# 2024年军训后的心得体会(大全12篇)

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-05-19

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。军训后的心得体会篇一军训是每...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**军训后的心得体会篇一**

军训是每个中学生都会经历的一段特别时光，它不仅让我们锻炼身体，更重要的是磨砺意志和培养团队合作精神。军训结束后，我深深地体会到了其中的价值和意义。下面我将从锻炼意志、培养团队精神、树立自信心、增强责任感、提高工作效率等五个方面谈一谈我在军训中的心得体会。

首先，军训锻炼了我们的意志坚定程度。在紧张的军训训练中，我们要完成各种任务，每一个动作都需要力量、速度和技巧。每次训练结束后，我们都汗流浃背，筋疲力尽。但是，我们没有退缩过，始终坚持训练到最后一刻。通过这种锻炼，我们的意志得到了极大的增强，不论遇到什么困难，都不会轻言放弃。

其次，军训培养了我们的团队合作精神。无论是跑操、操场排队、操场跑步还是战术队形训练，都需要我们密切配合，形成一个高效的整体。只有团队协作，才能完成任务。通过与队友的沟通和配合，我们学会了倾听和尊重他人的意见，也降低了沟通和合作中的难度。团队合作的经验将在我们日后的学习和工作中起到重要的促进作用。

军训还让我们树立了自信心。军训中，我们每个人都受到了严格的考验，比如跑操的速度、战术队形的准确性等等。通过不断地训练和努力，我们看到了自己的进步，这让我们对自己有了更大的自信。我们相信只要付出努力，就一定能够取得更大的成就。

同时，军训也加深了我们的责任感。在军训中，每个人都有自己的职责，无论是排队、集会还是操场训练，每个人所做的一举一动都关系到整个队伍的形象。我们要时刻保持警惕，时刻保持良好的精神风貌。这使得我们明白了责任感的重要性，也培养了我们对集体荣誉的认识和珍惜。

最后，军训让我们提高了工作效率。军训期间的训练时间紧凑，任务繁重，所以我们必须高效地安排和利用时间。每一次的训练都要求我们迅速完成，因此我们学会了提高工作效率。这对于我们的学习和工作都有很大的帮助。

综上所述，军训不仅让我们锻炼身体，更重要的是培养了我们的意志和团队合作精神。通过军训，我们学会了坚持、合作、自信、负责以及高效工作等重要的品质，在我们的成长过程中收获了很多。希望我们能将军训中的学到的精神延续到日后的学习和工作中，为实现更大的梦想奋斗不息。

**军训后的心得体会篇二**

岁月无情，现在的我已经成为一名七年级的学生，告别了恋恋不舍的小学生活，我踏上了中学这条坎坷的学习道路。今天，作为升入初中的学生，我要参加第一次军训，这也是一项很严格的任务。

下午我早早来到学校，操场上热闹非凡，校园里同学们都在交头接耳地议论着军训的事。看着身边的同学，一个个都换上了崭新的迷彩服，穿上它之后还真不一样，大家好像都是一名真正的军人！

终于，开营仪式开始了，同学们都来到操场。领导讲完话后，我们便开始宣誓“刻苦训练勇于挑战奋力拼搏报效祖国”，随着一个个洪亮整齐的声音传出，我的心情兴奋至极！

举行完了开营仪式，同学们正式开始军训。

瞧，下面就是我军训时的独特感受——训练的时候，教官对我们要求很严格，要求我们做会每一个动作，在训练站姿的时候，每个同学必须保持一样的动作，直到我们腰酸腿疼的时候才可以休息，那时候，我的心里想：我的裤子又肥又大，风一吹就贴在了腿上，好痒啊，真想抓抓！这种魔鬼式训练真折磨人，不过锻炼了我们的意志。

训练很久后，教官让我们休息一会儿，一听到这个消息，同学们都兴高采烈，因为我们没有受过这样的训练。休息之余，我感受到了军人的劳累。

一天的训练，一次次的挑战，从未有过的独特感受从我心底里发出。

在第一天军训当中，我懂得了不少道理，因为那些军人的品格、精神值得大家学习！

**军训后的心得体会篇三**

近日，我结束了一段为期一个月的军训，虽然经历了紫外线的曝晒，千姿百态的痛苦，但是，我收获的不仅仅是一身更强健的体魄，更是一种自信和汗水与泪水所铸就的人格。以下是我对这次军训的感受心得。

第一段：初到军训营感受

在第一天的军训拉练中，我感受到了一股炽烈的气息。教官的讲解与引导让我很快适应了新的环境。当教官的口哨声响起，神秘的“三十秒翻身”让我的肌肉酸痛得无法自拔，更加坚定了我完成军训的决心。

第二段：出色完成任务的心态

随着训练的深入，我们都深刻地感受到了“严师出高徒”的魅力。在项训的“牵手过河”任务中，我与同房的队友默契配合，成功绕过所有“坑”、“泥潭”，更为珍贵的是，我们成为了真正的战友，不再是陌生的面孔。

第三段：与困难的斗争

在长时间的高温下，我们被晒得五颜六色，手臂酸痛，但更令我感到绝望的是登高攀爬上的颤栗。没有充足的体力，没有勇气，也没有足够的信心，我很难完成这个任务。经过教官的鼓励和队友的友爱帮助，我完成了第一次攀爬，心里感到特别骄傲。

第四段：意识到自身的不足

在这个大熔炉中，我真正意识到自身的优缺点。我有勇气和毅力面对困难，但在发现自身身体素质不足时，我踏上了一条新的征途。我仔细听教官的讲解，开始了日常锻炼，从而积累了更多的体力和对生活的自我管理能力。

第五段：在军训中领悟的生活方式

在军训中，我学习了很多诀要，例如，不宜酒后滋事，不宜挑战队之间的关系等等，这些诀要对于维护军纪非常重要。通过这种严肃而高效的军训体验，我了解到了什么是纪律和团队协作，这种精神在将来的职场又将发挥出什么样的作用。

总之，这次军训，让我感悟到了宝贵的人生价值。通过这个大型训练系统，我砥砺了自我的意志，学会了团结协作，更为重要的是，我领略了团结协作的团队精神。尽管面对未来的困难和挑战，但我将发扬自己的优点，不断突破自己，勇往直前地前进，实现自己的梦想。

**军训后的心得体会篇四**

在艰苦枯燥的训练之余，我们的娱乐活动也进行的有声有色，教官就是必不可少的主角。平时训练严厉的教官此时显得特别的可爱可亲，和我们打成一片。其实有的教官比我们的年纪都要小，可是军队的生活让他们磨练出超越年龄的成熟，坚毅而刚强。教官叫我们唱军歌时，脸上的神情特别的认真，有种油然而生的庄重和神圣，让我们不禁变得庄严肃穆起来。唱着铿锵有力的军歌，我身体里充满了力量，心潮不禁澎湃起来，仿佛我们就要踏上战场为保卫祖国的领土而战，成为一名光荣的解放军战士。

军训结束了，当我从那扇门出来时，我其实有掉泪的冲动，舍不得，真的很舍不得。这段这么单纯充实的日子，在以后的人生肯定是不可复制的，再也不会有这么一段经历，可以让人那么眷恋。在回程的一个小时里，我闭上了眼睛，可脑海却不断回放着十四天的经历，从开始的不适应甚至有点烦恼，训练的辛苦到教官看到我们做的很好时脸上明媚的笑容，一点一滴都很清晰。我恍然，原来，我真的有很大的变化。我学会了很多东西，学到了训练的基本内容，学到了如何更好的和人相处，学到了什么是团结;我收获了很多，我不断的挑战自己，不断尝试以前没机会或者不敢做的事情，收获到了和教官，和同学们深厚的友谊，收获到了什么叫做——军训的滋味。所有的所有，一辈子都受益，一辈子也不会忘。古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。我们作为新世纪的大学生，这次军训就是对我们的一次身心的磨练，让我们可以牢牢的记住军训中的苦与乐，收获的点点滴滴，以此来激励我们在未来的人生路上能够脚踏实地，勇往直前，拼搏不止，攀上成功的高峰，最终实现我们的目标和理想。

在\_\_年，大一第二学期期末，我们终于迎来了大学迟来的军训。我们所处的是一营四连一排，训练场地主要是四教前的空地。

在军训之前就有很多人说军训很苦，烈日炎炎下要一丝不苟的服从命令，哪个动作不对了还要纠正重复很多遍，最主要是每天的训练将近八个小时。这一切都让人有点望而生畏，可是我还是对军训很感兴趣，不仅是因为我觉得军训可以培养吃苦耐劳的精神，磨练坚强意志，还有那一身不算好看的迷彩以及即将要学的擒敌拳也是吸引我的原因之一。所以对于这迟来的军训我还是很期待的，我心中的军训是整齐的迷彩、有力的步伐、严格的训练、坚韧的意志。当我们整装待发的向着训练场地走去时，我也是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

整队，点名，教官的自我介绍，这一切都标志着我们的军训的正式开始。第一天的训练项目也不多，可是每一样都让我们费劲不已，稍息立正总是不整齐，于是练了一遍又一遍，蹲下起立有的人跟不上，所以也重复了好多遍，跨列总算是完成的比较合格，一次通过了，这才迎来可怜短暂的休息时间。就这么几个在我们看来简单无比的动作，足足练了一整天的功夫才被夸奖说练得有点模样了。军训前的期待在第一天的训练中土崩瓦解了，甚至我觉得这和我的期待相去甚远，只是教了一点简单的动作，还要一遍又一遍的训练，要说唯一和期待中差不多的就是这样一遍又一遍的的确很是磨练我们的耐心。第一天的期待破灭让我在第二天的时候确实心不在焉了，于是练习转身的时候连连出错，况且教官为了训练我们的反应能力，总是出其不意的随时喊出需要转的方向，于是错误的几率就更大了。刚开始的时候整个队伍里总是乱七八糟的，不时有人转错然后和身边的人面对面，轻轻的笑声渐渐在队伍中蔓延，教官不停地随意喊着方向，转的我们晕头转向的，然后还严厉的说着要严肃，站在队伍里不准笑，谁笑就出来罚站。

在那一刻突然觉得军训其实就是这样从各种各样小的事情、简单的动作来磨练我们的。于是开始严格要求自己，正视简单的训练。仔细听每一条突如其来的口令，争取不再出错，时间渐渐过去，一个早上我们的队伍里已经没有人犯错了，大家都能够对口令做出准确迅速的反应了。军训的内容当然不仅仅是这些，重头戏还是后面几天的步法训练和擒敌拳。齐步走、跑步走、正步走、齐步换正步、正步换齐步等等，听上去也是和前面训练的稍息立正一样简单，可是实际上练的时候各种各样的问题接踵而来，迈步的大小，迈步的速度、全队的配合成了我们要注意的问题。我们一遍又一遍的在场地上走来走去，前额的头发都被汗水浸湿，走方队不是一个人走好就可以的，它需要所有队员的密切配合，在走方队的过程中我体会到了团结就是力量这句话的真谛。至于我最期待的擒敌拳，由于我们是练徒手操的，所以教官只是在休息时才教一点点。军训最后几天里都是为最后的汇演彩排，所有的人集中在足球场地，把汇演的内容一遍又一遍的演练。

总体而言，虽然这次军训很苦很累，但对于我来说，这不仅是一种别样的人生体验，更是一次检验自我，锻炼意志的绝佳机会。虽然在训练的过程中也吃了不少苦，也真的觉得累，但最后都咬牙坚持了下来。最后这两天我们把重心全放在了出彩演出上，所以也就不觉得很累了。

成功战胜自我的那种巨大成就感，以及忙碌的军训生活留下的充实感，还有军训中种种快乐的回忆，谁又能说这不是一种快乐。通过这次军训，增添了我向着人生目标前进的勇气，拥有了一份完善自我的信心，以及一种积极向上的生活态度。

听到公司要进行为期一周的军训时，我真的震惊了!心想进行什么军训啊!这不是没事找事吗?既浪费时间，又浪费金钱!而且我们还要受苦还不一定起到什么好的效果!在张教官的的指导下我们成功的完成了此次军训。军训结束后，我才清楚的认识到我起初的那种观点是错误的。此次军训的目的，是着力磨练其意志、提高综合素质、培养大局意识与团队精神，尽而提高工作办事效率。并要求在训练面前不讲条件，不找借口，不怕吃苦，雷厉风行，令行禁止。看似简单的要求却在一次次转体间，一次次行进与停止间，使我清楚的认识到自身的差距与不足。

然而我还认识到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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。一分耕耘，一分收获，的确如此呀!没有付出就没有收获。端正态度，摆正位置，做好普通一职员是我最大的心得体会。站军姿，给我不屈脊梁的身体，也使我的气质倍增。练转体，体现了敏捷的思维，更体现了团队意识。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，高质量的队伍。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性。我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

这次军训虽然很累，很辛苦，但我认为值得。通过这次军训每位员工都学会了很多东西，所学的这些东西是用金钱买不到的;而且在此次军训中我们还得到了很多快乐，俗话说：苦中作乐嘛!最重要的是此次军训对每位员工的素质都有很大的提高，员工们的素质提高了，我相信公司的面貌也会焕然一新，我们公司的明天也会更加美好，更加辉煌!

今天是军训的第三天，为兄也天天关注着你在学校军训生活及训练的情况!一直以来我对你要求严格，是想要你在今后成长道路上少走些弯路!平常也总是叮嘱你在学生时代要努力读书，做一个心中有爱、眼中有光的男孩子!说句实话，为兄也是走了很多弯路、也跌倒过、在挫折中成长!

入学军训会引导你未来学习生涯及人生思想政治，提高你个人素质，培养你成为有理想、有道德、有文化、有纪律的人!军训会提高你的思想政治觉悟，激发你的爱国热情，增强自身组织纪律观念，培养艰苦奋斗的作风，提高你个人的综合素质!希望你能在军训中体会到酸甜苦辣，只有经历千锤百炼、百折不饶才不畏惧人生!人的生命就只有三万多天，再把这三万多天分成人生的三个阶段，一万天用来成长学习，一万天用来努力拼搏，一万多天用来享受生活，大多社会上的人都是这三种人生阶段，这三个阶段只是有些人把顺序调动了而已，但是最终的人生也会不一样!为兄希望你能够按照前面的三个阶段顺序走下去!

一定要记住做好一件事情不容易，树立一个好的形象也不容易，但是破坏一个好形象很容易!不管在家还是在学校以及未来到社会上去，为兄希望你能有独立生活的能力，磨砺自己的性格与毅力!不管在哪都要谦虚礼让、团结有爱!希望在军训回家后向父母及为兄讲述一些你军训的那些趣事!

镇先，希望你在军训中遇到困难你会完美的去解决!多吃饭，不要挑食，照顾好自己!

开学了我们迎来了新学期的第一课——军训，军训对我来说是熟悉的，是严格的，军训的那天晚上，我躺在床上辗转反侧久久不能入眠，一直在想明天会不会很热?教官会不会很凶?记得去年军训时鸦雀无声的操场上同学们整齐的站着，组成了十几个方阵，这是校园里一道靓丽的风景，操场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的?同学们已是汗流浃背，看着同学们那湿透的衣服，都可以拧出水来。

今年我认为拔军姿是一件很简单的事，我想：“不就是立正么，肯定很简单的!”可是，当我真正体验到了拔军姿的`威力后，我不禁心头一震。拔军姿首先要立正，抬头挺胸，两眼目视前方，然后大拇指要贴于食指第二节，两手必须紧紧地扣在裤子上，中指要紧贴裤缝线，腿一定要挺直，不能有弯曲的趋势。教官让我们拔军姿，站了一会我的脚酸软无力，就像有千万根钢针扎入骨头里，又疼又难受，喉咙也干渴得厉害，好像有成千上万只蚂蚁在爬，痛苦至极。我不禁在心里暗暗叫苦：军训比我想象中要苦得多，还是趁早放弃算了。我用余光瞟了瞟四周的同学，他们虽然也同我一样备受煎熬，但他们还是坚强地站立着，没有丝毫怠慢。我顿感羞愧——同学一个个都坚持下来了，我也不能轻言放弃，加油!

**军训后的心得体会篇五**

今天，又是一个炎热的天气。我们怀着期盼的心情来到了少年军校。在这里，我将和一群新的同学、新的老师，并肩踏上初中新的一段艰辛而又快乐旅程。

有道说：“钢一样的意志，铁一样的纪律，山一样的威严，风一样的行动。”这正是形容兵之气概的。我们一进少年军校，就感到浓浓的军人味。于是，我们就在这儿开始了三天精彩的军训生活。

“嘟”一声长鸣后，我们急匆匆地来到操场，开始了早练。教官就是严厉，一开始就让我们站军姿，以一个真正军人的要求对待我们：站如一棵松，双手紧贴裤缝，收腹挺胸，头摆正，双脚成八字形。一颗颗豆大的汗珠从我身上淌下，衣服湿透了。终于，教官喊停了。可就在我们想坐下的时候，又开始了早跑。我们排着如同长龙似的队伍慢跑。开始不累，但后来就不行了，我开始大口大口地喘气，手脚也开始分外酸疼，好像旁边的空气都凝固了，喘不过气来。到了第3圈时，我的手脚已经麻木，胸口像有只小鹿在跳。不过我心中坚信：只要一直坚持努力下去，就一定能看到胜利的曙光！功夫不负有心人，3圈终于过去了。真累啊！我心想：这就是兵吗？对，只有艰苦的训练才能锻造出货真价实的兵！

但军训也不是一直苦闷，我们宿舍也是我们快乐的天堂。中午，宿舍里真是闹翻了天，到处都是欢声笑语。

同学们，让我们把娇气扔在一旁，把坚强放进书包。从此我们就是一个兵，真正的兵。

有喜有忧，有笑有泪，军营如此，人生也如此！

**军训后的心得体会篇六**

军训结束了，我恍如隔世。这一个月，我度过了最难熬的日子，也快乐地成长了一些。我萌萌哒的梦想，是能与战场无缝链接的“赛博士兵”，原本哥们圈里的不倒翁，曾在步行街上强行卖萌引发了围观，然而现在，军训后，我想告诉大家，我真的很享受这个过程。

第二段：物质与精神上的挑战

军训后，对于我最深的感受是对于心身两方面极度的考验与锻炼。作为一个久居城市，珍爱生命珍爱芳华的小青年，我曾不明白何以前辈们在说那些锻炼身体的话语，现在，我是我们连队跑最快的人，最多的俯卧撑也能一次做50个，这是一个令我自己都想不到的成果。不仅在身体上，在心理上也有了极大的升华。在没有手机，没有互联网的环境下，我与同窗们彼此认识，交流，成为了真正的朋友。我们舍弃了虚伪的容貌，放下了生活的重压，随心所欲地做着那些年我们无畏无惧地梦想。

第三段：军训的“先锋”

实际上，军训的重要性不仅仅在于锻炼自我，更是一个在高校大环境下建立人际网的机会。考入一所自己喜欢的大学并不容易，而在大学中，结交到志同道合的朋友就显得更为重要。在军训中，我们渐渐地被同窗们看做是一个独立的小群体，为互相帮助，互相扶持，而不是互相纷争的普通群体。这种先锋精神，是我们从军训中学到的精华，是在今后的日子自食其力的钥匙。

第四段：经历总结

在军训的日子里，我经历了输给呕吐，跑步时的滑稽失误，独自熬夜写作业等等累的爆炸的日子，但从始至终，我都没放弃过。这个过程让我明白了，生活真的很美好，尽管曾经朋友们给了我很多打压，步行街的围观，假如有朋友在无聊的时间上陪着你去餐厅打游戏，或是有为达成共同目标而绞尽脑汁，一起达成这个目标，生活就变得丰满起来，即使有的时候也会让人迷失，迷路。

第五段：军训对于未来的影响

回忆军训中锻炼，互相帮助的点点滴滴，依旧让我感觉到热泪盈眶。当我极其艰难地做神仙烤肠的时候，有队友替我准备，让我不再孤单；当别人补考没考过还不能参军训，我们是在哭泣，消沉，还是努力地去帮他们？每一个人都有自己的缺陷和优点，幸好，在军训的过程中，大家抛开了那些虚伪说辞，成了真正的自己。从团队人员互相支撑彩票玩法，一份签到送给别人的痛苦陪伴着荒唐的想象，到最终互不打扰达成任务的尊重，军训给我们每x个人都奉献了精神上的无限力量。我明白了：通过心理上的扶持与身体上的训练，一个人可以变得真正的强大，成为自己无意识角色的英雄。军训让我和我的战友变得更加了解彼此，这种了解会慢慢地扩散到我们的日常生活中，成为我们开拓未来的优势。

**军训后的心得体会篇七**

就这样，我们终于迎来了紧张又期待的高一军训生活。来到体育馆，教官们就给我们上了一课。在一系列动作展示中，我可以清楚地看到他们的动作迅速，身姿矫健。

在体育馆听领导、教官讲话时，我又学到了第二课，叫作聆听。总教官让我们坐下。腰杆挺直，双手放在膝盖上，目视前方，不要与旁人交头接耳。我知道，这是在尊重他人。懂得如何倾听，是尊重他人的重要一步。在篮球场开始军训时，我又学到了第三课，叫作公正。我们是三区域四排中的一个全女生班。可教官却并没有因为这个原因而放松对我们的要求，反而更加严厉。我知道，严师出高徒，一味的溺爱不是的选择。

第四课，来自教官本人，他让我们知晓，什么是敬业。在我们姿势不准确时，他会详细地给我们讲解，一遍一遍地抠细节，甚至一行一行的来。他会仔细观察每个人的动作，并一一纠正，直至我们练习好。

在军训中，我又学到了宝贵的第五课，叫作坚持，十几分钟的军姿，让我了解到什么是不言弃的\'精神。经历烈日炎炎的晴天，经历五六分钟的蹲姿，我明白，坚持是最宝贵的。

**军训后的心得体会篇八**

作为一名大学新生，迎来了人生中的第一次军训，这段时间的军训对我的成长和思维方式带来了深远的影响。通过与教官和战友们的交流与互动，我收获了许多宝贵的经验和体会。下面我将从适应环境、团队协作、坚韧毅力、培养自信等方面，分享军训后的心得体会。

首先，适应环境是军训的第一要诀。在军训初期，由于环境的陌生和心理的紧张，我感到十分不适应。然而，慢慢地，我逐渐适应了严苛的纪律要求和风雨无阻的训练环境。我明白了只有适应环境，才能更好地完成任务。适应环境，就是让自己与环境融为一体，才能发挥出自己的最大潜能。

其次，团队协作是军训中不可或缺的重要内容。在军训中，我学会了主动与队友合作，共同面对困难与挑战。无论是体能训练还是队列整理，只有团队的协作和默契，才能完成任务更加顺利。通过团队协作，我不仅提高了自己的意识，也培养了与他人合作的能力。团队协作，不仅能让个人得到锻炼，更能让团队更加紧密，实现整体实力的提升。

第三，坚韧毅力是军训中最重要的品质之一。军训中的训练强度很高，一天四个小时的训练，使我感到身心疲惫。但是，在教官的严格要求和激励下，我从不放弃，始终坚持到底。在长时间的站军姿、跑步操或者其他高强度训练中，我学会了调节呼吸，运用坚韧的毅力去面对挑战，坚信只要坚持下去，一定能够超越困难。

接下来，军训中更让我受益匪浅的是培养自信的能力。通过一系列的军事操练，我慢慢地克服了内心的恐惧和胆怯。初来乍到时，我总是担心自己不能胜任训练任务，但通过不断地挑战和突破，我不仅取得了进步，也逐渐找回了自信。军训锻炼了我面对困难时的勇气和应对能力，让我更加自信地迎接未来的挑战。

最后，军训使我明白了一个人紧紧跟随集体的意义和重要性。在军训中，每个人既是一个独立的个体，又是一个集体中不可或缺的一部分。只有与队友们密切配合，互相帮助，才能使整个团队更加紧密，发挥出最佳的状态。军训使我对集体荣誉的重要性有了更深的认识，培养了团队精神和集体荣誉感。

总而言之，军训是一次锻炼人心志、意志力和毅力的绝佳机会。通过适应环境、团队协作、坚韧毅力、培养自信等方面的努力，我在军训中收获了许多宝贵的经验和体会。这次军训让我更加深刻地明白了身为一个人的意义和团队的重要性，对未来充满了信心。除了增强了身体素质，军训更是磨砺了我的意志和毅力，为我人生的发展打下了坚实的基础。从此以后，我将始终秉持着坚韧的毅力和自信的态度，勇往直前，在未来的道路上不断奋进。

**军训后的心得体会篇九**

上周五，我和其他四、五、六年级的同学参加了为期三天的阳光实践活动。这是我第一次参加军训，通过这次活动，我深深感受到了军人的艰苦和乐趣，也更加意识到了他们伟大的精神。这次活动对我来说是一次难得的机会，让我受益匪浅。

一个小时的车程后，我们终于到达了训练基地。墙上的标语“沐浴阳光快乐成长接受磨砺永远坚强”给了我们极大的动力。穿上了令人梦寐以求的迷彩服，每个同学都英姿飒爽，仿佛成了小小军人。训练开始了，教官让我们排队列训练。我们必须保持收腹、挺胸、腿站直，两脚成六十度角。教官非常严格，要求我们的立正、稍息等一系列动作都要标准、规范。尽管这些动作看起来很容易，但实际上却非常困难。我们必须一致协调，不能露出丝毫差错，而且要在风雨中站立三个多小时。汗水和雨水混合在一起从我们的脸颊上流下来，淋湿了我们的衣服，腰酸背痛的.感觉让我们更深刻地感受到了军人的艰苦和坚强的意志。

除了严格的训练，军训的生活还非常丰富多彩。基地为我们安排了很多的活动，如丛林探秘、协力野炊、动感影院、闪电报数和吸管建塔等等。我最喜欢的活动是丛林探秘和协力野炊。丛林探秘让我们穿越树林攀登山顶，不仅令人兴奋刺激，也可以锻炼自己的意志力。野炊也是非常有趣的活动。我们使用丰富的食材，如包菜、丝瓜、黄瓜、蕃茄、鸡蛋、火腿肠等。我们各自分配任务，协力合作，经过努力，终于炒出了一道香喷喷的美食，令人垂涎欲滴。我们都争着为自己做的菜夸口，才发现自己做的菜原来如此美味。同学们的欢声笑语在基地里回荡，尽管基地的条件条件艰苦，但我们以苦为乐，以苦为荣。

时间像流水一样飞逝，转眼间三天的军训就结束了。我们不舍离开教官和基地。这次军训让我们变得更坚强，也磨练了我们的意志力。我想要像《钢铁是怎样炼成的》中的保尔·柯察金一样勇敢坚强，遇到困难不怕，永远不会退缩。尽管这次军训只有短短的三天，但我们将会永远把这珍贵的回忆铭刻在心底。

**军训后的心得体会篇十**

这是最后一天的军训会操，天公不作美地下起了淅沥的雨，秋意笼罩着整个校园！雨停了，湿润的地面已经翻起了一层泥浪，但是05级的同学们早已精神抖擞地站在操场上，整齐的队列就像一片绿色的`小森林。会操时，一声声嘹亮的军号，一步步坚定的脚印，尤其是拳术、匕首操、射击和消防知识的演练场面，博得了现场观众的鼓掌叫好！最令我难忘的是射击场面，同学们是匍匐前进于泥水中，奋力射击，这真的是考验同学们的意志和毅力！平日训练射击都是垒着砖垫高，扶好枪杆再打，但是今天，在观看这一幕时，我的心里十分感动，一是他们为我们再现了人民子弟兵的威武，二是他们树立了保家卫国、增强体质的意识，培养了艰苦奋斗的作风。

因为平凡生活的艰苦训练，才会有今日的辉煌灿烂。年轻永远要在搏击奋斗的主题下才显示最美丽的轨迹！这就是我对本次军训生活采访的最大感悟！

**军训后的心得体会篇十一**

高中生活就如同一幅精心设计的画卷，而军训则是这幅画卷的铺垫。初次踏入高中校门，我们面对着陌生的环境和陌生的同学们。而军训无疑是我们融入高中生活的第一道门槛。在严肃的军训教官的指挥下，我们挺胸抬头、步伐整齐地行进，内心充满了对新生活的期待和憧憬。虽然军训困难重重，却激发了我们的团队合作意识和顽强拼搏的精神。

第二段：锤炼意志，培养毅力与耐力

军训时千锤百炼的训练，让我们对意志力和毅力有了更深的体会。每天的起早贪黑，艰苦的户外训练，穿梭于烈日骄阳和急风骤雨之中，使我们学会了坚持和不屈。通过集体操练、阻击战等一系列紧张刺激的活动，我们的身体被锻造得更加强健，同时也增强了自己的抗压能力和逆境思维，为将来面对各种挑战打下了坚实的基础。

第三段：培养纪律和集体荣誉感

军训是整齐划一、纪律严明的，井然有序的，任何个人行动都必须服从集体的安排，这培养了我们的纪律意识和集体荣誉感。站成龙形，排成整齐的方阵，一举一动都要保持队伍的整齐划一。每当我们一举夺标或者在比赛中取得好成绩，整个班级就会因为我们的成就而倍感荣耀和自豪。这种集体荣誉感不断激励着我们团结协作，奋发向前，为班级争光。

第四段：结交好友，培养友情和团队合作精神

在军训期间，我们和来自各地的同学们一起度过了艰苦的训练和一起面对困难。共同战背篓训、穿越沼泽，一路提澳澳战黑井山、联修它，我们不断鼓励彼此，更加紧密地团结在一起。通过相互协助、共同克服困难，我们与他从陌生到熟悉，逐渐结下了深厚的友谊。这些友谊不仅是我们高中生活中的一个宝贵财富，也是我们将来成长道路上的坚实支撑。

第五段：从军训中汲取智慧与精神力量

军训虽然艰苦，但它同时也赐予了我们智慧与精神力量。在这期间，我们体会到了团队合作的力量，明白了一个人的力量是有限的，而一个团队的力量是无穷的。而这种团队合作精神将伴随我们一生，成为我们未来成功的保障。此外，军训也教会了我们坚韧和不畏艰难的精神，我们知道，面对困难要勇敢地面对，永不放弃，才能跨越每一个难点，向着成功的彼岸奋斗。

总结：

军训完后的心得体会高中，就像我们成长路上的一扇大门，推开这扇门，我们不仅获得了纪律意识、集体荣誉感、团队合作精神和毅力，更结交了真诚的朋友，并汲取了智慧与精神力量。虽然经历了种种艰辛和磨难，但从军训中我们获得了远远超过物质上的收获，我们成为更加有担当有责任心的人，成为更加坚强的青春。在即将开始的高中生活中，我们将会用这些收获来推动自己不断进步，实现自己的梦想。

**军训后的心得体会篇十二**

还记得刚开始军训的时候，我们总是在一点点的去适应着，有时候一个态度就能改变我们的`整个状态。一开始我总是吊儿郎当的，因为我很不喜欢军训，更是不想在这样的暴晒当中去让自己受苦。但是后面看着同学们都积极地参与这样的一次军训。

我自己感觉也应该要好好的去和大家肩并肩作战了。所以慢慢的我的态度也改变过来了，我更好的去应对每一次挑战，在站军姿的时候也不再怨天尤人了，训练其他项目的时候也一直紧跟着教官的步伐。慢慢的，我发现自己在往一个越来越好的方向去发展，也在往一个更好的方面去进步了，这是让我感到无比欣慰的地方。

还记得在那次拉练的过程当中，我一不小心把脚给扭了，我身边的同学就这样搀扶着我走了好几里路。当时我和那个同学还只是认识一天，但是对方能够这样帮助我让我很感动，很欣慰。那时候我就想，或许正是因为我们是战友。

所以我们才能彼此搀扶，彼此关心，彼此鼓励吧！后来教官得知了我的情况之后，也过来关心了我，并且给了我一些特权，但是我还是选择坚持下来了，因为我不想做这个集体中的拖累者，我想跟着我们这个集体一同前进，即使我们现在还是一个比较陌生的状态，但是我也希望我不是那一个“逃兵”。

这次军训给我的启发还是很大的，以前我总是很幼稚的认为，很多苦不吃也是可以度过去的。事实确实也是这样，但现在我认为，有些苦吃了反而会让我们越来越好，走的越来越远。我想我在今后的道路上，或许也要更好的去掌握好自己的舵，远航之中总会有一些大风大浪的。所以只有带着一颗坚定的决心，带着一个更好的目标出发，我才能在未来抵达一个更好的目的地，去实现每一个更好的目标！

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