# 2025年军训心得简单明确的(优质14篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2025-06-07

*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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。军训心得简...*

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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**军训心得简单明确的篇一**

军训是每位大学新生生活中的重要组成部分，通过军训，我们能够锻炼身体，培养团队合作精神，提高纪律观念，同时也能够增加友谊和兄弟情谊。在经历了激烈训练后，我深深地感受到了军训给我带来的身心变化和心得体会。以下是我个人的军训心得体会。

第一段：锻炼意志力，坚持到底

军训中的训练强度是我从未经历过的，通过长时间的军事训练，锻炼了我不畏困难、坚持到底的意志力。每天清晨的晨跑和各种体能训练，让我真正体验到了汗水和疲惫的感觉。但是，正是因为这种训练，我逐渐克服了疲惫感和懒散情绪，继续坚持下去。通过军训，我学会了不退缩、不放弃，只有坚持到底才能取得胜利。

第二段：培养团队合作精神，增强凝聚力

在军训中，我们不是一个人在战斗，而是一个团队在一起，这就要求我们具备良好的团队合作精神。通过各种合作训练，我们加深了相互之间的了解，建立了深厚的友谊。每天的集合仪式、队列训练，锻炼了我们的配合默契和协作能力。只有团结一致，形成合力，我们才能顺利完成各项任务。团队合作让我们感受到了集体力量的无穷魅力，提高了整个集体的凝聚力。

第三段：严格的纪律要求，培养自律能力

军训中的严格纪律要求，让我们养成了良好的自律习惯。军训期间，我们要按照规定的时间起床、锻炼、用餐、休息，严格遵守各项规章制度。这种严厉的纪律要求让我们迅速调整了生活节奏，养成了良好的时间管理能力。同时，我们也深刻体会到纪律的重要性和作用，只有严守纪律，才能够保持良好的军事素质，成为一名合格的军人。

第四段：加深了友情和兄弟情谊

军训中的同学们互相鼓励、互相帮助，让我们的友情和兄弟情谊得以加深。在训练过程中，我们相互搀扶、相互鼓励；在生活中，我们相互关心、相互扶持。在大家一起挑战困难、共同努力的过程中，我们结下了深厚的友谊和兄弟情谊。这种感情不仅仅是在军训期间有所体会，也会延续到今后的学习生活中，成为我们友谊和互相支持的源泉。

第五段：对未来的启示和反思

军训是人生中一次重要的经历，对我们的成长和发展具有重要的意义。通过军训，我懂得了坚持、团队合作、纪律和友情的重要性。这些经历和体会都将对我今后的学习和生活产生深远的影响。同时，军训也让我反思自己的不足和不完美的地方，明确了今后要努力改进的方向。只有通过不断的反思和总结，才能不断提高自己的素质和能力，为将来的发展打下坚实的基础。

总结：军训的经历不仅仅是锻炼身体，更是培养了我们的意志力、团队合作精神、纪律观念和自律能力。在同学们的互相支持和帮助下，我们不仅度过了一段充实而有意义的训练生活，也收获了深厚的友谊和兄弟情谊。通过这次军训，我对未来的学习和生活有了更加清晰的认识和规划，同时也明确了自己需要努力改进的方向。军训心得体会简单，但给我们留下的深刻印象和启示将伴随我们一生。

**军训心得简单明确的篇二**

作为每个大学新生的必修课，军训是锻炼意志品质、增强身体素质的重要机会。在整个军训过程中，我经历了许多新鲜和艰难的挑战，也积累了不少宝贵的经验和体会。以下是我对军训的简单心得体会。

首先，军训教会了我严格要求自己的态度。参与军训，意味着我们需要接受高强度的训练和严格的纪律要求。在晨练、拉伸、军事训练等等一系列的活动中，我们不得不严格要求自己，迎难而上。我在这个过程中意识到，只有严格要求自己，才能达到更高的目标。世界上没有无缘无故的成功，只有通过自己的努力和付出，才能取得更大的成就。

其次，在参加军训的过程中，互助合作也是非常重要的。所有参加军训的同学们都来自不同的学院和专业，我们之间的合作是为了达到共同的目标。在团队合作的过程中，我们互相帮助、关心和理解。面对困难和挫折，我们共同承担，共同努力，最终完成了艰巨的任务。我深深感受到了团队合作的力量，只有大家齐心协力，才能取得更大的成功。

再次，军训还教会了我坚持不懈的精神。在军训过程中，我们进行了很多高强度的体力训练，如长时间的慢跑、倒立、俯卧撑等。这些训练对我们的意志力和毅力提出了很高的要求。有时候，当我们感到筋疲力尽，几乎无法再坚持下去的时候，教官会告诉我们，“只要你坚持下来，就能成为一个更强大的人”。这句话像是一股强大的动力，激励着我不断前进。我明白了，只有坚持不懈，才能超越自我，取得更大的成功。

另外，军训也教会了我自律和自我管理的重要性。在军训过程中，我们需要保持良好的生活作息，按时起床、按时吃饭、按时休息，还需要保持整洁、有序的个人习惯。这样的要求离不开我们自律和自我管理的能力。没有了家长的监督，我们要学会自己的安排和管理，养成好的生活习惯和学习习惯。这对我们的成长和发展有着重要的意义，能够培养我们独立自主、自律的品质。

最后，参与军训还让我感受到了军人的无私奉献精神。教官们不只是教我们军事知识，更是带领我们一起前行、鼓励我们努力奋斗的伙伴。他们耐心指导，关心着我们的成长和发展。他们展示了军人的无私奉献精神，将自己的知识和经验无私地传授给我们。我被他们的精神所感动，学到了许多为人处世的道理，并且深刻地明白了奉献的重要性。

总之，参加军训是一次收获良多的经历。从军训中我学到了许多关于坚持不懈、自律自我管理、团队合作和奉献精神的重要性。这些经验和体会将会在我今后的学习和生活中发挥重要的作用，让我能够更好地面对各种困难和挑战，并不断提升自身。我会将这些宝贵的经验与体会发扬光大，并运用到自己未来的人生道路之中。

**军训心得简单明确的篇三**

从第一天的军训起我就知道了接下来的军训是非常严格具有挑战性的，都说军训伤不起其实都是为了锻炼一下自己的团结合作和对同学们身体的检测，有很多人都不想搞军训为什么因为都怕吃苦，吃点苦算不了什么常言道先苦后甜吗。军训的感受的确像个五味瓶，酸甜，苦，辣，咸样样都有。

军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天教官要我们做俯卧撑，这是我们军训\_\_天一个难忘的事情。回想那短短\_\_天军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。

在军训时，我们和教官在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。

正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹;没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折组织我们看电影，打篮球，做游戏等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系。

在那一声声口号中体现出了我们的“团结就是力量”在这里，我们尝到了种.种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩;那倍受关注的会操比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚……也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好!难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩

简单军训心得4

**军训心得简单明确的篇四**

7月中旬，夏日的炎热似乎无法阻挡我们即将迎来的第一次军训。一年级的我们，对于军训，有着莫名的期盼和恐惧。期盼能够锻炼我们的意志和身体素质，恐惧则是因为我们不知道自己是否可以扛得住。但是，总要尝试才知道自己到底行不行。于是，我们迎来了一周的军训，留下了许多简单的心得体会。

第二段：认真听讲，遵守纪律

在军训的学习过程中，我们第一条就是要认真听讲、遵守纪律。听讲可以让我们更好地掌握军姿、行军、操纵等基本动作技能，同时也可以更好的理解统帅讲解的思想、任务和口令等。遵守纪律，则可以提高集体的整体素质和团结精神，保证我们的练习按规定进行，同时还可以减少意外事故的发生。

第三段：锻炼体能，增强体质

军训的最基本目的就是锻炼我们的体能，增强我们的体质。我们每天的晨跑、体能训练、操练等，让我们的身体迅速适应了这种高强度的训练方式。虽然一开始我们的身体很疲惫，但是通过不断坚持和努力，我们可以看到身体上的变化，每一天的进步，这也是让我们很有动力坚持下去的原因。

第四段：培养集体荣誉感、团队合作精神

随着训练的不断进行，我们也逐渐明白了团队合作的重要性。在训练中我们都是在一个集体之中，每个人的进步都会影响到整个集体的成绩，从而影响到集体的荣誉和我们的幸福感。因此，在军训中我们不仅要求自己进步，更要帮助集体进步。我们在训练中相互鼓励，相互帮助，这样才能更好地完成任务。

第五段：收获与感悟

军训结束后，我们再回想这一周的经历，不仅从身体上得到了锻炼和提高，还从精神上得到了升华。我们学会了坚持，学会了集体荣誉感，体会到了个人能力的局限，更重要的是，我们在军训中愈加清晰了我们人生的目标，及如何为之奋斗的方向。这一切，都是通过一周的军训所获得的。真正的获胜者不在于浅尝辄止，而在于坚持不懈。所以，我们要铭记这次军训的经历，时刻提醒自己，让我们在未来的学习和工作中更勤奋、更努力，迎接更加光明的未来。

**军训心得简单明确的篇五**

在军训中，每一个人都体验到了不同的感受和收获。而我的心得体会可以简单地用一句话来表达——军训是磨砺内心的过程，而不仅仅是锻炼身体。

第二段：身体上的磨砺

军训中，我们每天早晨起得很早，进行各种训练，使我们的身体得到了锻炼，变得更加强壮。但是，这并不是军训的全部。在长时间的持续训练中，我们面对着困难和挑战，必须坚持下去。这样的锻炼不仅仅是身体上的，更是心理上的磨练。

第三段：心理上的考验

在军训中，我们不仅要面对体力上的消耗，还会遇到精神上的考验。特别是在极端环境下，比如高温天气或恶劣的天气条件，这时候我们需要克服自己的困难和抵抗力，保持乐观的心态，坚持训练。这样才能在军训中真正成长。

第四段：团队合作的重要性

在军训中，我们不能单打独斗，而需要和队友紧密合作。每个人都需要扮演自己的角色，协作完成任务。这种团队合作的精神在一定程度上可以帮助我们很好地适应社会生活。通过军训所学到的团队合作理念和技能在未来的生活中也会有很大的用处。

第五段：结语

军训是一次难得的历练机会，让我们真正地体验到了军营文化，感受到了艰苦奋斗的精神。通过这次训练，我还学会了如何与他人相处，想要达成某个共同目标必须以团队合作为前提。这是我从军训中得到的最重要的启示，也是我今后生活中需要遵循的原则。军训之所以如此重要，是因为它使我们获得了许多珍贵的体验和教训，这些将会成为我们终身受益的宝贵财富。

**军训心得简单明确的篇六**

经过一些日子的军训，我虽然不敢说有脱胎换骨的变化，但是我的内心实实在在感到的充实，我更了解了这个群体，对这个群体有了特殊的理解。军人很早起来，很晚休息，一年又很少的假期，其余的时候都是训练，强壮身体，提高技能，他们这么做，有时候想想，在他们服役期内，真的上战场的机会不多，也许做些常普通的工作，为什么持续这种生活呢，我问了我们的教官，他说，如果把军队生涯当做为祖国奉献的机会，他们不会感到痛苦，虽然服兵役几年也许没有机会挥洒热血，但是我们这些当过的兵的，无论将来的合适合地，只要祖国一个召唤，我们立刻上战场。

听到这里，我内心起伏跌宕，他们自身是如此平凡，一个兵在中国如此多的兵种算不了什么，但是他们又是如此伟大，这种爱国感，这种使命感，又是另每一个中华儿女最敬佩的。想到八年抗战，就是有着数不清的这样拥有使命感的士兵，才打下了今天的江山，想当初，国快破，家快亡，就是这些中华儿女，不爱红妆爱武装，才有了今天。我的军训只有短短这些日子，除了身体劳累以外，根本无法拥有一个兵的真正素质，但是就是这些活榜样，向我们诠释了部队的意义，快正式开学了，军训会远去的，但是这种精神会时时刻刻激励着我，我祖国奉献，为祖国撒鲜血。当我以后遇到学习中的种种问题的时候，想到他们，我的身体充满的力量。故今日之责任，不在他人，而全在我少年。

少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。

初一个人军训心得简单版5

短短的五天军训，却让我的记忆中留下深深的烙印。如果说人生是一场戏，那么军训就是这场戏中最精彩的一幕。军训能够培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志，锻练我们的身体。

军训对我们来说是一种考验，是一种人生的体验。军训让我们知道了什么是命令，什么是该做的，什么是不该做的，在中学生训练基地，我们必须绝对服从教官的.命令，听从教官的按排，也知道了什么是团结。军训是一个磨砺自我的过程，我们绝不能因为受一点苦就放弃，更不能因为教官的严厉就半途而废。我们必须用一颗顽强的心去战斗，去拼撙，去取得最后的胜利。

在操场上站军姿是痛苦的事，但是我们必须坚持下来。一遍又一遍枯燥乏味的动作。一句又一句不得反抗的命令，这一切都不能使我退缩，我要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

在这几天中，我学会了如何做到这三个字——快、静、齐，也学会了我在家里学不到的东西，懂得了珍惜时间。

再过半天就回家了，其实我还是有点舍不得这里，因为这里冲满这我与同学。教官们的笑声。欢乐声与团结的那种精神。

生命中有自己真挚的东西，我在短暂的军训生活中，让我们体会到了军人的坚强意志，我愿意记住这刻骨铭心的记忆，这些记忆是我生命中的珍宝。在这里，我要跟班主任。领导与教官说一声谢谢，谢谢您们关心我们照顾我们。

**军训心得简单明确的篇七**

烈日烘着大地，我们的衣服湿了又干，干了又湿，留下一圈又一圈的痕迹。汗水沿着脸颊一滴又一滴地滑下，热气充斥着我们的鼻翼。军姿已站了三十分钟了吧，脚的刺痛感越来越清晰。别班的同学一个个地倒下了。倒下吧，那样就能好过点。然而，我怎么能倒下呢，都已坚持了那么久，现在倒了，以前的努力不就白费了，还是站着吧。我相信，我一定能行。半途而废不可为，只有坚持才能赢得最后的胜利。因怕苦而倒下的人是懦夫，能吃苦而不怕累的人是勇士。作为一个健康的大学生，我跟我的同学都选择了后者，当勇士，力争坚持到底。结局，当然是大获全胜，赢得了教官与大家的认同及尊重。

二、学会同甘共苦

随着时间的流逝，我们渐渐地融合在一起，团结一致形成一个凝聚力极强的集体。军训的日子又苦又累，但斗志高昂的我们从不妥协地勇闯。慢慢地，我们学会了分享，分享水分的甘美;分享身边发生的趣事;分享节日的快乐;分担别人的忧愁，分担他人的烦恼;分担思乡的感慨，不再当墙角中的小花默默地孤芳自赏，而是当伸出双手拥抱阳光的向日葵，不畏风雨，追求着理想。

一声又一声的“报告”，提醒着我们已长大成人，要负起自己应负的责任，做事要光明磊落，做人要活得洒脱，事事有家人护着的日子是我们都回不去的从前。自强不息，我们才能走好自己的路。

三、一分耕耘，一分收获

今天是军训的第11天，随着一声“齐步走”的口令，我与队友们整齐地一步又一步向前走。我们都高昂着头，目光直视前方，英姿飒爽，不用看地，我们都知道，我们走得很好。听着一声“稍息”，我们都被选入方队了，真的是一分耕耘一分收获。若无教官的严厉与悉心的教导，哪有我们今天被选中的荣耀，若无自己的努力与永不言败的意志，又哪来今日的成绩。时间会流逝，然而我们会用热情换回时间，让年轻的心永不改变，今天我们献出的是青春与汗水，他日我们所收获的将是累累的硕果。我相信，有心人，天不负。只要肯干，总有出头的日子。

军训个人体会

**军训心得简单明确的篇八**

是同一个梦想让我们走进同一个校园，是嘹亮的‘立正’声让我们来到同一个训练场，我相信同学们和我一样，怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次‘洗礼’完成半个月的校园军训;亲身体验一次军人生活的艰辛。增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格青年学生。

一 校园军训任务重，提高认识

大家都知道入校前参加校园军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课;它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感;它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上 一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的基础。

二 刻苦训练纪律严，以苦为乐笑满面

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城;只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚:无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗?还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗?那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神;还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中---“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀!军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中。

**军训心得简单明确的篇九**

军训，是大学生活中必不可少的一个经历，它是锻炼体魄、磨练意志的机会，也是让我们更好地了解国家对我们年轻人的期望和要求。作为大一新生，我踏上了军训的旅程，接下来我将通过我的心得体会，分享给大家。

一、往上爬的累了，停下来看看环境

在军训中有一项非常考验体力的训练，那就是爬山。当时我还蛮自信的，觉得自己体力不错，可是在爬了一段之后，我就有些喘不过气来了。当时我就觉得自己太过心急，只顾着往上爬，完全忽略了身边的美景。后来我放慢了脚步，仔细观察周围的环境，才发现自己身处在一个非常美丽的地方。这让我明白了，在军训中不要太心急，要学会放慢步伐，用心去感受周围的环境，做到既锻炼了身体，同时也给心灵一份放松和享受。

二、听从指挥是基础

在军训中规规矩矩地排列队列，迅速、整齐地转身行进，要求是非常高的。在一开始的训练中，我就发现很难和别人保持好的队形，特别是做起立正这种基本动作，看起来非常简单的动作，却让我做得非常糟糕。后来教官就教给我们，无论什么时候，听从指挥是最基本、最重要的。只有听从指挥，才能让整个队伍有条不紊地前进。这个教训使我认识到，在任何一个团队，都需要有条不紊地有条不紊地执行指挥，这是团队最基本的规定。

三、懂得合理安排时间

在军训中，每一天都充满了各种训练、考核和讲座，所以时间的安排就显得尤为重要。在我之前，很多老生们都给我们一些经验和建议，告诉我们一些就餐、休息和训练的技巧。经过一段时间的锻炼，我发现把时间安排好是非常关键的，否则就算在训练中付出再多的努力也同样无济于事。因此，我学会了在有限的时间里更好地安排任务，提高了自己的效率和利用效率，也更好地了安排生活和学习。在日常生活中，我也更加懂得如何分配和利用时间来完成自己的任务。

四、学会坚持和团队合作

在军训中，每一项训练都要求我们必须完成某种任务。而当我完成一项任务，身体已经达到疲惫的极限的时候，我就感觉到了一种特别的满足感和获得的成就感。我深深地感受到，只有在经过一个个的困难和挑战之后，才会有真正的成就感。同时，团队的合作也是非常重要的。一个人无法完成全部的任务，只有团队的合作，才能够顺利地完成训练。因此，在军训中，我学会了如何坚持和承受压力，也深深地体会到了团队合作的重要性。

五、展现自己是非常重要的

在军训过程中，不仅是课程的安排非常严谨，而且所有人的表现都受到了严格的考核。我深深地体会到，展露自己的能力和精神是非常重要的。不仅能表现出自己的能力和个性，同时也能为队友们提供更大的动力。我在听到队友们的鼓励后，我才意识到自己的存在对于集体的影响，因此我才会更加自信，为了个人的荣誉和团队的荣誉努力地奋斗着。在军训过程中，我学会了敢于展示自己，自信地表现自己，做到了走自己的路让别人说去吧。

以上就是我的一些心得体会，在这过程中，我收获了很多也学会了很多。在接下来的大学生活中，我将继续保持自己的信念和热情，为了更好地成长和展示自己的优秀素质，为自己的梦想努力着。

**军训心得简单明确的篇十**

有泪，有欢，有苦真乃五味具全了.军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

军训心得简单3

**军训心得简单明确的篇十一**

作为一名刚入大学的一年级新生，我经历了为期两周的军训。这两周对我来说是不同寻常的，我体会到了军人的艰苦训练的同时，也对自己的自律和毅力有了更深刻的认识。以下是我对军训的一些心得和体会。

第一段：感受到身体和意志的不同程度疲劳

在军训中，首先让我感受到的是身体和意志的双重疲劳。每天早上5点半就开始新的一天的训练，一身军装的我们必须站在冷风中等待集合，然后跑步、做俯卧撑、仰卧起坐等一系列体能训练，最后还要进行实战演习。身体的疲劳和痛苦让我想放弃，但作为学生和军人，我不能退缩。这时候，我意志的力量和毅力发挥了作用。我告诉自己，只有通过坚持，才能有所成长。

第二段：重视团队合作和协作精神

在军训中，团队合作和协作精神是至关重要的。队友之间需要互相帮助和配合，才能完成任务。我想起了我们班的一个小游戏：尽可能多地站在一张桌子上，没有固定规则和游戏时间，只是在不断地尝试中寻找最佳解决方案。我们队友之间可以互相扶持，也可以想出各种妙招，最后我们的队友成功地站在了桌子上，让我们获得了胜利。这让我意识到，只有大家共同协作和合作，才能取得最终的胜利。

第三段：认真对待思想政治教育

军训中，思想政治教育是必不可少的一部分。我们学习了一些基础的国防知识，同时还了解更多的国家政策、法律法规等。我们也参观了军史博物馆，深刻地了解了中国军队以及军人的不凡历史。这位于我深深地印象，让我意识到，作为一名大学生，我们需要具备爱国主义情怀，弘扬优良的传统文化。

第四段：尊重教官、班干部等领导

在军训中，教官和班干部是我们的领导，他们是我们学习的榜样和起点。他们在军训过程中严格要求，让我们时刻处于警觉状态，并且时刻提醒我们需要学习更多的军事知识和技能，同时也需要向身为学长和带头人的他们学习。我们需要认真听从他们的教诲，尊重他们的领导和规定。

第五段：坚信训练的价值

在军训中，我们经历了身心的极限磨练和考验，但我们也收获了战术上和精神上的胜利，每次训练结束后的疲惫感和收获感并存。训练的背后是磨练和锤炼的人格魅力。我们的个性和素质得到了显著的提高，这一切都离不开训练的精神价值。所以，军训的意义不仅在于技能的学习，更在于体现了军事训练的价值。在日后的学习和生活中，我相信这个过程会帮助我更好地去应对各种挑战和困难。

**军训心得简单明确的篇十二**

军训作为大学生涯的重要组成部分，不仅能锻炼身体，还能增强团队合作意识和集体荣誉感。在经历了几天的军训后，我深受其益，体会到了许多心得和收获。下文将结合自身经历，谈谈我对于军训的简单心得和体会。

第二段：掌握正确的军姿站立姿势是基础

在军训的第一天，我发现自己连最基本的军姿站立姿势都不太行。经过教官的耐心示范和讲解，我慢慢地理解了正确的站姿和军姿，学会了如何站得直、站得稳、双手放在衣裤口袋中，注意细节和细微动作。从此，我开始重视自己的站姿和军姿，时刻用心做好每一个细节，感觉身体和态度都更加挺拔有力。

第三段：团队合作意识是必须要有的

除了个人行为规范，军训还侧重于团队合作意识的培养。不同于平时的个人主义，军训让我明白，只有懂得团队合作、同舟共济，才能在紧急时刻做出最好的响应和决定。在团队中，我们互相支持，互相配合，通过分工合作、相互扶持来完成任务。这样，每个人都能发挥自己的优势，并且通过团队功能的最大化，达到任务的协作完成。

第四段：坚定的意志力是战胜困难的关键

军训过程中，我们经历了许多困苦和挑战，比如长时间站立、体能训练、紧张应战等。在这些挑战面前，我们需要的并不仅仅是身体素质，更需要的是坚定的意志力。只有坚定的意志力，才能让我们克服困难，克服挫折，越挫越勇，取得最好的成绩。所以，在军训期间，我们不仅是在锻炼身体，更是在锻炼意志力。

第五段：总结

在军训的这几天，我收获了很多，更重要的是能够认识到团队合作、坚韧不拔的精神和正确的个人行为规范的作用。这些收获和成长，不仅能帮助我在军训中取得成功，更会伴随着整个人生旅程，成为我拥有坚定信念、团结友爱、勇攀高峰的永恒动力。 军训的过程也让我深切地认识到，这时候坚决、不屈不挠的精神，也是在以后的人生变故中，真正去做自己需要做的事情的力量来源。因此，我深深感谢军训，让我在挑战中发现自己，也让我学会如何成为一个更好的人。

**军训心得简单明确的篇十三**

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊!”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，不同的就是气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的\'一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息，听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的!”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗话都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”。因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

也许对于真正的训练来说，我们的军训是微不足道的，但这十天我们的收获也是不少的。十天，让我知道集体的感念，知道团结的重要性。当然，今后，我们也要记得要有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累……军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学应用到生活的每个细节，勇往直前!

**军训心得简单明确的篇十四**

20xx年xx月12日是一个很值得忘怀的日子……因为这一天是我等来了梦寐以求军训的军训生活。

这天一大早，老师领着我们走进了一个会堂，部队的教官和我们学校的领导在台上讲话，我们都在台下认真的听着......

仪式结束后就到了我们住宿的地方，我们是8个人一个寝室，通过这几天的训练，我们几个人已经成为了要好的朋友，我们寝室的同学们都很有组织，有纪律。我们8个人都非常团结，因为我的床距离门口最近，所以寝室的同学们选举我成为我们1218寝室的寝室长。我敢说，这几天我没有辜负同学们和教官的期望，也对得起我这个寝室长的称号，我把我的工作做的很努力。

到了吃饭的时候我们都是先站在楼下，一路一路的同学往食堂跑去。还必须得拐直角，到了食堂，必须军姿站好，站在饭桌边上。等到教官说坐，才可以坐下，教官再说开饭才可以动筷子。其实在这几天我没一顿吃饱饭的，我挑食，那些菜都不爱吃，不过，我回家之后可不再那么挑食拉，我知道了饿的感觉，是那样的不好受哇!

几天中最累的就是训练了，真的是魔鬼般的啊，每个动作都要做到位，一停下来就要军姿站好，不可以随便乱晃。我们的教官给我们立了一个班规，就是“蹲姿”!每当我们听到这个词的时候心里都微微一颤，突然间充满力量，不敢懈怠。教官一遍一遍喊着口号，我们一遍一遍训练着,真的好累.有一次我们去看电影《唐山大地震》结束的时候，我们到外面站排，我抬头望见天空很美很美，真有种星空的感觉，我还看到了北斗七星呐!我们都很兴奋，叫着喊着，很怕别人看不到这美景。回到寝室楼下，我们的教官很生气，让我们在楼下站了足足快有一个点，我坚持了好久，终于，流出了眼泪。我实在受不了了，身体都很酸。但是我还是一动没动，心里默念，并期待着可以回到寝室的床上。

这次军训，还有一个小插曲，就是晚上不知道是谁把我们寝室的灯打开了，结果等我们回去的时候屋子里全都是各种各样的虫子，有蛾子，有蚊子，有蜈蚣，还有一种我们叫它“会飞的蟑螂”。我们打了报告，教官来到我们寝室，突然我发觉我脸上好像有什么东西，用手一摸，原来是那蟑螂，“啊”!天哪，真的当时吓死我了，我能感觉到它一直在爬，吓坏我了。不一会，我们寝室的人几乎都一起哭了起来。教官看到我们的样子，并安慰我们说，别害怕，我来给你们一个一个消灭掉。终于在教官们的齐心协力下，我们寝室的“昆虫展”终于结束了!折腾了一天的我们也都累了，迅速地进入了梦乡......

我们每天都起的特别的早，每天4：00就得起来，不然5：20吹起床哨再起来，洗漱的时间就不够了...我们真的是“睡的比平时早，起得比鸡早啊”!

这几天之内我们洗了一次澡，去了2次服务社，还有教官晚上教我们唱军歌。虽然很累，不过也挺有趣的!

我们这几天的努力都是为了最后一天的会操和分列式，到了最后一天我们都精神饱满的迎接军训闭幕式，和军训表演，当我们走向主席台的那一刻，我看到领导、老师、和教官们满意的眼神与微笑，我们明白，我们这几天的努力都没有白费。我们在这次军训中成长了自己，同时也锻炼了自己能吃苦耐劳的精神，让我们在今后走向社会，走向未来的实践中获得锻炼。这就是我们来此的真正目的。

虽然很辛苦，但是教官和老师更辛苦，可以听见，每一位教官的嗓子都是沙哑的。老师则是陪伴在我们训练的时候，要是谁驼背了，老师给直;谁生病了，老师嘘寒问暖;谁晕倒了，老师去扶;谁胃疼，老师给接热水。原来我本以为，教官就是爱折腾我们，可是经过这几天的相处，我知道，这只是教官的工作，他们只想让我们知道什么叫做军事化，什么叫做部队。虽然短短六天的训练时间不能改变我们什么，不能让我们在生活中也像在那里的时候那样做，但能够让我们明白什么是集体的力量，什么是自力更生，让我们从中成长起来。让我们明白“风雨之后，彩虹依旧”!

感谢你，我们的教官，感谢您，我们的老师!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn