

# 公司军训心得体会 公司员工军训心得体会 (模板8篇)

教学反思是对教学过程进行反思和总结的重要一环，它可以帮助我们发现自己的不足并加以改进。以下是小编为大家收集的军训心得范文，供大家借鉴和参考。

## 公司军训心得体会篇一

我是新员工xx□军训时光紧张而又艰苦，贯穿其中的是坚持和不轻言放弃。八月的北京骄阳似火，年轻的我们在烈日下挥汗如雨，两位教官身着军装，一丝不苟地指导和纠正我们摆臂的动作，为了队列的整齐划一，教练要求我们维持手臂的高度不变，一个一个的帮我们纠正姿势。刚开始我觉得有些动作复杂，一群人一起做一个动作真是很难保持整齐和标准。在学习各种队列的停止间转法时，教官细心地把复杂的动作拆分，反复教授着动作要领。精心的教导有了收获，随着时间的推移和训练的推进，我们从一开始的散兵游勇逐渐变成了一支动作整齐划一的队伍。每次到了困难动作的时候，我不时的想起了一句话“好的安排叫做锻炼，不好的安排叫做磨练”，每到遇到困难，遇到挑战时，这句话一直都鼓舞着我。办法总比困难、挑战多。汗水浇灌着我们的成长，肢体的酸痛在诠释着我们的坚持与毅力。

在训练的间隙中，我们学习了简单的军旅歌曲，虽然简短，但那歌词与曲调都将军人的职责与气质表现的淋漓尽致，这就是我的心得体会：

教官常说，队伍是一个整体，一个人动作标准固然值得赞赏，但更重要的是队员之间的相互配合和提醒。这种理念值得我们学习。我们来自祖国的四面八方，汇聚到燕化这个大家庭，通过军训，我们凝聚成了一股心往一处想，劲往一处使的力量。军队讲团结，讲协作，讲奉献，守规矩，讲服从的优良

传统通过这次军训的洗礼，深深地扎根于我心中。一个企业的团队凝聚力，才是其迈向辉煌的基石。一个企业即使有再好的决策，再好的经营理念，没有团结一心的员工去实现，都是空谈，团队的力量，可以很快的将企业的决策落到实处。

在这场军训中，最令我感动的其实是互相扶持努力坚持的你我。挥洒的汗水，肢体的酸痛不曾打败我们。用心默默做好该做的事，不问结果，不辞辛劳，且累且快乐，温暖而坚定，初出茅庐的你我或许还有些许的青涩和稚嫩，但坚定的态度与决心不会比别人少一分。愿年轻的我们，以梦为马，以汗为泉，不忘初心，不负韶华，未来就在前方。

## 公司军训心得体会篇二

转眼间十天的军训行将结束，心里长舒口气的同时又是那末的依依不舍，由于此次军训教会了我甚么是坚强的意志，甚么是团结的气力。

军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，更磨练了我们的坚强意志。军训是苦的，也是快乐的，更是甘甜的，我们应当学会品味这类苦中之乐。通过军训，我们可以一改以往的慵懒，投入到紧张有序的工作中去，感受超出自我的快乐。

军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不但培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超出自我的勇气。使我知道了责任的重要，更加强了我们的团队意识，作为一位企业技术职员，除在工作上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心理素质都要达标。没有身体和心理上的健康保证是没法实现进一步的自我进步的。

团结就是气力。通过军训，我对“团结”和“大局”的熟悉更加深了一层。军人崇尚集体主义，思考题目总是从整体的角度动身，这既是传统，也是需要，正如我们在工作中也是

如此。比如队列练习讲求整齐划一，步调一致，一人出错，影响全局。一个人的气力是渺小的，一个排的人凝聚在一起，便如大海一样壮阔，一样高远。

当我们排以整齐的步伐，洪亮的口号在操场中练习时，领导、教官都被我们团结的气力所震动。那创造中的碰撞磨擦出美丽的火花。看吧，同一而整洁的迷彩服，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。

练习场内，我们意气风发，精神抖擞，练习场外，我们更需要雷厉风行，执行到位的工作作风。企业军训是提升企业执行力的一个有效途径，是企业学习部队高度的执行力、严明的纪律和吃苦耐劳的精神，也是对员工意志的磨练。

也只有这样团结合作的精神，才能打造一个企业的超强执行力；才能使得企业迈向辉煌。一个企业即使有再好的决策，再好的经营理念，一旦没有强有力的执行是空谈，而高效的执行力，就可以够很快的将企业的决策落到实处，这些就是我参军训得到的真实的感悟。

### 公司军训心得体会篇三

虽然，以前也参加过军训，但这是第一次和同事一起生活天□20xx年x月x日，我带着好奇的心情坐上了去军训的车。即将到来的天生活对于我来说将是全新的，我对于这一切有着强烈的期盼。

到了军营，我们忙着提行李，收拾宿舍，像豆腐块的棉被，井然有序的作息安排，规矩简单的饭堂，这些事物在我们这些机关干部眼里是那么的新奇。

收拾内务，出操，吃早餐……还没调整过来的作息时间把我们的第一天生活搞的一团糟。哨声总在慌乱中响起，还没叠

好被子已经要出操了，刚脱下军装又要准备打水，匆匆忙忙中做了这个又做了那个自己都理不清楚自己到底做了什么。每天的生活全衣哨声忙碌而紧张，但却很充实。

训练是很艰苦的，每天都要站军姿，教官不断的提醒我们要注意动作规格，容不得半点放松。半小时下来，膝盖似乎都不能弯曲。随后几天我们进行了稍息、立正、齐步、正步、跑步、军体拳等一系列的训练。每天细小的动作都会在教官严格的监督下练习很久，训练的确很苦，但同志们都一心想做好每个动作，再苦再累都咬牙坚持，不放弃。

几天下来，训练我们的教官嗓子哑了但他们仍是一如既往的为我们训练，再平时与教官的谈话中我们或多或少了解到了教官一些经历，再看看平日教官的一脸坚毅，我们无法不感动，我们感动于教官坚韧的品质，感动与教官不辞辛苦的教导。

xx月xx日，我们在军营的最后一天，节训式上每个同学都认真做好每个动作，以最优秀的动作告别教官，告别军营。我们坐在车上，目光却不停的搜集那让我们好奇、开心、兴奋、感动的每一样事物。汽车开出军营大门，军营里留下了我们的风采，而汽车也带走了我们对军营的思念。

回到家，天的军训生活恍如昨日般清晰明了。天的军训生活磨练了我们的意志，增强了我们的体质也丰富了我们的感情，同志们由不熟悉变成了知心好友。回味天军训生活有太多的酸甜苦辣值得我们细细品位，从军营出来我们即将开始新的生活，希望这天得收获与感悟能够伴我们走完一生。

## 公司军训心得体会篇四

七天的军训生活结束了。

回过头来，看看自己走过的脚步，有的深有的浅，有的快有的慢，但最终经过层层训练，我们步调一致并肩齐进。

短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，要时刻严格要求自己，做好准备。全神贯注与力量集于一身，随时接受上级下达的各种指令，以军人的姿态与心态去面对一切。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限！百合所给予我们的远远超乎我们想要的，没有完美的个人，只有完美的团队，只因此，我们便要更加严格要求自己，打造鹰一样的个人，铸造雁一样团队。

在绿色军营里面，时常出现这样一幅画面：一群身穿蓝色t恤的x公司人，铸造了一条亮丽的风景线。无论是饭前饭后，只要稍有空暇的时间，总能看到这样一组组场景；炎炎烈日下，偶有几对整齐的队伍昂首阔步的走着，原来是x公司人正在操作动作要领，动作要领掌握好的帮助比较慢的队员，手把手教着，一步一个脚印，汗水浸透了衣衫，但却没有人停下脚步，队长喊着；一二一……立定，声音似乎沙哑了许多，但却浑厚有力，不失为一种霸气，鼓舞队员们的士气，队员们没有一个说苦怕累的，因为我们坚信：只要我们认真，去努力，我们一定会做好。我们要发扬不怕苦不怕累的精神。因为我们都是展翅高飞的雄鹰，都是百合的精英！

无数条溪流向一方汇聚，将形成一片大海，海纳百川，有容乃大。每个人将自己手中的力量推向同一个方向，我们的力量将无限大□x公司人将在创辉煌！

虽然我们即将要离开这里，有点留恋不舍，留恋军营的生活，恋着这里的一草一木，还有这浓厚的集体氛围，但我们时刻谨记着使命的迫切感，百合需要我们，我们要把所学的灵活的运用到实际工作中去，这才是我们的最终目的。发扬艰苦

奋斗精神，发扬百合人精神，走好每一步，做好每件事。让x公司的名字响彻一方！

军营生活是我儿时的梦想，但由于自身身体原因，未能实现这一愿望，这次有幸参加公司安排的军训，也算让我能体验一下军营生活。

首先就站军姿，站军姿是我们军训中最基本的内容，是一切动作的基础，但这最本对于我们需要挺胸、抬头、手脚贴紧、身体前倾等一些要求。这姿势对于一贯随意的我无疑是一个巨大的挑战。教官讲述站军姿的要领，我们将立即进入状态，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是腰酸脚痛；无人不是筋疲力尽。但我们虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。

站军姿半小时后，稍做休息，就开始了立、行、走、跑的基本知道，虽然这些是我们每天都要经历的动作，但要正真的按要求做，也是一件不容易的事。教官教了我们立正、稍息、向右看齐、齐步走和齐步跑。齐步走和齐步跑的时候，眼睛要直视前方，手部要与肩齐平，一排所有的人都得跟着排头走，排头步子要跨小一点，要让后面的人跟得上。刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍，通过反复的训练，大家终于迈出了整齐的步伐。就这样重复如此的动作，一天就过去了，留下的只是累和痛。

第二天晨操就将头天的学习内容重新复习了一遍，早餐过后我们便开始学习军体拳。首先教官让我们看他做一次示范，之后便开始教我们军体拳了。教官一喊军体拳开始的时候，我们便要握紧拳头，双脚合并，头同时向左转，这便是军体拳的第一个动作了。通过教官耐心指导和同事们的刻苦学习，在这短暂的一天里，同事们将军体拳做得动作一致，气势逼人，展现了团队的气势和风采。

后面两天的日子里我们将不断得重复着枯燥的动作，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也能挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训现场，每一个身影，充满着执著和坚定。

这次军训无论是站军姿、队列、军体拳还是拉练，这些无不都在锻炼我们的耐心、意志和团队精神。总之军训能磨练人的意志，让我们变的坚强，能锻炼出惊人的勇气和毅力去面对以后的挫折和磨难。此次军训不仅是磨练了我们个人的意志品质，同时也培养了我们的集体荣誉感，培养大家积极合作的团队精神，使我们的团队的凝聚力和执行力提升。

我将在以后的工作中用在军训时教官对我的要求严禁要求自己。相信“坚持”，相信我们公交人只要坚持公交就做得更好，得到稳健发展，就有美好的明天。

## 公司军训心得体会篇五

我是谭露露，来自海南大学，很荣幸今天能够站在这里代表新学员发言，此时此刻，我的心情有一些激动，结束了十余载的寒窗苦读，如今，我们相聚在燕山石化这个大家庭，站在一个崭新的起点，继续追逐我们的梦想，很感谢燕山石化能给我们这样一个平台，让我们尽情的去施展自己的才华。

在刚刚过去的5天时间里，我们参加了20xx新入职员工军训，军训中，我们每天重复枯燥的动作，站军姿，每次结束都感觉双腿沉重又酸痛，却给了我们炎黄子孙不屈脊梁的身体，正步腿步练习，每次都有种腿脚疼痛随时倒下的可能，教官的倒计时：5、4、3、2、1，感觉是那么漫长，再坚持一下，坚持一下就好了。那些阳光下的汗滴，操场站立的身影，每一首军歌，都将成为我们最珍贵的回忆，教官说：“军训，练的不是一、二、三、四，而是让我们明白自己的责任。”通过本次军训，我相信不仅是磨砺了我们的意志，锻炼了我

们的.耐力,更重要的是让我们增强自己的责任意识、团队意识,时间意识。

在接下来的工作学习当中,我们将继续发扬在军训精神,为尽快适应工作学习,我决心从一下两个方面做起:

1转变思维角度

2强化学习理念

作为一个新人,我明白自己身上有很多不足,在今后的工作中肯定会遇到很多困难,需要我不断的努力学习,多做多问多学多思考。在今后的工作、学习、生活中我们要不断磨练,不断提高,不断成长,成为燕山石化公司的栋梁之才!

## 公司军训心得体会篇六

一时间总是在不经意中慢慢流走,眨眼间军训的日子过了一周,平心静想,当初的艰辛已熬过,迎接我们的又是另一个崭新的明天,军训让我明白了人的毅力是强大的,只要坚持住一切困难也不再害怕。当初曾一直对军训保有恐惧心理,认为自己挺不过来,但在一次次的坚持汇总我已走过一半,而且意志力也得到了加强。无可置疑,军训时辛苦的,夏日下,皮肤被太阳晒得发痛,在一遍遍基本动作的训练中手脚都麻痹了,肌肉也酸痛,虽然辛苦,但我还是感到快乐,因为我相信这是蝴蝶破茧而出千的黑暗。军训让我得到了身体的锻炼和思想道德的加强,让我懂得了纪律的重要性。

一凉爽多云的天气为同志们的训练提供了不少便利,绿茵茵的青草和橄榄绿的迷彩军装相互辉映,让同志们显得活力十足。

军官们严格要求新生整理军容和端正军姿,不时亲自示范,并手把手纠正基本的动作,同志们在英姿飒爽的军官的带领

下认真训练，丝毫没有半点偷懒。

古人言“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”，在这里同志们洒下了辛勤的汗水，收获的将是铁一般的体魄，刚一般的意志，雷厉风行的作风，坚定不移的毅力，这些都将是一个成大事者必备的条件，它是同志们整个工作生涯中乃至一生中无比宝贵的财富。

军训虽然辛苦，但是“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我们只要坚持，胜利就会属于我们。

——西北油田已经在戈壁荒原度过了四十个春秋，也是中国石化迎来35岁华诞。在学校生活了20载的我们而如今终于迈进了工作单位，7月是个神奇又神圣的日子，我们荣幸也庆幸自己来到中国石化西北局，春夏秋冬，云起云落，我们已然从青葱少年成长为初生的职场新人，初到厂区，一路上的荒野戈壁，黄沙万里的塔河风情，西域一线的岁月长河，远远就能看到的四个大字“中国石化”都震撼和刷新着我们的眼界。厂子里，食堂，宿舍办公楼，体育馆，设施齐全，和想象里的艰苦环境相差甚远。领导和师傅们的精彩介绍，为我们从学生向职场新人铺了一条崭新的路，他们让我们认识到塔河精神像钻塔一样钢骨柔情，永远屹立，像夯基础一样敦实厚重，像管线一样绵延流长，像加热炉一样蒸蒸日上，像脱硫酸塔一样汲取精华，剔除糟粕，像油气储罐一样包容和胸怀坦荡。

他们认真的态度和入骨的责任感也让我们震惊，几千人掌管着几亿的生产，却零事故，可想而知每个人肩上的责任是有多么的重大，每个人身后都是一个家庭，牵动的都是三代人，虽然黄沙红柳是谓苦，但塔河一家碧水一脉是谓情，担当责任勇于创新是谓任。

## 公司军训心得体会篇七

作好工作。而“步伐变换”又告诉我们，只有集中了集体的智慧和力量，才能作到万无一失。“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。

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，时至中年的我，如何去面对生活和工作，如何用智慧去工作，为\_\_\_有限公司贡献自己的一份力量。

有句古话说的好：“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。

## 公司军训心得体会篇八

着迷彩，我们英姿飒爽；踢正步，我们意气风发；唱军歌，我们斗志昂扬……七日的军训给了我太多太多的感想。

有人说，人生其实就是跨过一道道坎的过程。那么，这次的军训给了我跨过这些坎的勇气和力量。这次的军训前，我很胆怯，我害怕自己会支持不住，在众人面前倒下。然而，军

训开始后，我慢慢发现只要自己自己怀有不倒的信念，只要自己有勇气去克服一切困难，那么，身体里就会有股力量支撑着我永不放弃。所以，烈日炎炎下，我能坚持着和同学们一起努力认真地完成了站军姿、跨立、齐步走、踢正步等的学习和严格的训练。尝到了艰辛，感到了疲惫，但更多的是喜悦，是战胜自我的喜悦。其实，人生何尝不是一次军训？那么，就让我以在军训中的那种勇敢的姿势去面对我的人生吧。

然而，军训不仅仅提醒了我要敢于战胜自我面对人生，还教会我做一个人。在众人组成的队伍当中，我学会了克服身体上的种种不适去完成一次次严格的训练，并且我渐渐地开始严格要求自己把每一个动作做好，因为只有先做到严于律己才不会影响到队伍整体训练的效果。由零零散散到整齐化一，这正是我们每一位同学严于律己、相互配合的结果。一直以来都认为我能做个随心所欲的人最幸福，但是无论是学习还是工作，我们都离不开集体，有了集体当然就要有纪律。只有严于律己才能出色地完成自己的任务，只有人人都做到严于律己，才能有一个出色的集体。时光如水，悄然流逝；岁月如土，随风而去。从前我是一个自由散漫的人，不喜欢被约束，如今我发现只有做到严于律己才能得到他人的尊重，而后我会更加努力地去做一个严于律己的人。

军训是有苦也有乐的生活，虽然没有成为真真的士兵，但是那段的磨练为日后的学习工作打下基础，也往往成为参与者后来生活的一种美好的回忆。军训走入了年轻人的生活中，高中进行军训、大学进行军训。我经历了2次军训，都是请部队军事教官按照部队的要求进行军事的基本训练。在大学进行了为期一周的军训，进行队列训练，军姿练习。军队中的一个优良的传统，那就是：严明的纪律！纪律严明，才能战无不胜！学生的自由散漫的思想严重，随心所欲！那么就要由军队铁的纪律的作风来培养学生良好的纪律性。

这次军训，体现了良好的纪律，每天点名和洪亮的回答声“到”，证明了一切！同学的吃苦耐劳是有目共睹的。今天

的军事训练不仅要学习军人吃苦耐老的精神，还要亲身体会士兵训练的辛苦。并把这种吃苦耐劳的精神发扬到学校的各项工作和学习中去。

在训练场上，学生们经受着烈日的考验。汗水不断的流下，流入眼睛、流入嘴里，后背胸前的汗水顺流而下。体验军队严明的纪律，没有人用手去擦汗、去抓痒。个别学生中暑，做了短暂的休息后又加入了训练的行列。行军拉练，更是没有人掉队，迈着整齐的步伐，唱着高亢的军歌！俨如一支训练有素的部队！

军训，就是要学习部队高度的执行力、严明的纪律和吃苦耐劳的精神。改善学生的工作作风和精神面貌！对我来说，这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨练，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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，所以，我们更加努力做好一切。教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。

公司军训心得体会新员工