首孝弟，次谨信，泛爱众，而亲仁，有余力，则学文”是《弟子规》的总纲领，只要我们认真学习、去思考、去感悟，就会明白其中的许多道理。在为人处世就知道哪些可以做，哪些不可以做，就有了做人的准则，在生活、工作中，就会有正确的判断和及时纠正自己错误的言行。凡出言，信为先；诈与妄，奚可焉？说话多，不如少，惟其是，勿佞巧。就是指凡事说出去的话，首先要讲信用，不可以欺诈别人或者胡言乱语，话说得多，不如说得少，说话只要恰当，切题就行，不要花言巧语。尤其是作为职场中的我们。

做人要懂得感恩。对一个人而言，应该报答的最大恩情是父母的养育之恩，所以《弟子规》第一章就是《入则孝》感恩之心体现在一个“孝”字上，“父母呼应勿缓父母命行勿懒”“父母教 须敬听父母责须顺承”，想一想这些都是我们做儿女的孝顺父母的基本要求，但我却有很多没有做到：经常会把工作中的不良情绪带回家，面对父母的唠叨，觉得很烦；有时对父母的牢骚，不能很好的给予劝慰，置之不理??想想自己平日对父母的关心太少了。

从校园已经走出来一段日子了，刚开始的时候，总是怀念象牙塔里的单纯的美好，怀念坐在课堂上听老师讲课的那种如沐春风的感受，怀念着以前的一切，总是不想告诉自己要向前看，总是把自己蒙蔽在过去的生活中，不去想迎接新的生活；总是抱怨周边的环境太过复杂，抱怨这个社会是多么的世俗，忘了继续追寻生活的美好。生活在回忆里，痛苦在现实中。在不遇到问题的时候，充满自信的对待一切，而在遇到真正挑战的时候，既没有小隐于野的气魄，更没有大隐于市的心境，也只不过是俗人一个。所以非常感谢领导们在我彷徨的时候给了我机会参加传统文化的学习，提醒自己应该如何继续以后的人生。 自从我自己学习传统文化以后，就越

来越感觉到这条路越走越宽广，也希望有更多人受益。并介绍自己周围的朋友和一些素不相识的有缘人来到国学班学习，学习的道路还很漫长，希望大家都能够践行圣。

中国传统文化给后人留下了浩如烟海的古籍，光辉灿烂的思想，绵亘不绝的历史，深邃玄奥的智慧。在这个被西方的风俗习惯及思潮日日侵扰的今天，在这个人人拜金的物欲横流的今天，在这个良心大大地被撕咬的今天，中国传统文化的学习对于我，是一次很大的心灵震撼。

任何一个民族、一个国家，不管是对历史负责，还是对未来负责，都应保有自己的文化特色，保护自己的文化遗产。中国传统文化是中国的特色，是中国宝贵的物质和精神财富，是五千年文化的积累，是中国文化保持长久生命力的重要因素。因此，我要加强中国传统文化的研究、整理，从中吸取精髓，使之发扬光大。

我觉得优秀传统文化的学习会让人受到很好的熏陶，三字经、弟子规、论语和四书五经等等，这些古人给后人传承下来的优秀文化遗产，特别值得我们深入的学习和思考，那些文人墨客的为人之道也早已给我们以证实。人的道德必然与他的成功与否有着密切的关系，客观事实的规律是不能人为的改变它的运作。我们作为教师，教书育人的前提，就要让孩子先学会做人，然后再做事，万事德为先，一个人有了良好的品德，才会在学习和工作中得到大家的肯定和认可。因此，我觉得：现在的中小学幼儿园也应该把这些传统文化载入课程，不只是停留在表面，而是深入学习，真正让下一代从中悟出些做人做事的道理。同时作为一名人民教师，一定要以身作则，作为传道授业解惑的育人者，承担着教书育人、为人师表的光荣职责。教师的仪容、表情、举止、服饰、谈吐、待人接物等都成为学生和社会的楷模。因此在日常生活中，我们要注意自己的一言一行，因为那会影响到学生。

现代价值。又如，在我们平时的工作和生活中，难免有不同

的冲突，但是对任何事情，我们要有这样的心态，“退一步海阔天空。”也许事情就会是另一种结果，无论在家中还是在单位，只要我们每个人都做到：各自责，天清地宁。各自从自己身上找到不足，那我们将生活在一片宽阔宁静的天空下，何乐而不为？因此，我将从已做起，发扬优秀的传统文化美德！

波司登培训心得篇七

波司登是一家以专业生产和销售羽绒服为主的企业，成立于1997年。波司登的品牌魅力在于它秉持着“绿色、时尚、舒适、高品质”的理念，并将之贯彻于整个产品设计和制造过程中。波司登的羽绒服以其卓越的保暖性能和舒适的穿着体验赢得了广大消费者的青睐，成为国内外知名的品牌之一。

第二段：波司登的品牌发展

波司登从成立之初就着眼于市场和消费者需求的变化，不断进行创新和改进。它在羽绒服的领域中首创了无缝补丁、机械充绒、10秒回弹等技术，在保证功能性的前提下，提高了羽绒服的穿着舒适度和时尚度，使其更加符合现代人对服装的追求。同时，波司登还不断扩大生产规模，提高生产效率，提供更多款式和样式的羽绒服，满足不同消费者的需求。

第三段：波司登的品牌传播

除了在产品设计和制造上的努力外，波司登还注重品牌的传播和推广。它在全国范围内开设了众多的实体店铺，并积极参与各种时尚展览和活动，与消费者进行面对面的互动。此外，波司登还利用互联网和社交媒体等新媒体平台来扩大品牌知名度，与消费者建立起更加直接和密切的联系。这些宣传活动不仅提高了品牌的认知度，也增强了消费者对波司登的信任度和忠诚度。

第四段：波司登的品牌态度

波司登强调的不仅仅是产品的质量 and 时尚度，更加关注的是对企业和社会责任的承担。波司登与多个环保组织和慈善机构合作，致力于推动可持续发展和环保事业的进程。它在生产过程中采用环保材料和技术，减少了对自然资源的浪费，同时也提高了产品的质量 and 安全性。波司登还积极参与公益活动，为社会做出了积极的贡献。

第五段：波司登的品牌未来

波司登是一个积极向上的品牌，在市场竞争中不断创新和进化。未来，波司登将继续致力于提供更好的产品和服务，不断满足不同消费者的需求。同时，它也将继续关注可持续发展和环保问题，积极推动行业的发展和 社会的进步。波司登的品牌定位 and 企业文化将成为其发展的坚实基础，为其打造更加美好的未来。

总结：波司登作为一家专业生产和销售羽绒服的企业，通过不断创新和改进，在市场上取得了巨大的成功。它以高品质的产品和卓越的服务赢得了广大消费者的青睐。波司登不仅注重产品的质量 and 时尚度，还积极履行企业和社会责任，参与环保和公益事业，为社会做出了积极的贡献。未来，波司登将继续发展壮大，成为更加国际化和具有影响力的品牌，为消费者带来更加优秀的产品和体验。

波司登培训心得篇八

一直以来，我对军训二字都是心满畏惧的。对大学的军训，更是厌恶至极了，在军训之前，人人都说大学的军训是个地狱式的训练，很辛苦，很痛苦！而教官，对于我来说，是恐怖的！但在大学维持12天的军训告诉我，事实并非如此！

从小学到高中，我没进行过一次正正式式的军训，即使有军

过训，也是站站军姿，蹲下，做做俯卧撑之类的，所以对军训二字认识不深入。但当我上大学第一次领取迷彩服，到穿上它，觉得神圣且压力甚大！

第二天军训，军姿，教官有好几次都帮我调整姿势，当时我再想，天呀，虽然身体不舒服，但我连站个军姿都站不好，有没有搞错！

由于我们站军姿站不好，身体总是往后倒，教官就想出一个办法，那就是要我们站在马路牙上站军姿，第一次站时，站没多久腿就抖啊抖啊，看到一个伙伴请假休息，我顿时也想请假休息，可是教官对我们说已经有个人倒下啦，我不希望出现第二个人，我就下定了决心，死就死吧，撑就撑到底吧，相信我可以的。当教官叫我们去休息时，我的腿都麻啦，左脚脚筋抽着抽着的，疼死我啦！该放弃吗？该请假吗？不！这是我心中所想的！

当我正抱怨过中秋节还要军训之际，我的朋友对我说中秋节快乐，家人也打电话过来，问我军训辛苦不？过得好不？收到他们的信息，顿时觉得，在异地过中秋也不孤单，中秋军训也不辛苦！

在军训之前，我给教官的定义是，凶的，扑克脸的，粗鲁的。可我，错了！

我们的教官脸上有两个深深的酒窝。刚开始军训，教官会给我们找个凉快的地方训练，尽量让我们少晒太阳。他会叫我们多喝水，蛙跳蹲下完后，晚上互相拍拍腿，然后早点睡觉！

当军训到一半时，排里要选方块，我和我的一个朋友被选中，但我们都不想去，于是，教官就跟我们没去的和没被选中的人说，我们应该学会推销自己，抓住任何的机会来证明自己，人应学会自荐！教官也教育我们要待人有礼貌，曾几次我们没向师兄师姐或老师问好，教官就罚我们，让我们记得要有

礼貌。

当然，在我们休息期间，教官也会跟我们聊聊天，开开玩笑，当我们见到教官脸红时，我们会笑他，他也会笑笑；当我们说他是高富帅时，他会回答我们哪里高？哪里帅？我是个穷小子；当我们知道他快要走时，我们都会舍不得他，对他说明年去他的老家找他。

教官，其实真的不是扑克脸，不是粗鲁的，不是恐怖的。真的不是！

12天的大学军训结束了，其实我们实际上训练的时间，并不够10天，中秋节到来，遇上了台风，碰到下雨，要不就不集合训练，要不就在室内站站军姿。而只有两晚时被拉去唱军歌的，第一次，我觉得老套的团结就是力量原来是很好听，军中绿花也让我感受到军人们为保家卫国而牺牲个人情感。原来，以前觉得老套军歌，经过大学军训后，让我觉得都挺好听的！

大学军训就这样子结束了，说真，真的怀念那些日子，虽辛苦，但也有快乐！军训是我踏入大学后的第一门课程，我很庆幸我当时选择坚持，要不明年补军训时就遇不上这么好的教官与伙伴们了。

大学军训并没有我们想象中的辛苦，教官也没想象中的恐怖！反而，我觉得教官们都很可爱，他们教会我很多东西。当我最后一次穿上那套迷彩服时，觉得很伟大很神圣，而不是畏惧，有种不舍得感觉。而教官们那套制服的重量，不是谁都可以承担的！

我的大学军训生活，结束啦！我会把这段日子牢牢地记在我的脑里，这12天，我们在烈日下，挥洒着汗水，用坚持与毅力诠释着我们的青春！大学军训生活，再见啦！是再也不见啦！

伴随着似箭的光阴，我迈入了渴望已久的大学世界。这是一个花鸟交织，才华横溢的地方，这也是一个我背井离乡，毫无亲人的地方。

陌生是我头晚最深的感受，陌生的书桌，陌生的床，陌生的天花板，陌生的明天，把我深深困住了。勇气是我对自己讲得最多的一个词。拿出勇气面对新生活，拿出勇气面对新同学，拿出勇气面对新学业。

兴奋是我最激动的事。兴奋地闻学校的花香，兴奋地眺望远处的高山，兴奋地结识那来自五湖四海的新同学。

回头一想，这样的生活还是令我有点失望的。失望的是真的郁闷、迷失，失望的是那种似曾相识。之所以用似曾相识是因为太像高中刚开始的感觉：头天的兴奋，军训的劳累，盲目的期盼。问问自己大学到底是应该怎样？自己也无法回答自己，答案也许已经被现实所打沉了。

难道人生的每一次变化，答案都一样吗？初中如此，高中如此，大学如此吗？天的新生活感受真的很多，但也可以说十分的简单。

第一天的报到，体检是盲目的，后面那几天的军训是劳累的。军训是必不可少的，那也许是人生中最后一次军训，但在这样的烈日下真的没有必要，我们要锻炼的只是精神面貌，走出个大学生模样。但是在这样的天气下，只会让脑子里时刻想着休息，少了那军训应有的也是最重要的意义。

提起那酸痛的手，握紧生硬的笔，含着泪，写着体会。眼皮已经千斤重，床是的港湾。

母亲的一声声的问候已经是世界上美的天籁，父亲的一句句指导把眼中的泪水不由自主的催化出来，同学、舍友的支持是必须继续的理由。

波司登培训心得篇九

波司登作为中国最顶级的羽绒服品牌，一直以来广受消费者的喜爱。近期，我有机会参观了波司登的工厂，深入了解了它的品牌文化、产品制作流程和企业发展历程。在此文中，我将分享我的参观心得和感受。

第二段：品牌文化

我们参观了波司登的旗舰店，学习了品牌文化。波司登始终坚持人文和科技相结合的设计理念，注重产品的舒适性和实用性。在店铺中，我们看到了不同等级的羽绒服，手感柔软、细节精致，充分体现了品牌的高端定位和专业制造水平。此外，波司登还非常注重环保和可持续发展，积极推动环保生产，减少对环境的污染。在这个时代，良心品牌更能受到大众的认可 and 信任。

第三段：制作流程

我最期待的是亲眼目睹波司登的制作流程。我们去到了波司登的羽绒服工厂，见到了各种复杂的机器和人工操作，真正深入了解了国际级产品制造的细节。在工厂内部走访时，仔细观察到每一个加工过程都是监管型的，以确保每一个细节的精益求精。例如，绣花的位置、羽绒内偏角等等，都需要经过多次检查和测量。从这样的严谨使我感受到了波司登在制作过程中坚持追求极致的态度和精神。

第四段：企业发展

波司登作为最顶级的羽绒服品牌，在中国市场拥有广泛的用户群体。在中国国际时装周、上海时装周等时尚平台上也都有其身影。而，波司登的发展除了走上国际舞台，还注重在全球范围内开设旗舰店。在此基础上，在商业上亦不断开拓，多品牌合作，涵盖了不同的消费人群，扩大了市场份额。在

未来，波司登将继续开拓国际市场，也将利用人工智能、云计算等新型科技提升产品的品质。

第五段：总结

波司登作为中国羽绒服行业的领军品牌，深刻的体现出中国制造的精神和文化。它凭借着高品质、严谨的制作流程，优秀的品牌文化和创新的发展战略，已经成为了中国品牌中的一面旗帜。在参观波司登的过程中，深深感受到它的坚持、创新和品质，这些也给予了我许多启示。未来之路会变得更加坎坷，而是靠着某种质量保障才可以更好地筑牢成功的基石。