

2023年军训军后心得体会(大全8篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

军训军后心得体会篇一

第一段：引言（100字）

军训是大学生生活中必不可少的一部分，它不仅帮助我们培养意志力和团队合作精神，更能锻炼身体和磨练性格。经历了几个星期的军训，我体会到了许多人生的道理，也收获了一些宝贵的心得体会。

第二段：军训的磨砺（200字）

军训是一次对大学新生进行全面锻炼的机会。艰苦的生活环境、严格的纪律要求以及繁重的体能训练，让我们逐渐适应了严苛的大学生活，并且养成了良好的生活习惯。我们要在规定的时间内完成各项任务，这极大地培养了我们的应变能力 and 团队合作精神。经过军训，我意识到早起的重要性，也体会到了坚持不懈的力量。

第三段：军训的意义（300字）

军训让我认识到军人的辛苦和牺牲精神，进而增强了我对国家和社会责任的认识。军训中，我们不仅要完成严格的体能训练，更要学习军事理论、军事礼仪等。通过学习和模仿军人的一举一动，我们深刻领悟到对他人的关心和尊重的重要性。我们要学会与人合作，互相帮助，在团队中找到属于自己的位置。同时，军训也让我们认识到自己身上的不足，进而激发出更大的潜力和动力。

第四段：军训的收获（300字）

军训中，我不仅增强了体质，也锻炼了坚韧不拔的毅力和自律的精神。通过反复的操练和穿越长途行军，我学会了不怕困难和挫折。在炎热的夏日，我感受到了自己的身体能够适应各种环境。我不再害怕挑战和困难，而是愿意主动面对并努力克服。军训让我明白了什么是真正的团队合作，大家一起克服困难，齐心协力完成任务，这种感觉令人难忘。

第五段：心得体会与展望（300字）

通过军训，我学会了坚持和团队精神。坚持不仅是坚持到底的意志力，也是保持积极心态和良好习惯的表现。军训中，坚持不仅让我们更好地适应军事训练，也对我们今后的学业和工作生活有很大的帮助。在未来的大学生活中，我将更加注重锻炼身体，保持健康的生活习惯。我还将继续保持坚持和团队精神，与同学们共同进步。

通过军训，我收获了很多，不仅仅是体力上的锻炼，更是精神上的成长。我相信，这种成长将对我的大学生活和未来产生积极的影响。

总结（100字）

军训是大学生生活中的一次重要经历，它帮助我们锻炼身体，培养意志力和团队合作精神。通过军训，我学会了坚持和团队精神，也对国家和社会责任有了更深的认识。在未来的生活中，我将继续保持良好的生活习惯和坚持不懈的精神，迎接更大的挑战。

军训军后心得体会篇二

军训，作为大学生生活中的一段特殊经历，对于每个参加军训的大学生来说都是一次珍贵的体验。通过军训，我们不仅锻

炼了身体，磨砺了意志，更获得了许多宝贵的心得体会。下面我将以五段式的形式，分享我的军训心得体会。

首先，军训让我深刻体会到了团结合作的重要性。军训期间，我们在不同的科目中，要求相互配合，互相支持。在站军姿时，若有一人站起或放下的动作没有同步，就会影响整体形象。因此，我们必须时刻保持一致，互相提醒，这时的举手之劳，便起到了至关重要的作用。

其次，军训教会了我坚持不懈的精神。军训时，我们每天都要穿着厚重的军装，在高温天气下步行、跑步，无论有多累，都要坚持下去。训练中的体能训练，更需要坚持不懈的努力。通过这种锻炼，我深刻体会到了“不怕苦、不怕累”的重要性，只有坚持不懈，才能达到预期的效果。

再次，军训让我更加了解自我，提高了自我管理能力。在军训期间，我们要按照时间表进行训练、休息和学习，对时间的合理安排显得尤为重要。如果不能正确估计时间，到场晚了或早退，就会失去锻炼的机会或影响他人。因此，我必须更加注重时间管理，更好地安排自己的学习和生活。

另外，军训还让我认识到了责任意识的重要性。军训中，每个人都要对自己的行为负责，并时刻保持良好的仪容仪表。此外，在组织活动时，我们要承担起自己的责任，做好自己的本职工作。只有时刻保持责任心，才能更好地服从指挥，更好地完成任务。

最后，军训也让我明白了困难和挑战的重要性。军训时，我们常常会遇到各种各样的困难和挑战，如天气的变化、任务难度的增加等。但是，只要我们迎难而上，有勇气面对困难，就能够克服困难，取得最终的胜利。因此，军训教会了我在面对困难时保持乐观的心态，勇往直前的精神。

总结起来，通过军训，我深刻体会到了团结合作的重要性、

坚持不懈的精神、自我管理能力的提高、责任意识的培养以及面对困难的勇气。这些都是极为宝贵的心得体会，将对我今后的生活起到积极的影响。因此，军训不仅是一段特殊的经历，更是一次宝贵的人生财富。让我们怀揣着这些心得体会，以更加自信的姿态继续前行，迎接生活中更大的挑战。

军训军后心得体会篇三

军训是每个大学新生生活中的一个重要部分，它不仅磨炼了我们的意志力和毅力，也让我们懂得了团结和合作的重要性。在这次军训中，我收获了许多宝贵的经验和体会，让我对自己和未来有了更深刻的认识。以下是我对军训的心得体会。

首先，军训让我意识到了生活的自律和规律的重要性。在军训中，我们的时间表被严格规定，每天早上准时起床，按时吃饭，按时参加各种训练和活动。这样的生活让我养成了良好的作息习惯，并让我意识到时间的珍贵。在以后的生活中，我将更加注重时间的管理，合理安排自己的学习和工作，使生活更加有序和高效。

其次，军训让我懂得了团结合作的重要性。在军训中，我们和其他学院的同学一起生活，一起训练，也一起面对各种困难和挑战。在共同的目标之下，我们学会了相互帮助，互相支持。每天的晨跑、集合和队列训练，需要我们紧密配合，相互支持，只有团结合作，才能完成任务。这次军训让我意识到，只有团结合作，才能在困难面前取得胜利。在未来的生活和工作中，我将积极与他人合作，携手共进，实现更大的成就。

再次，军训也让我更加认识到了自己的潜力和能力。刚开始的时候，我觉得军训无比辛苦，每天的体能训练让我感到筋疲力尽。但是随着时间的推移，我渐渐意识到自己的潜力，我可以做得更好，我可以坚持下去。每一次的进步和突破都让我充满了自信，让我相信只要努力，就能够战胜任何困难。

和挑战。这次军训让我明白了“胜者为王，败者为寇”的道理，以及努力和坚持所能带来的成功和成就感。

最后，军训也让我懂得了军人的艰辛和奉献。在这短短的一个月里，我们只是体验了军人训练生活的冰山一角，但是我们可以想象到，军人们每天所经历的辛苦和压力。他们为了国家和人民的安全，放弃了太多，包括家庭团聚、个人自由和安全。军训让我意识到军人的职责和使命，也让我对他们的付出和牺牲心生敬意。

综上所述，军训是一次艰苦而有意义的经历。通过这次军训，我不仅学会了自律和规律，懂得了团结和合作的重要性，也更加认识到了自己的潜力和能力，以及军人的艰辛和奉献。这些宝贵的经验和体会将伴随我一生，让我在未来的生活和工作中更加勇敢、坚强和坚持。军训，让我成长，让我变得更好。

军训军后心得体会篇四

在自己的想象之中，军训很苦很累，但是没有真的感受过的话，还是对那种”苦“报以无所谓的态度。我曾经住在空军部队的平房里，所以并不担心自己能否适应部队生活，同时，也不好奇军营里面的一切。

我踏进了我并不陌生的军营，开始了一段崭新、充实的生活。

刚刚踏入军营，我并没有什么感觉，我似乎已经做好了足够的心理准备面对接下来8天的生活。我们先到了宿舍，这个宿舍建于1980年，这么有年头的宿舍必然在我们眼前显得破烂不堪。我们10个人被分到了三层的宿舍，里面尘土飞扬，木床板翘着，钉子还突了出来，我们这几个没有拿褥子的学生都质疑着到底能不能睡人的时候，几床军绿色的褥子解救了我们。中午的午休，我们这些新室友几乎都没睡，玩起了”真心话大冒险“，我们这才有了集体生活的感觉。

上午1个小时的早训，再训练4个小时，下午3个小时，还有2个小时的晚训。就这样，如此充实的军训生活开始了，每天如此循环。我几乎从未过过如此有规律的生活，哨音就是命令，哨音一响所有人洗漱、集合、保持安静、熄灯。我们每个人听到哨音，一开始都是紧张慌乱的，后来渐渐熟悉时间规律，也就自觉的做好准备。前些天，每天训练的内容都是站军姿、练起步、正步、跑步。虽然那几天天气还算凉爽，但是总会出一身的汗，晚上我们便要跟”下饺子“一样冲进大众浴池，5个人一个水洒的勉强冲一冲。每次洗澡都像是都打了一场仗，现在我都有些恐惧去浴池洗澡了。

之后几天，我们的任务就是准备最后一天的阅兵式。我们年级组起了四个方队，真的像迷你国庆阅兵式一样。我非常荣幸以我身高的原因被选为方阵的领队。我的任务说简单也简单，我不需要和格斗方阵一起上场打格斗，可说难也难，我们需要敬礼、需要喊口号，错一步，整个方队就乱了。身为领队最大的福利就是有”加餐“。吃饭时我碰巧坐在领队的教官旁边，他总是用”命令“的口吻让我吃西瓜、喝奶。待遇真真儿的不错。训练之中令我最苦恼的就是中途换行进音乐，我总是不自觉的捣步子，乱了整个方阵。我们另一名领队商量了半天，分好了工，每人负责自己不会出错的部分，如果拿不准就说”一、二“之后一起下口令。我们便比之前的默契多了许多。一遍遍阳光的炙烤把我俩都晒伤了，我俩换了长裤仍坚持着。虽然最后的演出还是存在不足，但是我很庆幸有了这次的经历。

军训让我们学到了很多。我们不依赖家长，自己洗衣物；安排好自己的时间，不再慌乱；面对辛苦的训练，没有退缩，仍然坚持……我们每个人都有自己委屈的原因，但我们没有哭泣，继续在人生的沙场上顽强拼搏。

军训军后心得体会篇五

进大学，就意味着务必理解军训考验。对我们这些一向生活

在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，理解阳光的洗礼，应对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这但是我第一次与军人接触。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，这天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真切切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的资料或许是单调的。每一天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。但是努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每一天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。

每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最简单的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每一天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样貌，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在那里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了

。回想起这些日子，我感慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的职责，它告诉了我们应对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我明白应对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力但是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁最终的胜利者；

谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

军训军后心得体会篇六

早晨，我昂首阔步，心中充满期待，因为今天就要开始军训了，一段未知的生活。

然而它并没有我想像中那么快乐、轻松。刚开始站军姿，我双腿抖得特凶，站了一会儿，我身体已经快支不住了，我这都是因为平时不训练呀！尽管我快倒了，我的信念支撑着我，坚持不懈！我心中想：别人都不倒，我也不能倒；就算别人倒了，我也还是不能倒！但这一半天下来，我感觉我的腰已经断裂了，撕心裂肺的痛！但我忍着没有抱怨。

我怎么敢抱怨呢？从小到大，到现在，我的毛病多，我做事三分热，注意力不集中，以至于今天做错了一个动作，喊报告声音也太小，以致被教官罚大声喊报告三十声，这只是一个小小的惩罚，但它却是治病的疗药，我会铭记于心，因为这是对我注意力不集中的第一个惩罚，通过今天一天的军训，我也想通了许多。

我不是为失败才来到这个世界的，我的血液里没有失败在流动，我不是任人宰割的羔羊，不是松懈的人。我是猛狮，不愿与羊群为伍，我不想听因没有坚持而失意的人的哭泣，我更不能成为这样的失败的人，因为失败者的屠宰场，不是我命运的归宿。

生活中要不松懈不难，用毅力控制住，只是在你认为你快不行时，再咬牙向前走一步、再走一步、还走一步、每次前进一点，简单，但贵在坚持不懈。

在今后的生活中，以及为期一个周的军训中，我必须坚持不懈，坚持人生原则，坚决完成军训中的要求。只要我一息尚

存，我就不会松懈，因为，我已深知成功的秘诀：坚持不懈，终会成功。所以我必须坚持不懈，直到成功！

军训军后心得体会篇七

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。这也这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。

军训军后心得体会篇八

随着新学期的开始，半军训作为一种全面培养学生健康体魄和团队合作精神的的活动，被广泛推广和实施。在经历了一段时间的半军训之后，我深刻地意识到，这不仅是一次体育锻炼，更是一次对意志的锻炼和修炼。下面，我将从半军训期间的锻炼、团队合作、坚持不懈、意志力和自律五个方面，进行心得体会。

在半军训期间，持续的锻炼是最直观的感受。每天早起进行体能训练和晨跑，无论是身体的耐力、力量还是反应速度，都得到了明显的提升。通过有规律的训练，我渐渐养成了良好的生活习惯，早睡早起，更有精力去应对一天的学习和生活。同时，在锻炼中，我也认识到自己的不足之处，比如某些动作技巧的不准确，体能持久力的欠缺等。这使我有了一个清晰的目标，通过刻苦训练来提升自己的能力。

半军训期间，团队合作被强调并实践。在合唱排练、方队训练和竞赛中，每一个人都要承担一定的责任和角色，而这种分工和合作正是团队合作的体现。只有我们每一个人都能认识到个体的重要性，才能辅佐团队达到更好的成绩。通过与队友的配合和互相鼓励，我深刻的体会到了团队力量的强大。在团队合作中，我也学会了互相信任和协调合作，这将对我

今后的学习和工作中产生积极影响。

在半军训的过程中，坚持不懈是一种品质的锤炼。有时天气炎热、身体疲惫，但我们仍然得按时到达训练场进行训练。这样的坚持不懈让我意识到，只有坚持下去，才能收获到更大的成果。在半军训中，有时候会遇到一些困难和挫折，但是只要带着积极的心态去面对，坚持努力，一切困难都会被克服。通过这样的实践，我体会到了坚持不懈的力量，这种力量将成为我未来面对各种困难和挑战的资本。

意志力和自律是半军训体会中最为重要的因素之一。在训练过程中，往往需要长时间的坚持和艰苦的训练，需要战胜自己的惰性和怠惰。只有具备了坚定的意志力，才能一直保持积极向上的精神状态。同时，半军训也培养了我们的纪律意识，我们要按照规定的时间参加训练，做到自律。这种自律的要求，提醒我在日常生活中也要自觉遵守各项纪律，养成良好的行为习惯。

综上所述，半军训不仅仅是一次体育锻炼，更是一次全面培养学生意志品质和团队精神的活动。通过半军训，我不仅认识到了自己的不足和需要提高的地方，还培养了坚持不懈和自律的品质。这些对我来说具有重要意义的心得体会，将对我今后的学习和生活产生积极的影响。我相信，通过这次半军训，我不仅仅变得更加健康和强壮，更重要的是在人生道路上迈出了坚实的一步。