

2023年警察训练心得体会 警察训心得体会 (优秀8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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。

警察训练心得体会篇一

警察训练是一项旨在提高警察素质和能力的重要工作，在这个过程中，警察们接受了各种各样的训练，包括体能训练、心理素质训练、技能训练等等。通过这些训练，警察们能够更好地应对复杂的工作环境和任务要求。在我参加警察训练的过程中，我深深地感受到了训练的必要性和重要性，并从中获得了很多宝贵的体会和心得。以下是我在警察训练中的五个方面的体会和心得，希望能与大家分享。

首先，体能训练是警察训练的基础。在警察的工作中，良好的体能是必需的，因为警察需要面对不同的工作环境和不同的任务。通过长时间的跑步，负重行走，体能训练的目的在于增强警察的体力和耐力，使其能够更好地应对各种紧张的工作场景。在体能训练中，我深刻认识到惰性是人类的天敌，只有坚持不懈地训练和锻炼，才能不断提高自己的体能水平。

其次，在心理素质训练中，我学到了如何在紧张的环境下保持冷静。警察的工作经常会遇到危险和紧急情况，因此警察需要具备良好的心理素质才能更好地应对各种挑战。在训练中，我们通过模拟真实情境进行角色扮演，并要求在压力下保持冷静和清醒的思考能力。这种训练不仅提高了我的应变能力，还让我学会了控制情绪和保持镇定。

第三，技能训练是成为一名合格警察的关键。警察需要掌握各种丰富多样的执法技能，包括射击、搜查、拘捕等等。这些技能的熟练运用不仅需要长时间的练习，还需要不断地学习和提高。在技能训练中，我发现只有不断地模拟实战和反复训练，才能真正地掌握执法技能，提高应对各种突发情况的能力。

第四，团队合作是警察训练中不可或缺的一部分。在警察工作中，很少有单独行动的机会，因此团队合作是至关重要的。在训练中，我们进行了很多团队合作的练习，例如战术演练、反恐演练等等。通过这些练习，我们学会了如何相互协作、相互信任，并在紧张的环境中实现有效的沟通和配合。团队合作不仅能够提高工作效率，还能增加工作的安全性。

最后，警察训练教会了我责任和使命感。作为一名警察，维护社会的安全和秩序是我们的使命，而警察训练正是为了让我们更好地履行这一使命。通过训练，我深刻体会到了警察的责任和使命感，明白了自己的工作对于社会的重要性。训练不仅仅是提高素质和能力，更是培养警察的使命感和责任感。

总的来说，警察训练是一项全面的工作，通过体能训练、心理素质训练、技能训练等多方面的训练，警察们能够更好地应对工作的挑战和任务要求。在我的警察训练中，我获得了很多宝贵的体会和心得，包括锻炼体能、保持冷静、熟练执法技能、团队合作和责任感等方面。这些体会和心得将伴随着我成为一名合格的警察，为社会的安全和秩序做出自己的贡献。

警察训练心得体会篇二

通过本次部署开展的教育培训活动，我深刻领会作为一名交协警所肩负的责任与使命。做为一名参加此次培训的交协警，我在此次全市公安机关开展的“教育培训”活动中，受益匪

浅。通过此次培训，我对交协警这份职业有了新的认识，交警队伍面临许多挑战，交警职业道德建设面临着严峻的考验，此次培训在一定程度上改善了交警形象，提高了交警队伍的整体素质，建立了科学的职业道德建设体系。引导树立了以人为本的良好风尚，抓思想、抓教育，苦练基本功，全面提高了交警队伍的职业道德水准、牢固树立了全心全意为人民服务的宗旨，以下谈谈我的一些心得体会。

一、对交通协管员职业的认识

交警是一个幸苦而又神圣的职业，为一个地方的交通安全保驾护航，保障了交通运输的畅通无阻，为地方经济的发展做出积极的贡献。交警特别是一线民警工作量大，工作环境差，工作特别辛苦，经常是没日没夜的加班加点工作。特别是一些乡镇交警中队，地处偏远，工作辛苦。我作为一名协管员，深爱这自己的这份工作，也早已做好了不怕苦累的准备。在工作中我坚持忠诚、敬业、奉献、自律、进取的职业道德，养成良好的学习习惯，树立远大志向，自觉反省不足，踏踏实实工作，树立正确的执法理念，用正确的执法理念武装民警的头脑。要组织加强政治学习，牢固树立“立警为公、执法为民”的思想理念，坚持权为民所用、情为民所系、利为民所谋，树立以人为本、以民为本的思想，搞清楚交警为谁执法、为谁服务的问题，不断提高自身业务水平和职业道德。

二、如何做名合格的、优秀的交通协管员

一是要树立坚定共产主义信念。一个人世界观、人生观和价值观的形成与自己对客观事物的思维趋向和对客观事物的反应密切相关。因此，作为一名共产党员要树立正确的世界观、人生观和价值观，必须坚定共产主义信念，始终坚持全心全意为人民服务的根本宗旨。公安机关的人民警察来自人民，人民警察的权力是人民赋予的。因此，我们必须全心全意为人民服务。勤政为民、真抓实干，密切联系群众的根本要求。

要增强事业心和责任心兢兢业业地做好工作。杜绝公安机关对群众“冷、硬、横、推”甚至侵犯人民群众利益的现象；杜绝“门难进、脸难看、事难办、话难说”的四难现象。二是要加强自身的思想纪律建设，严格自律为警清廉。

只要我们的每一位同志都明确了自己所从事的事业应当代表人民的根本利益，并且切切实实地为这个信仰去奋斗，那么就不可能有一己私利而违法违纪的行为发生；我们党的吏治清明了，也就不可能有那些别有用心的人削尖脑袋向党组织里钻。因为为人民利益舍弃个人利益的“亏本买卖”是只有那些真正的共产党人才会去做的，投机分子是不会那么“傻”的。三是要规范的生活纪律。要把我们的集体建设成一支有凝聚力、有战斗力的队伍，就必须做好对公安机关中每一位成员的约束和管理。这种约束和管理不仅仅在于八小时之内的纪律要求，更要延伸到大家的生活之中。我们一定要将有关内务管理条例、规定落到实处，做到不出入营业性酒吧、歌舞厅，坚决与黄赌毒等社会丑恶活动作斗争。

四是要认真学习政治理论和公安业务知识，不断丰富和完善自身的知识结构，努力提高我们的思想觉悟和政治理论水平。由于在学院真学马列主义、毛泽东思想、邓小平理论，学习了党的基本理论、基本路线、基本政策，自觉实践“三个代表”重要思想，熟知“八荣八耻”的道德观念，坚持全心全意为人民服务的宗旨和事实求是的思想路线。政治信念坚定，政治敏锐性强，在关键时刻和重大政治原则问题上，立场坚定，是非分明，政治上、思想上、行动上同党中央高度保持一致，依法行政，秉公办事，开拓进取，乐于奉献，为人诚恳，公道正派，清正廉洁，言行一致，光明磊落，团结同志，尊敬民警，密切联系群众，深受派出所广大干警和人民群众的好评和拥护。五是要处理好工学关系，及时了解掌握党的路线、方针、政策和上级公安机关的各项工作部署，以及各地的工作情况和成功经验，注意吸取和积累相关的业务知识，深入基层和通过各种渠道和民警一起开展研究，在实践中不断充实和完善自身的知识结构，做到工作和学习两不误，两

促进，做到理论联系实际，将所学理论运用到实际行动中去。

三、培训感想

在此次培训中，培训内容上，重点组织协警学习了《中华人民共和国道路交通安全法》、《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》、《中华人民共和国人民警察法》、《公安机关办理行政案件程序规定》、《交通警察道路执勤执法工作规范》、《道路交通安全违法行为处理程序规定》、《公安机关人民警察内务条例》、《公安机关人民警察纪律条令》等法律法规，使协警对工作过程中的相关法律法规、业务技能、管理规范等做到全面掌握，不断提高自身综合素质。同时从着装、仪容、举止、行为、礼节等最基本的细节抓起，使协警做到举止端庄，形象良好，在工作过程中严格要求协警文明用语，讲究语言的规范化，让良好的形象和规范的语言渗透到工作的每一个环节，以赢得群众的最尊和信赖。通过协警教育培训，提升了协警队伍素质和形象。

警察训练心得体会篇三

当前社会的治安环境越来越不稳定，各种犯罪事件层出不穷，对于一个国家来说，维护社会治安是极为重要的任务。而在这个任务的履行中，警察是重要的力量支撑。作为新警察，我有幸加入这个团队，获得了宝贵的锻炼机会，下面就与您分享一下这段时光里我的心得体会。

第二段：透析入行初期的挑战

入行初期面对陌生的工作环境和工作任务，我深感挑战的背后隐藏着机遇的宝藏。首先是自我调整的问题，适应警察工作的方式方法，必须调整好心态，持之以恒地才能硬挺下去。第二是身心的费力，为了更好地履行工作任务，必须时刻保持着精神的敏锐和体力的强健，带着坚毅的信念，与时俱进，时刻迈步向前。

第三段：摆正工作态度的重要性

面对各种犯罪事件，我们必须具备正确认识，不仅要了解相关法律法规，更要积极摆正工作态度，制定明确的工作计划，提高信息收集分析的能力，找出作案的底线，推进案件的侦破和取证工作，使犯罪分子不得喘息的余地，将下手人绳之以法，还大众一个犯罪清明的态度。

第四段：提升能力素质的不断追求

随着时代的进步和社会的发展，对于警察的要求也越来越高。职业过程中总需要不断修学成长，提升技能和素质，现代警察必须具备专业知识，流利掌握多种语言，有较强的沟通能力和组织领导能力，还要养成阅读法律文献的习惯，不断追求自我提升，才能更好地适应职业需要。

第五段：对职业生涯的展望

通过日常的工作实践，我不仅深入了解了警察的责任和使命，同时增强了自己的自信和耐性，给我的职业生涯打下了坚实的基础。这个职业需要奉献与牺牲，也需要才华与勇气，作为一个新警察，我会认真总结工作中的经验，不断提升自己，迎接这个职业带给我们的挑战和机遇，努力为社会治安做出自己的贡献。

结尾：

警察是社会的守护者和捍卫者，这个职业不仅是传承，也是坚守和创新，作为新一代警察，我们的担当和使命更加重大，我们会不断努力，追求职业更高的精益求精。再次感谢社会和领导对警察工作的大力支持，也期盼志同道合者的加入，一同防范犯罪，保护社会的和平和稳定。

警察训练心得体会篇四

一、掌握原则，严格纪律。

此次军训学员基本是公司的干部和后备干部，由于平时缺少运动和锻炼，整体体质较差，又逢高温天气，这对学员都是一种无形的考验。在整个军训期间，按训练科目的安排，采取军事训练与军事理论教学，室内与室外相结合的方式，实行劳逸结合。一是注重抓作风、纪律培养。依据各项管理手段，加强了学员们的队列作风，增强了学员们的组织纪律观念，培养了学员们“一切行动听指挥”的意识，达到训管结合，培养作风的目的。二是建立了学员军训考勤表。每天出操前进行点名，登记出勤情况，没有特殊情况不得请假。从训练到日常管理，教官们都严格按照军训的要求办事，上面要求做的就坚决做好，不符合要求的事坚决不做，增强了学员们的时间观念。三是严格训练场的管理。从军训的第一天开始，不管是在训练中还是在休息期间，不管是晴天还是雨天，都严格要求，做到准时出操、准时训练、准时休息、准时收操。

二、科学施训，加强管理。

队列训练强调的是个人与集体的步调一致，企业同样需要个人与集体的统一。队列中一个成员的步伐错误会影响队列的整齐，而企业中一名员工的失误同样会影响一个部门乃至公司的效能。通过开展拉练、徒步行进、看战争片等各项活动，让学员们对团结这个词语有了更深的认识与理解。自军训以来，大家深刻地感受到军队生活的快乐与艰辛，意识到军事训练的重要性，认识到国防力量对国家安全和社会稳定的重要性，这次军训锻炼了大家的意志和毅力。有个学员是这样总结军训的：军训把我从以前懒散生活中改变过来，使我的生活变得紧张而充实。军人有一种让人无法比拟的自信：那立定时的昂首挺胸，那齐步走时的挥臂有力，那正步走时的雄姿英发等等，每一样都显示了军人的自信。自信--不仅是军人应该有的品质，我们的人生道路中也应该有自信。我相

信经过这次军训，我的性格会变得更加坚毅，我的人生将变得更加自信。军训最后，在拉练途中，学员们纷纷表态：团队的有效管理，源于每个成员的努力，军训锻炼了大家的团队意识。他们表示：发扬军训精神，把军训中培养出来的组织纪律性和吃苦耐劳精神带到日常工作中去，要把鹰一样的个人和雁一样的团队结合起来，通过大家的不懈努力，把日升锻造成一支善于打硬仗、顽强拼搏、纪律严明的团队，以崭新的精神风貌迎接未来挑战。

三、存在的不足。

1、有个别员工团队意识依然不强，有公开与教官争吵现象。公然叫嚣：要罚你罚好了，无所谓。

2、个别学员思想不够重视，吃苦精神不够强，存在怕苦怕累的思想。

警察军训心得体会（篇3）

警察训练心得体会篇五

第一段：介绍新警察的背景和重要性（字数：120）

作为一名新警察，在法律和秩序的维护中扮演着重要的角色。当今社会，犯罪活动日益猖獗，需要更多的新警察来保护社会的安宁与和谐。作为新警察，我们肩负着巨大的责任和义务，我们的工作需要高度的责任心和职业道德，并且要细心、果断、公正地执行工作。在实践中，我积累了一些宝贵的心得体会，想与大家分享。

第二段：与人为善的意义（字数：240）

作为新警察，接触到各种各样的人是很常见的。有时候，我们会遇到处于困境中的人，他们可能因为一时的冲动或错误的判断而参与犯罪。而在这些时候，与人为善是协助他们回归正轨的关键。我记得有一次，我遇到了一位曾经犯罪的年轻人。虽然他犯了一个错误，但我并没有将他完全视为罪犯，而是努力理解他背后的原因。通过和他的交流，我发现他曾经受到了一些家庭问题的困扰，使得他走上了歧途。我向他详细解释了他的行为对自己和他人造成的影响，并鼓励他寻求改变。最终，他决定接受帮助，并积极投入到一项社区活动中。通过这次经历，我明白了与人为善不仅可以帮助他人，同时也有可能改变他人的人生。

第三段：保持警惕和应对逆境的重要性（字数：240）

作为新警察，我们需要时刻保持警惕，因为我们时刻面临着未知与风险的挑战。在执行任务的过程中，我曾经遭遇过一次严重的逆境。当时，我被派往处理一起被劫持人质的事件。情况非常紧急，我需要快速、准确地做出决策。面对凶狠的劫匪，我的心情紧张又充满了压力，但我保持冷静，并正确地运用了我在训练中学到的技能和知识。在处理过程中，我密切关注劫匪的动态，迅速制定了相应的行动方案，并且成功解救了人质。从这次经历中，我深刻地认识到在逆境中保持警惕和随机应变的重要性，这让我更加坚定了自己做一名新警察的决心。

第四段：沟通能力的重要性（字数：240）

作为警察，良好的沟通能力对于与当事人、同事以及社区的交流非常重要。通过有效的沟通，我们能够更好地了解案件的情况，同时也能够为当事人提供更好的帮助。我经常与市民接触，通过倾听他们的需求和问题，我能够更好地为他们解决困扰。通过沟通和理解，我能够迅速地建立起信任感，让他们愿意与我配合并提供重要证据。此外，良好的沟通还有助于我们与同事之间建立互助与合作的关系，形成一个更

加强大的团队。因此，充分发展和提高沟通技巧是我作为新警察永恒的追求。

第五段：反思与自我提升（字数：240）

作为新警察，我每天都在积极地反思自己的表现和经验。通过回顾自己的工作，我能够发现不足和提高的空间，并尽最大努力去改进。此外，我也积极参加培训和学习机会，不断学习新的知识和技能，以适应社会的快速发展和需求的变化。通过自我反思和自我提升，我相信我能够更好地执行我作为一名新警察的职责，并为社会的和谐和秩序做出更大的贡献。

总结：

作为一名新警察，我意识到在与人为善、保持警惕和应对逆境、发展沟通技能以及不断反思和自我提升等方面的重要性。我将继续努力学习和成长，履行好我的职责，为社会的安全和秩序做出更大贡献。我相信，随着时间的推移，我会日益成熟和经验丰富，成为一名备受尊敬的警察。

警察训练心得体会篇六

抓住了冬天的尾巴，跟随着初春的脚步，我们来到了淄博警察培训基地，掀开了我们新警培训新篇章的第一页。初来乍到，对这里的一花一草，一水一木，都倍感新奇。随之，紧张而又忙碌的生活即将上演。在这里，我们将为了超越自我而迎接挑战；在这里，我们将为了同一个梦想而奋力拼搏。

在这里，我们培养了一份团队精神和超越自我的情感。为期半月的军训如火如荼的拉开了帷幕。开始时让我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，训练场、宿舍、餐厅三点一线的生活感觉又仿佛重回大学时代，再次感悟了那些年我们一起追逐的青春年华。而后，感受更多的是却是留恋与不舍。回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，

苦在站军姿时累酸的腰间，但我们坚持了下来，因为信念是人生征途中的一颗明珠，既能在阳光下熠熠发亮，也能在黑夜里闪闪发光。

纵使坚毅在累酸的腰间不断堆集，但最终将会战胜恐惧、懒惰与放弃的念头。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，是耐力、坚毅、勇敢、不屈，更是团队精神和分享的快乐。从大家整齐的脚步声、稍息立正和慷慨激昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐；从铿锵的军歌中，我体会了奋进的快乐；当我们和其他队一同拉歌时，我们又感受到了集体如大家庭般的温暖。我们的教官在训练时严厉、注重纪律、精益求精，纵然喉咙已沙哑，还是有力地喊着训练口号；但同时却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时，他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

在这里，我们拥有了一份由体验激发的情感。

人的大脑和肢体一样，多用则灵，不用则废，如果生活安闲了，瑰丽的青春也消逝了。接下来的理论和实战技能培训也开展起来，为我们稍欠匮乏的大脑着实补充了能量。在这里，我们学会了欣赏。欣赏对面火车疾驰呼啸而过的声音之美；欣赏下午“暗香浮动月黄昏”的图画之美；欣赏十米高空挑战自我的勇敢之美；欣赏比赛胜利相拥欢呼的成功之美；欣赏夜晚星空点点繁星簇拥明月的灵动之美。在第一次射击时的胆怯，在第一次置身于十米高空作业时的恐惧，在第一次控制解脱课的前扑时的面露难色，所有这一切都将幻化成一股拼搏的力量，支撑着我们迎面从未有过的挑战。失败，对强者是逗号，对弱者则是句号。一次失败，再一次尝试；两次失败，多次尝试。在尝试中我们学会了坚韧，学会了不抛弃、不放弃，在生活中演绎着真实的许三多精神。这样的成功才是由体验所激发的情感幻化而来的，才是我们靠相信自己并拼搏赢来的。

在这里，我们拥有了一份难得而又恬适的心境。

阳春三月，大地万物复苏，千里莺啼，万里映红。训练基地的春天也有一番别样的美好。迎着和煦的春风，踏着欢快的步调，初春的连绵细雨软绵绵地拍打在脸上，感觉像大地母亲的手轻抚我们的脸庞。忽如一夜春风来，千树万树梨花开。确是的，淅淅沥沥的春雨刚过，漫天花儿竞相开放，远远望去，花儿都翘首相盼，像穿花裙的舞女，向我们招手。各种绿色苗木也不示弱，肆意尽情地挥动着似翅膀的翘枝像翩翩起舞一般，婀娜多姿。

在这里，我们获得了一份五彩缤纷而又绚丽多彩地生活的美感。羽毛球比赛、乒乓球比赛、拔河比赛、游戏比赛等各种运动和娱乐项目的比赛也如火如荼地进行着，让我们在略显枯燥的训练中，加深了对团队精神的培养，让培训生活充满了欢乐的色彩。也着实是一份水果拼盘亦或是水果沙拉，丰富而又甜蜜。生命不息，奋斗不止，所以我们坚持，我们胜利。每个人都积极地参与、各展其能，在呐喊助威的口号中尽情肆意挥洒着青春的魅力；在顽强拼搏比赛中为集体荣誉而战而体味一种别样的成功。

我们经历了晚冬时在寒风中站军姿的日子，经历了春天在和煦春风中运动的日子，又即将经历酷夏汗流浹背时奋力拼搏的日子。也许培训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但我们每个人都在体味一种小确幸，一种微小而确实的幸福。人的一生中，我们最难于做到的是简单，但是我们最需要的也是简单。但同时，人生的意义在于追求，在于升华。追求是永恒的。只要有追求，就会有痛苦。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。所以在培训中我们选择了拼搏与坚持。只有我们经历过，艰难拼搏过，这样赢来的成功感悟才是最发自肺腑的、最刻骨铭心的。

在基地，每天都上映着一部部微电影，记录了生活的些许点滴，每个人都是其中真实而又生动的角色，各自演绎着自己

创造的奇迹般的瑰丽人生。基地培训的日子仍在继续，微电影时刻在上演。我们也时刻准备着并为之付诸行动缔造生命之最。

警察训练心得体会篇七

一、引言（200字）

作为警察，我们时刻面临着巨大的压力和责任，但作为一个团队，我们的力量是无穷的。加入警察党，我深切体会到了党的领导对团队的重要性，同时也感受到党的指导思想在工作中的指引作用。下面我将从党的领导、使命担当、纪律约束、良好形象和忠诚职守这五个方面，分享我在警察党中的心得体会。

二、党的领导（200字）

党的领导是我们警察事业不可或缺的重要指导原则。在警察党中，我们严格遵守党的政治纪律和政治规矩，充分发挥党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用。我们坚定信仰，牢记初心和使命，时刻维护党的权威和核心地位。只有保持对党的高度忠诚，才能保证我们在工作中始终坚持正确的政治方向，始终与党和人民群众同呼吸、共命运。

三、使命担当（250字）

警察党员要时刻牢记自己的身份和使命。我们是国家的忠诚卫士，是人民的守护者。党的教育和培养使我认识到了自己的责任所在，无论遇到怎样的困难和挑战，我们都要坚守岗位，忠诚履行职责。作为警察党员，我们在执行公务中，要始终抱着一颗为人民服务的心，做到公正廉洁、维护社会稳定，做到对党绝对忠诚和无任何违法违纪行为。

四、纪律约束（250字）

警察工作的特殊性要求我们必须严守纪律约束。加入警察党，使我深刻意识到党的纪律对我们工作与生活的重要性。我们要严格执行党委和上级领导的决策，坚决服从党组织的工作安排。在执行任务时，我们严格遵守纪律要求，不违规违纪。只有严格遵守纪律，才能确保我们的工作高效有序，维护社会治安。

五、良好形象与忠诚职守（300字）

作为一名警察党员，我们要以良好的形象示范社会，树立警察的公正形象。我们要诚实守信，为人民群众解决问题，以实际行动赢得人民的信任。我们要不断提高自己的业务能力和素质，做到业务精湛、纪律严明，以良好的职业道德和修养赢得社会认可。同时，我们要忠诚职守，时刻保持警惕和应对危险的能力。只有保持良好的形象和忠诚职守，才能更好地履行警察的使命，维护国家和社会的安全。

结语（150字）

在警察党中的经历让我更加深刻地认识到党的领导对我们工作的重要性，使我更加明确了自己在当一名警察中应有的责任与担当。在今后的工作中，我将继续加强学习和实践，保持对党和人民的高度忠诚，坚守职责，兢兢业业，为建设国家安全与社会稳定做出更大的贡献。

警察训练心得体会篇八

刚刚步入新校园的我们，心中充满着好奇与希冀。看到师哥师姐们穿警服时的飒爽英姿，心底不禁一阵羡慕。但这新奇与激情都随着军训的到来而逐渐消退了。

开学的第二天我们便迎来了军训的第一堂课——军姿，这也

是最令我们刻骨铭心的一堂课。在教官的严格要求和监督下，哪怕是飞虫落在脸上，哪怕是汗水流到脸颊，我们都努力克服，双脚都站麻了，也纹丝未动。也曾想喊报告出列，好好休息一下，可当我看到别人都认真地、纹丝不动地站在那里，还是坚持了下来，因为我知道只要自己一动就会影响队伍的整齐度，不能因为个人的松懈而影响区队的荣誉。坚持就是胜利，现在我们可以非常自豪地为自己鼓掌，因为我们不仅通过了严格的训练，更重要的是我们懂得了军训的意义。

“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为。”这句话在军训中体现得淋漓尽致。

清晨，刺耳的哨声让正在梦境中畅游的我们回到现实生活，拖着极其不情愿的身子，努力离开温暖的被窝。但我们并未因此而抱怨，因为我们知道，这便是军训，只有高标准、严要求，才能达到锻炼的目的，才能培养出身体健康、素质过硬、品质优秀、政治合格的预备警官，并为以后的学习和工作打下良好基础。

军训的这段时间，曾经感觉像是个漫长的世纪，但现在不也过来了吗！当我们踏着整齐的步伐，喊着嘹亮的口号，穿着统一的迷彩，我们真的感觉自己不是新生，而是刚入伍的新兵。现在想想，我们已少了些许羞涩，多了些收获，尝到了汗水的滋味，也明白了责任的含义。看到自己黝黑的脸庞、结实的肌肉和愈发坚毅的双眸，感到了自己在成熟，在成长。

军训的意义并不在于吃了多少苦，受了多少罪，而在于寻找那份能够使自己立足于社会的精神——是为了锻炼我们的意志，塑造我们的品质，以致于我们能在以后的学习和生活中更好地面对挫折与失败，笑看人生，奋然前进！

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”是我们军训的体会；“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”是我们军训的结果。

我们已经开始了大学生活，无论前面路上等待我们的究竟是什么，我们只要有着军训的勇气、耐力和坚持之心，勇往直前地走下去，一定会为自己开拓出一片广阔的天地。