# 员工的军训总结体会10篇

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2025-05-18

*员工的军训总结体会范文10篇“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯。下面小编给大家带来关于员工的军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。员工的军训总结体会篇1员工参加...*

员工的军训总结体会范文10篇

“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯。下面小编给大家带来关于员工的军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**员工的军训总结体会篇1**

员工参加工作军训可以提高员工的组织纪律性，去掉松懈、散漫的不良风气，对企业的长远发展有十分重大的意义。好范文网范文大全特意为大家整理了关于企业员工军训心得体会范文的相关材料，希望对您的工作和生活有帮助。

指缝太宽,时间太窄。

时光无声流淌,

任你拼命地追赶挽留,

逝去的光阴也将一去不返,

记忆的画面终会模糊,

而不变的是那时烙在心中感动的印记,

回忆让我一如往昔。

记忆的画面依然定格在离开十六中队时,教官列队相送,朝着我们的大巴敬礼,我们则在车中站起朝他们敬礼挥手,车渐渐远去,我们的手却都不舍放下。此刻回想起来,心中酸楚的感觉依然那么真切。大厅另一边几位同事在讨论着专业问题,坐在电脑前敲着键盘,大脑拼凑记忆的图画,思绪漂浮。

依然记得那天我在来时的车上,透过车窗,看着不远处一座座山脉缓缓向后从视线拉出,路边的荔枝林繁茂,蓝天白云,和煦微风。我知道那时的我很期待,期待着向往已久的军营生活。在我的脑海中一贯认为现实社会是一个圆形,而部队就是一个棱角分明的方形。满怀着激情与不羁的我们,在部队这块棱角分明的磨刀石上会擦出何种火花?我很期待。

教官

后来我才知道你的名字,才知道在我们坐车离开的当天晚上你会因想念我们而留下眼泪,才知道我们是多么想念你这个只有20岁的可爱教官。

你对我们的关心总不会让我们那么轻易觉察。第一次会操我们班成绩不好,大家回来在宿舍低头不语,你拿来一大瓶鲜橙多,说:班长请你们喝水,然后转身离开,后来我才知道你一个月的补助只有280元。25日中午,你红着脸(中午我们喝了点酒)来到我们宿舍,我能看出你的不舍,也许是一些原因让我们不能走的那么近,但我能清楚地感受你当时的不舍。简单的几句话,只记得你说:“下午的会操成绩好坏并不重要,只要大家在一块开心就好”。钟枢过去搂着你的肩膀半天没有一句话,我坐在床上,走的时候钟枢把你送到老远,我看着你离去的背影,心里酸酸的,突然有种想喊住你的冲动。

站军姿

我后来感觉站军姿是一种自我挑战。

下午2:30,烈日下,仿佛能看到到水泥地面上起伏的热浪。双脚并拢,双腿挺直,收腹挺胸,身体前倾,重心落于前脚掌,中指贴紧裤缝,拇指贴食指第二节,双眼平视前方。一分钟,两分钟,五分钟,脚掌感觉被火烧很痛很不爽,汗水顺着身体各个部位滑落,想换个姿势,动一动腿脚,哪怕是一秒钟的弯曲。不行,正是考验自己的时候,动一下就是失败是放弃,之前的努力坚持也会毫无意义。脚开始麻木,腿开始僵直,努力睁大眼睛,盯着远处的墙壁,旁边有人开始休息,听不见也看不见,吸一口气挺胸前倾,时间已不知道过去了多久,自己俨然成为一座雕塑。

体能训练

当我看着面前一滩汗水,我并未有成就感。当我在第40个俯卧撑趴倒在地上的时候,我并未有失败感。因为我尽了全力,我并未想过放弃。

早晨的长跑倒是让我惊喜,因为我们这群穿着军装排着4列长队的家伙,在清晨6:30沿着似乎并未睡醒的马路奔跑,尽情折腾,响亮的“一二三四”吵醒还在沉睡的清晨,沿着山坡向上,重力做功被克服的感觉我也很喜欢。

说真的第三天下午听心得体会的时候我真的感到累了,脖子辣疼,腿酸疼,突然有点害怕晚上的体能训练,真的觉得自己很没用。透过玻璃窗仰望苍蓝色的天空,闭上眼睛深呼吸,告诉自己什么也不想,其实我很清楚我该调节心态。还好这种害怕的感觉只持续了一会,后来那天晚饭吃了很多,有点撑。

心得体会

每天下午4点我们总会坐在一间教室,分享各自的训练心得,在我看来更多的则是了解与被他人了解的一个平台。渐渐地发现对于同样的训练每个人都有自己不同的见解与体会,有些话语现在在我的脑海依然清晰嘹亮,那些话语背后张显的正是个性的魅力。不必飘渺的豪言壮语,只需一个真字就可触动心扉。因为你们,我想成为更好的人。

十六中队

这儿是个单纯的地方,在这儿心会很变得纯净安宁,晚上10点吹完熄灯号,平躺在床上,我常常久久无法入眠,透过头顶上的窗户仰望夜空一角,云卷云舒,视野所及有一颗星,始终明亮。

**员工的军训总结体会篇2**

时光如梭，漫长的五年大学时光如白驹过隙般掠过，今年我毕业了，也许是命运的安排，经历了一波三折的求职过程，最终来到了家乡微山县。五年前这个可爱的小县城将我送入了济宁医学院的医学殿堂，五年辛酸，五年磨砺，五年后，机缘巧合我又回到微山县人民医院工作。感谢母校对我的谆谆教诲，感谢家乡再次接纳了我这个百无一用的书生。

家乡的水土养育了我二十多年，这个小县城的一切都是那么熟悉，我甚至能嗅出她空气中的淡淡荷香。回到家乡，即将步入社会，走入职场的我既激动和兴奋，同时又对未来怀有些许恐惧，对崭新的工作环境、同事关系完全是陌生的，对自己并不完善的医学知识和技能是忧心的，对自己匮乏的临床经验是无奈的，对全新的医患关系模式也是茫然的。

正式入职之前，经医院领导安排，我们这批医院的新职工要在微山县公安局民警教育训练中心接受为期五天的军事化培训。迷彩服是那么的让人着迷，穿在身上使我们平凡而略显柔弱的身板无形中增添了一些英武。对待军训，也许我与一块入职的同志们的态度不同，我一直有一个军人梦，我想，如果我入伍，肯定会是一名好战士。那天我一身戎装，内心的喜悦与自豪也油然而生，我甚至恍惚间忘记了我是即将要入职的医务工作者，而将自己定位成了一员沙场点兵的军人。

军训固然辛苦，但同时也是幸福的。站军姿，练队列，统一了我们的思想，同步了我们的行动，将我们逐渐凝聚成了一个整体；跑步，蛙跳，体能训练对我们这群长年坐在书案边缺乏锻炼的同志们来说确实像噩梦一般，但在与极限的斗争中我们磨练了意志，增强了体魄，略肥的我甚至发现我好像瘦了一圈～～好高兴；专业格斗，防御训练开拓了我们的眼界，增进了我们自我保护的技能；最重要的是通过团队意识培养，高空背摔等训练我们23个同志逐步增进了信任，收获了友谊，形成了一个牢靠的小集体。

感谢院领导的良苦用心，我感觉到医院主要是想让我们这群年轻人尽快熟悉起来，培养出我们的凝聚力和团队精神，同时磨练一下我们每一个个体的意志力。五天的军事化培训无畏酷暑的炎热，无惧撕心裂肺的体能消耗，同志们没有一人掉队，没有一人喊苦；我们这批新人本素不相识，通过短短的五天时间，一起同甘共苦，一起吃饭训练，一起娱乐放松，无形中拉近了我们彼此的感情，增进了我们的凝聚力，为以后的工作做了良好的铺垫。在这五天里，前辈们对我们新人的照顾亦是无微不至的，短短五天，院领导和人事科老师竟来到培训基地四五次，和我们一起生活，一同联欢，让我们不知不觉地将自己融入到这个大集体，大家庭。

即将步入工作岗位的我也许或多或少会遇到各种困难，各种挑战，但是通过这次军训，我们树立了自信，磨炼了我们的品德。我们每一个人都怀揣着医生的理想和救死扶伤的信念，必将在微山县人民医院这个殿堂上发光发热；必将同微山县人民医院共发展，同进步，在微医倾注自己的青春，贡献自己的力量；必将坚持不懈地完成我们做为医务工作者的神圣使命。

，继续前进！真心祝愿我们的医院明天会更好，祝福我和我的同事们。

**员工的军训总结体会篇3**

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。为期五天的军训拓展训练圆满结束了，回顾这次军训，可以说是短暂而充实，平凡而不简单。

当天下午的军训距离大学时期军训已经过去近6年时间了，再一次站在队列里，我感到特别兴奋，因为这又是一段新的征程借此机会我们不仅可以增强团队意识，还可以磨练自己的性格，挑战自己的极限，这是一种人生体验，是战胜自我、锻炼意志的良机。在酷暑下训练，皮肤变得黑黝黝的，但这增添了一份完善自我的信心，带给我一种难以言说的快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气。

训练基地的第一天！累！军训第二天，很累！军训第三天，特别累也特别疼。终于体会到了军训的魅力，真不是块好啃的骨头，到了第四第五天，大腿已经明显没有前几天那么酸胀，适应了军训的生活，军训真的是一个训练人的极好途径。

在军事训练中，教官不断重复着站军姿的注意事项，我们不断纠正着自己的动作，争取能够快速融入到队伍中，不脱集体的后腿。站军姿看似简单，要想做好真的没那么容易，要求站的笔直，身体决不能动一下，坚持二十分钟后，小腿跟抽筋一样。军姿站的好，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，同步了我们的行动，将我们凝聚为一个整体。比起队列训练，对我们考验的是体能训练，蛙跳、来回折返跑，简直是我们的噩梦，但在极限的斗争中，我们坚持了下来，增强了体魄，磨练了意志。

在拓展训练中，我们得到的不仅是游戏带来的乐趣，更重要的是提高我们团队的凝聚力和集体的荣誉感。“破冰行动”让我们来自全省不同地方的新同事彼此了解，互相熟悉，缩短了距离。徒手防卫与解脱，增强了我们视野，让我们能更好的保护自己，能更一步安全的与患者沟通。“信息传递”提高了团队的凝聚力，大家只有互相配合，服从队长的领导，才能完美的完成任务。最后一项“信任背摔”消除了我们之间最后一点隔阂，当“战友”一遍遍呼喊我们的名字，并鼓励我们克服恐惧时，我们的心紧紧的凝聚在了一起。

感谢微山县人民医院院领导对我们的良苦用心，让我们能够快速的互相熟识，在以后的工作中能够相互提携帮助，只有团结一心才能让我们微山县人民医院这个大家庭更加繁荣发展，祝愿每一位新同事都能在新的岗位上找到自己的价值实现自己的理想。

，方得始终，祝愿微山县人民医院的明天会更好！

**员工的军训总结体会篇4**

悠悠岁月，告别了学生时代，离开了大学校园，以一种崭新的姿态步入了社会，来到了微山。作为一名从外地来到微山工作的员工，微山给予我的印象是她有着属于自己的独特魅力，印象中，微山的天总是那么的蓝，微山湖的水总是那么的清，微山的荷叶总是那么的绿，微山的夕阳总是那么的红，尤其是，微山人民的好客与仁义，也让我特别容易的融入到微山县这个大环境中来，也特别容易的融入到微山县人民医院这个新的工作单位里来。

在正式入职之前，经微山县人民医院安排，我们这批新进的医院职工要在微山县公安局民警教育训练中心接受军事化的军训三天。迷彩服是那么的让人着迷，穿在身上使我们平凡而略显娇弱的脸上无形中增添了一些英武，而就在那一天，我们真的穿上了迷彩服，内心的喜悦与自豪也油然而生。军训是辛苦的，也是幸福的。辛苦是在于教官对每一个动作都要求严格，尽职尽责，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误。而幸福是在于，我们这么多新来的素不相识的同事通过短短的三天时间，一起同甘共苦，一起吃饭训练，将我们彼此之间的感情增加增厚，将我们的凝聚力紧紧的团结在一起，彼此之间相互认识相互了解，为以后的工作做好了完美的铺垫。记得军训的第一天下午，我突然感觉身体很不舒服，体温也有所上升，便及时的报告给了带队的医院人事科的工作人员，他们及时的反馈给了医院的人事科李敏主任，当晚，在我军训完之后，体温计和布洛芬就送交到我的手中，还特意嘱咐我多喝水，早休息，并对我生病仍然坚持训练的态度给予了表扬。第二天一早，我的体温便从38度下降到了36度8，及时的将一种更有生机与活力的姿态投入到新一天的军训中去。这件事让我特别感动，医院人事科的主任和工作人员对于新职工的关心与照顾如此的体贴，想必，微山县人民医院的医生和护士对于病人的爱与关怀也会是如此，温暖人心。同时也是身体力行的给我上了一堂课，要始终将自己的病人放在心上，这也是医生的职责所在。

即将踏入自己新的工作岗位上，由于个人经验和知识水平问题，也必将会遇到很多的困难，很多的挑战，但是通过这次军训树立了自信，自强，锻炼了我们每一个人。我们每一个人都怀揣着医生的理想和救死扶伤的信念，将在微山县人民医院这个平台上发光发热。

真心祝愿微山县人民医院明天会更好，祝福我和我的新同事们，，继续前行！

**员工的军训总结体会篇5**

新员工入职的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。

第一天的军训，宽敞的体育场成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在体育场上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。

第一天的军训，是苦，是累，是痛。无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身……军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。

白驹过隙，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，第一天的军训生活就已经过去了，回收者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新的工作岗位门槛时，应该再增加点对人生的启迪，增加点对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望和单位未来的发展很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

**员工的军训总结体会篇6**

时光飞逝，转眼间，岗前军训即将结束。这次军训教会我什么是坚强的意志，什么是团结的力量，什么是遇到困难不怕苦的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，能磨练人的坚强意志。军训是苦的，也是快乐的，更是甘甜的.我们应该学会品尝这种苦中之乐。通过军训，我们可以一改既往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的快乐。军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气。使我懂得了责任的重要，更加强了我们的团队意识，我相信在以后的工作，生活，学习中不管从对待生活的态度上，意志上，还是思维上，我们都将受益匪浅。军训对于我们来说是一场体质和精神上的双重考验。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的机会。作为一个即将步入公司上班的员工除了在学识上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。没有身体和心里上的健康保证是无法实现进一步的自我提高的。

团结就是力量。通过军训，我对“团结”和“大局”的认识更加深了一层。军人崇尚集体主义，思考问题总是从整体的角度出发，这既是传统，也是需要，正如我们在工作中也是如此。比如队列训练讲究整齐划一，步调一致，一人出错，影响全局。一个人的力量是渺小的，一个连的人凝聚在一起，便如大海一样壮阔，一样高远。当我们连以整齐的步伐，洪亮的口号在操场中训练时，领导、教官都被我们团结的力量所震撼。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的迷彩服，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。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而即将步入公司工作的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为企业的栋梁和有用之材。

在这里，我尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，工作中的意志支撑点，让它的精神贯穿我的整个一生。

**员工的军训总结体会篇7**

为期四天的新员工入司培训之军训终于在所有学员用汗水浇灌的会操中落下帷幕，回顾这次军训，可以说是简短而充实，平凡而不简单。

整个军训的过程中，按照教官的指示，我们从一开始的简单动作进行练习，尽管大家曾经在学生阶段都参加过系统的军训，有一定的基础，但是由于相隔时间过长，做起来大家还是费了很大的功夫。七月流火，高温酷热，在这种环境下，我们在露天操场迎晨曦而练，面阳光而站，遇雨淋而不动，所以，逐渐我们做出了连贯的动作，逐渐我们适应了这种军队的节奏，逐渐我们找到了对军训的理解，逐渐我们学会了军人的执行。在最后的会操中，我们气势如虹，我们热情似火，我们用自己的汗水在骄阳下谱写出了一曲属于我们的华丽乐章。

四天的时间，近一百多个小时，这对于一名在岗工作的员工而言机械式地完成几项任务就能结束，稍纵即逝。但是对于自己个人而言，收获的却是一次新的锻炼，一次新的蜕变。军训过程中教官的教导，自由练习中伙伴们的提醒，会操表演时伙伴们的鼓励，林林总总却又是点点滴滴，这些无疑都将汇聚成为自己人生奔腾不息的流水，也无疑都将成为个人从自然人向社会人转变的助力器。

在军队，军人以服从命令为天职，必须是不打折扣执行命令、完成任务，高效的执行力是我们的人民解放军从战争时期到和平时期不断取得胜利的重要因素之一。在企业，员工的高效执行力是贯彻上级指示的体现，只有在执行上级指示的前提下，整个企业的运行才能走上一个良性循环的道路，相反，员工的随心所欲，自作主张，这些都将是企业衰败的不安定因素，都将会导致工作任务的无法完成，最终严重影响企业的发展。

在当下竞争激烈的市场环境中任何一个准备在此立足的企业都需一批具有较强执行力的员工为企业打拼，而在竞争日趋白恶化的中国保险业市场中国人寿这位巨人比任何时刻都需要具备较强执行力的员工，这才能构筑辉煌国寿不断延续的基石。在新人入司培训过程中开展军训，就是需要将军人服从命令的高效执行力引入员工的工作态度中，提高员工的执行力，保证公司的健康运行。

总之，军训给我收获的是难以言尽的，作为今年新入司的员工，我为能参加这样的培训而倍感荣幸，我将以这次军训为起点，在今后培训课程开展的过程中，在工作岗位上，继续努力，争取在国寿的这块大画板上描绘出属于自己的多彩轨迹。

**员工的军训总结体会篇8**

盛夏七月，炎炎烈日。为了增强新入职员工企业凝聚力，培养企业认同感，提高个人职业素质和团队执行力，完成职业人角色转换，陕西省煤炭运销集团组织了职工培训。作为榆中销售公司的一员，我很庆幸能有这次体验，怀着对军训生活的向往和紧张又激动的心情，开始了为期3天的培训。

朱光潜曾言：“人生就是湖底的一块顽石，有些人把它雕琢成不朽的雕塑，而有些人却不能使它成器，这在于个人的性情与修养。”面对骄阳似火、面对大雨倾盆，这丝毫不能减少训练的热情，我们每个人都能顶着烈日风雨，训练脚步丝毫没有因此退缩。想想可爱的军人，我内心满满敬畏与崇拜，使命感、责任感油然而生，也许只有亲身经历过才能体会到军训带给人的改变。

这次军训让我明白了什么是纪律、什么是规范，让我改掉了自己做事拖沓的坏习惯，让我领会到了集体精神与集体力量的重要性，让我更加融入陕煤运销这个大家庭，让我体会到了军人的铁一般的坚强意志和责任担当。

虽然军训只有短短四天，但是军人的作风、意志和品格是我们永远也学不完的，我们要将军训期间养成的良好品德和作风一直坚持下去，落实到以后的学习、工作、生活中，严格规范自己的言行，遵守公司的规章制度。

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。通过这次培训，不仅培养了我们吃苦耐劳的品格与超越自我的勇气，强化了我们的使命感、责任感，更坚定了我们的初心与前进的决心。在以后的学习、工作、生活中，我们要继续保持军人精神，积极面对工作的苦与乐，不断提升自我，围绕公司核心凝聚力，团结协作，把自己的本职工作做好、做细、做实、做精，为榆中销售公司发展再上新台阶添能蓄力。

**员工的军训总结体会篇9**

那里的夏天格外“暖和”，晴空万里，太阳猛烈地炙烤着大地，滚滚热浪弥漫空中，火烧火燎，令人窒息，花草树木仿佛也已向太阳屈服，无精打采地低垂着。但我们这由二十五名国网运行新人组成的军训方阵，却头顶骄阳，脚踏热浪，在训练场上顽强地同酷暑抗争，任凭汗水打湿衣襟，滴落在地……

站军姿是我们每次训练前的必修课，在这三伏天气里，站不了一会儿，就汗流浃背，豆大的汗珠从额上滚落，滑进衣领，痒痒的，很是难受；嘴唇稍有放松，便会有汗水滑入嘴里，又咸又涩；衣服也像刚从水里捞起来似的，粘乎乎湿漉漉的，紧紧地贴在身上；慢慢地，腿脚开始不听使唤，特别是脚掌，火辣辣的，又麻又疼，腿弯和后肩的肌肉也如针扎似的，张得生疼。但我们都紧记教官的教诲：流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队。十分钟过去了，二十分钟过去了，大家依旧站得笔挺，咬着牙，互为勉励、互不服输，没有抱怨，没有放弃，只有坚持，再坚持……

训练中的每一个动作，都让我们不断体会着更深层次的含义：我们知道，自己将来从事的工作，要的就是耐心和团队协作，任何一个人的失误，都会影响到整个集体，所以，大家都严格要求自己，一遍遍地练习，直到动作整齐划一，脚步声洪亮有力。我们都默默告诉自己，要打造鹰一样的个人，雁一样的团队。

就这样，喜欢和大家一起训练时的挥汗如雨，喜欢训练场上一起唱军歌的酣畅淋漓，喜欢同大家一起咬牙克服困难后的冲天豪情，喜欢听到大家整齐的脚步声的满心欢喜。我清楚地知道，自己累并快乐着……

**员工的军训总结体会篇10**

军训中让我体会最深的是我们九班的团队精神。在教官的耐心指导和严格要求下，我们九班的每一个学员都认真的配合。刚开始军训时，我们连最基本的左右转动作都做得乱七八糟，因为大家都没有意识到我们是一个整体，慢慢的`我们意识到了，整个队伍要想整齐划一，并不是靠一个人的力量，是需要我们全班默契的的配合，最后我们做到了，全班跨步的整齐有力、军姿的纹丝不动。就像今后我们在工作中一样，要想一个人单独完成一件事情是很困难的，只有融入到这个团队，大家相互协调，相互合作，才能完成。这次军训让我对团结合作重要性的认识更加深刻，它将使我终身受益，无论在未来在哪个岗位上。军训是苦的，军训是累的。虽然我们留下了泪水和汗水，但是我们却收获了更多。看到了教官坚韧不拔的毅力，学习了教官们吃苦耐劳的精神。这为我们今后的工作积累了一笔难得的、宝贵的财富，在今后的工作中，我将把严格纪律性、坚强的意志力、密切的配合带到工作中，做一个合格的山东电力人。

电力事业是充满朝阳的事业，电力企业是不畏艰苦、团结协作、无私奉献、敢于创新的企业，我们将用实际行动构筑一道保障电网安全运行的钢铁长城，让我们在平凡的岗位上努力践行，为电力事业美好的明天唱响青春的主旋律。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！