# 军训参考文献 军训心得体会参考(通用19篇)

作者：远古神话 更新时间：2024-04-02

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。军训参考文献篇一随着新学期的开始，大部*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**军训参考文献篇一**

随着新学期的开始，大部分大学生会迎来一项特殊的课程：军事训练。在这段时间里，我们将脱下休闲的校服，换上整齐的军装，面对烈日酷暑，严格的军事纪律，雄壮的军歌声。这段时间给了我们很多机会去认识自己，培养自己的毅力和耐力，下面将分享一些个人的心得体会，供同学们参考。

首先，军训是一次独特的团队合作经验。在军队里，每个人都被要求服从命令，拥有高度的纪律性。我们必须要记住每个动作的规定，并且按照指导员的指示去执行。在这个过程中，我们会发现，一个人的力量是有限的，只有团队的力量才能完成更多的任务。每个人都有自己的责任和角色，只有彼此信任，相互协作，才能完成集体目标。通过军训，我们可以体会到团队合作的重要性，并学会在团队中发挥自己的优势。

其次，军事训练也是一次对身体和意志的磨砺。相比于平时的生活，军训更加严格和辛苦。每天早晨，当闹钟声响起时，我们必须起床，整理好军装，进行集合。然后是长时间的站立、行进、操练等，这对我们的身体都是一种很大的考验。在高温下，面对身体的疲劳，我们必须克服自己的惰性，锻炼自己的耐力与毅力。这段时间的挑战让我们更加坚强，学会了如何面对困难和压力，培养了自己的意志力。

另外，军训也是一次对纪律的考验。在军事训练中，我们必须遵守各种规章制度，准时到达集合地点，保持整齐划一的队形，注意仪容仪表，严格服从指挥，执行任务。这样的要求对于我们大学生来说可能会有些陌生，但通过军训，我们会逐渐领悟到纪律对个人和集体的意义。守时和服从是我们在军训中最基本的要求，也是我们在今后的学习和工作中必须具备的素质。

此外，军训也给了我们一个机会去认识自己。在军队里，我们必须从外表到内心都保持严肃和不苟言笑。在这个陌生的环境中，我们可能会感到迷茫和不安。但是，当我们经过一段时间的磨砺和训练后，我们会发现自己是有能力去适应这样的环境的。我们可以适应高强度的训练，可以适应严格的要求，可以逐渐掌握军事技能。通过这个过程，我们会对自己有更深刻的认识，增强自信心和自尊心。

最后，在军训中，我们还能结交到许多志同道合的朋友。在同一片训练场上同甘共苦，我们互相鼓励，一起度过了艰难的时刻。这段时间的共同经历让我们更加亲近，建立了深厚的友谊。在未来的学习和生活中，这些朋友将成为我们的知己和支持者，一起经历人生的起伏和挫折。

综上所述，军训是一次独特的经历，无论是对个人的成长还是对团队合作的体验，都具有重要意义。通过军训，我们可以培养自己的毅力和耐力，锻炼自己的意志和纪律，认识自己，结交朋友。在今后的学习和工作中，这些经历都将对我们起到积极的影响。所以，让我们珍惜这段时间，全力以赴，收获更多的成长和收获。

**军训参考文献篇二**

一条锁链，最脆弱的一环决定其强度;一只木通，最短的一片决定其容量;一个人，素质最差的一面决定其发展的空间。

弱点是一个人的累赘，没有士气的员工则是企业的累赘。

通过这两天两夜的训练，我发现其实我们每个人都有无限的潜能，我本人有着最深体会总结以下几点：

一、最深刻的是，昨天下午从488团回来是我就感到有点累和困，走在最后面，老是感觉跟补上前面的人，我就想怎样才能跟上前面的，所以我就跑到最前面去，但跑到大马路中途时，我感觉有点跑不动了，这时，就被后面的人赶上了，后来一直追不上了，但是心里想我不能输给别人啊，怎样才能追到前面，所以我就在离我有两百米远的同时身上设定目标我要追到他，这样很快就跑过去了，这时真的很累，心想这时有车做就好，但又想，坐车是不可能的，我一定行，我要坚持到底，这时我又对路边的路牌做目标分解，比喻说到了我们刚开始进去的那个部队，接下来就是那个停车场。

其实在我们平时工作当中做目标分解也是很重要，这样的话就不会感到很累，压力很大，也就是说“目标决定武器，武器决定行动”。

还有一个过程当中团队的精神也很重要，有很多同事一直在鼓励着旁边的人，最后所有的人才能到达，其中也领悟到一个人的意志力以及坚持不懈的精神。

二、今天下午张老师给做的那个《松鼠和大树》活动当中也体会很深的，通过这个游戏体会的。

其实在我的生活工作当中也是一样的。

市场是很残酷的，体会两点：1、首先要有明确的目标。

2、要有非常快的速度。

市场经济高速发展，本身就是一个人大的挑战，稍不努力可能被淘汰，随着外面同行进入粤东市场，外面行列又来抢占市场，企业以及个人要生存就必须时时提高警惕。

居安思危这种危机感要传遍到每个人的神经末梢。

激励可以激发人的冬季，使其内心渴求成功，产生推动人朝着期望目标不断努力的内在动力。

**军训参考文献篇三**

听完领导们神圣的军训动员，我们开始了大学为期七天的军训。

一场豪雨浇灭了我的期望，居然要我们暂停军训了！于是我们就只能在宿舍里美美地睡上一觉。睡醒以后阳光明媚的下午无不在炫耀着：军训回归！下午我们在11楼会议室听了讲座——两小时，真是的，军训的热情都没了，而且还开空调。之后操练了半小时，我们就如狼似虎的冲向饭堂，呃，那时候我想起了一句话——“饿狗抢屎”。玩上开市再操练，除了对班长、副班长喊。

口号。

和领队的能力有所质疑外，我对所有事情都很兴奋、很激动，满腔热血且义愤填膺！我真的真的很佩服刘教官，他居然有本事令我2小时内不补水且一直汗流浃背。这不仅令我对军人肃然起敬，而且让我认识到自己的平凡渺小。看来剩下的几天我都要努力了！对了，还没问教官的全名及手机号，我想拿来放在神台上供着。不过有些委屈熊bearbear了，这几天要委屈它睡杂物柜了。因为教官们说床上不许有东西，只能剩张“吉”床，连蚊帐都不许挂，我真佩服祖国的艰苦奋斗啊！真后悔当初没入团。第一天就这样子吐槽地过了。对了，教官，你如果看不明白的话不要以为我写的是火星文，我的字以及文理、语法都是很正经的。

**军训参考文献篇四**

两天两夜的军训如闪电般的过去，虽是两天两夜的时间，但从中收获到的酸甜苦辣，欢声笑语却是平常无法得到的。

在这个过程当中，我感悟到很多东西，也很受启发。

在军训的过程中，我感触最深的还是“大树与松鼠”的游戏。

这个游戏看似很简单，就是叫到什么了，什么就必须动起来找到另外一个“家”，那么在这个游戏当中我也出局了3次，那么在这3次当中是我不够争取，是我不够敢于主动所以才导致我2次的出局。

所以如果在销售当中，你面对顾客时，你在思考我要不要这位顾客?我要怎么跟他讲?噢，还没做好准备;噢，我，我还有点怕;噢，今天很累，明天再拜访吧!我又不愁这么一个顾客等等。

当我在思考，当我找借口时，客户已经被他人给抢走了，也许已经出单了，为什么?为什么?一切一切的原因都是我在徘徊，我不争取，我不主动，我害怕失败，所以我“出局”了。

那如何才能不“ 出局”呢?我要主动，我要勇敢，我要不别人快，我要一切的一切快速到达，迅速完成，不能落后。

在军训时，教官教我们一些简单的动作，一个转身，一个军姿，看似都非常简单，但我却做的一塌糊涂，原因是我说话简单，不用看我会或看个几遍就懂了，对我看几遍就知道怎么做，但我做的很标准规范吗?没有，我根本做的.不标准也不规范，那么在销售过程当中也是一样的。

哎，这个电话嘛，我知道怎么打，哎……这个客户我知道怎么跟他讲。

但你的“质量”怎么样?你这样的结果很好吗?效率好吗?等等太不好了。

在工作当中不易察觉，当我通过这次军训才明白，才一清二楚。

在此非常感谢纪总、张总给我这么一个锻炼的平台，让我看清自己平时的工作态度，认真，心态。

所以在今后的每一天，我会更加努力，更加拼搏。

**军训参考文献篇五**

军训的第二天，我们上午休息，下午两点，一起出发到芦花的一个军营参观。

我们乘着车，到了军营，在门口等我们的军人叔叔，满脸微笑的带着我们先去了他们的寝室，一眼看过去，十分整洁。一张张被子整整齐齐的叠在床上，我们游走了一圈，军人叔叔还给我们示范了他们叠被子的过程呢!

接着，我们来到了连史室，里面有很多著名军人写的诗句，还有一些军人的照片和军役法。

最后，我们去参观了军人们自己种的蔬菜棚，一个个丝瓜和冬瓜挂在头顶的架子上，好像随时都有可能掉下来，还有一些丝瓜长得非常有趣，同学们个个都笑得合不拢嘴。同时，我们也很佩服军人们，他们印证了“自己动手，丰衣足食”这句话。

今天军训真的很开心，希望下次还能去军营参观。

**军训参考文献篇六**

伴随着起床的铃声，军训的第一天开始了，早上一起床，整理好内务，一名皮肤黝黑的教官进来，他开始教我们叠传说中的“豆腐块”，看他把一床被子平铺在地下，告诉我们怎么怎么叠，要用手压哪里，不一会儿一个“豆腐块”就叠好了，看他额头上浸出的几滴汗珠，我明白了，叠这个“豆腐块”也不是一件容易的事。

下午，拔军姿，过了一会儿开始练习齐步走，教官说我们的胳膊摆的不到位，让我们把胳膊摆在一个位置停留20秒，要一动不动，弄得最后胳膊酸疼，但姿势却矫正过来了。

练完齐步走，又开始练正步走，我们先练步伐，抬起一只脚悬在半空中坚持20秒，不一会儿，一个同学坚持不住，腿放在地上偷了一下懒，又加5秒，最终在全班同学坚定的意志下完成了训练，尽管最后汗流浃背，但过得的确很充实，有意义。

**军训参考文献篇七**

在训练期间，我们\_中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们\_中队真的很棒。在闭营仪式这种最关键而又是大家最疲惫的时候，我们全中队\_个队员，都用毅力和信念支撑着自己。

为了在一个新阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一!二!严格训练!严格要求!齐心协力!永创第一!一!二!”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们\_中队最终被评为了“优秀中队”。这是本次军训活动中，团体的荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量;那种笑好快乐，它是胜利的喜悦;那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这喜悦之后的离别，却是每个人心里都如同吉它那样断了弦变了音。虽然我们和教官只有五天的朝夕相处，感情却浓于五年，在即将离别之际，我们都期望着这场宴席不散，回头一看，只是一场空想，正所谓天下没有不散宴席。想想下雨时我们躲雨，教官却要淋雨，为了训练我们，教官把嗓子叫哑了。不过不要紧，只要我们把教官教给我们的精神带回去就行了。在以后的学习生活中我们要发扬遵守纪律，团结拼搏的精神。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。经过这五天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子第兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

**军训参考文献篇八**

军训是很困难的一项挑战，对于军训，只有坚定的信念和信心才能更好的去度过，那么军训的决心书该怎么写呢?下面小编就给大家推荐三篇军训决心书参考范文，希望能帮助大家写好军训决心书。

在这春暖花开、草长莺飞的四月，我们迎来了由市办领导为我们举办的为期一周的军事训练。

军训，在我这二十多年的生命当中已经有过数次了，军训在我或是很多人看来就是要顶着大太阳站军姿踢正步，而军训的意义到底在哪呢?在我看来，军训就是要在这为期一周的时间里以军人的行为准则来严格要求自己。

要在这一周的时间里，用不折不扣的`训练来磨炼坚韧的意志，锻炼坚强的体魄，增强纪律性与团结协作的能力，培养大局观和集体荣誉感。

这些都可以让我们在今后的工作当中更加的顺利，为正在推行规范化，走向现代商业银行之路的农信社发展加一些动力。

因此，我们一定要充分理解和认识到军训这件事情的重要性和必要性，重视这次军训，使之可以达到应有的效果。

在此，我决心在未来一周的军训时间内做到：

1、坚决高效地完成每一次的任务，有令必行，有禁必止;

4、要有大局观和集体荣誉感，始终将自己是农信社的一分子这一责任、使命、荣誉铭刻心间，让自己从内到外严格要求自己，让自己无愧于“农信人”这一标签称号，与参训同事相互帮助请教，共同进步。

在这次军训中，我决心刻苦训练，认真履行自己的承诺，以饱满的信心和良好的精神风貌完成这次军训任务，请领导检阅。

老师：

当我们满怀激情地跨入心仪以久的中学校门的同时，军训也随之而来。

在我的眼中军训就是两个字——“苦”与“累”，但也是我们生命中的一个里程碑。

如果不去吃苦中苦，哪能成为人上人呢?不经历风雨，哪能见到彩虹?所以我会把军训当作给我们的一个机会，一次磨练自己的机会;一次使我们成为人上人的机会;一次让我们见到彩虹的机会!把握机会，经过努力我们就一定会得到回报。

军歌响起，绿色为伴，太阳为证，我已下定决心： 一、军训中吃苦耐劳，咬牙挺过每一个困难，严格按照教官的规定要求自己，争取在三天的军训生活中使自己得到磨练，有所长进。

二、认真遵守军训日程安排、纪律，不违反军规，不破坏军队纪律。

三、争取将每个动作做到位，做精，不辜负教官的劳动。

四、训练时不打退堂鼓，流血、流汗、不流泪;掉皮、掉肉、不掉队，不因一点挫折就畏缩不前。

我相信针是磨出来的，铁是炼出来的，人只有经过磨练才能获得成功，因此我一定会竭尽全力做到以上几点，请老师监督!

20xx年7月24日星期二

九月一日，就是这个特殊的日子，把我带到了特殊的班级，开始了特殊的学习，来到十二中这个新环境，第一眼就看到了宽广的操场，高大的教学楼，目光慈祥的英语老师---王老师，和蔼可亲的同学们，窗明几净的教室，也许这里是我人生的转折点，是神让我在这里重新开始人生。

后天，我们就要军训了去了，军训嘛，顾名思义就是像军人的训练，深刻的含义就是休息了一暑假，应该锻炼一下身体，而且从小学进入初中就像运动员跑过一个障碍，小学的生活要比初中生活轻松好多，所以军训也是锻炼一下自己的毅力和决心，而且以后不能再玩了，上了初中学习压力也跟着大了起来，在新的学期，我决心要努力学习，不能光说嘴，不动手。

我要证明给大家看，我不比别人差。

在新的环境中也许会有一些不适应，但我相信通过这次的军训，我会以一个全新的面貌，面对大家。

这就是我的军训决心书，我相信功夫不负有心人，我会在这七天里全面发展，为中华之崛起而读书，向清华奔发，相信自己，相信学校。

相信我会吃的苦中苦，方为人上人的，加油我们一起向前出发，向未来出发，我一定会超越别人，超越自己，为了祖国我们一定会努力加油的。

-->

-->

-->[\_TAG\_h3]军训参考文献篇九

经历了多少风雨的折磨;体验了多少紧张的时刻;承担了多少困难的考验。我们终于迈进了大学的门槛。本以为大学之路是轻松的;本以为大学之路是渺茫的;本以为大学之路是自由的。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，原来那些都只是幻想。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个月的，这也标志着大学生活开始了!

自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰;无数汗水的浇灌;无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是苦和累的表现。

军训已经紧张地进行了一周了，收获不错。各连现在都已经编排了男女方队，进行着紧锣密鼓的训练。力求在最后的会操中亮出最佳的水平，无论是教官还是我们学生，在训练场上每根神经都像充足了电，非常集中，我想我们一定从军训中学到了许多东西。

军训，就是要训练我们的吃苦精神，学习军人的那种掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪的那种坚强意志。这对我们以后的为人处事无疑是大有益处的。关键还要我们怎样去行动，怎样来看待。

**军训参考文献篇十**

早有耳闻，军训生活十分艰苦。我怀着好奇、幻想和迷茫步入了中学的殿堂，开始了艰苦的、紧张的、严格的军训生活。为期六天的军训生活，不仅锻炼了我的体魄，而且是我第一次获得了心灵的洗礼。 六天，虽然苦与累，但得到更多的。第一次远离了喧嚣的都市，第一次离开父母爱的怀抱，来到了令人神往而环境优雅的\'高级中学。穿上了帅气十足地迷彩服。戴上了军帽（但依旧感觉不到军人的神气与威风）。在教官严格地指挥下，我们盯着炎热、饥饿、痛苦一遍遍地重复着每一个动作、姿势，咬牙坚持到最后。一次次的考验锻炼着我们的意志；一天天的打磨，锐减着我们的傲气与惰性。透过威风凛凛的教官，我看到了军人的风范和坚强的意志，与平日里自己的娇惯、软弱，形成了鲜明的对比。 六天，令我感受最深的还属军训之余的日常生活。离开了衣来伸手饭来张口的教官生活，开始了自立。由最初的笨手笨脚，到最后的雷厉风行。这种飞跃般的改变，是我在高兴之余，有些难以相信。是的我们成长了，我们的成长还远不止这些，特别是高质量高标准的的内务整理，使我看到了同学之间互相帮助，团结友爱的情谊，也感受到团结的真谛这也让我不止一次的深情高歌《团结就是力量》这首歌。

六天的军训生活，我尝到了前所未有的苦，也感受到了说不完的甜。教官教我们的一首《小弹壳》唱出了军人生活的真实写照让我对军人有了新的理解与敬意。班主任形影不离的陪伴、无微不至的关怀与体贴。让我感觉到离家后的温暖。军训汇演，场外雷鸣般掌声与领导的表扬与鼓励，使我感到无比的骄傲与自豪。 短暂的六天结束了，我拖着疲惫的身体回到了家，看到妈妈的第一句话就是：“妈，我长大要当兵。” 带着这个信念，我将迎接新的生活。

-->

-->

-->[\_TAG\_h3]军训参考文献篇十一

灿烂的阳光照耀着我们迈进了初中的校园，也把我们带进了一段酸酸甜甜的军训生活。

28日，我的军训正式开始。教官严肃的脸孔不禁让人心里害怕，我们整齐地站成几排，乖乖地服从教官的指令。每个人心中都充满了无限期待，身子都挺得直直的，活像一个个小军人。

可是，好戏不长，我们这群温室里的花朵就开始坚持不住，同学们像被放了气的气球焉了下来。一滴滴豆大的泪珠从头上滚下来，一直流到衣服里，那感觉真的很难受。

就这样，我们顶着烈日站了一下午，才如获重负般回到了宿舍里。

躺在宿舍的床上，感觉一身都很酸疼，四肢无力，汗珠从细小的毛孔一颗颗渗出来，还有人忍受不了，情不自禁的哭了出来，看了很不是滋味。

夜深了，在床上翻来覆去想了很多，也许军训并不是只单纯地锻炼我们的身体，更是在磨练我们的意志，虽然很苦很累，也会抱怨，可在今后的\'路上，现在的每一颗泪珠都是成长的脚印，每一滴泪水都是努力的花朵。

在这段军训的时间里，在这段没有父母陪伴的日子里，它们会一直陪伴着我，伴着我努力向上，伴着我茁壮成长，并赐给我坚强、自立的性格。

我会好好的珍惜军训里的每分每秒，从中获得知识，获得更多优良的品质。

有泪有汗，有苦有累，有忧愁有埋怨，有开心有笑容，既增强体质，又磨练意志，这就是我的军训以及我对军训的感想。

**军训参考文献篇十二**

军训了，阳光渗透，天气好像能够感知我的心情一样闷闷不乐!即将转眼即逝的半个月，不经感慨，还有几天苦日子就要结束。伴随考试结束的号音，免去一段日子的匆忙。是时候，整理一下自己了。可是，向往而心悸的军训打破了所有的思绪。

如果说生活中处处充满着阳光，生活中处处存在着得与失的交替，那么，又何必自寻烦恼?源于事态的，尽可知于其心态。源于自己的，尽可不必怪罪于他人，当背弃了曾追寻的梦时，当踏上另一个十字路口时，我们会甘心随波逐流吗?回首往事，回首曾经我们初见的日子，与曾经相比我们是融洽或着疏离了呢!我不知道现在踏着的步子是否仍有第一天军训时的轻快节奏。我也不知道现在的友谊是否像当初那样纯洁。心自由，才能单纯快乐。

眼看开，才能无烦恼，简约的生活未必简单，平凡的生活，也未必乏味。知其心，追其梦。知其想，走其路。很多事情不是谁说了就算的，也不是谁能改变的了的，心宽，人亦欢。没有所谓的时光穿梭机，更没有预言帝，我们得承认自己回不了过去，也无法知晓未来，我们能做的大概只是吃饱后的等死。没有谁，地球也还是继续转动，没有谁，一天的时间依旧会是二十四小时。只因一念之间，定思得果，无以扭转。或许是因为想的太多，才会迷茫。所以，七月的今天，总会不知我踪。这么多天经历过这么多事后，想明白了，生活的不乐，就是我们想的太多。期待已久的雨终于不合心意的落了那么几滴，夏天的雨也是滚烫滚烫的。我以为军训的时间会很慢的划，却不料早已接近了尾声，可望而不可及的伤痛顿时涌上心头。

空气里的味道告诉我们快要离别了，又是相似的情节。每逢雨季便会听见人们疑似骂骂咧咧的口吻，会听见树梢落雨滴答的声响。分明无差于晴天，却嘴角上扬满怀心喜。谈不上对此时天气的喜欢与否，自然的事情说不好，也懒得去说，来了也就这样了，不来或许无所谓，所有的未必是绝对的好坏。晚上请假后一个人去操场走走，小雨淅沥沥的染得四周静寂。

操场上少了平日里怨声载道的人儿，雨中的军人或许是最美丽的风景。一个人在树底观望着，这种无声的雨天静谧得有些可怕。虽然有些快乐只能是瞬间，却还是足以无憾学生生涯。这些年总会有很累的时候，却总是要继续着生活，生活如此薄凉我却仍要许他安详，说起来不免有些残忍。这个夏天很热，但路还要走。军训很苦，但生活还要继续。毕竟，生活难得如此。军训心得2日有所思，夜有所梦。想的多了，自然就来了!想来，那些过去没有珍惜的日子或许多少是有着自己的理由，却还没来得及解释，便随记忆的波痕消失了。想想，以前做过的，没做的，错过的，得到的，都变得不那么难受和重要。我们总是要经历一次又一次风雨的洗礼才能够长大。

或许岁月，仅是改变了我们的容貌，却终究无法让我们放弃曾经的拥有。人生之中，一定不能够责怪太多，也不能将自己强加于别人!毕竟别人没有理由为你好。如今我才懂得，幸福总是会在晴天后出现，嘴里常常挂念的休息如期而至，军训，也不过如此。很多有关于自己的悲伤故事，关于别人对我的玩弄，我都不记得了。或者更牵强的说不愿意记起了罢!外面在下雨，拉上窗帘，屋内黑压压的，和白天这个名号格格不入。感觉没什么可以思考的，就是想睡觉，好像患了嗜睡症一样睡不醒。听着舍友被抗日神剧逗笑的声音，感受着雨天时间的平静。这感觉如此的细腻。不知不觉，步入大学这么久了。日子果真是最易消遣的。

不管喜欢与否，最终都会慢慢的，悄悄的，走远。只留下，后悔，亦或，无悔。大概这才叫生活!我们只是生活中的配角，我们只不过是季节中的匆匆过客。我们注定只能如此!正如某日，天晴，阳光晒得皮肤发疼。我成为不了军人，也走不进军人的生活。耳边仍留有“骄阳如火，我心似铁。百炼成钢，谁于争锋。”的号音。还记得教官的夸赞。只是，这种时光走了，就再也没人让我这般兴奋。我想这辈子，再也找不到这样的时光了。是啊，美好的时光是短暂的。我们总得学会独挡一面，我们总得长大，我们不可能活在过去。军训的磨练，终于在众人的谩骂和感叹中接近尾声了。虽说有过抱怨，虽说没有过雨天，虽说想办法逃避，却不经记忆的触碰。假如时光逆流，该有多好，可以看见我们重新疯狂一次，可以在这个时段，重新看见我们的幻影，可以再多添得那份无虑的喜悦。

可惜，时光终究回不去了!突然有种毕业的冲动，随着九月一批学弟学妹的到来，我们不得不感叹，我们也将是，也终究是踏入了学长的道路了。还记得曾经，刚步入校园时眼里充满了好奇和无知，那个时候，大学的趣事，似乎永远都会演绎下去，永远充满了惊险刺激。而又忘记是从什么时候开始，发现他们原来都是别人厌烦的曾经，原来那一切在别人眼里都是儿戏，不需也无言感慨。

**军训参考文献篇十三**

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入这个绚丽多彩的中学。军训一听这个词语，就会产生一种毛骨悚然的感觉，同学也对军训产生了一种恐惧感。

虽然说，我不能军训，带我在操场上看着他们辛辛苦苦的做着各种动作。

10月13日星期四天气：北风呼啸。

到第二天军训的时候，北风呼啸，再这么寒冷的天气中，大家受罚了！

因为，老师没有来到操场上，大家还以为去开会了，大家玩的可开心了。结果，老师在办工楼那儿调摄像头，大家却什么也不知道，还在老师的眼皮子底下做着各种小动作。老师来了之后，让他们在操场上像木头人一样足足站了两节课，把有的同学都冻哭了。好残忍的一次军训呀！

我也在操场上观看这一场景，悲惨的画面。

10月14日星期五天气：寒风凛冽。

今天是军训的最后一天了，终于军训完了大家沉重的心情也就放了下来。

从这三天的军训中，我体会到了大家的辛苦；大家付出了辛苦、付出了汗水。不仅学会了坚韧不拔，学会了服从命令，还学会了怎样克服种种困难。

军训就是要培养大家的品质，磨练大家的意志。通过了三天的军训，大家变得更出色了！在军训的过程中，我们不但学会了一些军训常识，我们还学会了尊重他人。

8月22日星期四晴。

今天是军训的第三天，由于汇报演出的临近，我们的训练任务也越来越重。

下午，一场大雨过后，我们来到室外开始训练。

虽说下了场雨，但是却没有一丝清凉之意。太阳躲在了层层叠叠的乌云后面，阳光不见了，取而代之的是闷热。同学们起初个个都还精神抖擞，过不了多久，一个个都耷拉下了脑袋，手也软绵绵的，脚下轻飘飘的，也再没有了整齐划一的队伍。我也撑不住了，闷热的空气让我喘不过气，热浪一波一波向我袭来，因为之前扯着嗓子喊。

口号。

喉咙开始隐隐作痛腿也抬不起来了仿佛脚下栓了千斤重的铁。汗水渐渐从额头上渗透出来。饥渴、酸痛、炎热一齐向我袭来我也没心思再认真踏步了只跟着排头抬抬脚伸伸手一下子乱了节奏。很显然大家都累极了教官见状说：“再练两次练好了就休息。”这一句话让大家都有了动力和希望。同学们都重新打起精神专心训练起来。一阵风吹过带来了清凉扫起了落叶。大家停下脚步享受着这少有的舒适有的甚至张开双臂一脸陶醉。

休息过后，我们来到操场练习。教官教了我们口号。由于温度已经降低，大家的体力也有所恢复，效率大大提高。每个人都在努力都在进步。教官的每一句简单的“这一遍不错”都是对我们的鼓励，都能给我们力量。大家都希望能在汇报演出上有精彩的表现，这样也不枉我们五天的努力。

教官的哨声没有停，我们的口号没有停，我们的歌声还在萦绕，我们的脚步还在前进！

9月28日星期五晴。

今天是军训的第一天，我们在校体艺馆进行军训。教官一来就叫我们站军姿。可以说我门的教官特好，我们只站了5分钟哦！接下来教官把我们女生和男生分开教。我们女生可都是自学成才哦！因为教官一直在教男生，只告诉我们要做什么自己练。

没有了教官我们还是在练习！

可能我们太优秀了，班主任都舍不得我们在那里“吃苦”，所以我们也不是很累。

9月29日星期六晴到多云。

今天我们在操场上练习齐步走和正步走。正练着，教官说：“我的天呐！你们看看他们的教官还是我教出来的都比我们班好。看看你们！哎！”后来，也不知道怎么回事我们的教官跑去教他们班而他们班的教官来教我们，来教我们的教官火很大，突然想起以前的教官，感觉他是多么和蔼可亲啊！好想要他回来！等这个教官说休息的时候，班主任叫老以前的教官让我们跟他说话。我们都说：“教官回来吧我们想念你！”后来他回来了。我们更加珍惜了，认真的进行军训。

9月30日星期日晴。

今天是军训最后一天了。听说还要汇报演出？我们动作都还没有整齐呢！怎么办？

就这样在慌慌张张中到了演习时间。

我们班演习时做的乱七八糟，到了下午的话…我都不敢想下去了。后来，我还听说了还要评一等奖、二等奖、三等奖，我们班应该不会评上去吧！

下午时还未到演出，所以教官带领我们一直练习。可能是我们都知道做的不够好，我们才会珍惜现在的时间，认真练习。

汇报演出时，我们队伍整齐，动作整齐。我想我们至少会得三等奖，因为其他班的教官可是我们的教官教出来的呢！

三天军训，有玩笑，有打闹，有汗水，有眼泪，有……。

12月3日星期一。

今天是军训的第一天，我很兴奋和担心。兴奋的是：我终于能自己体会一下独立生活，不用再听到父母的哆嗦，真的很高兴！担心的是：我怕教官会很凶，很严厉，说简单就是怕吃苦。哎，可现实并不是我想象的那样：我以为出来军训，不用听到父母的哆嗦，就很舒服了。以前我们常常说我们的父母这里不好，那里不好的，现在离开了他们，才知道他们的重要性，我现在才后悔，我军训前的那些日子，没有好好照顾父母，没有体会过父母真的不应该吖！！过完着一星期后，我一定不会让父母再受到我们的怒言，我要做到一个真正的乖乖仔！

12月4日星期二。

回来咯！晚上还真冷哦！刚去看电影回来，风还真大！外面真的很冷。哎哎……！那个教官还真严：出去排队，早了骂，晚了也骂。做错事罚，他心情不好也会罚的！真的好苦！住宿舍还真不如家里！洗澡要排队，洗完澡后又要自己洗衣服。告诉你们哦：从小到大，我好象没自己洗过衣服，很丢人哦！呜呜呜……我好想家！好想念我爸爸妈妈！！

12月5日星期三。

好累！黑黑的，每天都要在黑暗的宿舍的床上写日记，写的眼睛都累了。不过，厕所的灯可以不关，日记还能写到：今天晚上还是看电影。呵呵，今天比较开心，因为我们今天表现的不错，教官给我们去买东西。看电影时不用吹风，坐在电教室里看，真舒服啊！不知道明天会不会有节目？会有什么节目呢？真的好期待！但是不要再看电影了，每次看到一半，眼睛就睁不起来了！好困！睡觉咯，不是的话，明天又没精神！

**军训参考文献篇十四**

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。下面请看小编给大家整理收集的军训感想参考。

作文。

希望对大家有帮助。

今天是我们训练的第2天。

下午，同学们都兴高采烈的来到了足球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就象带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人一样！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浃背，看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

在我们的心中，军训是一件艰难的事。不过我相信，只要我们努力，不怕苦不怕累，这十天很快就会过去的。正如教官说的那样：流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队。只要我们发扬这种吃苦耐劳的精神，八天后我们就是另一种新面貌面对班主任。

挥挥衣袖，用微笑告别今天，用崭新的面貌面对明天，向自己发出挑战，向八天后的自己预约一个奖赏，相信自己是最棒的！！

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊！操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了！在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟；在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡！对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍……大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

当我离开大连国防教育基地时，不时回头看看，因为我太舍不得离开那儿了，在那里的感想实在是太多太多了。

那一排排队伍犹如大树般站立在操场上，那一声声响亮的口令回荡在每一个人耳边。这是一种考验，这是一种磨练。在军训期间，教官曾说过一句话“流血流汗不流泪！掉皮掉肉不掉队！”这句话说明了一个军人应该严格要求自己，一切以集体为主，要有吃苦耐劳的精神，战胜困难的勇气。我将把这一切运用到平日的学习当中去。如果我在学习当中遇到不懂的问题，我绝对不会轻易放过，我会仔细琢磨，反复思考，直到把问题弄清楚为止，正所谓“万丈高楼平地起”，我绝不允许有任何差错。如果我在生活当中遇到困难，我绝对不会轻易退缩，相反，我会去克服它，去战胜它，生活中的点点滴滴对我来说都是一种考验。无论做什么事情，都要有一股不服输的劲头。以前，要是我遇到一点小问题，我就会退缩，逃避，但现在我不会了，我在军训当中学会了自立自强，自己的事情自己做。困难，算什么，咬紧牙关就过去了。在军训的过程中锻炼了我们吃苦耐劳以及独立生活的能力。通过这次军训增强了我们的爱国意识，也让自己多了一份责任感。

记得出发之前，自己还是那么的兴奋，因为终于可以体验自己盼望已久的军营生活了。心里有一种说不出来的喜悦。

记得军训的时候，天气特别炎热，像呆在蒸笼里一样。正午的太阳，火一般燃烧在我们的头顶上，我们还没有开始训练，便被滚烫的地面烤的汗流浃背了。我们班连续有几个人病倒了。训练的要求也很难，时间越长就越坚持不住了，但到了最后种种困难也被我克服了。四天下来，我们的皮肤都晒得黝黑黝黑的。每次训练完我们各个都像才从桑拿房里出来一样。但这样才有一番军人的韵味嘛！而我们的教官上课的时候对我们也十分严厉，可下课却跟我们说说笑笑的，还教我们唱军歌，“一二三四，一二三四……”原来枯燥的军训，现在又增添了许多乐趣。原来教官也不是那么严厉啊！虽然白天很累，但是晚上大家却可以相聚在一起看电影，有说有笑的，彼此互相交流。从陌生到熟悉，从熟悉到朋友。

但是这几天来也有让我失望和遗憾的地方，就是我与同学发生的小矛盾，这是个人的事，可怎么能连累集体呢？我想对那个人说：同学之间遇到事情不能只想着自己，还应该考虑集体。解决集体生活中遇到的矛盾，这样集体会更加团结、和谐，每个人也会变得更加成熟。那一夜，我偷偷地哭了，因为我很委屈，也很想妈妈。可是转眼一想，我已经不是小孩子了，我应该慢慢的自己学会与同学更好的和睦相处。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，我会认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。在这次军训中，我长大了！军训的感想将牢牢的记录在我的人生长卷上，永不会丢失，永不会忘记。

脱下湿湿的短袖，换下闷热的运动鞋。三天的军训生活已结束。已是满身疲倦的我放松地躺在床上，吹着空调，又回到了“王宫”里。可脑子里突然出现了这几天军训生活的画面。“稍息，立正，向右看齐……”教官的声音也浮现在我脑子里。这三天的军训生活，让我学到了课堂上不能得到的。

记得军训的第一天，老师就告诉我们，军训结束后是要展示的，并且还要评比。所以老师要我们好好训练。我们答应老师，争取拿个第一回来。可说归说，行动起来可就不像说得那样简单了。第一天的军训，虽然我们只学了一些简单的动作，可是需要集体的配合，这些平时看似简单的动作，现在让大家一起做，却做得乱七八糟。同学们各做各的，有的学生速度快得如超人一般；有的同学慢得像一只蜗牛；有的甚至还思想不集中地傻愣在一边。这个同学的步子幅度太大，那个同学的胳膊又没有摆起来……训练的时间长了，有些不耐烦的同学就开始窃窃丝语，交头接耳。那些体制不好的同学支撑不下去，干脆就休息了。哎——要是说句难听话，就是“一盘散沙”啊！华叔本曾说过：“单个的人是软弱无能的，就像漂流的鲁滨逊，只有同别人在一起，他才能完成许多事业。”

没错，只有一个人的力量有什么用呀？要是这三天我们都像这样的话，那么我们的dk（夺魁）计划就要和大家说“bye-bye”了。这一天的军训生活算是不尽人如意吧。

**军训参考文献篇十五**

200x年7月3日，我的大学军训生活正式拉开了帷幕。 正如我们的教官所说，从那一刻起直到军训结束，我们中的任何一个都不再是个性、独立的个体——个人最小化，集体最大化。而我以能成为一营三连十三排的一份子参加军训而自豪。 在已经过去的军训生活中，最切身的感受恐怕就是军训的艰苦了。虽然学校已经作出了相当人性化的安排，教官也处处体谅，但挑战依旧存在，炎热的天气和明显超出我们平时活动量的训练强度让我这个温室花朵着实吃了些苦头。军服粗糙、鞋子不合脚;阳光猛烈、持续高温，汗流浃背、口干舌燥;站军姿、定臂定腿、齐步正步练了一遍又一遍，手脚僵硬酸痛……总是恨不得休息的时间延长再延长、军训的.时刻慢来再慢来。 不过，俗话说得好：“坚持就是胜利。”凭着一股子不服输的劲，我和大家一起咬牙坚持，从一开始不适应的烦躁，到后来机械地动作，再到现在为了自己和集体的点滴进步而欢欣雀跃，态度在不知不觉中转变，意志变得愈来愈坚定，磨练之下精神面貌更是焕然一新，哪怕训练依旧艰苦。 “吃得苦中苦，方为人上人”。毫无疑问，艰苦的训练让我在汗水挥洒的同时收获颇多。 首先便是学到了一些基本的军姿军...

-->

-->

-->[\_TAG\_h3]军训参考文献篇十六

刚刚进入一个崭新的.环境里，就要进行一次前所未试过的活动——军训。初始听到这个字眼时，是畏惧、是害怕，是带有一点点的期待。我竟没想到，只有五天这个短暂而又历史性的时间里，是快乐，是美好，是带有很多很多的不舍。

快乐就在这个已经是历史的时刻里开始的。那天，李教官向我们2班和3班走来，没见说一句话，就带我们走到了阴凉的地方，然后就介绍了自己一句话：“我姓李！”后来说的都是教我们纪律的问题。说实话，李教官很帅，很多同学都认为他是所有教官里最帅的那一个！（我想李教官如果看了的时候，应该笑吧！西西）开始的时候，练了很长时间的站姿，相信一些同学便不耐烦，但是我们得知教官们一站要一两个钟头时，便不约而同的站直了腰！转眼间，上午已经过去。回到店里，“还去不？啊？累人不？”老妈就直问我。“不累不累，好玩死了，当然去咧！谁不去就是一生的遗憾！忽忽！”睡完觉，又兴冲冲地赶去了。坐姿！好教官呐！谁叫我们怕晒太阳？坐了不久的坐姿！来到太阳地里，好教官还是给我提供好的环境，别人晒太阳，我们阴凉处！偶耶！thanks！蹲姿？砰！全体晕倒，慢慢“熬”过来一下午。

**军训参考文献篇十七**

今年的美术学院新生人数最多，年龄较前几届小，女生多于男生，并且刚松弛了一个假期，很多学生不适应大强度的军训生活，为了达到预期的军训效果，我们制订了详细的军训期间作息时间表，并且严格执行，这样保证了军训期间学生的休息，以便有充沛的精力做好下面的训练。使训练质量就有了保证。为了保证学生在训练过程中不出任何意外，圆满完成任务，学校要求所有有关工作人员立足实际，加强服务意识：树立学生工作以服务为基础，训练强度管理为手段，教育为目标的工作观念，提出“一切为了学生”的口号并在管理过程中贯彻这一理念。

通过军训，同学们的精神面貌焕然一新，再加上近来的国际紧张形势，同学们的爱国热情为之振奋，同学们的意志倍加顽强。军训鞭策着同学们前进，规范着同学们的行为。通过军训，培养了同学们团结协作的精神，形成了良好的纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。同学们懂得了齐心协力，才会取得成功;要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。

**军训参考文献篇十八**

不知道同学们军训之后都有些什么感受呢?小编以前军训完之后觉得要累瘫了，心里却是装着满满的不舍。下面，小编就分享一下小编的军训自我鉴定，欢迎参考哦!

时光流逝，转眼间，初二也已成为了过去，我们将迈入初三的生活。许多人说，初三是灰色的，为了让我们有充分的准备面对初三、面对中考，为期一天半的军训成为了我们进入初三学习的第一课。

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的.同学，也仍然坚持与大家共同训练。

先是听讲座，座位上的我们任由汗水肆无忌惮地淌下，但是还是保持着应有的坐姿。接着来到了操场训练，操场上的我们个个精神抖擞，似乎一点都没有被这闷热的天气所打扰。在一声声“立正”、“稍息”中，我们认真地完成了队列训练中的种种姿势。虽然过程中，有同学倒下，但没有人因此而放弃，为的就是两个字——坚持!

虽然没有橄榄绿的军装，但那青春活泼的稚脸是我们的经典，虽然没有凉爽的天气，但充满朝气的面容是我们的色彩。操场上的空气散发着自信与拼搏的气息，操场上的每一个点滴，都震撼着我们的心灵。

我们得不到永远的胜利，只求能尝到苦涩后的甘甜;我们没有顽强的体魄，只求在倒下后能再一次站起;我们不可能永远相依相偎，只求在这最后的一年里共同进退;生活不可能一帆风顺，只求在遭遇坎坷时能坚持不懈……这，就是我们每个人的心愿!

人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们小心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持!

路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

-->

-->

-->[\_TAG\_h3]军训参考文献篇十九

8月15日,我们在烈日下演练,阳光穿透我们的肌肤,蒸腾出我们的汗水,丝丝凉风亲吻着我们,那火红的脸上灿烂着我们每一个人的希望。那一刻，夏日带着它的傲然飘然离去，随之而来的是秋风那飘飘的裙袂。

一年后的8月15日，朗朗书声的我们坐在明亮的教室中，用心聆听窗外的军歌嘹亮，回忆中的迷彩点缀着周围的英姿颯爽，那熟悉的操场遍布着他们自信的脚印，纵使前行的道路上满是烈日炎炎，风雨凄凄。

而雁过留声的我们呢?一本本习题集在我们手中徜徉，一支支笔在艰难中挺进……哭过，累过，疲惫伤心过，也离开过，但是从未放弃过。人生是一次美好的起航，也许是阳光普照，抑或是风雨兼程。既然选择了，就要无悔地去追求!毕竟，2014年的军训教会我们太多.军训教会我们做一只荆棘鸟。

既然选择了远方就要风雨兼程，抖动生命中孱弱的羽毛，扑开晨曦中深藏的微光，用前进的热血衡量自己所处的高度。酝酿梦想，沉淀漂泊的心，一路坎坷，风尘仆仆融入绿野阡陌,泪水涟涟洒向雪域的苍茫。纵使是蹒跚地行走也是一种前行的姿态，风吹雨打后的泪痕是生命经过洗礼后的珍贵馈赠，扭曲变形的心是坚韧意志最完美的体现。前进是唯一的选择，奋斗是理想的航船，无悔是今生的夙愿。

就让我们展翅做一只无悔的荆棘鸟，为了追求那翱翔于蔚蓝天际的快慰，揉破满天乌云;为了梦想那跋涉于千山万水的坦荡，点破苍山冷漠。

\_\_\_\_\_\_年的初秋是一个让人怀想的季节。在那个季节里，我们可以不再理会滴打在脸上的雨水，粘在脚底湿湿的泥土，可以在炎炎夏日，绵绵秋雨中坚持到最后的最后开始的开始.

\_\_\_\_\_\_年的初秋是一个让人怀想的季节,在那个季节里我们懂得了太多。他教会了我们团结，坚强与刚毅，更教会我们要做一只荆棘鸟,朝着理想飞翔。

\_\_\_\_\_\_年的初秋是那么地令人怀想，因为它托起了初升的太阳，因为它为我们打造了一只可以乘风破浪的船，载我们到达幸福的彼岸!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com