

最新北师大六年级数学教学工作总结(精选10篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

军训心得体会篇一

第一段：介绍军训的背景和目的（约200字）

近年来，军训逐渐成为大学生生活中不可或缺的一部分。大学生军训的目的不仅仅是提高身体素质，更是培养学生的团队意识和纪律意识。在军训中，学生们将感受到军人的艰苦训练和坚定意志，体验到集体合作的重要性，为日后的学习和生活奠定了坚实的基础。

第二段：军训中的艰辛与挑战（约300字）

军训期间，体力上的挑战是最为明显和直接的。长时间的晨跑、站立、仰卧起坐等体能训练，使我意识到自己身体的极限和不足。尤其对于一些体力较差的同学来说，军训更是一次重大考验。然而，面对这些挑战，我学会了坚持和超越自我。在队友们的鼓励和教官的指导下，我一步步克服了困难，逐渐提高了自己的身体素质。

第三段：军训中的团队合作（约300字）

军训不仅考验个人的身体素质，更强调团队合作和战斗力。在队列训练、集体操和口号喊等活动中，我们必须做到统一动作、齐声呼吸，以展示团队的整体形象和感召力。每个人

都有分内的任务和责任，只有在各自认真履行自己的职责的基础上，才能保证整个队伍的正常运转。这样的团队合作让我深刻体会到一个人的力量是有限的，但多个人的力量可以变得强大无比。

第四段：军训中的纪律意识（约300字）

军训期间，严格的纪律要求和规范让我领悟到纪律的重要性。从晨早的起床整理被铺，到餐厅的就餐顺序，再到军容的整齐划一，每一个环节都要严格按照要求进行。而且，任何违反纪律的行为都会受到相应的惩罚，这让我深刻明白自己的行为会影响整个集体的形象和凝聚力。通过这种训练，我的纪律意识得到了有效的加强，我也更加深刻地理解到“纪律是军队的生命，纪律是战胜一切困难的基本原则”。

第五段：军训的收获和启示（约300字）

通过这段时间的军训，我不仅体验到了军人的生活和训练方式，更从中收获到了许多宝贵的启示。首先，身体的健康和素质的提升是成功的基础。只有保持良好的体魄，才能应对日后各方面的挑战和压力。其次，团队合作和纪律意识是实现共同目标的关键。队友和教官的帮助和鼓励让我深刻认识到，集体的力量可以战胜一切困难，并取得更大的成就。最后，军训还让我明白了付出就有回报的道理。只有付出足够的努力和汗水，才能获得更好的收获和成长。

总结：

通过参加年军训，我不仅锻炼了身体，还学到了许多宝贵的经验和启示。军训中的艰辛和挑战让我变得更加坚强和勇敢，团队合作和纪律意识让我认识到团队的力量和纪律的重要性。这段经历让我更好地适应了大学生活，也为以后的工作和生活奠定了坚实的基础。

军训心得体会篇二

军训，是每个大学生在校园里必须经历的一段历程。这是一段很艰苦，但也很充实的日子。在这段时间里，我们学习了军事知识和技能，增强了团队合作能力，也磨练了意志和耐力。而今天，我想通过这篇文章，与大家分享一下我在军训中的心得体会。

第二段：关于军事知识和技能的体会

在军训中，我们学会了如何立正、稍息以及走路等基本动作。在每天观看的军事演示和讲解中，我们也了解到了如何使用手枪、步枪等武器，以及燃放信号弹、爆炸物等常用装备的使用方法。不仅如此，在实践中，我们也掌握了如何扛枪、快速起床穿衣等技能。通过这些训练，我认识到只有通过不断的实践和学习，才能掌握军事知识和技能。

第三段：关于团队合作的体会

在军训中，团队合作是必不可少的。无论是队列训练、军事演练还是体能训练，都需要团队合作才能完成任务。通过合作，我们互相照顾和补充，互相鼓励和支持，使团队更加凝聚力和战斗力。同时，我们也在训练中体会到了团结互助的重要性，并加深了自己对团队意识的认识。

第四段：关于意志和耐力的体会

在军训的训练过程中，我们不仅承受了高强度的体能训练，同时还面对着各种环境上的压力挑战。我们需要在炎热的天气下、长时间的日夜轮换以及复杂的训练环境中保持意志的坚定和耐力的持久。这些训练让我学会了肯定自己，激励自己，同时也锻炼了自己的体能，增强了自己的耐力。

第五段：总结

在这次军训中，我不仅学到了军事知识和技能，还锻炼了自己的意志和耐力，更重要的是，通过团队合作，我了解到了集体协作的艰辛和重要性。这次军训经历，对于我的成长和发展是很有意义的。我相信，在我们今后的生活中，无论遇到什么问题，只要保持坚定的信念，勇于面对，坚持不懈，永远不会被生活所打败。

军训心得体会篇三

第一段：正视军训的重要性（200字）

军训是每个大学新生都要经历的重要环节，它不仅仅是为了培养大学生的军事素养和国防观念，更是为了锻炼他们的意志品质、团队合作意识和应对挑战的能力。军训期间，我们接受了严格的训练，可以说是从一个“菜鸟”逐渐变成了一个有一定战斗力的士兵。通过这段经历，我意识到军训对于我个人的成长必不可少。

第二段：锻炼意志品质和团队合作（250字）

军训的严格训练让我深刻体会到了意志品质的重要性。在长时间高强度的体能训练中，我面对疲惫和困难时，时刻提醒自己坚持下去。不论是在跑步时被累得气喘吁吁，还是在武装操中艰难地举臂托腿，我都努力不放弃。这段经历让我明白了，只有拥有坚强的意志，才能在面对困难和挑战时勇往直前。

同时，军训也是锻炼团队合作意识的好机会。在集体行动中，我们要密切配合，互相协调，以达到团结一致、效率最大化的目标。在小组战术训练中，我们需要熟悉彼此的特长和才能，相互之间提供帮助和支持，尽可能地发挥集体的力量。通过与队友们的美好配合，我学会了倾听、理解和尊重他人的意见，同时也感受到了团队合作的力量。

第三段：培养应对挑战的能力（200字）

军训不仅在体能上给了我们巨大的挑战，还在心理上锻炼了我们的抗压能力。炎炎夏日里，烈日下的高强度操练和长时间的站立让我们倍感疲惫，但我们没有软弱，坚持到底。在极限训练中，我们不断超越自我，挑战个人极限，锻炼了我们的意志和毅力。这些经历让我明白了只有勇往直前，才能克服各种困难。

第四段：增强国家责任感（250字）

军训期间，我们不仅仅是个人的成长，更是国家责任感的培养。军训过程中，我们了解到国家安全对于一个国家的重要性，在训练中也领悟到了部队训练极为严谨和纪律的精神。在军营的生活中，我们体验到了军人的职责和使命感，进一步增强了对国家的热爱和责任感。这样的军训经历让我们明白，成为一名合格的大学生必须有责任感，为家国贡献自己的力量。

第五段：军训经历的收获与未来价值（300字）

通过这段艰苦的军训经历，我不仅提升了身体素质和军事技能，更重要的是学到了坚持不懈、团队合作、克服困难的精神品质。这将对我未来的学习和工作产生很大的影响。在面对挫折和压力时，我将坚定信心，勇往直前；在团队合作中，我将善于协调和沟通；在实践中，我将勇于接受挑战，不断突破自我。这次军训让我深刻明白了个人与集体的关系，为未来的成长和发展打下了良好的基础。

总结（50字）

军训是大学生生活中一段难忘的经历，通过军训，我不仅收获了体能和技能，更重要的是培养了意志品质、团队合作与国家责任感。这将对我未来的发展产生重要影响。

军训心得体会篇四

高中军训很苦，但是我们还是挺了下来！同时感悟了很多很多。

这次军训和以往的军训截然不同，比初中军训时更苦更累，流的汗更多。

教官姓齐，开始对他的感觉挺好的，看见他穿着教官的服装，不得不让我想起以前在雨花营地带我们的张教官，一张怀念的感觉涌上心头，教官给我的感觉难免会有一种亲切感。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直；陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五

分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次高中军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

军训心得体会篇五

首先，从物质层面来看，通过军训，我感受到了体能的提升。一开始我觉得蹲跳、俯卧撑等训练动作非常困难，但是在一个月的青春年华里，我身体强度得到了极大的提升。原本做不到的事情现在也变得有些轻松了。身体的强壮和体能的提升，让我不再感到轻飘飘、虚弱无力，能够更好地面对生活中的一切挑战。

其次，从心理上来看，军训带给我了自信和勇气。在军训过程中，我学会了坚持不懈，克服困难。像是最开始那跑两公里的体能测试，第一次跑不到900米，每一次听到下课铃声的时候，我都很想松一口气，但是我始终坚持着。最终，我成功完成了任务，跑了两公里，这时我感到了一种巨大的成就感，心身俱疲，但我知道我能行，能够超越自我，这份自信和勇气，会带给我更美好的未来。

第三，从团队协作上来看，军训让我深刻地理解到了团结和协作的重要性。在一个人陌生的环境里，我必须要和班级内的每一个人进行紧密配合，互相扶持。在执行任务时，我们必须密切沟通，团结协作，才能够如期完成各种任务。在这个过程中，我学会了如何与人相处、倾听别人的建议，以及如何互相支持。

接下来，从纪律和规矩上来看，军训让我深刻理解到了纪律

和规矩的重要性。在每次训练之前，教官总会强调纪律，为生活和学习养成严谨的习惯。这不仅提高了我对生活、学习的自律能力，更重要的是，这种习惯会伴随我一生，让我具备更强的生存能力和适应能力。

最后，从自我认知上来看，军训让我重新思考了成长与责任的关系。军训让我意识到成长的过程中，我们需要承担遇到的一切责任，没有人会替我们承担。这也就要求我们要有更高的自觉性和更强的责任感。同时，军训也让我明白到，成长不是一个独立的过程，我们需要参与到一个大集体的成长过程中，才能更好地成长。

总之，这一个月的军训经历，让我获益匪浅。我有幸拥有了一些基础和优势，但是我的成长之路任重而道远，我需要在以后的日子里继续发扬训练时的坚韧和不屈，践行军人精神，不断提升自己的综合素质，为自己、家人、社会都做出贡献。

军训心得体会篇六

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。我以前的同学都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长？溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。先是全体七年级同学一起参加一个军训仪式并认识各个班的教官，我们七三班的教官是一个皮肤黑黑的而又是一个表面看起来和蔼实际挺严格的一个人，随后我们又跟随教官来到操场。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可

是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，两手……”

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训最后一天，汇操表演。先是一班的表演，我们看了都感觉我们班的最差劲，那些男生还在说什么我们班肯定是最后一名。不一会儿，就到我们了，我们在一声声的口号中动了起来，我发现此时此刻的同学们都仿佛变了一个人似的，动作快的跟上了，动作慢的也跟上了，大家都在尽心尽力的完成这次的军训表演，我们动作一致，外里如一，精彩的表演博得了一阵喝彩，此时我知道了：现在南溪中学是我们的骄傲，在未来，我们将会是南溪中学的骄傲。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，和团结就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

军训心得体会篇七

军训是很苦的，但同时也是很有意义的！第一要克服的是站姿，一开始我总搞不清为什么那些教官老喜欢我们一动不动的站着，而且要抬头挺胸，目视前方，手贴紧裤腰带中缝。我想因为我们太急躁，没什么忍性，所以要磨磨我们的锐气！

教我们的教官是个广东人，大家都说他腼腆。有时候我也这么认为，他很喜欢笑，全没有教官的模样。我是说他一点都不严，教官在人们心中一般是很恐怖的。对人无情，但我们的教官不，他对我们非常好。因为他教我们做动作的时候不是命令式的，而是加上我希望你们……还有我们没军训多久他就会说活动一下，活动一下！对于这个，我想还有一个原因，那就是隔壁连有一次一高个女生晕倒。她的教官抱她去医务室，但她的教

官抱不动(这些教官年纪都很小,我教官也才21)他就叫我教官帮忙,于是他们一起把那女生抬走!回来时第一句话就是:太重了!我们看着他擦汗,笑个半死.他最后说:你们千万别有人晕倒,我可是抱不动,你们谁不舒服就说,赶紧去休息.因此,他除了老是让我们休息外,还总是教我们偷懒又不被领导发现.

军训除了让我们更懂纪律,更加能克服困难,不怕辛苦,不怕太阳晒之外,还让我们体验到集体的快乐,我们一起吃苦,训练,因此更加懂得团结就是力量!

我们下课的时候都会围坐在一起,教官有时与我们聊天,更多的是教我们唱歌.我们还学拉歌,每天玩的不亦乐乎,让我们暂忘军训的疲劳!

军训让我学到了很多,虽然只有短短的十天,但决不会减少它所带来的影响.自教官们离开后,我发现每天锻炼的人越来越多,还有两支连对坚持着迷彩服锻炼.虽然后来听说是去参加什么比赛,但我想除了这个原因还有更深的相法吧!

军训心得体会篇八

进入大学的军训,对我们来说无疑是一种挑战,一种磨练,一种人生的体验.由于上学期xx省xx市受甲流的影响,全院全体xx级的军训在这学期末拉开了帷幕.虽然军训推迟了,可同学们渴望军训的激情仍然高涨,等待这次军训的到来.

两天的军训,宽敞的马路过道成了我们的战场,而在这个战场上,我们就是一道靓丽的风景.整齐的队列,笔挺的身子,使我们用意志描绘的风景;震天的呐喊声,嘹亮的歌声,使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡,休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌,在歌曲中体会和感悟当代军人的风采.两天的军训,是苦,是累,是痛,无论是流着汗水的脸颊,湿透的衣服,还是发痛的双脚,都让我们难以忘怀.

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

军训心得体会篇九

准军训是每个学生军训之前的准备训练。在这个过程中，学生们接受严格的军事训练，学习枪械使用技巧、团队协作以及平时必备的军事技能。这场准军训不仅让我们锻炼身体，还增强了我们的团队意识和协作能力，成为了班级中更紧密的集体。

第二段：身体锻炼的重要性

准军训的一大特点就是强化了体育锻炼的重要性。除了一些常规的体能训练，每天早晨的晨跑让我对身体锻炼有了更深入的认识。作为一名文艺生在平时很少运动，准军训中的每一次伏地挺身，都让我感到自己的身体素质有了突飞猛进的提高。而锻炼身体过程中，还能够放松紧张的情绪，为后续的学习和生活得到更多的能量。

第三段：团队意识与协作能力的提升

除了身体的训练，准军训还培养了我们的团队协作能力和意识。进行各种军事训练时，无论是装备调配还是战术使用，每一个环节都需要我们团队中每个人的紧密配合。通过演练，我收获了参与其中的喜悦和对团队的认同感。这些感受在后续的学习和生活中经常发挥作用。

第四段：对爱国主义情感的进一步了解

准军训中还涉及到了许多关于爱国主义的课程讲解，让我们对爱国主义的概念和实践有了更深入的认识。我们学习了国家的历史和文化，学习了先进的人民军队事迹，听取了经验丰富的军人的经历分享，领略了国家的辉煌和壮丽。这些感受使我更加心向祖国，坚定了自己投身祖国建设的决心。

第五段：结语

准军训是一场短暂的体验，但这段时间里，我们为自己的人生增添了宝贵的经验。在这样的过程中，逐渐认识到了自己和团队中每个人都有着潜在的能量和潜力，让我们信心满满，充满向上的力量。准军训不仅仅是锻炼身体，还培养了我们

对团队的敬畏和尊重，让我们更好地拥有未来的前进力量。