

最新开学的四天军训心得体会(实用8篇)

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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

开学的四天军训心得体会篇一

开学的四天军训已经结束了，我终于可以脱下紧绷的军装，舒缓一下身体的疲惫与憋闷。这四天的军训可算是我大学生涯的第一次军事训练，虽然有点辛苦，但也非常有收获。接下来，我想通过这篇文章与大家分享一下我的军训心得与体会。

第二段：训练过程

军训的第一天，我们便进行了严格的军事基础训练。在炎热的太阳下，我们扛着四十多斤的行囊进行长时跑、引体向上、俯卧撑等多项训练，一度让我们感到难以承受。但在教官的督促下，我们坚持了下来，并在第二天进行了一整天的步操训练。步伐整齐、队形划一，我们穿过大街小巷，掀起了一片热烈的气氛，引得众人侧目。

第三段：收获与启示

在这四天的训练中，我很受益。除了锻炼了身体，我更是从中明白了纪律和规矩的重要性。在军训中，规则是铁一样的存在，任何人都不能随心所欲，要严格按照规定时间和程序进行训练和活动。这让我深刻体会到团队合作的力量，人人都有自己的任务，只有做好自己的工作，才能让整个集体文明有序地运行。同时，我也体会到了耐心和恒心在训练过程

中的重要性，即使遇到困难和挫折，也要保持乐观的心态和必胜的信念。

第四段：社交与沟通

在军训中，我也结识了很多新朋友，和他们之间的交流让我感到十分愉快。虽然我们来自不同的城市，不同的专业，但是在共同的训练和目标下，我们互相支持，互相帮助，为了共同的成长和进步而努力。通过这段时间的交流，我认为自己的沟通能力也得到了一定的提升，在以后的人际关系中也更加自信和从容。

第五段：结尾

四天的军训让我受益匪浅，从锻炼身体到培养性格和精神，都是一笔宝贵的财富。在未来的日子，我会继续坚持训练，不断提高自己的能力和素质，让自己更好地适应未来的学习和生活。感谢这四天的军训，让我收获自信、友爱、刻苦、坚韧的品质，这将是我不前进的精神动力。

开学的四天军训心得体会篇二

在x月份的x日至x日，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浹背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我

们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。

开学的四天军训心得体会篇三

开学的四天军训涵盖了许多不同的主题，涉及到了队列、训练、基础知识以及生存技能等方方面面。我们每天接受了严格的批判和指导，以更好地掌握军事知识和技能。在这四天的军训中，我学到了很多关于军事管理的基础知识，也体验了自己新的技能在实战中如何运用。以下是我在军训期间的心得体会。

第一段：学习队列和训练的重要性

在这四天的军训中，最让我难忘的便是队列和训练。队列的

整齐，军姿的标准化和服从命令都是非常宝贵的技能，是一个好士兵必须掌握的基本技能。我们花费大量的时间进行队列和军姿训练，需要不懈的坚持和练习。尽管过程艰苦，但是我意识到，纵观整个军事史，行军队列的重要性不言而喻，精通此技能是必要的。因此，在整个军训期间，我不断地练习队列，增强了自己的自律性和耐力。

第二段：加强自我意识和素质

在这四天的军训中，我学会了如何加强自己的自我意识和素质，这些训练对我来说非常重要。在学习格斗技巧时，我理解到，除了技巧，情绪和耐心也是荣获胜利的基础。训练不仅仅考虑到个人的技巧，也要考虑到个人的心理素质。我了解到练习技巧对于维持军人严谨的生活方式有所帮助。我们不只是学习如何站立和交通规则，还学会了如何和人交往、如何成为一个好队员。整个军训期间，我学会了团队意识，学会了如何成为一个更效率的队员，也学会了如何相处并和人建立积极的关系。

第三段：学习基本的战术和技能

军训期间，我们学习了一些基本的战术和技能，例如如何掌握武器和如何扣动扳机，这些都是一个好士兵的基本要素。不过，相对于这些吸引人的组成部分，我认为强调安全和建立理性思想更为重要。个人的安全在训练中首当其冲。除此之外，有时候，判断一个恐怖事件或者危机的严重程度，需要考虑方方面面的因素。因此，面对各种各样的情况，我们需要学习如何冷静和如何快速做出决策。在这个阶段，我们需要努力提高我们的灵活性和自信心，同时学会自己的情绪和保护自己的安全。

第四段：学习团队协作的重要性

在这个多样化的世界，我们需要学会协调和相互合作。在军

训期间，团队合作是一个非常重要的主题。我们接受了团队建设和沟通方面的训练，提高了沟通技巧和合作能力，并开展各种团队合作项目，使我们的协作能力得到了提高。我想强调的是，在这四天的军训中，我发现了一些重要的课程，例如如何理解一个人的习惯以及如何合理地展示自己的观点。这些技能对于完善伍众合作关系非常重要，使我们更高效地完成任务。

第五段：对未来的思考和建议

在整个训练期间，我不仅仅是生活在当下，还思考了自己的未来。在我准备军训期间，我开始考虑加入志愿军的想法，以帮助我更好地为国家服务。这个想法在训练中更强烈地萌芽了。这次军训给了我一个让我思考的机会，让我了解了未来的若干方向，也让我强化了自己对志愿军的信仰。此外，我认为，尽管我很珍惜这段军训，但是训练时常长而累人，同时，一些困难可能会让一些学生感到困惑和压力。因此，我建议为需要帮助的学生提供额外帮助，或加强引导，让他们更好地参与到这个过程中，提高团队精神和凝聚力。

结语

通过这四天的军训，我获得了极大的收获，学到了很多关于军事管理和团队协作的技能。训练的过程是艰苦的，但对个人发展是非常有意义的。这次军训让我意识到了团队合作和自我实现的重要性。现在，我期待未来的挑战，迎接更多的成长机会并尽自己的力量为国家做贡献。

开学的四天军训心得体会篇四

当标着横幅的旗子在空中飘起的时分，当教官的哨声在耳边响起的时分，严峻而又严厉的军训开端了。

军训是大学日子的起点，对咱们这些刚踏入大学殿堂的莘莘

学子来说，也是一个新日子的应战。

今日是军训的榜首天，也是大学日子的榜首天。放过长假的咱们从享用中迈向严峻的军训，从丰厚充分的假日日子走向另一种多姿多彩的兵营日子，总归军训日子中有苦也有甜。并且，军训日子的确很苦也很累。

严厉的教官站在部队周围，严厉地辅导着每个学生，如同要协助咱们打造一个全新的自我。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些根本动作要咱们重复地做着。这些动作往常看起来十分简略的而现在做起来却没那简略了。

来到__碑，咱们就算真实的开端军训了！教官先让咱们排成四列，收拾部队后，又和咱们说了一系列的规则和要求。尽管从前也参加过军训，不过我觉得那些教官没这些要求的，现在这教官有自己的规则，咱们当然要遵守！他一次没说清楚，声响又不怎样高，并且方言音超严峻，所以就让他讲了好几次，真是有点尴尬他了。然后，就开端了最根本的操练，一些从前都操练过的项目，像是：立正、稍息、向左、右、后转，操练的时分咱们经常会失笑，让教官寻到说咱们的理由。

开端在__碑的时分，还没有阳光照到，后来有太阳来了咱们就转到了另一个阴凉阵地，在通道上，咱们又进行了一段操练。

一天的军训日子下来使咱们对大学日子有了新的知道，并且让咱们的身心也得到了练习。

尽管咱们都来自四面八方，可是咱们却有着一同的愿望。咱们信任，不管今后的军训日子有多苦，咱们都会刚强地一同走过！携手共进，一同度过咱们的军训日子！

开学的四天军训心得体会篇五

开学军训是每个学生生活中难得的经历，这不仅仅是一次体能锻炼，更是一种意志的磨砺。在接下来的四天中，我收获了很多，不仅锻炼了身体，也增强了自己的自信心和毅力，同时也让我更加了解自己。

第二段：身体的锻炼

这四天的军训课程安排非常紧密，每天涵盖了晨跑、体能训练、军体拳、参观军营、礼仪规范等多个方面。这些课程虽然很累，但是却能让我们很快进入状态，并且挑战自己的极限。这里的体育教练不仅帮助我们掌握基本的军体拳和训练技巧，而且还耐心指导我们运动的技巧和注意事项，帮助我们更好的锻炼身体，打造健康的体魄。

第三段：个人成长

在军训中，大家都处于同一个环境下，共同训练，体现了集体的整体力量，但同时也对每一个人的个人素质提出了高要求。这里没有谁的成绩是可以轻松获得的，只有全体人员平均成绩达到每个能力指标，则是合格的。四天之后，我深刻感受到了“人非生而知之”的道理，一个人的成长不是一蹴而就的，需要不断努力和坚持。只有坚持不懈地去克服自己的弱点，才能取得更好的成绩。坚定的意志和毅力是我们今后学习和生活中必须具备的品质。

第四段：分享成果

每天训练过后，我们都会小组汇报自己所学所得。经过这样的小组分享，我发现很多同学都能把握住训练的重点，理解了训练的目的，在省时和效果上都得到了很大的进步。在分享过程中，同学们彼此之间的互相鼓励和指导，让我感受到了集体的力量和团队合作的重要性。通过分享，我们可以相

互学习，确保每个人都掌握了基本技能，以便更好地发展自身。

第五段：总结

回顾这四天的军训，我很高兴能够获得这样一个难得的机会。无论是锻炼身体，还是个人成长，我都有很深刻的体会。坚韧不屈、积极向上的态度的确能够带来收获，我希望今后在学习和生活中，都能够不懈的努力，迎接更多挑战，实现自己的人生价值。在本次军训后，我相信我已经变得更加坚强、自信，也更加懂得了珍惜生命和时间。

开学的四天军训心得体会篇六

苦涩的咖啡，同样的味道，大家一起喝酒感觉很甜蜜，如果只有自己独自品尝苦涩，说不准会把咖啡倒掉!但对于需要这杯咖啡的人来说，苦涩只是表面而以…… 15天的军训生活已为大学的军训画下了圆满的句号。这15天来有艰辛，有苦恼，有汗水，甚至有泪水，有抱怨也有不满，但我觉得更多的却是成长与历练!我感谢能有这样的机会锻炼我自己，我要让我变的更成熟，更坚强!

人们都喜欢享受，但殊不知有些苦是上天给予我们的机会，在汇报表演结束的那一刻，在教官排着整齐队伍离开我们的那一刹那，我才明白我苦了但却收获到了人生中最值得珍藏的美好回忆，我才明白原来缘分真的能够让两个陌生的人成为朋友。

老师让写军训感言，其实心里乱乱的，不是不会写而是有很多感触却不知道该如何谈起，那一张张欢笑的脸庞，那一个个严厉的眼神，那一句句鼓励的话语……那一切的一切就像电影情节一般在脑海中回放，每每路过操场都觉得好怀念我们一起训练的日子。

还记得第一天见教官时感觉好严厉，因为我们每排都是由多个学院组成的，所以都在那聊的不亦乐乎，教官也成了我们闲聊的话题，是啊，其实这也是一种缘分，我们有缘相遇，我相信在之后的日子里我们也会配合的很好。在那翠绿的草坪上，我们一个个身着迷彩服，伴随着教官们一声声响亮的口号声，操场上一排排方队整齐的站着，或许是因为第一天我们都感到很新奇，我们一个个精神抖擞，洋溢着青春的朝气。我站在那里，置身于这一片军绿色海洋中，体验着这青春的朝气与蓬勃。

每天，站军姿成为了一件必不可少的事，站在那里必须纹丝不动，即使有虫子飞到身上也必须站着。“腿挺直，两肩往后张，小腹微收，抬头……”教官的指导直到现在还在我耳边萦绕，站在那翠绿的草坪上，清风拂过我的脸颊，送来小草清新的气息，那一块块整齐的方队像一群准备气壮待发的士兵，他们眼神中充满了坚强，主席台上的军训旗帜迎风飘扬，一个个嘹亮的口号声在翠绿的操场上回荡……尽管有时艳阳高照，有时狂风暴雨，但同学们还坚持着，因为我们懂：年轻，值得我们更多的付出！

在练习齐步走，正步走的那几天几乎每天同学都因为开始不适应而腿疼，而且我们宿舍离操场很远，每次去操场都要爬很高的台阶，这不免让我们觉得更累更苦！但我们都没有抱怨，让我觉得很幸福的是每晚收操回宿舍时同学们都唱着刚刚学习的红歌，唱着歌，我们一起回宿舍，那些累，那些疼痛似乎都烟消云散了。更让我们感动的是，每次收操时教官领导都会鼓励我们坚持，还告诉我们这只是刚开始不适应，慢慢会好的，而且回去要泡泡脚……渐渐地，我们对于军训不再有厌倦，我们对教官也不再害怕，因为我们学会了享受苦中的甜，我们学会了一起团结一起努力。还记得休息时，我们便会一起唱红歌，拉歌，欢声笑语，嘹亮的军歌随着旗帜在空中回荡，那一刻我感觉到了幸福，感觉到了骄傲与自豪！

每晚九点才会收操，其实我挺喜欢晚上训练的，明亮的灯光

照着我们这群青春的“迷彩服”，响亮的口号声伴随着我们整齐的脚步声，我们张显出了青春的朝气，那一张张洋溢着笑容的脸庞似乎在告诉大家，我们是一名大学生了！我们期待成长！我们会更加坚强！我们一定行！一天的训练其实我们都很累，但回到宿舍想到这样充实的一天，我们感到很满足，很享受！

其实军训期间也发生了件让我不会忘记的事，本来我们营就选择了两个排参加汇报表演，我们排没被选上，心里挺失落的，因为我想参加汇报表演，我想让我的军训生活更有意义。有次别的教官去我们排挑选表现比较好的同学，我有幸被选上了，因为全宿舍就我一个，所以自然心里没有太多的兴奋，有次教官又去挑选时同学们却因为不想去接受更严厉的训练而故意踢不好，我很不理解她们的做法，可能是因为不舍？这也让我想到，我们应该去追求自己想要的东西，我们应该学会适当的放弃！虽然在那段时间真的很累，但我很满足，我争取到了我想要的东西。

而在这军训最后，使我印象最深的就是回报表演那天，所以首长校领导在主席台就坐，操场看台上坐满了观看人员，当音乐响起的时，一个个整齐的队列昂首挺胸地走过主席台，那一刻我感受到了成功的喜悦！我们努力了！我们做到了最好！

军训虽然辛苦，却让我学会了坚强！更让我学会了坚持！也让我真正认识到了我是名大学生了，或许军训的苦和累在今后的生活学习中会不值一提，但我想军训会让我更好的认识到了什么叫苦中有甜，什么叫雨后会有彩虹。感谢军训给我带来的所有，我相信我们都以长大，我相信我们都会很好的面对生活中的种种。军训带来的不仅是让我们身体更加强健也让我们意志更加自信！我们年轻，我们是青春的朝阳，我们更应该自信的面对一切！而且在这些天的军训生活中，我深深地体会到了军人的独特面貌，军人的严以律己，军人的无私奉献，军人的保家卫国，军人的一切一切……也让我了解到服从命令是天职！我们应该向军人学习，学习他们不怕苦，不怕

累，不怕高阳，不怕暴雨，心里想着自己的目标，一直坚持着，因为只有坚持到最后才会胜利，再大的困难也不能倒下，让我们试着以军人的纪律来严格要求自己，做到愿吃苦，敢吃苦，能吃苦！让我们这群大一的新生变得更加坚强！

大学军训心得4

开学的四天军训心得体会篇七

光阴似箭，岁月如梭，这是每一个对时光感叹者惯用的开场白，我亦如此。为期四天的军训，在比赛的欢呼、激动中拉下了帷幕。

仰望天空，回想起军训的点点滴滴，有泪水，有辛勤，甚至我还做了一次逃兵，但我庆幸的是，到最后，我坚持了下来，没有被困难所挫倒。

“稍息，立正……”一声声掷地有声的军令，随着我们一步步的姿势，显得庄严肃穆，只准严肃，容不得半点吊儿郎当。顶着炎炎烈日，我坚持着，大家坚持着，教官亦坚持着，就连只是看着我们的班主任，她也坚持着。

素不相识的我们来自四面八方，彼此之间却没有隔阂，也许建立友谊非常容易。四天的军训，让我学会了独立，以往在家衣来伸手饭来张口早已不复存在，而那独立的新生活已经来临，学会了自己料理自己，学会了不让父母担心。

四天的酸甜苦辣，我都尝到了。第一天，我感到酸酸的，父母离开了我，我接受着成长的洗礼，父母离开了我，自然换做谁，第一次总是充满惆怅。接下来的几天，顶着烈日，可真是苦透了。第六天，转眼就到了比赛的前夕，我们更是勤奋，以至于忘记了休息。

左等右等等到了比赛，我们虽然没拿到一个好的名次，但我们至少尽力了，我们尝到了甜的滋味。

这一次军训，我体会到了许许多多，甚至学到了做人的道理。

望着天空，画出一个完美的弧度，初中，我来了。

开学的四天军训心得体会篇八

14天的军训如此漫长，而现在却结束了，却对结束军训过得日子有些不习惯，却对教官有着不舍之情。

“大学的军训和中学的不一样，大学的军训会更加的严格、会很累。”当这一切发生了之后，好像并没有那么苦、那么累。

14天后你想达到的一个目标或者想做的一件事仅自己可见的朋友圈，14天之后自己再打开看看达到了没有。我给自己发的一条朋友圈是：评优。在军训14天里，苦是必不可少的。有烈日照晒过、有小雨透湿过、有隐隐作痛过。心里总有时候会找些原因给自己“是不是可以打报告休息了，不能坚持了。”可是每当想起自己的目标时，自己却又暗自内心地坚持下来，直到最后让自己明白，原来自己真的可以坚持下来。14天，带着这份坚持一直走下去；14天之后我被评为军训积极分子，达成了自己的目标。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志”。

“集体荣誉感”。在军训前半段时间里，我只是排在方阵里的第三排第二个，对于走正步、齐步标齐，我只需要对准我右手边的同学就可以了。后来，被调到了第一排排头的位置。被调后第一次走分列式，感觉像没有学过一样，不知道该怎么走，不知道以谁为做标准。在后面的训练里，由于没有达到团队里面同学的标准，每次被他们说。那时候我真的很委屈、很想哭，“做好了这个，却另外的又不满意。为什么你

不来试一试当一下我的位置呢？”休息的时候我真的很难受，没有和他们一起闲聊逗乐。那一刻，我觉得与团体相处真的太难了。可是我又想了一个问题：为什么教官让我到这个位置呢？我想应该是有他自己的原因。慢慢地，我学会这样告诉自己：想想自己哪里做得不够好，做好自己。到了后来，团队之间能够互相调整节奏，总结每次训练节奏，渐渐地有些好转。其实在一个团体中，不能因为你个人的原因去影响集体。在团体中，我们更应该互帮互助，共同进步。

“让自己在未来成为自己人生中的教官。”对逝去的说再见，但不会忘记，坚持自我信念，勇往直前！感谢军训这一课，感谢所有的教官！

“团结”两个字有了深刻的理解。为了一个整齐划一的目标大家只有听从指挥，齐心协力，团结一致，才能充分发挥集体优势，否则，所有的努力和汗水都会付诸东流的。

——这几天的汗水没白流！