# 最新军训后的心得体会(精选9篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-05-19

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。军训后的心得体会篇一在高考结束之后，学...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**军训后的心得体会篇一**

在高考结束之后，学校组织了一次为期两周的军训。这是我们毕业前唯一一次穿军装站军姿的机会。刚开始的时候，我们对于这个新鲜的体验充满了好奇，但在实际行动中，我们深刻认识到军人能保家卫国，不易。那两周的日子，我们像真正的士兵一样，每天早晨6点半起床，整整9个小时的训练、操练、比赛、考核，每天晚上10点休息。训练的时候，我们穿着沉甸甸的军装，在烈日下三伏的高温下奋力拼搏，极度挑战我们的体能和抗压能力。而起床早，睡眠不足则是我们要在这样的极端环境下面对的。军训结束之后，我才真的愉快地回到了平淡的校园生活。

第二段：坚毅、团结、勇气和负责是结论

两周的军训，像一个激荡人心的过程，让我学习到了很多，多年以后回首，它将成为我一生中的重大历程。有困难，就要坚毅；有团队，就要团结；有挑战，就要勇气；有责任，就要担当。这些话早已经成了人类的共识，但只有亲身经历过军训，我们才会深刻体会到这些道理的深刻。

想要成为一名好士兵，就必须拥有坚强的意志，和不向困难屈服的精神。每当训练时，我们都面临着各种境况：高强度的训练、精确的考核，或是中暑后的恢复。但是，在这短暂的生命里，我们不能退缩。只有不退缩，才有可能一直前进。

[unit]

团队精神则是胜利的保证。在军训期间，我们按照姓名和班级被分成了不同的小组，最终我们都成为了一个大集体。这个集体中，有优秀的士兵，有有创新思想的学生，也有健谈的小朋友。虽然我们在平时不同，在军训的时间里却很快就凝聚成为一个集体。在集体中，我们都彼此支撑和包容，每个人都无微不至地关心其他人的状态，用团队的力量互相帮助。

在军训中，勇气是必不可少的要素之一。只有勇气，才能在面对困难时不慌乱，不退缩，发扬坚韧的精神。想想在军训的标枪比赛中，当我看到身边的人大步向前，直奔目标时，我会感到自己的胆怯，这也许就是必要的勇气吧。

负责也是另一个在训练过程中非常重要的素质。每个人都要对自己的言行负责，给自己定格，不让自己被心态影响，要一直把自己看做一个真正的军人。

第三段：经历的启示

经过这两个星期的军训，我收获了很多体会。在这场军训前，我们都是一个人，或者仅仅是在校内学习的孩子而已。军训过程中，他让我们学会了不同的思考，将我们地训练到无法想象的极致。这种想法会促使我们去思考如何去乘风破浪。“一分耕耘，一分收获”，我自己也在军训中悟出了很多实际方法和志向。

它使我们遵从纪律作为一名合格的公民，并管理好自己的生活，最特别的也许是，陪我们度过了人生中最艰难的日子。这种经历远比在课堂上学习理论要有意义的多。

第四段：关于泪水和收获

军训期间，我曾经依靠自己的毅力，抵抗着很多的身心操劳。有时候，我也会被爆裂的音乐声吓一跳；有时候，我也会生气；也有时候，我也会感觉非常孤独和失落。但是当我回眸来看的时候，我意识到，我已经成为了一个更好的人。

刚开始时，我需要每天花很多时间，来重新适应这个集体和生活方式。但是经过这样的调整，我们的军训生活变得更加顺畅，很快我们变的更加快乐且充足。从最开始的无助到现在的成长，最让我感到意外的是，原来我能真正拥有这些精神品质。

第五段：总结

军人的成长，指的不仅仅是要有扁平、胆识、和操作的能力，更是需要拥有一毛不拔的坚持和信仰，它是一个人的素质和精神的集合体。军训不仅提高了我的体能和心理承受能力，更重要的是教育了我如何去面对和解决问题。从训练到比赛，从困难到成功，我学会了如何与人相处、如何管理时间、如何坚韧不拔。那是一段成功，也是一段汗水和泪水的日子，我为我曾经在那里度过的时光骄傲。

**军训后的心得体会篇二**

那次我们到军训基地的时候，我哭了！

那次，我们要从军训基地回家时，我的泪水再一次莫名奇怪的流了下来。

离军训还剩一天时，我就有些激动不安了，想象着去军训时的样子，可是一到那里，看着那里的床和洗漱台，我都快要哭了，因为那里的洗漱池个个都生了锈，床也是一样，上面都是蟑螂、臭虫、蜘蛛、蚊子，让人一看了就恶心，就更没有睡意了，因为是军训，所以我们每一个宿舍都贴了一张作息时间表：早上6:00起床，6:05做早操，6:45收操，7:00吃饭，7:30训练，等等等等，当然每天还只有不到一个小时的休息时间，所以刚刚过了不到三天，在第二天晚上，我抱着临走时给我灌得水瓶，用被子蒙住头哭了起来，哭着哭着就睡着了，梦里梦见了我和妈妈还有爸爸一起在玩大富翁7，玩得很高兴，就当我正要使用红卡的时候，我突然醒了，当然，是被我们寝室的人吵醒的，想接着再做我的美梦时，已经睡不着了只好起床和她们一起聊天，趁着聊天的这会儿时间，我们都在醒盹儿。说了十多分钟的话，差不多5:40了，我们全都一骨碌爬起来，拿好洗漱的东西去洗漱池，这是我又想到妈妈对我说的一句话：洗漱完毕后，要把毛巾放在架子上，把牙刷和牙缸放在化妆台上哦!一想，鼻子一酸，眼泪就又在眼眶里打转儿了。

又过了一天，我们该回家了，当指导员年优秀营员、优秀宿舍和优秀班级的时候，我听到优秀营员里有我的时候，我非常欣喜，因为我做到了我想做的事。可是就在上车以后，我的眼泪又流了下来，因为恐怕我以后再也见不到我们的张教官了，在车上的十多分钟(车子还没有起程)，我看了看，我们班的女生有小声哭泣的、有泣不成声的。还有的哭着说想要下车去找张教官，可是老师不同意，就这样，车子在我们的抽噎和哭泣声中慢慢的开动了，当走出团泊洼红太阳基地的时候，我们看到了张教官，这是有的女生哭泣声更大了，好似雷电，一声比一声响，我们班的声音甚至赛过了汽车的笛声，就连我们的张教官敬礼时都摸了摸眼泪，这时，我旁边的同学--王梦瑶已经是泣不成声了，我问她：你有没有因为没有得到优秀营员而伤心呢?她擦了擦眼泪镇静的回答说：不会的，因为我已经努力争取了，什么事情不需要一次就成功，更多的是失败，但在失败中，只要你努力了，才是最好的!!!

以后再做一些困难的事情时，不要因为失败而半途而废，要相信有失败才会有成功，因为暴风雨过后，总会出现美丽的彩虹!!!

在这次军训中，我懂得了什么是成功与失败，由此，在军训中，不要因为孤独和苦累而流下无助的泪水!

汇报人：

日期：

**军训后的心得体会篇三**

军训是许多大学生生涯中都会经历的一段时期，它不仅是一次锻炼身体的机会，更是一次增强意志力和培养团队合作能力的过程。结束了长达一个月的军训生活，我深深地感受到了自己的成长和变化。

第二段：团队合作意识的提升

军训期间，我们每天都要进行集体训练，一起磨练身体，一起完成任务。而在任务中，我们才真正体会到了团队合作的重要性。在紧张的任务中，大家时刻保持着密切的联系，时刻清楚每个人的位置和任务，完成军训任务的合作意识到了最高点。这让我深深地意识到，一个人再出色，也无法取得最终的胜利，必须要有一支团队的力量才能取得最终的胜利。

第三段：意志力的提升

在军训生活中，我们每天都要适应不同的环境，面对不同的任务和挑战。紧张的时间和高强度的训练不断考验着我们的意志力。但是，这一切都让我变得更加坚强和勇敢。我突破了自己的限制，跨越了自己的阶层，变得更加自信和坚定。这种成就感和自信心让我相信，在未来的学习和工作生涯中，我都可以坚持自己的理想和信念。

第四段：团队协作的重要性

在军训结束前，我们进行了一次团队合作的挑战，即兵棋推演。每个人分别扮演不同的选手，通过协作和默契，最终达成了固定的目标。这次推演进一步加强了我的意识，让我明白到了在团队中不存在最强或最弱的个人，只有最强的团队。在未来的学习和工作中，我将时刻坚持这个信念，自觉地配合团队的发展。

第五段：结束语

在这一个月的军训生活中，我体会到了人生的许多真谛。我相信，这一次经历可以成为我人生的一个重要拐点。这种训练不仅让我的身体更加强健，思想更加坚定，同时也让我懂得了许多人生道理。希望未来的我能够牢记所体会到的一切，应用到未来的学习和工作中。

**军训后的心得体会篇四**

自从，开始军训，所做的每一件事，都让我们知道我们不是被疼爱的小公主、小皇帝，以后只有靠自己，不可再有任何的依赖。

一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留的散发所有光芒。我们站立在烈日下，当我站着军姿，几丝热流飘过脸庞，留下的是一颗颗闪亮的汗珠。

军训，或许就是考验一个人吧，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。如果真是那样，我一定要完成教官说的每一个动作，做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。“吃得苦中苦，方为人上人。”为了自己美好前途，吃这么一点苦又算得了什么呢？我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我对自己充满信心，永远永远都会。

通过这次军训，我更深刻地懂得：如果我在学习当中遇到不懂的问题，我们绝对不能轻易放过，要认真琢磨，反复思考，直到把问题弄清楚为止，正所谓“万丈高楼平地起”，我绝不充许有任何差错。如果在生活当中遇到困难，我也绝不能轻易退缩，相反，我要努力去克服它，去战胜它，生活中的点点滴滴对我都是一种考验。这是我在军训当中学到的，无论做什么事情，都要有一股不服输的劲头。

这次军训，让我终身受益，我学会了像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。

**军训后的心得体会篇五**

我曾经是”叱咤风云”的少年，我曾经是不折不扣的”网游王子”！然而今天站在军歌嘹亮的操场上，我就是一名绿营的战士．我是易水河畔的荆轲，我是乌江边上的项羽．我是真切的感受到了前所未有的压力与挑战．我是真切的感受到了那份非同寻常的痛苦与磨难！然而人生的感悟也就是在压力挑战痛苦磨难之中油然而生！也就是这么一种特殊的经历让我的思想有了一次飞跃！

军训之前，我感觉自己就只是生活的一个奴隶，那不是在生活而仅仅只是活着，像动物那样漫无目的地活着，没有思想，没有对生活的真切体验．冷漠到失去一切生活目标，失去过去和未来！直到那一天在炎炎烈日下，在教官清亮的号声和同学激情的怒吼声中，我又重拾了自己，重新的感受到了阳光的气息，重新的感受到自己那蠢蠢欲动的灵魂．灵魂释放了，思想便如漫野的鲜花，在每一个角落铺展开来！我仿佛一夜之间张大的男儿，我用年轻人锐利挑剔的眼光审视着在烈日下的自己，审视着在人堆里毫不起眼的自己！原来自己并不平庸，并不懦弱，并不只是生活的奴隶．只要给自己一份勇气，我也可以像每个充满活力的年轻人那样，瞬间绽放自己．翻身做生活的主人！

军训是精神上的洗礼，也是肉体上的折磨．军训留给了我一个大大的”苦”字，也给了我一个大学生特有的理性思维！我们是当今社会的顶梁柱，是天之骄子．我们即要有雄心做大事情，做大学者，又要有平常心普通心，甘于忍耐，甘于吃苦．军训是一个机会，是一个平台，更是一次考验二者的测试．军训锻炼了我的雄心，也锻炼了我的平常心．军训让我有屹立于七尺男儿之间的雄心，也让我有敢于吃苦，不厌于千篇一律的耐心．通过军训我及时地完成了二者之间的转变．很好的锻炼了自己的平常心和耐心．我们参与了，拼搏了，努力了！没有丝毫的奢华，没有片刻的虚度．军训的每一分钟我们都在接受肉体和精神的双层体验，军训的每一天我们都在完成雄心和平常心的双层转化！

军训的日子没有天真，没有浪漫，没有幻想，嘹亮的号角将一切都装点的那么的严肃！炎炎的烈日将思想囚禁在灵魂深处．只有夜晚来临，思想便悄悄的蔓延！每一次躺在舒服的床上，我都会想想以前那段荒废的时光，然后又想想最近劳累的日子．也就是在这种交替的时刻我们对生活往往有最独到最精辟的理解！由痛苦而感悟，由感悟而理解．军训也就是这么一种”蚌病生珠”过程．这种痛苦的历程让我看到了曾经在两个世界生活的自己．也让我明白了今天的生活是多么的来之不易！今天的生活是多么的现实和美好！有痛苦才会有感悟．有感悟才会痛心疾首，才会珍惜，才会在今后的日子里自强不息，勃发向上！

对于我来说军训矫正了我的身姿，也改变了我的人生态度．军训就像一场蜕变，即使没有破茧成蝶的美丽，即使没有由虫化龙的轰动．但我内心那一点一滴的变化却不断的警醒我，激励我！军训的每一天我的思想都在变化，军训的每一分钟我的情感都在升华！军训的每一秒我看生活的眼光又犀利了一点！军训的日子我的血液在沸腾，我的思绪在飞腾．我感觉我在不断的变化，不断地成熟！

军训的日子，我感觉自己就像烧开的水壶，在不停的沸腾，即使”屁股”每天都烧的红红的，但我依然快乐地吹着口哨，幸福地冒者”鼻涕”泡泡！也许这种军训的日子再也没有第二次，但那种精神永远陪在我的身边．伴我走过春夏秋冬，走过泥泞与荆棘！

最后，我想对军训新生们说：军训是一场对心的战争，有信心，有耐心，那你必定能达到收心，警心的效果．在这场战争中不管你磨砺了哪颗心，不管你收获了哪颗心，那都是一笔不菲的财富！不管怎么样我们都是胜利者．我们都不要留下什么遗憾．愿你们能将那段特殊的时光好好收藏，好好回忆，好好地走好我们今后的大学路！

**军训后的心得体会篇六**

—月一日，我们学校决定组织一次为期5天的封闭军训活动，目的是让我们体验军人的生活，磨砺出坚强的意志。听到这个消息，有人很高兴，有人很沮丧。像我听到这个消息是高兴的，为什么呢？答案后面揭晓。

我们满怀期待地来到了军训基地。教官向我们介绍了自己：他姓胡，是我们此次军训的教官。胡教官对我们要求很严格，特别是在卫生和军姿两个方面，要求很高。

第一天训练站军姿、坐姿和停止间转法。站军姿时要抬头、收腹、挺胸，双手紧贴裤，非常累，一站就是半个时候，不能动。脚根在站军姿时火辣辣的，像是被烧烤一样。此时此刻我才体会到军人的艰辛，军人就是要不动如山，一切行动听指挥。

中午的太阳无情地炙烤着大地，气温接近40℃，但是就算是这样，大家依然在坚持，连我自己也很惊讶了。以前我可从来没有站这么长时间，但今天我做到了，我觉得非常不容易，因为只能拥有坚定的意志，才能通过考验。

接下来，我们又训练了很多项目，但最难的还是正步走。也许有人要问：正步走，怎么走呢？就是像国庆节阅兵一样，脚尖绷直，一只脚抬起，换腿速度要快，而且不能动。走的时候非常累，因为脚要抬上去30厘米，一抬上去腿就疼，特别是大腿那里，又酸又痛。走正步的时候，身体好像不是你自己的，完全控制不了，身体晃动得厉害。再加上中午毒辣辣的太阳，训练时就像在地狱里一样。走正步时，开始大家走得不整齐，于是教官让我们一次次走，走到最后一天才走整齐。这时，我才明白什么是军人，才明白军人是怎样练成的！

卫生整理也是军训的一个课目。我们住在房间每天都上榜，是卫生最好的。因为大家在一起互相帮助，一起打扫卫生，非常努力，相互尊重他人的劳动成果，从来不乱扔垃圾，每个人做完自己的清洁后，还主动帮助他人做清洁。

军训结束仪式过后，我们心里那颗不安的心，终于放下了。直到这时，我才真正感受到家的温暖，父母的关爱和呵护。这次军训，让我体验到了军人的艰辛和汗水，也让我感受到了父母之爱的伟大无私。

**军训后的心得体会篇七**

四天的军训生活，谱写成一首激动人心的交响曲，苦与乐构成了它的主旋律，值得回味，难以忘怀！军训不但培养人的吃苦耐劳的精神，而且还能磨练人的坚强意志。是人生中的一种体验，也是战胜自我，挖掘潜能的最接良机。

四天的`军训生活已经过去，在这四天的训练生活中，我学会了许多课本上没有却让我受用终生的东西，也让我明白了什么是坚定不移，什么是永不放弃。

四天，我们在军训基地留下了太多太多：清晨的沥青路上留下了我们踏步时整齐的足迹，正午的骄阳留下了我们站军姿时的滴滴汗珠，烈日下的操场上留下了我们练习时的矫健身影……四天，多少甜蜜和苦涩，多少快乐和忧伤，多少汗水与泪水，共同凝成了我们高一五班最美的回忆。

四天，对于我们来说不苦也不累。因为我们是雄鹰，不久的将来要展翅翱翔。搏击长空的雄鹰是需要历练耳朵，只有经历过狂风骤雨的鹰才配得上广阔的蓝天；也只有经历过重重险阻，种种磨难的鹰才有资格刺破层层云翳，直指浩瀚苍穹。所以我们无悔，也无怨，因为我们是鹰！鹰需要苦练！

四天的军训生活是单调的。每天的立正、稍息、敬礼、蹲下、踏步、起步这些基本的动作要我们反复地做。这些动作平常看起来非常简单，但现在做起来却没那么容易了。站军姿是最累又是最基础的，立正站直，目光上仰，重心前移，双手紧贴裤缝，一天下来，浑身酸痛。但是，军训生活是充实的，军训使我们培养了集体荣誉感，增强了团结合作的精神。

通过这四天的军训，我明白了教官的耐心教导。从一开始就给我们灌输了一种永不服输，积极进取的精神，一种向往荣誉并且勇于追求荣誉的积极人生态度，像战鹰一样，敢于拼搏，敢于奋进，敢于藐视一切。它已成为我们班级的班魂，时时刻刻激励着我们，鞭策着我们，使我们进步，助我们成功。

我想在这里对教官们说一句：“教官，你们辛苦了！”

**军训后的心得体会篇八**

军训是初中生活中的一段特殊时期，对我们每个人都产生了深刻的影响。经历了这段训练和历练，我们或许会对生活有更深的体会，对自己有更准确的认识。下面我将分享一下我个人军训后的心得体会。

首先，军训让我明白数字背后的含义。在军训中，我们每天被分配了繁重的任务，需要按时按量完成。这让我认识到了做事不能马虎，需要学会合理安排时间，并提高效率。我发现，在生活中，无论是学习还是处理其他事务，都需要有计划、有目标，才能更好地完成任务。同时，军训也让我明白了付出和收获是成正比的道理，只有经历了辛苦和努力，才能取得一定的成果。

其次，军训让我懂得了团结的力量。在军训中，我们每个人都面临着相同的困难和挑战，但只有团结一心、互相帮助，才能克服困难，取得胜利。我发现团队合作和集体荣誉比个人的力量更加强大。我学到了服从指挥的重要性，只有在一个有组织、有纪律的团体中，我们才能更好地发挥个人的优势，充分发挥团队的力量。

第三，军训让我明白了自律的重要性。在军训期间，我们需要遵守严格的规章制度，按照规定的时间做事，严格要求自己的生活习惯。这对于一个初中生来说，是一种很好的锻炼和培养。我发现，只有自律，才能更好地掌控自己的命运。通过军训，我学会了自律，培养了自己的自控力，这是我成长中的重要一课。

第四，军训让我建立了正确的人生观和价值观。在军训中，我们时常会聆听教官的教诲和讲解。他们告诉我们做人要有担当，要有责任感，要有积极向上的态度。他们教会了我们追求进步和成长的重要性，告诉我们只有不断努力才能实现自己的梦想。通过这些教导，我懂得了什么是真正的价值和成功，如何去为人处世。

最后，军训让我明白了生活的美好。军训虽然艰辛，但在其中也蕴藏着很多美好的回忆。我和我的同伴们一起经历了汗水和泪水，一起共度了难关和成功的喜悦。在军训的集体生活中，我们学会了关心他人、照顾他人，体验到了友情和团结的温暖。这让我更加热爱生活，珍惜生活中的每一刻。

通过军训，我学会了很多，收获了很多。这段经历对于我来说是一种成长，是一种历练。军训让我懂得了自律、团结和付出的重要性，让我明白了生活的美好和人生的价值。无论将来面对怎样的困难和挑战，我都相信我能够勇敢面对，因为我拥有了军训带给我的心智成长和积极向上的人生态度。

**军训后的心得体会篇九**

七天的`军训结束了，虽然是很开心，但是难免有满心的惆怅悠然而生。

烈日下的禁毒报告法制会下的我们，豆大的汗珠留下了我们的脸颊，尽管我们有些厌恶那无聊的报告会，但，我们坚持了下来.....《军中的绿花》唱出了我们与家人离别的思念和和教官们心中隐藏已久的惆怅.....

军训期间我们没有父母的娇生惯养，没有空调可乐悠哉游哉，更没有cf和游戏。但是我学会的不仅仅是铺床叠被，良好的军姿。更加重要的是，我懂得了团结就是力量，坚持就是胜利的道理。懂得了人要有吃苦的精神才能做好每件事并且以后这种精神会在我的人生每次不同的境遇中所斩获胜利。

一班的同志们还记得么，你们那左右不分的班长啊.....那条一遍遍走错的道路，教官的那一声声“一班班长在干嘛”，你们那一声声的“班长这.....班长那......”都将是我人生中最美好的回忆.......还记得那个在外面被罚站军姿的时候么，因为我的睡不着，让我们这班兄弟都去被罚，现在想想也有些许乐趣，是吧.....

短短的七天，我认识了一群朋友，最后的一顿早饭我只想说“永远记得我曾经是你们的班长啊”....短短的七天过去了，但是我所得到的是一种对待人生对待困难的态度。我们不会做温室里的花朵，而是数九天的梅，在人生的苦寒中盛开出最绚丽的花朵。 梅花香自苦寒来，这是军训中我一生的收获，也是我在人生的磨练中绽放出个人绚烂花朵的座右铭！

军训的最后一个晚上，那一张张黑黑的笑脸在我的脑海中印下了不可磨灭的印记，最后一天要走了，很是开心，但是坐在车上回想军训七天的种种，那早上六点哨声，那教官的训斥，那猪食般的饭菜，那铿锵有力的一，二，一。

回想这些，我想是缘分,让我们大家相聚在合肥炮院;我很珍惜和在乎这份缘分,我想它会成为我高中生活中最美好的回忆. 当绿草被热浪风干，当鲜花被阳光晒得低下了高贵的头，我们口号嘹亮，步伐整齐地从它们身边经过，离开一朵花儿的绚烂，天上有一朵白云飘过，我们明白了，什么是坚强。

看着慢慢理我远去的炮院，我满心惆怅，看着离我远去的教官，我满心惆怅，看着那里的一切一切，眼角不禁有些许的泪珠，那是我心中无限惆怅的一种流淌.......小孩陈利杰，魏巍，王晨，胡天祥，赵鑫，海哥，潘浩，曹教官，一脸麻子君等还有合肥炮院的一切，我忘不了你。

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