

2023年军训教官心得大学(优质8篇)

我们都应该习惯于写工作心得，它可以帮助我们发现自身的不足，并且提供改进的方向。以下是一系列实习心得的经典素材，希望能够对大家的实习心得写作有所启发和帮助。

军训教官心得大学篇一

离开了教官的宿舍，我们半天的军事理论教育就完成了，等待着晚上的叠被子练习。

到了晚上，我拿着席子往训练场赶，看到别人也有带被子，想着这任务应该不会取消。但是，世事难料，到后来活动就被取消了，害我白白地带了被子。

晚上的练习和前一天都一样，先站半小时军姿，这是最痛苦的。然后就是复习所学动作，来回地练习，争取得到步调一致。

几段如常的练习过后，我们坐在地上休息，唱起了歌。《团结就是力量》、《咱当兵的人》等等，我们跟着教官唱，也常常爆笑，真是很好玩。其他排的队员，也开始唱歌了，校园里响着一阵阵嘹亮、浑厚的军歌声。

湖州师范的夏夜，因有了歌声而不炎热！

一天军训，再一次在歌声中结束！

军训教官心得体会3

军训教官心得大学篇二

军人军训教官是一种高校中的重要角色。他们在军训期间必须发挥良好的带头作用，使学员意识到纪律、协作和应对逆境的重要性。本文将重点强调我的军训教学心得体会，分享一些在军训过程中所学到的经验。

第二段：负责任务

作为教官，主要任务是让学生训练出过硬的军事素质，强化纪律观念和团队合作意识。为了完成这些任务，我对学生们提出了不同的要求，如提高站军姿的正确性、加强队列纪律、在战术演习中提高思考能力等等。在实践过程中，我也有时会改变方法，根据不同的训练环节不断调整训练方式，以达到更好的训练效果。

第三段：与学生沟通

与学生进行良好的沟通是一个良好的军训教学的前提。人际交往能力会在提供指导和支持时得到全面的发挥。学生面临的挑战是开始学习时没必要的想法，形成的人性局限会妨碍理解和应用训练，通过与他们谈心可以增加信任感和共同感。这样，学生们愿意听取您的建议和意见，在解决问题时也会更加容易接受。

第四段：建立互动

为了让学生积极参与思考和训练，我还经常引入竞赛元素，积极鼓励团队合作。这样，可以激发学生的学习热情和兴趣，让他们更容易地达到个人和团队目标。在训练和比赛中稍有背离，我也会用平等和公正的方法处理，让学生形成公正和公平的竞争意识。

第五段：总结

军事训练教学对我来说是一次难忘的人生经历。在训练过程中，我不断调整自己的教育方法，要求自己更有责任感和担当，为学生提供最好的教学和服务。在与学生的互动中，我也受益匪浅。借助这次教学的机会，我对班级管理、心理辅导和团队合作等方面进行了进一步的思考，得到了许多宝贵的经验，这也将在今后的教学工作中发挥出更大的作用。

军训教官心得大学篇三

第一段：引入军训背景与挑战（字数：200）

军训是每个大学生都要经历的一段特殊历程，它不仅是锻炼身体机会，更是培养团队合作与纪律意识的重要时刻。然而，在这个过程中，有些学生或多或少会对教官发表不满的言论，甚至不经思考而随意骂教官。这种行为既是对军纪的蔑视，也是对个人教养的缺失。经历了过去几周的军训，我深刻认识到学生应当理解并尊重教官的辛勤付出和严格要求。

第二段：教官的苦心（字数：200）

在军训中，教官是我们的引路人，他们负责教授我们军事技能和培养纪律意识。他们从早上开始训练，一直到晚上才休息。尽管大家对体能训练、纪律要求等方面可能有所不满，但我们应该学会理解教官。他们的目的不仅仅是让我们变得更强壮，更重要的是培养我们的毅力、耐心和意志力。更进一步地说，教官是传递国家军事文化和精神的重要角色，我们应该感激他们的辛勤付出。

第三段：个人的成长与反思（字数：250）

通过军训的经历，我不禁反思自己在面对困难时的态度。刚开始时，我也曾对教官发表过不满的言论。然而，我逐渐认识到这种言论不仅无益于自己，还会对集体产生消极影响。在军训中，团队合作至关重要，而且每个人都有自己的责任。

学会认识到与尊重教官的辛勤付出以及对他们进行支持，有助于增强个人的集体意识，提高整体军训的效果。

第四段：培养认识与尊重的方式（字数：250）

要理解与尊重教官，我们可以采取一些积极的方式。首先，我们可以主动参与训练，积极践行纪律。这不仅能够帮助我们更好地完成军训任务，还能让教官看到我们对他们的支持与尊重。此外，我们可以在适当的时候去与教官交流，倾听他们的教诲与建议。通过交流，我们可以更好地理解他们的苦心，并对自己的不足有更深刻的认识。最重要的是，我们应该始终保持积极的态度，不抱怨不懈怠，在艰苦的军训中展现出坚韧不拔的毅力。

第五段：军训带来的收获与感悟（字数：200）

通过对教官的理解与尊重，我在军训中获得了许多收获与成长。首先，我意识到纪律的重要性和对团队合作的依赖。其次，我体验到了与教官共同奋斗的团队精神，这种团队精神可以伴随我一生。最后，我懂得了一个人应该有的教养与礼貌。尊重他人是培养个人气质和素养的关键。因此，我要感谢军训，让我学会理解与尊重他人。

总结：通过军训，我领悟到理解与尊重教官的重要性，这不仅有利于个人的成长，也有助于整体军训的效果。通过主动参与、积极交流和保持积极态度，我们能够更好地理解他们的辛勤付出，并获得更多的成果。正因为如此，我相信经历了军训的每个人都会给予军人和教官应有的尊重与敬意。毕竟，他们是为着培养我们更好地走向社会并为国家作出贡献。

军训教官心得大学篇四

军训是大学生生活中的一次重要经历，它不仅锻炼了身体，培养了吃苦耐劳的品质，更重要的是塑造了人们的人格和价值

观。作为一名军训教官，我在这段时间内深刻地认识到了军训对学生的重要意义以及自身在其中的角色和责任。下面，我将从准备、执行和总结三个方面来分享一下我对于军训的心得体会。

首先，准备是军训成功的第一步。作为军训教官，我首先要对整个军训过程做出详细的计划和安排。我需要制定合理的训练内容和训练计划，并对学生的情况进行充分了解，制定个别训练计划。同时，我必须对军事知识、军训技巧等进行深入学习和了解，以便能够在军训过程中做到言传身教。准备工作好，才能够为军训的顺利进行打下扎实的基础。

其次，执行是军训效果的关键。军训过程中，作为教官的我应该充分发挥自己的专业性和领导能力。我要设定明确的目标和要求，通过严格的训练，培养学生的纪律意识和集体荣誉感。同时，我要注重激发学生的主观能动性，鼓励他们积极参与训练，主动乐观面对困难和挑战。我会及时进行点评和指导，赞扬他们的优点，指出不足，并给予改正的方法和建议。通过这样的执行，我相信学生们能够体验到军人训练的严格，培养自律和责任感。

最后，总结是军训的精髓所在。军训结束后，我会组织学生进行一次全面的总结和反思，以便发现问题、总结经验、完善规章制度和教学方法。同时，我还会向学生学习他们在军训中的收获和体验，以便更好地了解他们的需求和心理状态。在总结中，我会向他们强调军训不仅仅是锻炼身体，更是塑造人的心理和品质。我会指导他们如何将军训中的观念和 Experience 运用到日常生活中，并激励他们继续保持军训时的拼搏精神和奋斗态度。

作为一名军训教官，我认识到军训对学生的重要意义远远超出了体能的训练。它培养了学生的纪律性、协作性和责任感，塑造了学生的品格和人格。而作为教官，我的任务不仅是传授技能和知识，更重要的是激励和引导学生成长为优秀的人

才。通过准备、执行和总结三个步骤，我深刻认识到了自身在其中的角色和责任，也深刻感受到了军训所带给学生们的变化和成长。我相信，通过这次军训的经历，学生们一定能够在未来的学习和生活中展现出更好的自己。

军训教官心得大学篇五

天里，军训的每一位教官能够严格要求，严格训练，对自身严格要求的同时又能够严格要求其他人，起到了很好的模范带头作用，树立了良好的军人形象。受训的每一位同学们，能够服从教官的管理，听服从教官的指挥，在训练中同学们能够克服气候天件的不良影响，不怕苦，不怕累，利用休息时间进行刻苦训练，保持了良好的精神风貌，向我们展示了你们最美好的一面。

台上一分钟，台下十年功；千里之行，始于足下；九

层之台，起于垒土，任何一件事情都是从点点滴滴做起的，需要一种坚韧不拔的意志。你们的军训生活才刚刚过去一半，在接下来的训练中你们还需要通过努力学习来弥补自身的缺点与不足。但通过这二十几天的训练我认为，有以下几个好的方面：

一、服从命令，听从指挥

在训练中同学们能够做到服从命令，听从指挥，能够遵守各项纪律与规定，认真刻苦的进行训练。

二、训练效果有明显提高

在军训期间，每名教官能够在时间短，人物比较繁重的'情况下，精心准备，严格管理与训练，通过训练，有了很大的进步，好的班级有四班，六班，这两个班在训练中进步比较明显，全班基本上能够做到整齐统一，同时其他班也有很大的

进步。

三、集体荣誉感较强

班兴我荣，班衰我耻。在军训期间每个班都表现出了较强的集体意识，配合意识，协作意识。顾大局，识大体的意识较强。同时在节假日其他同学休息的时候进行军训，也是无怨无悔，表现出了较强的进取心。

以上是在这几天军训里的几个好的方面，但是还有以

下几个问题：

一、作风松散

一个集体，必须有严明的纪律。纪律是规范行为准则

的必然措施，在军训期间还是有少部分同学不能够安心训练，注意力不够集中，思想有开小差的现象，所导致影响整体效果。

二、自律意识不强

思想是行为的先导。一个人要有较强的自律意识，就

苦，方为人上人，只要同学们把每一件小事当做大事，把每一次训练当做成进步的阶梯，把学习当事业干，就一定会在以后的人生之路上取得成功，取得更大的进步。

同学们，你们是祖国的花朵，盛开的越鲜艳，我们的祖国才会更漂亮；你们是未来的希望，只有好好学习做祖国的栋梁，我们的国家才会更强大。

司法侦查系 林进学

军训教官心得大学篇六

军训是每位大学新生必经的一个环节，对于学生们来说，不仅是磨炼意志和锻炼体魄的机会，还是培养集体协作意识和纪律观念的重要时期。然而，在军训过程中，有时会出现一些令人沮丧的情况，甚至有些学生会对教官产生不满，甚至骂教官的行为。但是，我们应该学会理性看待军训，把握其中的宝贵意义。

第二段：军训意义与价值

军训并非仅仅是为了锻炼身体和提高体能，更重要的是培养学生的纪律观念和集体意识。在军训中，我们必须按照规定的动作和口令，严格执行每一个动作，这培养了我们的服从意识和执行力。同时，军训还能够帮助学生们建立起良好的协作和团队精神，增强集体意识，这在今后的学习和生活中都具有重要意义。

第三段：骂教官的不良影响

对教官发表不当的言论或进行不礼貌的行为，不仅是对他人的不尊重，也是对自己素养的一种否定。军训中，教官扮演着指导员和领导者的角色，他们的目的是为了帮助学生们成长和进步。对教官的骂骂咧咧无助于改善任何问题，反而可能导致教官与学生之间的矛盾加剧，影响整个军训的氛围。此外，骂教官也容易给他人留下不良印象，对个人的人际关系和未来的发展带来负面影响。

第四段：如何理性看待军训

军训是一个锻炼意志和提高素质的机会，我们应该能够在其中体会到其中的意义和价值。首先，我们要树立正确的心态，将军训看作一个对个人成长发展的契机。其次，我们要理解教官的辛苦和用心，他们是为了引导我们成为更好的人而付

出了很多。最后，我们要积极参与到军训活动中，虚心学习和汲取经验，这样才能真正领会到其中的意义。

第五段：军训心得体会

通过军训，我深刻体会到了军人严谨的作风和纪律精神的重要性。从早晨严格的起床和集合，到整齐划一的动作和口令，再到紧张的训练和演练，军训帮助我养成了严谨的作风和良好的纪律观念。虽然有时遭遇到一些困难和挫折，但在教官的引导和鼓励下，我学会了坚持和克服困难的毅力，也感受到了团队合作和协作的乐趣。军训不仅是一次体力的锻炼，更是一次心灵的提升，它让我明白了成长的道理和纪律的重要性。

结尾：

总之，军训是大学生涯中的一段特殊经历，它不仅仅是锻炼身体机会，更是培养学生纪律观念和集体意识的重要环节。在军训过程中，我们要学会理性看待，不应该骂教官，而是应该积极参与其中，体会其中的意义和价值，努力成为一个更好的人。毕竟，在成长的路上，我们需要的是正能量，而不是愤怒和抱怨。

军训教官心得大学篇七

这次的军训可以说是获益良多，我知道了团结的重要性，我看到了教官们表演时的那种坚定，我感受到了教官们其实都很好，下面是整理的关于军训教官心得体会，欢迎阅读！

九月，是秋天的前奏，却还残留着夏日的骄阳。我们就在这样烈日当头的天气里，开始了七天的军训旅途。

刚开始听别人说，高中的军训是很累很辛苦的。可是经过这

七天下来，我觉得高中的军训比初中的军训要轻松多了，或许是因为有这样两个可爱的教官吧。

带我们训练的是陈教官和吉教官，陈教官带我们女生训练，而吉教官则是带男生训练。第一天的时候觉得他们都很凶，可是慢慢接触熟悉后，才知道他们只比我们大三四岁而已，也才发现他们其实很好。还记得第一天的晚上，他们教我们唱的那三首歌：《团结就是力量》、《我是一个兵》，还有《军纪歌》，我们都学得很起劲，他们也教得很开心。我的耳畔仿佛还萦绕着当时的歌声，嘴角都有了一丝的微笑，感觉很温暖。

在这次军训中，我印象最深刻的就是其他教官说吉教官唱歌很好听，而我们就一直让他唱给我们听。只要休息时间长一点，他就会坐在我们的前面，问我们想要听什么歌，他会的话就唱给我们听，我们还跟着他一起唱呢。记得有一次，我们一直叫他唱《军中绿花》给我们听，他本来不太愿意唱的，不过后来在我们又催又烦的情况下，他终于唱了。他的声音很沙哑，又有点颤抖：“寒风飘飘落叶/军队是一朵绿花/亲爱的战友你不要想家/不要想妈妈……”随着一声“哔……”，“靴哥”（因为他总是穿着一双帅帅的皮靴，又好像是教官们中的组长，所以我们就给他起了一个这样的外号。）吹了他的银哨，意味着我们要继续训练了。我们还意犹未尽的听着吉教官给我们唱歌呢，这时，就看到吉教官从地上站了起来，拍了拍手，装作很轻松似地说：“以后不要叫士兵给你们唱《军中绿花》哦，会哭的呢。”说完他还笑了一下，可是我却看见他的眼睛里泛有泪光。我一直记得他说的这句话，因为士兵们为了祖国，献上了自己的一切，真的很感动。

我总是会不经意的哼起这么一首旋律：“我们一起走过/那些最难忘的路程/是风和雨的洗礼教我们成长……”然后就开始在脑海里搜寻这是什么歌曲，为什么我总会记起它呢？原来这是陈教官教我们唱的一首歌，他说这是他们其中一个教官写的歌，我们学唱了一部分前奏，都觉得很好听。

这次的军训可以说是获益良多，我知道了团结的重要性，我看到了教官们表演时的那种坚定，我感受到了教官们其实都很好，我学会了四首歌曲，虽然我只听过其中的《团结就是力量》和《我是一个兵》……这七天，虽然还是很累很辛苦，但看到教官比我们更累更辛苦，我们也都坚持下来了。很感谢教官这七天的教导，让我们学会太多太多的东西了。分离的时候我们还拿帽子给他们签名，现在拿出来看看，还是觉得很开心。

这次的军训真的很令人难忘。

作为现役军人，我们在9月7日至8日短短的两天时间里，无不为我们来到x大学而高兴，无不为我们身后有如此强大的后备力量而感动，无不为我们作为一名军人而感到自豪。当习惯住在排房的我们入住宾馆的时候，当校领导列队欢迎我们到来的时候，当我们看到一切工作和生活所需用品已准备到位的时候，我们心里充满了感谢和感激，我们为受到如此的重视而感动。另外，我们最大的感受就是学校对于军训的重视以及各项工作的筹划和组织都井井有条。在和平年代，国家的主要战略是全面发展经济，而一个国家如果没有强大的国防力量作为支撑，经济建设是无法顺利进行的。所以说，我们不光要有一支强大的正规军，而且也必须拥有一支合格的后备军。我们x大学就是这么做的，从训前的各项准备到训练的实施，我们看到的是细致、严谨和认真，我们相信在有如此重视国防建设的校党委的领导下，在有利的各项保障之下，在学校和部队的共同努力下□xx年的军训一定会取得圆满成功！

嘹亮的口号在训练场上飞扬，机械学子在烈日下苦练，机械分院2019级新生军训工作正在如火如荼的进行。

作为一名军训教官，感到无比的荣幸与自豪。因为这是一次可以真正锻炼自己和认识自己的机会。如果用一句话讲出这段时间的感受，那就是：享受工作的状态！

享受事为人先的状态。作为一名合格的军训教官，首先必须要自己的动作规范，口令要准确，讲解要清晰，纪律要严明，谈吐要文明，思想要积极！在军训过程中，必须要起到表率的作用，这样才有资格要求新生。

享受积极投入的状态。再苦再累，积极投入的到工作，就会感到无比的快乐。整体练，每排练，单个练：练踢腿，练摆臂，练分解，练结合，认真地做动作示范，耐心的讲解动作要领，一遍一遍的带队训练。虽然没有多少休息时间，但是觉得时间过得很充实，每天八个小时的带队训练转眼间过得很快，我觉得这就是一种积极投入的状态，一种美好而充实的感觉！

享受昂扬向上的状态。每天晚上必修的就是唱军歌，拉军歌！可以说这是一天当中最轻松愉快的时光，《团结就算是力量》《一二三四歌》《打靶归来》等等，这一首首军歌都是那么振奋人心。在嘹亮的军歌声中洗去一身的疲惫，让紧张的神经得到一次释放！这样的状态，是没有参加军训教官的同学无法体会到的！

军训工作还在进行，训练已初见成效。作为机械分院的一名普通教官，我保证不会辜负学院武装部、分院领导的期望，做好今年的军训工作。以优异的表现等待学院领导的检阅！

军训，大家都并不陌生。按照国家教育部规定，高等教育学校必须对大学生进行军训。提及“训”字，这注定有一个施训者和受训者。按常理，这施训人员就是从部队请来的教官，受训者自然就是在学校的大学生了，为了有一个圆满、顺利的训练成果这注定不是件容易事！

我，作为中北大学后备军官教育学院的一名国防生，盼望早入军营，体会军营生活是件我们每一个在校国防生当教官意见求之不得的事了。中北大学经过几年的尝试，借用当地“资源”，就地取材，让我们在校高年级的国防生当教官

在过去的几年已经取得了相当满意的结果!我个人认为,学校这种大胆、有创意的举措一个减少了我校的军训人力、财力。更重要的是,它给我们在校国防生一次难得的锻炼平台。这很了不起!

在我们学校党委及后备军官教育学院领导的精心安排下,我被分配到信息商务学院06010141x班当连长。听别人说,那边的学生不太听话,有些懒散,女生又多……拿到我们连名单后发现女生不是太多我稍微松了一口气。军训在学校的周密安排下紧张而又充满激情地开始了。

军训教官心得体会(2) 钟到达集合地点,等他们都到齐了然后在训练时间前五分钟再带到训练场。我知道“身不正则影不直,要想律己必先律人”这句话,要能以理服人自己首先要做到自己不缺席,不迟到,不早退,坚持上好每一节室外训练课,完成每一堂室内教学任务。

我知道这次用心良苦,深感这次机会来之不易,我也在训练中找机会锻炼了一下自己。在那短短的军训过程中,遇到了许多困难,生理上和心理上都有,也有训练方面的。但我没有退缩,反而将其视为一贯难得的挑战,并全力以赴迎接它们。在前几天的训练过程中我发现大部分同学已经再过去的一年里养成了自由散漫的习惯,但我也看得出来有好多同学以前是很优秀的。其实,他们在训练场上表现还差不多,但是,吃饭带回的路上就不像话了,他们就个走各的,根本不听口号!尽管你的嗓子因为他们而变得沙哑也没人在乎;尽管我们副营长在路边站着生气得看着他们,他们也无济于事;尽管我们每晚开会提出当天存在的问题第二天我给他们强调了一遍又一遍也毫无起色。针对他们身上存在的这种问题,开始我发了一次脾气,把我气得不行,我开始怀疑我的能力了!可下来仔细想了想这是我训练的方法不对头,针对这种学生不应该采取那种特别严厉的训练方法,看来一种特殊的方法是势在必行了。收操后,我找到几个班委详细地了解一下班上的情况,他们的“我们早都没办法了,能做到这地步已

经很了不起了”的叙述令我大吃一惊!经过讨论我首先采用了“软硬兼施”这种做法。这样以来大家确实挺听话的，可是大家的积极性仍然不高!怎么办呢?又一个问题摆在我的面前!经过平时训练的仔细观察，我发现大家都喜欢休息，我就让那些做得好的好的同志做几遍做好了就休息，而那些不用心让他们做得一直到自己感到我的用意为止!

军训他们有好多考核，包括集体考核和个人考核。我发现，个人考核每个人很是用心，考场上很紧张，可集体考核就有部分人感觉个人考核过了就没什么了就表现出放松而不注意细节，影响集体的总成绩，影响我们连队最后考核。没法，我看在眼里急在心上。为此，我采用了“善意的谎言”一招欺骗他们，告诉他们他们的个人成绩绝大多数主动权掌握在我的手里，谁做得不好影响了我们连队的总成绩我就让他们明年继续跟着大一训练!这一招还真灵，一针见效!

军训就这样一天天过来了，结果我连取得了不错的成绩!回想起大家曾经的汗水挥洒最后都竖起了大拇指。军训合影上每一个都笑得那么甜!

有些人，擦肩而过;有些事，回味无穷;这就是军训!军训让我学到了很多：军训是我们两年后走入部队最生动的一课，他教会了我忍耐、坚持、坚强、服从和永不言弃。军训让我知道习惯成自然，军训让那团结、奋斗、坚持不懈再搬上舞台并将一直演下去……军训思来先苦后甜，人若立志早趁少年!

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，军训重要的是让大家领悟到军人的苦涩与执着，领悟到军训的内涵与真谛，体会到作为军人的魅力与精彩。训练场上的酸甜苦辣，是大家成长的收获，虽然千言万语在训练场上只能用“一，二，一!”来表达。但是，身为一名教官，看着大家的动作，训练逐渐整齐，我很开心。看到大家坚定的步伐和灿烂的笑容，我很高兴。

不是一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。大家参加了军训，变得更加独立、坚强、勇敢。我只想告诉大家，只有坚强，才能在人生的道路上战胜强敌；只有自立，才能做到自强。生命是坚韧的，人可以累，但是你们的意志，千万不能松懈。希望大家在军训中，不断充实自己，相信自己，改变自己。军训将是大家一生中宝贵的财富。

军训教官心得大学篇八

第一段：开头引入（200字）

军训是大多数大学生所经历的一段特殊经历，作为新生入学的必修课程之一，它的目的是通过严格的训练，培养学生的纪律性、顽强意志以及团队合作精神。然而，在军训过程中，有些同学或多或少对教官的严酷态度产生抵触情绪，甚至不经意间勃然大怒，骂起了教官。事实上，这种行为不仅是对军训制度的不尊重和对教官权威的挑战，更是对自身成长价值的否定。

第二段：理解与克服（200字）

在军训中，合理理解教官的规章制度和严格态度是非常重要的。教官的行为不是凭空而来的，他们的要求是基于长期的经验和丰富的教学方法得出的。相较之下，我们作为新生缺乏相应的经验和判断能力，因此，若能换位思考，对教官的决定抱有一定的理解是很有必要的。当然，若我们在军训中遇到问题时，可以婉转地向教官请教或反映，而非采取冲动的方式，去骂教官。

第三段：冷静与控制（200字）

军训中，教官的命令可能会引发我们本能的抵触和不满情绪。然而，要想在军训中有所收获，我们必须学会冷静和控制自

己的情绪。只有当我们能够保持冷静和理智时，才能更好地思考问题，更好地完成训练任务。在遭受教官指责或批评时，我们要学会接受并及时调整自己的行为，这样才能更好地与教官和其他同学沟通和合作。

第四段：积极与成长（200字）

军训是磨练个人意志力和毅力的良机，它能够让我们忍受疼痛、耐受困境，更能培养出一种积极向上的精神状态。挑战和不满情绪是难免的，但只有克服这些负面情绪，我们才能取得真正的成长。通过军训，我们可以学会适应不同的环境和困难，这对我们的未来学习和生活都具有重要的意义。

第五段：彰显风度与尊重（200字）

在军训中，我们要明白，尊重和遵守师长的命令和规章制度是每一位军人必备的美德。骂教官只会产生更多的问题和后果，不会解决任何实质性的困难，同时也会在别人心中留下负面印象。我们要成为一个有品质的大学生，要彰显出自己的风度和修养，用真正的行动去证明我们自己。

结尾段：总结回顾（200字）

军训时期是我们进入大学的重要阶段，我们要善于掌握机会，在这段时间里不断提升自己的定力和心理素质。面对逆境和困难时，我们要学会保持冷静和理智，秉持乐观的态度。我们要牢记骂教官是错误的行为，要时刻以尊重和理解的态度对待师长和学长学姐，这样我们才能真正成长并取得积极的成果。军训不仅是锻炼身体，更是培养意志的过程，我们要用积极阳光的心态去面对挑战，实实在在地提升自己，成长为一个有担当、有风度的大学生。