# 最新技校军训心得体会(精选14篇)

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-08-25

*心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。技校军训心得体会篇一短短的9天军训生活，增强了...*

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**技校军训心得体会篇一**

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到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。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官\_\_对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了!

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。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运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

技校军训心得体会3

**技校军训心得体会篇二**

第一段：引言（100字）

军训是每个青春年华的学子都要经历的一段历程，而在技校中的军训，更显得严格、较为艰苦。但正是在这段经历中，我们不断地在磨练中成长，在锻炼中进步。今天，我想分享我的军训心得体会。

第二段：军训初期的艰难（250字）

进入技校后，第一次军训是对于我来说，无比困难的。当时的我，不仅是一名来自遥远乡村，从未接触过射击、格斗等军事课程的学生，训练强度大，每天近10小时的课程让我费尽心思。在晨跑的第一天，我就累倒了，因为之前我从未接触过这样的训练。但继续坚持下去，我逐渐适应了这种训练强度，时间也在不经意的中度过了。

第三段：团队合作培养（250字）

在军训中，我更加深刻地了解到了团队合作的重要性。我参加的是机械制造专业，面对的是各种各样的机床。在合作中，我们有过各种各样的意见分歧，但我们最后总会不断协商，找到更好的解决方案。在那段时间里，我学会了倾听、学会了理解，也学会了尊重他人的意见。这样的体验让我逐渐形成了明确的“团队意识”。

第四段：纯熟操作能力的提高（250字）

在训练中，我们需熟练掌握各种枪械、气枪的操作，这对于我一个完全没有接触过的学生来说，是一个巨大的挑战。但经过长时间的训练，我的手臂力量也逐渐增长，连续射击的准度也提高了不少。虽然我不能说自己已经有了一流的射击技术，但在这个过程中，我体会到的不光是操作技能的提高，更多的是对自己潜能的挖掘和发掘。

第五段：对未来的启示（250字）

军训虽然困难，但它给予我们的教训不可磨灭。它不仅是身体上的挑战，更是一段磨练意志和陶冶心情的历程。在这个过程中，我们学会了坚韧不拔、勇敢无畏，我们也学会了团队合作和平衡人际关系。在未来的学习和工作中，我们也应该学会不断地挑战，在心理上和实际行动中不断提高自己的格局和层次，在这个不断挑战的过程中，积极努力，实现人生的价值。

结语（100字）

军训虽然辛苦，但是它是一次人生的成长。军训不仅磨练意志，更是散发着阳刚之气，给每一位参与其中的人赋予了更多的信念和动力。虽然军训结束了，但我们需要不断积极地面对未来，挑战未知。只有这样才能更好的迎接未来，实现真正的价值。

**技校军训心得体会篇三**

部队强调的是硬指标，“打得赢，不变质”是其追求的

终极目标，一切训练和工作都围绕此目标展开。空谈无益，只有实干，必须付出血和汗的代价才能取得成绩。打靶、队列、战术等指标都是一目了然，无须浮夸，不能粉饰。

令我感触较深的是，现在机关上已经不再鼓励“带病坚持工作”，而部队仍在提倡“挺一挺”的精神，不准随意请假。他们的理念是：平时都不能咬牙坚持，还何谈战时的流血牺牲、为民奉献。我们参训的第一个星期，时逢流感肆虐，一传十，十传百，加上训练强度异于常人，拉伤韧带的有之，肌肉撞伤的有之，头痛拉稀的有之，痔疮肛瘘的有之，至于鼻涕口水，好在还有一身能默默承受一切的迷彩服……一时间伤兵满营，士气大衰。我们喊苦喊累，但没有一个人愿意退出，因为这是勇气和意志的较量，谁也不愿当懦夫。说实话，我在部队时闹了两天肚子，就亲身体验到了裤裆里兜着一包东西奔跑的滋味。为了避免不雅，只好省略细节。

通过军训期间的锻炼，增强了求实、拼搏的意识和不惧困难的勇气，使我体会到：命运全在搏击，奋斗才有希望;失败只有一种，那就是放弃努力!位列全球四大金融公司之一的美国摩根斯坦利公司，每年新招聘的员工都要参加海军陆战队的残酷的体能训练，结业的时候教官说：“从今天开始，我相信你们能够承受未来将要发生的一切。”我将以此自励，面对挑战。

二、“纪律中有无穷的战斗力”

先说明一下，这个标题来源于一首军歌的歌词。军歌往往是军人核心价值观的凝练表达。它可以起到统一思想、鼓舞士气、抒发感情等等作用。在部队里，我们每天最低限度都要唱五遍以上的军歌，喊“番号”(就是我们常听到的1—2—3—4和首长的训令)那就不计其数了，只要音量比不过其他连队，那可就惨了，站军姿、喊番号、跑操场、推迟吃饭时间…有的是硬招对付你，而且针对的都是整个集体。不跟你讲道理，也不跟你讲生理卫生，嗓子哑了只能自己解决，(军人服务部的“金嗓子”和“西瓜霜”一度脱销)但绝对不允许出工不出力。这样一来，南郭先生无所遁形，滥竽充数销声匿迹。

军队讲求集中统一，不讲等价交换，以服从命令为天职，对上级的命令，绝无讨价还价的余地，必须无条件坚持执行。纪律严明、令行禁止，是军人的第一要义，是军队的生命所系。

秩序，是理性的选择，是一个社会健康发展的保障。法治社会、和谐社会强调的都是一种秩序。军队的秩序性是最为突出的。囿于思考的深度，在这里对它的纪律严明、步调一致、令行禁止、团队精神、拼搏精神、政治教育的经常化等等优点和可移植性以及集中、刻板、缺乏创造等弊端及辩证关系不作讨论。我想说的是，军营锻炼让我震憾、给我启发的有一点，那就是它的思想和行为具有高度的指向性和确定性。也即是人民军队因应当代新军事变革而提出的两大主题：打得赢，不变质。我最看重的就是每个人都为了一个共同的目标而努力的态度和由此表现出来的勇往直前的精神，而且他们行为的驱动力普遍是出于一种自觉、一种需求。追求真理也应该有这样的精神。说到精神，又不禁想起国民性格、中国足球的疲软等现象及其根由，还是就此打住。

三、“团结就是力量”

这同样是一句歌词。这首歌人人都会唱，而我感觉通过

军营的锻炼，对“团结”和“大局”的体认可能会更加深一层。军人崇尚集体主义,思考问题总是从整体的角度出发,这既是传统,也是需要。比如队列训练讲究整齐划一，步调一致，一人出错，影响全局。至于战时，那就更需要张扬集体主义的大旗，才能在关键时刻为了国家利益、民族大义而舍生忘死。通过与战友们朝夕相处，一起学习、生活、训练，相互尊重，相互信任，团结互助蔚为风尚，集体荣誉感和大局观念得到了增强。这种团队精神的打造，友情的培养，完全是由汗水凝成，是无法用金钱来衡量的。而团结要靠共同的信念来凝聚，所谓“兄弟同心，其利断金”。总之，团结是大道理，不团结就没道理。

四、动静之美，尽显风流

军旅中有异于地方常态的整齐之美、节奏之美、和谐之美、静穆之美、迅捷之美。这些都要通过每个人的努力、日常的养成、点滴的积累才能达到。为了实现这些美，说是尽显风流，却着实让我们吃尽了苦头。练正步时的“出腿一阵风，落脚一个坑”;出早操时的披星戴月、寒气袭人;紧急集合时的肾上腺激素猛增;雄浑的番号声、靶场上密集的枪声以及激越的军号、铿锵的步伐、挥汗如雨、摸爬滚打、严厉的教官、幽默的战友……所有的一切，都在我心中永远定格，以至于直到现在，还会时常在梦里听到似乎有一种奇怪的东西在召唤我，隐约间枪声大作、人喊马嘶，使我热血沸腾，摩拳擦掌，准备冲锋!凝神细听，原来是远方的军号与我产生了心灵感应。

技校军训心得体会4

**技校军训心得体会篇四**

退役士兵李明，在某技校进行了为期两周的军训。这是他第一次体验作为讲课对象的军事训练。在军训期间，他深深感受到了军训的重要性，以及对于学生自身的意义。在军训中，他也深刻领悟到了军事素质教育的现实意义，以及在技校日常生活中的实践应用。

第二段：军训强体魄，锻炼毅力

在军训的第一天，李明便感受到了军训的严肃氛围。刚开始的军姿操就让李明感到了难度，带动全身肌肉的运转对于一个平时久坐学习的学生来说确实不容易。但是，在军教员的耐心指导下，他完成了手臂、腿部以及背部的锻炼。随着时间的推移，李明在军训中慢慢适应了训练强度，身体的素质也有了提高。通过军训，教官帮助我们培养了集体荣誉感与合作意识，锻炼了毅力，使我们在学习和工作中有了更好的状态。

第三段：军训加强纪律观念，提高综合素质

通过军训，学生们加强了对于军事艺术的认识。军事艺术包括了军姿操、军事训练等等。在军事训练的过程中，学生们逐渐养成了严谨的纪律和习惯。在紧张训练中，学生们更加注重细节，并且养成了团队协作的良好习惯。通过军训，学校提高了学生的综合素质，增强了学生的队伍意识，使得学生们在学校生活和工作中能够自觉服从、严格自律。

第四段：军训增强服从意识

服从是军训中最重要的课程之一，学生们在军训中逐渐养成服从意识。要知道，在军队中，服从是士兵的本能。在严格的训练下，学生们逐渐克服了不服从的习惯，使得学生们的组织纪律、团队协作等方面都得到了提高。通过军训，学生们的整体素质、学习能力、思维能力和组织协调能力等都得到了锻炼和提高。

第五段：结尾

总之，军训是一种全方位、多角度、综合性的训练，不仅能锻炼体魄、增强纪律意识，还能增强学生的团队协作意识和服从意识。通过这次军训，学生们不仅提高了自己的综合素质，还增强了自信心和团队荣誉感，培养了学生更加坚毅、勇敢、顽强的个性。军训是一种综合性的素质教育，也是学校育人的重要手段。希望学校能够在未来的日子里继续加强学生的军事素质教育，让学生们更好地发挥自己的作用。

**技校军训心得体会篇五**

技校军训作为大学生活的一个重要组成部分，旨在通过军事化的训练和管理，锻炼学生的意志品质和身体素质，培养他们具备坚强的意志和团队合作意识。经过数周的紧张训练，我们终于迎来了军训的结束，此刻，满心的激动与感慨涌上心头。

第二段：挑战与成长

军训过程中，我们面对的不仅仅是高强度的体能训练，更是对意志力和自我约束的考验。一次次的长跑、爬绳、爬绳网等训练项目让我们的肌肉酸痛，每一次反复的点名和训练规矩则考验着我们的耐心和纪律性。然而，正是这些挑战激发了我们内心的潜能，让我们逐渐成长起来。我们意识到，只有克服困难、迎接挑战，才能不断提升自身的能力。

第三段：团队的力量

军训期间，我们不再是个人，而是一个整体，一个团队。每天的军训活动都离不开队友们的配合和默契，我们用对方的肩膀传递力量，用默契的配合完成各项训练项目。通过团结合作的点滴，我们逐渐认识到团队的力量是无穷的。在面对困难和挑战时，我们懂得了互相鼓励和支持的重要性，更看到了团结协作的力量，这是我们在军训中收获最大的财富。

第四段：军容军纪

军训期间，严格的军容军纪要求是我们必须要遵守的准则。从早晨的晨练到晚上的闭眼站，我们时刻保持着端正的姿态和整齐的步伐。这一切的要求让我们懂得了服从和纪律的重要性，培养了我们严谨的作风和自律自省的习惯。在军训过程中，我们时刻牢记军的标准，让军纪精神融入到我们的血脉之中。

第五段：内心的成长

在军训的日子里，我们不仅锻炼了身体，更磨砺了心智。坚持不懈、勇敢面对，这是军训过程中我们的座右铭。军训让我们更加自信，更加坚韧，在面对生活和学习中的困难时，我们不再退缩，而是勇敢迎接挑战，毫不气馁。我们从军训中获得的力量，会成为我们在未来道路上的助推器。

总结：

通过这次军训，我们从中体会到团结合作的力量，培养了严谨的作风和自律自省的习惯。军训不仅加强了我们的体质，更是磨砺了我们的意志，使我们具备了不怕困难、迎接挑战的精神品质。虽然军训已经结束，但我们将始终怀抱着这份信念，继续努力成为更加优秀的自己。

**技校军训心得体会篇六**

10月16日——10月19日，在校长的带领下来到河南省沁阳市永威职业学校学习。先进的教学理念、精细的教学管理、求真务实的工作态度感染了我们每个人。下面我就本次学习见闻谈谈自己的一点体会：

蔡校长说：一切都为教学服务，所以，

一、狠抓日常习惯，为课堂教学服好务。

对学生来说，很少能够见到学生打闹的场景，时间很紧凑，吃饭排队去(应为学生都住校)，吃饱后把餐具送到清理处，跑操前都拿着书记知识，这些都是好习惯，而对于老师，狠抓黑板字的书写，上课时连贯词的应用。

二、先进的教学模式

让学生一目了然。每节课目标明确而简洁?让学生明确了学习任务，学有方向，学有动力，其结果不单单是让学生知道学什么，知道学会了没有，更重要的是这样可以使学生越学越有信心。让学生养成了会阅读的习惯;他们把课堂教学当成改革的抓手，实行常年赛课、效果第一的评课制度。一轮一轮的赛课，同组教师到位点评，甚至“无情而挑剔”的点评，帮助教师尽快成长。(我们听得数学的第一节赛课是一位年轻教师上的，上的不是很成功，在评课时所有听课的老师都在场进行评课，只讲缺点，甚至细到展示答案用word还是用ppt用一页还是两页，真的是狠抓细节，)使干好干坏大不一样。把“包”字引进永威学校，学校与每个教师、班主任签订责任书，要求班主任、任课教师包教好每个学生。他们的\'教学改革不是花架子，他们的工作很细致。

三、抓落实

“四清”即“堂堂清，日日清，周周清，月月清”，所谓“堂堂清”，就是要“差生”在课堂上通过自己看书、练习，通过同学帮助、讨论，弄懂“为什么”，真正理解知识，最后通过当堂训练达到巩固，不把问题留到最后，老师是现批学生现改。所谓“日日清”，就我们“三操”，“三舞”,增添我们学习的乐趣。通过学校领导的精心组织和各科长的认真授课，此次学校使我不仅更新了职业教育教学理念，扩充了计算机专业指导，提高了实践技能水平，同时也感受了名师的风采，认识了发展方向，开阔事业，拓展思路，收货丰硕，感受颇多。感悟如下：

感悟一：更新观念，启迪智慧。

学校精心组织安排，开设不同类型的示范公开课和张奕校长的专题讲座

——《素质教育》。

这些内容丰富，高水平的学术讲座，以及优质的示范课，使每位科长、

专家多年教学研究的智慧精华。充溢着对职业教育改革、教育理念、教学模式、教学方法的深刻阐释。他们严谨的治学态度，矢志不渝的探究精神，深深感染了我。他们独特的简洁，客观的分析，让人耳目一新，冲击着每个人的思想，感受到了极大的震撼。使我对中等职业教育有了更深层次的认识与了解。诚然，一届示范课、一次模仿、一次复制，一次讲座、一次探讨、一次研究，不可能改变职业教育本质;但它更新了我们的观念，启迪了我们的智慧，开拓我们的视野。我相信它的作用，得在我们今后的教育教学工作中得以显现。

感悟二：夯实专业知识，认清教育方向。

在教育教学强化学习中，秈由学校组织各科室专家给我们上不同学科的

优质示范课，再指导我们学习临摹并举行说课、评课、公开课活动，使我的教育教学方法，专业知识水平得到了前所未有的提高。在今后教学过程中，我会更加侧重知识的应用性和实用性，认真探究学生学习的动向，努力提高自己的传授技能。

通过学习和观察，不但夯实了我的专业知识，同事树立起先到职业教育

理念。作为职业教室，既要注重传授专业指导、专业技能，还要培养学生的团队意识、合作能力、沟通能力，从而提高学生进入企业后的适应能力，让学生学以致用。

感悟三：交流思想，共同进步

我们本次参训学员共计29人，学员由两所职校组成(xxx职高与黔东南州职技校)，本次培训为我们提供了一个良好的交流平台。由于地区文化不同、教育条件不同、教学环境不同，对职业教育的发展和未来，大家仁者见仁，智者见智，提出自己的观点，表达自己的看法。对职业教育的发展、专业技能的定位，教育教学的方式、职业教育的招生、就业方向灯多方面的问题，进行了广泛的交流和讨论。在互相探讨和交流过程中、大家获得很多好的成功经验，发现各自的差距与不足，对专业有更深的了解和认识，都觉得受益匪浅。在学习过程中，学员们在探讨中共同进步，在合作交流中共同成长。一起攻克了一个个难题，共同完成各项学习任务。师生之间，学员之间结下了深厚的友谊，成为一个快乐和谐的大家庭。

感悟四：享受学习时光，珍惜同学友情。

深处xxx的学习氛围，让我感觉时光仿佛倒流，恍惚间回到了旧时光，

回到了青春年少，换到了读书年代。做学生的那份轻松，那份从容，那份自在，已有好多年不复存在了。重回课堂，再做学生骂我享受着在这里学习的每一天。

xxx校园面积不大，但软件、硬件设施设备齐全，校园环境优美，布置

得仅仅有条。从大胆创新的办学理念及办学特色，规范化的教学管理、严格的内务管理、再到学生的“三操两舞”要求，体现出xxx技校是我们中国职业教育的佼佼者。作为一名普通中职教育，有机会再深圳市xxx技校参加培训学习，我倍感荣幸。学校领导和工作人员为我们创造的良好的学习与生活环境，更让我心存感激。

**技校军训心得体会篇七**

参加军训7天了，7天中每天的军训都带给我们不一样的感想，我们努力体验着军人的生活，渴望拥有他们那种无所畏惧的气质。尽管在这一过程中有酸有苦有疲惫，但同样也伴随着歌声和欢笑。我们在磨练中成长，在逆境中坚强，军训定将使我们受益终身。

以前的我们是父母的掌上明珠，从没吃过什么苦，也体会不到世事的艰辛。可是我们已经踏上了人生下一个旅程，进入初中后一切都靠我们自己。随着想象中的初中变成了现实中的学习、生活之地，我们可能会感到有一些不适应，难以融入初中生活，自我认识能力、社会适应能力都比较差，这时就需要我们有足够的体力和耐力来挖掘自己的潜力，从而促进自己的全面发展，在以后的生活中赢得更多的机会，开创更美好的人生。

军训就是一次人生的磨练，它是一种有效而且必要的方式。不仅提高我们的身体素质，更加有助于我们调整好心态、言行及个性，让我们坚强有力，让我们朝气蓬勃，同样的，也让我们这个班集体更加团结友爱，更加具有综合能力、竞争力。因此，军训不仅对个人，对整个班级、年级、甚至是全校、全社会都是至关重要的。社会需要有能力、有水平、有素养、有文化的人才，祖国的未来靠我们这样的初中生来开拓创新。

因此，让我们停止抱怨，开始全身心的投入军训。不要浪费这个提高自己能力的宝贵机会，为了我们的明天更加充实更加美好，我们相信“吃苦也是一种乐趣”、“不经历风雨，怎见彩虹”。

美好的金秋，我们迎来了收获的季节。为了追求青春理想，实现人生价值，我们愿意付出无穷智慧和辛勤汗水。因为我们相信明天一定会更美好，我们的前途将一片光明!

最后由衷的感谢学校，感谢教官为我们安排的这次军训。我们会尽全力完成任务，等着你们来验收我们的军训成果!

技校军训心得体会篇3

**技校军训心得体会篇八**

在技校军训结束之际，回首这段时间的经历，心中不禁涌起种种感慨。刚刚报到的时候，我们托着沉甸甸的行李，怀揣着好奇和期待来到军训基地。当时，在新的环境里，我们有些坐立不安，不知该如何适应。但在教官们的引导下，我们很快适应了军旅生活，融入了整个集体。整个军训期间，我们经历了许多磨练，也收获了许多成长。

第二段：体能篇

军训期间，体能训练是我们的主要任务之一。每天清晨，当晨曦洒在训练场上时，我们已经完成了起床、晨跑、队列训练等一系列锻炼项目。通过这些训练，不仅提高了我们的身体素质，也培养了我们的意志品质。起初，面对考验，有些同学颤颤巍巍，几乎力不从心，但是教官及时鼓励，周围的士兵互相支持，共同努力，逐渐我们积蓄了更多的体力和毅力。体能训练的归宿是我们的队列训练，我们在队列训练中体验到了军人的铁腕纪律和团队协作的重要性，通过锻炼，我们明白了只有团结一心才能完成更高难度的任务。

第三段：军事课程篇

除了体能训练，我们还接受了军事知识的普及和实操训练。军事知识课程是我们了解国防知识的机会，通过学习，不仅增长了我们的见识，拓宽了我们的视野，而且激发了我们对国家安全的责任感。实操训练是对我们的锤炼和考验，我们学会了如何正确穿戴防护装备，如何优雅地举起步枪，如何迅速平稳地完成各种战术动作。军事课程的学习让我们认识到，国防事业不仅与军人有关，而且与每个公民都息息相关，它需要每一个人的关注和参与。

第四段：军人修养篇

军训不仅培养了我们的体能，教会了我们军事知识，更重要的是锤炼了我们的修养和意志品质。通过军训，我们学会了严格要求自己，养成了规律的生活习惯。在军训中，教官对我们的要求严苛，但也正是这样的要求让我们学会自律，做到了严格要求自己，严格要求队友。我们从中明白了克服困难的意义，明白了团队精神的重要性。团队意识的培养，让我们在面对挑战时能够积极应对，不屈不挠，永不放弃。

第五段：收获篇

总的来说，这段军训经历不仅让我们变得更加坚强，也让我们更加明白了团结的力量。通过体能训练、军事课程和军人修养的培养，我们收获了丰富的知识和经验。更重要的是，我们收获了战友之间相互支持和关爱的温暖。通过共同度过的军训，我们建立了深厚的友谊，从陌生到相互认识，从相互竞争到彼此帮助。在军训结束之际，虽然有些不舍，但我们用这段珍贵的记忆将会伴随着我们一生。我们会永远铭记军训的坚持和付出，努力成为社会主义建设者和接班人。

在这段1200字的文章中，我从准备篇、体能篇、军事课程篇、军人修养篇和收获篇五个方面对技校军训结束时的心得体会进行了简要的描述，突出了军训对身体、意志、知识和情感层面的影响。通过这篇文章，读者可以了解到我在军训中的成长和收获，以及对这段经历的感悟和思考。这样的五段式结构使文章内容分明，逻辑清晰，能够更好地传达我在技校军训中的体会和感受。

**技校军训心得体会篇九**

在这次军训中，我影响最深刻的就是我的教官，教官本来就是一个好脾气的人，可我们却把他若得无语，可以想象，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、同学在一起，一起进步，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，七天的时间转眼就过了，说真的，现在要离开这个曾经让我讨厌的地天，还真的有点舍不得。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。曾经，我们一起欢笑过，流泪过。今天，我们一起经历风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。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。我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训。

**技校军训心得体会篇十**

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的.呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

**技校军训心得体会篇十一**

那是到达军训基地的第三天，也是阅兵仪式前的最后一天，更是训练任务最艰苦的一天。

早饭后，望着教官紧锁的双眉，我们仿佛都嗅到了紧张的气息，例行整理军姿后，我们开始了正步走与分列式的训练。正步走，我们都看过，特别是国庆节的阅兵仪式上，解放军叔叔们那齐刷刷、仿若一人的步伐真带劲！可没想到，练习正步却是一件又苦又累的事。第一项是抬腿练习。教官先做了一个示范：脚面与地面保持水平，腿抬高，脚离地面25公分左右。教官保持姿势，纹丝不动，我们都看呆了，情不自禁地鼓起掌来。可当我们自己做时，才知道精彩的背后有着多少辛酸与苦累呀！。我按照教官要求抬起左腿，可还没过5秒钟我就重心不稳，左右摇晃了，而‘金鸡独立’的右腿又酸又麻，仿佛站了几个小时，渐渐地，左腿象灌满了铅，重得抬不起来。

“妈呀！太累了，实在坚持不住了！”我不禁在心里打起了退堂鼓，“偷偷歇一下，这么多人，教官一定看不出来。”于是，我悄悄地放下了腿，看着同学们叫苦连天的痛苦表情，心里有一种自鸣得意的快乐......

“停！”教官一声令下，同学们马上都瘫倒在了地上，只有我还轻松地站着。教官走过来，意味深长地说：“你挺厉害呀！那我再陪你单独练会儿？”“什么？好、好吧，”我故做镇定，心里却十五只吊桶―七上八下，没办法，只好硬着头皮上了，然而不到半分钟，我就露出了马脚。但是，教官没有发火，他只是深深地看了我一眼，就趁同学们休息，给我开起了“小灶”，望着教官满脸汗水但仍然耐心讲解、认真示范的神情，我羞愧极了，但同时也暗暗下定了决心：我一定要努力练好！

在最后的阅兵仪式上，我成为了中队里动作最标准、口号最响亮的一名“士兵”。

诚如教官说的：是一所锻炼人体能，更锻炼人意志的学校。是啊！在短短几天的军训当中，我们付出了辛苦，付出了汗水，然而得到的却是一份沉甸甸的收获！

**技校军训心得体会篇十二**

戴上迷彩帽，穿上长裤，长衫，大家心不甘，情不愿的来到操场上与太阳殊死搏斗。随这一声令下，我们的军训正式开始。每天军训我们都要站军姿，军姿的挺拔最能体现军人的气质和精神面貌。光在太阳底下晒着，就够我们受的了，偏偏还要我们两手贴紧裤缝，脚尖分开成60度，脚后跟并拢，抬头挺胸，两肩稍向后张，人略向前倾，目视前方，一动不动，哪里痒哪里痛都不能摸一下，抓一下，这可为难了平日里娇生惯养的我们。

烈日下，我们反复的训练这起步，正步，立正.....大家的汗水从帽子里渗出来，衣服也被汗水浸湿，但大家依然努力坚持着。记得军训第一天，学校领导在广播里说过，这次军训我们要发扬流血，流汗，不流泪的精神完成这次军训。

时间一天天过，训练的强度也越来越大，同学的体力也有些透支了，但离会操越来越近了，同学们不能有丝毫懈怠，更要团结起来，为我们高一（2）班取得在菱湖中学的第一个荣誉。冰心说过这样一句话：\"一朵孤芳自赏的花只是美丽，一片互相依畏着而怒放的锦锈才会灿烂\"。我们生活在一个集体里，只有团结，才能为自己增添士气，让我们在艰苦的条件下，得到精神上的宽慰。

**技校军训心得体会篇十三**

军训期间开展的一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实践生活中的重要性，立定，稍息，原地转向，齐步走，跑步走，和正步走等训练项目，让我们体会了在建设新世纪的社会现代化事业中必须具备艰苦奋斗，吃苦耐劳的优良传统。严格的管理，严谨的训练也增加了我们自我约束力和时间观念。

另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们连队则是这个生活的主体。军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间。如今社会，竞争如此激烈。大学四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会。现实残酷，但它珍惜汗水。努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励。而敷衍了事的，也会得到不同种处罚。事情虽小，蕴含的道理真不少。我认为我们在军训体验到的，坚定的信念，不懈的努力，辛勤的汗水必将创造自己的辉煌。写在明天以前的感言，代表思想的日益成熟，代表明天会更好。

**技校军训心得体会篇十四**

秦北技校20xx年新生军训历时6天，于今天胜利结束。在此，我代表学校向圆满完成我校20xx年军训的教官表示衷心的感谢!向经历军训锻炼并取得丰硕成果的各位同学表示祝贺!今年的军训是在一个特殊的气候条件下进行的。与历年军训相比，今年军训期间气温最高，天气最热，训练最累，既遇高温的炙烤又遭大雨淋漓，全体教官、班主任与参训学生，面临三十八九度的炎热气候，从清晨6点开始到晚上9点，一天经过11个多小时的艰苦训练，出色地完成了军事基础、队例、齐步与跑步、正步与立定、寝室内务卫生整理与拉练的实践训练任务，同时进行了国防知识，校纪校规的教育与学习。

六天来，全体同学在“严格要求、严格训练”的指导下，发扬人民解放军不怕苦、不怕累的大无畏精神，认真地落实每一项训练活动，不仅使同学们的身体得到锻炼，而且在思想上受到考验，意志得到磨练，每个人都用自己的行动践行了“挑战自我，战胜自我”的诺言。实践证明，年轻一代的学生是敢于吃苦的，是能够战胜一切困难的，是我们国家未来的优秀人才，尽管新生中有不少是独生子女，有不少是在家长的百般呵护下成长，但是这些学生经过军训，从思想上认识到自己今后肩负的重任，必须学会独立生存的能力，必须具备战胜困难的勇气，必须具有敢为人先的追求精神。六天的军训，对于同学们三年的技校学习生活是短暂的，但是，给同学们留下的记忆是深刻的;同学们在军训中所受到的锻炼，为三年技校的学习拼搏奋斗打下了坚实的思想基础，为今后战胜学习中的困难增强了信心与勇气。

六天的军训，同学们为自己技校三年学习生活开好了头，迈出了自信坚强的第一步，我更希望同学们在军训后，认真总结军训成果，在学习中发扬军训的刻苦、拼搏精神，勇于面对困难，迎难而上。在军训中同学们比吃苦、比进步，在学习中也要比自觉学习的精神，比成绩，比进步，互相帮助，共同进步。

在本次军训中，教官付出了辛劳。你把人民解放军的优良作风与吃苦耐劳精神传给了学生，用自己的言行影响着学生，你不计得失，不怕辛苦，成为每位学生学习的榜样。你用实际行动证明了：人虽离开了军营，但军魂尤在，你们的敬业精神，书写的是军人的光荣。同学们，军训已圆满结束，巩固军训成果，发扬军训精神将贯穿在同学们学习生活的全过程。同学们要把军人的纪律意识，军人的礼仪风范，军人的吃苦精神，军人的团结友爱作风变为自己的自觉行动，发扬下去!

最后，希望大家继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后三年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的母校增光，为个人的生命历程添彩!

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