

2023年保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会(大全7篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇一

今天是军训第三天，也是最苦、最累、最可怕的一天。

上午，太阳高照，天气炎热，我们在这样的环境下站军姿、齐步走，结果可想而知。在别的连有很多人晕了、吐了、倒了，在我们七连有一名女同学吐了，我也快晕了。

别看上午那么累，下午更累！下午要齐步走、正步走。正步要把手放在腰带上，把脚向前踢出，然后用力往地上踢，要踢出响声，要“出脚如射箭”。可我们男生出脚、步伐、速度总不一样，结果罚跑两圈。老师、教官们总是偏向女生，只让我们男生抬腿、跑步，女生练时教官就不让她们抬腿，即使走快了也不让她们跑步，太偏心了。

由于太累和跑圈的压力，所以男生没有做好。因为男生没有做好导致全连放学时间很晚，我们以后会努力的。不过也不能因为女生弱小而总让我们跑圈，不是说“女子能顶半边天”嘛，干吗把什么都往我们这“半边天”上推嘛。

回到教室，老师又偏心地把打扫卫生的担子放在了男生这“半边天”上来了。可怜我们更是惨上加惨，雪上加霜，往伤口上撒盐啊，累死了！

希望教官以后不要偏向女生，谢谢了，各位教官。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇二

太阳还是在天上不断地散发着它的光和热，使得站在操场上的我们睁不开眼，更是汗水不停的往下淌。每天都心里默默的向各路神仙、菩萨保佑赶紧下场雨，但是他们都没有任何的回应，我们还是在操场上默默的坚持着。

已经是第三天的我们，在喊口号上嗓子都已经有些支撑不住了，在休息时学姐送上的一颗润喉糖是我们最大的慰藉，凉凉的感觉在喉间散开，就好像全身都已经感受到一丝凉意。但持续的训练还是让我们感觉到无比的痛苦。已经是在经历了第三天的暴晒了，有较多的同学开始被晒伤，裸露的皮肤都红红的，学长学姐在帮他们涂药的时候还叫的生疼。对于这样的情景大家多少有些羡慕这样就可以多多休息了，但是还是有同学依旧坚持着，我想着这应该就是军人的精神吧，不管遇到任何的困难，都无法阻挡我前进的步伐，任何的困难只要咬咬牙就是可以过去的。这样的坚持不懈，是我们所有人都需要去学习的，很多人觉得都已经这样了何必要撑着呢，最后收到伤害的还是自己啊。但是我觉得就算自己受到无比的痛苦，我也没办法就坐在树下乘着阴凉，看着其他的同学在太阳底下挥洒汗水，既然军训是我自己的一项任务，就算是前方有更难的困苦，我也是要继续坚持的，并且我们整个连队是一个集体，我不能随意脱离集体，更不能在之后的表演展示中拖大家的后腿。军训不仅仅的个人的任务，更是一个团队必须要一起完成的，不管有多么苦，多么难都应该要不断的坚持下去，这是军队的精神，更是我们每个人都应该要拥有的。

其实我们在军训中练习的东西都是一些很常规的动作，但是教官就是要安排我们不断地学习，不断地练习，不是说我们

个人没有将这个动作做到位，仅仅就是为了在不断的练习中感受一个团队的力量，我们是一个连队就必须要把团队的精神发挥出来，要将所有的动作都做到一致。当我们在看阅兵仪式的时候，每一个方阵都是那样的整齐，甚至连踢腿的高度都是一致的，让我们为军人而欢呼。现在我们有幸能够体验这样的方式，那就更应该要拿出自己所有的努力来训练，来将每一个动作都做好。

第三天的训练让我更加真切的感到自己参与军训的重要性，军训并不只是一次简单的训练，是需要我们拿出自己的所有坚持下去的，是需要我们不断磨练自己精神、意志的方式，真正坚持到最后的人都是自己的赢家。

相比前两天我们的身体开始进入到了疲劳期，前两天军训的后遗症已经在我们的身上发作，但是在军训的时候从来没有人喊错来过，也从来没有人屈服过，娇弱的女生坚持着，勇敢的男生傲立着，虽然苦，虽然累，但是却不能够击败我们，只会让我们愈战愈强，越挫越勇。

军训是一次洗礼，意思在一次教育，他在教导我们在任何时候都不好被表面的困难所压倒，不要被意思的失败所击溃，更不要就此颓废不前，前进，前进，人生的道路我们才开始迈步，精彩的人生，只有经历过磨砺，才能够感受到彩虹，才能够获得成功。我们来到了高中，步入到了高一生活，想象我们的学长学姐们，他们都是这么走过来的，我们又有什么好害怕的呢，疲劳只是暂时的，一到训练我们充满了力量。

军训的苦和累是我们生活中的点缀，有了军训的生活我们感到了前所未有的充实，感到自己在体验生活，这让我想起了那永不屈服的雪松，面对积雪的压迫也从不认输，总是挺立在山巅，我们就如同那雪松，接受着军训的考验，不断的磨砺只会让我们褪去脆弱，迎来坚强，强大都是内在的，我们的毅力我们的勇气，在一次次的努力中不断的变强，在一次次的锻炼中蜕变。

能够吃苦是一种福，因为苦中的乐，只有经历了苦难才能够体会到这其中的滋味，我感到我还可以继续，我感到我的力量在一点点的被激发。军训的快乐我感到了，因为军训不只是痛苦，当我们每一次学会一个动作我们都会发自内心的感到自豪，感到我们的付出没有就此白费，汗水没有白流，感到了自己越来越想一个正规的军人，觉得自己有了军人的顽强与毅力。没有付出不会有收获的喜悦，没有经历就不会有这样的体验。军训不但锻炼了我们的体魄，更是磨砺了我们的一直让我们在一次次努力下不断的成长，这只是这三天带给我的改变，军训还会继续，我将收获更多。

第三天了，时间也没有想象中的那么慢。不知不觉当中军训就已经到了第三天上了，差不多也已经过了一半了。我们在训练中也差不多可以适应这样的军训生活了。直到今天在给自己总结的时候，我才发现，原来这几天过去，我也有了很多改变了。突然之间便觉得，军训真是充满魅力的一件事情，它在悄无声息当中就改变了我们，再等我去发现的时候，便发现这是一个特大的惊喜。感谢这次军训，让我改变良多，也让我对自己的未来有了思考。

这三天的时间里，我一直都在努力的适应军训生活。我是一个很怕黑的人，因为我一旦黑了，整个人就差不多会变个样子了，而且我白回来是一件非常困难的事情。所以军训中的苦和累，汗和水我都不怕，唯一怕的就是变黑。但变黑是在所难免的，这也是军训标志性的东西。所以我还是说服了自己，不再去纠结这样的问题了。到了第三天上，我黑了一个度，但是我的内心却多了一层自信。

以前还没有进入军训之前，我从未考虑过我们为什么要在开学之前军训，这到底是为了什么。直到现在我才明白，军训能够锻炼人的远远不是它表面的累和苦，更是对我们精神方面的一种训练。就比如我们站军姿，为什么要站那么久，不就是对我们的心理进行训练吗？锻炼一个人的韧性，锻炼一个人的耐力，都需要从这些方面上去做。还有在集体训练齐步

走的时候，为什么要注重集体意识，不就是为了培养我们的集体荣誉感吗？我们进入了大学之后，也就是进入了一个小小的社会，如若没有一颗强大的内心，没有足够自制力和魄力，我们又怎么走向成功呢？所以，军训是一次很好的历练，教会了我很多，也让我开始思考今后要如何去走了。

这三天的军训让我真实的认识到自己现在的状态，其实我并没有做好准备真正的踏入大学，现在也比较的迷茫，对自我的认识还不是很全面。于此之外，我在为人处世方面也比较的薄弱，和同学们相处的也比较一般。这些都是我应该在今后去改变的东西，一个人的上进心是很重要的，就像我们为了更好的完成一场训练得到教官表扬一样，它能够让我们尝到甜，所以才不断的吸引着我们去尝试和努力。军训的第三天结束了，希望明天能够把自己做得更好，得到更多的收获。

早早地起床，与一群人一起挤在一块迅速地收拾自己，感觉这样的生活很是幸福，这样的早晨连小鸟都对我们叽叽喳喳。第三的训练依旧在熟悉的地方开始了，一开始当然是对昨天以及前天的训练做巩固，将每一个项目都练好才是整个军训的目的，不停地重复才是训练的最终要义。经历了两天的磨炼，大家差不多都能够更加坚持，都有很大的进步，在也没有向第一天一样的嚎叫，再也没有向第一天那样忍受不住还小声地哭泣。大家都明白只要我们多忍忍，再坚持坚持就可以真正的成为自己的骄傲。

已经是第三天的我们再也没有了对食堂的憧憬，每天一致的简餐，阿姨在给我们打菜的时候还是坚持着与学校阿姨一样的“手抖”原则，看着已经在勺的肉，阿姨还是不会如我们的愿，很精准的一抖，便能将肉都抖出去。我们都感慨阿姨这技能简直了得。每天吃饭就是在一盘子的素菜里边翻肉，只要有看到那么一丁点被阿姨忽视而放进碗里的肉就好开心，简直就是幸福一整天了，连训练都变得精神了。

当然既然已经对食堂没有什么感觉了，那存在于宿舍楼底的

小超市就是我们幸福的源泉，只要训练一解散，就直接冲向小超市去买零食，买吃的，通常只要晚那么一点点就由于人太多而挤不进去了。不管怎样，整个军训生活，我们已经是开始在享受了，在珍惜这里的每一天短暂的时光。

一天的训练也还是如此，没有什么很特别的事，都是与昨天相同的训练，相同的惩罚，只是好像今天的惩罚又加重了些，即使感觉自己已经是在拼尽全力在撑着，但是好像就还是不能做到最好，还是会被惩罚。在心里我们都是知道的我们是一个集体，不管谁产生了错误，受罚都还是我们全部人。就算这样，我们还是会更加努力，将每一个动作都尽量做到位，只要努力做好自己，整个集体也是会有更好的时候。

掰着自己的手指头数数，现已经是过去三天了，剩下的日子在多多坚持就可换来一个更加坚韧地自己，不管后面几天的生活有多么的艰苦，只要自己咬咬牙就可以很快过去的。再多多坚持一下下！

第三天的军训，我已经开始在军训中找到了快乐，再苦再累，有教官和同学们陪着，在第三天的下午，我们没有军训，而是一起坐在了广场上学习唱军歌，一首首的军歌，在教官的口中吼了出来，五音不全怕什么，不会唱歌没关系，吼就是了，我们唱了一下午的歌，但是我们也没有那么的累了，虽然学习的过程中，我们也进行了一段时间的训练，但是每次唱完歌，仿佛身上又充满了活力，没有觉得刚才的军训很累了。

不知道是因为身体已经开始适应了，还是真的唱歌可以解乏。反正第三天的军训我觉得很快乐，而不是之前那样愁眉苦脸了，而且在唱歌中，自己的声音在全班听来，却是没有多大，但是一个整体的声音却是让人振奋，和其他班的同学一起对歌，我们班因为男生比较多，所以声音都是比较大的，而且在竞争中也是拿到了第一。

在对歌之余，和其他班比俯卧撑，比扳手腕，在这些活动中，更是体验到了军训的快乐，那种团结在一起，一起喊加油，一起为同学们鼓劲的感觉让我很难忘记。就像歌里面唱的那样，“团结就是力量。”也在这些活动中我们加深了友谊，刚开始的时候，我和同学都不怎么说话，因为不熟悉，但是经过这几天的熟悉，大家一起踢正步，一起站军姿，一起唱歌，一起为同学们加油，我们也相互熟悉了，我也了解了原来同学们来的地方都不同，很多同学来的地方，我都没有听说过地名，还有些同学来的地方是我很想去的，像东北，那位同学也是很热情，教我们学习东北话应该怎么说，那边的风土人情是怎么样的。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选篇三

早上，训练了一会要注意的事项。我们这几天的训练成果就要在今天汇报了。

表演开始了，我们五年级汇报表演的内容是立正，踏步，向左向右转，跑步。上面的评委给我们打分。

这四天的训练终于结束了。短暂而又美好的军训生活就这样悄悄地走了，来不及回首，就这样悄然而逝。虽然军训就这样匆匆地结束了，但昨日的口哨声依然在耳边响起，响亮的军歌还在耳边回荡着，穿上迷彩服的样子依旧浮现在眼前。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。然而军训对我们这些娇生惯养的小孩也是有好处的。

军训最能磨练人的毅力，锻炼人的胆识。我想，这些不都是我们所需要的吗？在平时的训练中，但苦中有乐，非常开心。平时在电视中看阅兵和升旗，军人的表现多么威武啊。正步走得多么好啊。我现在忽然觉得自己是最厉害的，最帅的一个，

我们可以承担上战场的义务和责任了。这七天很快过去了，虽然只有七天，但它使我改变。我变得越来越干练，十分有胆量，与同学间的友谊更进了一步。教官们也十分可爱，他们永远板着脸，但掩盖不了他火热的心。军训激发了我的爱国热情，我有能力也有义务保家卫国。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇四

俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人”，好不容易才等到了军训，军训不仅热也累，却很有价值，也让我们感受到了不一样的乐趣。

有的人从小娇生惯养，好似温室里的花朵，一吹就倒；而军人那钢一样的精神，铁一样的纪律，对他们来说真是天方夜谭了！我们是“少年军校”的学员，就是一个个小军人，我们不比解放军军人，但做到这一点也是应该的。

今天是军训的第三天了，经过这几天的训练，我从中感悟到了不少，其中原地踏步走的练习令我难忘：这动作我们可都练了六年了，我心想：这对咱们可不是小菜一碟吗？可并非我想，随着口号，我们踏着步子，口号依然响亮，但口号响也罢，关键是要走得好，但我们在这方面是欠缺的，一个个缺点冒了出来，步子不依，手臂不直，手没抬高，摇摇摆摆……一大串问题绕着我们打转！怎样才能抵御这些问题呢？只有刻苦练习……终于经过不懈努力，我们的步伐走得整齐且有力，犹如一个检阅方阵，这都是我们xx班团结的结果！

大家都用了九牛二虎之力喊了出去，有几个同学喊得脸都涨红了，可见他们多费力啊！我们xx班用嘹亮的歌声和铿锵有力的拉歌口号，把对方的士气“压”了下去，而我们xx班就愈来愈起劲，眼看xx班就要撑不住了，这时，我又想起了xx班这个大家庭，的确，团结就是力量，我们就是用团结这股劲打

败了对方;也是这股劲让我们默契配合,才使得我们步伐是那么整齐,那么有力,我想,这股劲不仅会用在拉歌上,学习、运动会……都是这样。相信我们xx班只要团结起来一定不错的,一定会勇往直前,迎难而上的!

意志是磨出来的,本领是练出来的。的确,没有耕耘,哪来收获;不经历风雨,怎么见彩虹。军训就是来磨练我们意志的一次考验,让我们领略军人的作风和精神,懂得团结就是力量。我相信我们xx班在“团结就是力量”这首歌的鼓舞下,一定会愈来愈优秀的!

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇五

这次军训,是一次艰辛的旅程。是一次很好磨练意志和锻炼身体机会。对我们这些整天在父母庇护下长大的孩子更是一次难得的机会。

军训这3天,正是台风即将来临的时候,太阳非常猛烈,但是,我们要顶着烈日辛苦训练。抬头、挺胸、直背……教官为了让我们把动作做标准,不厌其烦地要我们做十遍二十遍……尽管在太阳底下站得脚底发麻,渴得喉冒青烟,我们也不能喊累,只有坚强地挺住。军训很苦,有时心里也在打退堂鼓,想着家里的舒适,心中便激起了思乡的涟漪,然后在不知不觉中落泪,那时,真希望自己已经坐上了回家的车。但是,我们想想那些保家卫国的士兵们吧,他们置生死于度外,在比我们更可怕的训练前毫不低头,他们连死都不死,难道我们就这一点小小的困难,也不能克服吗?难道我们被这微不足道的困难吓到了吗?不,我们一定要凭着自己的意志力撑下去!凭借着这种力量,军训,我们闯过来了!

通过这次军训,我们端正了思想,树立不怕苦,不怕累的人生观,磨练了我们的意志力与忍耐力,使我们稚嫩的思想变

得成熟，弱不禁风的身体锻炼得强硬，是我们的组织纪律性得到提高，团队精神得到进一步的加强。

虽然军训很苦也很累，但是军训促使我们在方方面面得到了提高，所以，不论如何苦，如何累，我还是要说一句：谢谢了军训。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇六

在公司领导的正确指导下，在同事们的支持和帮助下很好的履行了工作职责，基本上完成了工作任务。在此，我感谢这段时间公司领导对我的细心教育和同事们给我的及时帮助，让我用不懈的努力在实实在在的工作实践中换回了充实的社会经验和学到的很多知识。

一年来的工作虽然取得了一定成绩，但是离上级领导的要求和保户的期望还有一定差距，还存在一些问题和不足：一是思想意识保守，工作不够大胆和创新，工作虽然到职，但没到位，工作力度不大，工作不够细，思想工作也不到位，组织、协调和沟通不够；二是面对强大的市场竞争压力，有的同志出现畏难情绪，少部分员工有思想惰性，缺乏市场发展前瞻性，主动出击少，被动挨打的多，造成了少部分业务的流失；三是客服的基础工作有一定的差距，如：制度建设、人员配备、工作流程、服务网络和信息支持等都不够；四是服务意识不强、措施不力、服务体系和服务网络不够健全，服务的办法不多，也没什么特色。

随着市场变化和竞争的不断加剧，在今后的工作中，我们将牢牢地把握市场的主动权，加强争夺市场的力度，加快抢占市场的速度，进一步拓展市场。

一是加强思想政治工作，加强学习，认真贯彻执行总公司的

各项方针政策，树立服务的观念、管理的观念。

二是转变思想观念，积极适应股分制改革后新的管理模式和展业模式，继续加强竞争意识和危机意识的教育，加强并运用数据管理，引入激励机制，全面调动员工的积极性和主动性。

三是强化服务意识、完善服务职能，改善服务措施。改变以往传统的服务观念，大胆创新，强化服务的角色定位，采取全方位的服务措施，形成一个具有品牌的特色服务。四是继续加强与公安、交警、教育、卫生等部门的沟通，争取他们的协助，努力提高五小车辆、学平险、校园方责任险、医疗责任险的承保率。

四是强化理赔服务工作。努力提高现场查勘率，采取人性化服务，区别对待，加快理赔速度，提高服务质量，改善外部展业环境。

五是加强培训，提高理赔人员的政治素质、专业素质及综合素质，培训采取近期与长期相结合、理论与实际相结合、内部与外部相结合，力争在短期内大大提高员工的素质，从而提高服务水平。

总之，新的一年，我们面临着新的机遇和挑战，面临的困难很多，工作压力将更大，要求会更高。我们将在上级公司的领导下，以党的十七大精神为指导，牢固树立和落实科学发展观，团结一心，齐心协力，勤奋工作，把各方面的工作做的更好，努力开创保险工作的新局面，为我公司和保险业的发展作出新贡献。

保险感悟及心得体会 学生军训第三天心得体会精选 篇七

我来中国人寿有一段时间了，有了一点微不足道的`小成绩，

本来不值得赞扬，但领导希望我和大家分享一下自己的经验，经验谈不上，我就聊聊我对保险的一点体会吧！这仅仅是我个人体会，仅供大家参考，不对的地方，希望大家谅解！

首先，我觉得如果真想把保险做好、长久地做下去，让自己挣到钱、使自己和自己的家人的生活质量得到改善，就得有打持久战的决心和毅力！如果没有这种决心和毅力，遇到人家的拒绝就想打退堂鼓，那就干脆放弃保险，换个更适合自己的工作！我觉得做保险被拒绝是常态，是非常正常的，不要因此产生挫败感和自卑感。我们可以做个换位思考，我们有时候去逛街、买衣服，我们常常是转上好多家才决定在其中某一家购买，那剩余的不都是被我们拒绝的对象吗？我们几乎每天都在拒绝别人，别人照样过得好好的，别人拒绝我们又有什么大不了的？不要害怕拒绝，每天都要保持相当数量的客户拜访量！

其次，我觉得做保险是一种筛选工作，或者说我们做的是一种“沙里淘金”的工作，我们要大量地、快速地筛选我们的拜访对象，大量地排除那些沙子，尽可能快的找到我们的金粒！一个人要有财力，还要有参保的愿望，才有可能成为我们真正的客户。试想，如果一个家庭一年的毛收入只有2.5万元，而且还有孩子，你怎么能指望他每年拿出近1万元来买保险呢？除非他是疯了！所以，我们在拜访客户时，对于财力不足、收入仅够维持日常生计的客户，就不要多花费时间和精力了！

这就要求我们非常善于观察和分析，争取用最短的时间内判断出对方是否有财力买保险；或者说，对方有财力买什么样的保险，这类保险对他有没有意义。如果有，就继续跟进，如果没有就赶紧放弃，换个目标，这就是筛选工作。我觉得我们做保险，要用20%的时间和精力，排除其中80%的无价值客户；要用80%的时间和精力，跟进其中20%有价值的客户。总而言之，要有所侧重，对无财力、无愿望的无价值客户，要迅速判断，迅速脱离，不要浪费时间和精力！

还有就是，我个人主张做保险，最好不要在亲朋好友中寻找目标，顶多告诉他们一声：我现在做保险呢！想入保险就找我！除此以外，不要再多说一句话！因为如果你向人家推销保险，人家是买还是不买？买吧，也许人家根本不想买；不买吧，你已经开口了，没准儿伤你的面子。如果买了，你很难判断是人家真正想买，还是给你面子，这就对你今后和人家相处造成心理障碍，亲朋好友是要一辈子交往的，是因为血缘关系和感情相投才成为亲朋好友的，如果加入了金钱因素，很有可能使本来单纯简单的关系变得疙疙瘩瘩，那样就太得不偿失了！

最后是我的一点忠告，如果大家有时间参加公司的早会，还是尽量参加的好，因为可以学习各个险种的知识，可以非常清晰、有条理地向客户介绍，以增强客户对我们的信任，促进最终的成交。如果我们对各个险种一知半解，经不住客户的询问，势必降低以后成交的可能性！