

2023年军训开营心得 军训心得体会 辣(模板7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

军训开营心得篇一

军训，是每个大学生都会经历的一次苦痛与磨练，但也是一次人生难得的锻炼机会。在这段为期一个月的时间里，我经历了很多艰苦的挑战和阶段性的成长。回顾这段过程，我深深体会到，军训不仅仅是锻炼体魄，更是一次锻炼意志和品质的机会。

二、痛苦与挑战

前几天，我还在感叹自己的不堪一击。在所有队员中，我的体能和体力都是最差的。都快到崩溃的边缘了，每一天都是如此不堪重负，当然，人很难不去想无数的借口和藉口。然而，此时我的指导员告诉我：你需要的是一个“再来一次”的勇气，而不是无数次的失望。从那一刻起，我开始更加认真的对待军训，不断挑战自己，超越自己。

三、意志与品质

有时候，成功不仅仅是脚下的路，还有一种从容淡定，在面对困难时可以坚定自己的决心，用坚强的内心去面对逆境。这股不屈的精神将会伴随我们，在往后的成长过程中，我们会体会到这股力量的无穷价值，在困境中，不屈不挠，愈挫愈勇。

四、人际互动与团队合作

单打独斗，不是团队的精神。在军训中，通过与队友的相互扶持，相互鼓励，我也慢慢明白了“没有一个人是带着铁鞋从大海上走来的”，合作和互相理解、互相支持不仅仅是在问题上需要团队合作，更是一个值得信任和关心对方的伙伴体系。只有百分之百的信任才能构建起这样一个和谐的合作体系。

五、总结

军训让我得到了很多，体重的下降、心肺功能的增强、意志品质的提升等，也让我体悟到，做任何事情都要咬牙坚持下去，要一步一个脚印的一步一步走出来。感恩这一段经历，成长需要这样一个过程，让我们在困难中坚强，让我们在失败中成长，在人生中找到真正的自我。

五年过去了，回忆起军训这段时光，这场青春的滋润中总有几分甜酸和上下起伏，但它铭刻在大家心底的印记无法抹去。这场军训多少颤抖了一下我们坚强的年轻心灵，但也它熬炼了我们心志，使我们拥有了无畏的决心和淡然超脱的情怀。

军训开营心得篇二

随着一声嘹亮的哨响，为期12天的新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们感受到了一股莫名的感动。离别稍瞬即逝，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，在掌声当中变得看不清，我看到了一些泪光在同学们的眼里闪烁，心中甚是感动过和说不出的滋味，回想那时候刚刚军训的时候。

训练场上异常齐整的队伍，熟悉的步伐和形体。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威

严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自己，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间；曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆；以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切；曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望；用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

军训开营心得篇三

军训是大学生生活中至关重要的一部分。作为一名大一新生，从我进入大学的第一天开始就开始了为期一个月的军训。通过这段时间的锻炼，我收获了许多宝贵的经验和体会。首先，军训教会了我坚持不懈的精神。其次，军训让我明白了团队合作的重要性。然后，军训加强了我自律自强的意识。最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。通过这一段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。

首先，军训教会了我坚持不懈的精神。在军训中，我们要经过严格的体能训练和军事技能的学习。这些训练项目非常艰苦，让我多次想要放弃。然而，我明白了只有坚持下去才能取得进步。每一次的汗水和疲劳都是我成长的经验，让我变得更加坚强。在军训结束时，我已经不再是一个软弱的新生，而是一个具备坚韧精神的大学生。

其次，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训中，我们每天都要进行集体训练和集合队列，要求我们相互配合和默契配合。每个人都有自己的任务和责任，只有合作才能完成任务。我记得有一次，在队列训练时，我没有按时抬头，结果引起了整队的不整齐。这让我认识到自己的错误不仅会影响自己，还会影响整个团队。从那以后，我更加注重与队友的配合，在团队中发挥自己的作用。

然后，军训加强了我自律自强的意识。在军训中，我们不仅要遵守军事纪律，还要按时参加各项训练和活动。只有准时完成任务，才能得到指导员的认可和肯定。这让我明白了时间的宝贵和规律性的重要性。因此，我开始制定计划和目标，严格按照计划执行。我学会了自律和自强，这对我以后的学习和生活都有很大的帮助。

最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。在军

训期间，我了解到军人的辛苦和付出。他们无私的奉献和对国家的忠诚让我深受感动。在军训中，军官们严格要求我们，但他们也是我们的榜样和引导者。我从中学到了优秀军人的操守和品质，对他们有了更深层次的尊重和敬佩。

通过这段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。军训让我成长为一个更加坚强、自律和有责任心的人。我相信这些品质将在将来的学习和工作中发挥重要作用。我也更加理解和尊重军人职业，对他们的奉献和付出表示敬意。军训经历让我受益匪浅，我将牢记所学，努力成为一个对社会有用的人。我相信，通过军训，我在大学生活的起点上迈出了坚实的步伐。

军训开营心得篇四

军训是大学生生活中难忘的一部分，对于我来说也是如此。参加完军训后，我深感军训不仅仅是一种体能训练，更是一种磨砺意志、培养团队精神的重要方式。通过军训，我不仅对自己的身体素质有了明显的提升，更明白了团结合作的力量以及严守纪律的重要性。

首先，军训提高了我的体能水平。刚开始的时候，体能训练让我感到十分疲惫且乏力。每天早晨起来，身体还没有恢复过来，就要开始各种体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等。初始的几天里，每一次体能训练都是一种折磨。然而，随着训练的进行，我的体能逐渐增强。我能够跑得更远，做得更多的俯卧撑和仰卧起坐。这不仅让我更加自信，也让我明白了只有通过不断的努力和坚持，才能达到自己的目标和挑战自己的极限。

其次，军训教会了我团队合作的重要性。每天的军训课程都需要我们整齐划一地行动，需要我们相互配合，形成一个紧密的团队。在队伍中，我明白了自己的行动会影响到他人，要想整体达到最好的效果，就需要每个人都发挥自己的优势

和努力。在军训中，我学到了如何与他人合作，并领悟到只有团结在一起，才能取得最好的结果。

第三，军训让我树立了严守纪律的观念。军训中的纪律要求严苛，每次上课之前都要做好准备，保持队伍整齐划一，服从指挥和组织。一丝不苟的纪律要求让我更加严肃和自律，并且帮助我养成了良好的习惯。通过遵守纪律，我明白了纪律的重要性，纪律可以让我们更加有组织性，高效率地完成工作，使整个集体更加团结和有力量。

第四，军训让我变得坚韧不拔。军训期间，天气炎热，训练强度大，往往会使人感到身心俱疲。然而，面对这样的挑战，我学会了坚持。无论是被酷热的阳光晒得满头大汗，还是累得腿软步履蹒跚，我都告诉自己，只有坚持下去才能取得更好的成绩。我逐渐明白到，只有在面对困难时坚持不懈，才能克服困难并取得成功。

最后，军训让我明白了自己的潜力。参加军训让我意识到自身的潜力是无限的。通过不断的尝试和挑战，我发现自己的潜力远超过以前的想象。我可以跑更远的距离，做更多的俯卧撑和仰卧起坐。这种意识让我更加自信，也让我对未来充满了期待和信心。

总而言之，军训是一次磨练意志、培养团队精神的宝贵经历。通过军训，我不仅在体能上得到提高，也学会了团队协作的重要性，以及纪律和坚持的重要性。我相信这些经历将对我未来的生活产生积极的影响，让我更加坚韧、自信和成熟。

军训开营心得篇五

在经过小学六年的风霜雨露后，我踏进了初中的校园。在步入这新学堂前，我与新同学经历了四天的军训生活，我颇有感慨。这四天，看起来很短暂，但对于我，却是度日如年，一刻也过不下去了，我们顶着太阳，在操场上站军姿，练队

列，跑步，穿着长长的迷彩服，耀眼的阳光照在眼睛上骄阳似火，对于我来说简直是一种煎熬。我们的军训一天比一天苦，一天比一天累，心里无数次的打起退堂鼓，但一看到其它同学都在坚持，我也坚持了下来，最后一天，有几位叔叔，阿姨来加成我们的军训成果，我们都将自己最好的一面展现了出来，结果取得了好成绩。老师表扬了我们，我心里比吃了蜜还甜。我们的努力没有白费。这次军训使我知道自己肩上的责任，军训这一课让我终身难忘，受用一生。军训使我们的'体质增强了，意志磨练了，军训这一课带给我们的是一本读不完，看也看不尽的书。这次军训使我知道了要独立，自主，做事要坚持不懈，要具有永不放弃的精神，才能取得成功，取得胜利。

“嘟嘟嘟”伴随着一起嘹亮的军哨响起，我们学校为期四天的军训生活拉开了序幕。这声嘹亮的军哨声，为我六年的小学生活画上了圆满的句号，也为我崭新的中学生活吹响了号角。

军训生活的艰苦是我从未想到过的，一天中大部分时间都在练习，操场上似乎永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水，一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起。在练习了许多遍之后，终于成功了。

军训第一天，教官首先让我们站军姿五分钟，五分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，五分钟在我们眼里就是漫长的冬季炎热太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢双脚成60度，挺胸收腹，双眼目视前方，大家都像电线杆子似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后的喷涌出来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走的快一点，或者下一点雨刮些凉风但这些都是幻想，有时候我忍不住想动了，就会在心里默默的念，坚持就是胜利，五分钟终于到了，大家终于在教官的一声“解散”中一哄而散。

四天的军训生活终于结束了，我早已疲惫不堪。刚学立正时，我就疑惑了，为什么体育课中经常作的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细的教导，为什么一个左右转要如此煞费苦心练习，4天的军训生活已让我明白：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力，练转身，体现了人类敏捷的思维。这次军训让我终身受益。

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍，军训结束了，而过程的点点滴滴却成为我永恒的记忆，我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富。

军训开营心得篇六

每一段军训后，都有十分钟的休息时间，这十分钟的精彩能让我们充足干劲，在身体和精神上得到最大的放松。

“教官，来一个；来一个，教官；叫你唱，你就唱，扭扭捏捏不像样，不像样……。”这是我们学会拉歌后对交换的捉弄之一。我觉得拉歌是我们最为疯狂激烈的活动，我们常常连对连，甚至营对营地进行。声势浩大与其中的诱惑，让我们每个人都不由自主的忘情地扯开自己的嗓门用“豁出去”的声音嚎出来。尽管喊得声音嘶哑喉咙冒烟也毫无停止之意，好不知晓毫无怨言。像这些激烈的“休息”方式还有接力比赛、跑步比赛、转圈比赛等。我们也有文静的休息方式，如教官教歌，自我推荐唱歌表演，和教官寥寥军中生活，交流内心等！

在精彩的休息中，我们不仅学会了团结，而且学会了大胆地展现自我。

“寒风飘飘落叶，军对是一朵绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈妈……。”柔和还带伤感的旋律，各种唱出我们离家人的心思，歌词中那刺激人内心深处的词眼……我们都哽咽着。整个人落入了最为安静的状态之中，各种静的情在向我们蔓延。

当然，上面孩子是军训之情中的一种，也算是最为悲凉——想家之情吧！我们还建立了许多欢乐的友情，通过军训使得我们来自各地的陌生同学心灵拉近，彼此了解，在短时间内建立起一般情况下不可能得到的真情。让我们都能够在大学生生活中更快的融合！

与教官的感情称得上是复杂的感情，教官在训练时的严格，在休息时的温柔，在生活中的照顾，在学习上的鼓励……是同学？是朋友？是长者？是老师？……..都是又都不是……所有的一切构成难以形容的情感。对这份妙不可言的情感，我们都珍贵得如珍珠般的收藏在内心。现在教官走了，留下了我们复杂的心情，不过我们相信我们很快会将这份心情转化为前进的动力。

各种军训中培养的真情开始了我们的求学梦。问世间情为何物，直添生活之精彩。

军训开营心得篇七

今年暑假，我参加了大学军训，这是我人生中第一次接触军训，虽然说在学校里，在旁听过一段时间的军训课程，但是还是感觉到有些紧张和不安。在开始军训的几天中，我的体能和体力都在逐渐的得到提升，同时也加深了我对于军队的认知和了解。在军训中，我不仅锻炼了身体，也收获了很多心灵的寄托，下面我就来分享一下我的跟军训的心得体会。

第二段：锻炼意志，增强团结合作意识

在军训过程中，我逐渐学会了如何去坚持和忍耐，多次的长途奔袭、硬地攀爬等动作训练，让我感觉到自己在体能的提高之外，还因而锻炼了自己的意志，有时候我可能只是一身疲惫，只想休息，但当你听到战友的呼喊声，你会想起他们和你一样都是在和你一起搏斗，大家互相鼓励、支持，也就越来越能够慢慢的坚持下去。在训练的过程中，也会有许多

的团队协作、配合训练，这不仅让我深刻认识到一个人的力量是有限的，而且感受到了团队协作合作的精髓和重要性。

第三段：培养自信心，学会坚持

很多时候，我们会觉得自己的身体不够强健，很多训练也是初次接触并且有困难的，但是学会了坚持和不放弃，你就可以成功的完成一个个难度更高的训练。当学会了坚持，就可以在心理上培养出自己的信心。在跟军训的训练过程中，我不仅让自己的身体因而得到了锻炼，也逐渐变得更加自信，从而更加的坚定自己所追求的目标。

第四段：加深对军事文化的了解和认知

军训不仅锻炼了身体和意志，也让我对于军队有了更加深刻的了解。在军训的课程和讲解中，我学到了很多关于军事文化方面的知识以及军队队伍的情况等等。这让我感觉到军队的精神不仅在于其战斗力的提升，也是在于它所承载的人民、国家的责任感和荣誉感。军训过程中，我也了解到了更多军队队伍的作战技巧和防御结构等等的一些知识，这使我更能认知到军队的重要性。

第五段：总结心得，表达感慨

从学习到了更好的团队协作，到对于军事文化有了更深的认知。这场军训不仅让我感受到了自己的潜力，也让我深刻认知到了人类团结、团队协作的力量，同时也锻炼了我自己的意志和身体。军训过程中让我学会了坚持和不放弃，这是自己必须要学会的。最后，我想说的是，参加军训不仅是一种锻炼身体和养成好习惯的方式，也可以感受到自己所追求的目标心理上的成就。