

伤兵连军训心得 军训伤兵心得体会(优秀8篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

伤兵连军训心得篇一

最近结束了大学在校期间的最后一次军训，整个过程持续了一个月左右，虽然痛苦的回忆已经逐渐淡去，但对于这段经历还是会时不时的回想起。作为一名伤兵，我在军训过程中遇到了很多挑战和困难，在痛苦中却也收获了很多。在这篇文章里，我想谈谈我对于军训伤兵的心得和体会。

第二段：遭遇挫折的初期情况

在最初的军训环节中，由于我的身体素质不佳，导致我在体能课目中难以胜任。每次步军时，我的膝盖会因为跑步时的冲击而发出刺耳的声音，而我也很难和同步跑，被落后的排拖累。这一系列的问题不仅让我遭受了种种的羞辱，还引起了教官的不满，迫使我慢慢的开始了自我怀疑和退缩。

第三段：存在的问题与突破的决心

在面对这些问题的时候，我发现自己不能一蹶不振，要学会走出困境。我开始积极寻求帮助和排除身体问题，同时也加强了锻炼和对体能训练的投入。虽然两周之内的问题并没有完美的解决，但我的付出和决心却让我在训练中获得了其他方面的优异表现，例如枪托和近距离格斗课目。这种进步让我更有信心和动力，也让我重新审视了自己的能力和态度。

第四段：突破现状和总结收获

在经历了一番艰苦的努力之后，我渐渐的发现了一些新的机会和越过困难的门槛。在训练的后期，我被教官看中成为了其他伤兵的带负责人，为团队做出了贡献。我也通过不断的努力和挑战尝试了新的课目，让更多的人认同了我。总的来说，我在军训中积极面对每个挑战和困难，也让自己得到了许多的人生启示和宝贵的经验。

第五段：结语和启示

在军训中，身体上的疼痛和苦难是难以避免的，但如果你能够在其中寻找到新的成长和价值，那身上的伤口也一定会愈合。相信自己的能力和决心，并向着更高的目标不断前进，这是我这段缅怀的主题。对于其他的伤兵和有同样困境的人来说，我希望分享我的经验和心得，也希望看到更多的人能像我一样在军训的历程中实现自我超越和提升。

伤兵连军训心得篇二

军训是我们每个人人生中的一段乐章，虽然短暂，但却是最美、最精彩的一幕。细细品味，它留给我们的是一段珍贵的回忆。

天上的太阳还隐隐约约看的见，它正在天上散发淡黄的光芒。

到学校后，我套上上衣，再穿上口袋似的裤子，系上皮带，戴好帽子。到操场上接受军训的考验。头一次军训，我们就给教官留下了深刻的印象。别人班站得整齐划一而我们班站的歪歪扭扭。太阳在雾帷背后闪烁着炽白的光芒，云散了，太阳更大了。我们叫苦连天。“早上还那么凉爽，怎么一到下午就这么热啊。”我擦了擦汗抱怨着。

报告、报告、报告、报告。“大声点”他扯着嗓门喊到“报

告，报告”我咽了一口唾沫想到“幸好我刚才擦汗时没被老师发现。

八点、九点、十点、太阳更大了栖息在树上的蝉也呻吟着，豆大的汗珠如雨落下，滴湿了两颊和后背，就连穿在身上的迷彩服也湿透了。

许多同学坚持不住，这时汪念脸色苍白，身子摇摇晃晃的。她旁边的同学告诉了教官，教官连忙走过来，扶着她到树荫下脱下她的军帽，王老师用帽子给她扇风。

过了一会儿，王老师来到太阳下，为我们打水，这一刻深深触动了我们的弦，我们心中燃这一团火这就是感动的烈火，心中的声音呼喊，让烈日来的更猛烈些吧！打完水后，我们发现王老师的背后已经湿透一片，教官让我们喝点水，这水中夹杂着深切的关怀，渴在嘴里甜在心里。

一周过去了，听说教官要走了，我们心里依依不舍，”天下无不散的宴席“。有相聚就有分离，陈教官一走，心里似乎少了一些什么。

伤兵连军训心得篇三

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”，刚经过军训的我们对这句话深信不疑。而这军训的滋味也只有当“兵”的我们才深有体味。这短短的一周军训也给我留下了许多美好的回忆痛苦并快乐着……。

军训的第一天，我们全校二十个班，一千二百多人听着老师的教导齐刷刷的站在了操场上，等待着学校为我们分配教官。期间，同学们窃窃私语着，内容大致就是对教官的一些期望。

就在我们纷纷猜想时，教官已经分配完毕。只见我们班的教官一路小跑过来，这时我才仔细地打量起来他。又高又瘦，

虽没想象中的那么帅，但也可称其为帅哥了。

就在大家交头接耳时，教官洪亮的声音响了起来：“全体立正！”洪亮的声音把大家吓了一跳。教官又说道：“我对你们有三条要求：一是服从，二是完全服从，三是绝对服从”。

服从命令是当兵的天职。这有什么难，不就一切行动听指挥嘛！

教官的声音再次响起：“立正，现在开始站军姿。抬头，挺胸，收腹，两腿挺直，两脚并拢靠齐，两脚尖分开成60度角，两肩稍向后弯曲，大拇指放在食指第二关节，中指放在身体左右两侧的裤线上，身体略微前倾。以这样的姿势站一个小时。”什么！一个点！我不禁有点感觉背后凉风直冒……在烈日下，我们一动不动地站着，汗水不断地从我们的头上滚落下来，浸湿了我们的衣服。时间在一分一秒的走，我们坚持着，这时，有的同学有些头晕了。幸好教官不那么严厉，我们只站了短短的半个小时，教官就让我们原地休息了，休息了15分钟，又接着练站立。一上午下来，同学们的身体个个像散了架子似的。

一周训练下来，同学们个个都晒黑了，有的同学脚磨出了水泡，那些看似简单的动作，因一个或几个不齐，练了一遍又一遍，更别说那些有点难度的了。于是，鼻子一酸，我们便哀声叹气地说道：我们好苦呀！但是同学们都咬着牙坚持了下来。

虽然我们在军训中有苦有累，教官也喊哑了嗓子，但从中我们也体味到很多美好的味道。教官虽严，但却总为我们着想，休息处永远是最阴凉的。“合理是锻炼，不合理的是磨炼”，在锻炼和磨炼中，也正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”般，在最后的军训会操中，我们班得了个最佳组织奖。也在最后太阳和雨的洗礼下，我们的心情也如品茶般，体味到了苦味甜来的美好。

如白驹过隙，时光荏苒，不留下什么痕迹。当某年某月的某一天，离开母校时。当我们重新回忆起军训的这段时光的时候，相信我们会珍惜这些回忆。因为这是入学时的第一幅“集体生活”的精彩画卷。这个过程中的所有泪水、汗水，所有的笑容都将成为陪伴我们成长的一份值得珍藏的画卷。

“健我体魄，强我素质，塑我人格”，我们感受到了。

“骄阳无惧，青春无悔，追求卓越，共创辉煌”，我想我们又该向着美好的明天出发了！

伤兵连军训心得篇四

军训进入了第五天，晚上将进行预演分列式，明天将进行全校的军训汇报演出。教官对大家的要求也显得比前几天严格得多，同学们都有明显的进步，但也明显比较疲劳，有些同学有些吃不消了。

不出所料，教官在一次动作训练中发现，一名叫__的女生精力不集中，而且有明显的错误。教官在短暂犹豫之后，还是让__做了二十个下蹲。__做完下蹲后，在大家面前低着头，头发遮住了脸，尽管看得出她在极力克制，但肩膀还是抖动了起来……我在心里叹了一口气，得与她进行必要的沟通了。

把__喊到操场边，她一开始就把脸别向一边不开口，好像受委屈的孩子见了家长，比开始抽泣得更厉害了。我开始怀疑自己是否不应该找她，找她是否适得其反，小题大做。但，开弓没有回头箭。

我问她：“你觉得这事儿有那么严重，值得哭吗？”

她轻轻摇头，我觉得这就好办了，咱们先大事化小。

她的眼神在这时有些发亮，也不再哭了。

……在接下来的课间休息中，__被教官和班上的同学围在中间，我看得见他们都是在安慰她、鼓励她，这个爱哭的__又哭了，不过我想那肯定是感动的泪水！

伤兵连军训心得篇五

转眼间，为期三天的军训圆满结束。在这个秋冬交替的季节，秋风抚平了我们的疲惫，细雨洗刷了我们的闪光，让本该饱受煎熬的军训有了几分快乐。以前来训练基地的时候有一种壮士不归的感觉，现在感觉回味无穷。回顾这短短的三天，认真活泼，可以用五个“一”来概括。

变化

上天会把责任丢给斯里兰卡人民。他们必须先拔掉网线，切断wifi最后才会努力。刚到训练基地的时候发现没有网络，有点崩溃。军训的第一天，自称“王艳”的教官给了我们一个下马威。早餐前的开胃菜是一连串的蹲下和站起来、俯卧撑、仰卧起坐。平时缺乏锻炼，直接就累了。我体会到了“生命是革命的本钱”的真谛，没有本钱怎么搞革命，于是我暗暗下定决心加强体育锻炼。

坚持

人们怀疑自己的能力，选择半途而废。结果，很多事情不能按预期完成。一个小时的军事姿态证明我们的能力是无限的，坚持就是胜利。军训中给我留下深刻印象的是我们的老师曹。因为车祸，他的右膝盖上还留着钢板，平时走一点路。我没想到会和我们在一起。我真的为他鼓掌！

精选部队

在为期三天的军训中，我们反复练习了立正、稍息、排队等动作。但我们做得最多的是蹲下和站起来。为什么呢？受到

惩罚。如果军事态势不一致，将实施所有处罚；任何在宿舍吸烟的人都将受到惩罚。为什么呢？因为我们是一个团队，我们是君汇国际的人，我们同甘共苦。老师通过惩罚让我们记住了这一点。虽然简单粗暴，但是直接有效。

一点也不够

为了提高教师的专业技能和综合素质，公司专门组织了一系列的培训课程，这是一个难得的机会。一些老师没有努力学习，而是用手机聊天和玩耍。我们应该抓住一切机会学习。

未来

这是我第一次参加君汇国际举办的团队活动、精彩的羽毛球比赛、演讲比赛、篮球比赛，可见君汇国际人才济济。我们团结奋进，我们慷慨激昂，我们像雄鹰一样努力飞翔，我们坚信君汇国际未来一定辉煌！

伤兵连军训心得篇六

不知不觉，一个月的军训时光已接近尾声，回忆这一个月的经历，我们的努力和汗水，都挥洒在了这片土地上，有快乐，有苦痛，也有坚持，军训的日子虽苦，但是却让我们洗涤了许多的傲慢与浮躁，让我们变得更加稳重，成熟。

军训开始，我认为每一天最苦的就是站军姿了，因为我生性好动，站地时间久了就会感觉烦躁，加上太阳的暴晒，那种身上的灼热感总是让我站立不安。但是过了一段时间，我发现我走路比以前直了，体质也有所提升。我渐渐发现，军训带给我的不是痛苦，反而是一种享受，是一种坚持，让我的内心变得更加强大，也比以前更有毅力了。

军训并不是枯燥无味的，平日里我们还有和教官一起活动，歌咏比赛，做一些小游戏，互相聊聊天，还在营长的带领下

学习了军体拳，我倍感荣幸能成为这个集体中的一份子。

军训也让我体会到了军人的感觉，但他们要远比我们更苦，更累，他们是扛着家国重任的人民子弟兵，他们值得我们学习。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的大学生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗！相信幸福之神正向我一步步接近！

军训虽然是我逝去青春中的一点，但却是最璀璨的一笔，它将延伸到我人生的每个春夏秋冬，军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后逐渐沉淀，融入我记忆的最底层。

伤兵连军训心得篇七

顶着初生的骄阳，我开始了曾经憧憬、期盼而又略带恐惧的军训时光。同时大学的生活也正式拉开了序幕。

体能方面一直不是我所擅长的，因此最开始站军姿的时候，我身体的每个细胞几乎都在拒绝接收这项训练，我的腿很软，手很酸，大脑一片空白。但是，同一方阵的同学，以及散落在操场的每个方阵里的同学都在坚持着。当时的我想着，既然别人可以坚持下来，那么，我一定也可以。

很多人认为军训只是一项磨人的训练，可有可无。在此之前，我也是如此认为的，当时的我对于军训没有任何概念，只停留在他人的口耳相传中。

这一天的训练后我明白，很多事只有你敢于尝试，才能做的更好。军训让我明白努力坚持可以发掘自己的潜能。并且在训练的过程中，慢慢认识了一些朋友。我相信，在未来的四年里我们一定可以相处得融洽。指导训练我们的教官是一个

很好很优秀的教官，风趣幽默，待人和善；我觉得，我们可以在他身上学到除训练外更多的东西。

军训很苦，很累，但在这过程中，我学到了东西、认识了朋友，成功开始了一段新的生活，它给人一种未来可期的感觉。

伤兵连军训心得篇八

很快的，很快的，我们的军训生活结束了。我不知道自己应该是开心，还是悲。

这学期的5月，我们五年级迎来了一年一度的军训。

开始，我以为军训很苦，后来我发现军训只要你用心去学，其实不苦。第一天，学校的小喇叭上通知：五年级的同学到一号楼门前集合。我们到一号楼门前就看见五个教官来到我们学校，他们个个都很精神，他们派了代表来发言。我们后面的同学都说希望这个发言的教官当我们的教官，没想到他真的当了我们的教官。我们认识了教官，教官叫孟可可，别的资料教官没跟我们说。这一天，教官叫我们学了立正、跨立、稍息、蹲下。

第二天，教官嗓子哑了，幸好我们还算听话，不然教官嗓子可能会疼得很厉害。我们一下课就去找教官玩，之前我们觉得教官很严厉，后来我们觉得教官很友好。我们还要到了教官的qq号。这一天，我们学习了踏步走和起步走。

第三天，教官说，教官的队长要来，让我们好好表现。第三节课教官的队长来了，他说：“军训要先学会站，才能学别的。”所以教官的队长让我们班站军姿十分钟，我们对着太阳站的，我的鼻子都脱皮了。但是我们还是很快乐！第四天，是我们又开心又伤心的一天。开心是因为我们要摆脱军训的日子了。伤心是因为我们要和教官离开了。下午，我们去了教官他们的部队，我们英语情景剧的只参观了一点，就回了。

我们比完了，到操场上看见了教官们，教官说要给队长看我们训练的怎么样，我们很好的走着，因为这是教官和我们的最后一天。我们和教官在一起的日子不多，就四天，但是我们和教官的友谊很深了。我们舍不得教官。教官要走时我们都哭了。教官他们走了我们回到教室还在哭，因为我们控制不了自己的眼泪。

四天的军训，我们有酸甜苦辣，也有伤心、开心。

军训能使我们养成不畏困难的精神。我爱军训！