

2023年听演讲后感想(优质10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

听演讲后感想篇一

七个来自不同省份的女孩，组成了一个集体，编号为47楼126室，在这里开始了她们四年的大学生活。酸甜苦辣咸，四年的生活五味俱全，多姿多彩。

报道第一天晚上，班里就开了班会，把整个系编排成了一个连，然后再分成几个排，花儿跟舍友们分在了九连三排，这个花儿一生惟一的军队编排。排长们都是西安空军学院的在校生，所以比花儿她们大不了几岁。花儿的排长，一个身材瘦小，皮肤略黑的大三女生。在操场上，排长担起的是教官的责职；在食堂，排长跟大伙一起吃饭；在宿舍，排长跟大伙一起唱歌聊天。排长不仅要负责训练，还要负责花儿她们生活的各个方面。

学校为每个人都发了一身军装，绿色的军衣，军帽，腰带，肩章，那是花儿第一次穿上军衣。还记得发衣服的那个晚上，一回到宿舍，大家都开始试穿自己的军装，左看右看，挺胸抬头，然后接受其他姐妹的赞美，心里美滋滋的，切身体会到了“不爱红装爱武装”的心境。

军训的日子是花儿最规律的生活。早起，出操，吃早饭，训练，午饭，午休，训练，晚饭，有的时候还有晚上的加训，洗漱，睡觉。生活看上去单调，实际上丰富多彩，因为每天的训练都要学习新的东西。那个时候的花儿从来没有对粮食那么的渴求。每次吃饭前，排着队唱着歌去食堂，肚子就已经咕咕叫了，进到食堂还要站在饭菜面前，等待所有人都入

座，连长发令，才可以坐下吃饭。站着等指令的时候，花儿的眼睛就开始扫描桌子上的菜，锁定第一目标，等待发令。那个时候大家都是如饥似渴，开饭指令一发，不到一分钟，桌子上的饭菜就一扫而空，然后每个人抱着碗，开始享受自己的“战利品”。十人一桌，花儿记得是八个菜，总之是不够吃：)刚开始的时候花儿她们还很听话，后来也就开始自己开小灶了。食堂旁边有一个小的清真食堂，每次吃完饭从食堂出来，花儿就跟舍友们跑到那里买牛肉饼吃，不太饿得时候就两个人分一个，实在没吃饱的时候就一个人吃一个。就这样，军训结束，花儿都瘦了将近十斤!军训的伙食，那简直就是“虐待”。不过一个月下来花儿也为体重的减轻而偷着乐，真是爱恨交加啊~~~后来，牛肉饼自然也就成了毕业以后花儿回忆起来垂帘三尺的美食之一。

军训的主体当然是训练，从齐步走，向左向右转，到正步走。九月的西安依然是夏末的炎热，烈日下训练一天回到宿舍，衬衫上都开始渗出白花花的盐渍，衬衫每天都过水洗，可是却不能每天洗澡，洗澡的时间都是提前安排好的，每隔三天，安排一次洗澡时间，那个时候洗澡也变成了一种奢侈。军训过半，花儿渐渐适应了军训的生活。突然有一天下午，训练时花儿觉得头晕，眼前不时地会一片白。可是还有一个多小时训练就要结束，花儿打算坚持到训练结束。但烈日丝毫不同情花儿，终于，花儿坚持不住，腿一软，眼前一片白。后来的事情花儿记不清楚了，看得清东西的时候，花儿已经在阴凉的休息处，周围是排长和几个舍友。简单询问了一下，排长让舍友把花儿送回了宿舍休息。晚上爸妈听说以后就来了学校，陪花儿去校医院检查。发低烧，没什么大碍，回去多休息休息。第二天，她们让花儿留在宿舍休息，可是留在宿舍需要请假，花儿觉得麻烦，就跟大家一起去了操场，坐在休息处看着大家训练。花儿觉得跟大家一起训练原来是那么幸福的事情，那是一个团体，任何人都应该脱离队伍，即使是在旁边看着，花儿觉得也是跟大家在一起，很满足。军训，教会了花儿，何谓团队，何谓团结。

好的开始是成功的一半。虽然军训也留下了不少遗憾，没有参加最后的阅兵仪式，但是军训的过程让花儿从一个温室里的花朵变成了有能力承受风雨的小树，这，也是一种可贵的收获。

九月底，中秋节，连里开了中秋晚会，还记得芬表演了一个舞蹈节目，呵呵，也许美貌开朗的她就是从那个时候成为大家关注的焦点的吧。国庆前夕，为期一个月的军训落下了帷幕，休整一个国庆假期，花儿又要回到学校开始新的生活。

听演讲后感想篇二

还记得四年前的今天，兴致勃勃的，带着一身理想与抱负，踏上了离家的路。第一次出远门，奔赴向往已久的象牙塔。那时是我二姐和我未来的二姐夫一起送我去大学的。经过三个半小时的车程来到了一个全新的城市，泰安市，展现在眼前的全是新鲜感与激动。随后我们又乘坐四路公交来到了泰山学院，一下车出现在眼前的是泰山学院的大门，“泰山学院”四个大字熠熠生辉，看到后无比激动。

再看看校内高楼林立，迎面而来的是雄伟霸气的理工大楼，看着眼前的一景，自己无比的激动与自豪。由于我早来了两天，接站的学哥学姐并不是很多，但是他们都很热情，很快自己的报道手续都办完啦。躺在宽敞的宿舍里憧憬着自己的未来，闭上眼睛享受着大学带来的新鲜刺激。

两天的时间，宿舍人全了，他们都很热情，很正直。我们称兄道弟，相处的很友好。半个月的军训很快结束啦，在此期间，我们都互相了解互相认识，不仅初步感受啦一下大学生生活，而且还结交了很多好同学好朋友。随后便进入了正规的大学生活。

感觉到毕业季真的来临了，不久我们即将各奔东西，随后见面的机会也越来越少啦，朝夕相处三年的舍友即将离开，心

里有无以言表的滋味……还是祝福，离别的祝福，祝福我们舍友前途无量，身体健康，有时间我们一定再相聚。

时间过得好快，像指尖的流水，不知不觉毕业整整一年啦。想想自己过去对未来的憧憬，想想自己毕业时的豪言壮语，再看看现在的工作与生活，相差甚远，无比感伤。毕业后与同学的联系比较少，感觉没有了上学时那种友谊，没有啦学校里那种肆无忌惮的侃侃而谈，感觉陌生了，疏远了。

但是我喜欢经常关注他们的空间动态，了解他们的工作生活信息，有的事业步步高升，有的也和自己一样没有固定的工作，四处漂泊。一年就有如此的差距，更不用说十年二十年。大学一般都十年一聚，那时的差距会越来越大，不想在那时让人瞧不起，那么现在就要努力工作，做好职业规划。

工作一年了，去过的公司也不少，感觉自己的知识都是皮毛，没一点实用性。自己的学历也低，大专到哪家公司几乎都是干车间的料，自己的理想与抱负几乎无法实现，恨自己当时没有努力，就差那么不大30分，就是那么一道题的事，为什么自己那么浮躁，也许这就是人生吧，人的命，但是这纯属自我安慰，世界没有后悔药，停留在过去的人是没用的，要看到自己的现状，努力扭转乾坤，尽量往好处发展，努力做优秀的自己。人生每天都在直播，没有彩排，做好每一天，不为昨天后悔。

听演讲后感想篇三

大家好！

我是一名大一新生，我和我的同学们将要迎接最后的xx天的军训生活。军训是辛苦的，但它却辛苦的.美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀！

的确，军姿站得让人双肩酸痛，双腿麻木，但无需抱怨它的

磨难，它的辛苦，因为人生苦难，哪里会没有曲折没有辛苦。如果不管遇到什么挫折，都能以这样的精神面貌去对待，那么所谓的困难也就不是困难了。

军训确实是一种很有效的教育手段，它在不知不觉中为你的生命铺上重重的底色，让你养成一种良好的生活态度。军训生活对于一名当代大学生来说是短暂的，但它对于鲜活的生命个体而言其影响是远大的。除了练习军姿、敬礼、正步走、齐步走这些基本动作之外，我们也要学习军体格斗等实用性极强的训练，更重要的是我们还要开展军事教育的培训，做到理论与实践相结合。

时间总是在不经意间流走，眨眼间军训的日子已经过去一大半，静下心来想想，当初的艰辛已经熬过，迎接我们的将又是一个崭新的明天，军训让我们的毅力变得更加坚强，只要坚持，一切困难也不再害怕。

军训是辛苦的，这点无可置疑，夏日下，皮肤被太阳晒的发痛，在一遍遍基本动作的训练中手脚麻痹了，肌肉酸痛了。虽然辛苦，但我们还是感到快乐，因为我们相信这是破茧而出前的黑暗。军训让我们得到了身体的锻炼和精神的锤炼，我们得到的很多很多，受益终身！

“不经历风雨怎能见彩虹。”这是一句为人熟知的歌词，我们坚信军训将是我们大学生活中最美的一段插曲。

谢谢大家！

听演讲后感想篇四

大家好！

我是初一9班的_。

首先我代表20_级全体新生，向即将与我们共度军训时光、为我们的训练付出巨大辛苦的教官们致以崇高的敬意和深深的感谢！

军训可以培养我们宽广博爱的胸怀，艰苦奋斗的作风。这些优秀品质，对我们的学校生活乃至一生都会产生积极的影响。

然而，军训对我们来说，也是一种挑战。军训，将带领我们，同烈日作伴，与汗水为友；阳光下的大汗淋漓，是我们接受考验的开始。军训虽苦，但相信同学们已做好了吃苦的思想准备，因为我们有一种信念，那就是——我能行！

1：始终保持饱满的热情，有充分的思想准备，并以积极乐观的态度克服一切困难。

2：一切行动听指挥，不怕苦，不怕累，养成严守纪律，恪守条规的良好习惯。

3：同学之间团结友爱，互相帮助，主动关心他人。

4. 勤奋学习，掌握必要的军事技能和国防知识，以最佳的精神面貌圆满完成军训任务。

同学们，骄阳下，我们已经做好了准备。请各位领导、教官、老师看我们的行动吧！

我的发言完毕，谢谢！

听演讲后感想篇五

大家好！

盼星星，盼月亮，我们最爱的暑假就这样盼来了，我终于可以放下沉重的书包，扔下考试的紧张，尽情地玩耍。暑假期

间，天气越来越热，火辣辣的太阳晒着大地，好像要把所有东西烤焦似的。

暑假的第一天，爸爸就帮我弄了一个“暑假每日作息表”。虽然是暑假，但一定会有作业。俗话说得好：“先苦后甜”。只要我快点把作业做完，还愁不能痛痛快快地玩吗？所以我要抓紧时间，赶快完成作业，于是我认真按照作息计划，一丝不苟地完成安排内容，劳逸结合，张弛有度，暑假的每一天都让我十分充实。

学习贵在坚持，对于玩我也十分在行。完成了一天的学习任务，我迫不及待地去把珠光粉、小珍珠、胶水……拿出来，做了一个爱心形状的史莱姆，戳起来黏糊黏糊的，感觉学习的累一下子就消失不见了！

学习的形式多种多样，闲暇时候我开始看书，我最喜欢读《亲爱的汉修先生》、《佐贺的超级阿嬷》、《猪仔头温暖之旅》……因为读书可以开阔视野，增加知识。我也喜欢读《西游记》，孙悟空神通广大，火眼金睛，打败了许多的妖怪，成功保护唐僧去西天取得真经。

学习知识是我们的根本任务，但得有一个好身体才能让学习事半功倍。每天晚饭后，爸爸妈妈带我去公园散步、锻炼、做游戏，一家人其乐融融，好不惬意。

美妙的暑假还在持续着……

每天都多姿多彩，我过了一个愉快、充实、有意义的暑假，读到了许多有意义的书，增加了许多的知识。

谢谢大家！

听演讲后感想篇六

军训，是告别小学阶段的仪式；军训，是迎接中学生活的洗礼。军训，是一次难以忘怀的体验。本站小编为大家整理了初一新生关于军训感想的演讲稿3篇，欢迎大家阅读。

前几日，我校举行了一次为期3天的军训活动！要求是每人必须参加，除非有些特殊原因，说是为丰富我们的假期生活。写到这里，不禁感叹一番——我们着实还小，需要照顾！

当然，我是乐意参加的！不过却苦了那些皇帝公主们咯！每每看到他们因受不了而倒下时，每每看到他们见到父母时哭喊的表情时，每每看到他们由于不听命令而受到惩罚，眼中那无辜且无奈的神情，着实令人心寒不已啊！但转念一想，他们是该受受苦了！平时念书就是专车接送，吃的都是鲍参翅肚，住的也都是阿房宫，穿的都是黄袍！以至于都想去吃苦受罪！就像那些在假期间，开车去农村体验生活的人，就喜欢做这种促进经济发展的好事啊！

不过他们当中，也不乏一些汉子啊！虽然顶不住了，却也量力而为！try their bests！赢得一阵好评！像三班的樊欢欢同学，用“轰”的一声加俩颗牙得到大于其本身价值的关怀与掌声！但令我不解的是，也换来了指责声，是老师们与教育基地负责人的！他们异口同声说，要量力而为，不行就请假嘛！这样太危险了！是啊！揠苗助长不好！身体素质与意志的锻炼是个长久的大计划，不可搞突击，而且全面突击！这样的话，一些没防备的，在安乐窝里的及容易受伤！

但有饭就有正，既然有恨军训的挨不了苦的，也就不乏像我这样喜欢接受挑战的。恰巧，与我同一寝室的兄弟都志同道合，在我们的共同努力下，我们赢得了“优秀寝室”的称号！与此同时，我们与教官也结下了深厚的友谊！于是，在我们洒泪与教官，与教育基地，与军训生活告别后一天！我们稍作调整，又驱车前往！

开始我们与教官谈笑风声，快活得很！但之后却被某位高级教官斥走，并扬言要处罚教官！幸好后来，他收回了成命，但我们恐怕以后很难再见教官一面！

虽然恨可惜，但也没什么好抱怨，因为我们去看教官没错，那位高级教官也没错，只是制度有些问题！再说，天下无不散之筵席，且海内存知己，天涯若比邻嘛！

就这样，短暂，美好，充满笑与泪的军训结束了！

今天是军训第六天了，也有可能是我们七年级军训的最后一天了，因为我们教导主任说明天我们要会操会操就是学校的领导和教官的教官检查我们这6天的军训效果，如果我们做的好的话可以早放假哦。

今天开始军训时天气阴沉沉的，但还不是要下雨，很适合我们的军训，所以就在开始的时候就让我们多站了一会军姿，但是我们已经适应了军训生活，所以没有晕倒的或呕吐的，教导主任在广播里充分的夸奖了我们，说我们意志力很强。所以我們都很认真，但是有个别班的个别同学不自觉，说话，结果被我们教官罚练姿势。好玩极了，教官让他们做俯卧撑的姿势，但不要趴下，一直维持这个姿势，可是逗死我们了，教官还不许我们笑，可他自己却跑到一边笑，样子也很搞笑哦。

今天上午的训练我们班很轻松，为什么呢？因为我们教官说明天的会操对我们来说最有难度的是原地踏步，所以就练我们脚步的团结性，他自己说一遍“121”然后我们自己在心里默念“121”，并一边原地踏步。我们班总是很整齐，所以我们就总休息，而他们别的班却总有几个冒泡的（教官对不协调的学生的叫法）所以我们就给他们做示范，示范完了就休息，所以上午的训练在精力很充沛的精神中结束了。

总之，通过这几天的军训生活，我觉得自己的意志力强了，

不再有依赖感，我现在认为军训并不是很可怕，只要你认真去做，就一定不会白费功夫，等到军训结束时自己就会有感触。

军训是每个人升入初中的第一课，你要是做好了，说明你自己已经学好了第一课，在这里，希望大家能好好学习，天天向上!!加油!

前几日，我校举行了一次为期3天的军训活动!要求是每人必须参加，除非有些特殊原因，说是为丰富我们的假期生活。写到这里，不禁感叹一番——我们着实还小，需要照顾!

当然，我是乐意参加的!不过却苦了那些皇帝公主们咯!每每看到他们因受不了而倒下时，每每看到他们见到父母时哭喊的表情时，每每看到他们由于不听命令而受到惩罚，眼中那无辜且无奈的神情，着实令人心寒不已啊!但转念一想，他们是该受受苦了!平时念书就是专车接送，吃的都是鲍参翅肚，住的也都是阿房宫，穿的都是黄袍!以至于都想去吃苦受罪!就像那些在假期间，开车去农村体验生活的人，就喜欢做这种促进经济发展的好事啊!

不过他们当中，也不乏一些汉子啊!虽然顶不住了，却也量力而为□try their bests!赢得一阵好评!像三班的樊欢欢同学，用“轰”的一声加俩颗牙得到大于其本身价值的关怀与掌声!但令我不解的是，也换来了指责声，是老师们与教育基地负责人的!他们异口同声说，要量力而为，不行就请假嘛!这样太危险了!是啊!揠苗助长不好!身体素质与意志的锻炼是个长久的大计划，不可搞突击，而且全面突击!这样的话，一些没防备的，在安乐窝里的及容易受伤!

但有饭就有正，既然有恨军训的挨不了苦的，也就不乏像我这样喜欢接受挑战的。恰巧，与我同一寝室的兄弟都志同道合，在我们的共同努力下，我们赢得了“优秀寝室”的称号!与此同时，我们与教官也结下了深厚的友谊!于是，在我们洒

泪与教官，与教育基地，与军训生活告别后一天！我们稍作调整，又驱车前往！

开始我们与教官谈笑风声，快活得很！但之后却被某位高级教官斥走，并扬言要处罚教官！幸好后来，他收回了成命，但我们恐怕以后很难再见教官一面！

虽然恨可惜，但也没什么好抱怨，因为我们去看教官没错，那位高级教官也没错，只是制度有些问题！再说，天下无不散之筵席，且海内存知己，天涯若比邻嘛！

就这样，短暂，美好，充满笑与泪的军训结束了！

听演讲后感想篇七

大家好！

军训教会了我很多，每一次的训练都让我慢慢成长。一次次的小碎步，跺地踏出的声响，我觉得并不是简单整齐划一的声音，而是我们的精神面貌，我明白人要活出精气神，一次次的踢正步，大腿所带来的酸痛感，脚跟所带来的触地感，如同一丝丝电流刺进我的脑海之中，我学会了坚持。

虽然军训很苦，但是让我收获到了许多东西，我们经过军训的洗礼，如约而至地成长。感恩所有为我们付出的人。

军人的使命就是服从命令。这次军训，让我懂得了什么是无规矩不成方圆，因为做的每一件事都有要求。军训的第一天，带着未知与好奇去，军训的最后一天，带满感恩与技能归。还有太多太多的人或事带给我深刻的感受，教官一次又一次耐心的教导，同学们深厚的情谊，这些在军训之中都表现得淋漓尽致。

军训如灯，照亮我于狂风暴雨时的困境；军训如棘，鞭策我于慵慵懒怠时的努力。

军训，磨练我们的意志。一上午的烈日炎炎我们没有放弃，下午我们冒雨训练，这些都不会影响我们的信念，我们尽自己的努力做到。而且教官认真教我们每一个人每一个动作，严谨而规范，这让我们更想要做的更好。紧张严肃的训练，常使我们累得气喘吁吁，汗流浹背，但此时的我们却是幸福的，因为我们在不断的收获，收获人生那份坚忍不屈，团结向上的美好品德。

谢谢大家！

听演讲后感想篇八

教师的职业幸福是一种感受，它是教师个人价值观的体现。在物欲横流的世界，教师追求职业幸福的脚步当朝着精神“行走”。或许大学生的人生价值和理想是为了西部的贫困孩子受到教育，为了西部的开发、发展，他很苦但奉献着、快乐着、幸福着；而南方老板的人生价值却是低成本、短时间、高利润，可能为“钱”活着，所以很富很累，腰缠万贯而永不满足，于是他很不幸福。教师这个职业的本身就是“燃烧自己照亮别人”，有了这种蜡烛、春蚕般的价值观、人生观、幸福观，就能“一意孤行”地干好自己的工作；就会真心对学生，走进“激情燃烧的岁月”；就会用心灵点燃心灵；就会固守这份职业，坚守这份信念，并绽放出许多精彩与豪迈。

要懂得享受课堂。课堂是教师生命最重要的舞台，一个懂得享受上课的人，课堂便自然会成为其享受幸福的重要舞台，营造一个充满生命活力的课堂，和学生一起痛苦、一起欢乐，你就会少了许多教学的焦虑和烦恼。要懂得享受学生。教师职业幸福感最重要的源泉一定是学生的成功和他们对你的真情回报，影响教师职业幸福感的许多不利因素都可以从学生对教师的尊重、理解、感激中得到弥补。但要让学生感恩你，

你就必须学会感恩学生、呵护学生、尊重学生，真正做到这点并不容易，但如果你只知道权威，那也许你会离幸福更远。幸福不仅仅来自工作，更来自生活。家人、朋友、闲情、雅趣是幸福生活不可或缺的。也许手头钱是有点紧，但还得学会舍得用杯水车薪中的一水一木去买些喜欢的书、买件心仪的衣服，和家人、朋友一起去聚个会、旅趟游。开朗、豁达的生活态度、自觉高雅的生活情趣很重要。要懂得研究教学。把教学工作看做是一种简单的重复，那必然厌倦，也无言幸福。应把研究教材、教学当成提高自己素质的必走之路，应把教学作为自己实现人生价值的一个体现。要对自己要合理定位，科学、合理、符合自己最近发展区、又不断在动态变化提升的目标是自我价值实现的重要前提，不断的自我价值实现是人不断前进的不竭“内驱力”。过高的目标定位容易让人因体验不到经常的成功而沮伤。

其实，教师的职业幸福是一种心态和状态，也是信念与追求的体现。教师是精神的“传道士”，必须拥有好的心态面对工作和社会，这与我们的幸福“鱼水情深”。心态决定状态，有了好心态就有了好心情，心情是可以传递的，教师是爱的事业，有了好心情，就能笑对生活，就能爱每一个学生，同他们“打成一片”，非常专一的构建和谐师生关系，就能通过言传身教让学生陶醉，接受情感的洗礼、引导和激励。况且，有了好心态，就会少些烦恼多些快乐，少些狭隘多些豁达，就会视教师为一种艺术，在忙碌之中、创造之中收获更多的幸福，乐此不疲虽苦犹甜。我认为，当我们教师的劳动被他人、社会认可时，必然会带来无比的快乐，会被幸福紧紧“包裹”。

我想，教师的职业幸福就是来源于平凡、忙碌而又充实的每一天。这也许正是所谓天长地久的幸福吧！那么，我也会说我爱教师这个职业，我也会为教师这个光荣的职业贡献毕生的精力。

听演讲后感想篇九

大家好！

在我的期待中，暑假生活终于开始了！在这个暑假中，我体验到了父母平常工作中的辛苦，也体验到了劳动的快乐。

去年我参加了__都市报举办的卖宝、换宝活动，觉得挺有意义的，所以经过和父母的商量决定：今年在我们小区卖掉自己家中的旧物。

__月__日中午是我第一在小区里摆摊，早上我和奶奶提上了我们的“宝贝”出发了。外面的阳光格外明媚，我们的心情也格外的兴奋。虽然第一天我一分钱也没有挣，但是奶奶很开心，我也体会到了父母工作中的辛苦。下午我又和奶奶去摆摊，经过了2个小时左右我挣了十三块钱。后面的几天我的经验越来越丰富，挣的钱也越来越多。而且现在小区里也有许多人认识我了，也有了许多“老顾客”。

我觉得摆摊卖旧物挺好的，既可以锻炼我的自立能力，又可以将旧物循环利用，我挣来的钱还可以在来买学习用具和书等，等我看完后又可以低价卖给别人，这样既可以减少二氧化碳的排放，又可以让别人买到物美价廉的物品。

我觉得我这个暑假过的十分有意义，我喜欢我的暑假生活！

谢谢大家！

听演讲后感想篇十

你们好！

一年前，我们带着对美好理想的憧憬和渴望，来到了美丽的x大学，走进了神圣的大学殿堂。一年后，在这秋高气爽，丹

桂飘香的时节，我们又迎来了人生中的一次重要考验。在未来的两周内我们将以军人的情怀，军人的姿态去践行青春的誓言，去体验生命的精彩。并在祖国华诞之际，以这样的方式向祖国母亲献上祝福！

军训，是大学校园里最重要的一课，是人生中最美好的回忆，它将教会我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训不仅仅是对身体、意志的考验，更是心灵、情感的净化，精神与人格的升华。会让我们经历平常难以经历的艰辛，获取在教室里无法获取的知识，充分体验火热军营带给我们的酸甜苦辣。

一. 遵守纪律，服从领导；

二. 敢于吃苦，认真训练；

三. 团结友爱，互帮互助；

四. 公平竞争，争先创优；

五. 文明礼貌，尊敬师长；

六. 意志坚定，不当逃兵。

希望全体参训学员用顽强的意志，用敢于吃苦、勇于拼搏的精神，圆满完成军训任务。

我们将珍惜这次军训的宝贵经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。我们将把在军训期间养成的良好品德、作风带到今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学习，刻苦锻炼，遵纪守法，自强不息，力争在新的起跑线上永争第一，做新时代的高素质大学生。

最后，预祝本次军训圆满成功!谢谢大家!