

最新再见吧冬天音乐课 音乐活动教研心得体会(精选7篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。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。

军训心得体会篇一

作为一名大学新生，军训是每个人不可避免的经历。在这段时间里，我们从“飞天鱼”到“扛步枪”，从“拍板凳”到“爬墙绳”，经历了各种训练，收获了不少成长和启示。在退役的时候，回首同样走过来的路，心中有无数的感慨和思考。下面是我对军训的几个心得体会。

第一段：军训是决定基础的训练

军训不是亲兵特训，更不是让我们成为“小兵种”的训练，而是为大家提供一个打好基础的平台。军训打好的基础，不仅仅是指体能，也是建立自信心和忍耐力的过程。虽然在训练中我们遇到过很多困难和挑战，但正是因为这些练习，我们才更加了解自己，找到自己的优点和不足之处。通过在军训中积累的经验，我相信自己可以面对更为艰难的考验和挑战。

第二段：团结就是力量的源泉

通过军训，我感受到了团结的重要性。在没有被划分为任何一个团体之前，我们都是孤立无援的，但只要我们团结起来，那么我们就可以达到我们想要的任何目标。队友们在训练中互相照应，互帮互助，互相鼓励，让我深深感受到了团队力量的强大。我们会为了同一个目标而付出，也许在过程中会

磨合，会有摩擦，但最终结果却是令人瞩目的。通过军训，我认识到团结不仅让自己受益匪浅，更能够让大团队得到更好的结果。

第三段：军训教给我们的是自律

军训是对我们纪律和规矩的考验。在军训的过程中，我们必须严格遵守各种规则，比如不迟到、不早退、准时参加训练等等。军训不允许我们拖胖子，像拿起决定成功的钥匙一样，自律成为了我们唯一的选择。起初遵循规定不易，但是慢慢地，“自觉做事，认真对待”这句话在我的生命中发扬光大。通过军训，我学会了自律，意味着我可以主动地掌握自己的时间和自己的计划。这可不仅是在队列前排队拍照那么简单。

第四段：所有的付出都不会终将被忘记

虽然这场军训只有十几天的时间，但我相信这段经历会成为我人生中宝贵的回忆。军训是我从没经历过的一项体验，在这里我结识了很多可信和信任的朋友。我会记得过去的训练，那些为了达成目的愿意忍受痛苦的场景。同样，我也不会忘记许多见到的优秀官兵和战士们的榜样。在一切变得模糊之前，我会铭记在心的是自己所经历过的一切，因为这些是不会被时间抹去的。

第五段：军训让我们总结

虽然我们面对挑战和困难的情况经常出现，但十几天的军训是如此的令人难忘，因为它不仅带来了许多珍贵的人生经验，也让我们在落幕之前反思自己。对于军训中的悲喜交加，成功和失败，我都从中受到了深刻的启发。军训是一次对个人和团队的考验，我们从中得到了不同意义的经验和收获，没有人会因其受到的伤势而被打垮，因为我们在一起，在每个人的成功中分享乐趣，在每个困难中互相扶持。在回到校园的时候，我们内心仍在影响着军训的点滴，从而更加努力向

前。

军训心得体会篇二

军训生活结束了，其中有很多坎坷，也有很多惊喜，当我们迈着矫健的步伐，喊着响亮的口号，那坚定的目光足以震慑一切，一路走来，这是我们成长的轨迹，也是我们收获的果实。

军训这个崭新的课堂，军训这个火热的熔炉，我们领略了军营的氛围，感受了军人的风采，拥有了军人的情怀。经过军训，同学们增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，构成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自我，用修养来规范自我。经过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的勾通，较快地构成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

军训是一个成长的阶梯，军训是一个人生难忘的阶段。在军训中，同学们吃苦耐劳，严于律己，顽强拼搏，表现出色。训练中，骄阳烈日，受不了了，稍作休息，立即归队；队伍集合，动作敏捷；站军姿，满身大汗，纹丝不动；队列操练，停止间、行进间，动作、步伐规范；各班会操，队伍雄壮，声震校场。这无不证明这次军训的极大成功。

军事训练虽然苦，但正如孟子所说，仅有先苦其心志，方能曾益起所不能，仅有经过苦的洗涤，才能显示出我们的飒爽英姿。

在军训中，我们还进行了内务整理、安全教育等系列教育活动，军训生活心得是每一位同学七天生活的真实写照，丰富多彩的军训生活让我们得到了全面锻炼并了解了高中学习的诸多特点，为今后的学习生活打下了良好的基础。

军训结束了，留给我们的是完美的回忆，是严格的组织纪律

性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的梦想。军训结束了，但却又是一个新的开始！我们珍惜这次军训经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮忙、团结友爱，关心团体。我们把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求规范自我的言行。遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学习、生活、做人，刻苦锻炼，遵纪守法，培养创造性学习本事，力争在高中新的起跑线上大家整齐步伐，一同前进。

军训心得体会篇三

军训是每个大学生都不能回避的一段经历，而在整个军训期间，鞋子更是大家关注的重点之一——是不是舒适、是不是防滑……这些都是大家比较关注的问题。在此，我想结合自己的体验和心得，谈谈关于“军训心得体会 鞋”这一主题。

第二段：初试穿鞋

军训前夕，我到商场里为了购买一双适合穿军靴和军训的鞋子，在几家大型专卖店都尝试了不少鞋。最开始，我选择了一款看起来颜色奇异，仿佛充满活力的鞋子，但是当我拿起它试穿时却感觉异常得“闷”。又换了几双后，最终我选择了一款设计看起来简单，但却非常舒适、透气的鞋子，将它拿回宿舍，就开始期待第一天军训的到来。

第三段：体验鞋舒适度

当我在军训现场穿上鞋子时，真正感觉到了这双鞋的舒适度，虽然是穿着新鞋走军训路程，但始终感觉脚下轻松、舒适，没有其他同学普遍出现的鞋子离谱甚至损伤的情况。而在我和同学们一起比较鞋子后，我发现，涉及四个因素的鞋子舒适度一般，包括鞋底、内部气垫、鞋面及材质和鞋垫等。这

些因素缺一不可，才能让鞋子达到最佳的舒适度，避免在军训过程中对脚部造成过大的压力和伤害。

第四段：经验之谈

除了舒适度外，在选择鞋子时还要考虑鞋子质地是否防滑，这点同样非常重要。因为军训期间遇到雨天路面滑溜时，如果鞋子质地防滑不好，很容易导致整个人滑倒以及脚部受伤。在这里，我建议大家选择具有橡胶质地内底的鞋子，因为这种鞋子防滑性能极为出色。最后，在穿鞋时还应对自己的鞋子做好日常保养，在经过一阵排汗后及时控制鞋内环境。

第五段：结尾

总之，在军训过程中，鞋子是我们很需要关心的一点。选择好鞋子的舒适度和防滑性能在一定程度上会影响到身体的负担和走路的安全。在这里，我想告诉大家，好好选择鞋子是很重要的，这不仅需要考虑鞋面、气垫、鞋底以及鞋垫等多个方面，更要注意保养和整体质量。选择之后搭配上整洁、熟悉的制服，相信大家可以通过这样一个小小细节给自己增添更多信心和幸福感。

军训心得体会篇四

xx中学新生为期xx天的军训胜利结束了。这次军训工作所以获得了圆满成功，是与全体教官的精心指导，学校所有领导、教师认真负责以及同学们自身的努力分不开的。在此，请允许我代表武装部向全体教官和老师们表示衷心的感谢并致以崇高的敬意！向参加军训的全体新同学表示热烈的祝贺。

学生军训，是我国提高全民国防意识和加强国防后备力量建设的重要环节，是全民国防教育的基础。*天以来，教官们按照军营的统一要求，认真施训，尽职尽责。以坚定的政治信念、出色的组织能力、严明的组织纪律和过硬的军事素质，

展示了人民子弟兵文明之师、威武之师的良好形象，教育了刚刚跨入高中校门的莘莘学子，为他们上好了至关重要的第一堂课。在训练中，教官们言传身教，教得认真、细致、耐心，对每一个动作都一丝不苟地做好示范，不厌其烦地指导、纠正，受到了同学和老师们的称赞和爱戴，成为全体新同学学习的榜样。

在军训期间，同学们头顶烈日，练习站军姿、转体、齐步走、正步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在滚烫的水泥地上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢紧贴裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。随着内容增加，难度增大，同学们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。

在“流血、流汗、不流泪”的口号下，从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，努力达到最好。在军训期间，涌现了许多感人的事情，如：张如意同学晚上走楼梯不小心扭伤了脚，肿的比较厉害，但是她轻伤不下火线，坚持训练。张冲、蒋祯等学生身体有点不舒服，老师让他休息，但是他们都说没事，我能坚持。有的学生在日记中写到，在训练中有时身体真的有点支撑不住了，但看到周围的同学一个个精神抖擞地顽强地坚持着，所以也坚持了下来。

一、要树立远大理想，培养科学的世界观、人生观和价值观，积极参加社会主义道德建设，把“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、吃苦耐劳”这二十个字作为我们的行动指南。

二、继承和发扬军队的优良传统和作风，严于律己，遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，同学之间礼让谦和，言谈举止文明礼貌，积极参加社会实践活动和校内外各项集体活动，树立集体观念，做文明学生，创文明寝室，争文明班级，建文明校园。

三、要珍惜三年的学习生活，珍惜青春的黄金时期，努力拼搏、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己，把自己培养成为一名合格的中学生。

军训心得体会篇五

人生有许多重要的瞬间，在其中之一，是曾经进行的军训。军训是大学生涯中一段极为难忘的经历，也是生命中一次不同寻常的历程。通过军训，我们不仅提高了对自身的认识，还培养了坚韧不拔的意志和优秀的团队合作精神。在经历了这些稀世珍宝的经历后，我意识到军训对我的成长与奋进产生了深刻影响，并迎来了生命中最有意义的转折点。

第二段：体会与收获

军训期间，我们早上六点起床，每天都跑步、做操严格执勤。面对不同的挑战，我开始意识到自身的能力，比如独立思考、业务能力、创新精神以及沟通协作能力等。这些技能的培养，为我未来的职业发展和人际关系产生了积极影响。在这个过程中，我们还需要进行团队任务，这也是我学到了如何与团队成员沟通、鼓舞和合作的地方。通过团队合作，我们不仅能够分享才智，而且能够更快地达到团队的共同目标。

第三段：对困难的应对方法

参加军训不仅需要耐心和耐心，还需要学会如何应对困难。训练严苛、时间紧张、任务繁重，这些都会成为我们面临的挑战。对于我们每一个人来说，学会成长和适应是必不可少的。我发现，在遇到困难时，只要怀有坚毅的精神，并且乐于学习，我们就能够克服困难，并获得自信和成就感。这也是我经常用来应对考验的秘籍。

第四段：团队合作

在军训中，我们不仅能学到个人成长，还能够学到团队合作。在增强个人能力的同时，也必须与其他团队成员合作才能完成任务。在团队工作中，我们会发现每个人都有自己的优势和短处。对于短处，我们必须进行补充和完善。这样，整个团队才能更快地达到高效和成功。团队合作精神的培养对于我们任何一个人来说都是重要的。

第五段：总结

总之，军训对我个人成长和适应性产生了积极影响。我学到了许多宝贵的技能，比如坚忍不拔的精神、接纳变化和挑战的态度，以及团队合作精神。通过这些收获和经验，我将更好地适应以后的挑战和考验。对于接下来的人生旅程，我期待充满信念和成就感。

军训心得体会篇六

我已是初二的学生了，却还忍不住回想起我们军训的快乐时光。想想那时的快乐，想想那时的愉悦，在想想那时的懵懂。就忍不住去想我们的教官。我们是教官的第一批学生，在那时我们一起起床，一起叠被子，一起洗脸，一切都显得那么自然，让我们忘记了出来的孤寂之感。

我们的教官是一个帅气的小伙子，我们都兄弟姐妹似的，在别的班还在站军姿的时候，我们已经在树荫下歇息，在别的班跑步的时候，我们却在草地上喝水、玩耍。

在我们休息时，教官给我们讲起了他在兵营的故事，什么一人犯错全班受罚，什么去外边玩，当我们问起教官为什么去当兵的时候，他幽默告诉我们：男子汉保卫国家，没什么为什么。而后来，他告诉我们：是因为家里人管不了了，所以才去当兵的。当时我们听了吓了一跳，像教官这么好的人，怎么在童年这么的顽皮。

当我们问教官要qq号的时候他毫不犹豫的就给了我们，我们在这一年来都有保持联络，而且关系特别好。

这届初一军训的时候，我们教官也去了，我和我的好朋友一起去看教官，教官非常感动，这一年不见他又变得幽默多了，而且他还多了一个外号——“香风哥哥”，因为他经常喷香水，一走过去，那风就染上了教官的香味，特别好闻！

初一的六天虽然非常短暂，但给我留下了很多美好的记忆，好想好想回到那个时候，再品尝一回那军训的乐趣。