

# 2023年军训心得体会(模板11篇)

读书心得可以帮助读者更深入地理解书中的主题和观点，加深对作者意图的理解。小编为大家收集了一些实习心得的例文，希望对大家的实习总结起到启发和指导的作用。

## 军训心得体会篇一

五年级在校军训是一个重要的学习过程，这段时间里我们学到了很多的东西，包括纪律和团结精神等。这是一个让我们成长和发展自己的过程，让我们变得更好的机会。

### 第二段：学到的知识

在这段时间里，我们学习了很多知识和技能，包括军事礼仪、手枪械的使用、防空警报等。这些知识的学习让我们更加了解军事文化和纪律，也让我们更加认识到自己的责任和义务，懂得了如何保护自己和国家的安全。

### 第三段：培养的品质

通过参加军训，我们培养了许多好的品质，包括团结、纪律、坚韧、自律等。这些品质对我们未来的成长和发展有着深远的影响，让我们更加自信和勇敢地面对困难和挑战。

### 第四段：交流和合作

在军训中，我们与同学之间的交流和合作也更加密切。我们在相互协作的过程中，学会了如何尊重对方、理解对方和支持对方，这不仅是在军训中有价值的经验，更是在日后工作和生活中的重要品质。

### 第五段：总结

总的来说，五年级在校军训是一次很有价值的经历。这段时间里，我们不仅学到了知识和技能，更重要的是培养了好的品质和特质，这些对我们未来的成长和发展有着深远的影响。希望我们都能把军训中学到的经验和理念内化为自己的价值观，成为更好的自己。

## 军训心得体会篇二

我从小就佩服敬畏军人，喜欢他们穿上军装时的那副威武劲儿。我从前从未军训过，也不了解军人，认为军训是件很好玩，很轻松的事，所以一直很向往军训。

然而几天的军训下来，我发现我以前的想法错了：原来军训并不像我想像的那样简单，那么轻松。它是需要吃苦，需要受累，需要流汗甚至需要流汗的。愉快只是贯穿其中的点缀而已。原来军训也不是单纯训练我们的吃苦精神。它让我们学会军若的使命与尊严，纪律的庄严与神圣，它更是挫败了我们青年的傲气，叛逆，娇性，磨砺意志，造就更为顽强的人生性格，也为我们自认为不可一世，自命不凡的青年一代磨平了许多阻碍人生之路顺利前行的棱角。

军训的第一天，我因为身高优势顺理成章的成为了“排头兵”，这是何等荣耀的事啊！再加上一些军队里惯有的游戏，歌之类的，我心中笑了一整天，觉得军训真不错！第二天，由于队列错误，我“排头兵”的位置被换了。这犹如晴天霹雳，当时我的心情像遭遇了春寒的春苗，要多蔫有多蔫，顿时一股反叛心里油然而生，然而经过复杂的斗争，“正义”战胜了“邪恶”。我决定端正态度，严格要求自己。让自己做得更好，让“贬”我的教官后悔。可事与愿违接下来的几天我几乎成了教官关注的“常客”，要知道这是一件很不光彩的事，甚至是一种耻辱。我不想成为排里的累赘，也不想连累同学，更不想让教官失望。可我尽心尽力了，但齐步走还是走不齐。我希望我的班级，我的学院都是学校最好的，更不愿因我而使其蒙受“损失”。但我除了努力外，还能干

什么呢？我相信功夫不负有心人，功到自然成，相信只要努力义气都会好的！

虽然第一次军训就受了挫折，遭到了打击，但如果军训可以选择，我仍会毫不犹豫的选择军训。他让我学会了好多，成长了好多。我相信军训这段经历会是人生长河中最刻骨铭心的记忆，它会伴随和鞭策我以后的人生，并使我受益终身的！

## 军训心得体会篇三

五年级的军训已经结束了，这是我在学校度过的第一个军训。军训让我感受到了许多，学会了许多东西。在这个主题下，我将分享我在五年级校内军训中的心得和体会。

### 第二段：个人能力的提高

军训的过程中，我们接受了各个方面的训练，其中包括步态、站姿、开合跑和长跑等。在这个过程中，我学到了如何调整自己的动作，保持正确的姿势，并提高了自己的体能水平。通过这个过程，我收获到了许多，身体的体质上，使我变得更为健康和有活力，心理上，则让我更加自信。

### 第三段：感悟团结合作的力量

在军训的过程中，我体验到团结合作的力量。在迎接挑战和完成任务的过程中，我和同伴们相互鼓励和帮助，我们同舟共济、齐心协力完成了训练。团队合作的过程让我了解到一个显而易见的真理-团队合作和默契可以达到超乎个人能力所及的成果。

### 第四段：珍惜学习的机会

军训的过程中，我深深的意识到，学校为我们提供了一个难得的学习机会。这个机会可以让我们锻炼身体，也可以让我

们更好地了解如何维护国家和家庭的安全。所以，学会珍惜学习机会是很重要的，这将会对我们日后的成长有着不可忽视的影响。

## 第五段：结尾

五年级的校内军训给我带来了真正的收获，让我更加清晰地认识到做一个有力量 and 责任感的人的重要性。通过这个过程，我感受到一种强烈的自我价值感和价值追求，知道了如何尊重他人、团队合作、自我成长。在未来的成长过程，我一定会将这种精神和态度贯穿到自己的学习和生活中。

## 军训心得体会篇四

“劳动最光荣，训练最伟大。”五年级在校军训已经结束了，这十天的军训生活让我们感受到了军人的艰辛和顽强，也让我们从中汲取到了很多的经验和体会。

### 第二段：体力训练

军训的第一天，我们就开始了体能训练。每天早上都是十公里的跑步，晚上则是各种体能训练。刚开始的时候，我们都很兴奋，觉得跑步是很好玩的事情。但是跑了两天后，我们的腿开始疼痛，有的同学还会有呼吸急促的感觉。但是在军教官的指导下，我们坚持下来了，身体也变得越来越健康了。

### 第三段：纪律训练

纪律是军队训练最重要的一部分。在军训的时候，我们学习了如何做到按时起床、卫生打扫、整齐排队、井然有序地进行训练。训练过程中，我们深深体会到，纪律的执行不仅仅是为了完成任务和达到目标，更是执行自己对自己的约束，让我们能够更好地控制自己。

## 第四段：团队训练

在军训的过程中，我们不仅培养了纪律性，还培养了团队合作意识。每个人都有任务分工，任何一个人的失误都会影响到整个团队的成效。团队训练，大家都会变得更团结、更有信心。我们的感受是，有团队才有力量，有力量才能让我们克服任何困难。

## 第五段：心得体会

十天的军训生活，让我们收获颇丰。首先，每个人都比原来更坚韧耐力。其次，我们在纪律、团队协作方面都有了显著的提升；最后，我们也体会到军人的精神，在我们未来的生活里也能好好运用。如果说体能训练让我们身体变得更加健康，那么纪律、团队训练就让我们思想更加坚定和明确。这个军训让我们受益良多，我们要将所学内容贯穿到未来的学习和生活中去。

## 军训心得体会篇五

军训很累。每个人面对枯燥并且劳累的训练，心中总有太多的厌烦与痛苦，但是，我们明白：坚持就是胜利！每个人都知道：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……”每个人都清楚：“古之成大事者，不惟有超世之才，亦有坚韧不拔之志。”只有“长风破浪会有时”，才能“直挂云帆济沧海”啊！

军训苦吗？答案是肯定的。没有苦中苦，哪来甜中甜？正是由于此，从古至今，才会有那么多的文人骚客，给我们留下了“风雨后见彩虹”的感受。军训虽苦，却受益无穷。在纹丝不动的站立军姿时，我们学会了坚持与毅力；在不断纠正自己错误动作的过程中，我们学会了刻苦钻研；军训训练中，我们领会了严于律己，遵守纪律……军训是无声的老师，它培育了我们优良的品格，塑造了我们不屈的精神，摒弃了懒散

的惰性，摆脱了无聊的幻想。咬紧牙关，奋力坚持，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我懂得了从客观的角度正视生活。

一周艰苦的训练，让我们焕然一新，皮肤虽然晒得很黑，但内心变得阳光起来。身体虽然酸痛，可意志变得坚定无比。可以说，经过了这为期一周的军训，我们都多了一份成熟，少了一份依赖。这是一个收获的季节，我们笑了，带着那丰硕的果实满载而归。这是一个美丽的插曲，我们笑了，带着优美的主旋律，踏入精彩的人生之旅，寻找一个完美的休止符。

从内心深处感觉到：“军训，真好！”

## 军训心得体会篇六

军训是每个学生成长中必经的一道关卡，五年级的我也经历了这一过程。这次军训让我收获颇丰，我学到了许多知识和技能，同时也懂得了团结合作的重要性和坚忍不拔的意义。

在军训的第一天，我们被老师们严肃地点名、分组。这时的心情有点紧张，因为我们并不知道接下来会发生什么。然而，很快我们就看到了军训指导员的到来。他们身穿制服，铿锵有力的口号声在整个操场上回荡。在他们的指导下，我们熟练地学习了站军姿、立正敬礼、行军等基本动作。虽然很累，但我们用坚定的态度去面对困难，对于指导员的耐心指导我们心存感激。

军训过程中最令我记忆深刻的是团队合作。在军地里，我们需要配合完成各项任务。一次，我们接受了突击战训练，我们分为两组，争分夺秒地跑向目标。我和我的战友们相互鼓励，互帮互助，最终我们成功完成了任务。通过这次训练，我深刻体会到了团队的力量。没有一个人可以独自完成所有的任务，只有团队合作才能取得胜利。这让我意识到，无论

面对多么艰难的事情，只要团结合作，就一定能够克服困难，取得胜利。

在军训的过程中，我体会到了坚忍不拔的重要性。有一次，我们进行了一次长跑训练，天气很炎热，大家都感到很疲惫。但是，我们不能退缩，必须坚持到底。我使劲咬着牙关，默默地告诉自己：“只要努力坚持，就一定能够抵达终点。”最终，坚持下来的同学们都收获了属于自己的成就感，这让我明白了坚持到底的重要性。在人生中，我们会遇到各种困难和挫折，但只要坚持不懈，就一定能够取得成功。

通过这次军训，我还懂得了遵守纪律的重要性。在一次队列训练中，有个同学不能按照要求站好，结果被教官罚跑。这让我明白了纪律的重要性，只有遵守纪律才能保证我们的训练有序进行。于是在接下来的训练中，我更加注重纪律，严格要求自己。只有这样，我们才能把军训进行得更加规范。

通过这次军训，我不仅学到了许多军事知识和技能，更懂得了团结合作的重要性和坚忍不拔的意义。我明白了只有坚韧不拔的毅力才能战胜各种困难，只有大家团结一致才能取得更好的成绩。这次军训让我羡慕军人的坚韧和责任感，也让我更加珍惜平日里的学习生活。

在军训的最后一天，我们举行了一次隆重的军事操演。当操场上传来鼓乐声、口号声时，我们的心中充满了自豪。我记得当时阳光灿烂，我们整齐划一的步伐在阳光下闪闪发光，我们用自己的行动向老师们展示了作为一个军人的风采。

通过这次军训，我更加明白了一个人应该怎样度过每一天。无论是训练还是生活，都需要我们全力以赴，用坚持不懈的努力去实现目标。我相信这次军训的经历会成为我人生道路上一座重要的里程碑，让我更加坚定自己的目标，为未来的成长奠定坚实的基础。

## 军训心得体会篇七

在这一次的军训活动中，我懂得了很多真谛！

这一次学校举行了五、六年级的军训活动。

军训一共花了两天半的时间，在那几天里非常苦，每天晚睡早起，每天吃饭前都要唱一首歌或诗，才能吃饭，如果没唱好还要重唱一遍。

除此之外，每天还要站在太阳公公底下，并且一动也不能动，如果像饶痒，还要举手大声招呼才行，那里的教练也十分严格生怕我们在这里什么也学不到，早上起床时还要把自己盖的被子叠好，所有的事情都要自己做，没有理由或者借口。

训练就更苦，每天站在操场，还要学那里的广播体操，只要做不好，就要重做一次。

这些虽然很苦，但我也挺过来了。因为人都要有吃苦耐劳的精神，越是吃苦，你就越是有奋斗的精神，更会好好学习。在那里每天是要站在太阳下，虽然热，但我学会了怎样站军姿，在那里每天吃饭前都要唱一首节约粮食的歌或诗；虽然苦，但我学会了节约粮食；在那里每天都要做操，虽然又热又苦，但握学会了怎样把操做的更好更漂亮……这所有都证明了这句话：吃的苦中苦，方为人上人。做了这些，我也终于明白了这句话的含义——吃了非常多的苦，才能获得成功或者使你更上一层楼了；这所有的‘苦，都为你后辈子做了铺垫，就是人们常说的先苦后甜。

在这一次的军训活动中，我懂得了很多真谛！

## 军训心得体会篇八

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，



相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许大家在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜！

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数几十人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势；一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果！原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊！

简单的见面仪式让我们相识，而在训练时的言传身教中，彼此间又迅速建立起良好的友谊，慢慢便形成了默契。军训期间的军事化管理，让我们过着军人的生活，渐渐习惯着军人的起居，训练中的苦累病痛，我们学会了在谈笑风生中咬咬牙咽下，顺颊而下的汗与泪，我们学会了用坚毅的脸庞去承载去面对。凛冽的寒风裹挟着雨滴而来，教官们依然身着一套笔挺却单薄的军衣，为我们示范表演，每个军训归来的傍晚，他们总会亲自陪伴同学们迈着齐步直至寝室楼下，讲评完毕，整整军帽，锐利的眼神瞬间无踪，取而代之的，是温存如水的目光，道一句：天气凉了，注意保暖。有些羞涩，却不表露，他们的眼睛被低垂的帽檐遮住，没有发现我们疲惫蒙尘的脸上，最真挚诚恳的感激！

时光荏苒，弹指即逝，军训的时限即将到来，我们能够真正作为半个军人站立在这片土地上的时间不多了，也许我们人生短暂数十载，没机会经历血火梦魇，瀚海黄沙的，但是，教官们身正心纯，勇者无畏的教导必将永远铭记于心！

## 军训心得体会篇九

近期，我所在的学校进行了一次难得的五年级军训活动。在为期一个月的时间里，我们经历了各种严苛的军事训练，学到了很多本领。通过这次军训，我深刻地体会到了军训对我们的意义和价值，收获了很多宝贵的经验。以下是我对这次军训的心得和体会。

首先，军训让我明白了团结的重要性。在军训期间，每个人都需要团结合作。无论是个人锻炼还是集体训练，都需要大家默契地配合，互相支持。在一次次的操场跑步和军事动作中，我和同学们都要互相鼓励，互相帮助。只有团结一心，我们才能更好地完成任务，取得更好的成绩。

其次，军训不仅是一种锻炼身体的方式，更是一种培养坚持和毅力的机会。在军训中，我们经常需要做一些繁重的运动和训练，如晨跑、俯卧撑等。初期的时候，我感到非常吃力，甚至有些不愿意去坚持下去。但是，经过几次训练后，我发现身体越来越有力，体力也有了显著提升。这让我明白了只有坚持不懈，才能获得积极的成果。

另外，军训也让我懂得了遵守纪律和规则的重要性。在军事训练中，我们需要严格遵守训练计划和教练的指令。而且，我们必须时刻保持整齐划一的队列和统一的动作。这需要我们提高自己的纪律性和集体荣誉感，履行自己应尽的义务和责任。只有遵守纪律和规则，我们才能培养良好的思想品质和健康的行为习惯。

最后，军训让我明白了勇敢和自信的重要性。在军事训练中，

我们会遇到很多挑战和困难，如高空攀爬、障碍跨越等。刚开始时，我觉得有点害怕和不安。但是，在教官的激励和同学们的鼓励下，我渐渐地克服了内心的恐惧，勇敢地完成了各项训练。这让我明白了只有克服困难，敢于面对挑战，我们才能变得更加坚强和自信。

通过这次五年级军训，我不仅体验到了军事训练的严苛与辛苦，更学到了珍贵的人生经验和价值观。团结、坚持、遵守纪律和勇敢自信是军训给予我们的最大的财富。这次军训让我有了更深刻的认识，懂得了人生需要面对困难和挑战，需要有团队合作和纪律约束。我相信，在今后的学习和生活中，这些宝贵的经验将会对我产生深远的影响，并帮助我成长为一个优秀的人。

## 军训心得体会篇十

今天是我们来到军校的第二天，我学到了许多在军学校里常规的动作，还进行了有趣的障碍跑活动，下面，我就来说一说吧！

我们吃完早饭，教官把我们叫到礼堂里，教我们一些在军学校里常规的动作，有“稍息、立正”，“跨立、立正”，“停止间转法”，“敬礼、礼毕”，“蹲下、起立”，“起步走”等。我们起先练习的时候很容易做错动作，而且动作很慢。到后来我们练得多了，才稍微好了一些，让教官满意了一些。

在休息了二十分钟后，我们继续开展下一个活动——障碍跑。障碍跑的第一关是一个坑，要跳下去，再爬上来，十分简单。第二关是一道高两米的墙，要翻越过去，我在翻越的时候不小心摔了下去，幸好教官眼疾手快，把我扶住，我才没跌倒。第三关是要过一个平衡木，再从高处跳下来，我勉强成功了。第四关是要从一道模拟电网下爬过去，不能碰到网，否则就算电死，所以我小心翼翼爬过去，但还是碰到了“电网”，

好险啊，幸好不是真电网！

吃完午饭后，教官让我们继续练习常用动作。我们动作稍有不整齐，或者做个小动作，教官就会批评我们。我们练了大概二十五遍才稍微比上午好了一些。练完后，由于长时间站军姿，所以我们觉得腰酸背痛，显得特别疲劳。但是，从中我深深地明白了一个道理：一件事，只要努力一定会做得更好；一个人，只要奋斗一定会进步的！

晚上，在就寝之前，我心想：今天真是充实又有趣的一天呀！让我在梦乡中期待更美好的一天吧！

## 军训心得体会篇十一

五年级的暑假里，我们参加了学校安排的军训活动。这是一次独特的经历，也是我们成长的一次机会。刚开始，我对军训感到忐忑不安，毕竟这是我们第一次接触这样严肃的军事训练。然而，当我走进军训大门后，一种激动和紧张的情绪涌上心头，我知道我将迎接新的挑战了。

### 第二段：严格的训练

军训中的每一天都充满了严格训练的氛围。我们必须按时起床，整理好寝室，并在规定的时间内完成各项任务。早晨，我们要进行晨跑和拉伸训练，以锻炼我们的身体素质和耐力。接着，我们开始进行军事操练和队列训练。教官教我们如何站得笔直，行走有力，这需要我们时刻保持专注和坚持。这种训练方式虽然辛苦，但也让我们学会了严格的纪律和坚持不懈的精神。

### 第三段：团结互助的重要性

在军训的过程中，我意识到团结互助的重要性。每天操场上一片红红的训练服，我们在阳光下流下满脸的汗水，但同时

也互相鼓励和支持。当组织体操时，有的同学掌握得不熟练，其他同学会主动帮助他们练习，直到他们能够和其他同学保持一致。这种团结互助的精神让我感到温暖和感动。

#### 第四段：培养坚强的毅力

军训的过程中，我体会到了坚强的毅力。尤其是在训练的高强度时段，当我感到筋疲力尽的时候，内心里会有一个声音告诉我要坚持下去。与此同时，教官们也告诉我们，只有突破自己的极限才能有所提高。于是，我下定决心要克服困难，超越自我。通过这次军训，我意识到在学习和生活中遇到困难时，只要拥有坚强的毅力，就一定能够战胜困难，取得成功。

#### 第五段：收获与感悟

通过五年级的五百字军训，我不仅学到了许多有关军事的知识和技能，更重要的是锻炼了自己的意志品质和团队合作能力。我学会了坚持不懈，不怕困难，不怕挫折。我还明白了一个团队的力量是无穷的，只有团结合作，才能克服一切困难。这次军训对我来说是一次宝贵的经历，我会一直怀念在军训中所度过的日子。

#### 总结：

五年级的军训是我成长道路上重要的一部分。通过严格的训练，我不仅增强了体魄和意志，还培养了坚持不懈和团队合作的精神。这次军训让我明白了团队的力量和自身的潜力。我相信，这些宝贵的经验将对我未来的学习和生活产生积极的影响。