

今天的军训安排是自天全天，在复习过昨天下午的训练内容（军姿、稍息、停止间转法）之后，学习手榴弹、跨立、脱帽戴帽并进行多次练习。

①. 听清教官指令，迅速执行，严格服从。

军训的重要意义之一就是培养我们的规矩意识，“无规矩不成方圆”，只有学会服从安排，懂得纪律约束，才能让我们在日后的学习生活中有更强的执行力和自控力，以期达到“随心所欲不逾矩”，行稳致远。

②. 团队意识。

从昨天下午开始，教官就反复强调“你们是一个集体”，这一点在今天的队列练习中就显得尤为重要。齐步走的时候，高个子的同学，男同学步幅较大是必然，但作为一个集体，我们就是要左右看齐，做到整齐划一。在教官“不能各走各的”的反复提醒下，经过练习我们终于能做到在行进时有意识地向右看齐，虽然排面依然不够整齐，但相信在接下来共同努力的日子里，我们一定会不断进步。

③. 军容风纪，内务整理。

今天下午有别的营的教官来检查，似密似疏的标准是昨天就下发通知并强调过的，从臂章的佩戴、军训服的穿法到发型指甲细节要求，这些标准以及这次的检查都在反复提醒着我们养成良好生活习惯的重要性。虽然军姿站久了很累，但教官细致的检查与提醒更是为我们负责，让我们更加重视对要求的执行、对习惯的纠正，让我们懂得自查自省时高标准、严要求、精益求精。

军训固然辛苦，但这一段阳光与汗水滋养着的日子也是属于我们的独特人生财富。希望接下来的日子里我们都能继续努力坚持，不断进步。

谢：教官、指导员，您辛苦了！

电气2303
刁奕文



中国石油大学

《军训心得体会》

2023.9.5

装控2302 王曦瑶

军训还未开始之前,我对于军训只有两个印象:晒黑,辛苦,但当我亲身投入其中,我收获了前所未有的东西,不局限于身体上的锻炼。

这个夏天的阳光比以往哪一年都热烈,阳光不偏不倚洒落到我们脸上,我们背着水壶,戴着帽子,在站军姿中开始了新生军训。

操场上是整齐的步伐声,风带着太阳的温度吹过脸颊,汗水顺着滴落。热烈的阳光如助教一般,全程盯着我们的进度,我们也在教官一遍又一遍的细心指导下,从最开始站军姿摇摇晃晃,晃到昂首挺胸,从互不熟悉到团结一致。过程中有不少汗水和泪水,但却收获了非常珍贵的友谊和体验。

烈日下,我们从看似简单的“稍息,立正,向左向右转,齐步走”的一遍遍训练中懂得了精益求精的内涵,从自我介绍中收获了勇气,从对不守规矩的同学的处罚中明白了规则的尊严。尽管以那逝的休息时间固然令人向往,但大家齐心协力,团结一致跟随教官的训练更是磨砺了大家的纪律与意志。

成长总是伴随着汗水,每天解散时感受着身上的汗水或脸颊中还是会浮现出这句话。