# 军训心得体会感言 军训感言心得体会(优秀15篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2024-04-27

*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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。军训心得体会感言篇一军训...*

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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**军训心得体会感言篇一**

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，浸湿了帽子与衣领;我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际;我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片;我记得，严厉的教头一遍一遍让我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起;我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安……这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了!

人生需要一些波折，它会让我们成长!我中考的纰漏是个偶然，也是个必然!偶然在于：模拟考一直都在640以上没掉过;必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了!整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多。军训，是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身!我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前!

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人!是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”!

军训感言心得体会（篇3）

**军训心得体会感言篇二**

当我走进军训场，看到成千上万的学子整齐划一地列队站立，我被这场面震撼到了。作为一名普通的大学新生，军训给我带来了许多新的体验和收获。刚开始时，我不习惯严格的军纪，觉得站姿辛苦、操场上的行进步伐困难。然而，在教官们的悉心教导和同学们的互相鼓励下，我逐渐适应了军训生活，也收获到了成长与进步。

第二段：锻炼意志力与毅力

在军训中，最大的挑战莫过于长时间保持站立与行进。乍一看很简单的动作，但持续时间一长，却考验着我们的意志力和毅力。炎炎夏日的酷暑中，汗水浸透了衣服，体力逐渐透支，但我始终坚持下来。经过几周的训练，我发现自己的意志力和毅力得到了极大的锻炼和提升。无论是面对困难还是挫折，我都能坚持下去，不轻易放弃，这种坚定与毅力将成为我未来面对各种挑战的重要资本。

第三段：培养团队合作与社交能力

军训不仅仅是个人的训练，更涉及到整个班级的团队合作。在队列行进和操场上的协同动作中，我们学会了积极沟通、互相协作。每个人都要时刻保持队形，听从指挥，这需要我们团结一致，精诚合作。通过和队友一起完成各种训练任务，我学会了尊重与信任，也获得了更多珍贵的友谊。这样的团队意识和合作能力，在今后的学习和生活中都将发挥巨大的作用。

第四段：挑战自我与超越自我

在军训过程中，教官常常鼓励我们要挑战自我、超越自我。我便以此为动力，不断给自己设定目标并努力实现。在军姿、步操等方面，我追求完美，不断纠正自己的不足，直到达到要求。此外，刀枪棍棒课程更是为我提供了挑战和成长的机会。初次接触训练器械时，我觉得操作起来十分困难，但通过坚持不懈的努力，我逐渐熟练起来。这一过程让我认识到，只有挑战自我才能发现更大的潜力，并在不断的努力中超越自我。

第五段：军训的收获与成长

回首军训征程，我深感受益匪浅。除了外在的体能和纪律上的提高之外，更重要的是我意识到在军训中培养了坚韧的意志力、团队合作与社交能力，并学会了挑战与超越自己。这些品质将成为我人生的宝贵财富，我会以军训的精神为楷模，不断追求卓越，为未来的学业和事业奋发努力。

总结：

通过军训，我不仅学会了站得直、走得稳，还发现了自己内心中的强大潜力。军训锻炼了我的意志力和毅力，培养了团队合作与社交能力，教会了我挑战与超越自我的勇气。军训收获的不仅是凝练的汗水，更是成长的智慧和坚定的信念。在未来的学业与生活中，我会继续保持这种韧劲和拼搏精神，努力追求卓越，成为更好的自己。

**军训心得体会感言篇三**

在这五天的军训中，我觉得军训就像一个五味瓶，“酸”、“甜”、“苦”、“辣”、“咸”，样样俱全;在这五天的军训中，我们又充实又快乐，虽然这几天很累，但我从中感受到了丝丝甜意。

哇!梦寐以求的军训如期到来。同学们欢呼着，并未察觉“魔鬼训练”已向我们逼近。我们首先学习的是“军姿训练”。这可算得上又苦又累，可是训练才刚开始，这点东西根本磨灭不了我们对军训的好奇与渴望。同学们犹如一颗颗小树，挺拔的立在那里。

(可毕竟是个小孩子，毅力和忍受力还是远远不够的!)过了一会，同学们都坚持不了了，我也不例外，脚掌酸麻，头发随风“舞动”着，脸颊被头发弄得直发痒，同学们趁教官不在，偷偷歇歇，这时教官走来，严肃地说：“只要你穿上军装，就是一个军人，军人就要严格要求自己，你看看你们，这点苦都吃不了，还算什么军人，罚十分钟……”教官这几句“金言良语”真是“惊醒梦中人”。尽管我现在腰酸背痛的，可我继续坚持了下去，真可所谓“站如松，坐如钟”。

有一次，一只小虫飞到了我的身上，狠狠地咬了我一口。我疼痛难忍，可一想教官所说的话，我又忍了回去，军姿站完了，虽然我身上有块青，有块紫，但我还是很高兴，因为我学会了忍受。

“坚持就是胜利”终于在老师和同学们的共同努力下，同学们大有进步，不仅改正了懒惰散漫的坏习惯，还发扬了“吃苦耐劳”“持之以恒”的.精神。

这五天的训练，真是丰富多彩：有趣的拉歌比赛、紧张的军训汇演……

这五天的训练，是我心灵的钥匙。

这五天的训练，使我取长补短。

这五天的训练，是我人生中的宝贵财富。

**军训心得体会感言篇四**

军训是大学生活中的一段特殊经历，它不仅锻炼了我们的意志和体魄，更让我们懂得了团队的力量和自我约束的重要性。在这短短的几周时间里，我深刻体会到了军训的艰辛和收获，也明白了自己在这过程中的成长与不足，下面我将分享我在军训中的感言和心得体会。

首先，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训中，我们组成了一个个小组，每个小组都有自己的指导员，而我们要在指导员的指挥下，完成各种训练任务。这要求我们要相互协作、密切配合，只有大家齐心协力，才能够完成任务。从最开始的互相陌生到最后的默契配合，我意识到了团队的力量是无穷的，团队合作的重要性也是不可忽视的。

其次，军训让我认识到了自我约束的重要性。在军训中，我们不仅要遵守纪律，还要保持良好的行为习惯和生活习惯。例如，我们要保持整齐划一的仪容仪表，注意言行举止上的规范，而且还要按时完成任务、保持卫生等等。这些要求让我养成了良好的自律习惯，学会了约束自己，提升了自己的修养和素质。我明白了只有做到自我约束，才能够更好地适应集体生活和社会环境。

另外，军训让我意识到了坚持不懈的精神的重要性。在军训中，我们要面对各种各样艰苦的训练，比如长时间的站立、跑步、爬绳等等。这些训练对我来说是一种巨大的磨练，但我也从中学会了坚持不懈。每当我感到疲惫困倦时，我告诉自己要坚持，因为只有坚持下去，才能提升自己的体能，战胜自我，变得更加强大。

最后，军训让我明白了积极向上的思维和态度的重要性。在这段时间里，难免会遇到各种困难和挫折，但是我认识到抱怨和消极只会浪费时间和精力。相反，只有积极向上，才能够面对挑战，战胜困难。军训让我由内而外地拥有了更加积极向上的心态，这种心态也将伴随我往后的岁月，使我在面对任何问题时都能以积极的态度去解决。

总结起来，军训是大学生活中的一段特殊经历，它不仅锻炼了我们的意志和体魄，更让我们懂得了团队的力量和自我约束的重要性。通过军训，我明白了团队合作的重要性，认识到了自我约束的重要性，领悟到了坚持不懈的精神，以及明白了积极向上的思维和态度的重要性。军训的收获虽然只有短短几周，但它对我人生的影响将会是深远的。我将继续秉持着在军训中获得的体验和教训，努力将来的大学生活过得更加充实和有意义。

**军训心得体会感言篇五**

一年一度的企业军训活动终于开始了，刚刚结束的这一周，对我来说充满了挑战和收获。军训是一次实践锻炼的机会，通过军训活动，我收获了很多，尤其是锻炼了自己的意志力。在艰苦的军训环境下，我学会了坚持不懈地追求目标，并在安排好废寝忘食地付出后，获得了一个令人自豪的结果。这一切都离不开企业军训的独特氛围和良好组织。

第二段：军训促进团队合作能力的培养

企业军训是一个集体行动，更是一个团队合作的过程。在这个过程中，我深刻地感受到了团队合作的重要性。无论是军事单位还是企业组织，都需要一个团队来实现共同的目标。在军训中，我学会了与队友互相协作，互相支持，在攀爬、奔跑、集合等动作中始终保持团队的完整与紧密。这种团队合作的精神是一种宝贵的财富，对以后的工作和生活都有很大的帮助。

第三段：军训培养独立自主的能力

在军训中，我们不仅要完成各种艰苦的训练任务，还要学会独自解决问题。这个过程是一次对个人能力的全面考验。在军训中，我们要独立完成各种任务，例如方阵训练、枪械使用等，每一个环节都需要我们独自思考和行动。通过这样的锻炼，我学会了独立思考问题、独立做出决策，并在独立行动中取得了成功。这也让我更加明白，在今后的工作中，独立自主的能力是至关重要的。

第四段：军训培养逆境应对的能力

军训是一个非常严格和苛刻的环境，尤其是在户外环境下。在这种环境中，我们遇到了各种困难和挑战，比如天气的变化、身体的不适等。面对这些逆境，我学会了保持坚持的品质，无论遇到多么严峻的环境，都能够积极应对。这种逆境应对的能力是我从企业军训中最大的收获之一。

第五段：军训培养自我约束和纪律意识

军训的过程中，军事纪律是一项重要的内容。在军训中，我们必须遵守严格的纪律，在军事动作中保持一定的队形和听从指挥。通过军训，我明白了纪律是一个团队向前发展的动力源泉，只有每一个人都能遵守纪律，才能够守住队伍的整体和力量。

总结：

通过这一次企业军训，我不仅获得了坚韧意志、团队合作和独立自主的能力，还培养了逆境应对和纪律意识。这些能力和素质将会对我未来的工作和生活产生重要的影响。军训是锻炼自己的机会，也是一种成长的机会。我相信，通过坚持不懈地努力，我一定会取得更加出色的成绩，并成为一个更好的自己。

**军训心得体会感言篇六**

“每一天六点多就起床，睡眠不足，训练紧张，胃口不好。可是，我倒是越来越健康了，你看我这脸”一个同学苦笑着说。的确，脸是晒黑了，人也瘦了一圈，这七天来的军训不是玩虚的。可是虽是军训的最终一天，在军训场上的却是一张张丝毫没有倦怠的笑脸，依旧神采飞扬。

练，就这一个字

在烈日下，重复着简单而枯燥的稍息、立正，在清晨微凉的雨中，齐步、跑步、喊着嘹亮的口号，在飞扬的沙土中，反复操练着军体拳的一招一式，这七来天的军训生活真可谓煎熬。而教官们也几乎没有一个还是好嗓子。在操场上训练的滋味的确不好受，毒辣辣的阳光肆虐扫荡，一片阴凉的休息地也没留下。而我们军训的目的就是要从这高中第一课中，不仅仅要练出个“军人样”，还要学会忍耐，学会坚持，学会同甘共苦，学会适应。“军训是什么?练，就这一个字!”一位新生说道。

教官也“疯狂”

在教官的鼓动下，同学们“放肆”地拉起歌来。“来一个!来一个!”“冬瓜皮，西瓜皮，不唱就是耍赖皮!”于是，《团结就是力量》从这边拔地而起，那边《打靶归来》赢得阵阵掌声，“周杰伦”才唱罢，“林妹妹”又登场各地风味，经典流行，齐聚一堂，歌声、笑声，此起彼伏。短暂的军训休息时间成了赛歌会，好不热闹!而此时教官也一改往日的一脸严肃，和同学们一齐“疯狂”起来：一会儿担当指挥，一会儿客串主持。同学们自然也不放过教官，“教官，来一个!来一个!”教官们大大方方露一手，雷鸣般的掌声又再次回荡在训练场上。

走过检阅台

当数十个方队以饱满的精神、整齐的步伐，面带自信的微笑，高喊着嘹亮的口号，从检阅台走过时，看台这边迎接他们的是校领导和教师们殷切的目光和一阵阵热烈的掌声。一位新生的家长，站在看台上，看着自我的孩子在队列中，步伐整齐地走过，欣慰地说：“明天我能够放心的回家了。孩子刚放松了一个暑假，真不放心他会不会适应军训的生活。可是看他今日的表现，确实有很大的提高，教官们付出了很大的心血，孩子也坚持下来了，我放心了!”

依依惜别情

今日是最终一天我们通常意义上的军训了。大家都在感慨，时间飞逝，不即遮挡。虽然在军训过程中，同学们老爱抱怨，但到了要和军训暂别与教官说再见时，大家真还有些依依惜别之情。心底的文字堵住出口，我已失去表达，字字生涩。

军训，就是这么一段难以忘怀的经历，一份值得永远珍藏的回忆。军训，让我体验了这非同寻常的生活，更让我感受到了人间的这一份真情。这时我才真正想到，就是这生活中的酸甜苦辣，使生活如此完美。

**军训心得体会感言篇七**

军训就是应该吃苦受累，这样才能更加锻炼我们的毅力，使我们在以后生活中经得住风吹雨打。下面是本站带来的300字

军训心得体会

及感言，仅供大家参考。

炎热的太阳在磨练我们的意志，滚烫的大地在考验我们的耐力。军训——单调烦躁，军训——艰苦难忍。

军训难道只给我们留下这样的回忆?

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!

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

今天上午，教官另有任务，出去了。来带我们训练的是隔壁班的教官。他个子比我们的教官要矮，臂膀上也是一颗星。他说话的时候很严厉，同时严厉中也带点搞笑。但是对于我们还是挺和蔼的。大概是因为不是我们本来的教官吧。他一个上午只让我们训练了一小会儿，很长时间都是休息。这对我们来说很爽，很舒服。但我想：这绝对不是军训时应该有的事情。军训就是应该吃苦受累，这样才能更加锻炼我们的毅力，使我们在以后生活中经得住风吹雨打。只有经历过战争的士兵才是好士兵。

下午，我们的教官回来了。虽然我们在面嘘声一片，直叹可惜。但是，我还是看出来，大家都是发自内心的开心，同时，我也看出大家训练起来都比平时认真多了。大概是因为失去了才知道珍惜吧!我相信经过这次的事件不但对我们没有害处，反而对我们有所帮助，使我们更加正视、尊重教官对我们的训练。

所谓“磨刀不误砍材功”，刀磨快了，自然就事半功倍了。训练也是这样。首先把心态摆正了，知道用功、努力训练其实并不难。只要大家努力又何愁训练不好呢 我想：这又是教官要教我们的道理，有机会的时候就要抓住，不放手。有的失去了可以再找回来，但有的失去的可能永远与之分别了。

在最后的军训汇演中，我们班全级第二名的好成绩，这是对我们在为期3天的军训的严格训练的回报。

学会坚持到底，学会团结协作，学会严谨对待，正是军训的精髓所在。而把它的精髓溶入到日常生活与学习中，也是我今后所要努力的方向。

**军训心得体会感言篇八**

说是对军训的感想，倒不如说是自己在这一天中的心路历程。

今天早上是我第一次以一中一年六班学生的身份进入这个将伴随我3年的校园。但一想到我今天是来军训的，又让我觉得有些浪费在校园里的时间，总觉得军训是件很没意思的事情，就是站一站，走一走，跑一跑，规矩还多的要命。可在新生动员会上，教官们那整齐的脚步、那洪亮的声音、那飒爽的英姿都深深地印在了我的脑海里。它们似乎在告诉我：团结在一起的人才是最美丽的!随后，我们便一军姿的学习开始了今天的军训。“脚跟靠拢，脚尖张开成60°夹角，膝盖并拢，不能留有一点缝隙……”教官句句精细的描述，让我真正了解到了军姿是多么的严整，同时也感受到了他们曾经受到的苦与累。

该唱学的军歌了，我张大喉咙，大声地唱着这耳熟能详的歌——《团结就是力量》。看着大家如此卖力地唱着，相信我们一年六班一定能成为一个团结的大家庭!

军训是一种苦，但却是“苦口良药”。如果你能憋足气喝掉它，那么它对你的一生都将会有无尽的益处。

让我们用一颗学习的心去面对军训的“教导”吧!

**军训心得体会感言篇九**

x 天的军训生活就这么结束了，真的很累，每天除了训练几乎没什么时间，连手机都交到老师那由学校保管，有苦也不能向同学朋友说一下，就像与世隔绝一般，吃饭时间只有几分钟，人挤的要命，就像抢饭似的，那场面太恐怖了，每天早上起才床最痛苦，起不来的，半夜两点多起来去站岗，这么黑一个人傻傻的站着，每天累的跟什么似的，我们都盼着军训马上结束，好多人都装病请假不训，就像我们宿舍的人除了我都请假了，还有点感受就是我们山东学生吃苦能力比四川这里的要多一些，个人见解，哈，不要砸，连她们四川的学生也这么说，或许是我高三时军训太苦了，那是最另我难忘的军训，想想我们一生又能有几次军训呢，这应该是最后一次军训了吧，想到最后还是应该珍惜一下吧，教官每天管的好严，军训时每天的朝夕想处，到离别时就难受了，毕竟这是永久的离别啊，一生中都不会再见了，想到这还是有呢么点残酷，想想这十天是那么近，忽然就在你的人生中永远消失了，人生中的过客，我们每天都会遇到一些人，有好多都是这一生都不可能再见的人，想到这还是有那么点伤感的，教官说了声再见了同学们，就飞快的走了，永远的不再见了，人生中匆匆的过客。我们都哭了，广播里一直在放祝你一路顺风这首歌，相逢是首歌，感恩的心。。。让人感动，就这么过去了，一切又重新开始。珍惜现在存在的一切。 一觉醒来，望着窗外嫩绿的叶子，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又悄然而逝，二十一天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。有点痛，酸酸的感觉。教官走了，没有眼泪，也没有分别，那么匆匆。阳光照进来，落在堆在角落的军装上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，想着和教官唯一的依次邂逅的美丽，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。军训究竟带给了我什么，有吗?唉，军训，真像一场梦啊!记忆已经在疲劳的压迫下变得愈发模糊，对于军训，我能说什么，是从崇高的为保卫祖国而刻苦训练来说，还是充斥在这期间的铁骨柔情。当然，这都都是必要回忆和怀念的，但是否还有更重要的。

做为一个比较懒的人，军训中我吃了不少苦，有个人单独“表演”不太标准的俯卧撑的，也有与大家一起的，但周华健那种《一起吃苦的幸福》却不怎么体会的到，尽管我为了寻找回忆在那里满脸笑容汗流浃背地受罚，但烈日烤焦了我所有关于这个记忆的储存，而反复记起的是咬紧牙关想着的一句话：“好累啊，一定要撑下去!”也许许多年后我还能体味离家军训时那份不自在、那份累，以及汗流满面而不能擦的那种无法形容的难以忍受的感觉。有人说这是非人的日子，是人生最黑暗的日子。我想如果是这样就应高呼万岁了，因为我们都熬过来了。

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，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它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。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这些年，这种人与人之间的关系已经很少见，很令人怀念和留恋，向往啊!

军训，就让它成为人生的一段丰满的记忆，在岁月中酝酿，然后在几个亲友聚杂一起的时候再把珍藏着的那些温馨的片段捧出来，沉醉其中，享受感动吧!

**军训心得体会感言篇十**

军训，象征着苦与累;军人，意味着刚毅与顽强。当把这两个名词加到一群新入高中的学生身上，产生的会是什么?是蜕变，不仅使身体上的，更是心灵上的。

漫长的暑假，把我们温养成了懒散的蠕虫。这样的我们，是无法迎接即将到来的三年高中学习生涯的。于是乎，我们便于今日早晨开始了军训。

今天的训练很简单，除了站军姿仅仅只学了几个基本动作的动作要领。虽然说起来简单，但如果不时时刻刻用心的话，根本就无法体现军人的简洁、阳刚之美。教官对我们的要求非常细致：有问题时先打报告，没收到命令不行动，坐时背不能靠着且双手不过膝，双眼不能四处乱看。说实话，要想把这些要求全部做到，很累，很难。因为这和我们平时所做的完全不同，我们必须时刻注意这些。但是，我们的这些和真正的军人需要做到的相比，不过冰山一角。我们所经历的，不过是军营生活的九牛一毛罢了。

在之后的几天训练里，更大的挑战在等着我们，更严厉的训练在等着我们。再难，我们也要迎难而上，誓死不做逃兵，誓死不为班级荣誉抹黑。

还有很多人抱怨军训服装质量差，穿着不舒服，总开线之类。虽然我也曾有过这样的想法，但回想一下先辈们的艰苦的条件，我便不这样想了，就当忆苦思甜，缅怀先人嘛。

其实这个军训我也不想来，但我既然来了，我就会做好。要么不做，要做，我就要做最棒的!

军训不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、锻炼意志的最佳良机。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。

是的，军训是很辛苦的，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，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，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，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。

**军训心得体会感言篇十一**

军营是一个大熔炉，它练就了一批批优秀的军人。我也有幸步入军营，当了一周的小兵。

军训前夜

今夜中秋月圆，我们全家团聚，观看精彩的中秋晚会，品尝香甜的月饼。在这个家里，我可是爸爸吗妈的掌上明珠，是奶奶的心肝宝贝。可是明天，我这位骄傲的公主却要被送进“魔鬼训练营”经受“魔鬼训练”。美满的中秋之夜，我仿佛已坠入万丈深渊，永不得翻身。根据初中的军训经验，我深知高中军训生活的苦难——恐惧啊!

军训开始了

恐惧归恐惧，那只是我个人的情绪问题，但该来的总还是会来，它伴随着时间的脚步不断向我逼近，而我呢?要逃吗?不，绝对不行!我不做逃兵。我不该杞人忧天，军训只不过是一种封闭的集体生活，何况我们班也是刚刚组建，倒不如借军训这一良好的机会和大家认识一下。本着这个简单的目的，我踏上军训征程。

来到军校，给我的第一印象只有一个字“严”。看到那领导和教官一言不发的样子，活像个“冷面杀手”，我先是打了个冷颤。当教官带我们来到宿舍，我看到里面的所有东西几乎全是绿色，再看看手中的迷彩服，我不禁感叹：这是世间最美的混合色!那四方四正的被子，整齐摆放的洗漱用具，让我不由得对军人肃然起敬。

早晨，我还在梦乡中畅游，忽然一声军号把我吵醒。我在朦胧中意识到，速度是关键，质量是前提!我迅速翻身下床，把被子铺展，又按教官告诉我们的要领，开始疯狂整被子，我有压又捏，真可谓“万般呵护”，但当它成形之后，我不得不宣告失败，教官叠的是豆腐块，而我弄得那简直就是一破“坦克”，悲哀呀!经过我几番修理，终于能符合我的个人要求，但与教官的要求还差十万八千里，没辙呀!谁让我平时不练习呢?被子总算及格，端着脸盆去外边打水准备洗漱，用的可全是冰凉的井水啊，但这是军训嘛，只能忍了!匆匆洗漱完毕，集合时间还早呢，开始摆放洗脸用具，毛巾要像被子一样叠的方方正正，这很容易，因为我小时候就酷爱叠手绢，两个杯子要侧放，牙刷、牙膏“一条线”，最后将所有人的脸盆摆放在一条线上。由此我总结出一句话：“军营生活一条线”。咦?情况好像不对，刚才闹轰轰的宿舍怎么鸦雀无声了?原来是检查人员来了，好险啊!我才刚刚收拾好，我正想放松一下，可是那位检查人员却毫不留情的将我们的脸盆一个个拉出来，而且宣布：完全不合格!我的心又一次悬起来，看着那位检查人员渐渐逼近我，我索性闭上了眼睛……可是，奇迹发生了，我的脸盆摆放合格，成为全宿舍唯一的“合格品”。我真自豪!

军训生活就是这样开始的，至于其他时间嘛也就是刻苦训练——踢正步、打军体拳、野营拉练。苦中有乐呀!

向军训say goodbye

军训结束了，我晒黑了，勇敢一些了，认识新同学了，懂得团结了……军训让我感受到了苦，一起哭过、一起笑过，那一幕幕让我记忆犹新，让我了解一定要珍惜现在的甜。

**军训心得体会感言篇十二**

只要努力，军训的艰苦生活也会大放异彩。下面是小编带来的一些军训的心得体会感言，欢迎大家阅读。

一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律……一天的军训终于把同学们原本种种美好的设想一一击碎，取而代之的是眩目的阳光、咸咸的汗水、酸痛的四肢，这就是军训对我们身体素质、意志信念、组织纪律的考验。

“不经一番烈日烤，哪得钢铁意志成”，想想正在戍边保卫的英勇战士，想想正在拼搏的奥运健儿，想想所有为我们今天幸福生活努力的各行各业的普通人民，我们的这点苦算得了什么?不过，毕竟是打娘胎里头一回，各种想法体会总是有的，那就让我们来听一听正在“受苦受难”的高一同学是怎么说的吧: 吕曜晖:8月15日之前，军训对我是一种诱惑，向往它的刺激和冒险，盼望着穿上军服，成为一名英姿飒爽的女兵。 有人说:军训很累很苦，我却不以为然地认为不就是站、走、跑几个我幼稚园就会的动作吗?那还不是小菜一碟! 有人说:心态好的话当成一种磨练，也是一种提高。我也骄傲地想我这么乐观的一个丫头，有什么好怕的。 现在，我终于“梦寐以求”地穿上了又肥又大的衣裤，恹恹地站在了快要被烈日灼软的塑胶场地上，“享受”着教官“温柔”的呵斥声。

站，多么简单的一个动作，我却累得咬牙切齿，一开始那英俊潇洒的教官就给我们来了个下马威，原来一个普普通通的站还有那么大的学问，站着站着，我就腰酸腿疼，就一下子一屁股坐下去，汗珠不停地滴落，借证我的苦和累。 没想到苦的还在后头呢，稍息、左转、右转等等几样小小的动作就将我们彻底打垮了，简直比代数里函数的xyz还要难缠。阳光不停地考验我们的意志，手酸了，脚僵了，痛了，全身黏乎乎的，简直就跟十八层地狱没什么两样，让人有股冲动想一下子跑回家享受空调的荫庇，但是我必须坚持，要是倒下了或放弃了，还对得起自己吗? 最恐怖的是烈日底下的30分钟军姿了，我们既要忍受肚子向我们示威的煎熬，又要忍受身体到处弥漫的酸痛。不久，就有人倒下了，我也快不行了，眼前开始模模糊糊，只能隐隐约约地瞧见些影子，慢慢脑子一片的黑，我看到教师、教室就在前面，我几乎就倒下了，可是脑子里有一个信念:要坚持，就一会儿了。终于，我还是挺过来了。 一天完后，什么感觉都有，回想一下，其实还是值得的，它严肃了我们的纪律，让我们明白了苦和累，磨炼了咱们的意志，激发起了我们的斗志。这样的苦都受过了，我们还会害怕什么呢? 最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。

换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫明的向往。 军训终于开始了! 我的天!!!淋漓的汗水洗去了曾经的兴奋，疲软的手脚，谋划着酸痛的阴谋。懒惰的后羿呀!当初为什么不把这第十个太阳一并射下?现在它正得意洋洋地狞笑在我们的头顶上，用它恶毒的热量，将我们晾成新鲜的木乃伊。 头晕目眩!迷迷糊糊地做着一个个动作，又隐约听说要跑步。跑就跑吧，往常并不很多的两圈的路程，如今却比孙悟空的十个跟头还要远，双脚踩在跑道上却像是踩在棉花上，也不知是怎么回事只觉脚下一软，脑中一片空白…… 接下来发生的事我知道却又不知道，经历过又像没有经历过，到现在写本文时，摸着摔伤的手才猛然醒悟:噢，原来我有了有生以来第一次晕倒! 军训苦不苦?苦!军训累不累?累!不军训好吗?好! 如今的我们都是一把把雏剑，只有用军训的磨刀石才能将我们磨成锋利的宝剑。

砂石刺痛河蚌，河蚌将它变为明珠，只要我们努力，军训的艰苦生活也会大放异彩。 蔡嫄:今天是我参加军训的第一天。一直对军训充满期待的我以为军训只是像平时上体育课那样简单轻松，可是看似简简单单的军姿却把我弄得连膝盖都直不起来，来来去去都还是重复那个动作，虽然觉得有些无聊，但是要做好它却不是一件易事。事实上，我已经尽了我最大的努力来完成今天的训练了，我想我的同学也是，但效果还是不怎么样，我这才知道我们平时是多么的懒散。 今天的太阳也比前几天的更加烈。站在太阳下，不一会儿，汗水就一滴滴地从额头渗出来，顺着我的鼻梁，慢慢流到鼻尖，最后落在嘴唇上。今天我第一次尝到了汗水的味道。辛苦是有的，但我相信这6天后，我的身体会棒棒的。

经过了今天一天的训练，我已经渐渐意识到我必须做一个有纪律，不怕苦的人，这样对个人而言，无论是以后的学习、生活、工作都会带来益处。

五天的军训生活，我尝遍了酸甜苦辣。在这短短的五天里，我懂得了军训的真正意义，知道了为何一定要每届新生进行军训，更深深地了解了“吃得苦中苦，方为附中人。”的含义。

在4天的军训生活中，每天我们都必须接受七到八个小时的军事训练，还要自己打扫宿舍，自己洗衣服……这对于许多在家里是“小皇帝”的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

就在军训的第一天，教官就先给我门来了个下马威——站军姿。虽说只是几十分钟，但在烈日当空下，同学们都被晒的两眼发麻。还好，教官们也是会体贴的让身体不好的同学到阴凉处休息，并给满脸汗水的同学们纸巾。可是，军令如山，当你想在训练时，动弹动弹，活动活动时，必须得打报告，否则，教官姐姐就会有点生气的质问你为何不打报告，所以大家只好服从。

当然，教官们也是会说笑的。当大家休息时，教官就会教我们唱军歌，还与我们聊聊部队的生活。每当我听到他们讲部队生活时，我都会感到敬佩。原来，教官们比我们年龄大不了多少，也就大一两岁，可是，他们的生活和我们可是天壤之别。

我喜欢为军训结束的时间倒计时，因为军训结束也就终结了我原以为残酷的身体训练。军训结束了我就可以回家，我苦苦盼望着这一天的到来，但当我只需用小时来计算它的时候，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

不当兵难知道当兵的苦，不当兵，难知道当兵的辛酸，当兵是苦的，苦在脚上磨出的泡，苦在为，苦在晨练时迷茫的双眼，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，因为每当这个时候，我都要以军人的准则来警醒自己，换句话说，我真的把自己当成了一个兵，一名军人，我惊叹于这样的自己，也许成熟就在脚上的泡中孕育，最终磨成厚厚的老茧。也许踢正步的麻痛刺激了我每根神经，最终成为警钟，不时的提醒我。也许清晰正向迷茫的双眼渗透，最终将洞察整个世界。也许坚毅在累酸的腰间屯集，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。

幼苗不经风霜洗礼，怎能成就参天大树;雏鹰不经狂风暴雨，怎能翔翱苍天;年少的我们亦如此，不经历艰苦磨练，又怎能成为对国家有用的人。

在这次军训中，我体会到了往次没体会到的东西。比如说军人的气势，教官们整齐有序的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保家卫国的战士和哨兵。正是他们不怕风吹雨打日晒、年复一日的工作，才有了我们现在的天伦之乐，想到这些，我们的头抬得更高了，胸也挺得更直了。

军训期间，我还体会到了团结的力量，你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳;你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那“一二一”嘹亮的

口号

，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，他让我在训练中坚持了下来，更让我懂得了集体的荣誉感。

军训，虽然简简单单的动作别我们反复的重复了很多遍，但这反复的过程，磨练了我们的意志，教会了我们坚持。备受关注的会操中、看到主席台上学校领导们满意和赞许的表情、听到同学们那一声声激烈的掌声，那种心情那种感受真的可以用妙不可言来形容了。

军训就这样不知不觉的结束了，虽仅仅九天微不足道，但让我体会良多，给我留下了不可磨灭的印象。在这里，还得提提我们连的一个同学，因为是他用他乐观的心态感染了我，让我坚持了这么多天，他是站在我旁边的徐剑华同学，他是一个真真实实的、身残志坚的人，他本可以不用参加军训的，但他却可以坚持到军训的最后一天，期间教官叫他休息下时，他都是笑着说：“教官、没事我可以”，他尚能如此，我们这些身体完完整整的人还怎么好意思以种种理由拒绝军训呢?他残疾，但他的执着、他的坦然、他的乐观已深深的感染了我，在这里我真诚的感谢他给我的良多感触和自信。

最后总结一下，军训不仅让我们学会了自立自强、自尊自爱，还让我们懂得的团结，树立集体荣誉感，最重要的是在军训中我们懂得了如何做人，做怎么样的人，此所谓“我军训着、所以我成长”。

我相信，军训后的我们一定会踏着稳定的步伐、带着自信的笑容迈向美好的明天。

**军训心得体会感言篇十三**

去军训这五天，我学会了很多东西，而且懂事了很多。经过这五天，我从一个“衣来伸手，饭来张口”的大小姐，变成一个会自理自立的小女孩。

在这次军训里，我们经历了很多事情，有开心、有伤心。特别有两件事情最让我难忘的。

第一件让我难忘的事情是我们的拔河比赛。这次拔河比赛，我们用尽全力去拔，连手都拔红了，最后争取到了决赛的机会。在决赛上，我们一开始不够南庄三中的同学拔的，但我们看到老师和同学为我们加油，我就想，我们不能放弃，不能让老师和同学失望。最后我们还是赢了。

第二件让我难以忘怀的事情识：在星期一那天，对别人来说是一个普通的日子，那天是我们班的小茹和林嘉浩的生日，你一定会说，他们会开开心心地过生日。但其实不是，那天小茹的父母发短信给李老师，说祝小茹生日快乐。当老师转告给她听时，小茹哭了，因为她想家了。我们听到她说这件事时，有很多同学都哭了，都开始想家了。别看我坚强的没有哭，其实我内心也在想家。每个人的生日都和父母一起开开心心地过，他们却在生日那天还要军训不能和父母一起过生日。

去军训虽然辛苦，但我们都撑了过去。内务卫生的分数，我们507宿舍比我们班的其他宿舍的分数要高点，因为我们宿舍的人虽然懒，但别人一提醒就会自觉去搞内务卫生。

这次军训，我们班还拿了拔河比赛优秀奖和作风纪律奖，我拿了团结合作奖。

经过这次军训，我知道了做什么事都要认认真真做，就像军人一样，连叠被子都不马虎。平时要懂得父母对你的好，和同学相处要团结一致。我会把军训当做一个新起点，以前做的不好的地方要改正，不能再犯同样的错误;在家里多帮助父母做家务。

这几天非常辛苦，但我们都撑了过去，连一些体力差的同学都撑过去了。这说明，虽然辛苦，但只要我们坚持，努力就可以把事情做到最好。

坚持就是胜利。在军训里我学会了自理自立，学会了坚持，并且学会了忍耐。日后，我一定把这几天军训的精神带到学习上，并且，不管做什么事也认真对待。

**军训心得体会感言篇十四**

一夜无眠，等候黎明初升的朝阳，迫不及待的心终于停留在了如火如荼的军训前。炎炎烈日下身着一身亮丽的迷彩服的我们，犹如五线谱上舞动的旋律，演奏着我们人生中的精彩乐章。如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是这本书中最美丽的章节;如果说人生是一出戏，那么，军训的生活便是这出戏中最精彩的一幕。

五天军训的内容无非就是“原地转，正步走，立定，齐步走摆臂等练习，但是你可千万别小看了这些最习以为常的基本动作，因为当你真正去做的时候才发现是如此的不易，正中怀那句：“把语言化为行动，比把行动化为语言艰难得多。”五天军训下来虽然使人疲惫不堪，浑身酸疼，但同学们没有一个退缩的，大家都咬牙坚持到了最后。是的，想想父母，他们日以继夜的工作着，无非就是想让自己的子女过上幸福美满的日子;相比四五十年代的红军战士远征，我们这根本算不了什么，又何来苦之说?若不是他们，又哪来今天幸福生活的我们?正如教官所言：“别人能做到的，我也能做到，别人不能做到的，我也要做到!”

第一：管好自己的德行，收敛好脾气，时当场合讲适当言语;

第三：给自己一个明确的目标，积极进取。

我们，不能停留在自己取得的成绩上沾沾自喜，而更应当努力着，将坚持的努力长久拽于自己手中，今日之事勿后明日，自己所做之事勿候他人。从现在起，争分夺秒，用行动证明自己。

高一:染指年华

轻轻地，我们翻开了高中生活的扉页，开始了不寻常的旅程。

训练我们的是一位“暖男”，他包容了我们这群肆无忌惮的女同学太多太多，因此，当他因我们的军姿不规范再一次受到总教官的再三批评时，我们的心情极其沉重，犹如那雾霾降临于头顶一般，这已经是第三次了……我们小声嘟囔着：“教官，您……罚我们吧。”教官恢复了以往的镇静，语气极其温和地轻语道：“没事，不用罚。”许久，他小声却又十分坚定的自言自语道：“我相信你们会改!”我心头一怔，久久不能平静。这，这不就是前天那句：“我不想向其他教官冲你们吼，因为……我相信你们!”一样的坚定语气吗?我们的父母又何尝不是这坚定的语气：“我相信我家孩子是最棒的!”想着想着，我竟不知何时泪水已浸满眼眶，抬头仰望，那淡而白得透彻的天空，心中一丝悸动慢慢爬上心间，带动着我们前进。

五天时光过得匆忙而又充实，它让我明白了我得学会长大，就如父亲对我所讲：“我们生下来就要开始学着做人，做真正的人!”我不能一直停留怀恋从前的天真烂漫，我要学着懂事，学着帮助父母分担家务。“吃得苦中苦，方为人上人。”是它，让我们拥有战胜困难的勇气，时光匆匆，勿让自己的青春后悔一辈子，人生总需要面对困难，我们必须将困难一一击败。与此同时，我们应想想自己未来的道路，将精力放在对自己大有作用上，成功=艰苦的劳动+正确的方法+少谈空话。如果，现在你还在绞尽脑汁的想着如何于他人斤斤计较，那么你就大错特错了。

第二：将语言转化成行动，少说多做;

军训给了我这么一个思考人生的机会：“凡事都要脚踏实地的去做，不驰于空想，不鹜于嘘声，而唯以求真的态度作踏实的工夫。”通过军训，学生、老师、教官之间们建立了深厚的友谊，同时培养了学生团结一致的情感。命运掌握在自己手中，一切只能靠自己，正如培根所讲一个人若具备许多细小的优良素质，最终都能成为带来幸运的机会。感谢教官，教会了我们唯有高目标、高要求，学相长，奋斗方可成才的硬道理，感谢他们这五天以来的循循善诱，同样感谢老师们五天以来的关怀与陪伴。有泪，有欢，有苦，真乃是五味俱全了!

嘘!少说!多做!

**军训心得体会感言篇十五**

时间过得飞快。转眼间，今天是我们参加军训的第二天，也是最后一天了。所以，今天我要格外努力!

刚吃完早餐，我们就来到了一个大操场上，等整理完队伍后，我们就站在操场中间。等主持人来时，我已经站的筋疲力尽了。可是过了很久，主持人还是没有叫我们走。我表面上很严肃，实际上我心里面急噪得要死，好像有几团火在心里面烧似的，又好像有一只急噪的小兔子。我头上的汗大滴大滴地往下流，我虽然穿着两条裤子两件衣服，但还能感觉到汗的流动。此时的我更像一个在太阳下的雪人。

后来教官选出两名同学——王祉宣和彭冬冬，他告诉我们，如果有一个人在下面的训练中出错，他们就要围着操场跑一圈，如果出错的人不大声说出“对不起”的话，他们就要代跑两圈!

听了教官的话，我们愣住了，如果你自己出错了，却要别人替你承担错误，你会是什么感觉呀，如果你没参加过军训的话，你是不会明白的。

训练开始后，我们班不断有人出错，连我也错了几次!看着自己相处五年的朋友在操场上一圈一圈地跑着，我们不竟哭了，汗水与泪水一起流淌下来，滴在水泥地板上，形成了一朵朵小花，但我们的心却无法绽放出花朵来，因为，我们的心正在受着责任心的煎敖!在我们哭地时候，不断有人说出“不要跑了”“我来替你们跑吧!”这样的话来，就在这时，教官突然说：“想替他们跑的把手举起来!”

这时，全班的手齐唰刷地举了起来，在阳光中，我们的手似乎比什么都更耀眼，我们的精神似乎比什么都更珍贵!当他们想扳下我们举起的手时，却总么也扳不下!最后他们哭着说：“既然都已经跑了，让我们继续跑下去吧!”此时此刻，同学们更像是一家人，把心连在了一起!

这次活动，我很奇怪，我们在一起相处五年了，怎么偏偏在那一刻，我们的友谊才体现出来呢?这也许就是军训的神秘之处吧!不过，只要友谊体现出来，就算只有一天，也是好的。

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