# 2023公司员工军训总结

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-04-23

*20\_公司员工军训总结5篇总结是做好各项工作的重要环节。通过它，可以全面地，系统地了解以往的工作情况，可以正确认识以往工作中的优缺点。今天小编在这给大家整理了一些20\_公司员工军训总结，我们一起来看看吧！20\_公司员工军训总结1军营生活是我...*

20\_公司员工军训总结5篇

总结是做好各项工作的重要环节。通过它，可以全面地，系统地了解以往的工作情况，可以正确认识以往工作中的优缺点。今天小编在这给大家整理了一些20\_公司员工军训总结，我们一起来看看吧！

**20\_公司员工军训总结1**

军营生活是我儿时的梦想，但由于自身身体原因，未能实现这一愿望，这次有幸参加公司安排的军训，也算让我能体验一下军营生活。

首先就站军姿，站军姿是我们军训中最基本的内容，是一切动作的基础，但这最本对于我们需要挺胸、抬头、手脚贴紧、身体前倾等一些要求。这姿势对于一惯随意的我无疑是一个巨大的挑战。教官讲述站军姿的要领，我们将立即进入状态，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是腰酸脚痛;无人不是筋疲力尽。

但我们虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。

站军姿半小时后，稍做休息，就开始了立、行、走、跑的基本知道，虽然这些是我们每天都要经历的动作，但要正真的按要求做，也是一件不容易的事。教官教了我们立正、稍息、向右看齐、齐步走和齐步跑。

齐步走和齐步跑的时候，眼睛要直视前方，手部要与肩齐平，一排所有的人都得跟着排头走，排头步子要跨小一点，要让后面的人跟得上。刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍，通过反复的训练，大家终于迈出了整齐的步伐。就这样重复如此的动作，一天就过去了，留下的只是累和痛。

第二天晨操就将头天的学习内容从新复习了一遍，早餐过后我们便开始学习军体拳。首先教官让我们看他做一次示范，之后便开始教我们军体拳了。教官一喊军体拳开始的时候，我们便要握紧拳头，双脚合并，头同时向左转，这便是军体拳的第一个动作了。通过教官耐心指导和同事们的刻苦学习，在这短暂的一天里，同事们将军体拳做得动作一致，气势逼人，展现了团队的气势和风采。

后面两天的日子里我们将不断得重复着枯燥的动作，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也能挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训现场，每一个身影，充满着执著和坚定。

这次军训无论是站军姿、队列、军体拳还是拉练，这些无不都在锻炼我们的耐心、意志和团队精神。总之军训能磨练人的意志，让我们变的坚强，能锻炼出惊人的勇气和毅力去面对以后的挫折和磨难。此次军训不仅是磨炼了我们个人的意志品质，同时也培养了我们的集体荣誉感，培养大家积极合作的团队精神，使我们的团队的凝聚力和执行力提升。

我将在以后的工作中用在军训时教官对我的要求严禁要求自己。相信“坚持”，相信我们只要坚持就能做得更好，得到稳健发展，就有美好的明天。

我是一名\_\_\_酒店的新学员。我进入\_\_\_大酒店纯属意外，原本一开始我是陪着一个朋友去报名，当时我在自学电脑，尚无找工作的打算，并且自己年龄偏大，被录用的可能性不大。可到了报名点，负责招聘的工作人员很热情的递给我一张求职申请，我幸运的被录用了。

怀着忐忑不安的心情，我随着大家到了怀化。出了火车站，酒店派了专车来接我们，来接我们的有刘主管与秦教官，还有两位店长，让我感受到酒店对我们到来的热情与重视。

军训很辛苦、也很累。说实在话，刚开始对军训，我们很不适应。酒店招聘服务人员，不就是培训培训我们的服务技能嘛，军训与服务什么关系呢?可经过几天的军训后，我终于明白它的重要性。来自四面八方的学员纪律观念都不强，都有一点散慢。经过几天军训后，在我们身上发生了变化，从一开始的散慢变得遵章守纪，使学员们的团队精神，整体意识都得到加强。我们不是做得最好，但是都在不断的努力。

军训结束后，开始了我们的实际技能培训。幸好有了几天军训打底，所以我们练起站姿来没有第一天那么吃力了。尽管我们在练托盘时手都练得发麻酸痛，可我们还是坚持练好。我们的老师吕主管也是尽心尽力教我们，严格要求我们，就是希望我们的服务一流，创酒店品牌文化。经过吕主管的辛苦教导，我们掌握了中餐的全部操作技能。

刚来\_\_\_酒店时，我对\_\_\_集团了解甚少，因为有好几年我是在外面度过的，在家呆的时间很少，对家乡企业发展也了甚少。进入\_\_\_集团后，通过刘主管的介绍，让我对\_\_\_集团有了一定的了解。集团公司“以人为本，以诚待人;用心营造，至高致远”的核心价值理念，展示着\_\_\_人今天在湘西大山里建桃源，明天在蓝色大海边建都市的远大目标。

培训已经结束，在这段培训期间，我自身的素质有了很大的提高，我为能在这样的企业上班感到荣幸，我为能成为一名\_\_\_人感到骄傲，我也相信\_\_\_集团的明天会越来越好!

回过头来，看看自己走过的脚步，有的深有的浅，有的快有的慢，但最终经过层层训练，我们步调一致并肩齐进。

还记得当客车满载着我们急切的心情与无比自豪之感慢慢驶进绿色军营之中，我们整个人的身心完全被震慑住了面对如此之庄严，我们肃然起敬，心生敬畏。我们带着浑身的力气于士气轻装上阵，便有了后来一幕幕\_公司人意气风发而又充满力量的演绎

短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，要时刻严格要求自己，做好准备。全神贯注与力量集于一身，随时接受上级下达的各种指令，以军人的姿态与心态去面对一切。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限!百合所给予我们的远远超乎我们想要的，没有完美的个人，只有完美的团队，只因此，我们便要更加严格要求自己，打造鹰一样的个人，铸造雁一样团队。

在绿色军营里面，时常出现这样一幅画面：一群身穿蓝色T恤的\_公司人，铸造了一条亮丽的风景线。无论是饭前饭后，只要稍有空暇的时间，总能看到这样一组组场景;炎炎烈日下，偶有几对整齐的队伍昂首阔步的走着，原来是\_公司人正在操作动作要领，动作要领掌握好的帮助比较慢的队员，手把手教着，一步一个脚印，汗水浸透了衣衫，但却没有人停下脚步，队长喊着;一二一立定，声音似乎沙哑了许多，但却浑厚有力，不失为一种霸气，鼓舞队员们的士气，队员们没有一个说苦怕累的，因为我们坚信：只要我们认真，去努力，我们一定会做好。我们要发扬不怕苦不怕累的精神。因为我们都是展翅高飞的雄鹰，都是百合的精英!

无数条溪流向一方汇聚，将形成一片大海，海纳百川，有容乃大.每个人将自己手中的力量推向同一个方向，我们的力量将无限大，\_公司人将在创辉煌!

虽然我们即将要离开这里，有点留恋不舍，留恋军营的生活，恋着这里的一草一木，还有这浓厚的集体氛围，但我们时刻谨记着使命的迫切感，百合需要我们，我们要把所学的灵活的运用到实际工作中去，这才是我们的最终目的。发扬艰苦奋斗精神，发扬百合人精神，走好每一步，做好每件事。让\_公司的名字响彻一方!

首先就站军姿，站军姿是我们军训中最基本的内容，是一切动作的基础，但这最本对于我们需要挺胸、抬头、手脚贴紧、身体前倾等一些要求。这姿势对于一惯随意的我无疑是一个巨大的挑战。教官讲述站军姿的要领，我们将立即进入状态，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是腰酸脚痛;无人不是筋疲力尽。但我们虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。

站军姿半小时后，稍做休息，就开始了立、行、走、跑的基本知道，虽然这些是我们每天都要经历的动作，但要正真的按要求做，也是一件不容易的事。教官教了我们立正、稍息、向右看齐、齐步走和齐步跑。齐步走和齐步跑的时候，眼睛要直视前方，手部要与肩齐平，一排所有的人都得跟着排头走，排头步子要跨小一点，要让后面的人跟得上。刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍，通过反复的训练，大家终于迈出了整齐的步伐。就这样重复如此的动作，一天就过去了，留下的只是累和痛。

第二天晨操就将头天的学习内容从新复习了一遍，早餐过后我们便开始学习军体拳。首先教官让我们看他做一次示范，之后便开始教我们军体拳了。教官一喊军体拳开始的时候，我们便要握紧拳头，双脚合并，头同时向左转，这便是军体拳的第一个动作了。通过教官耐心指导和同事们的刻苦学习，在这短暂的一天里，同事们将军体拳做得动作一致，气势逼人，展现了团队的气势和风采。

后面两天的日子里我们将不断得重复着枯燥的动作，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也能挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训现场，每一个身影，充满着执著和坚定。

这次军训无论是站军姿、队列、军体拳还是拉练，这些无不都在锻炼我们的耐心、意志和团队精神。总之军训能磨练人的意志，让我们变的坚强，能锻炼出惊人的勇气和毅力去面对以后的挫折和磨难。此次军训不仅是磨炼了我们个人的意志品质，同时也培养了我们的集体荣誉感，培养大家积极合作的团队精神，使我们的团队的凝聚力和执行力提升。

我将在以后的工作中用在军训时教官对我的要求严禁要求自己。相信“坚持”，相信我们\_\_人只要坚持\_\_就做得更好，得到稳健发展，就有美好的明天。

为期一周的军训圆满结束了，在领导的关心照料下，我们经历了一个难忘而又充满喜悦的军训活动。这次军训时间虽然不长，但在一定程度上磨砺了我们身上存在的懒惰、懦弱的影子，使我们身心都得到了一次重要的洗礼。

这次军训包含了军事训练和拓展游戏，每一个科目甚至细节都历历在目。下面谈一谈我的心得体会。

七天的军事训练，我们高喊着：“流血、流汗、不流泪，掉皮、掉肉、不掉队”的口号，为了“练意志、长本领、打胜仗”这个目标，我们都严格要求自己，摒弃自己身上自由散漫、我行我素的作风。

第一天的军训距离大学时期军训已经过去了7年时间了，再一次站在队列里，似乎看到了当年的情景。“稍息”、“立正”、“向右看齐”这些过去熟悉的口号又一次回响在我们耳畔。军训中最基本是“站军姿”，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，坚持几十分钟下了，手脚都不听使唤了。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，是锻炼我们人意志力的最简单有效的方法。“向左转、向右转”，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合好，才能收到最好的效果。“齐步走、正步走”，要求的是我们动作、想法都一致，只有心齐，我们这个团队才能整齐划一的向前走。比起队列训练，对我们最大考验的是体能训练。第二天我们开始跑步，一开始几圈跑下来已经气喘吁吁、筋疲力尽了。然后开始做俯卧撑，10个俯卧撑对我这样平时少运动的人来说也是一个挑战。这几天里，我们“吃了鸭子肉”、“赶过僵尸”、“开过火车”、“跳鞍马”，做完这些项目，第二天就会浑身酸痛，但是我们并没有惧怕过。随着身体一天天适应这些高强度训练，我们把这几天吃的苦当成一种乐趣。这让我觉得现实生活中所谓的吃苦根本不算什么，应该以一种更加积极、乐观的态度面对工作、生活中的困难。经过七天的训练我感觉到自己的身体素质产生了变化，变得越来越好;同时也让自己体重减轻了几斤。

在拓展游戏中，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。“团队接歌”、“保卫阵地”、“绑腿赛跑”、“夺宝雄兵”、“南水北调”、“拔河”等项目都是需要团队每一个成员参与进去献力献策协同努力才能完成，每一个队员掉队都会影响团队的成绩。“勇闯地雷阵”这个游戏要求团队成员就要有听从团队领导指挥，相互信任，不能走个人英雄主义，听指挥才能打胜仗!这些项目考验的是我们团队合作、永不放弃的精神，要想做好就要求我们每一个人必须有强烈的集体荣誉感，互信互助，团结一心。

作为一个新入职的新员工，这短短的七天让我渐渐的融入到了这个团队，这个大家庭。不论是训练中还是工作中我无时不刻感受到这个大家庭所带来的温暖与力量。我们这几天吃过的苦是对我们的锤炼、教官对我们的严厉教会了我们忍耐的意义。我们与“战友”只有一起努力、团结一心，才能在没有硝烟的战场中勇往直前、所向披靡。

请相信，在未来，我们的友谊会发展的更好!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找