# 2024年军训拉练心得体会高中(优秀8篇)

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-05-14

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**军训拉练心得体会高中篇一**

第一段：军训的目的和意义（200字）

军训作为大学生活的重要组成部分，对于大学生的个人素质和综合能力的培养具有重要意义。军训通过严格的纪律要求和集体生活，锻炼大学生的意志品质和团队精神，培养他们积极向上的心态和勇于担当的责任感。此外，军训还能够增强大学生的体魄，提高他们的身体素质和适应能力。通过军训的锻炼，大学生能够更好地适应大学生活，为将来的工作和生活打下坚实的基础。

第二段：军训中的困难与挑战（200字）

军训过程中会面临诸多困难和挑战，对于新生来说尤其如此。首先，体能的负荷是一个不小的挑战，新生们需要通过长时间的晨练、体能训练和长跑等活动来增强自身的体魄。其次，严格的纪律要求是新生们需要克服的困难之一，他们需要按照规定时间起床、上课、用餐等，保持整齐划一的队列和正确的站姿。再次，军事知识的学习和战术演练也对新生们的智力和团队合作能力提出了很高的要求。面对这些困难和挑战，新生们需要保持坚持的信念和积极的态度，以克服困难并取得进步。

第三段：军训中的收获和成长（200字）

在军训中，大学生能够收获很多宝贵的经验和成长。首先，军训让大学生们在实践中学习了纪律和自律的重要性，培养了他们的服从意识和责任感。其次，军训让大学生们体验到了集体生活的魅力，学会了与他人相互理解和合作。通过团队合作和战术演练，大学生们提高了自己的团队精神和组织协调能力。再次，军训锻炼了大学生的意志品质和毅力，使他们能够在面临困难时坚持不懈，战胜困难并取得成功。这些收获和成长对于大学生们今后的学习和生活都具有重要的指导意义。

第四段：军训中的感悟与感谢（200字）

通过军训，我深刻地理解到了坚持的重要性。在面对体能负荷和困难时，我要坚持下去，不轻易放弃。同时，我也意识到了纪律的重要性。遵守纪律是一种能力，只有遵守纪律才能更好地融入团队和集体。此外，我还要感谢领导和教官的辛勤付出和悉心指导，是他们的辛勤工作让我能够收获这么多，感受到军训的意义和价值。我也要感谢我的同学们，他们的支持和鼓励是我坚持下去的动力和信心。

第五段：军训的启示与展望（200字）

通过参加军训，我更加深刻地认识到了个人的能力和潜力的重要性。我明白了只有开拓潜力、充实自己，才能在未来的学习和工作中更好地展现自己。同时，我也意识到了发展身体素质的重要性。只有保持良好的身体素质，才能更好地适应社会的各种工作和生活压力。因此，在未来的学习和生活中，我会更加注重自己的身体健康和心理素质的培养。通过军训，我也体验到了集体生活和团队合作的重要性，相信这将对我今后的社会交往和工作有很大的帮助。

总结：

通过军训，我们大学生能够锻炼自己的身体素质，培养自己的意志品质和团队精神，同时也加深了我们对集体生活与纪律的认识。军训让我们收获了很多，也成长了很多。在今后的学习和生活中，我们会将这些收获和成长运用到实践中，不断提升自己，努力成为对社会有用的人才。

**军训拉练心得体会高中篇二**

军训

是一个磨练意志的活动。军训拉练是对人意志的一种磨练,是增强军队官兵体质及加强战斗力的一种训练。下面是本站带来的军训拉练心得

作文

，欢迎大家阅读。

11月11日绥德县职教中心在龙湾生态区展开为期一天的野外远足军事拉练项目。军训拉练队伍好似绿色长龙，穿行于风景旖旎的生态区中;各班的旗帜是苍龙的装饰，在风中猎猎招展。

学校通过本次拉练活动，旨在强健学生体魄，旺盛学生精力，坚强学生意志;通过实践、体验，进一步培养团结、合作、友爱的精神，增强同学之间的凝聚力;历练同学们永不服输、永不放弃的精神，培养真正意义上的坚强的人。

11月11日清晨7时50分，所有参加拉练队伍在府州餐饮楼前集合完毕。在经过教官的整队之后，每一位同学都英姿勃发。在石巨涛副校长、军训教官分别做动员讲话之后，军训拉练队伍蓄势待发，各连排用最响亮的声音喊出

口号

。此时此刻，同学们热情高涨，只待出发命令下达。

8时，伴随着石巨涛副校长一声令下，军训队伍在教官的带领下陆续走出校园，向目的地龙湾生态区进发，政教处、总务处、保卫科、各班主任身着军装，全程跟随参加拉练的同学，做好后勤和安全工作。

拉练队伍途径龙凤桥，亚洲第一石狮，龙湾生态大道，最后到达休整地。时节正值秋末，清晨的露水挂在枝头，还有未被秋风扫落的枫叶染红山头，煞是美丽。同学们放慢脚步，静静感受晚秋的魅力。午饭时间，学校有序的给同学们发放提前准备好的自热米饭，让学生更加深切的体验到部队生活的艰辛。饭后，教官、老师组织同学们进行拔河、踩气球等比赛，输了的一方出演节目，拔河踩气球等比赛热火朝天的进行，文艺表演让这空旷的山野活了起来。

休整后，队伍沿着试验场返回学校集合。石巨涛副校长对本次野外军事拉练做出总结，充分肯定了参加拉练的学生以及工作人员吃苦耐劳的精神，并表示这样的拉练意义深远，对于所有人来说必将是一生的财富，一段难忘的回忆。

军训拉练是学校军训后又一磨砺，也是让学生开阔眼界的绝好机会。我们相信，同学们会从这次特殊经历中收获许多。

今年学生进行军训的时候，举行了一次野外拉练活动，路程为10公里。野外拉练可并非那么简单，有别于之前的模式，他们能挺得住吗?会不会产生一些不良反应呢?隐约之中，一份忧虑与担心凝结于心头。但是，当面对学生那种蓄势待发的模样，誓不罢休的豪言壮语时，我放心了。也许，他们早已暗暗坚定心中的信念。最终，所有学生和教师都坚持到了终点，虽然路途上曾出现个别学生身体不适的情况，但没有一个选择退出，同学们那种顽强拼搏的精神状态历历在目，让我记忆犹新。

活动之前有老师提前确定了整个行进路线，并相继踩好了各个站点，便于队伍在行进中正确定位。在确认路线的时候，基本上是在7公里左右，而最后整个长度延长到了10公里。可以说，路程的延长意味着更多精力、体力的消耗。面对这样的修改，学生能吃得消吗?经过老师们与教官的商定，觉得学生在经受住了前几天的军训之后，体能上应该没有问题。关键在于后勤保障工作的跟上，并能及时、快速地为学生排忧解难，这样的话，应该不会有任何意外发生。于是，学校特地安排了两辆中巴车尾随队伍后面，车上配备教师、医生与常用药品，以备急需。所有工作准备就绪，拉练活动只待一声令下。此时此刻，所有参与者都卯足了劲，准备大干一场。

“啾”的一声哨响，野外拉练活动拉开了帷幕。学生以四路纵队出发，排头一名男生负责领队、举旗，而醒目的红底黄字的大旗彰显着一种气势与恢弘，上面的“山东外事翻译学院军训团”更是表明着我们的身份，让每一个参与者都感受着一种默默的自豪感与亲切感。而教官与教师则分别部署在整个队伍的外围，以确保学生时刻处于被关注与被保护状态，避免任何的意外发生。在确保学生安全的同时，更要让学生懂得自我防范，树立正确的安全意识。

从学校到黄河大坝母亲公园的路上，出现两个十字路口，学生都安然通过。这离不开教官与教师的通力合作，当时，教官与部分教师在路中央借助哨子进行短暂的道路疏导，快速、及时地让学生顺利通过。这也让学生深深感到，教官、教师是他们值得信赖与依靠的伙伴。而在接下来的行进过程中，却并非那么一马平川、易如反掌了。

在走过二环高架路时，学生队伍慢慢显得凌乱起来。虽然显得十分吃力，脸上的汗水也在不停地往下流，但没有哪个学生喊“不行”的。而此时，老师与教官时不时的要求学生靠边行进确保安全，因为路上会有汽车经过。

在路途中，有三名女生分别出现晕眩感、胸闷的情况，老师及时给学生使用了风油精，症状得到了有效控制。随后，老师及时安排了学生一旁扶助，并不时的安慰、引导。学生也很能吃苦耐劳，自我调整着自己的状态，情况渐渐开始好转。这期间，整个队伍继续行进，甚至在老师问到“能不能坚持，累不累”的时候，学生响亮的回答道，“能坚持，不累”。可见，学生的自信与顽强没有被击垮，而是被夯实，愈加弥坚。到达目的地时，负责后勤保障的老师与中巴车已经早早地守候在那里，于是，我们让身体不适的几名女生上了车子，作及时的调整，避免出现过度的肢体损伤，而男生没有一个愿意上车的，并不是不想坐，而是选择成为一个真正的男人，敢于战胜自我的人。当然，女生的表现也是值得我们为她们竖大拇指的。我想说的是——不管男生还是女生，你们好样的!

自从8月25日到西安城市建设职业学院报到以来，我就深深的爱上了这个集体，26日我们就参加了军训，军训留给了我有很多难忘的回忆，像电影一样，一帧一帧的历历在目。细雨中，我们军姿站的笔直，纹丝不动;骄阳下，我们齐步走的步伐整齐，动作一致;歌唱比赛上，我们歌声响亮，这些都是军训给我留下的宝贵回忆，让我永远铭记。

20xx年9月22日，对我来讲是一个难忘的日子，经过了二十几天的军训，我们迎来了盼望已久的军训拉练。出发前，我们学院的李院长作了动员讲话，李院长说：拉练是军训的一个重要的训练科目，旨在磨练学生刚毅顽强的好品质，增强团队凝聚力，同时也是我们城建学子展示风采的平台。要求大家好好珍惜这次难得的机会，锻炼身体素质，提升素养。为了确保我们学生的安全，所有教官指导员全部跟队，保卫处和医务工作人员也都跟队随行，就连东大派出所也派出了警车为我们开道。

一路上我们迎着晨曦，踏着有力的步伐，喊着响亮的口号，从学院西门出发，途经东大零街，绕至学校南门，徒步行进4公里。中途休息时间，大家围坐一团，相声、唱歌等即兴表演迎来了学生们的阵阵掌声，欢歌笑语不断。上午10点30分，我们从南门进入学校，结束了拉练。这次拉练，我觉得很有意义。有很多身体素质不好的学生，尤其是女生不舒服但依然坚持走完全程，贵在坚持的精神值得我们学习。虽然拉练只有一次，但是我们终身难忘，在以后的学习生活中，我们一定会克服种种困难，争取早日成才，报效祖国。

**军训拉练心得体会高中篇三**

军训是每个大学生都要经历的重要课程，它不仅锻炼我们的身体，提高我们的身体素质，还训练我们的意志品质，增强我们的集体意识和团队精神。通过多天的军训训练，我们不仅感受到了自己的潜力，也更加了解了自己的身体状况和最大限度的承受能力。这些对我们未来的人生有着很重要的意义和作用。

第二段: 军训的痛苦与成果

军训过程中，我们不可避免地会感受到各种痛苦和困难。那些连续的长跑、坚持不懈的半蹲姿势，让我们的大腿和身体各处都感到难受。但是，通过这样的痛苦与忍耐，我们不仅掌握了正确的训练方法和技巧，还在身体素质上得到了实质性的提升。经过军训，我们的体质、心理素质等方面都得到了不小的提升。

第三段: 团队合作的重要性

在军训过程中，同学们不再是单独的个体，而是组成了一个个团队。团队配合、分工协作等各种多样复杂的团队问题，逐渐的成为我们军训的主题。在特殊的任务中，我们需要相互配合，不断协商，发扬团队的力量。在这样的过程中不仅锻炼了我们的团队合作意识，也增强了我们的人际交往能力。

第四段: 主动学习的重要性

军训给我们的不仅仅是具体的训练技能，还教会了我们如何更好地学习。这是能力同时也是习惯。军训要求我们认真学习各种技能，不断提高自己的能力和硬实力。这种学习习惯在未来的学习中有着不可估量的价值。

第五段: 总结与展望

在军训中，我们深刻的认识到训练对我们的成长和发展是至关重要的，并能从训练中学到许多东西。希望我们能够将军训时获得的成果和收获贯穿到未来的人生中，有更多的了解身体，掌握良好的习惯、自律意识和韧性，更加严谨的态度和重视团队合作精神。这些经验和体验将会对我们未来的个人和职业生涯产生深远的影响。

**军训拉练心得体会高中篇四**

在这短暂的五天里，我们尽情地磨练自己，挑战自格要求自己。

军训期间开展的`一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实际工作中的重要性；立定、稍息、原地转向、齐步走、跑步走和正步走等训练项目，让我们体会到了在建设新世纪的社会主义现代化事业中必须具备艰苦奋斗、吃苦耐劳的优良传统，严格的管理、严谨的训练也增加了我们的自我约束力和时间观念。

军训是酸的。每天我们连续训练两个多小时，昂首，挺胸，立正，这些是最基本的要求，不用一天的时间，脖子、肩膀、手腕、腿都酸了。

军训是苦的。经过了三天的训练，腰酸背痛不用说了，大腿更是连走路都忍忍作痛。可这么一些劳累算得了什么呢？忍着痛，我仍尽力地将每一步走好，坚持到最后，虽然这当中包含着多少的艰苦。

军训是辣的。严明的纪律，在军营生活中必不可少，一不留神听错教官的口令或者完成不好标准动作就会被别人取笑，脸上火辣辣的滋味真的不好受。

军训是甜的。用“苦尽甘来”四个字来修饰军训很合适。五天的刻苦训练终于换来了第五天，也就是最后一天，这天我们可以将我们这几天所学的表现出来。

阅兵场上，各个班的人头不停地动，整理着队伍，迷彩也成为这“戏”的“主角”，大地上又显出几个绿色迷彩的斑点，它在隐隐约约中总能在空白中寻找自己的位置，好似军人般守纪律，懂规矩，让你看到了希望，让你一眼就能看出其不同凡响之处，让你一看出军人的特质，也让你一眼就能懂得迷彩的本色。迷彩本色，是我们军训中稚气高中生向上的方向，看着几天来努力与汗水换来的成果，每个人的心里都是甜甜的，会计101班第一名！！

军训的味道就是如此，它酸、它苦、它辣、它甜，虽然这味道不是很好，但，至少我们曾经享受过，在我们的人生里这是非常难忘的味道啊！

**军训拉练心得体会高中篇五**

在这4天的军训日子里，我们都把自己当成部队的军人来看待了，这里有种命令是绝对服从，这里有种纪律叫绝对严明，虽然有很多条条框框，却把我们训练得堂堂正正。在这几天的日子里，没有个人魅力，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，不知不觉中，发现自己已经爱上了这种生活。

由于军训第一天的累，到第二天的乐，军训第三天的欣慰，到今天我才明白了：团结就是力量，集体离不开个人。

今天和往常一样，一通忙碌之后，便到了红色的塑胶跑道上，开始了新一天的军训，先站军姿20分钟，也许是因为昨天的表现令教官不满意。今天，同学们都像打着鸡血一样，付出的汗水总是有回报的，最起码受到教官的表扬，也许这就是对我们最好的肯定，我们个个都像吃了蜜一样甜，更加地卖力训练。

热浪终于向我们逼近了，不知不觉中我的额头已经挂满了一粒粒汗珠，在脸颊上缓缓流下，好痒，但我们没有人伸手去擦汗，为此教官也感到十分的欣慰，我们也终于领悟了一个好的集体，离不开优秀的个人。

在一个美丽而短暂的午休之后，我们仍继续着下午的军训，灼热的大地，火辣辣的太阳，汗流浃背的我们，构成了一道特别的风景线。在教官的带领下，我们复习了稍息、立正、跨立、原地塌步等动作。

今天最精彩的风景线是教官传授我们少林功夫，第一式就是扎马步，那奇怪的姿势引起我们不屑和哄笑，本以为很容易，可自己一练，才发现大错特错，从一开始的身体无力到后来的麻木，接着便是一声声哭爹喊娘的叫喊，更“变态”的是教官让我们单手握腰带，右脚抬离地面30厘米，个个站着摇摇晃晃，后来教官出了一个金点子，让我们手挽手，你别说好多了，这应该说是团结的力量吧。

时间如一条潺潺流淌的小河，军训生活即将接近尾声，今天的生活是苦的，累的.，但我们都可以克服，我可以自豪地说我做到了，军训的这4天，整体感受用5个字形容——苦并快乐着。

**军训拉练心得体会高中篇六**

每年的开学季，大学里都会有一场盛大的军训，为大学新生们打好基础。对于大学新生来说，军训不仅是一项生理锻炼，更是一次心理磨练，拉练则是军训期间的重头戏。在拉练中，我经历了许多困难和磨练，但也收获了许多体会和心得。

第二段：身体锻炼

在军训中，最主要的任务就是进行身体锻炼，对于体质弱的我来说，这是一项挑战。每天早上6点起床，进行长跑、俯卧撑、仰卧起坐等运动，让我逐渐适应了早起的生活习惯。此外，还进行了一些特殊的训练，例如攀爬墙壁、绳索下滑等项目，这些训练不仅考验了我们的体力，更考验了我们的勇气和意志力。

第三段：团队建设

拉练中，我们不仅需要个人能力，更需要团队协作能力。在拉练的过程中，队友之间需要相互配合，互相支持，才能完成任务。我学会了放弃个人主义，学会与队友分享、分担、合作，这不仅仅是军训时的体验，同样也适用于未来的人生中。

第四段：心理训练

拉练中，心理训练是必不可少的一项训练。我们需要保持冷静、镇定，不被情绪所干扰。有时候，困难会迎面而来，但我需要学会自我调节、自我激励，克服困难。拉练中还设置了考核和比赛环节，这让我不仅更加投入了军训，在比赛中也能表现出自己的实力。

第五段：结论

军训心得体会大学拉练是一次很不错的锻炼和体验，让我不仅得到了全身的锻炼，还能够更好的适应校园生活。在拉练中，我学会了如何与队友相处、如何克服困难、如何自我激励，这些对于以后的人生都会大有裨益。因此鼓励大家，积极参加军训，享受军训带来的快乐与体验，让自己更快乐，更快速成长。

**军训拉练心得体会高中篇七**

军训拉练已经成为了每年大学生活的一个重要的组成部分，整整三个星期，带着疲惫和汗水，没有人知道下一个任务会不会是最后一个。那么在这三个星期中，我学到了很多不仅仅是军事上的知识，更重要的是在不断的挑战中锻炼了自己的意志和毅力。

第二段：面对挑战

拉练期间，我们遇到了许多的挑战，有坐冷水澡强化训练，有在大太阳底下二十英里劳动，有展示个人风采的文艺表演。这些挑战既考验我们的体能也压迫我们的心态。但是，这些挑战却让我们学会了如何在压力下缓解心态，如何处理好人际关系以及如何激发自己的内在潜力。

第三段：团队合作

拉练过程中，我们被划分到不同的小组并且其中每个人都要完成不同的责任。让我印象最深刻的是在山地寨探险中的小组游戏。当我们碰到困难时，我们一起制定计划，找到并解决问题，并维持一个好的团队氛围。在这样的情况下，我意识到，团队合作可以引导我们更有效地完成任务。

第四段：自我探索

学习如何国防意识不仅是军训的目的之一，也是我们个人探究自己思想、成为更好自己的机会。在克服每一个挑战的时候，我了解了自己的能力和极限，并与心理和生理健康相结合。通过参加军训和拉练，我也开始探索自己在领导和团队合作中的能力，找到了我未来专业发展方向的启示。

第五段：结论

总结起来，军训拉练对我们大学生而言，是一次难得的机会，我们可以通过它不断挑战自己并且提高自己。另外，军队训练不仅仅是让人变得更加强壮，更是为了让我们-普通大学生懂得什么是自我探究、什么是自信和勇气，以及什么是为他人奉献。

**军训拉练心得体会高中篇八**

未来的路布满荆棘，大学军训为大学生每个人的成长、成才打了下坚实的基础。而经历了这么多天的军训，我们从中也收获了许多不一样的心得体会。你是否在找正准备撰写“军训拉练最新心得”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

立正，是我们接受的第一个命令，我们有过军训的基础，训练起来也是比较快的，我们在训练的时候，都非常认真，因为我们知道我们就算在怎么优秀也没有教官优秀，我们一次又一次的参加军训，一次又一次的努力实践，每一次我们都会努力做好教官的每一个动作，不懂就问，训练的热情高涨，每一个人都非常认真，每一个人都非常有担当，我们已经不是小学高中，我们已经是大学生。

我们迎接的将是更多的挑战，军训是我们的第一道关卡，我们走过了漫长的求学路，走过了多个寒暑，一直坚持到现在，我们不会因为军训而惊慌，反而会高兴。

在暑假的时候我就在考虑军训的事情了，关于军训的传言各种各样，对于即将参加军训的我们有一定的影响，但是还没有正真接触到，就不会妄想定论，因为实践才是检验真理的标准。

等到军训时我们有的只有激动，正式的训练模式，非常正规的军训，教官，老师还有我们严肃认真，这是非常隆重的一次训练。

在接下了的军训，我们没有人喊苦，也没有人喊累，哪怕累的双腿双手发颤，我们都会一直坚持，哪怕我们在训练的过程中汗如雨下也不会去擦拭身上的汗水，因为这时是不能动的，没有名令哪怕是蚊子叮在我们的身上也不能够动。因此我们用我们的态度表达了我们对军训的认真。

失败是军训中经常遇到的，在失败中我们一次又一次的站起，因为我们有队友，当我们一个人倒下，有更多的人伸出了自己的双手，来搀扶队友，我们不是一个人训练，我们不孤单，因为我们身边的每一个人都非常友善，愿意给身边的战友帮助，这也让我们在训练中走过了李哥有一个坎，大家相互搀扶，相互鼓励共同去努力奋斗，努力训练，定要在军训结束的时候闯出一片天，付出永远是不够的，努力是经常的，坚持是必须的，勇气是前提，加油我们一定行。

就这样我们走过了军训，站到了最后，我们享受着军训的快乐，拥抱友谊，用我们的努力收获胜利的果实，没有谁会放下军训的美好，没有谁会丢弃军训的时光，军训成为我们美好记忆，永远留存。

炽热的空气烘烧着地面，从一点四九六亿公里外的太阳传来的思热量令人窒息。军训用的胶鞋在温度的积累中变得烫脚，即使时不时有凉风吹过，可带来的凉意与阳光赋予的炽热比起来不过是杯水车薪。

在日复一日地煎熬中，军训已然过去一半;开始觉得无比难熬的每一天，也在一点点的坚持中逐渐度过。

尽管大学的军训比初中、高中的都要久，但也增加了许多初中、高中军训时没有的的内容和活动。有军中条令的讲座，让我们更加了解和体会军人精神和军人准则;有消防讲座，比之前的任何一次都要详细，让同学们真正亲身体验了消防器材的使用;有战备学习，让同学们深刻了解我们所处的和平年代是如何保持的。

大学生活从军训这里启程，后面的路还很远，但人只有双脚没有翅膀，即使风浪再大，也要勇往直前。

留下的应该只有痛苦，那习惯已经伴随自己这么久了，可是现在忽然觉得很久没有这样用心的去叠衣了，改变不会是一蹴而就的，到最后的时候你只会觉得我已经做到了，军训，就如梦一样，却让我不得不用心去回忆哪怕最后的记忆越来越零星，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，十天的疲劳，几次刻骨铭心的疼痛，隐隐告诉我，已经结束了。

只记得有笑有苦还有点痛，酸酸的感觉。教官走了，没有眼泪，也没有分别，仿佛一切都没有发生一样，那么匆匆。阳光照进来，落在堆在发旧的军装上，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。体会花木兰的那种巾帼英雄吗?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，在家很少劳动的我，军训中我吃了不少苦，动作做得不标准被骂，也有与大家一起的，很多人现在告诉我其实那是一种很辛苦却很幸福的回忆，可是那种《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。记得那首歌《改变自己》一直有很多姐妹跟我说这次军训我肯定不行的，反正是坚持不下来的，可是经过了十天的磨砺，我们都挨过来了，这就是改变呀，我们是最棒的!

有位哲人说过：不愿意回忆的回忆才是最珍贵的，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。只能在一瞥一笑过后，突然对自己说还是的谢谢军训呀!那味道、就如品苦瓜炒蛋一样，有苦的时候可是却很有营养!一直让我爱不释手!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，愿意刻在岩石上，而不是写在沙滩上!它已经成为一种力量，给可我一个新的习惯，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，更是那种坚持，更是那种很干净的单纯的想法很令人怀念和留恋，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!然后一起谈笑风生，品一味酸甜苦辣咸都有的好“茶”。

组织学生军训是多年来加强国防后备力量建设的有效手段，也是当今世界许多国家的共同做法。有利于增强青年学生的国防意识观念，有利于国防后备力量的现代化建设，有利于青年学生的全面发展。这些。这些是从大整体上讲述学生军训的意义的。就我本人对此次军训的体验，我以学生的角度来表达自己的看法。

对于多数大学生而言，大学之行都是他们的第一次离家，所以是处在一个近乎完全陌生的新环境里。多数同学会感到不适应，想家，对今后的学习生活产生极大影响，甚至于变的孤僻，内向，不融于集体，等等。而经过大学军训，同学们可以通过一个融洽的环境，很快的融入集体中，在军训过程中建立起\"共患难\"的情谊，开始自己又一个人际关系网。

同时，军训的过程也是锻炼自己的舞台。因为军训的休息时间，教官会组织拉歌，游戏等集体活动，也会给喜欢展现自己的同学建立了一个平凡而又绚丽的舞台。都说大学是个小社会，确实不假，同时这又是让你更适应社会的一个训练基地，在这儿只要你敢，就没有什么不可能。

大学不同于以往，其中包括生活和学业，都是全新的面貌，生活上，大多数的同学都必须在长达半年的时间里独立处理自己的事情，再没有父母家人在旁帮忙。这对同学们而言都是一次挑战，也是\"大学社会\"的体现。通过军训，教官的教导和辅导员的帮助，能让同学们很快掌握基本生活技能。

学习上，同样不再像以往：课程都是定死的，上课时间也近乎充斥了一整天的时间。大学课程多变，而且也没有固定教室，上课也不再以班级为单位，更让同学们\"兴奋\"的还属\"超长的自主时间\"，会让你感觉这简直就是天堂。也正因为大学管理松，所以同学们的自制能力，意志力迫切需要提高，才能让大学4年过的充实而不会浪费光阴。

军训是必不可少的关键环节，在军训之后你才会发现，高考后的松懈已经不再，内心充满了对未来前程的期待和向往，进而为之奋斗，努力。军训使我们的国家民族观念增强，同时使我们知道作为新世纪大学生应该具备的素质。

进了大学就意味着我们大家不再是小孩儿，处处都联系着家庭，社会，民族，国家。通过军训我们都应该像一棵树一样，吸收大地的养分，经历风雨的磨练最终成长为一颗能为祖国做出巨大贡献的栋梁之才。在此，我也向同我们一起经历雨打日晒并给予我们指导教育的敬爱的教官衷心的说一声：谢谢!

长达三个多月的暑假生活终于敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

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。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，可是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们保持同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，可是，就算不喜欢还是必须要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

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。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢?当然不是啦!我们每天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦!在休息时，教官们会让我们坐在一起，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

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，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前!

2024军训阶段个人心得和感想

2024新生军训个人心得与感悟范文(通用版)

大学军训个人心得感悟

大学生军训后的收获和感悟2024五篇

军校军训心得体会

2024年高中生军训心得感悟五篇(个人通用版)

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