

# 六年级数学假设的策略教学反思(汇总9篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

## 训练心得体会篇一

一、深为部队严明的纪律、整洁的内务、良好的习惯所感染。俗话说：

加强纪律性，革命无不胜。以往对我来说，只是停留在理论和书本层面，这次到部队一看，内心有了更深刻的理解和认识。一进军事基地，我便被整齐的楼房设施、整洁的内务环境及良好的军人风采所深深折服。操场上，战士们喊着响亮的口号，出操、训练 其高昂的斗志、旺盛的精力、四射的热情令人钦佩；宿舍内，物品摆放整齐有序，卫生打扫干净利落，令人心情舒畅。这里到处弥漫着雷厉风行、步调一致的优良作风，值得我们认真今后，我们应将军队作风带入日常工作，干事情令行禁止，做工作雷厉风行，严格自律，提高效率，时刻保持队伍战斗力。

二、深为集体顾全大局、团结齐心、步调一致的作风所感触。通过此次军训，我更加发现，我们的集体是一个团结奋进的集体，是一个积极向上的集体，集体中的每名成员都能顾全大局，心往一处想，劲往一处使，形成合力。这种思想贯穿于军训整个过程。

在队列训练中，大家都能严格按照教官的口令要求，做出相应的动作。大家互相帮助，取长补短，齐心协力，共同把每

个动作、每个细节做好，无论是稍息、立正、齐步、正步还是敬礼！、礼毕，都一丝不苟，认真对待，赢得了教官充分肯定。在拓展训练中，大家互相扶持，共同进退，不使一人掉队，不使一人落后，展现了良好的集体意识和团结意识，受到了部队官兵的交口称。

三、深为同事间互相关心、交流、和谐友爱的风气所感动。在单位里，大家工作接触多，业余时间接触少，谈工作多，交流思想少。这次军训和拓展训练，给大家提供了一个很好的交流和沟通的平台，让大家更深入的了解彼此，了解我们的团队，进一步拉近同事间距离，消除了隔阂，增进了友谊，加深了感情。军训中，我发现，同事们都非常热心肠，主动帮助他人解决困难，相处非常和谐。以我为例，军训期间，恰巧赶上了阴雨天，气温有所下降。我因携带保暖衣物较少，夜间感到丝丝寒冷。大姐非常关心我的身体健康，主动为我提供保暖衣物，并精心熬制姜汤，使我深深感受到集体这个大家庭的温暖，感受到同事间的关爱，我十分感动。

们的接触中我强烈的感觉到了团队充满着激情和活力，富有团结精神，能够加入一号店的团队，我感到非常荣幸。

回顾这两天的培训，在领导和各位教官的精心指导下，让我改变了对生活及工作的进取态度，拥有良好的心态，会让我们的思维变得更加敏捷，解决问题的方法和效率都能够有所提升。信任背摔的环节当中让我深深体会到团队凝聚力、团队成员互相信任的意义。刚开始我非常害怕，强压着心理的恐惧，完成了这个项目。紧张之余，我也深刻的体会到了，不论多大的困难摆在面前，只要勇于挑战，战胜恐惧。一切困难都会迎刃而解。另外一方面，如果没有队员的鼓励、没有信任队员的心理同样我也不会完成这艰巨而又深刻的任务。同样的在工作中我们如果处理不好同事之间的关系，工作也将会是一团糟。在穿越电网中我们团队由于没有做好协调，结果输给了一对。在感恩环节，让我深刻的体会到，我们时时刻刻都要怀着一颗感恩的心，不论是父母、朋友、同事以

及我们认识的人，如果没有他们的帮助，我们就不会成长，就不会进步，更不会历尽生活的酸甜苦辣。没有他们的帮助，我们也不会有更好的环境去实现我们的梦想。

这样一次培训、进步、提升的机会，我将尽心竭力，努力完成领导交办的各项工作，为公司尽一份微薄之力。

1. 在训练当中，无论是男女老少、不管是管理人员还是普通员工，在团队中大家一律平等，积极参加训练和每一个项目的活动。虽然有个别女孩子掉眼泪，但谁都没有偷懒、叫苦、叫累或搞特殊，都在积极参与。最终没有一个人掉队，全部完满回归。

生产部门的员工虽然文化水平和综合素质比不上其它部门，但由于平时我们很注重对员工的行为规范、世界观和政治思想教育，因此在活动中他们不仅没有落后，也不甘落后；而且在积极主动、听从指挥、后勤劳动、遵守纪律等方面都更有明显地表现。

和失败的考验才能达到更高的境界；正可谓是 千锤百炼 方能成钢，不经风雨怎能见彩虹！因此，失败不可怕，关键是已经全力以赶就扪心无愧；而且放弃以后要经验教训，防止犯同样的错误；同时积聚力量迎接更大的挑战。这才是干大事人的魄力和水平所在。

4. 对于每一项任务，首先是要明确目标和方向，选好领头羊，并且制定出切实可行的行动以及让每一个参与者都明白自己的职责、方向和目标，然后迅速行动起来。面对出现的困难和问题，要快速反应，调整战术，在最短的时间内以最小的代价获取最大的效果。这样才能得到事半功倍的结果。反而，未有目标先行动，表面上象是早起的鸟儿能多吃虫子，但实际上是欲速则不达。多走弯路，浪费时间，增加成本；结果是事倍功半。其次是遇到困难或问题时内部闹矛盾，起内哄；而领头的犹豫不决、当断不断，有如吃鸡肋一样吃之无味弃之

可惜。结果是浪费时间，错失良机，影响军心。5. 对于一个优秀的团队，齐心协力是必备的要害。但是，大家都知道，木桶的装水量是由短板决定的。要想增加容量，就必须下决心更换短板。如果不尝试改变，那么不仅不能增加容量，而且长期下去还会让长板也退化，最终整个木桶都腐烂掉。因此，团队内部的团结是很有必要的，但前提是每个细胞都是健康和有活力的。否则，如果象癌细胞一样，还会影响到其它健康的肌体。

每一位管理者都明白，不同的管理对象要采用不同的管理模式。国家不能用企业的模式管理，企业不能用部队的模式管理。军队是强调绝对服从和无条件执行，但企业是突出以人为本、人性化管理。如果按照教官的说法，不要把下属当人看，要狠些，那么很有可能产生反效果。部队的士兵不能随意离开，当逃兵更会面临军事法庭的审判。但企业的员工是双向选择；如果太苛刻，那会留不住员工的。到目前为止，我还没听到世界上有哪一家成功的知名企业因为是军事化管理成功的案例。因此，石家庄拓展训练的知识可以学习和借鉴，但不能生搬硬套；否则会适得其后。

真的没有想到，毕业后我还能再次感受到军营的味道，这是一种熟悉的，充满力量，激情和催人奋进的气味！5月10日，早上7点钟，当接车拓展教官点到时，我们才发现，迟到的伙伴可以组成一个加强排。而结局就是，全体伙伴做了40个俯卧撑。对于一群职场男女来说，40个俯卧撑不是个小数目。就这样，我们痛苦的拓展式军训正式开始了。

一，明确的标准。在部队，说话，走路，写字都会有明确的标准，比如，队列的行进，每一步迈出的步伐都是定值，手臂的摆起高度也是规定死的。连走路，坐，蹲，都会有明确标准的组织，不优秀都不行！其次就是它有一套有力的惩罚措施作为标准的保障，最为关键的是，它的处罚一般为现场惩罚，所以也就避免了很大一部分疏漏现象的发生。最后就是它说一不二的态度，在军队，没有争取，只有保证，每一位

军人，从 5 倍的精力，说实话，在听说要在两天内完成这些军训内容时，我曾经怀疑过我们伙伴的毅力，因为在炎炎酷日中，顶着太阳去超负荷的训练实在是一件痛苦而又充满挑战的事情。但是幸运和令人骄傲的是，我们做到了，我优秀而敢于挑战自己的伙伴做到了，他们超越了自己，他们为我，为教官，为公司带来了奇迹！在接受检阅的那一刻，我们为自己而自豪，为自己坚强的意志，为自己不可磨灭的斗志，为自己敢于挑战的精神！检阅的时间是短暂的，在这 10 几分钟里，我们展示的是两天坚持和磨练的成果。在队列中，有奋战在一线的伙伴，有努力打造优秀团队的管干，还有为集团奉献了自己大半辈子的 ceo 们！他们怀着一颗空杯的心组成了这样一支和谐的队伍，就像我们的公司团队一样！我们知道，我们一个都不能少，因为不管少了谁，便不再完美了！这是我在新胜参加的 令必行，禁必止。这让我彻底体会到了军人严明的纪律，自律的作风。让我意识到自己自由散漫的行事风格应该得到彻底的改变。军训不仅从心理上更能从身体上提升自己。还记得那晚十点和两点的两次紧急拉练。我是一瘸一拐跑完 10 公里的。这让我觉得现实生活中所谓的吃苦根本不算什么，应该以一种更加积极的态度面对生活中的困难。经过七天的训练我微妙的感觉到自己的身体素质产生了变化，变得越来越好。

我认为，对于整个公司来说，这七天的培训不仅让大家获得了许多营销方面的知识，更增加了公司的凝聚力和集体荣誉感。生死电网. 信任背摔. 雷区取水. 毕业墙 这几个项目都是需要团队每一个成员集体参与献智献策协同努力才能完成的项目。这就要求我们每一个人必须有强烈的集体荣誉感，相互信任，团结互助。这在无形中促进了公司凝聚力的形成。为 201x 年完成任务打下了坚实的基础。

要去军训了！学校组织五年级的同学们去 山青世界 参加一个四天的综合实践拓展训练。我们大家都十分得高兴！军训是艰苦的，是具有丰富内涵的一次实践活动，也是对我们这些生在和平时代的同学们的一次 艰苦 的磨练，这些都需要我们

以顽强的毅力，坚定的信念来克服。这次去实践基地，我们懂得了许多道理，让我们受益匪浅。

现在就是在磨练我的意志，锻炼我的体魄，所以我不能就这样轻易放弃。虽然这些动作在看别人做的时候非常简单，但是自己做起来的时候却远远没有想象中那么简单。这些动作小学里的体育老师虽然也交过，但是小学里只是简单的学一下而已，根本没有注意到里面细节。没有注意到细节，那就意味着你做的动作是不合格的。而军训中就是让我们补全以前所忽略的那些小细节。只要我们信念坚定、不怕苦，不怕累，以顽强的毅力来克服种种困难，我们还有什么可怕的呢？一天的军训结束了，虽然很累，腰酸背痛，但我们却收获颇丰。

我们学了许多有趣的知识：

转眼间，就到了 尖刀七连，勇往直前，冲锋险阵，用我必胜 看我十七，文武双全，经邦济世，一往无前 团结一致，奋力拼搏；争创一流，展我雄风！苦练本领，保家卫国。

加强国防教育 提高国防意识 增强国防观念 服从命令，听从指挥，团结互助，争创佳绩！挑战极限，超越自我，自强不息，厚德载物！军纪如铁，意志如钢，刻苦训练，严格要求！听从指挥，服从命令，团结互助，争创 军中骄子，校园精英，铿锵十八，勇往直前！

## 训练心得体会篇二

作为每个大学新生的一项必修课程，军训是为了增强学生的纪律意识、团队协作能力以及身体素质。对于大多数人来说，军训期间的训练是一项艰苦的体验。然而，对于那些能够坚持训练下去的学生来说，他们在这段经历中收获了许多宝贵的教训和经验，这为他们今后的生活和学业打下了坚实的基础。本文将从五个方面讨论“军训坚持训练心得体会”，以

对那些正在军训中苦苦坚持的学生提供一些指导和帮助，也为那些即将经历这段旅程的学生提供一些宝贵的参考。

### 第一段：身体健康，持久战必须以健康为基础

在军训期间，咱们每天在太阳底下勤奋训练。建立身体锻炼的好习惯非常重要，这是将来成功的基础。一些学生在第几天就因为长时间挤压、久坐或睡眠不足的问题而感冒，而这些事情都会影响到咱们的训练，这时就必须暂停几天的训练。这种情况不仅浪费了咱们已经投入的时间和精力，还会影响咱们团队的训练计划。因此，在军训期间，要注意饮食和休息，避免过度消耗体力，保证身体的健康。

### 第二段：细节决定成败，常识必须知晓

在训练中，有许多微小的细节往往被人们忽视，但是这些细节决定着训练的成败。比如，在晨练期间，穿上舒适的服装，挑选好的鞋子，确保可以在晨练和卫生时间顺利完成任务。此外，在集训期间，保持干净，每天洗衣服，穿上清洁治安和干燥的衣服，能够预防肌肉受伤和感染。

### 第三段：心态决定方向，积极态度必不可少

个人的心态对于军训的情况至关重要。如果自己不乐意参加军训，效果也不可能好，军训也会变得枯燥乏味。因此，保持心态积极是至关重要的。要相信，自己在军训中的努力会换来最终的成功。当然，有时候会遇到挫折，但是要相信至少还有一次机会来实现目标，不需要过分地失落。

### 第四段：团队关系，群众智慧必要

军训的过程可以借此机会训练自己的团队协作能力。一个团结、协作的团队是非常强大的，他们可以克服任何困难。有些时候，个人努力可能会受到阻碍，并且团队中的每个人都

很重要。通过与队友的相互支持，可以轻松地完成训练，一同进步。团队协作能力对于今后的工作和生活也非常重要，因为它能使人获得更多的成功与更高的认可。

## 第五段：减轻压力，保护自己的身心健康

尽管军训是一个值得经历的过程，但是不排除其中可能的压力。当你感到压力和疲劳的时候，不需要妄想快速开始训练工作，而是要放松自己，可以听音乐、看书、学习新知识，或者和同学交流。此外，也可以通过打篮球、排球、羽毛球等运动来释放紧张的情绪。军训期间通过锻炼身体提高耐力，锻炼心态是很不错的选择。但是，我们也必须好好保护自己的身心健康，毕竟，没有身体健康，一切都无法实现。

## 总结

军训训练的艰辛和美好的经历可以提供许多关于自我管理、团队协作甚至是人生道路的教训。只要保持健康、积极的心态、讲求细节、团结协作、压力可承受的坚持军训下去，每个参与军训的学生将不仅获得身体健康，还将建立和他们未来成功的团队精神以及职业发展的智慧。

## 训练心得体会篇三

每天5:30起床滴，然后10分钟洗梳时间，就要开始练队了，早晨一般都是打军体拳和站军姿滴，军体拳还好说，可是军姿一站就要很久，脚后面的骨头很疼，而且我们如果练不好，就会被体罚滴！（我们被体罚了4次呢！）

每次教官都有不同的体罚办法。第1次是我们向后转不齐，教官就喊着口令让我们连着转，最后他干脆让一个学生来喊，自己进屋去了，然后让学生加速，转齐为止！第2次是我们集合太慢了，然后他就让我们在太阳地站军姿，自己进屋喝水！第3次是走正步踢不响，教官让我们在石头台子上面使劲踏，



谁踏响谁停下来!第4次,我最生气了,为了几个捣乱的同学,要罚我们全班同学围大空地(很大的空地哦~)跑了10几圈,然后原地跑跑了很长时间,没有休息直接从西面的墙蛙跳跳到东面呢!!!

8过,在那里,也是的确学到的东西不少,收获还是比较多的!比如大家都学会了自力更生,怎么打军体拳,还有就是可以学会吃苦,遇困难学会咬牙坚持。

## 训练心得体会篇四

在大学的第一年,我选择了参加民兵训练,在军训开始前,我对军训心生忐忑和期待。第一天,严肃的军委主任带领我们进行开营仪式,宣布训练正式开始。我被这庄重而肃穆的氛围所感染,仿佛一股力量在鼓舞着我。

### 第二段: 军事课程与技能

军训期间,我们接受了严格的军事训练。第一门课是军事理论,通过学习军事知识,我们了解到了军队的组织结构、任务和职责,更加明白了军人的责任与使命。随后,我们开始了体能训练,包括长跑、俯卧撑等项目。通过锻炼,我不仅增强了体质,还培养了毅力和坚持的品质。此外,我们还学习了一些实用的技能,如爬绳、绳结,这些技能对于提高我们的生存能力和实践操作能力有着重要意义。

### 第三段: 团队协作与领导能力

军训期间,我深刻体会到了团队合作的重要性。在军事理论课上,我们学习到了军队最重要的核心素质之一就是团队协作能力。在团队协作的过程中,每个人都要做到主动沟通、相互合作和相互信任。同时,我还了解到了领导的重要性。每一次任务,我们都会遴选一个战友作为小组长,他要负责领导和指挥小组完成任务。通过这些训练,我不仅加强了与

战友之间的默契和配合能力，也学会了如何在团队中承担领导责任。

#### 第四段：纪律与规范

军训期间，严格的纪律和规范让我深刻感受到了军人的精神面貌。在日常生活中，我们要严格遵守军事纪律，定时起床、整理宿舍、集合等等。严格的纪律要求我们时刻保持肃穆、严肃的军人形象。在训练中，我们要严格按照指令行动，服从训练教官的指挥。通过这些严格的训练，我逐渐养成了守纪律、守规矩的好习惯。

#### 第五段：军训收获与成长

军训是磨砺意志，锻炼意志的一次好机会。在军训的日子里，我们不仅学到了军事知识和技能，还锻炼了意志品质，增强了团队协作能力。通过军训，我变得更加坚强勇敢，在面对困难时能够勇往直前。同时，我也意识到了作为大学生的责任和使命，作为新时代的青年要为国家和社会的发展做出自己的贡献。

在结束的时刻，我对军训充满了留恋之情。这段军训经历让我懂得了军人的辛苦与付出，更让我认识到了一个优秀军人的标准。军训是我大学生活中难忘而宝贵的经历，我会将这段经历铭记在心，并将其应用于我的学习和生活中，为成为一个有担当、有责任感的大学生而努力奋斗。

### 训练心得体会篇五

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

青春，是丰富多彩的；青春，是绚丽多姿的；青春，是朝气蓬勃的；青春期的我们对未来充满了无数的想象和期待。青春，有苦涩，也有甘甜；有欢笑，也有泪水。时光流逝，转眼间，初二也已成为了过去，我们将迈入初三的生活。许多人说，初三是灰色的，为了让我们有充分的准备面对初三、面对中考，为期一天半的军训成为了我们进入初三学习的第一课。

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的同学，也仍然坚持与大家共同训练。

先是听讲座，座位上的我们任由汗水肆无忌惮地淌下，但是还是保持着应有的坐姿。接着来到了操场训练，操场上的我们个个精神抖擞，似乎一点都没有被这闷热的天气所打扰。在一声声“立正”、“稍息”中，我们认真地完成了队列训练中的种种姿势。虽然过程中，有同学倒下，但没有人因此而放弃，为的就是两个字——坚持！

虽然没有橄榄绿的军装，但那青春活泼的稚脸是我们的经典，虽然没有凉爽的天气，但充满朝气的面容是我们的色彩。操场上的空气散发着自信与拼搏的气息，操场上的每一个点滴，都震撼着我们的心灵。

我们得不到永远的胜利，只求能尝到苦涩后的甘甜；我们没有顽强的体魄，只求在倒下后能再一次站起；我们不可能永远相依相偎，只求在这最后的一年里共同进退；生活不可能一帆风顺，只求在遭遇坎坷时能坚持不懈。这，就是我们每个人的心愿！人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们小心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持！

路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

## 训练心得体会篇六

军训是大学生生活中必不可少的一部分，它不仅能够增强体能、培养毅力，更重要的是锻炼学生们坚强的意志和顽强的精神。作为一名参加军训的学生，我深深体会到了其中的好处和价值。下面是我的军训强化训练心得体会。

首先，在军训过程中，强化训练是最累、也是最锻炼意志力的一部分。曾有一次，我们在烈日下进行晨跑训练，全程长达10公里。当时的阳光火辣辣地照在我们身上，汗水如雨般涌出，但是我们却毫不退缩。这时，我意识到军训不仅要锻炼身体，更要锻炼意志力。这种强化训练是通过坚持不懈和超越自己的极限来培养我们的意志力，让我们能够在面对困难和压力时保持坚韧的品质。

其次，军训的强化训练还能够培养团队合作意识和集体荣誉感。在每天的训练中，我们需要相互配合，互相支持。例如，在集体跑操训练中，我们必须严格按照节拍和姿势进行，这

需要团队中每个人的默契配合。只有每个人都做到位，整个集体才能协调一致。这种团队合作意识的培养不仅能够提高我们的协作能力，也能够让我们更加明白团队的力量是无可比拟的。同时，我们还会因为团队的荣誉而尽力让自己变得更好，这在军训中体现得尤为突出。当我们为集体取得的成绩而感到骄傲时，我们会明白只有团队的强大，才能带来每个人的荣誉。

再次，军训的强化训练能够培养我们的自律性和自控能力。军训的训练内容和时刻表都是严格规定的，我们必须按时完成各项任务，并遵守训练纪律。这需要我们具备良好的自律性和自控能力。例如，在长时间的体能训练中，我们需要保持良好的耐力和纪律，将自己的精力保持在最佳状态。这要求我在面对疲劳和痛苦时能够坚持下去，不退缩，不放弃。通过这样的训练，我意识到自律性是一种宝贵的品质，它能够帮助我在学习和生活中更好地掌握自己。

最后，军训强化训练过程中，我也深深意识到了身体健康的重要性。通过每天的锻炼，我可以感受到身体的变化和进步。我不再感到疲劳和无力，反而更有精力和动力去迎接接下来的训练。“强身健体，才能有所成就”这句话我深有体会。军训强化训练让我意识到，只有拥有健康的身体，才能有充沛的精力去追求自己的梦想和目标。因此，我下定决心要继续保持良好的生活习惯和锻炼的习惯，保持健康的身体状态。

总之，军训强化训练让我深刻认识到了意志力、团队合作意识、自律性和身体健康的重要性。这些品质不仅在军训中具有重要意义，在我们未来的学习和生活中也是宝贵的财富。通过军训的锻炼，我相信我将能够更好地适应未来的挑战和困境，成为一个更加优秀的人。而这一切，都要感谢军训强化训练给予我的宝贵经验和体会。

## 训练心得体会篇七

军训，是那么地枯燥，辛苦，索然无味，但却又能增强体质，锻炼毅力，培养自律。

今天，除了前面曾提到过的枯燥乏味的训练项目外，还是有一些新鲜事可言的。

教官教我们“军体拳”并让我们把一个个动作记牢，一个个招式都被赋予了生动形象的名称，一个个连贯性极强，使我们很快就记住了它们。

下午，我们练完了军体拳。教官让我们进行拔河比赛。我们班先和四班进行比赛，看着四班一个个人高马大，身强体壮，我们不禁打了一阵寒颤。之后，比赛开始了，我们班的拉拉队开始呐喊助威，喊声震天响地。“三班，加油！三班加油！在这加油声中，我们队员奋力拼搏，最终赢得了比赛。

今天我终于见识到了军人们可贵的品质。就在其它班进行拔河比赛时，天公不作美。突然间下起了瓢泼大雨，雨点像断了线的珠子一样落下来，教官没有叫躲雨而是继续进行比赛，冒雨比赛的五班可能被雨点逼急了，以迅雷不及掩耳之势很快拿下了和六班的比赛，战胜了六班。过一会儿，雨小了，教官让我们冒雨回宿舍。

不知不觉，军训已经过了一半，在军营的“煎熬”也快要结束了。

## 训练心得体会篇八

集体军训训练是现代学校教育的一项必修课程，其目的是培养和强化团队协作精神、纪律意识和健康体魄。在近几年的集体军训训练过程中，我逐渐体会到了其中的意义和方法。

## 第二段：军事训练是锻炼意志力的集中表现

军事训练让我最深刻的体会就是锻炼意志力。在一天长时间高强度的训练中，我时常感到身心俱疲，思维不集中，精神不太稳定。但在这样一种力所能及的状态下，我学会了忍耐，克服困难，完成任务。这种锻炼意志力的集中表现，不但在集体军训时有效，也对我在日常生活中有所裨益。

## 第三段：团队协作是集体军训中的重要环节

团队协作表现为个人配合小组或大队执行任务，时而充当领导角色时而兼任执行者角色。这样的互相搭档和分工协作，可以使训练效率大大提高。从而使我意识到团队协作的重要性，明白了一个人的力量是有限的，但是一支团队的力量是无穷的。

## 第四段：纪律性和遵守规则是形成集体军训纪律的基础

学会纪律性和遵守规则，是每个人在集体军训过程中需要严格遵守的基本要求。军训的每项任务都必须在规定的时间以及方式完成。我印象最深刻的一次训练是晚上的夜训，我们必须配合默契的完成任务且轻声细语不发一丝噪音。只有当我们每个人都遵守纪律和规则时，才能强化自己的纪律观念和细节素养。

## 第五段：总结

集体军训训练不仅仅是一项身体训练，更是一项精神训练。它教会我们如何理性思考、如何理智处理问题、如何理性以待。大家应坚信集体军训的目的和意义，倍加珍惜训练的时光，不断完善自己，成为更好的自己。