

最新战狼军训基地 军训拓展训练的心得体会(精选5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

战狼军训基地篇一

有幸与来自全省各地的94名团干参加了省团校举办的为期六天的243期新任职团干培训--拓展训练。

开班第一天，团省委组织部长王军同志为学员宣讲了团的十六大精神，对胡锦涛向全国广大青年提出的“四点希望”和对团干部提出的“三点要求”进行了专题学习辅导。因为我们这期培训班是省团校在震后举办的第二个团干培训班，因此除了学习《团干部职业能力训练》、《共青团基本团务知识》和《科学发展观与青年工作》，还听取了《灾后青少年心理障碍与共青团工作》和《从汶川抗震救灾看中国青年志愿者精神的觉醒》等抗震救灾专题讲座。

在省团校为本次培训精心设计的拓展训练、联欢晚会等活动中，我学到了很多过去书本上未曾学过的东西，也就是一种团队的理念，创新精神，沟通能力。一是集体的团队精神非常重要，一个人的力量是有限的，大家齐心协力才能共渡难关；二是任何一个团队，都需要个组织领导者，大家都该围绕这个领导核心，一起出谋划策开展工作；三是在做任何事情之前，都需要有个详细的计划，统筹安排才能事半功倍。

一个人无论做什么事，往往能力不是决定因素，更重要的是有没有强烈的成功愿望，有没有锲而不舍的意志，有没有勇

往直前的勇气，有没有与你共同拼搏的战友。由此，拓展到一个组织，整个社会，它不仅需要优秀的人才，更需要这些人才的优势互补、密切合作，只有这样才能走向成功，才能达到1+12的结果。

军训拓展训练的心得体会3

战狼军训基地篇二

两天的拓展培训结束了，或许是因为感触太深，或许是因为感动太多，又或许是因为感悟的太多太多，无法用言语来表达。这是有生以来唯一一次对自己最深刻的拓展培训，唯一一次有最深的心得体会，内心受到了巨大的震撼，心情到现在仍难以平静。这几天和同事们的接触中我强烈的感觉到了团队充满着激情和活力，富有团结精神，能够加入一号店的团队，我感到非常荣幸。

回顾这两天的培训，在领导和各位教官的精心指导下，让我改变了对生活及工作的进取态度，拥有良好的心态，会让我们的思维变得更加敏捷，解决问题的方法和效率都能够有所提升。信任背摔的环节当中让我深深体会到团队凝聚力、团队成员互相信任的意义。刚开始我非常害怕，强压着心理的恐惧，完成了这个项目。紧张之余，我也深刻的体会到了，不论多大的困难摆在面前，只要勇于挑战，战胜恐惧。一切困难都会迎刃而解。另外一方面，如果没有队员的鼓励、没有信任队员的心理同样我也不会完成这艰巨而又深刻的任务。同样的在工作中我们如果处理不好同事之间的关系，工作也将会是一团糟。在穿越电网中我们团队由于没有做好协调，结果输给了一对。在感恩环节，让我深刻的体会到，我们时时刻刻都要怀着一颗感恩的心，不论是父母、朋友、同事以及我们认识的人，如果没有他们的帮助，我们就不会成长，就不会进步，更不会历尽生活的酸甜苦辣。没有他们的帮助，

我们也不会有更好的环境去实现我们的梦想。

在这次既紧张又新奇的培训过程中，让我收获了非常多感受和感悟，不但是身体得到了一次锻炼，更多的是心灵的触动。激动的思绪充满了我的内心，真的有太多的感情无法释怀，无法言语。使我对生活和工作有了更深层的感性和理性认识。难忘训练场上的友谊情深、教官们的严厉呵斥、领导们温暖的督促。这些都历历在目。在训练中挑战了自己，锻炼了自己。在今后工作中，我会把拓展训练中的经验运用到实际工作中去，用一颗感恩的心，忠诚的回报公司给我们提供这样一次培训、进步、提升的机会，我将尽心竭力，努力完成领导交办的各项工作，为公司尽一份微薄之力。

战狼军训基地篇三

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落。这对我来说，简直是一种煎熬。因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸。这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我。我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人。经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑。看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，

形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

战狼军训基地篇四

来到了初中，我们开始了5天的军训。梦寐以求的一天终于来了。

军训生活的艰苦是我所未曾料到的。一天中大部分时间都在训练。操场上似乎也永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。

时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸？时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。

教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是，我就

疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心地练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

战狼军训基地篇五

按照单位安排部署□x月x日晚至x日，我随队赴xx拓展训练基地开展为期x天的军训和拓展训练活动。三天时间虽说短暂，但我收获颇丰，概括成一句话：“身体得到锻炼，思想受到洗礼，心灵得到净化。”最直观、最深刻的感受主要有以下三点：

一、深为部队严明的纪律、整洁的内务、良好的习惯所感染。俗话说：“加强纪律性，革命无不胜”。以往对我来说，只是停留在理论和书本层面，这次到部队一看，内心有了更深刻的理解和认识。一进军事基地，我便被整齐的楼房设施、整洁的内务环境及良好的军人风采所深深折服。操场上，战士们喊着响亮的口号，出操、训练…其高昂的斗志、旺盛的精力、四射的热情令人钦佩；宿舍内，物品摆放整齐有序，卫生打扫干净利落，令人心情舒畅。这里到处弥漫着雷厉风行、步调一致的优良作风，值得我们认真学习。今后，我们将军人作风带入日常工作，干事情令行禁止，做工作雷厉风行，严格自律，提高效率，时刻保持队伍战斗力。

二、深为集体顾全大局、团结齐心、步调一致的作风所感触。通过此次军训，我更加发现，我们的集体是一个团结奋进的集体，是一个积极向上的集体，集体中的每名成员都能顾全大局，心往一处想，劲往一处使，形成合力。这种思想贯穿于军训整个过程。

在队列训练中，大家都能严格按照教官的口令要求，做出相

应的动作。大家互相帮助，取长补短，齐心协力，共同把每个动作、每个细节做好，无论是稍息、立正、齐步、正步还是敬礼、礼毕，都一丝不苟，认真对待，赢得了教官充分肯定。在拓展训练中，大家互相扶持，共同进退，不使一人掉队，不使一人落后，展现了良好的集体意识和团结意识，受到了部队官兵的交口称赞。

三、深为同事间互相关心、交流、和谐友爱的风气所感动。在单位里，大家工作接触多，业余时间接触少，谈工作多，交流思想少。这次军训和拓展训练，给大家提供了一个很好的交流和沟通的平台，让大家更深入的了解彼此，了解我们的团队，进一步拉近同事间距离，消除了隔阂，增进了友谊，加深了感情。军训中，我发现，同事们都非常热心肠，主动帮助他人解决困难，相处非常和谐。以我为例，军训期间，恰巧赶上了阴雨天，气温有所下降。我因携带保暖衣物较少，夜间感到丝丝寒冷□xx非常关心我的身体健康，主动为我提供保暖衣物，并精心熬制姜汤，使我深深感受到集体这个大家庭的温暖，感受到同事间的关爱，我十分感动。

此次军训和拓展训练令我受益匪浅，我将以此次军训和拓展训练为契机，以更旺盛的精力、更高昂的斗志投入到今后的工作中，为推动单位工作大发展做出自己应有的贡献！