# 军训的心得体会(优秀15篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-05-25

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。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？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。军训的心...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。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？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**军训的心得体会篇一**

军训是每个大学生都要经历的一个重要阶段。在这个过程中，我们能够锻炼意志品质，增强集体意识，甚至改变自身的价值观。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会，希望可以对正在军训的同学们提供一些帮助。

第二段：锻炼意志品质

在军训中，最重要的是锻炼意志品质。这是因为我们要面对炎热的天气、严格的纪律、重复的练习等一系列艰苦的考验。这时候，我们不能气馁、退缩，而要坚持下去。只有通过这种磨砺，我们才能逐渐锤炼出自己的坚强意志，成为更加勇敢、坚定的人。

第三段：加强集体意识

除了锻炼意志品质，军训还能够加强集体意识。在军训中，我们必须团结一致，相互协作，才能完成任务。通过军训，我们学会了互相帮助、关心团队的好处，也提高了自己的组织协调能力。这种集体意识能够在未来的工作中发挥重要的作用。

第四段：改变价值观

军训还能够改变自身的价值观。在军训中，我们学会了尊重他人、关注他人的需要。在与队友、教官之间的相处过程中，我们会发现自己慢慢变得更加理性、成熟。我们也会认识到自己的不足之处，从而有意识地去改正自己的缺陷。这种意识的改变，将有助于我们在未来的成长和发展中更好的看待自己和他人。

第五段：结尾

军训对于我们来说是一次锻炼，更是一个成长的过程。通过军训，我们能够锤炼出自己的坚强意志，提高集体意识，改变价值观。这种经历不仅让我们更加深刻地认识自己，在以后的生活中也将变得更加成熟，为我们的未来奠定坚实的基础。希望大家能够认真对待每一次军训，用心体会，善于总结，让自己在成长中更加强大、更加出色。

**军训的心得体会篇二**

军训是大学生活中不可或缺的一部分，它对于我们的成长和塑造起着至关重要的作用。经过一段时间的艰苦训练与磨练，我深刻体会到军训的重要性和意义。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，更培养了不少的坚韧毅力和团队协作意识，下面我将就此展开谈谈我的军训心得体会。

首先，军训让我深刻体会到了团队的力量和合作的重要性。军训期间，我们要分成小组进行各种训练和比赛。在这个过程中，团队的力量被充分展现出来。无论是晨跑还是队列训练，我们都必须齐心协力地完成，只有这样才能取得好的效果。我记得有一次，在进行队列教练时，我的队伍一开始很混乱，指挥员见状立即组织操练，鼓励我们并给予指导。经过大家的共同努力，我们的队伍逐渐变得整齐划一。这个经历让我深刻明白，一个团队的力量是无穷的，只有团结合作，才能取得更大的成就。

其次，军训让我更加了解和感谢军人的辛苦付出。军人是保家卫国的英雄，他们在艰苦的环境下默默奉献，为我们的安全和稳定默默付出。在军训过程中，我们只是体验了一部分军人的训练内容，尝试了一点军人的生活。但已经足够让我们深刻领悟到军人们所经受的困难和挑战，他们为了我们千千万万无私地付出。我们要时刻怀着一颗感激的心，铭记军人为我们奉献的努力和牺牲。

再次，军训让我深刻体会到了坚韧不拔和永不放弃的重要性。军训过程中，我们面对一些艰难的任务和困难，例如晨跑时的枯燥和痛苦、障碍课时的挑战和心理压力等等。但是无论这些困难和挑战有多大，我们都不能轻易放弃，我们要勇往直前，坚持到底。只有坚持不懈地努力，才能迎来成功的曙光。正是这种精神让我们在军训的路上越走越远，也让我们在以后的学习和生活中变得更加坚强。

最后，军训让我更加重视自己的身体健康。军训的内容很大程度上都是通过运动来达到锻炼身体的目的。每天的晨跑和各种操练让我们的身体得到了很好的锻炼，锻炼了我们的心肺功能和肌肉力量。通过这段时间，我深刻认识到，身体健康是我们一切幸福的基石。只有保持身体的健康，才能更好地面对各种挑战和困难，取得更大的成就。

总之，参加军训是我大学生活中一段宝贵的经历。在这段时间里，我深刻理解到了团队的力量和合作的重要性，更加了解和感激军人的辛苦付出，体会到了坚韧不拔和永不放弃的重要性，以及重视自己的身体健康。这些心得体会将伴随我一生，让我在以后的学习和生活中更加坚强和自信。我相信军训这段宝贵的经历将给我带来一生的收益。

**军训的心得体会篇三**

8月22至28号。我度过了我人生的第一次军训。军训，是对人们身体，意志和品质全方位的考验，虽然军训生活非常苦、累，但是却充满了意义和价值。小时候，我对军训充满着幻想，过着军人般的生活，一直是我的理想。到了初中，在哥哥姐姐的讲诉中，我发现。自己渐渐对军训产生了恐惧。我总是想着，军训整天对着大太阳，在教官严厉的教导下，我可以坚持住吗?我时不时的问着自己。

但是，是福不是祸，是祸躲不过。那种令我浮想联翩的生活终于到来。

第一天，我们的军官接到任务，所以延迟了两天。我们的教官姓潘名涛。我们在私底下称其涛哥。涛哥是一个公私分明的人。他在休息时，就像是我们的好朋友，和我们学生打成一团。但到了操兵时，他又恢复教官的威严，他不苟言笑的态度又浮现在他脸上。他一丝不苟的品质在他身上诠释的淋漓尽致。我们在教官到来的前一个晚上，我们领取到了属于自己的迷彩服，接下来的日子里，我们在太阳下真正的活出了自己，一颗颗豆大的汗珠沿着脸颊滑下，一顶顶帽子，一条条腰带，一套套军装，穿出了军人的生活，穿出了军人的习惯，更穿出了迷彩的本色。从高楼向下俯视，一瞬间，大地上布满了整齐的“斑点外衣”。

当然，这这次军训中，我也结交了今后三年要陪我共风雨的朋友。有帅气的驹哥，老实的博恩，活泼的茂铭，可爱的成伟，还有开朗的永和。还有许多女生。比如，可爱的二凡，和我具有超多共同语言的怡然，还有外向的小雪，锦潇。当然，还有好多好多。军训时，我们一起挥洒着汗水，当汗水浸湿衣服，全身酸痛的时候我已经忘记跑步立定时自己具有惯性。休息时，校园里回荡着我们欢快的笑声。我希望以后的日子里，我们还可以团结友爱，因为我们是一家人!

军训是痛苦的，但人与人之间的情感是美好的。在这次军训中，我们心灵受到了洗礼，因为我懂得了，什么才是意义，什么才是价值!

**军训的心得体会篇四**

9月1日-9月5日。我们树人学校的新生到行知基地军训，在这短短5天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

在小学的时候，我们军训了3次，还有一次是住在基地的，所以我自以为我能做的不错。但事实证明中学的军训和我们小学的`程度是完全不一样的。

在我们到来第一天的开营式上，老师们就强调了很多军训的精神，如：军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。最突出强调的就是“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”了，在后来的军训里，也证明了要求的高。这五天下过雨，其余时候太阳很毒，军训真的很辛苦。

可是在我回家的时候，我发现我收获了很多，例如走路的时候都会挺直腰板，平常有精神了许多。我就突然想到军训时足球门上挂的“军训一阵子，受益一辈子”这句话，现在想来确实是这样。和班上的同学同宿舍，让我们更亲近，大家现在想必很想念那段同宿的日子吧!

在这次军训我的想法还有意想不到的改变。在又一次我在吃早餐的时候，教官很关心我们，还问我能不能吃饱，要不要去加一点。在休息时间，教官就像我们的朋友一样，叫大家来表演节目。我知道了教官不是一直特别严肃，其实也是很温和的普通人。

这次军训磨练了我们的意志，让那个我们体会到了团结的精神，以后的生活会有什么变化呢，我期待着!

汗水顺着发梢滴落，嘴唇开始干燥，我们顶着炎炎的夏日，一个个站着如同坚韧的竹子，任有汗水下滑到脖子。

就在昨天，我们来到了基地，进行严肃有序的军训，教官的腰板挺直，并没有像别的教官坐在树荫下训话，而是与我们一同在烈阳下练军姿。

不过可惜的是军训因为台风而停下了，在这短短的两天中，我感受到了军魂，那种永不屈服的军魂，像生生不息的火焰，熊熊燃烧在胸中，就算天塌下来腰也不会弯下，就算大地裂开也不会皱一下眉头。

在军训中，最重要的不是军姿，而是让我们体验不屈的军魂。

**军训的心得体会篇五**

作为一名大学新生，军训是每个人不可避免的经历。在这段时间里，我们从“飞天鱼”到“扛步枪”，从“拍板凳”到“爬墙绳”，经历了各种训练，收获了不少成长和启示。在退役的时候，回首同样走过来的路，心中有无数的感慨和思考。下面是我对军训的几个心得体会。

第一段：军训是决定基础的训练

军训不是亲兵特训，更不是让我们成为“小兵种”的训练，而是为大家提供一个打好基础的平台。军训打好的基础，不仅仅是指体能，也是建立自信心和忍耐力的过程。虽然在训练中我们遇到过很多困难和挑战，但正是因为这些练习，我们才更加了解自己，找到自己的优点和不足之处。通过在军训中积累的经验，我相信自己可以面对更为艰难的考验和挑战。

第二段：团结就是力量的源泉

通过军训，我感受到了团结的重要性。在没有被划分为任何一个团体之前，我们都是孤立无援的，但只要我们团结起来，那么我们就可以达到我们想要的任何目标。队友们在训练中互相照应，互帮互助，互相鼓励，让我深深感受到了团队力量的强大。我们会为了同一个目标而付出，也许在过程中会磨合，会有摩擦，但最终结果却是令人瞩目的。通过军训，我认识到团结不仅让自己受益匪浅，更能够让大团队得到更好的结果。

第三段：军训教给我们的是自律

军训是对我们纪律和规矩的考验。在军训的过程中，我们必须严格遵守各种规则，比如不迟到、不早退、准时参加训练等等。军训不允许我们拖胖子，像拿起决定成功的钥匙一样，自律成为了我们唯一的选择。起初遵循规定不易，但是慢慢地，“自觉做事，认真对待”这句话在我的生命中发扬光大。通过军训，我学会了自律，意味着我可以主动地掌握自己的时间和自己的计划。这可不仅是在队列前排队拍照那么简单。

第四段：所有的付出都不会终将被忘记

虽然这场军训只有十几天的时间，但我相信这段经历会成为我人生中宝贵的回忆。军训是我从没经历过的一项体验，在这里我结识了很多可信和信任的朋友。我会记得过去的训练，那些为了达成目的愿意忍受痛苦的场景。同样，我也不会忘记许多见到的优秀官兵和战士们的榜样。在一切变得模糊之前，我会铭记在心的是自己所经历过的一切，因为这些是不会被时间抹去的。

第五段：军训让我们总结

虽然我们面对挑战和困难的情况经常出现，但十几天的军训是如此的令人难忘，因为它不仅带来了许多珍贵的人生经验，也让我们在落幕之前反思自己。对于军训中的悲喜交加，成功和失败，我都从中受到了深刻的启发。军训是一次对个人和团队的考验，我们从中得到了不同意义的经验和收获，没有人会因其受到的伤势而被打垮，因为我们在一起，在每个人的成功中分享乐趣，在每个困难中互相扶持。在回到校园的时候，我们内心仍在影响着军训的点滴，从而更加努力向前。

**军训的心得体会篇六**

20xx年9月3日，星期一，阳光普照、秋高气爽，这一天孩子们迎来了新学期的第一课——军训！

在暑假里女儿读了不少课外读物，其中有一套《特种兵学校》专辑，她每次读起来都是爱不释手！从此女儿对军人有一种特别的崇拜，书中讲了几个特种兵学员与敌人斗智斗勇的故事让孩子受益匪浅，现在当她知道开学自己要军训时兴奋的欢呼雀跃。

开学的第一天我送她早早地来到学校，期间我看到班主任发的孩子们军训的照片，看到他们的认真训练的样子和像模像样的军训感到特别欣慰。当我中午放学去接她时看到她一脸很狼狈的样子，我不由心中一怔，心想这小大人是受了不这种苦了吧！女儿对我说：“妈妈我下午不要来了，太累了。”我耐心的跟孩子讲了许多关于军人的故事，一分耕耘一分收获，吃得苦中苦方为人上人，这点苦你就要退缩吗？那将来你走向社会怎能去面对这大千世界呢？妈妈相信你你是最棒的。女儿渐渐的明白了我告诉她的哲理。顿时小嘴一窍、腰板一挺，说到：“好的、妈妈相信我我不会在困难面前退缩的。

下午2点半把女儿送到了学校，看到她信心满满的走进学校，我想我的担心是多余的，孩子往往会比我们想象的要坚强。下午回到家她猛灌了一杯子水，还给我绘声绘色的讲起了军训的内容：高大威猛的军官一身军服英姿飒爽，给孩子们做示范并纠正孩子们的姿势，从最基本的站军姿开始，稍息，立正，向前看齐！站军姿时间长了腿都有点发软，从来没有想过站着也会这么累人。不过幸好有班主任陈老师在旁边照看着，她会帮助同学们倒水，督促同学们的纪律。我听着女儿兴致勃勃的讲述不由地看向了窗外随风摇摆的小树，孩子也会像小树一样迎着阳光迎着风雨茁壮成长，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

第二天军训完回到家也再提起自己很累很苦的话，反而很兴奋的告诉我们明天要军训展示了，今天教官教的齐步走、向左转、向右转、向后转、向左看齐、向右看齐，我要自己练习一下，说着自己喊起了号子，自己练了起来。我问她你在学校没有学熟练么？为什么回家还要练习？女儿回答：“明天要军训展示了，还要评比名次，我一定要好好练习，争取明天我们班拿第一。一个合格的军人是会特别热爱荣誉热爱集体的。”她有了集体感，荣誉感她知道了如果想要获得荣誉就要加倍努力，这一天，孩子很努力，我在孩子身上看到她每一点的进步。

第三天女儿回到家就一脸兴奋的对我说我们班拿到奖状了！我听到以后也很高兴！这是一个好的开始，孩子、妈妈相信你以后还会获得更大的收获。这次军训孩子初步掌握了一些军队的知识，初步认识了人民军队。也体现了孩子们的毅力，更体现了他们每个孩子都有一种集体的荣誉感、都有一种团队精神。

作为家长我们很感谢学校组织的这次军训！感谢每位老师的陪伴及辛勤教导，让孩子们得到了锻炼，获得了成长。三天的军训很短，但孩子不怕吃苦，懂得了遵守纪律、热爱集体、热爱军人、热爱国家！现在的孩子大多数在蜜罐里长大，少艰苦，少责任，能有一次军训也是人生中一次很好的历练机会。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让孩子们受益终生的收获，收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。

**军训的心得体会篇七**

第一段：培养坚韧意志力

军训是大学生活中的一项重要组成部分，通过参加军训，我们不仅能够锻炼身体，还能培养坚韧意志。在军训过程中，无论是盛夏炎炎还是严寒冬天，我们都要坚持训练，不容偷懒。每天早晨醒来，阳光尚未升起，但却已经听见同学们整齐的脚步声和教官们严厉的口令声。在这样的训练环境下，我们必须时刻保持专注和坚韧，不断克服困难和疲劳，让自己变得更加坚强和顽强。军训使我们逐渐认识到，只有用坚韧的意志力才能面对生活的种种挑战。

第二段：锻炼团队精神

军训是一种团队活动，它需要我们与队友们紧密合作，齐心协力。在训练的过程中，我们要根据指令迅速行动，确保每个动作都同步一致。只有通过团队的努力和默契，我们才能够完成各项军事任务。而其中最好的例子就是我们组织了一次夜训，每个战士都胸前挂满弹药。我记得当时夜色笼罩着训练场，我们要在暗光下进行潜伏和射击训练。在黑暗中，只有互相配合，共同向目标前进，我们才能顺利完成任务。通过这个过程，我们深刻体会到团队精神的重要性，只有团结一心，才能取得不凡的成就。

第三段：塑造自律自控能力

军训要求我们时刻保持严格的纪律和自我约束，这对大学生活来说是一种全新的挑战。在军训中，我们不仅要严守训练时刻和规定的动作，还要保持整齐划一的形象和态度。这对于大多数学生来说都是一个巨大的挑战，需要克服内心的怠惰和马虎。通过军训，我们不仅培养了自律自控的能力，还能够养成良好的生活习惯，提高自己的工作效率和学习成绩。作为一名大学生，在未来的工作和生活中，自律自控将是我们不可或缺的品质。

第四段：培养勇于担当的精神

军训中，教官们严厉的表情和严肃的注意让我切身感受到了军人的严苛与严格。曾经有一次，在操场上，一个同学晕倒了。当时教官的第一时间就调动了救护车，并指示我们保持队形不乱。这种冷静和果断的反应让我深受感动。通过这个事件，我明白了担当的重要性，以及在紧急情况下冷静处理问题的能力。这种勇于担当的精神在我们的生活中同样重要，无论是对于自己的工作还是关心他人，都需要有勇气和担当。

第五段：坚持到底的毅力

在军训的最后几天，训练的强度和难度都提高了许多。尽管如此，我们仍然坚持到底，全力以赴。我记得最后一天，教官要求我们实施一次长途奔袭，全力以赴。这需要我们不仅拥有强健的体魄，还需要不屈不挠的毅力。虽然我们走的步伐很艰难，但我们的决心并没有放弃，反而更加坚定。通过军训的这段时期，我明白了成功需要坚持不懈的努力和毅力，只有坚持到底，才会有收获。

总结：

军训的过程虽然充满了困难和挑战，但也给予了我们无数的宝贵经验和体会。通过培养坚韧意志力、锻炼团队精神、塑造自律自控能力、培养勇于担当的精神以及保持坚持到底的毅力，我们成长为更加优秀和坚强的大学生。军训不仅让我们学到了如何面对困难和挑战，更让我们明白了团结和合作的力量。相信通过这段宝贵的经历，我们将能够更好地面对大学生活中的各种挑战，并取得好的成绩。

**军训的心得体会篇八**

大一军训十一天，说短不短，因为辛苦过得很慢长;说长不长，因为觉得还是挺有味的。

大一军训总的来说是相当有趣的，比初中、高中的军训要轻松得多，空余时间也很充裕。

教官虽然一方面照会我们是大学生，普遍学习多，锻炼少，但军训还总是相当严格艰苦的，开始几天，光站军姿就要站上20分钟，想不到“站如松”，一动不动竟是如此辛苦的，虽然脑里想起了白杨，古柏和那站岗的警察叔叔总是能扬起内心一片激情，但每每站到酸痛的时候，就发觉全身发抖，想起宿舍的舒服时候了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。

除了立正、踏步等一系列苦活，其实军训中还是穿插了很多有趣的事情的，如果说那些苦活是主旋律，那么这些事情就是有趣的伴奏了，使得整首军歌动听起来。

比如说我最应该说的就是由连长组织的大小休息，这是最有趣的事情，我可得要记下来、

全班同学当时都在一起唱军歌，说实在的，每次唱军歌都有点感同身受，想家了、想亲人了、当兵了、离家了、总让人觉得眼睛红红的，快要流出眼泪了。然后大家一起拉歌，喊着“1、2、3、4、5”的口号，大家别说喊得有多起劲了。

还要记下的一件事情就是教官发现了我这个迟钝的人，我有时因为太因了，反应总是慢人半拍，可能是以往上学时养成的坏习惯，不好啊!可是我都被捉出来了，教官可真细心啊，呵呵!所以我俯卧撑做得真不少，由排头兵变成要、躲在大队中间，让我改正了许多缺点，正如农民种田一样，经过一系列苦活，累活之后，这个秋天终于收成了。

还有最重要的一件事，那就是打靶，这可是我第一次扛起真枪，小时候想当警察，拿枪的愿望终于实现了，现在想起来当时真的很紧张，枪声原来是巨响的，心里有点怕，反正觉得震耳欲聋，感觉没什么瞄就射出去了，现在不禁有点遗憾!

十一天的军训生活就这么结束了，真的很累，但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，回想一下，教官每天都管得好严，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，想到这还是有那么点残酷，想想这十一天是那么近，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，永远的可能不再见了，人生中匆匆的过客。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十一天的军训，对每个同学来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出;要做得更好，得付出更多。

**军训的心得体会篇九**

第一段：军训的初体验

军训是一段难以忘怀的经历，严格的军训生活让我感受到了军人的艰辛和坚韧，也让我明白了身体力行的重要性。初次踏入军训场，我不禁感到紧张，担心自己是否能够适应这样严格的训练。然而，随着漫长的军训时间的推进，我逐渐学会了如何调整自己的心态，接受挑战，并从中获得成长。

第二段：坚韧与毅力的培养

在军训过程中，不论是艰苦的体力训练，还是严格的纪律要求，都考验着我们的毅力和耐力。常常天亮前的晨跑让我们疲惫不堪，但是我们必须坚持下去。在炎炎夏日的烈日下，军训场上温度高达三十多摄氏度，烈日炙烤着我们的身体，汗水湿透了我们的衣服，但我们依然要坚持训练。通过这样的锻炼，我逐渐培养了坚韧的品质，学会了在逆境中不屈不挠地前行。

第三段：团队精神的重要性

军训中最重要的课程之一就是团队训练。在战术训练中，我们需要密切合作，互相配合，共同完成任务。每个人的角色都非常重要，一个小小的失误都可能导致整个团队的失败。通过与队友们的相互配合，我明白了团队精神的重要性。团队协作不仅仅是为了取得好的战斗成果，更重要的是在困难时能够相互支持，共同面对。

第四段：自律与责任心的涵养

军人的训练是艰苦严苛的，而军训正是锻炼我们的自律和责任心的良好机会。在军训中，我们要严格遵守纪律，按时完成各项任务，保持良好的军人形象。这种强烈的规则意识对我们的自律和责任心提出了极高的要求。通过军训，我逐渐养成了严格约束自己的习惯，学会了为自己的行为负责。

第五段：军训的收获与感悟

军训结束时，我回首往事，感慨万分。军训不仅使我体会到了军人的艰辛，也让我感受到了团结协作的力量。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，也培养了坚强的意志。我明白了严格自律与责任心的重要性，也认识到了团队精神对于成功的重要性。这些都是我在军训中得到的宝贵财富，将伴随我一生。

总结：

军训让我经历了身心的全面锻炼，使我从一个稚嫩的学生成长为一个有着坚韧毅力、团队精神和自律责任心的人。虽然军训带来了辛苦和痛苦，但我却觉得这是一段难得的宝贵经历。我相信，在未来的生活和学习中，这些与军训相关的品质将会起到重要的作用，帮助我克服困难，取得更多的成就。

**军训的心得体会篇十**

我们把教官抛向空中，目送他远去——三天的军训，就这样结束了。

三天前，戴上军帽的我们对军训充满了好奇。而军训，似乎没有我们想象中的那么有趣。站军姿，齐步走，唱军歌。头顶着毒辣的太阳，纹丝不动地站着。汗水湿透了我们的衣服，沾满了脸颊。而这，并没有击倒我们。我们坚持着，出色地完成了此次军训。

忘不了那位略带着羞涩的教官。他没有其他连教官那么严厉，但也不失严格。他不辞辛苦地教会了我们每一个动作，把我连带得更有组织、有纪律。他严格中却不失风趣，在其他连走近之时给其他连下达错误指令，使得其他连成员乱成一团，把我们肚子都笑痛了。是他，带领我们走向最后的胜利。唱军歌，会操，我们都拿了第一，都是邓教官教导有方。军训结束了，邓教官走了，但是我们永远不会忘记他。是他，让我们在这三年的起点上更加自信。

忘不了烈日炎炎下站军姿！军训中最苦的莫过于站军姿了。34度的高温，我们却一动不动。一分，两分，十分钟过去了，头上全是汗，甚至还有女生晕倒了！但我们，还是坚持地站在原地。军训，是一个磨练自己，挑战自己的过程。能否战胜自己，靠的就是能否坚持到最后。咬紧牙关，一切都能过去。

忘不了教官整理后的整洁寝室。总以为自己的被子折得好，可当看到教官折得豆腐块的被子后，我的嘴巴可以塞进两只拳头！在教官的指导下，原本脏乱的寝室变得整洁！我们不得不佩服军人的组织、纪律性！

忘不了那一首首动听的军歌。“军号嘹亮，步伐整齐，人民有铁的纪律！”磅礴的气势，洪亮的歌声，军歌被我们唱得如此有力，如此动听！在唱军歌比赛中，全体队友声音洪亮，目光炯炯有神。一曲《打靶归来》，使我们赢得了第一！

忘不了最后时刻教官们的精彩表演。两臂放胸前，就这么直直地倒下去了，真是臂力过人！还有那生死搏斗，也相当精彩。

军训中，我们收获很多。我们付出很多，也得到了不少。我们学会了坚持，我们学会了咬紧牙关面对困难，这就是军训所体现的精神。在今后的人生里，就如这三天军训一般，也会有许许多多的困难险阻，需要我们去面对，去战胜，去升华。军训不是折磨我，而是磨练我们！

军训结束了，这是三年艰苦奋斗历程的完美开端。未来的路还很长，我们要如这三天军训般的：长风破浪会有时，直挂云帆济沧海！

**军训的心得体会篇十一**

军训是大学生活中难忘的一部分，对于我来说也是如此。参加完军训后，我深感军训不仅仅是一种体能训练，更是一种磨砺意志、培养团队精神的重要方式。通过军训，我不仅对自己的身体素质有了明显的提升，更明白了团结合作的力量以及严守纪律的重要性。

首先，军训提高了我的体能水平。刚开始的时候，体能训练让我感到十分疲惫且乏力。每天早晨起来，身体还没有恢复过来，就要开始各种体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等。初始的几天里，每一次体能训练都是一种折磨。然而，随着训练的进行，我的体能逐渐增强。我能够跑得更远，做得更多的俯卧撑和仰卧起坐。这不仅让我更加自信，也让我明白了只有通过不断的努力和坚持，才能达到自己的目标和挑战自己的极限。

其次，军训教会了我团队合作的重要性。每天的军训课程都需要我们整齐划一地行动，需要我们相互配合，形成一个紧密的团队。在队伍中，我明白了自己的行动会影响到他人，要想整体达到最好的效果，就需要每个人都发挥自己的优势和努力。在军训中，我学到了如何与他人合作，并领悟到只有团结在一起，才能取得最好的结果。

第三，军训让我树立了严守纪律的观念。军训中的纪律要求严苛，每次上课之前都要做好准备，保持队伍整齐划一，服从指挥和组织。一丝不苟的纪律要求让我更加严肃和自律，并且帮助我养成了良好的习惯。通过遵守纪律，我明白了纪律的重要性，纪律可以让我们更加有组织性，高效率地完成工作，使整个集体更加团结和有力量。

第四，军训让我变得坚韧不拔。军训期间，天气炎热，训练强度大，往往会使人感到身心俱疲。然而，面对这样的挑战，我学会了坚持。无论是被酷热的阳光晒得满头大汗，还是累得腿软步履蹒跚，我都告诉自己，只有坚持下去才能取得更好的成绩。我逐渐明白到，只有在面对困难时坚持不懈，才能克服困难并取得成功。

最后，军训让我明白了自己的潜力。参加军训让我意识到自身的潜力是无限的。通过不断的尝试和挑战，我发现自己的潜力远超过以前的想象。我可以跑更远的距离，做更多的俯卧撑和仰卧起坐。这种意识让我更加自信，也让我对未来充满了期待和信心。

总而言之，军训是一次磨练意志、培养团队精神的宝贵经历。通过军训，我不仅在体能上得到提高，也学会了团队协作的重要性，以及纪律和坚持的重要性。我相信这些经历将对我未来的生活产生积极的影响，让我更加坚韧、自信和成熟。

**军训的心得体会篇十二**

军训进入第二天，我对军训的热情像旱天的小溪渐渐消失了。

早晨躺在床上，左思右想，如何逃避军训，但是，找不出一个对付过去的理由，只好硬着头皮去“刑场”。

今天的太阳仍是那么不给情面，甚至比作天更冷酷、更无情了，又是漫长的军姿训练，同学们都被烤成火鸡了，赵教官“休息”的命令刚落，同学们立即瘫倒一片，伸胳膊的伸胳膊，揉腿的揉腿，有的甚至呈“大”字形，躺倒在地，自个儿身上的汗都快把自个儿淹没了。

教官突然宣布：“现在请我们班的班长给大家表演一个节目。”大家立即来了兴致，鼓掌响了起来，可这为男同学扭扭捏捏像个姑娘，脸憋的通红，刚要张口，又闭了回去，还用军帽遮住了脸，看到他这样难为情，我们笑的东倒西歪，最后还是拉了两位同学陪唱，可也是要腔没腔、要调没调，但我们还是觉得唱的比电视上的大牌歌星还有趣。

同学们的疲劳早已烟消云散了。

其实军训也不可怕，像一坐山，翻过去，就是天高云淡，风和日丽。

湖南的秋天仍和往年的一样，时近中秋，却丝毫没有起风转凉的意思。骄阳肆虐着，张扬着，似乎要把一切都牢牢地掌握在手中，连树尖上的嫩叶也在它的控制下迅速衰老，呈现出颓废之势。我们也在这时，来到了梦寐以求的大学。早有耳闻，大学的军训是大学生活的第一课，是绝不轻松的。望着树尖的叶子，心里忍不住一阵害怕，我们能挺过去吗?我们会像叶子一样颓废吗?太多的疑问在我的心中徘徊，久久不能散去。

军训生活如期的开始，一切都有条不紊，骄阳也按着它的原计划，每时每刻都嚣张地舔着火舌，汗珠一滴滴地从额头流过鼻尖，砸碎在操场地水泥地上，迅速蒸发，再也不见踪影。即使这样，我们也必须笔挺的站着军姿，任汗水从脊背穿过;我们也必须高抬着脚掌，狠狠地砸向地面，任痛疼与麻木刺激。在做这一切的时候，我们都会问自己，究竟为什么要那么用心，随便应付一下，军训不也就在不知不觉中过去。教官的一番话也是最好地解释：“你可以做最好地，你也可以做最差地，既然你可以努力做到最好，为什么你不做呢?”军训的最终目的是什么?是磨练我们的意志，是锻炼我们的集体合作意识，自然军训的过程必须伴随着自然的恶劣与精神地痛苦，但人生就是一条齐整荆棘的道路，军训只是其中很小的一段，在前行的道路中，我们会被刺痛，会被扎伤，会被鲜血染红。但这算得了什么呢?没有鲜血，哪来鲜花?没有伤痕，哪来的精彩?骄阳似火对吧，我们用黝黑地皮肤告诉它，我们不怕;双腿疼痛对吧，我们用坚强有力的脚步声告诉它，我们不怕，懒惰侵蚀对吧，我们用顽强的斗志告诉它，我们不怕。

凤凰在飞上九重天之前，会在雄雄的烈火中煎熬，最终完成涅磐。经过军训，刚来时的疑问一一解开。我们不是树尖上的颓废的日子，我们要做飞舞九天的凤凰。炎炎的烈日，就像灼热的烈火，我们用我们的意志，让自立代替了依赖;让坚强代替了懦弱;让坚持代替了退缩。我们完成了煎熬的过程，像一只只凤凰在烈日中涅磐。伴随着鲜艳的旗帜，嘹亮的口号，坚定的步伐，我们将飞得更高更远。

**军训的心得体会篇十三**

“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续发奋吧！

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。七天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，坚信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时刻，长时刻的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，坚信还会另有一番感受，我就是这样。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，每一天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时刻就够拖累人了。而且，我们南方的气温高得很，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。从小到大，我都没有参加过军训，在上中学，大多数同学他们都参加过军训，他们都会说，“军训好苦、好累”。虽然他们都这样说，可对于军训我是十分的盼望的，毕竟那是人生的第一次，也可能是最后一次。

当我怀着十分激动的情绪上路的时候，我在想象我们军训的地方到底是什么样呢！我一向认为，我们军训的地方在林园，那个通讯学校，可当车从那个地方经过，并没有在那里停下，我有些失望了。

最后，最后我们来到了我们的军训的地方，首先进入我眼前的就是“训练基础，”看着那几个金光灿灿的四个大字，我心里是激动的，可人生就是这样，总会大起大落，首先就是把我们代进我们住的地方，那简直是……只有一张脏脏的床和被条连枕头都没有，我当时真的有一种哭的感觉，还好的是，我们的教官很帅，很会关心人，很有职责感，站军姿，等等一系列的动作，都那么顺其自然，对我们来说都是小玩意，可就在训练的第七天，我们把教官惹生气了，看着平时跟我们玩成一团的教官，突然就不理我们了，教官，本来就是一个好脾气的人，可我们却把他若得无语，能够想象，我们犯了多大的错，第一次在上来的七天里，再苦再累，我都忍受，坚持下来了，第一次，我哭了，那不是坚持不下来的眼泪，而是我的心里第一次感到失落，无助，来到山上来，只有老师、教官、同学在一齐，一齐进步，互相关心，可这唯一的一点都失去了，我强忍住泪水，可它还是不争气的摔了下来，还好的是，我们大家都知道错了，第二天，我们优秀的表现又让原来的教官回来了。

“稳住就是技术”“要的是质量的，不是数量”这一句句经典的话语在心里回荡，就这样，七天的时刻转眼就过了，说真的，此刻要离开这个以前让我厌恶的地天，还真的有点舍不得。

军训使我们以坚强为信念，发奋成为生活的强者．以前，我们一齐欢笑过，流泪过．这天，我们一齐经历风雨，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，七天谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华．我坚信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个完美的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训。

**军训的心得体会篇十四**

军训是一种独特的体验，它不仅是对身体的锻炼，更是对人生态度和价值观的塑造。参加四年一次的大学军训让我深刻体会到了团结协作的重要性，锻炼了自己的意志力和毅力。在军训中，我不仅学到了纪律和秩序，还体会到了团队合作的意义，这些都是我今后生活和工作中不可或缺的素质。通过这次军训，我明白了只有通过付出努力，才能收获更多。我相信这些经历会影响我未来的成长，并让我成为更好的人。

首先，军训让我领略到了纪律和秩序的重要性。在军训中，每个人都必须严格遵守规定的动作和指令，没有人可以随意做出个人行为。这种纪律的要求让我更加明白，在一个团结有序的集体中，个人的行为对整体都有着举足轻重的影响。只有通过高度的纪律性，才能保持队伍的统一、有序，才能完成各项任务。这种经历让我在今后的生活、学习和工作中都更加注重自律，从而更加有效地规划和管理自己的时间和行为。

其次，军训也让我深刻体会到了团队合作和互助的意义。在军训中，每个人都需要承担相应的任务，并在集体中协同努力，完成各项任务。每个人都是团队中的一份子，没有个人英雄主义，只有一个目标，就是团队的成功。通过和队友一起排练、一起训练，我明白了只有相互信任和支持，才能取得最好的成果。这种团队合作的精神也会在以后对我起到积极的影响，让我更加愿意和他人合作，更加注重集体的利益。

再次，军训锻炼了我的意志力和毅力。军训是一项艰苦的训练，早上的晨跑、白天的操练、晚上的夜训都需要我们付出大量的体力和精力。在这个过程中，我体验到了体力的极限和坚持的重要性。无论是酷暑还是严寒，无论是怎样的疲劳和痛苦，我们都必须坚持训练到底。这使得我学会了克服困难、坚持到底的毅力，这种精神在今后的人生道路中将起到重要的作用，让我能够面对困难和挑战，勇往直前。

最后，军训让我明白了只有通过付出努力，才能收获更多。在军训中，我们每个人都要不断努力，通过锻炼来提高自己的身体素质，通过规范的动作来展示出我们的军人风采。我们的努力和付出不仅受到了教官和领导的赞许，同样也为我们带来了满满的成就感和自豪感。这个过程让我明白了努力的重要性，从而成为了我今后学习和工作的动力。只有付出了努力，才能实现自己的目标和理想，才能过上更加充实和有意义的生活。

总的来说，军训让我受益匪浅，不仅在体力上得到锻炼，更重要的是在思想和精神层面得到了成长。通过军训，我领悟到纪律和秩序的重要性，体验到团队合作和互助的意义，锤炼了自己的意志力和毅力，明白了只有通过付出努力，才能收获更多。这些经历将在我未来的人生道路上起到积极的影响，让我成为更好的人。我相信，通过这次军训，我将更加努力地去追求自己的梦想，勇往直前地走向成功的道路。

**军训的心得体会篇十五**

军训这几天，对军训最直观的感受就是很累。然而，在夜深人静时回味今天一天时，又觉得军训虽累但是很有意义，或许对我以后的人生都将产生深远的影响。

清晨，当军训动员开始时，额头的神经不停地蹦跶。我早已认为这将是一场噩梦，至少对于身体不好的我而言是一场噩梦。但这一天的训练改变了我的想法。

军训虽苦，但决计不是无法克服之苦；军训虽累，但累得让人内心充实。或许某天我会感谢这一段经历，因为这段经历教会人生不可能过得如平坦大道般顺畅。当遇见突发事件时，你所能做的便是尽自己的努力做的更好，在一路克服困难的同时，记过已然不再重要，付出的同时就已经得到了收获，那是一种弥漫整个心田的满足。

军训已然要过去，但军训仍在继续，在接下来的几天，教官仍会与我们一起走过，这期间或许会有拉歌的欢笑，有对教官严厉的不满；有对教官的感激；有累到不行的抱怨，但这一切都会成为心中最美好的记忆。

军训，这是我的青春印迹，值得珍藏一生。

时间犹如白驹过隙，一转眼间，我们的军训生活即将步入尾声。与刚刚开始时觉得军训十分痛苦，并且盼望军训生活早点结束的心情截然不同，现在的我，却觉得军训让我明白了许多人生的哲理，盼望时间过的慢点，让我能在军训中学的更多！

在军训中，我们和教官彼此珍惜来之不易的感情，为了共同的目标，一起努力，一起训练，一起玩耍，一切都是那么的和谐有爱。说实话，军训很累，每天都睡不够，而且每天都要经受烈日的考验，但是我们却能从苦中得到快乐，从痛苦中得到感悟，相信，到了军训结束的时候，军训留给我们的不是泪水与痛苦，而是欢乐与感悟！

其实，在我看来，军训是我们人生中最宝贵的课程之一。它的艰辛和劳累，是在端正我们积极向上的人生观，是在磨练我们坚定不移的意志，是在培养我们团结有爱的精神，它带给了我们一种尊严，一种力量，一种不向任何邪恶势力低头的意志！正所谓中国有句古话：梅花香自苦寒来。不经历一点风雨，我们这些温室的花朵，怎么能见到美丽的彩虹？它教会了我们如何在挫折中成长！军训虽苦，但是却值得我们回忆一生！

军训不但培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。成功大门向来都是向意志坚强的人敞开的。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳时机。心里有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的暴晒，皮肤变黑，但这何尝不是一种快乐，一种更好的朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心。军训可以增强我们的集体意识，让我们变得宽容。

站军姿时间的漫长，痛苦在心中蔓延。但看到教官那因为表扬而充满笑容的脸庞时，一切又当然无存。在人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在与坎坷同行。经历军训的涂抹，会使我们坚强起来，给我们勇气。在人生的路途中大步向前。教官虽然严厉。但关心我们。

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