# 军训的心得体会一百字(汇总8篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-06-10

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**军训的心得体会一百字篇一**

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，唯一不同的就是——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!

#571862

军训心得体会一千字4

这学期，我们怀着无比兴奋和激动的心情参加了学校组织的军训活动。

一大早，冒着毛毛小雨，三年级所有的学生来到了雏鹰基地。一到基地，放下背包，教官就教我们怎么叠军被和简易被。教官先给我们耐心地做示范，要求我们叠被子的时候要叠的像一块豆腐一样方方正正，经过我们不断地努力终于学会了怎样叠被子。紧接着我们又去操场训练，刚上去的时候我想：这下可以偷偷懒玩一玩了，但训练的时候我看见同学们都在努力认真的学习，很快我也下定决心要做到最好。我们学会了站军姿，知道了要抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝才会显得有精神。为了让我们更认真，教官还陪着我们一起站呢!后来，大家又一起学习了立正，稍息，到向右看齐，再到四面转。学习可不真不简单啊!

训练了一天，终于到了晚上。山上的夜晚真冷呀!我们被子很薄，同学们都和衣而眠。虽然没有暖和的被窝，但是我们都知道：既然来军训，就是来吃苦的，在困难的时候我们更应该学会坚强。

在第二天的训练中，教官看我们很认真就决定带我们去玩丛林探险，大家玩得开心极了!

再见，雏鹰基地!相信终有一天，我们会成长为展翅翱翔的雄鹰!

#571863

军训心得体会一千字5

金灿灿的阳光洒了一地，一丝卷云飘逸地浮在空中。我背着行李，拖着被子，向自家的小轿车奔去。“唔，军训结束了!”我猛吸了一口带着阳光的空气。“女儿，回家洗个澡，热水我给你放好了·······晚饭外面吃。”爸爸背着我的行李，笑着说。爸爸对我的宠爱，更使我想起了军训的苦。

自己的碗自己洗，这对我来说还挺能接受。可是，桌长的洗碗职责让我“苦”了好久，到如今还记忆犹新。

“动作怎么这么慢，瞧，我都洗好了!”徐阳挥着手里轻轻的一只碗，对我说着。一叠油腻的碗摆在我眼前。打开水龙头，“哗哗哗”，一股冰凉刺骨的水涌了出来，我赶紧缩回了手。鼓起勇气，我碗排开放在水龙头下边，把水龙头开大，用勺子“唰唰”地搅着。觉得挺好了，就关了。再看，油啧，米粒还粘在碗上。我真想就这么端回去，转念一想;今天我是桌长，难道我就给同学吃用脏碗装的饭吗?我如果真这么端回去，不就是极端的不负责任吗?!想到这儿我又搓了搓手，打开水龙头，一只碗一只碗地洗了起来，还用手擦碗的内壁，直到干干净净了才端回了礼堂。

回宿舍途中，我用纸巾擦着冻得通红的手，并呼着气取暖。回到宿舍，同学们早已安静地午休了，看书的看书，午睡的午睡，再看看自己刚暖和点的手，实在是“悲剧”，在接下去的训练中，更“苦”，但我总会对自己说：“我们是来军训的不是享受!”

**军训的心得体会一百字篇二**

军训，作为大学生活中的一段重要经历，不仅是一次锻炼身体的机会，更是一次磨炼意志的过程。在军训结束之际，回顾这段时光，让我更加明确了自己的定位和目标，也让我充分感悟到生活中的重要道理。

第二段：困难与挑战

军训期间，我遇到了很多困难和挑战。体能训练、枪械操作、军事知识等各个方面都需要付出努力。在短时间内完成任务，训练压力非常大。但是，经过反复练习和一遍遍的尝试，我渐渐适应了这种高压的状态，并获得了全新的体验。

第三段：团队精神

军训不仅需要个人的努力，更重要的是集体的力量。在整个军训过程中，与同学们之间建立了深厚的感情和友谊。我们互相帮助、互相鼓励，共同面对生活中的不同挑战。这种团队精神不仅在军训中体现，也同样适用于学业、工作以及人生的各个方面。

第四段：自我反思与成长

军训期间，我不断地反思自己的缺陷和不足之处。比如，自己在团队中缺乏一些领导力，缺乏行动力。通过自我反思和同学的帮助，我一步一步地逐渐克服了自己的弱点。这让我意识到，只要有坚定的信念和持久的努力，就能够克服各种困难，不断向前。

第五段：结语

军训期间，我经历了与人不同的挑战和经历。这段时光不仅仅是锻炼身体，更是涵养心灵的过程。通过团队精神，自我反思与成长，我在这段时光里汲取了丰富的经验和教训，也为自己未来的道路奠定了更加坚定的基础。这段时光虽然短暂，但它给我留下了难忘的回忆，也成就了我更加完整的自我。

**军训的心得体会一百字篇三**

本文会从以下五个方面分别探讨军训与建党一百年的关系，并分享笔者的心得体会。

第一段：背景介绍

随着时间的推移，每年的暑假都表示着一件事情——大学生们将进行一次为期两周的军训。然而，在2024年，我们迎来了中国共产党建党100周年纪念日。军训与建党一百年之间是否有些联系呢？下面就从多个角度来深究这个问题。

第二段：两者在意识形态上的联系

不仅仅是在国家安全方面，军训也是培养国民意识形态的一个重要途径。而中国共产党作为唯一的执政党，具有极强的话语权，其价值观也多次在中国深入人心。军训中，主旨是培养学生们的纪律性、独立自主、自我保护等方面的能力。这与普及中国的社会主义核心价值观不谋而合。

第三段：两者在策略上的联系

中国军队是中国共产党的军队。它的军训体系不仅将年轻人在集体中锤炼，也会为中国军队输送优秀的新兵。在建党一百年庆典到来之际，中国政府也对军队进行了大量的优化和加强。例如，在一系列新的实践和战场中，中国的蓝盾计划，以及这次军训都是打造中国民族创新能力的重要路径，同时增强中国的国防能力。

第四段：两者在历史感悟上的联系

随着时光的飞逝，建党一百年已然成为中国历史的一个标志性年份。一方面，红色文化作为中国文化的一部分，已经深入了中国青年的内心；另一方面，军训也成为了中国大学生日常生活的一部分。通过军训锤炼出来的学生们，能够明确自己的目标，清晰分辨好坏。作为中国年轻一代，我们不仅要坚守祖国的文化底线，还应该立志作为典范，打造新时期的中国青年形象。

第五段：总结与建议

无论是从哪个角度，军训与建党一百年都有着紧密的联系。而这种联系，也是中国民族精神持续发展的重要标志。因此，年轻人应该珍惜这样的机会，通过锤炼自我，为祖国的安全与繁荣做出自己的贡献。不管是从思想上还是实践操作上，年轻人都可以通过军训、学习党的光辉历史等方式，提升自己的民族意识，并且以此来推动中国在全球文化领导权的竞争中游刃有余。

**军训的心得体会一百字篇四**

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入这个绚丽多彩的中学。“军训”一听这个词语，就会产生一种毛骨悚然的感觉，同学也对军训产生了一种恐惧感。

虽然说，我不能军训，带我在操场上看着他们辛辛苦苦的做着各种动作。

9月13日星期四天气：北风呼啸

到第二天军训的时候，北风呼啸，再这么寒冷的天气中，大家受罚了!

因为，老师没有来到操场上，大家还以为去开会了，大家玩的可开心了。结果，老师在办工楼那儿调摄像头，大家却什么也不知道，还在老师的眼皮子底下做着各种小动作。老师来了之后，让他们在操场上像木头人一样足足站了两节课，把有的同学都冻哭了。好残忍的一次军训呀!

我也在操场上观看这一场景，悲惨的画面。

**军训的心得体会一百字篇五**

顶着八月的骄阳，我怀着激动向往的心情，早早地踏上了来上海的列车，返校参加8月13日开始的军训。要知道，为了能尽早适应大学期间唯一的一次军训，我整个暑假没有一次在空调房间里睡过。尽管在初中和高中都参加过学校组织的军训，也听取了许多大学军训“过来人”传授的经验，自己的身体素质又相对较好，可仍不能掉以轻心。

到校后的第一个早上，六点还没到，已被窗外小班长集训整齐划一的踏步声唤醒。透过窗户，望着小班长们黝黑而矫健的身影，在惋惜自己当初没有被选为小班长的同时也暗暗下定决心:一定在军训中严格要求自己，以小班长为榜样，争当优秀学员。

当然，自己的投入也有了一定的回报:被选为小班的副班长，协助班长进行一些组织、训练工作;被挑选为连队阅兵方队的排头兵，将在队列第一排向首长展示五连的精神面貌。

对我而言最具意义的是在所在连队的升旗日。我主动请缨担任旗手，手擎国旗正步走过菁菁广场，在朝阳的光辉中与另两位旗手亲手将国旗升起，并在下午大雨到来前及时赶到旗杆下将国旗降下收回。尽管自己后来被雨水淋透，但那一刻，我感到自己尽了一名旗手的责任，感到无比的光荣和自豪。

转眼，短暂的十四天即将过去。在这十四天中，我体会到了责任与使命，磨炼了意志，掌握了不少军事与民防知识，感受到了团结的力量，增强了时间观念与团队意识，体验了忍耐与坚持……感到自己无论是从身体上还是思想上都得到了一次锻炼与升华。相信这次短暂的军训会给我留下永恒的回忆，使我受益终身!

军训两天心得体会4

**军训的心得体会一百字篇六**

对我来说，这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

而食堂正好在最高处。大家每天都迈着整齐地步伐，喊着响亮的口号，越过一个个坡去吃饭，每一天都要来回三次，对大家而言除了训练，就是赶往吃饭的时候最累了。

站军姿，是一个军人的基础必修课。给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。刚开始的几天，我们二营的练九个排都要集中在一起站军姿，从半小时到一小时，我们八排的同学都是好样的，大家都坚持了下来，虽然有的同学身体不适，但也都熬到了最后一刻。她们都有轻言放弃，在大家身上我看到了军人的毅力与不屈的精神。

在这艰苦的十一天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。有时晚上，教官会组织我们排与排之间进行拉歌，例如：“叫你唱，你就唱，扭扭捏捏不像样，像什么，像姑娘，不如回家找对象„„”那些生动、朗朗上口的拉歌话语让我们沉浸在了唱歌的喜悦之中。

不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?。

铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗!

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层......

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更是无常地响起那集合口哨音，但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我的军训生活。

还记得在第一次军训会操比赛时，由于站军姿时我的双臂没有夹紧，教官一下就把我的胳膊拽起来了，第二天被教官罚面对太阳站军姿，豆大的汗珠如同雨后春笋般地从额头上冒出来。顺着脸颊往下流，聚集在下巴处。由于地球具有引力和汗珠自身也有重力，再一次向下落，不过估计在落地的那一刹那就已经蒸发干了，我不能低下头!平视前方，是立正的基本姿势，而立正又是作为一名军人的基本动作。趁着教官巡视后排的时候，向上瞟了一眼。那个可恨的太阳似乎担心我们看不到它的强大，把它的能量发挥得淋漓尽致，风姑娘也迫于太阳的强大，都不知躲到哪里去了，唉，世间万物竟都是如此的现实，心中不禁发出这样的感慨。时间一秒一秒地过去(军训时间几乎都是以秒为单位)，整个身子已经麻木了，只有脚底才有一种火烧的感觉，脑子里马上出现一种向前倒的意识。在向前倒的前一瞬间，我用余光向两边都看了一下，大家如我，我是很容易改变主意的人，马上又下了要坚持到底的决心。

虽然我们的军训没有部队里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正内涵，真正感受到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。

为可喜的收获。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，高质量的方队。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。

在我们感到疲惫休息的时候，总能看到教官搞笑的一面，在教官的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

军训累不累?累!军训苦不苦?苦!军训甜不甜?甜!因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。 严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

**军训的心得体会一百字篇七**

星星暗眨着眼睛，

忆起军训的点滴，

是苦是甜，

无奈总有些迟疑。

第一次，

在清辉的早晨寻觅红旗，

望着队伍的蜿蜒前行，

不知晓前方路的究竟。

如同迷失在“未来”那个幽暗森林，

微风携着整齐的脚步声拂过身际。

我们迈着坚定的步伐，

高喊着嘹亮的口号，

嘶哑喉咙唱着军歌，

不断地恢复、重复，

懂得如何服从，

明白铁的纲纪。

不再是温室的花朵，

风吹雨打，我们同样经历。

沾着雨后的水露，

在阳光的照耀下，

展露出新的生机。

诗歌二

看，是朝阳掀起我们出征的红旗

听，是晚风吹响我们凯旋的号角

那里，我们年轻的身姿昂首挺立

整齐的步伐踏出对明天的憧憬

嘹亮的口号喊出对未来的渴望

汗水洒在青春的田野

酸痛见证无畏的拼搏

我们心中有着永不磨灭的梦

烈日下，是不屈的精神在歌唱

狂风中，是顽强的意志在舞蹈

我们的身躯不动摇!

前进!前进!

诗歌三

那天

雨后的天空湛蓝

那天

奔涌的足球场青的刺眼

阳光下流淌着年轻的翠色

那天

高扬的五星红旗分外妖娆

缀了绿海中的一点媚

那天

我们穿上了厚重的军服

在这个和平年代或许我们永远

都无法赋予它神圣的意义

那天

我们踏起了刚劲的正步

荡气回肠

那天

我们迈起了矫健的齐步

笔挺有力

那天

汗水打湿了绿军装

那天

在烈日下我看到了

英姿飒爽

那天

铿锵玫瑰在骄阳下

绚丽绽放

那天

连长的《小河淌水》

让我们惊叹鼓掌

那天

我看见了军中绿花

别有一番模样

[军训感言一百字诗歌]

**军训的心得体会一百字篇八**

军训中留下了好多遗憾：

三.说道教官送我们卡片，我突然想到教官也要我们给他写对教官的印象，我们寝室的人都写了，除了我，那天实在是太累了，9点多就上床睡觉了。唉……看到别的同学把一张张纸条送到教官手里，我有多了一丝遗憾……现在简单说说吧：乐教官憨厚，但是个子有点矮，长得还很黑，呵呵，不过还是很可爱的，对我们也很好。王教官可爱，管理的也很严，特别喜欢笑起来脸上的皱纹，呵呵。看上去有点苍老啊。唐教官是我们女生最崇拜的一个教官，人很帅，唱歌也好听，而且还很绅士，总之是很优秀很优秀的。

再次用那句话来鼓励自己一下——不要轻言放弃，否则对不起自己!

军训两天心得体会3

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