# 2025年军训心得简单朴实(模板13篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-06-07

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。军训心得简单朴实篇一近几年来，高...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。

**军训心得简单朴实篇一**

近几年来，高校军训逐渐成为了大学生活中不可缺少的一部分。作为一名大学生，我也有幸经历了一次难忘的军训，从中获得了许多宝贵的经验和体会。下面我将结合自己的亲身经历，简要谈谈军训心得体会。

首先，军训让我体会到“纪律的重要性”。在整个军训过程中，纪律严明是我们生活的底线。每天早晨准时起床，按时集合，训练要遵循严格的时间表和规定的步骤，任何违背纪律的行为都会受到惩罚。在这个过程中，我深刻地认识到，只有遵守纪律，我们才能够有条不紊地完成各项任务，形成良好的集体合作精神。

其次，军训让我领悟到了“团队的重要性”。在军训中，每个人都要履行自己的职责，承担自己的任务。只有大家相互配合，互相支持，才能够提高整体效能。在团队训练中，我们互相搀扶，共同进退，大家齐心协力克服困难，最终达到了训练目标。这给了我很深的启示，无论是在学习还是工作中，都需要通过团队合作来取得更好的效果。

第三，军训让我认识到了“自律的重要性”。军训期间，我们每天受到严格的训练，必须做到自觉自律，不给自己留下后悔的机会。例如，每天的营地卫生要自己打扫好，饭后要按时刷牙，勤洗衣物等等。通过这些细节的要求，我明白了自律的重要性，只有自律才能保持良好的生活习惯和健康的心态。

第四，军训激发了我“意志力的提升”。军事训练要求身体要素质好，训练中存在很多困难和挑战，特别是体能训练和专业课程的考核。但是在这个过程中，我学会了坚持不懈和克服困难的勇气。当我的体能达到瓶颈的时候，我并没有退缩，而是在教官的鼓励和支持下，继续努力，坚持下来，最终实现了突破。

最后，军训使我获得了“自我管理能力的提升”。在军训中，我们需要自己管理时间，合理安排个人生活和学习。而且在军事训练中，要自己解决问题和决策，培养了自己独立思考和解决问题的能力。通过这些训练，我学会了对自己的时间进行合理规划，对自己的责任进行履行，提高了自我管理的能力。

通过这次军训，我深深体会到了军训对于大学生成长的重要性，通过神圣的军旅生活，我们的思想得到了提高，大家的纪律性也得到了锻炼。通过集中训练，我们的意志力得到了锤炼，临操战容貌也得到了提高。这对于我们的大学生活来说都是一笔宝贵的财富。

综上所述，军训是一次独特而难忘的经历。通过军训，我深刻领悟到了纪律、团队、自律、意志力和自我管理的重要性。这些体会将伴随我一生，助我成为更优秀的人。期盼每一个大学生都能够珍惜这次军训的机会，汲取其中的营养，用于自己的成长与进步。

**军训心得简单朴实篇二**

\_\_天，短暂而又有意义的\_\_天，已赶着匆匆的脚步，带着我们目送教官是的那一行行泪水远去了。这段军训的日子，是我们这一生都难以忘怀的日子，因为缘分将我们从五湖四海中捞出来聚到了一起，我们一起吃苦，一起欢笑，一起歌唱……我们从陌生到熟悉，从熟悉到朋友，同时我们在学习生活上的提高，在思想道德上的进步，也都是军训赋予我们的。

从军训的第一天起，一张张陌生的脸开始渐渐熟悉，我们也一天天地体验到了做一名合格的军人是多么的不容易。站军姿站到两脚发颤，全身酸软;走正步走到脚掌发麻，脖子抽筋。可是我们大家都坚持了下来，我们用意志力战胜了身体的伤痛。有的同学是第一次离开家，第一次自己独立生活，对他们来说，军训不仅是一次对生活的体验，更是对自己意志力的考验。军训当中，大家同学不怕苦、不怕累，发扬了吃苦耐劳、艰苦奋斗和互帮互助的优良传统。

我们同学不仅在白天认真坚持训练，晚上回寝之后，对于有些难度大的动作，继续训练，直到标准为止。还有在拉练的时候，我们走路没有了平整的广场，吃饭没有了温馨的食堂，在野外就靠着自带的食物来补给身体，对于好多同学而言，这都是难得的体验，或许这一生也不会再有几回。野餐时，我们进行了愉快的拉歌活动，大家都把包里的食物和同学一起分享，一幕幕苦中作乐的情景。在途中，一些体力好的同学帮着其他同学背包，拿衣服;有同学身体弱，累了走不动了，我们就掺扶着并排走，最终，我们顺利成功地完成了拉练。军训中的这些，都构成了一幅幅值得纪念的记忆图片。

军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务：如何叠军被，如何使我们天天生活的寝室更加整洁、舒适。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，好的习惯能为日后的学习生活节约更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。

我们的军训之所以收获那么多，我们的教官功不可没，在训练中，对我们一直是实行铁的纪律，而在休息时，又和大家打成一片，我们是兵与官的关系，又是朋友关系，我们一起接受烈日的灼射，一起聊天，一起游戏，一起唱歌……从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大，他们拥有健壮的体魄，更有高尚的灵魂，他们有着铁一般的纪律，更有一颗乐于奉献的爱心，他们将自己的青春年华交给了祖国，担起的是保卫国家的重任。军人身上有我们要学习的太多东西，他们是我们心目中最可爱的人!

特别的\_\_天，让我们在\_\_的骄阳下考验了自己的意志，在汗水的洗礼下锻炼了自己的坚韧。军训所得已刻入了我们脑海，我们会带着它走过这辉煌的四年，我们会带着它一步一步攀上更高的山峰。

简单军训心得5

**军训心得简单朴实篇三**

军训是每个大学生活中必经的一段经历，它既是对军事素养的锻炼，也是对个人意志品质的考验。通过这段时间的军训，我深刻体会到了军人的品质和意志力的重要性。同时，军训也让我认识到了集体荣誉感和团队合作的力量。在这里，我要简单地分享一下我的军训心得体会。

首先，军训让我深刻领悟到了军人的品质。在军训中，我们要时刻保持军人的战斗力，自觉遵守纪律和规章制度，严守军纪。这要求我们具备高度的集中力、纪律性和执行力。在长时间的训练中，纪律的重要性体现得淋漓尽致。每一次训练都需要我们准时到达集合地点，迅速完成各项动作，并按照指导员的要求进行训练。当我们能够稳定的贯彻执行这些要求时，我才真正意识到了纪律与规矩的重要性。军训中，我们每人都成为了军人，我深感军人的成就感和责任感。

其次，军训让我明白了意志力的重要性。军训中的训练项目非常艰苦，需要长时间的体能训练和各种军姿的练习。训练中，我们时常受到体力和精神上的疲惫。但是，面对困难和疲惫，我们不能后退，只能坚持下去。通过这段时间的坚持训练，我的意志力不断得到锻炼和提升。当我们能够在疲惫中坚持到底，不放弃、不气馁，我深刻体会到了意志力的重要性。军训让我懂得，只有拥有坚强的意志力，才能面对挫折和困难，完成自己的目标。

第三，军训让我领悟到了集体荣誉感的重要性。在军训中，我们每一个人都是一个不可或缺的环节。每一个人的错误都会影响到整个集体的形象和任务完成情况。因此，我们要时刻保持团队合作的精神，互相帮助、互相鼓励。只有当大家都能意识到自己的责任和重要性，才能使整个团队运转得更好。军训让我明白，只有在团队中努力付出，才能共同获得成功。团队的成就感与荣誉感让我更加珍惜集体价值，更加关注集体荣誉。

第四，军训让我进一步认识到团队合作的力量。在军训中，我们每个人都有自己的任务和责任，但往往需要依赖整个团队的力量才能彻底完成任务。通过队列训练、集体操演，我体会到了团队协作的重要性。每个人都要牢记自己的任务，在比赛中保持默契和配合，使整个队伍达到最高水平。只有通过团队的合作，才能获得更好的效果。军训让我明白，一个人的力量是有限的，只有与团队合作，才能发挥出最大的潜力。

最后，军训让我学会了坚持与耐心。军训中的每一天都充满了挑战和艰辛，需要我们进行长时间的体能训练和各种技巧的学习。面对这些困难，我们不能退缩，只能坚持下去。通过坚持和耐心的努力，我们才能获得进步和提升。军训教会了我，只要经过努力和耐心，每一个人都能够取得进步。

军训的日子看似短暂，但给我留下了深刻的印象。通过这段时间的军训，我深刻体会到了军人的品质和意志力的重要性。同时，军训也让我认识到了集体荣誉感和团队合作的力量。在未来的学习和工作中，我会继续坚持这些心得与体会，追求更好的自我。

**军训心得简单朴实篇四**

武士大概真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我,六天后,才了解到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简略的动作,在训练场上,我们无数次地重复着,用自己的心去真逼真切的体会武士的英伟。军姿的文风不动,跨步的划一无力,使我们真正体会到武士的一丝不苟。

军训一开始,同学们个个神采飞扬,对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天,题目来了。有的同学开始发牢骚,抱怨声便连声四起,一些同学向教官提出意见、有的乃至想躲避训练。这些都体现了我们平常的生存太顺畅,险些是衣来伸手,饭来张口,缺少了那份同龄人应有的本领。这正是我们必需提高的自身本质。

军 训

盼啊盼啊,终于盼来了这令人朝思暮想的军训。以前听到大哥哥大姐姐们经常在一起评论辩论军训生存,我便空想着有朝一日能够亲自体验一番,现在终于完成了。

军训感悟

**军训心得简单朴实篇五**

军训是大学生活中一段特殊而重要的经历，它不仅锻炼了我们的意志和体魄，更让我们明白了军人的辛勤和奉献。在这个过程中，我获得了许多简单而宝贵的心得体会。

第二段：严明纪律，培养意志力

军训的首要任务就是严明纪律，每天准时起床、回到宿舍、听指挥、行动整齐，这些规定在生活中看似简单，但端正了我们的态度和行为。在训练中，我们必须按照纪律要求完成各项动作，时刻保持军容姿态，虽然辛苦但也很快乐。通过严格的规定和要求，我们的意志力逐渐得到培养和锻炼，学会了坚持和遵守规则，从而养成了良好的生活习惯。

第三段：团队合作，促进成长

在军训中，每人都被分到一个小分队，必须与队友协作完成任务。队伍中的每个人都有自己的角色和责任，只有互相合作才能够达到共同的目标。团队合作意味着要学会倾听和沟通，要学会相互信任，要学会平衡个人利益与团队利益。每次训练，我们要紧密协作，执行各种指令，这既是对个人能力的考验，也是对整个团队的考验。通过与队友的互动和协作，我学会了尊重他人的意见，更好地融入集体，这对我个人的成长来说是非常宝贵的。

第四段：困难与挑战，培养坚持不懈的精神

军训不仅是锻炼身体的过程，更是一次对内心意志的挑战。在高强度的操练和长时间的训练中，我们可能会感到精神和体力上的极度疲惫。而正是在这个时候，坚持下来，努力克服困难才能真正突破自我。每次训练结束后，我们都会有一种成就感和满足感，因为我们懂得了坚持不懈的可贵，体验到了克服困难所带来的成就感。这种精神贯穿在整个军训的过程中，也将伴随我们一生。

第五段：感恩与成长

军训是一次特殊的经历，它使我感慨良多，懂得了很多。在这段时间里，我深刻体验到了军人的辛勤和奉献，更让我对国家和社会有了更深的感恩之情。我明白了军训的目的不仅是为了培养坚强的体魄，更是为了培养团结、纪律和高尚的精神品质。通过军训，我在思想上得到了升华，成长了许多，在这个过程中收获了许多珍贵的财富。

结尾：对军训的意义的总结

军训是人生中难得的一个机会，通过这段时间的经历，我学会了遵守纪律，培养了意志力，锻炼了团队合作的能力，培养了坚持不懈的精神，并且更深刻地感受到了团结和奉献的重要性。这段简单的军训经历不仅对我个人成长有着积极的影响，也增强了我的国家意识和社会责任感。我相信，这段宝贵的经历将伴随着我一生，成为我人生中一笔难以磨灭的财富。

**军训心得简单朴实篇六**

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页;如果说军训是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。

第一天上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

不一会，我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有说不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人。

下午，同学们都兴高采烈的来到了篮球场，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，初一新生军训心得体会。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像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!

军训心得简单2

**军训心得简单朴实篇七**

过了为期\_\_天的军训生活，军营给我留下了深刻的，不可磨灭的印象;我在这儿学习，在这儿成长。

军营是严格的，来到军营中，第一感觉就是：严格。这里什么都有规则，大到训练场，小到内务的摆放，这一切中的一切全都是有规定的。

来到这里第一天就是按规定站立军姿，它的要领是两只脚分开60度，下巴微收，大拇指按在食指二关节处，两手放到大腿的两边，收小腹，口要闭，两肩向后张，身体向前微微倾斜。到这儿要问了，为什么要向前倾斜呢?这是因为腿上有一个神经通向大脑，按压的时间太长会让人晕倒。就这样第一天在严格的训练中累的东倒西歪，一沾上床，就大睡中度过。军营是整洁划一的，第二天整理内务的学习，同样有不一样的感觉。

走进营房，被子和豆腐块一样，床单平静的如水，整齐的都不忍心坐在上面;地面洁净的可以反射出我们的面孔;步子是整齐的脚抬得高度是一样的，手的高度是一样的，看上去什么都是直线，又有了一个感觉：齐。什么都是整齐划一，因为这就是军营严格的直线要求。

内务的学习同样规定把被子做成方块形，要求将军被一条长边对折两次并铺平，从军被的两头分别量四个手掌对折，然后把各边的角做出来，这样，方方正正的一床被子叠好了。望着自己的成果，满心的喜悦。

军营是快乐的，在接下来的军营训练中，感受到的是别样的\"快乐\"。当我们还在睡梦中体验床的乐趣与激情时，军号又不知何时从何方响起，真的没有什么好办法，只有穿衣服，下床，穿鞋，冲向操场，站好队列。在队中，我感到了什么叫做苦，什么叫做累，但是我爱它，是它教给我了什么是纪律。

在训练中，我喜欢\"军体拳\"，它即能体现阳刚之美，也很实用，不是花架子，可以作为防身术;本质的东西学到了，以后我们可以把它当成一种艺术表演，在大家面前展现!在苦中感受着快乐。

军训结束了，军营是让我成长的地方;在那里，我学习到如何做人，如何生活;军营是我人生开始的地方。

我的未来之船刚刚起航!

简单军训心得3

**军训心得简单朴实篇八**

简单军训心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的简单军训心得样本能让你事半功倍，下面分享【简单军训心得(优秀8篇)】，供你选择借鉴。

在一个月前，我参加了人生中第一个军训，这几天火热的军训生活，让我既兴奋又疲惫，同时也让我懂得了很多道理。

到了军训基地我才意识到军训的“可怕”。基地在非常美丽的乡下，这种天然的美是城市了看不到的，蔚蓝的天上不时飘来几片洁白的云朵儿，变换各种的形状任由人们想象。教官几乎每一句话都在提醒着我们：军训是来吃苦的，我们要坚强的度过这七天，努力!坚持下去!

第一天是不适应的，一天下来我们连一步也不想走了，倒到床上就睡!时间总是过的好快一转眼就天亮了我们又拖着沉重的步子走向训练场地，当时我就想：放弃算了，在家里我哪受过这罪啊!可是我不想让新同学看不起我啊，他们都在坚持呢!我又怎能放弃呢?就这样在我的纠结中又度过一天，随着渐渐的适应我发现军训其实也不是很累，反倒很有趣!

剩下的几天很快就过去了，军训的确是辛苦的，在炎炎烈日下，我们踢正步、排方队，在激昂的训练场上我们欢呼、呐喊。就是这样一段生活，使每个人在摸爬滚打中慢慢成长;就是这样一段经历，使我们在汗水中变得坚强。军训生活培养了我们的集体观念和纪律观念。在队列中教官非常强调纪律，每当有人在队伍中不打报告便随意乱动时，都会受到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。整齐的队列增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，不能只是考虑自己。军训也培养了我的身体素质。一开始训练，只要站上10分钟的军姿，就会感觉体力不支。现在即使站上20分钟，还是做到站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

虽然军训有点儿苦、有点儿累，但通过这次军训我体会到，人生充满艰辛，生活充满坎坷，做任何事都要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。军训的日子只有短短的七天，和人生相比，只不过是沧海一粟，但她留下的绿色诗韵，她将永远是人生中最亮丽的风景，成为一段永远难忘的美丽记忆。

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中美丽的彩页;

如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中精彩的一幕;

如果说人生是一幅画，那么，军训的生活便是画中夺目的颜色。

的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。五天军训七天回家睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着艳阳高照的窗外，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，就好象徐志摩说的悄悄地我走了，正如我悄悄的来，我挥一挥衣袖，不带走一片云彩几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

大学军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训十天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要不啊纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这十天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

在军训过程中，我们不但学会了一些军事常识，我们还学会了尊重他人。开始我们曾为一些小事与教官发生冲撞，以至于彼此之间产生了误会，说话语气也难免会重一些。但是我们随时都在反醒自己，毕竟军训的目的就是要让我们体验军人的生活，了解作为一名军人应遵循的基本准则;而教官们亦在调整，因为我们是学生，和真正的军人是有差别的。为了缓解偶尔出现的矛盾，我们坐在一起聊天，交换着各自的人生经历和对问题的看法，换位思考后彼此之间有了进一步了解的同时，我们也明白了军队铁的纪律，而教官们也接受了我们身上存在的一些问题。从中我们也体会到了学会理解和尊重他人，学会换位思考的重要性。

许是离家在外，身在军营，我们的教官不能经常回家，所以他们对父母兄弟姐妹有着一种深深的思念，每次回家都会为父老乡亲们做点什么。他们对家乡的怀念和对父母的孝敬，感动了我们的同时，也使我们学会感激父母的养育之恩，所以在打电话回家时，我们会叮嘱父母上班时路上小心，不要吸烟，那有害身体健康;生病了记得要吃药，不要为了挣钱而忽略自己的健康;我们在基地生活很好和同学教官相处很融洽，请不要为我们担心。匆匆挂上电话，擦掉眼角的泪水，心中充满了无限思念。可以说，军营的生活使我们的意志得到锻炼的同时，也使我们懂得了感恩，懂得了长大成人的意味着什么。

又是一个丹桂飘香的九月，又是一个播种希望的季节，我也终于在这个充满希冀的日子里，成为了一名高中新生。

我对即将开始的新的生活充满了期待，尤其是对军训倍加渴望，因为从小到大，橄榄绿一直都是我心中最神圣的颜色，成为一名军人是我心中永远的愿望。但是由于往届生军校不予录取，我的愿望再也不可能实现，军训就成了我圆梦的唯一途径。于是，在无限的憧憬中，我开始了我的圆梦之旅。

军训终于开始了，我的激动之情溢于言表，教官那洪亮、简洁的口令声刺激着我的每一个神经末梢，我释放出100%的精力，努力地去触摸那一缕军旅的气看书。每一次做动作，每一次听口令，我都认认真真，时刻告诫自己不要沾污了那神圣的色彩。但梦想与现实必定是存在差距的，从小养尊处优的我还是忍受不了军训带来的痛苦。繁重的训练量，枯躁的重复动作以及近乎苛刻的严格要求，让我感到一股莫名的痛苦。放弃军训的想法便不自觉地从我的脑海里冒了出来，但每一次出现了这种想法，我都会强压着它，因为我明白，这是我唯一的圆梦途径，我绝不会轻易言弃，通往梦想的路没有一条是坦途，只有坚持，我才能说体验过军训;只有坚持，我才能圆梦!因为梦想，我绝不放弃!

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浃背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行!任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步!

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

不论是孟夫子的“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。5天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的;当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力，是坚毅，是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

5天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做?”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么会有属于自己的精彩天地!生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利!

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

这次军训让我对团结合作重要性的认识更加深刻，当我们练习向左转，向右转，向后转，齐步走等等，当听着那协调一致的动作发出的齐刷刷的声音，我的心中极其振奋，让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

本次军训，也让我明白，做任何事都要有自我挑战精神。要相信没有什么不可能，要勇于尝试，以为不可能的事，经过努力就会变可能。

军训中良好的纪律也带给我深刻的体会。小到一个公司，大到一个国家，没有规矩不成方圆。本次军训极大地提升了我的纪律观念，使我明白任何事都要以大局为重，以集体为重。

另外，此次军训也算得是我们的一次集体活动，给我们彼此间创造了更深入的沟通和了解的机会，为我们日后工作的顺利开展奠定了良好的基础。

每一段新的人生征程都是以军训开始，这次军训再次标志着新的人生阶段的开始，我将以此为契机，按照公司要求，进一步严格要求自己，加强自己各方面能力的培养，把军训中养成的好习惯、好作风带到今后的学习和工作中，树立不怕吃苦，勇于尝试，精益求精的进取精神，严格要求自己，努力在以后的工作中与同事团结协作，争创佳绩。

在漳州十一月热情的阳光照射下，我们迎来了军训的第二天。

第一天时，排整齐了队伍等在塑胶跑道上，一抹浅绿色的身影向我们走来，举手投足之间尽显一股阳刚之气。教官中气十足地介绍自己之后，便开始了一天的军训。首先是稍息，左脚向原先左脚的方向向前迈出脚掌的三分之二的距离，之后便站立不动。刚刚开始站时，还游刃有余，毫无疲累的感觉，过了大概五分钟后，酸痛感便从后脚跟直直地向上窜。慢慢地转移着，把身体的重心转移到前脚掌，这才好受了一点。

太阳的光线直照着我们，后背仿佛放着一个热炉不停地烘着。风吹得时断时续，好不容易感受到的清凉，还没来得及好好把握住便流逝在指尖。汗沿着两边的鬓角慢慢下滑，在下巴汇聚成一滴，快速滴落。就这么坚持了好一会儿，最后迎来了休息的时光，步履蹒跚地移到一旁感觉腿和脚都不是自己的了。

军训不仅仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页;如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕;如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依靠，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人以前说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才明白其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨日，我们一齐欢笑，流泪。这天，我们一齐历经风雨，承受磨练。明天，我们一齐迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一齐珍惜此刻的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

**军训心得简单朴实篇九**

军训，对于每一个参与者来说，都是一次特殊而难忘的经历。在这短暂而紧张的时间里，我们经历了锻炼身体、培养纪律意识、强化集体协作能力等等。通过军训，我们收获了很多，得到了锻炼和成长。在这里，我将分享一些军训给我留下的简单而深刻的心得体会。

第二段：锤炼意志，增强耐力

军训的过程可以说是对我们意志和耐力的双重考验。尤其是在高温酷暑或寒冷冬日里，我们经历了艰苦的体能训练和军事技能训练。每天早上起床的铃声就仿佛是一记“战争的号角”，我们必须迅速起床、整理好自己的床铺和个人物品，迅速完成各项军训任务。无论是爬山、冲绳、跑步，每一次都令人心力交瘁。然而，正是在这些艰苦的训练中，我们学会了坚持与不屈，发现了自己的潜力和无限的能量。

第三段：培养纪律意识，锻造自律能力

军训最重要的目的之一就是培养我们的纪律意识。在军事训练中，我们必须按时起床、着装整齐、严守纪律，一丝不苟。稍有违规，就会受到惩罚。久而久之，我们养成了良好的作息习惯，变得更加自律。在整齐划一的队列中行进，我们明白只有井然有序、纪律严明，才能更好地完成集体任务。

第四段：培养集体意识，加强团队合作能力

军训是一次集体活动，要求我们具备良好的与人合作的能力。在集体操和军事训练中，我们必须紧密配合、默契无间。有时候，一个人的力量是有限的，但团队的力量却能凝聚每个人的力量，让我们能够完成看似不可能的任务。在集体活动中，我明白了一个人的成长离不开集体的帮助和支持，学会了团结与合作。

第五段：坚持不懈，取得突破

军训中的种种挑战往往会让人产生退缩的念头，但只有坚持下去才能突破自我。我记得，在团队长时间的压力下，不少人都感到筋疲力尽，但是我们仍然坚持到了最后。通过亲身经历，我明白了在生活中也是一样，只有坚持才能获得成功。现在回想起来，那段坚持的岁月成了我人生中的重要财富，它教会了我无论遇到什么挑战都要勇往直前。

总结段：军训的意义与启示

军训是一次难忘而有意义的经历，它让我明白了坚持和纪律的重要性，培养了我的自律和团队合作能力。通过军训，我不仅收获了肉体上的锻炼，更懂得了人生道路上的艰辛与付出。军训，是生命中的一次磨砺，让我在这激烈的训练环境中找到了成长的力量。无论将来面对什么样的困难和挫折，我都将坦然面对、勇往直前。

**军训心得简单朴实篇十**

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了高一。迎接我们的是为期6天的军训。它对于我们，不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。穿上军衣，戴上军帽，看起来可真有点军人的样子。

在这七天中，有欢笑，有泪水;有病痛，有坚持。

坚持就是胜利

军训第一天，同学们热情高涨，但一开始便碰上了“拦路虎”——站军姿。太阳毒辣辣地烘烤着大地，整天没有一丝的风。院子里的绿色植物都垂头丧气的，没有一点儿生气，与上午生机勃勃的景象形成了鲜明的对比;知了拼命的叫着“热……热……”;地面上连只蚂蚁也难寻——它们也受不了这热魔。而我们却要在这暑气灼人的天气下进行训练。站了连5分钟的军姿都不到，大地就把它烈焰升腾的温度迅速传达到了我们的脚心，我们立刻觉得身上就像着了火一般。“两脚分开，脚跟并拢，成一个六十度角，双腿挺直，小腹微收……”教官一边认真地教我们站军姿，一边为我们矫正姿势。我保持军姿站在队列中，不一会儿，手便麻了，腿也酸了，汗珠更是调皮地往下落。好几次，我都忍不住想打报告休息，但不服输的性格让我撑了下来。就在这难耐的天气下我们居然站了15分多的军姿，尽管在烈日当头下站军姿是难熬的，但当自己坚持下来的时候我们是快乐的。教官让我们在这样的天气下站立，教会了我们坚持。

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，晒着我的执着。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”。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。

军姿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。

军训心得简单4

**军训心得简单朴实篇十一**

军训是每一个大学生都必须经历的过程，它是锻炼身体、培养意志力以及提升军事素养的绝佳机会。在这段特殊的时期里，我从中获得了很多珍贵的经验和体会。在下面的文章中，我将谈一谈我的军训心得体会。

第二段：认识到坚持的重要性

军训期间虽然很辛苦，但我认为其中最重要的体会是坚持不懈的精神。每天早晨在天还没亮的时候，我们就开始了漫长又艰苦的晨练。但是，我发现只要每天坚持下去，身体的力量也在进行着不断的积累。同样的，只有在语言训练和模拟战斗中不断的练习，才能在未来的战斗中做出更好的表现。

第三段：意识到团队的力量

在这段时间里，我还发现团队的力量是不可忽视的。在行进、搭建帐篷、通信等活动中，每个人的作用都是不可缺少的。只有团队中的每一个人都尽责尽力，团队才能真正地发挥出它的力量。因此，在日常生活中，我们也应该尝试以团队为单位来完成工作，因为在团队的合作下，我们可以更容易地实现共同的目标。

第四段：感受到军人的职责与担当

军人的职责是保护国家和人民的安全。军训期间，我认识到作为一个军人，良好的纪律、坚定的意志力和良好的战斗素质是我们的职责和义务。和其他军人相比，我和我的同学们的战斗素质或许远远不够，但我们会继续努力，不断提升自己的能力，为保卫国家付出我们最大的努力和担当。

第五段：总结

军训是一个磨练身心和灵魂的过程。它使我更加意识到坚持不懈的重要性、我们团队的力量的重要性、和军人职责与担当的重要性。这些收获和体会将伴随我走过我的大学时光，终身受益，随时为祖国的安全和繁荣贡献自己的力量。

**军训心得简单朴实篇十二**

短暂而又漫长的军训生活已在今天拉下维幕，细细回想其中的酸甜苦辣，我感慨万分。

首先，令我最难忘的是站军姿三挺、三收、一睁、一正，即挺胸、挺膝、挺颈;收下额、收小腹、收臀;眼睛睁大，脖子要正，身体前倾。立起军次，其形威严无比，其势稳如泰山，看起来实令人敬畏。这个看似平凡而又艰辛的训练，让我们的身心都受到极大的考验。

我们需在烈日下，严格按照军姿要领站好十分钟后，我的汗水顺着额头往下滴，我的脚开始发麻了，我的手也在隐隐作痛。但我并没有因此而放弃想想军人一站就是几小时，甚至是十几个小时，我就没有放弃的理由。比起军人，我站的这短短的几十分钟真算不了什么。站军姿让我看到了军人的毅力威严，并从中学会了坚强与勇敢。在风雨中，我们始终保持军姿，文丝不动，在烈日下，我们仍然昂首挺胸。我们是年轻一代的排头兵!

其次是下蹲，当我全身的重量都压在自己的右脚上时，不一会儿，我的右脚就发麻了。如果这一刻我的右脚能自由活动一下，如果这一刻我能站起来，如果多少个美好的假设在我的脑海中荡漾着。但我并没有被这些美好的设想所击败，我坚持到了最后。当我慢慢站起来时，我的脚似乎失去了知觉。但令我稍感欣慰的是：我以自己顽强的毅力提了过来。因为我相信坚持就是胜利，坚持就是暖春的阳光，它能融化冬日的遗霜：坚持是盛夏的绿装，它孕育着秋天的兴旺;坚持是秋天的果实，它昭示着冬天的吉祥;坚持是寒冬的瑞雪，它预兆着春的希望。让我们多坚持一分钟吧。胜利就在你我的脚下。

再次是正步走中的抬脚，一脚在地，另一脚上抬离地25厘米处并长时间定位，这是一个最苦的动作。2分钟，我的脚就开始抖了，上抬的脚也慢慢地下垂，此时对于我来说，真是度分如年呀!但我并没让自己的脚着地，尽管此时它已疼痛无比。我告诉自己，人吃得苦中苦，方为人上人。我相信自己的毅力绝不比别人弱。最终，我成功地接受了教官的考验。

在痛苦面前我学会了勇敢面对，在苦难之间，我学会了顽强克服。其实，难难困苦就是你成功的摇篮，让长风的翅膀携你过尽风帆，让心灵的呼唤伴你闯过生命的难关，只要心中的毅力之光不暗淡，生命的叶子永远不会枯黄腐烂。顽强的意志将是我们战胜苦难的最锋利的武器。

简单军训心得2

**军训心得简单朴实篇十三**

军训作为大学生活中的一部分，不仅能够锻炼身体，还能够增强自身的纪律意识和坚韧不拔的精神素质。在这段时间里，我也深深感受到了军训给我的启示和感悟：只有经过磨砺的人才更能够坚强，只有付出了努力的人才能赢得更多。

第二段：感悟

我们在军训中每天早晨五点多起床，拉着沉重的步枪，走在那庄严的国旗下，这样的场景让我深深地感受到了对祖国的敬爱之情。在繁忙的操练中，教官们严格要求着我们的动作，让我们每个人的站、绷、踢、打都变得更加到位，这样的训练也让我深深地意识到了自己的不足。但是，在一步步的训练中，我逐渐摸索出了自己的节奏和呼吸，也逐渐收获了自己的成长。

第三段：成果

通过这段时间的军训，我的体能得到了很好的锻炼，体重和体脂率都有了显著的降低。在队列中，我的动作更加到位了，站立也更为坚定，举起步枪的姿势也更加标准。在日常生活中，我也变得更加纪律严谨，明确自己的目标并且付出更多的努力去实现。

第四段：不足

总的来说，在军训开始的时候，我对自己的能力充满了自信，但实际上在操练的过程中，我也发现了很多自己的不足。比如，我在多人连贯的动作中有时跟不上队伍节奏，或者会出现步伐不一致的情况。这样的问题，让我认识到自己还要继续努力，不断地去加强自己的训练。

第五段：结论

军训中的付出，是一次心灵洗礼和思想升华。让我深深感受到了纪律和自律的重要性，也让我更加坚定了为祖国和人民贡献力量的决心。同时，也非常感谢教官们的辛勤付出，不仅教会了我们许多技能，更让我们意识到了做为一名合格大学生所需具备的基本素质。在以后的生活中，我将继续保持这份对祖国、对人民、对学校的热爱之情，更好地为自己和他人，更好地为这个社会贡献自己的力量。

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