

2023年军训心得体会(精选7篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

军训心得体会篇一

“谁能告诉我军姿的要领！”“报告！三挺两收一上顶！”“你叫什么！”“秦逸！”“好！放松站！”绿茵场上，我们全副武装的新警正头顶烈日，脚踩“焦土”练军姿。教官眨着鹰隼般的目光正灼灼地扫视着每一个新兵蛋子，确保我们体验到最原汁原味的军训。

“你叫什么！”“报告！黄章才！”“有进步！放松站！”又一个小伙伴可以放松站了，大家都卯足了劲让自己变成真正的树，希望教官经过的时候能撂下一句“放松站”。终于，我也被许可了，内心一阵欢呼过后反而有一股力量让我站得更正了。偷偷瞄了瞄其他被表扬的伙计，他们依然在跟大树较劲。好，那咱就继续沐浴最高处的阳光吧。

“细节决定成败”这一理论已被教官落实得淋漓尽致。作为一名十多年的老兵，他对每一个动作要领都如数家珍，更对我们每一个新警的小心思一清二楚。既看整体，又细看个人。任何人胆敢有些许小动作都逃不过他长在背后的“眼睛”，也甭想期许教官会“法外开恩”。犯错一定有罚，认真一定有赏。从手型到腰带，再从脚掌到肩膀，甚至眼神、嘴型等，我们每个人都在他的精雕细琢下脱胎换骨，威武雄壮。

时刻咬紧牙，锻炼的是毅力，成就的是意志，钢铁般的意志，属于人民警察的意志。

军训心得体会篇二

开学前夕，灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。两天的军训，也不知不觉中悄然结束了，但是却让我们明白并体会到了很多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那炯炯有神的双眼和在做军训报告时，教官、老师以及家长对我们的勃勃赞叹，这一切无一不在展现了我们两天军训的成果。

军训虽是艰苦的，但我们是幸运的，教官是可敬的，同学是可爱的，班主任是美丽的，辅导员是可亲的，一切都是美好的。

齐步、正步、跑步…都是熟悉的不能再熟悉的的动作，但是为了追求共同的目标，我们脚痛腿酸都顾不上，嗓子沙哑照喊不误。

全体同学在短短的七天军训中已然形成了强大的凝聚力。

在以后的日子里，我们目标是坚定的，因为我们拥有集体的向心力、凝聚力和竞争力，坚信我们金融04（4）会走的更好、更远。

当然，有失必有得，虽然军训是苦的，是累的，流了许多汗，吸收了许多太阳辐射，但是这一切并不是途劳而获的，因为教官教会我们的不只只是立正、稍息，更多的，是让我们懂得了什么叫做坚持，让我明白了什么是帮忙、什么是团结。我感到军训的好处并不在于吃了多少苦，受了多少罪，而在于找寻那份属于自我立足社会的精神，无论你获得的是哪一种精神，而对生活，也将会更奋然而前进。军训让我们懂得了太多的人生道理，这些道理将会在以后的人生道路上给予我们用不完的财富！

军训心得体会篇三

第一段：军训初体验

军训是每个大学生生活中必经的一段时光，也是锻炼意志和团队精神的良机。刚开始军训的时候，我感到有些慌张和陌生，因为我没有参加过类似的训练。在繁忙的早晨，教官带领我们做起了晨练，这个时候天还没有亮，空气中弥漫着凉爽的味道。我特别感受到军人生活的严格和紧张，但同时也体会到军训对我们的要求和期待。

第二段：锻炼身体的重要性

我意识到军训不仅仅是成为一个优秀军人的一种途径，更重要的是对我们身体素质的锻炼。在这段时间中，我们每天进行各种体能训练，如长跑、俯卧撑等。刚开始的时候，我很难适应这种强度，但随着时间的推移，我能感受到自己的体力和耐力在不断提升。通过军训，我认识到健康的身体是成功的基础，只有有了强壮的身体才能更好地面对未来的挑战。

第三段：团队合作的重要性

军训中最让我难忘的是团队活动，这是一个锻炼团队合作能力和集体意识的重要环节。在队列训练中，我们要求步伐整齐一致，这需要全体成员的紧密配合。一开始，我们总是乱作一团，但随着教官的耐心指导和我们的共同努力，我们逐渐掌握了步法和队列训练的技巧。通过这些活动，我明白了团队的力量是无穷的，只有每个人都做好自己的本职工作，才能取得最好的成绩。

第四段：纪律和自律的重要性

军事训练强调纪律和自律，这对我们今后的成长和发展非常重要。在军训期间，我们要严格遵守时间表，按时到达集合

地点，思想上要保持高度的集中和注意力。我学会了严格遵守规定，做事有始有终，养成了自律的习惯。这些品质对我今后的学业和工作中都起到了积极的影响，使我能够更好地管理时间和自己。

第五段：人际关系和成长

在这段军训时光中，我结交了很多新朋友，与他们一起训练、一起分享快乐和困难。我们一起经历了训练中的汗水和泪水，这让我们更加团结和亲密。通过与他们的相处，我学会了沟通和表达自己的观点，也学会了倾听和包容。这段经历不仅使我个人成长了很多，也让我认识到合作和友谊的重要性。

总结：

通过这段军训时光，我体会到了纪律、自律和团队合作的重要性，锻炼了身体，结交了新朋友。这个经历让我更加坚定了我的目标和信念，为将来的学习和工作打下了良好的基础。我相信，只要我们不断努力和拼搏，就能够迎接更多的挑战，取得更好的成绩。

军训心得体会篇四

每年的国庆节前后，大学和高中都会进行为期两周的军训。在这段时间里，每天早退到晚，穿着军装，戴着帽子，在烈日下训练、跑步、打拳、游泳，让无数学子感受到了军人的艰苦辛苦和纪律严明。在这个过程中，不仅锻炼了身体，也锻炼了意志，培养了大家的自我约束能力，形成了良好的团队意识和纪律性。当然，也让我们在某些意义上领略了军人的生活和工作，而从这个过程中，我们也积累了一些经验和感受。今天，我们就来谈谈这次军训的心得体会。

第二段：体验军人训练的艰苦和快乐

相对于普通的学生生活，参加军训的作息时间和作业量都在增加，生活也更加安排有序。而且，烈日当头、累到骨头发软是我们每天必经的磨炼。不过，这些艰苦当然也包含了许多快乐，那就是在自我的挑战之下，体会到了自我的成长和进步。在训练中，我们不仅能感受到身体的疲惫，也能感受到内心的强大和坚持不懈的决心。所以说，军训本身就是一种很好的自我约束和自我锻炼的过程。

第三段：团队合作的重要性的感受

在整个军训中，团队合作的重要性的感受也非常重要。每个人都要严格规定的时间内到达训练场地，不允许迟到早退，这是为了体现团队合作的精神和纪律性。在训练过程中，还要注意人与人之间的沟通和配合，不仅仅是思想上的沟通，更是动作上的配合和默契。团队合作的成功，需要每个人都做出自己的努力和付出，这也可以让我们明白，任何事情都不是单打独斗的。

第四段：领悟纪律性的重要性

纪律性，是军人的基本素质之一。它不仅仅是体现在服从命令，规避危险等方面，更是体现在日常生活中的每一个小细节。从每天早上的晨跑，到营区的卫生管理、宿舍的整理安排，纪律性的培养，可以提高人们的职业素养和人格魅力，也有利于形成良好的作风和礼仪。所以，军事训练对于纪律性的培养非常有意义，可以让我们受益终身。

第五段：总结

在这次国庆军训结束之后，我们体验到了军人的艰苦辛苦，也培养了自我约束和自我锻炼的能力，感受到了纪律性和团队合作的意义，认识到了人生的真正含义。在未来的生活和工作中，我们会更加坚强自信，更加有序而有效地开展自己的工作。军训，让我们更好地发现了自己的潜能和优点，也

让我们感悟到了生命的精髓和意义。所以，参与军训肯定是一件很有价值的事情。

军训心得体会篇五

军训是每一个大学新生必须经历的一段特别的经历，也是他们人生中的一次难忘经历。在这个过程中，他们学习到了许多有用的技能和知识，也锻炼了自己的意志力和毅力。下面，本文将分享一些我在军训中的心得体会。

第一段：做好身体准备

在军训前，我们需要做好充分的身体准备。对于那些平时不太爱运动的同学来说，这可能是一次挑战。因此，我们要在军训开始前就开始锻炼。我发现，如果你平时不锻炼，那么在军训中就会感到非常困难。所以，充分准备是为了确保你在军训过程中能够状况良好。此外，我们还要注意饮食和休息，以保证体力和精力充沛。

第二段：遵守纪律

在军训期间，一个人必须遵守纪律。这也是我们学到最重要的一课。没有纪律，一个团队将陷入混乱。纪律是团队的基础，所以我们必须遵循所有的规则和制度。严格遵守纪律对我们日后的成长非常重要。

第三段：锻炼毅力

在军训中，我们将经历各种各样的锻炼，包括身体和精神上的。虽然有时候我们会感到疲惫不堪，但是我们必须继续坚持。这样做可以锻炼我们的毅力。只要我们愿意坚持下去，我们就可以面对任何挑战。毅力是我们成功的关键，而军训正是锻炼毅力的好机会。

第四段：团队合作

在军训期间，我们将与其他人一起做训练。这是锻炼我们团队合作和协调能力的绝佳机会。我们必须互相帮助和支持，以确保每个人都能顺利完成任务。没有团队合作，我们不可能完成所有任务。

第五段：社会责任感

在军训期间，我们还应该学会对我们的社会负责。我们不能只顾及自己，而忽略了其他人的需要。如果我们真正理解了这一点，我们就会变得更有责任感，这对我们日后的成长非常重要。军训可以教会我们让自己成为一个更加有责任感的人。

在本文中，我们分享了一些在军训期间学到的关于身体、纪律、毅力、团队合作和社会责任感的经验。这些都是我们日后需要的重要品质，因此能够在军训中学习这些技能和知识的机会是非常难得的。我们希望这篇文章能够对那些准备经历军训的人们提供一些帮助和启发。

军训心得体会篇六

8月21日至25日，六高中500多名高一新生在宜兴未成年人社会实践基地进行了为期五天的军训活动。我校本着“军训一周，管好三年，受益终生”的理念，多年聘请南京炮兵学院的军官担任军训教官，这些教官个人素质高，业务精良，爱护学生。

在教官们的带领下，一个个方阵紧张而有序地训练着，豆大的汗水从同学们的头上缓缓流下，衣服早已被汗水湿透，但每个人都在咬牙坚持，团队的每个成员都在相互激励，高一7班白清远同学为了班级军体拳能快速提高，放弃自己自己休息时间，一对一帮练同学。高一8班周昕同学军训口号响亮，

有很强的组织能力，大家都称他为“副连长”。高一6班宿瑜信同学主动请缨担任军体拳口令员，协助教官指导同学拳击，直至嗓音沙哑，仍尽全力做好口令员工作，班级方队训练中仍主动帮助同学纠正动作。

作为班级的第一个大型集体活动，军训可以增进同班级同学间了解，快速熟悉新环境。二十分钟的军姿训练开始了，教官反复强调着两脚分开约 60° ，抬头挺胸，双臂夹紧……看似简单的站军姿是在训练我们做一个正直而自信的人，用我们坚实的脊梁撑起祖国的明天。所以高一3班顾凯晟同学被虫咬了挂水后依然坚持训练，让同学钦佩不已。高一6班华宇龙同学为了体验军训，历练自己，军体拳预演后因身体不适，吃药坚持训练，无怨无悔。高一9班过晶晶同学在军训期间突发胃痛，在稍微休息后主动归队继续参加训练，而且动作规范，一丝不苟！

军训中的行列操练亦可培养班级成员间协作能力。“稍息，立正——”大家的心里都暗暗的发笑，这么简单的动作小学生都会，怎么作为高中生的我们还要练呢？可是后来我们才发现若是一个人完成这一系列的动作确实小菜一碟，若是全班同学一起规范整齐地做完这些动作实属不易，这深刻的告诉我团结的重要性，印证了那首每天必唱的《团结就是力量》，也唯有在这些简单重复的动作中注入目标、意义、情感，才能铸造祖国的辉煌。

军训学员通常为独生子女，往往娇生惯养，以自我为中心。艰苦的且需要团队合作的军训生活至少为独生子女们提供了一些必要的生活经验，培养吃苦耐劳精神。高一12班的值日生非常认真，特别是女生，由于本层楼女生只有那一个宿舍，所以包干区范围特别大，但她们不但不怕苦不怕累，拖完地以后还蹲着把地上的难以拖掉的头发丝等杂物擦掉。

古人说，质胜文则野，文胜质则史，文质彬彬然后君子。这次军训，高二的同学收获很多，不仅是友情，还有大家的互

相照顾，扶持，人与人的那种本能的性情，还有团队精神，一颗火红的青春的心。军训生活虽然结束了，但人生的路还很长，全新高中生活的大门即将开启，大家又要踏上新的学习之路，一路上有坎坷，有磨难，有风雨，有巨浪，但我们将带着这笔宝贵的财富无所畏惧地迎接新的挑战！

军训心得体会篇七

从6月x日开始为期三周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕，自此掀开了军训生活的新篇章。回想那些军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。军训是辛苦的，但确辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和教官在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都严格要求，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们没理由抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。它教会了我们怎样去面对今后的挫折，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的气势，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默

的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。

有时候可以感觉到帽檐已经湿漉漉了，豆大的汗珠如同雨后春笋般地从额头上冒出来。顺着脸颊往下流，聚集在下巴处。由于地球具有引力和汗珠自身也有重力，再一次向下落，不过估计在落地的那一刹那就已经蒸发干了。平视前方，是立正的基本姿势。趁着教官巡视后排的时候，向上瞟了一眼。那个可恨的太阳似乎担心我们看不到它的强大，把它的能量发挥得淋漓尽致，风姑娘也迫于太阳的强大，都不知躲到哪里去了，唉，世间万物竟都是如此的现实，心中不禁发出这样的感慨。时间一秒一秒地过去，整个身子已经麻木了，只有脚底才有一种火烧的感觉，脑子里马上出现一种向前倒的意识。在向前倒的前一瞬间，我用余光向两边都看了一下，大家如我。

休息时间脑海里不时地浮现出教官和我们一起我们唱《团结就是力量》的情景。虽然我们唱得有些走调，但是这歌声清晰地留在我的回忆里，因为团结就是力量！团结让我们拧成了一股绳；团结让我们感受到任何困难都无法阻止我们前进；团结让我们这些天流尽的汗水转变为可喜的收获。在艰苦的军训中体会到乐是我们最大的收益。

这样的日子快要走到尽头。大家的努力总会有好结果。

不愿意去想象结束的场景，以及把这些挥汗如雨的日子放进回忆。

阳光肆意灿烂，我们要以最好的姿态和成绩与你们挥手道别。

亲爱的敬爱的教官们，谢谢你们！