

# 2023年军训队列训练心得 大学军训走队列心得体会(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。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。

## 军训队列训练心得篇一

大学的入学军训，马上就要落下帷幕了，站在军训时期的末尾往后看，入眼的都是一串串难以忘怀的宝贵回忆。明明在训练的时候觉得时间过得这么慢，军训这么久，在训练结束以后却又莫名的觉得其实军训过得挺快的，只是一下子半个多月就过去了。

还记得在军训开始前，我们穿着军训服在寝室中打闹的场景，大家明明都是刚刚认识，但是却在这么短的时间内迅速的结下了友谊，并且这个友谊还在军训之中迅速升温，相信这段友谊必定会成为我大学中的美好回忆。

而之后的军训，也是当时觉得苦，现在觉得甜的过程，第一天的考验让我们多少人叫苦不迭，头被太阳晒得发蒙，脚站得仿佛都不是自己的了一样，第二天酸麻胀痛一齐袭来，只叫人崩溃。而我们的教官在当时也一点都不体谅我们，只是根据这自己的判断对我们进行着严苛的训练，这种从身到心的辛苦折磨让我们在无法逃避的情况下迅速的适应了过来。渐渐地我们觉得军训也没有一开始那么辛苦了，渐渐地我们在行走坐卧上都开始带着一点军人的英姿，挺拔如松了。

这时候，我们才发现了军训的乐趣，发现了自己的成长，发现了在这个训练中，我们收获到了多少东西。在基础的训练中，我们磨练了自己的耐心，锤炼了自己的身心；而在之后的团体行走训练中，不管是正步还是齐步，都很好的锻炼了

我们连队的关系和默契，让我们这些来自天南地北的学子们能够迅速的拉近关系，成为今后四年的学习伙伴。

而每天训练结束后的休息时光，也成了我们最喜欢的时段，每到这个时候我们都会争先恐后的喝水补充能量，围在我们的教官身边跟教官聊天，听教官说部队中的故事，将一些爱国爱人民的道理，充分的弥补了在经过锻炼开发后饥渴的想要吸收和理解知识的大脑，也让我们心中的荣誉和责任感日渐浓厚。

而我们跟教官，也在这些日子里结下了友谊，随着最后考验的日子越来越接近，我们越是不舍，就越是在训练中卖力。因为我们无法阻止时间的临近，就只能让最后的成果变得更加诱人，为我们这个军训画上一个最好的句号。

军训给我的好处，可以说是数不胜数，我认识了很多志同道合的朋友同学，提高了自己的身体和心理素质，为我以后的学习奠定了基础。我会永远牢记在军训中学得的知识，在今后的生活中将他不断地实践！

## 军训队列训练心得篇二

正如我们所知道的，在大学生生活中的一个重要环节是军训。无论你是一个男孩还是一个女孩，军训都是你在大学生活中不可或缺的一部分。军训中最重要的事情莫过于队列的训练。在组建一个有效的队伍和保持优秀表现方面，队列是至关重要的。这篇文章将从我的角度出发，分享一些我在军训队列中获得的心得体会。

### 第二段：队列的基本要素

队列的基本要素包括纵队、翻转和整齐。纵队在队形中起着非常重要的作用，我们必须严格按照规定步伐行进。翻转则要求队员突然翻转，并停止在一个特定的地点，这需要高度

的协调和规范的步伐。最后，整齐表明了每个队员的个人形象和对队列的职责感。一个整齐的队伍具有威慑力和组织性，这是在军训队列中取得成功的关键。

### 第三段：领导力对队列的影响

成功的军训队列需要一个强大的领导力，在整个军训过程中，领导力对队列训练的效果和成果有着重要的影响。一个优秀的军训领导者应该坚持严格训练，强调规律和标准，同时也应该时刻关注队员之间的互动和沟通。在队列中要保持整齐，领导者需要明确地指导队伍，同时为队员们的成功树立起一个明确的目标。

### 第四段：队列培养的代价

很明显，一个优秀的军训队伍在某种程度上是代价昂贵的。队员需要付出很多时间和汗水才能达到这个高水平。这包括不断提高纪律，严格纵队，保证整齐，以及规范队伍的动作。但是，这一切是值得的。当你成为一个清晰有序、成熟、有条理、有协作意识的团队成员时，你将不仅在军队训练中受益，而且在你未来的职业生涯中也会给予你巨大的帮助。

### 第五段：结尾

总的来说，军训队列是一项锻炼纪律、协作、成熟度和团结意识的重要活动。通过军训队列的训练，学生们可以开发出追求卓越的品质，并学会如何合作和协同工作。此外，我们也应该意识到，队列培训不仅是一个积极的经验，同时也是一种需要付出齐心协力的长期努力。

## 军训队列训练心得篇三

### 第一段：引言（150字）

军训是每个大学生都要经历的重要阶段，其中队列排列是军训过程中最基本也是最重要的一项训练。通过队列排列的训练，我们不仅锻炼了纪律意识和团队合作精神，还培养了良好的仪容仪表和集体荣誉感。本文将总结我在军训队列排列训练中的体会和感悟。

## 第二段：培养纪律意识和团队合作精神（250字）

队列排列训练中，严格的站立姿势和动作要求往往需要我們严格遵守，这对于培养我们的纪律意识起到了重要作用。通过一遍又一遍的训练和纠正，我们慢慢学会了站得直、站得稳，让我们体会到了军人的威严和严谨。同时，队列排列还需要和队友们精密配合，要求我们快速统一的行动，培养了我们的团队合作精神。每个人的动作要力度一致，步伐要整齐划一，只有团队合作的默契，我们才能使队伍整齐有力地前进。

## 第三段：仪容仪表的重要性（250字）

队列排列训练中，规范的仪容仪表是军人最基本的要求之一。通过队列排列的训练，我们学会了如何整理衣冠、如何严肃的面对前方、如何端正的站立等。这不仅使我们的仪表维持在良好的状态，更培养了我们昂首挺胸、端庄自信的心态。同时，整齐划一的队列排列也体现了我们的集体荣誉感。无论是军训场上还是校园中，我们的队伍都成为了一道亮丽的风景线，表现出我们学校的凝聚力和团结力。

## 第四段：队列排列的挑战与收获（250字）

队列排列训练虽然看似简单，但实际练习起来并不容易。一开始，我们队伍中的每个人都会因为步伐不稳、姿势不正而被教官批评，但正是这些批评和不断的纠正让我们能够不断进步。通过坚持不懈的训练，我们慢慢克服了困难，姿势变得规范，队伍变得整齐划一，这给我们带来了巨大的满足感

和成就感。队列排列训练也锻炼了我们的毅力和耐性，让我们变得更加坚韧和不怕困难。

#### 第五段：结语（200字）

通过军训队列排列训练，我深刻感受到了纪律的力量，也明白了团队合作的重要性。良好的仪容仪表和集体荣誉感成为了我在日常生活中的准则，让我更加自信和自律。在未来的学习和生活中，我相信队列排列训练给我带来的这些收获将会对我有着深远的影响。我将继续保持对军训队列排列训练的热爱，将其体现在未来的工作和生活中，为社会做出贡献，为国家争光！

### 军训队列训练心得篇四

第二天，我们被拉去听入学教育讲座，心想挺好的，这天不用军训了，能够再玩一天，收拾收拾寝室了！然而老天就是习惯和我们开玩笑。就在那天下午qq群里来了通知下楼集合！我们穿着校服，扛着院旗，在助导的带领下我们走了一段很长很长的路，从南区一向往反方向走啊走啊，沿途的风景和那匆匆的行人在我看来怎样那么多的迷茫和无奈呢？谁也不明白走了多长时间，同学们都在讨论着些什么，一向料事如神的我在这个时候也不想说出那事情的真相了！我想谁也不说，就那样等待着总比说出来难过要好得多！

最后，我们到达了那块人间“地狱”——北区操场！看着操场上成群结队的同学，看台上坐着整整齐齐的助教，有一个老师在上边指挥着我们，让我们原地休息。我明白，它要开始了！它，是“魔鬼”，对，魔鬼般的军训！

正如我所料，我们的助教从看台上跑了下来，把我们带到了一块烈日炎炎的地方，给我们讲了讲军训的一些事情。就这样，我们的二十天军训时光就从这个下午开始了！

这个下午，我们就在这没有一点点防备的状况下开始军训！暂时没有教官，我们的助理教练员带我们训练，我们有说有笑，该训练训练该玩玩，但是一个暑假都没有运动的我，显得是那么的无力！心里默念，真的不能有太多期盼啊！真应了那句话：期盼越大，失望就越大！我们先学习最基础的立正、稍息、跨立开始。虽然看上去很简单，但是想要做到位可不简单，要注意手怎样放，脚怎样跨开，要接近60度。跨列要跨右脚，右手半握拳，左手抓住右手的手腕，放在腰际上，还有好多规矩呢！真是不练不明白，一练吓一跳！原先军训也得这么费脑筋啊！就这样一个下午过去了，我们结束了第一次训练！

第二天一早，我们五点多就起床了，因为有早操，我们拖着疲惫的身体爬起了床，腰酸背痛的用刺骨的凉水洗了一把脸就匆匆下楼集合了！困困的我们在想这是不是高考后的第一个早起日呢？瞬间一股怀念的热潮在我心中翻涌！我的假期……“噗噗…”一阵响声把我从幻想中给赶了出来，助教的大喇叭哇哇直响，把我们带到了南区操场！跳起了那个“妩媚妖娆”的“倍儿爽”，放不开的同学们都跳不好，直挨说！但也还是学会了动作。

吃完早饭我们被带到了北区训练场，这天的状况有些不对劲啊？啊，我没看错，来教官了！助教集合去主席台开会，我们在下面站军姿！最后回来的时候，我心里又有了什么预感。哈哈…真是机智如我啊！助教说：“谁愿意代表我们学院去学校标兵方队训练？这是给学院争光的事情，大家用心一点！”我的一个同学用心的站了出去，我怕累，就没站出去！

老天有眼！我被挑了出来，和那个男同学一齐去了标兵连队！标兵虽然苦，但我们坚持了下来！我们白天跟标兵训练，晚上在南区操场和自我的同学们拉歌！就这样一天又一天！

每一天训练下来，累得腰酸腿疼。我的教官是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到贴合要求为

止。其实教官也是心疼我们的，但他更期望能把我们的坚强、毅力练出来。军训生活的甜是一种“苦尽甘来”的甜，是训练场上教官表示肯定的一句话或一个眼神。这种甜是师生之间建立起来的一种深厚的友谊，就像一块朱古力糖，还会有丝丝苦味。真是让人回味无穷。

很快在一齐军训的日子过去了，转眼到了军训汇演了，我们都很亢奋！那一排排队伍犹如大树般站立在操场上，那一声声响亮的口令回荡在每一个人耳边。这是一种考验，这是一种磨练。在军训期间，教官曾说过一句话“流血流汗不流泪！掉皮掉肉不掉队！”这句话说明了一个军人就应严格要求自我，一切以群众为主，要有吃苦耐劳的精神，战胜困难的勇气。

我们的皮肤都晒得黝黑，衣服晒掉了颜色。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自我的使命！

军训汇演顺利举办，我们如释重负，但是感觉肩上多了一份力量，一点职责！我要把军训期间的作风带到日常生活和工作中去！学习军人的优良作风！不怕苦、不怕难！

## 军训队列训练心得篇五

军事礼仪队列训练是我们的专业课，这样的课程无论是哪个专业都非常之有用，它的应用范围和场合也非常广泛。学习此次课程不但能让我们懂得队列中的基本要素，更能让我感受到军人的力量。

队列训练课程是在第十四周开始的，当我捧着满腔热血的准备好再次的感受军训，可后来我才知道这课程的授教意义，胡老师说了：在以后，你们不但要懂得队列训练的基本要领，更要懂得如何训练他人。第一节课我们观看了以往的国家阅

兵典礼，阅兵典礼中，一个个整齐的步伐，洪亮的口号，气质高昂的穿透了我的心，深刻的体会到军人的威武。可没有人知道在他们的背后留了多少的汗水，擦破了多少的皮。慢慢的，同学们都被感染了，静静的看着视频。而我一直都有着军人的梦想，家里俩个哥哥都当兵的，多么希望能和他们一样，因为自己的缺陷而未能实现愿望，现在我想，就算没能当兵，我也能有一颗雄心壮志的心，努力做好最棒的自己。

接下来的课程我们还学习了向左向右看齐、齐步走、向前一步走，对于这种班级集体训练，同学们都非常认真，在学习体形训练时还学习下达口令，从下达口令中，透露出我们的自信和阳刚之气。

在训练中，我觉得每一个动作都要严格的标准要求，一次过不了关接着做第二次，重复着，直至达标为止，这样的训练需要大家团结一致的容纳在一起，才能成为一只真正队伍。