

最新军训的心得感悟 带病军训感悟心得 体会(大全6篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得感悟如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

军训的心得感悟篇一

在大学期间，我们都要经历一次军训。对于大多数人而言，军训可能只是一件平淡无奇的经历，但对于我来说，这次军训却伴随着一段痛苦的回忆。因为我在军训前几天感冒了，却仍然坚持参加了军训，最终导致身体状况更加恶化。但是，这次“带病”军训最终却使我深刻理解到了坚持、毅力和拼搏的重要性。

第一段：一开始的艰难困苦

虽然身体不适，但我始终坚持参加军训。第一天的训练就已经让我倍感艰难，全身无力、头重脚轻。军训中的长跑更是使得我的身体再次崩溃，我感到自己已经无法站立，更不用说跑步了。

第二段：经历的变化

接下来的几天，我像行尸走肉一样挣扎着，参加了剧烈的军训训练。身体状况每况愈下，但我的心态却有所改变。我发现即便是在这样的情况下，我仍然能够克服内心的恐惧，并且尽最大的努力完成任务。病痛仍在一点点折磨着我的身体，但我的进步却让我开始对自己有了更多的信心。

第三段：心灵的成长

在“带病”状态下，我胜任了一些普通士兵无法完成的任务，同时也学到了领导者的一些重要技能。我努力地去倾听和接受团队中每一个成员的想法，从而更好地与他们沟通。这些都是正常情况下难以习得的。我的心灵在这些困境中得到了锤炼和提升，让我更加热衷于学习和成长。

第四段：拼搏的重要性

即使是在生病的情况下，我仍然发现自己的能力和决心能够超越想象。这个过程不仅培养了我的耐力和毅力，更重要的是提醒我只有通过不断拼搏才能赢得胜利。在一段经历中，我深深领悟到了拼搏、决心和毅力的重要性，它们是我们走向成功的和不可或缺的品质。

第五段：总结

我通过这次带病军训深刻领悟到，无论在多么严苛、困难的环境中，只要坚持，就会发现自己的天赋和能力。同时，也向自己证明了自己是一个坚强、可靠和有耐心的人。毅力和拼搏永远是成功的关键，因为只有硬工作才能让我们胜利。在未来的生活中，我会进一步发扬拼搏精神，继续努力走向我的成功道路。

军训的心得感悟篇二

带病军训虽然听起来很吓人，但却是磨练意志的一次好机会。在疾病的摧残和身体的疲惫下，我们实实在在地感受到了伟大的军人精神，也更懂得了生命的可贵。

第二段：身心双重的疲惫

在带病军训期间，我的身体一直感到疲惫不堪。每个人都在

忍受着身心的双重疲劳，有的已经坚持不住了，拖着病体咳嗽不止，有的因为夜不能寐而疲惫不堪，甚至有人因为心疼家里的老人而情绪低落。但是，我们从来没有停下脚步，因为我们都知道，只有将全副精力投入到训练中，才能训练出真正的军人精神。

第三段：思想上的成长

带病军训不仅锻炼了我们的身体，更锻炼了我们的意志。这四周的训练期，我们每个人都经历了很多的挫折和失败，但是坚持到现在的我们都感到心里踏实。终于有一天，在晨跑的路上，我明白了什么叫做“不放弃，坚持到底，就是成功”，而那些坚持不下去的人，正是因为他们心态上的放弃，导致身体也垮了。

第四段：集体作为强大的力量

军人是一个集体，而我们这个集体就像一个机器一样。我们每个人虽然身体疲惫，但我们始终保持着一个团结的心。无论大家之间彼此熟悉与否，之间是何种界限，每个人都感受到了这个团队的强大力量。因此，当我身体不适的时候，同学们总是会热心地关心我，鼓励我坚持下去。这是我从这个集体中得到的动力和力量。

第五段：结语

总之，在这个带病的军训中，我学到的不仅仅是为人处事的功夫和锻炼身体的技巧，更是一个成年人的人生体验。当我们成为毕业生的时候，我们将成为担负起法制责任的社会成员，将在新的工作和生活中面对更多未知的挑战。而在这四周的训练中，我们不断地接受着挑战，锻炼着自己。然而，最珍贵的经验是来自我们的集体，我们感受到更多的是战友之间的支持和帮助，这种支持和帮助已经深深地印在我们的内心深处。带病攻坚，是一次受挑战的重要训练，我们将始

终珍惜这段经历，并为之奋斗一生。

军训的心得感悟篇三

随着新冠疫情逐渐稳定，学校逐渐恢复正常，带病军训也悄然而至。在这场训练中，我更深刻地意识到自己的不足和需要提高之处。以下是我对带病军训的感悟和心得体会。

第一段：一定要有坚定的信念

我一直都患有哮喘，这直接影响到了我的体能训练。每次体能训练前，我总是觉得心慌气短，难以坚持。但是，我意识到自己不能让疾病左右自己，需要有坚定的信念。坚信自己能够克服困难，才能更好地完成军训任务。因此，在整个训练过程中，我始终保持着积极的心态，逐渐感受到自己的进步和成长。信念，是战胜困难和疾病的最强力量。

第二段：克服困难需要坚持不懈

军训场上，体能训练不仅考验我们的体力和耐力，更考验我们的毅力和意志力。带病军训的条件下，我要比其他同学付出更多的努力才能跟上节奏，克服心理和身体上的困难，用坚持不懈来换取进步。因此，在训练中我默默坚持，不畏艰苦，认真钻研，力图将每一个动作做到最好。意志坚定，自我超越，才是克服困难的根本。

第三段：自我管理是必修课

带病军训对身体有较大的负担，如果不合理地管理自己的身体，可能会使疾病加重，并导致不良后果。因此，自我管理成为我必修课程之一。首先，我做出了轻运动的计划，锻炼身体同时又不过分分散注意力。其次，我学会了正确进行吸氧和鼻喷药物等措施，控制病情的加重。通过自我管理，我在军训中不仅顺利完成任务，还锻炼了自我管理和自我控制

力。

第四段：集体协作更让人感动

在军训中，我被感动了。困难时，教官总是带头示范，指导我们正确训练方法，全班同学协作救助，不让任何一位同学落后。在课间，班长总是用实际行动带头打扫卫生，这种集体协作的氛围感染着每一个人。这个集体协作的精神，不仅是军训让我们收获最大的财富，更是人生中最珍贵的财富之一。

第五段：要有自信，超越自我

在带病军训中，我深入认识到自己的不足，并得到明显的提高。这不仅来源于自我努力，也得益于班级和教官的支持。在此基础上，我学会了自信、超越自我。不再怕疾病，不再担心痛苦。自信，才能让你在任何时候都站在最前沿，超越自我，才能让你一步一个脚印，坚定不移地走向未来的成长之路。

带病军训无疑是一次难得的锻炼机会。它拓宽了我人生的视野，让我不再为身体的不适而胆怯，同时也让我明白了坚定信念、克服困难、自我管理、集体协作和自信时超越自我的必要性。在未来的路上，我将牢记这次军训，时刻提醒自己，在生活的每一个阶段要有信仰，有勇气，坚守信念，从自我出发，不断地超越自我。

军训的心得感悟篇四

八月末仍然燥热，出了门，蝉鸣喧嚣，肆意横行的.热浪连绵起伏，连风都倦懒地歇了脚。

午后骄阳浮躁，清凉的风吹起我们耳鬓的碎发，弄得我心痒痒的，刚想迅速的把碎发别的耳后，却不料教官一记眼刀扫

来，我只好做罢，把腰杆挺得笔直，昂首挺胸，也顾不上那恼人的碎发了。

顶着火辣的太阳训练，五分钟休息时间显得十分宝贵，原本平时普通的矿泉水是如此的甘甜，半瓶下去，暑就解了一大半。我郑重地戴好胸前歪扭的校徽。然后飞快地用腕间的头绳拢起零碎的短发扎成一个小马尾，站正了一些，干净的球鞋在阳光下白的晃眼。

或许是经历了一整天高强度的训练，又或许是师大南湖食堂的饭菜过于美味，我吃的格外香甜，甚至还有点回味无穷，饱腹感让我重回斗志，满血复活。

汗水浸透我的军帽和军训服，我可以清楚的感觉到大滴的汗珠从额头划过脸颊流入脖颈，我感到大汗淋漓，清风抚过，顿时感到无比畅快。由于一直保持军训长时间不动，我慢慢感觉到双腿有稍许无力感和麻木感，脚底和腰部都酸痛不止，我只能硬撑着身体勉强站着军姿。

原地踏步时，我感觉我的双腿如灌了铅一般沉重。每一次抬腿都仿佛倾尽了我的全力，听着教官的口令，我还是选择咬牙坚持。

爱迪生说过，成功靠的是99%的汗水和1%的灵感，虽然后者1%的灵感更为重要，但99%的汗水才是前提，99%的汗水。是为了给1%的灵感打下基础，当你选择坚持下去时，成功已向你迈进。

不必太纠结于当下，也不必太忧虑未来，当你经历过一些事情后，眼前的风景已经和从前不一样了。

军训的心得感悟篇五

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。上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。我的哥哥姐姐们都说军训很辛苦，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。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。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，手.....”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心.....我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己：你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持.....

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默；观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一（8）班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

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，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

军训心得感悟（精选篇3）

军训的心得感悟篇六

带着好奇、幻想与迷茫，我们走进了初中，迎接我们的是为期__天的军训。我们知道，军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨练！在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。

在烈日炙烤的塑胶篮球场上，我们抬起头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就可以的了，一定要坚持住。”在站立结束后，我的心情总是很高兴的，因为我能靠着自己的毅力坚持到了最后。

我们在训练时教官的要求特别严格，每个动作都必须做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完齐步后，我们全身都是湿透的了。军训在辛苦训练之余，也有许多有趣的活动。

我们有的同学还一起表演了精彩美妙的节目，这样我们紧张的神经也逐渐放松下来！我们训练的也更加带劲！时间如流水般流去，__天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，

一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有意义，辛苦得让人难忘。

难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自己！军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束自己，以钢的意志来支配自己。

只有懂得这样做，我们对得起每天在一旁陪我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自己挥洒的汗水！