# 2024年军训心得体会(精选10篇)

来源：网络 作者：雨声轻语 更新时间：2024-08-18

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。军训心得...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

**军训心得体会篇一**

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。

**军训心得体会篇二**

军训是每个大学生在大学阶段必须经历的一段特殊的历程。在这期间，我们不仅锻炼了身体，还培养了坚强的意志力、纪律意识和团队协作能力。回首军训生活，我收获颇多，以下是我关于军训的心得体会。

首先，军训让我倍感军人的艰辛和付出。军营中的一切都离不开严格的军事纪律和高强度的训练。每天早晨五点钟的起床铃声成了我每天最幸福之时的恶梦，而持续数小时的军事训练则让我全身每一寸肌肉都在颤抖。这让我深刻体会到，成为一名合格的军人，需要经过长时间的锤炼和付出。

其次，军训使我懂得了团队协作的重要性。在军训中，一个人的力量是微不足道的，只有团队的力量才能让我们完成各种训练任务。在每一次训练中，不论是携手合作完成障碍练习，还是在集体操练中精确无误地完成各种动作，都需要我们紧密配合、相互协助。通过与队友们的默契配合，我深刻体会到团队协作的力量和价值。

再次，军训磨砺了我坚强的意志力。在军训中，我们要面对许多艰苦的训练项目，而其中最考验意志力的莫过于长时间的集合操练。每次操练都需要保持高度集中的注意力，保持正确的姿势和一丝不苟的动作，这需要我们克服疲劳和困难，坚持到底。虽然身心疲惫，但每一次经历都会让我更加坚强，更加勇敢面对生活中的各种困难。

此外，军训还培养了我对纪律的敬畏和遵守能力。军营里，严谨的军事纪律无处不在。例如，在各种集合场合，我们必须保持整齐划一、肃静有序。这种严格的纪律要求让我深刻体会到，只有遵守纪律，才能让集体更加有序，任务更加顺利完成。这种敬畏和遵守纪律的能力不仅在军事训练中有用，也会在今后的学习和工作中起到重要的指导作用。

最后，军训让我更好地了解了自己。在军事训练中，我们面对的是自己的身体素质和心理素质上的挑战。通过经历各种艰苦的体能训练和挑战，我深刻认识到自己的身体素质上的不足，并逐渐找到了一些提高的方法和策略。此外，在团队协作和意志力的考验中，我逐渐发现自己的优点和不足，从而更好地了解自己的特点和潜力。

综上所述，回顾军训之后，我深深感受到了军事训练所带给我的诸多收获和启示。军训不仅锻炼了我的身体，更培养了我坚强的意志力、纪律意识和团队协作能力。军训是我人生中一段难忘的经历，我将会铭记其中的教训和感悟，并将其应用到未来的学习和工作中，为自己的成长和进步而努力。

**军训心得体会篇三**

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。

**军训心得体会篇四**

“谁能告诉我军姿的要领！”“报告！三挺两收一上顶！”“你叫什么！”“秦逸！”“好！放松站！”绿茵场上，我们全副武装的新警正头顶烈日，脚踩“焦土”练军姿。教官眨着鹰隼般的目光正灼灼地扫视着每一个新兵蛋子，确保我们体验到最原汁原味的军训。

“你叫什么！”“报告！黄章才！”“有进步！放松站！”又一个小伙伴可以放松站了，大家都卯足了劲让自己变成真正的树，希望教官经过的时候能撂下一句“放松站”。终于，我也被许可了，内心一阵欢呼过后反而有一股力量让我站得更正了。偷偷瞄了瞄其他被表扬的伙计，他们依然在跟大树较劲。好，那咱就继续沐浴最高处的阳光吧。

“细节决定成败”这一理论已被教官落实得淋漓尽致。作为一名十多年的老兵，他对每一个动作要领都如数家珍，更对我们每一个新警的小心思一清二楚。既看整体，又细看个人。任何人胆敢有些许小动作都逃不过他长在背后的“眼睛”，也甭想期许教官会“法外开恩”。犯错一定有罚，认真一定有赏。从手型到腰带，再从脚掌到肩膀，甚至眼神、嘴型等，我们每个人都在他的精雕细琢下脱胎换骨，威武雄壮。

时刻咬紧牙，锻炼的是毅力，成就的是意志，钢铁般的意志，属于人民警察的意志。

**军训心得体会篇五**

军训是大学生活中的重要组成部分，不仅可以锻炼身体，提高身体素质，还能培养纪律意识和团队合作能力。三个星期的jl军训让我受益匪浅，获得了很多宝贵的经验和收获。以下是我个人对jl军训的心得体会。

第一段：初到军训场

我记得当我第一天到达军训场时，一种强烈的紧张感充盈全身。我担心自己会不习惯军事化的训练，担心自己不能适应军事人员的严格纪律。然而，当我进入军训场，见到一群和我一样紧张又充满期待的新生时，我的紧张感也渐渐消失了。我们一起参与各种集体训练，学习军姿军礼，虽然艰辛但也充满乐趣。我意识到军训不仅是为了锻炼身体，更是培养我们的纪律性和集体意识。

第二段：严格的训练

jl军训的训练内容非常严格，包括晨跑、军事训练、体能训练等。这些训练都夹杂着紧张的口令和教官严肃的表情，我的身体迅速变得酸痛起来，每一次跑步都让我感到无比疲惫。然而，我始终没有退缩。训练的期间，我表现出良好的毅力与耐心，并与队友们互相鼓励，共同努力。通过长时间的锻炼，我的体能和耐力有了极大的提升，也体会到了团队协作的重要性。

第三段：纪律的培养

jl军训强调纪律的培养，每一天的训练都离不开严格的纪律规定。从早晨的集合到晚上的解散，我们要遵循军人的行动规范，严格要求自己按时到达指定地点，并按照教官的口令和队列的号子有序行动。训练期间，我们不允许随便交谈、随地乱扔垃圾，这让我认识到了纪律对于集体的作用，学会了严格要求自己，形成了保持纪律的习惯。

第四段：团队合作的重要性

在jl军训中，一个人的力量是微不足道的，只有在团队中才能发挥自己的潜力。我们要团结合作，相互支持，共同完成任务。例如，在队列训练中，我们需要默契地配合，保持整齐划一，这需要大家共同努力，齐心协力。通过军训，我懂得了集体的力量，学会了倾听和尊重他人的意见，同时也培养了自己的领导能力和团队意识。

第五段：收获与感悟

经过三周的jl军训，我的身体得到了锻炼，身体素质得到了提高，但更重要的是，我在军训中收获了珍贵的经验和感悟。我明白了纪律性的重要性，学会了坚持和奉献，体会到了团队合作的力量。军训让我更加从容地面对困难和挑战，在今后的学习和生活中，我将把军训所培养的品质继续发扬光大。

总结：

通过jl军训，我在身体上得到了锻炼，更重要的是在心理上得到了成长。军训期间，我充分认识到纪律和团队合作的重要性，并学会了坚持和奉献。这三周的军训给我留下了深刻的印象，成为我大学生活中的重要经历。我相信，通过这次军训，我将能够更加从容地面对未来的挑战，实现自己的梦想。

**军训心得体会篇六**

两周的军训的日子，让我内心一种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有过放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树;雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹;溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

初一军训心得体会600字(二)

**军训心得体会篇七**

军训是大学生活中至关重要的一部分。作为一名大一新生，从我进入大学的第一天开始就开始了为期一个月的军训。通过这段时间的锻炼，我收获了许多宝贵的经验和体会。首先，军训教会了我坚持不懈的精神。其次，军训让我明白了团队合作的重要性。然后，军训加强了我自律自强的意识。最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。通过这一段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。

首先，军训教会了我坚持不懈的精神。在军训中，我们要经过严格的体能训练和军事技能的学习。这些训练项目非常艰苦，让我多次想要放弃。然而，我明白了只有坚持下去才能取得进步。每一次的汗水和疲劳都是我成长的经验，让我变得更加坚强。在军训结束时，我已经不再是一个软弱的新生，而是一个具备坚韧精神的大学生。

其次，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训中，我们每天都要进行集体训练和集合队列，要求我们相互配合和默契配合。每个人都有自己的任务和责任，只有合作才能完成任务。我记得有一次，在队列训练时，我没有按时抬头，结果引起了整队的不整齐。这让我认识到自己的错误不仅会影响自己，还会影响整个团队。从那以后，我更加注重与队友的配合，在团队中发挥自己的作用。

然后，军训加强了我自律自强的意识。在军训中，我们不仅要遵守军事纪律，还要按时参加各项训练和活动。只有准时完成任务，才能得到指导员的认可和肯定。这让我明白了时间的宝贵和规律性的重要性。因此，我开始制定计划和目标，严格按照计划执行。我学会了自律和自强，这对我以后的学习和生活都有很大的帮助。

最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。在军训期间，我了解到军人的辛苦和付出。他们无私的奉献和对国家的忠诚让我深受感动。在军训中，军官们严格要求我们，但他们也是我们的榜样和引导者。我从中学到了优秀军人的操守和品质，对他们有了更深层次的尊重和敬佩。

通过这段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。军训让我成长为一个更加坚强、自律和有责任心的人。我相信这些品质将在将来的学习和工作中发挥重要作用。我也更加理解和尊重军人职业，对他们的奉献和付出表示敬意。军训经历让我受益匪浅，我将牢记所学，努力成为一个对社会有用的人。我相信，通过军训，我在大学生活的起点上迈出了坚实的步伐。

**军训心得体会篇八**

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。我以前的同学都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长?溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。先是全体七年级同学一起参加一个军训仪式并认识各个班的教官，我们七三班的教官是一个皮肤黑黑的而又是一个表面看起来很和蔼实际挺严格的一个人，随后我们又跟随教官来到操场。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀!可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，两手……”

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训最后一天，汇操表演。先是一班的表演，我们看了都感觉我们班的最差劲，那些男生还在说什么我们班肯定是最后一名。不一会儿，就到我们了，我们在一声声的口号中动了起来，我发现此时此刻的同学们都仿佛变了一个人似的，动作快的跟上了，动作慢的也跟上了，大家都在尽心尽力的完成这次的军训表演，我们动作一致，外里如一，精彩的表演博得了一阵喝彩，此时我知道了：现在南溪中学是我们的骄傲，在将来，我们将会是南溪中学的骄傲。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的\'意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，和团结就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

**军训心得体会篇九**

当军训渐成回忆，当时光继续流淌，那些人，那些事，都会成为过往。

而这份记忆却渐渐愈发地香醇起来，动人而绮丽。

当教官连长一次次提醒教官排长们是不是又忘了吹哨子安排上下课时，小伙伴们都会忍俊不禁，原本白杨一般的军姿在骄阳下前俯后仰。

当副排长们用他们独特的嗓门来吃力喊着口号时，尽管已经听了许多许多遍，但还是忍不住想调侃他们的口号口音十分具有“特色”。

当副连在各种集队前装出一副严厉的样子时，我们都会默默地念叨着“放下水壶”，然后紧接着就是喜闻乐见的饭前连队番号练习，喊得卖力或不卖力，我总会看到副连的嘴角挂着一丝微笑，然后放我们去吃饭。

才刚走了一半，副连紧接着又卖了一个震惊的神色，“等等，下午要2点40集合!都记住了!”

当指导员和副指导员在训话的时候，原本作为女性柔情的脸庞硬生生地摆出一副生气的模样，让我们看了也不禁内心惭愧。

随即仿佛是被我们的样子逗乐了，她们总会适时地露出灿烂如花的笑容，把小伙伴们又逗得爽朗大笑。

我已然开始怀念，训练归来时叫“教官好”时东张西望看看教官在哪。

我已然开始怀念，合唱训练时那动人的古筝与笛子合奏多么让人心动。

我已然开始怀念，踢正步时那值得我们嘲笑的风一般的速度，以及脚板底的酸痛。

我已然开始怀念，劈枪方阵练习时多少次被枪砸到脸蛋，砸到腿的疼痛与肩枪前进的自豪感。

教官们有时会像小孩子一样，像我们的苏排长总是会找副排长和其他同学来聊天消遣解闷。

他们凌厉的眼神透露出来的是军人的坚毅以及许多许多的不舍，有时如刀子般尖锐，有时却如月光般柔和。

副连、指导员和副指导员他们更像是我们军训中的导航者，作为学长和老师，他们教会了我们团结协作，教会了我们无私奉献，更教会了我们正视规则。

而与我们共同奋斗的时光，也必将是军训中我们二连最美好的回忆。

同志们是互相之间生活的调剂，是互相间精神的依托。

在训练中，一个相视的眼神让我们备受鼓舞，一次卖力的拉歌让我们更加团结，一起放声地歌唱让我们享受快乐……我们互相之间的友谊更是军训中不可缺少的一个环节。

回忆让我们富有，思念却让我们贫穷。

我们渴望长大，却总在长大中怀念过往中的人与事。

军训终将成为回忆，当军训渐成回忆，也许明天，你们会继续陪我度过，潮起潮落。

军训，定会让我更加挺直腰背，活的更加潇洒!

**军训心得体会篇十**

第一段：引入

每年开学季，大学里最热闹的景象莫过于军训了。它不仅是大学新生们进入大学学习生活的第一堂课，也是如今社会中人们最需要掌握的一些基本技能。经过一周的强制性训练，我从中感受到了很多，收获颇丰，充满感慨。

第二段：具体体会

第一天的训练，我们被教官逼着抬腿、跑这跑那，我感到非常厌恶。但随着时间的推移，我渐渐明白了训练的意义。那些奔跑、平衡和循序渐进的训练不仅可以让我们变得更加健康，并且还可以增强我的纪律和耐力。

军训的第二个目的是教我们团队合作的重要性。勇往直前的个人在活动中通常会引起混乱。但如果每个人都为了共同的利益而做出自己的贡献，到最后，成功是不言而喻的。

第三段：针对困难的解决办法

面对军训中的许多挑战，我们必须学会克服并提高自己的能力。我发现每个人都有一些不同的方法来克服自己的挑战。当我发现我很难完成全部的任务时，我会设定自己的小目标，并一步一步地完成任务。到最后，我成功完成了所有任务，我对自己自豪不已。

第四段：内心体验

在我生命中的这段经历中，我的内心体验似乎是最重要也是最深刻的。我认识到军事训练旨在培养我们的纪律、耐力、勇气和坚定的决心。正是这样的心态和积极的态度帮助我在军训中顺利完成许多难题。

第五段：总结

通过军训，我不仅增强了自己的健康、耐力和团队合作精神，也发现了自己的潜力，向前迈进一步。军训给我带来了许多宝贵的体验和教训，我会用它们来更成功地迎接并超越未来的挑战。

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