# 最新军训感悟字初一(实用14篇)

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2025-04-18

*心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。军训感悟字初一篇一军训，要开学！在我们...*

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

**军训感悟字初一篇一**

军训，要开学！在我们进入校园之前就知道的。很多同学说军训太累了，不想军训等等。我不否认。我有时候觉得军训会很辛苦。随着我们的不断交谈，我们迎来了为期五天的军训。

站在训练场上，面对从未谋面的教官，我很紧张，是的，我很紧张。为了人生中的一次重要经历。教官马上自我介绍，然后以军人的姿势站着。一开始我不习惯，因为我努力保持不动。虽然天体很热，但我们都坚持下来了，因为是军训。军训要学会吃苦。随着训练时间的延长，许多学生晕倒在地上。然而，休息过后，他们都继续训练。我觉得他们至少学会了坚持。在军训中，我们知道当兵的辛苦。以及士兵对自己的严格要求。

我们气喘吁吁的时候，教官告诉我们，你以军人的姿势站半个小时，我们就站一天，你就一直蹲20分钟。当时我们至少有一个小时，不能动。如果你动了，你会受到惩罚。所以，你很幸运能站起来。听到这里，我的焦虑少了很多，但我增加了对战士们的敬佩。他们的努力超出了我们的能力。他们有钢铁般的精神！随着军训的日益深入，学生们更加努力了，我们也更加热爱我们的班级。

因为这是我生命中宝贵的财富。

他会教我怎么成长！

**军训感悟字初一篇二**

军训是每个大学新生入学后必不可少的一部分经历。这是一段让我热血沸腾、忍受痛苦、体验集体和团队精神的时光。在这段时间里，我有很多感悟和体会。

【第一段】

军训让我明白了纪律的重要性。在军训中，每天的起床、锻炼、用餐、训练，都是按照严格的时间和要求进行。每一次活动都要严格遵守规则和流程，没有任何的借口和松懈。在军训中我明白了，只有遵循纪律，才能够保持军队的整体效能，才能够很好地完成任务。这和大学生活不同，大学生活更加自由，没有那么多的限制和规定，但是我意识到，即便在自由的环境中，纪律依然是无法忽视的。有了纪律，我们才能够高效地完成学业和工作。

【第二段】

军训让我学会了坚持和勇敢。军训有时候会很辛苦，体能训练让我们筋疲力尽，野外生活条件极差，而且夏日的高温更是让人受不了。但是，我学会了面对困难和痛苦时坚持不懈，不退缩。虽然很累很辛苦，但是我能够告诉自己，只要努力坚持，就会成功。在这个过程中，我也学会了勇敢，勇敢面对一切困难和挑战。只有勇敢面对，才能够克服困难，取得战胜。

【第三段】

军训让我明白了团队的力量。在军训中，每一位同学都是团队的一员。每天的训练我们需要互相帮助、协作，共同完成任务。在团队中，我们相互鼓励、信任，共同进步。有了团队的力量，我们能够攻克难题，克服困难，取得胜利。这让我深刻理解到，只有团队的力量才是战胜一切困难的关键。在大学生活中，无论是学习还是工作，也需要团队的力量。一个人的能力是有限的，但是团队的力量是无穷的。

【结尾】

通过这段军训生活，我收获了许多宝贵的经验和体会。我明白了纪律的重要性，学会了坚持和勇敢，更明白了团队的力量。在大学生活中，无论是面对学业还是社会生活，这些经验和体会都将会对我产生深远的影响。我会把这些感悟和体会运用到以后的学习和工作中，不断进步，不断努力。

**军训感悟字初一篇三**

军训作为大学生活的一部分，对于大多数人来说都是全新的经历。初次踏入军事训练场，面对严峻的纪律要求和繁重的体能训练，不禁让人感到压力倍增。然而，通过这段时间的锻炼，我逐渐体会到军训的重要性和价值。

第二段：纪律意识的塑造

军训严格的纪律要求使得我们逐渐从松散的状态中转变为高度纪律化的状态。军训过程中，教官严格要求我们时间的分配、行为举止的规范。通过严格的纪律培养，我们学会了遵守规则和团队意识。纪律让我们懂得，只有在团结统一、严守纪律的基础上，我们的力量才能最大化。

第三段：体能素质的提升

在军训过程中，我们每天都会进行一系列的体能训练和军事操练。这不仅培养了我们的体魄，也让我们明白了一个人的身体素质对于自身的重要性。体能的提升不仅可以增强我们的抗压能力，还能够让我们更好地适应各类困难环境。与此同时，通过军训还能够让我们更加关注和珍惜自己的身体，知道如何保持健康的生活方式。

第四段：集体荣誉感的建立

军训是一个集体活动，每个人的努力与付出都将最终汇聚成集体的荣誉。通过共同的训练和目标，我们建立了集体荣誉感，为团队的荣誉而努力。在军训过程中，我们要相互帮助和支持，不仅要关心自己的进步，也要关心其他队友的成长。体会到集体荣誉感的建立，我们明白了团结协作的重要性，只有团队的力量才能实现更大的突破。

第五段：自我成长与价值感

通过这段时间的军训，我们不仅收获了纪律意识、体能素质、集体荣誉感，更重要的是我们从中体会到了自我成长和价值感。在面对艰苦训练和困难挑战时，我们坚持下来，不仅展现了自己的勇气和毅力，也证明了自己的价值。军训过程中的自我成长感和价值感，将成为我们大学生活中宝贵的财富，为我们将来的人生打下坚实的基础。

总结：

军训是一次锻炼意志力、培养素质、锤炼团队协作精神的过程。通过军训，我们不仅磨砺了自己的意志力，锻炼了体能素质，还对纪律意识和团队协作有了更深的认识。军训过程中的自我成长和价值感，将伴随着我们走进未来的人生道路。在军训的感悟中，我们能够更深刻地理解团结协作的重要性，坚持不懈的努力将成为我们未来迎接各种挑战的最强支撑。

**军训感悟字初一篇四**

军训是大学生活的重要组成部分，通过参加军训，我们不仅可以锻炼身体，培养坚强的意志，而且还能培养团队合作精神和自我管理能力。在军训的过程中，我们与教官和同学之间进行了很多的交流，这些交流不仅使我们对军训的体验更加丰富多彩，还让我们从中获得了很多宝贵的感悟和体会。

第二段：与教官的交流与学习

在军训中，我们与教官之间的交流非常多。他们是军事训练的专家，通过与他们的交流，我们学到了很多军事知识和技能。在他们的指导下，我们学会了正确的站姿、行进形式和用力方法等，这些都是我们修身养性，克服自我的关键技能。与教官的交流不仅仅是单纯的学习，更是一种与军人相处的体验。在与教官的交流中，我们能深刻地感受到他们的严格与要求，也能体会到他们对我们的关心与帮助。

第三段：与同学的交流与团队精神

军训期间，由于大家都是第一次参加军事训练，所以存在很多困惑和不适应。然而，正是通过与同学之间的交流和合作，我们共同克服了许多困难，培养了团队精神。在集体训练的过程中，我们互相鼓励，相互帮助，共同进步。这种团队精神不仅仅在军训中发挥作用，而且在日后的学习和工作中也能够使人受益终生。

第四段：与自己的交流与自我管理能力

军训亦是一次对自己内心的交流。在军训中，我们不仅要服从教官的指挥，还要对自己的行为进行自我约束和自我管理。这就需要我们不断地审视自己，发现自身的不足并加以改正。通过与自己的交流，我们能更好地认识自己，明确自己的目标，并努力朝着目标前进。这种自我管理能力是一种宝贵的财富，能使我们在以后的生活和工作中更好地应对各种挑战和困难。

第五段：军训感悟与人生价值观

通过军训的交流与体验，我们获得的不仅仅是军事知识和技能，更重要的是一种积极向上的人生态度和价值观。军训让我们深刻地体会到了团队合作的重要性，学会了坚持和毅力，认识到了自己的优势和不足。这些感悟将伴随我们一生，成为我们人生路上的宝贵财富。

总结：

通过与教官和同学的交流，我们从军训中获得了很多宝贵的感悟和体会。与教官的交流使我们学到了军事知识和技能，更加深刻地体会了军人的严格与要求；与同学的交流培养了我们的团队精神，使我们共同克服了困难；与自己的交流让我们更好地认识自己，明确了自己的目标和人生态度。军训不仅仅是锻炼身体的过程，更是一次对自我和人生的交流与思考。军训的感悟和体会将成为我们人生中宝贵的财富，并对我们的未来产生深远的影响。

**军训感悟字初一篇五**

军训作为大学生活的重要组成部分，旨在培养学生的纪律性和团队精神，增强身体素质，锻炼毅力。虽然军训是一段辛苦而紧张的时期，但是通过参与军训，我们能够在紧张的军事训练中收获更多，不仅是身体的锻炼，更是一次承载着思想感悟与成长的过程。

第二段：锻炼意志力和毅力

军训的训练项目往往考验着学生的意志力和毅力。作为一个刚步入大学的新生，面对着新的环境和严格的军事纪律，我们很容易感到不适应和疲惫。然而，在这段时间里，我们要学会坚持，不断战胜自己的惰性和困难。通过反复地练习，我们的体能和耐力得到了显著提升，同时也培养了我们面对困难时的勇敢和坚韧。

第三段：培养团队意识和合作精神

军训不仅是个人能力的提升，更是团队精神和合作意识的培养。在整个军训的过程中，我们被分为一个个小组，共同完成各项任务。在面对每一项训练任务时，我们要学会与队友协作、互相帮助，只有团结合作才能取得最好的效果。通过与队友们的互动，我们懂得了相互扶持的重要性，也明白了一个团队的力量是无穷的。

第四段：锤炼自我修养和综合素质

军训期间，有组织的军事训练不仅要求我们在体能上有所提高，更重要的是在心理素质、个人修养和自我要求上有所提升。严格规范的军事纪律让我们养成了良好的作息和纪律意识，同时提高了我们的自制力和遵守规则的能力。我们从军训中逐渐认识到，只有通过不断修养和提高自己的素质，才能成为社会所需要的有用之才。

第五段：形成志向和担当的意识

军训不仅让我们在体能上得到了锻炼，更重要的是树立了正确的价值观和人生观。军人精神包括对国家和人民负责的担当意识。通过军训，我们懂得了团结、纪律、奉献和担当，这些品质也将伴随着我们的成长。我们希望将来能够为国家、为社会做出自己的贡献，成为一个有志向、有担当精神的人。

总结：军训作为一次锻炼体质、培养纪律和团队精神的机会，是大学生活中不可或缺的重要环节。通过参与军训，我们不仅学会了如何坚持、如何团结合作，更锤炼了自我修养、综合素质和担当意识。军训是我们成长的一部分，希望我们能够将军训中学到的品质和精神延续到以后的生活中，成为更加有价值和有意义的人。

**军训感悟字初一篇六**

军训，对于我来说，一直是一个陌生而严肃的词汇。当我报名参加大学军训时，心里充满了期待和紧张。刚开始的军训生活让我体验到了军训的艰辛和严肃，每天早上凌晨醒来，在教官的号令下开始集合，整齐划一的队形和规范的动作让我感到无比地自豪与自卑。

第二段：体能的提升与团队精神的培养

军训期间，除了严格的队列训练外，每天都会有体能训练和军事理论的学习。体能训练的严苛让我意识到自己身体的脆弱，但也激发了我不断超越自我的欲望。通过每天的晨跑、俯卧撑等体能训练，我感受到了自己的身体不断变得强健，个人的意志力和耐力也得到了极大的提升。在整个军训过程中，团队精神在我心中得以深深的扎根。每当队友们面临困难时，我们总是共同面对，互相鼓励，这样的精神力量使我们的团队更加紧密。

第三段：严格的纪律与自律的意义

军训的严苛纪律给我留下了深刻的印象。每天的作息时间、饮食规定、行动步伐等都有严格的规定和要求。这些规定看似繁琐，却培养了我严格遵守纪律的能力。遵守纪律意味着对自我的约束和对集体的尊重。在军训的过程中，我明白了纪律的重要性，不仅是对训练的要求，更是对自己的约束和成长的保障。同时，军训也教会了我自律的意义。自律是一种内在的力量，没有人监督时仍能自觉地按规定去做，这种力量让我感到无比强大。

第四段：团队合作与沟通能力的培养

在整个军训的过程中，我意识到个人的力量是有限的，只有和他人合作才能取得更大的成绩。每天的集合训练和队列行进需要密切的配合和默契，而这正是团队合作的重要性所在。通过军训，我培养了和队友之间的沟通能力，学会了如何合理分工、协作配合，形成集体的力量。团队合作的经验不仅对军训有用，也将对未来的学习和工作生活中产生积极影响。

第五段：军训的收获与成长

经过一个月的军训，我收获了很多，不仅在体能上得到了锻炼，更重要的是培养了坚持不懈的精神和勇于面对困难的勇气。我明白了只有付出才能有收获，只有经历风雨才能见到彩虹。军训不仅是对体力的锻炼，更是对意志力和毅力的磨练。在未来的生活中，我将用这些收获来面对和克服各种困难和挑战。军训的经历让我成长了许多，也让我更加自信地面对未来的生活。

总结：

回想起军训的日子，我收获了体能、个人品质和团队合作的提升。军训教会了我纪律和自律，让我明白了团队合作和沟通的重要性，最重要的是让我感受到了成长和进步的快乐。军训不仅是实现了大学梦想的一种途径，更是让我在团结、友爱和奋进中找到了前进的力量。

**军训感悟字初一篇七**

能用狂欢来形容的，或许只剩下最后的联欢晚会了。

舞台上那一个个活泼生动的身影，就足以让人心情分外的愉悦了。以一曲二胡、琵琶、古筝等合奏的《春节序曲》开场，仿佛带我们走进了维也纳金色大厅；街舞串烧调动了全场的气氛，甚至有的观众都已跃跃欲试，想走上台展示一番；一支芭蕾过后，我们仿佛置身于欧洲的皇家剧院，亦或是被成群的天鹅簇拥着，心情格外舒畅。在这样一个狂热的夜，学哥学姐们岂能错过？！他们带来的机械舞、萨克斯合奏、《这，就是爱》的独唱，将整个晚会推向了顶峰；之后的\'美声独唱，让我们领略了音域的宽广无界；改编版《素颜》的小合唱不仅唱出了我们6天军训时光的酸甜苦辣，更让我们感受到了24中的人才济济。压轴部分总是最精彩的，没错，那就是老师们的表演，一首《明天会更好》唱出了班主任们对我们的殷切期望，台下的同学们按耐不住心中激动的心情，纷纷上前为老师献上荧光棒......

总之，在这样一个不眠夜，没有谁会抱怨军训的劳累、条件的艰苦，唯有狂欢的字眼在每个人的心中舞动。

军训生活虽然结束了，但这并不意味着我们就该放松自己，而是应该把军训时的那种不服输的精神延续到今后的学习生活中，争创先进的24人！

**军训感悟字初一篇八**

随着新学期的开始，大多数大学新生都会迎来一段新的历练——军训。参加了军训的我也不例外，通过十几天的集训，在炎炎夏日的阳光下，我深深体会到了军训的磨砺和锻炼。在这段时间里，我不仅收获了体能上的提升，更重要的是培养了坚韧的意志和团队合作的精神。以下是我对军训的感悟心得体会的顺序整理。

首先，军训让我体会到了坚持的重要性。在军训过程中，每一天都是严格按照时间表进行的，每一天早晨的起床、晨练、集会、训练，都如行军一般，时间紧凑、计划周密。刚开始的几天，天气异常炎热，每个人都感到疲倦不堪。但是，我们无论是在烈日下还是在大雨中，都要坚持做到最好。正是因为坚持不懈的努力，我们才能够适应集体生活，展现出自己的精神风貌。

其次，军训让我认识到了团队合作的重要性。在军训过程中，我们常常需要分组完成各种训练任务，比如集体跑操、拉绳比赛、摸爬滚打等。只有团队的每个人都发扬“团结友爱，互相帮助”的精神，才能顺利地完成任务，并且为整个团队赢得荣誉。团队合作也让我学会了与他人合作，学会了如何在团队中发挥自己的才能，为团队的成功作出贡献。

再次，军训让我懂得了困难并不可怕。在军训中，我们会经历各种艰巨的训练，比如长时间的军事操练、强度高的体能训练等等。这些训练对于我们来说既是身体上的挑战，也是心理上的磨砺。但正是在这些困难面前，我们学会了战胜自己，勇往直前，不再害怕困难，而是勇敢地迎接每一个挑战。只有通过克服困难，我们才能变得更加坚强。

再次，军训让我体验到了军人的职责与担当。军训中，我们不仅仅是在学校参加的一项训练，更是在感受军人的使命与担当。每天早上升旗时，我们会肃立，怀着敬意和崇敬之情。这个过程中，我们深刻地体会到了作为学生军人的使命和责任，认识到了作为年轻一代，要为国家的繁荣与进步而努力奋斗。

最后，军训让我对自己也有了更深入的认识。在军训中，面对一些让人感到困惑和不悦的事情时，我也学会了冷静和自制，能够控制好自己的情绪。这让我意识到，只有对自己负责，才能够更好地面对困境和挑战，才能够做出正确的判断和决策。军训让我变得更加坚强，也让我对自己有了更高的期待和要求。

总的来说，军训的这段经历让我收获了很多。在坚持、团队合作、克服困难、军人职责和自我认识等方面，我都有了新的体悟和成长。我相信，这段宝贵的经历将会对我的未来发展产生积极的影响，我会将这种精神和品质保持下去，继续努力奋斗，为自己的梦想和未来做出更多更大的贡献。

**军训感悟字初一篇九**

在小学的时侯，听别人说，军训是非常有意思的，不苦也不累。可当我进入中学亲身体验过军训的生活后，才知道并不象别人所说的那样。

我进入中学的第二天早上，很早就起来，一切准备完毕，便来到操场上集合开始军训。教官先教我们一些向左、向右转的基本动作。这些基本动作，在小学上体育课，老师就已经教过我们了。可那时我们学得不认真，而此时，就只有从头学起。才练了一会儿，便满头大汗，脚也站得非常酸，刚坐下休息，教官非常严厉地说：“站要有站样，坐要有坐样，再苦再累也要坚持。”没办法，只有坚持训练。好不容易挨到哨子响，才可以休息15分钟，刚舒服了一点，训练的哨声有响了，同学们一个个唉声叹气，埋怨休息时间过得太快。中午时分，太阳火辣辣的炙烤着大地，地面滚烫滚烫的。此时，多么希望下一场雨，降一降温，让我们轻松地训练。可是，老天根本不领情，仍然艳阳高照。我们只有听着教官的口令，继续进行训练。一天的训练结束了，晚上，躺在床上，浑身的不舒服。心想，才第一天就这这么苦、这么累，后几天怎么练呀。

第二天，第三天，教官教我们正步走、跑步走，比第一天更苦、更累。但教官一面教我们，一面鼓励我们，坚持就是胜利。有了教官的鼓励，我们就树立起了战胜困难的信心。第四天，是我们期待以久的日子，汇报表演。我们班按教官的要求做动作，步调一致，团结协作，一举夺得了第一名。

几天的军训很快就结束了，我不仅学会了整理内务，还增强了体质。在这短短的几天军训的日子里，我得到的最大收获感受是：不依靠父母，自己的事情自己做；养成自立自强和吃苦耐劳的品质。

上一页2下一页

@\_@我是分割线@\_@

**军训感悟字初一篇十**

军训，是每个大学生在入学的时候都必须经历的一段历程。这是一次锻炼身体和意志的机会，也是一次增长经验和提升自我的机会。在经历了一段时间的军训后，我有了一些感悟和体会。下面我将以时间的顺序，分成五个部分，分别讲述我的军训心得和体会。

第一阶段：适应与磨合

在军训的初始阶段，我身处一个陌生的环境中，与陌生的人一起接受训练。起初，我感到非常的不适应和焦虑，觉得自己无法适应这样的环境。但是我并没有放弃，而是不断地调整自己，逐渐地适应了军事化管理、严格的纪律和长时间的训练。我意识到，顺应环境是生存和发展的必备条件，只有通过适应、磨合和融入，才能在新的环境中找到自己的位置。

第二阶段：坚持与努力

军训是一项需要长时间坚持的训练，而坚持是一种必需的品质。在炎炎夏日的高温下，每天早晨五点起床，就开始了密集的晨练。刚开始的时候，我感到非常的困难，甚至有些想要放弃。但是，每当我看到身边的同学们都在坚持不懈地努力，我就感到自己不能退缩。我意识到，只有付出汗水和努力，才能收获到更多的成果。同时，我也深刻体会到，坚持不是一时的事情，而是需要从内心深处发起，只有内外兼修，才能在军训中获益更多。

第三阶段：团结与合作

在军训中，我深深体会到了团结和合作的重要性。在队列训练、搬运重物以及集体活动等方面，如果个人不与团队中的其他成员配合，那只会导致训练效果的降低。团队的力量是无穷的，只有大家团结一心，才能发挥出最强大的力量。通过与队友们的密切合作，我体会到了有时候只有放下自我，才能取得更好的成效。团结合作不仅在军训中非常重要，也同样适用于社会生活和工作中。这是一种宝贵的人际交往能力，能够帮助我们更好地与他人相处和合作。

第四阶段：自我突破与自我反思

军训是一个让我在许多方面突破自我并且不断反思的过程。通过训练，我不仅锻炼了自己的体能和意志，也提升了自己的责任感和纪律意识。在面对各种困难和挑战时，我学会了如何调整自己的心态，如何保持积极向上的态度，以及如何从失败中吸取教训。同时，我也深刻认识到，自省和反思是不断进步的关键。通过反思自己的过失和不足，我们能够更好地改正错误、提升自我，进一步完善自己。

第五阶段：成长与感悟

军训是一个锻炼身心的过程，也是一个成长的过程。在军训中，我不仅学到了如何坚持和奋斗，也收获了珍贵的友谊和深刻的感悟。我深深体会到，在人生的道路上，没有什么是一帆风顺的，只有坚定的信念和不懈的努力才能迎接变化和挑战。同时，我也明白了团队的力量、合作的重要性以及自我突破和反思的价值。这些宝贵的经验和体会，将伴随我一生，成为我人生的财富和动力。

通过军训，我收获了很多，不仅是身体和意志的锻炼，更是思想和心灵的成长。我相信，这次军训经历对我的未来发展有着深远的影响，使我更加坚强、自信和勇敢。通过适应与磨合、坚持与努力、团结与合作、自我突破与反思以及成长与感悟这五个阶段，我深深理解到了军训的真谛和意义。

**军训感悟字初一篇十一**

军训，是大学生活中的一段特殊经历，也是一次锻炼自我的机会。经过一个月的紧张训练，我深深地明白到了军训的意义和价值。在这个过程中，我体会到了集体协作的力量、坚韧不拔的毅力、与人为善的友善精神以及勇敢面对困难的勇气。以下是我在军训中的感悟、收获和心得体会。

首先，军训让我深刻地认识到了集体协作的力量。在集体生活中，我们要服从指挥、团结合作。无论是在操场上一起跑步，还是在队列中整齐列队，每个人都必须做好自己份内的事情，才能保证整个集体的有条不紊。因此，团队协作变得至关重要。在军训的训练过程中，我们要互相配合、互相帮助。每个人都明白，只有集体的力量才能使我们突破个人的局限，取得更好的成绩。这种集体荣誉感使我们更加团结，也更加懂得与人合作的重要性。

其次，军训让我坚韧不拔地克服困难和苦难。军训并不是一段轻松的旅程，尤其是对于身体素质不佳的同学来说，更是一次极大的挑战。一旦开始，就不能后退，只能向前。尽管在炎热的太阳下肌肉酸疼、出大量的汗水，尽管经常性地犯困、饥饿和疲劳，但我们从不退缩，从不放弃。我们懂得了，只有经历过苦难和困难，才能更好地成长和进步。训练的艰苦并没有被我们击倒，反而使我们更加坚强，不怕困难。

第三，军训让我体会到了与人为善的友善精神。在军训的过程中，我认识了很多素不相识的同学，他们来自不同的地方，有着不同的文化背景和思想观念。但是，我们彼此之间并没有因此而产生隔阂和纷争，反而欢迎、包容和理解。无论是帮助别人摘下水瓶盖，还是帮助同学整理书包，我们都会互相帮助，彼此支持。友善的精神弥漫在整个军训的过程中，使我们的集体变得更加和谐、温暖。

第四，军训让我拥有勇敢面对困难的勇气。军训中的训练项目有时候是困难的，有时候是危险的。无论是爬绳、跳高还是军体拳，每个项目都需要我们鼓起勇气去面对。刚开始的时候，我对这些项目都感到畏惧和害怕，但是经过几次练习，我慢慢地克服了恐惧。我明白了，只有勇敢面对困难，才能够克服它们。勇气是战胜困难的关键，军训让我拥有了这份勇气。

最后，军训让我感受到了身心的锻炼和进步。在军训过程中，我们每天进行严格的体能训练，不仅增强了我们的体质，还提高了我们的耐力和爆发力。同时，军训还锻炼了我们的意志力和毅力，让我们学会了在逆境中永不放弃。除了身体上的进步，军训还培养了我们的纪律意识和自我管理能力。在每天有固定的时间表和训练计划下，我们必须要遵守纪律，自律，才能够完成训练任务。这些锻炼不仅使我们的身体更强壮，也使我们的心理更加坚强。

总之，军训是一次锻炼自我的机会，它让我体会到了集体协作的力量、坚韧不拔的毅力、与人为善的友善精神以及勇敢面对困难的勇气。这些感悟、收获和心得不仅对我的大学生活有着积极的影响，还让我更加坚定了自己的人生目标和价值观。我相信，通过这次军训的经历，我将能够更好地面对未来的挑战，并取得更好的成绩。

**军训感悟字初一篇十二**

“11连，到……”

“祖国安宁，华夏昌盛”

从军训基地回来一周了，但我的耳旁还是会时时会想起这整齐有力的声音。这是一段珍贵的回忆，它曾经带给我们泪水，但也有欢笑。每每想起那军训的时光就感到很怀念，顿时心似乎被梅子弄到似地，酸酸的。眼眶红红的，好像有下不完的小雨滴，这种小雨滴就像一朵云不想把自己转化为雨一样，依依不舍的，哗啦啦哗啦啦流个不停。

我们乘在远离校园接近军区的车上，一路上都充满着欢歌笑语……军区到了，我们还没来得及望一眼，魔鬼般的训练就开始了。军训的第一天很忙碌，紧张，少不了责骂和惩罚，我们只能服从绝不能反对。

首先是换军服，那军服非常宽松，穿在身上同学们你笑我我笑你。突然间教官就来了一个下马威……“再笑，再说就做450个俯卧撑”。这时同学们都吓得连气都不敢“喘”似的。

晚上有看电影的活动，坐在地上，坐姿端正……这时身边有名“小军人”说想家。于是我望着那“苍凉”的月亮，我也好想家里人哦！我也想回家和家人一起看电视，说说笑笑。如果有下次还要不要来呢？—看完电影已9：25分了还要再站一会军姿……急忙冲上6楼的宿舍，匆匆忙忙地找要换的衣服到卫生间排队去。“不会吧”洗个澡也要这么麻烦，10点前必须洗好，现在10点多了……我一定要排到，终于排到了。要好好洗个澡，这一天下来我们身上的汗水不知道结了多少回的“结晶”了，我要洗掉身上的污浊，我要洗发水，沐浴露……！啊！要睡觉了，真想好好地睡一觉。

**军训感悟字初一篇十三**

军训，作为大学生活的一部分，是锻炼身体、展现军人风采的重要环节。通过一段时间的紧张训练和团队合作，我深刻体会到了军训带给我的种种收获和感悟。下面，我将以五个不同的角度来展开论述，分享我的心得体会。

首先，军训让我意识到了个人的价值与意义。在第一节操练上，我刚开始感到吃力，因为我从未接触过如此高强度的体能训练。然而，导员的耐心指导和战友们的相互鼓励，让我逐渐适应并战胜了自己。通过不断的努力和坚持，我发现自己的潜力远远超出了自己的想象，意识到只要有恒心和毅力，就能克服一切困难。这让我明白，每个人都有自己独特的价值和意义，只要发挥出来，就能为集体贡献力量。

其次，军训让我意识到了团队的力量与重要性。在军训过程中，每个人都必须服从命令，明确分工，互相合作。而只有团队的默契和协作，才能发挥最大的效能。在每次操练中，我们不断调整队形、配合动作，通过相互之间的沟通和配合，最终实现了精确而整齐的队列。这个过程中，我深深感受到了团队的力量，体会到了一个人的力量是有限的，只有团队的力量才是无穷的。所以，我意识到了团队合作的重要性，也学到了在与他人相处中的沟通和妥协。

第三，军训让我体验到了军人的严谨和坚韧精神。军训的过程是非常严格和要求高的，每一个动作都需要按照标准要求来完成，任何一些细微的差错都会被发现并得到及时的纠正。这让我体验到了军人的严谨精神，学会了要严格要求自己，追求完美。同时，军训中的某些项目是非常辛苦和考验人体极限的，但是我从导员和战友们身上看到了顽强的毅力和坚持不懈的精神。这让我明白了只有在面对困难和挫折时，才能真正展现出一个人的坚韧和强大。

第四，军训拓宽了我的视野。在军训期间，我们接触到了很多军事知识和军队文化，了解了国防建设和军队建设的意义和重要性。同时，和其他院校的学生一起军训，让我结交了来自不同地方的新朋友，拓宽了我的社交圈子。通过与他们的交流和互动，我了解到了不同地域的风土人情和思维方式，提升了我的综合素质和文化修养。

最后，军训让我更加了解和热爱祖国。作为一名大学生，军训过程中的国旗下敬礼和军歌演唱让我深感自豪和自尊。我从这个仪式中感受到了对爱国主义的传承和弘扬，对祖国的深深热爱之情油然而生。军训使我更加关注国家大事，关注社会热点，增强了我作为一名大学生的责任感和使命感，激发了我为祖国建设贡献自己力量的动力。

总之，军训是大学生活中的一次特殊经历。通过军训，我不仅锻炼了自己的身体，也感悟到了许多珍贵的道理。从个人的意义到团队的力量，再到军人的精神、视野的拓宽和对祖国的热爱，这些都是军训给予我的收获和感悟。这段经历将伴随我一生，让我更加坚定自己的人生目标，为实现个人与社会的和谐发展而努力奋斗。

**军训感悟字初一篇十四**

每个人心中都有一座难以逾越的大山，这座大山叫做懒惰。军训正是翻过这座大山的一条有效途径，然而这条路是并不好走，它需要付出百倍的耐心和坚强的意志。

五年前，在我的脚上来了一名“不速之客”，因为它的存在，我不得不放弃了一切体育锻炼。当别人的身影在操场上闪过时，我总有些小失落，因为从未锻炼过，我的中招体育成绩只有40分，这不仅影响了我的学业，更使我的身体大不如从前。

轻松的暑假过后，我迎接了人生中第一次军训。期初我简单地认为军训是一件很容易的事，无非是站一会儿，走走路，跑跑步。但当我真正的站在太阳底下时，我为自己的想法感到后悔。尤其是站军姿时，那种感觉就像是有千万条虫子在身上爬。太阳一晒，汗水流进了眼睛里，虽然很想哭，但是当我看到一千余名同学都咬牙坚持了，我又觉得自己很懦弱。每一秒我都告诉自己，再坚持一下。当教官发出休息的命令时，我感到整个身体全都僵硬了。虽然很累，但我仍然高兴，因为我第一次战胜了自己。

每天下午都有会操，前两日因为同学们太过紧张，所以没有发挥好。不过大家没有气馁，更没有放弃，而是在第三天中午时加大训练，经过同学们的努力，在第三天下午会操我们班终于摆脱后三名。望着同学们喜悦的神情，我感到只要努力，没有什么不可能。

军训不仅是上高中前的一次历练，更是磨砺同学们的意志，让同学们对今后的生活和学习有更好的规划，可以尽快融入集体。

因为青春有梦，生活不会狼藉；因为集体有梦，我们才更好成长；因为军训，我们才能更加完美。

上一页2下一页

@\_@我是分割线@\_@

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