

2023年军训心得体会(模板8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

军训心得体会篇一

老天还算挺帮忙的，这两天凉爽多了，同学们渐渐的也习惯了军训生活，你看，这正步踢得多好呀!这离不开边防站9位教官的辛勤指导，也离不开7位临时班主任的全天候陪同。

有的时候，时间真的流逝得很慢，最起码，今天的我的确深有体会。

军训的苦也乐在其中。站在操场上的我，觉得自己很伟大，从未想过，自己也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢?在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊!

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了，漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆!

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对

任何人都是公平的了。

高一军训心得体会感言

军训心得体会篇二

带着幻想与兴奋，我步入了中学的殿堂；最先迎接我们的便是为期6天的军训。我知道，军训不仅仅是锻炼体力，更是对我意志与毅力的磨练。

教官那黝黑的皮肤，更加衬托出了他的阳刚之气。炯炯有神的眼睛，仿佛看透了这人世间的一切；那身绿色的军装，昭示着军人保家卫国的职责。衣袖上醒目的“中国武警”四个大字，诠释着军人爱国、护国的精神。

“这个跨立的动作要领就是要收腹挺胸，两脚平行张开与肩同宽。用左手握住右手，右手握成一个‘空心拳’，就像我这样。”教官说着，给我们做起了示范，“然后把手放在身后腰带上方。双眼平视前方，记住，你现在不是学生而是军人！你的眼神一定要庄严，像能用眼神杀人一样……”教官仔细地说教着。那么细心，认真地纠正我们每个同学的错误。“我再说一遍，右手握成一个‘空心拳’，不能太紧，也不能太松懈。里面能放进一个乒乓球就是最好的……”我们的错误动作并没有使教官反感，而是更加耐心地指导，直到我们每个人都学会为止……无数次的口令让赖教官的嗓音沙哑，重复的动作示范让教官的额头渗出汗滴。——但是，沙哑的声音磨灭不了赖教官的严谨，大滴的汗珠冲洗不了赖教官的尽职！

此时，在我眼里，那一句句歌词仿佛变成了“好男儿流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队，卖力卖命勿卖国”的宣誓语句。

军训心得体会篇三

三天的军训转眼即逝，今天秋高气爽，训练时还有阵阵清风作伴，鸟儿也在尽情高歌，总的.来说今天军训还是很轻松的。

训练的主要内容依旧是正步走和齐步走。在此之前，首先就是要站军姿，不过今天不太一样，原来都是站3分钟、5分钟的，今天教官一次性就让我们站10分钟。说实话，就直直的站在那里确实很累，不一会儿脚就开始有点麻，我好想甩甩腿坐下来休息啊。可是时间好像在此刻停滞了一样，以前在学校的时候，课间的十分钟往往在说说笑笑中不经意的流逝，可今天这十分钟却让我感觉比上了一节课的时间都长。功夫不负有心人，我终于盼到了教官喊停，我总算能动了，可我的脚却差点抬不起来，我的身下似乎绑了个千斤巨镣。唉，看来我们这些独生子女平时的日子过得太安逸了，这点苦都能将我们打败。“通过这次军训，我一定要好好磨练好自己的意志，提高自身身体素质。”我在心中暗暗地想。

紧接着，我们便像昨天一样反复的练习正步走和齐步走。都说“一分耕耘，一分收获。”这句话在我们身上得到了很好的体现。“不错，你们这次走得很好。”教官难得的一句夸奖，让全体同学树立了信心。短暂的休息过后，我们又开始训练了。这一次是将正步走和齐步走交叉在一起，看似很简单，同学们也没把这个放在心上，都认为一次就能通过，可我们一经“实战”以后，各种问题就都一一暴露出来了：本来长方形的队伍现已变成了不规则图形，原先整齐的步调变得杂乱无章，就连同学们的胳膊也总要不可避免的碰碰撞撞……见此情景，教官并没有生气，而是有些调侃的对大家说：“我就知道会这样，怎么刚刚被夸就骄傲了么”大家都有些不好意思的低下了头，教官问我们能不能走好，大家都铿锵有力的回答：“能！能！能！”教官满意的点点头。经过一番训练之后，大家明显长进了很多，我们又一次赢得了教官的认可。

辛苦而又充实的一天军训在哨声中结束了。本周六就要进行会操比赛了，不过我很期待那天的到来，期待那个可以向老师同学展示我们班风采的时刻，我相信我们这个越战越勇的班级，一定会在那天摘取属于我们的胜利的桂冠！

军训心得体会篇四

军训是一种增强体质与加强团队合作最好的锻炼。下面是本站带来的军训的感言心得体会，希望对大家有帮助。

军训生活已近尾声，无数酸甜苦辣汇聚成心中的感念，如同这斑斓的色彩。

红色——热烈的红色，能够激发起无限潜力与活力。在火红的烈日下我们坚持训练，铿锵的方号喊起来，整齐的步伐踏起来，坚毅的面庞抬起来，指导耐心的教官老师与认真操练的同学们心中充满了奋进与希望。阳光愈烈，斗志愈昂扬。

黑色——黑色予以恐惧之感，让人压抑后冷静。军训永远是艰辛的过程，腿疼——灌了铅般的痛，脚麻——如踏针毡般的痛，头胀——暴晒后无比的痛，连汗水也痛着。但在一番磨砺之后，我们不再惧怕困难，而是更加渴望胜利和光明，因此奋勇向前。

绿色——生机勃勃之色，亦为军旅的代言。我们高一新生代表着学校与家长的共同期望，也是祖国未来；而作为国家安全维护者，武警官兵自然是任重道远。绿色的军训让我们领略了军队的严谨作风，更是我们感到身上沉甸甸的责任。

粉色——温情而体恤的颜色，让人心存感激。第二天站警姿的时候，骄阳似火。班主任见我们挥汗如雨，便拿出纸巾一个个的擦汗。虽然天气酷热难耐，但老师的关心已经让我们感到无比感动，若一丝清泉流淌心中。

蓝色——海的颜色，博大而容万物。军训中我们不仅提高自我，还与同学互相熟悉时培养默契。队列中，一个人失误往往导致全体错误，我们要积极配合，严以律己，为班级争取最高荣誉。正所谓“团结产生力量，凝聚诞生希望”，团队精神会得到更多胜利。

军训真的很累，却即将与我们告别。留在我们心底的，有痛苦，有欢乐，而更多的是感激。感谢学校给与锻炼的机会，感谢教官不知疲倦的教导，感谢老师同学的关怀，感谢五彩斑斓的跌宕人生。

如火如荼的军训生活圆满结束了。虽然只有短短的五天时间，却让我深刻地感受到人生的酸甜苦辣，收获颇丰。忘不了我们在大操场站军姿、走正步、练队形的情景；忘不了1308班全体同学嘹亮的军歌声；忘不了拔河比赛时同学们的团结友爱、互帮互助；忘不了跑操比赛时我们矫健的身影……回味军训，相信每个人都别有一番滋味在心头，而对于我来说，军训已成为我人生中一段宝贵的经历，写进初中生活美好的记忆当中。

军训很苦，炙热的烈日、滚烫的操场、严厉的教官，几度让我们心有余悸，被阳光暴晒的脸上，已经分不清哪是汗水，哪是泪水。每个人的军训服都被汗水浸透了。

成功与失败总在一念之间，其实我多么想跟教官说：“报告教官，我不舒服。”可是内心深处，一直有个不服输的声音在对我呼喊：“加油，你是最棒的！再坚持十分钟！”就是这种鼓励和坚持，无数个十分钟我们都挺过去了，我们终于战胜了困难，战胜了自己。军训是一种增强体质与加强团队合作最好的锻炼。感谢亲爱的老师，陪我们在火辣辣的太阳下训练，晚上等我们疲惫不堪地回到寝室的时候，老师还在为我们忙这忙那；感谢敬爱的教官，教会我们所有的动作，比我们走的路多，跑的路多，还从不抱怨；感谢可爱的同学，在生病时送上一片温暖，一片祝福……“宝剑锋从磨砺出，梅花

香自苦寒来。”

五天的军训把我们这群稚嫩的孩子锻炼成了真正的初中生。新的学期马上就开始了，我一定要把军训收获的战胜困难的勇气、坚持不懈的毅力用在初中的学习当中去。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”这么艰苦的军训我都可以完成，还有什么困难可以吓唬我？同学们，新的挑战马上开始了，让我们一起加油吧！

军营是一个大熔炉，它练就了一批批优秀的军人。我也有幸步入军营，当了一周的小兵。

军训前夜

今夜中秋月圆，我们全家团聚，观看精彩的中秋晚会，品尝香甜的月饼。在这个家里，我可是爸爸妈妈的掌上明珠，是奶奶的心肝宝贝。可是明天，我这位骄傲的公主却要被送进“魔鬼训练营”经受“魔鬼训练”。美满的中秋之夜，我仿佛已坠入万丈深渊，永不得翻身。根据初中的军训经验，我深知高中军训生活的苦难——恐惧啊！

军训开始了

恐惧归恐惧，那只是我个人的情绪问题，但该来的总还是会来，它伴随着时间的脚步不断向我逼近，而我呢？要逃吗？不，绝对不行！我不做逃兵。我不该杞人忧天，军训只不过是一种封闭的集体生活，何况我们班也是刚刚组建，倒不如借军训这一良好的机会和大家认识一下。本着这个简单的目的，我踏上军训征程。

来到军校，给我的第一印象只有一个字“严”。看到那领导和教官一言不发的样子，活像个“冷面杀手”，我先是打了个冷颤。当教官带我们来到宿舍，我看到里面的所有东西几乎全是绿色，再看看手中的迷彩服，我不禁感叹：这是世间

最美的混合色!那四方四正的被子，整齐摆放的洗漱用具，让我不由得对军人肃然起敬。

早晨，我还在梦乡中畅游，忽然一声军号把我吵醒。我在朦胧中意识到，速度是关键，质量是前提!我迅速翻身下床，把被子铺展，又按教官告诉我们的要领，开始疯狂整被子，我有压又捏，真可谓“万般呵护”，但当它成形之后，我不得不宣告失败，教官叠的是豆腐块，而我弄得那简直就是一破“坦克”，悲哀呀!经过我几番修理，终于能符合我的个人要求，但与教官的要求还差十万八千里，没辙呀!谁让我平时不练习呢?被子总算及格，端着脸盆去外边打水准备洗漱，用的可全是冰凉的井水啊，但这是军训嘛，只能忍了!匆匆洗漱完毕，集合时间还早呢，开始摆放洗脸用具，毛巾要像被子一样叠的方方正正，这很容易，因为我小时候就酷爱叠手绢，两个杯子要侧放，牙刷、牙膏“一条线”，最后将所有人的脸盆摆放在一条线上。由此我总结出一句话：“军营生活一条线”。咦?情况好像不对，刚才闹轰轰的宿舍怎么鸦雀无声了?原来是检查人员来了，好险啊!我才刚刚收拾好，我正想放松一下，可是那位检查人员却毫不留情的将我们的脸盆一个个拉出来，而且宣布：完全不合格!我的心又一次悬起来，看着那位检查人员渐渐逼近我，我索性闭上了眼睛……可是，奇迹发生了，我的脸盆摆放合格，成为全宿舍唯一的“合格品”。我真自豪!

军训生活就是这样开始的，至于其他时间嘛也就是刻苦训练——踢正步、打军体拳、野营拉练。苦中有乐呀!

向军训say goodbye

军训结束了，我晒黑了，勇敢一些了，认识新同学了，懂得团结了……军训让我感受到了苦，一起哭过、一起笑过，那一幕幕让我记忆犹新，让我了解一定要珍惜现在的甜。

军训心得体会篇五

刚刚升入大学的我刚刚军训完!上了几天课!趁着心里那还刻骨铭心的军训感受还没有入到骨头里!先对朋友们发表一下自己的感慨吧!

我们的教官是我们学校请的教官中最狠的一个!其实也不是狠,而是对我们的要求十分十分的严格!让一个作为新生的我们在开始的几天中很是受不了之中我们自认为是变态的魔鬼军训!第一天我们都在按照军训的正常程序在站军姿。可是我们的站立时间却与一个其他新生所站立的时间大大不同!别的方队都是站了半个多小时就坐下休息一会!可是我们则不然!我们在开始军训的第一天下午就站了3个小时!中途只是休息了不到十分钟!勉强就算十分钟吧!而且!这十分钟里的我们只准站着原地活动!不让蹲下和坐下!“残忍”吧!

时间一天一天的过去了!我们在教官的严厉加“残忍”的训练方式下逐渐的适应了过来!在几天成果的小检测的比赛中!我们方队获得了与汗水同等的第一名,也有幸的被选为军训新生中学习“付虎拳”的表演方队。我们都欣喜若狂,以为这样就不会在去学习踢正步。消减了踢腿之苦。可是万万没想到的是练习的项目里有的很多要练习马步!哎!比踢正步更累!

仍然严厉“残忍”的打拳,仍然严厉的眼神,可是却多了很多汗水。

十五天的军训生活终于到头了。在最后的阅兵式中,我们方队的到了校领导以及部队首长的高标准赞誉。首长说我们如果在给我们十五天的同等的军训生活,我们方队就可以同新兵连毕业的士兵等同。我们的教官也因此会得到部队提等的优先机会,而且也为学校争得了学校历届新生都没有的部队首长的高度赞扬。

天下无不散的宴席。最后教官集合时!我们方队全体成员都发

自内心的一起喊了句“教官再见”。都说“男儿有泪不轻弹”，可我们的眼里却都是热泪盈眶，只是我们都把这离别时的泪水咽到了心里！用这离别的热泪浇灌我们心中那军训时教官为我们种下的情感之树。教官的心我们也懂，他同我们一样，不舍得。但作为军人的他始终把它藏在心底！

在此我真心的对来自沈阳军区的王千教官说声保重，谢谢您这十五天对我们的教导，我们会将这军魂永远的留在心里，并让它成为心魂。请相信我们。谢谢您！

此时的话已然太多，想说的太多……

最后的军礼送给王千教官和所有的军人们！

军训心得体会篇六

8月18日，我们坐上大巴车去军训基地。在车上，我的心情十分激动，看着窗外的景，想着那里的景；看着窗外的房屋，想着那里的房屋。坐在车上，看着美景，任思绪飘飞。想这几天会是怎么过的，吃住是什么样的，等等。想着想着，就到达了目的地。踏上一条土路，我们来到了宿舍，把东西都放好了，我们来拿迷彩服。穿上迷彩服的那一瞬间，我的心情激动得已经无法形容了，自己好像一个军人。吃过午饭，一天的训练就这样开始了。

那天，老天爷似乎要考验我们，下起了小雨。因为雨不大，所以我们要训练。站三十分钟的军姿，走军步，练队形是那天下午的安排。站军姿，听起来不难，可做起来就难了，何况是站三十分钟，还下着小雨，有些同学吃不消，感了冒，发了烧。然后是走军步，先出左脚，在第一步时停顿半秒钟，在连续一步步向前走，到立定的时候也要停顿半秒钟。最后是走队形，横竖排面都要对齐，走了好长时间，大家才走齐。很快，那个下午就过去了。吃过晚饭，又练了一会儿，洗完澡，回到宿舍，十点熄灯。晚上根本睡不着，非常兴奋。累

了一天，还下着雨，浑身湿漉漉的，可大家从没抱怨过。

8月19日，大家醒得很早，四点半就起床了。赶紧整理内物，要把被子叠成“豆腐块”，把床单整理得没有“皱纹”，穿好迷彩服，床上除了枕头和被子，不能有其他东西。因为要有老师检查内物，所以大家整理时都特别认真。整理完了就出去洗漱，六点十分集合。今天一仔细看，才发现那里的景好美，一层薄雾像纱一样笼罩着群山，远处的山若隐若现。可大家已没时间欣赏这美景了，很快把精神状态调整到最佳，大家像“军人”一样，听从教官的指挥，把昨天的内容复习了一遍。下午，老师们还组织了一个游戏——“天龙八步(部)”。游戏规则是这样的：全班围成一个圈，前一个人坐在后一个人的腿上，再向前走八步，大家玩得很开心。晚上，大家学了一首叫“一二三四”的歌，还学了中国式的“捕虎刀”，这一天就这样过去了。

接下来的几天，都学一样的知识——踏步变齐步；齐步变正步；正步变齐步；齐步变踏步。

最后的一两天过得很快，训练的也很累。因为最后一天的上午，校长要来查看我们这几天的表现。方队一定要走齐；步伐一定要正确；手臂，大腿一定要用劲儿，“捕虎刀”一定要练熟.....

最后一天的上午，我们表现得特别好，得到了校长的表扬。

这次军训，我过得很开心，虽然很累，但十分开心，因为我学到了很多知识，再累也值得。我学会了洗饭盒，洗内衣，整理内物，等等。改掉了我以前粗心大意，丢三落四，爱偷懒的坏毛病。也懂得了爸爸妈妈平时照顾我是多么辛苦；老师的话是多么有道理；教官是多么劳累。我要把这次学到的东西带到校园里，尊敬师长；带到家中，孝敬父母；带到生活中，关心别人，帮助别人。

这次军训教会了我很多知识，我会好好珍惜的。

军训心得体会篇七

x月x日我们四、五、六年级离开校园。到了一个拓展基地。第一天来到这个陌生的地方，我们换上军服。因为下雨我们并没有开营，就直接吃午饭。吃完午饭，我们就在室内学习了“天赋密码”与“六顶思考帽”。天赋密码说的是：八种不同的能力，使我们知道了我们拥有哪几种天赋密码。六顶思考帽使我们知道六种颜色代表哪六个脾气与对事情的看法。这两个活动让我体会到自己的心里想法。学完后我们就到饭堂吃饭。

之后我们休息一下就集合，看一则故事《洞穴之光》片子中的小主人公是6名迷失在网络中的城市青少年，他们在学业、生活中失去了方向。让这些孩子到贫困山区去体验生活，_小学立在满山全是石头的山腰中，吃的主食是玉米饭，这次选去最爱上网的孩子，被安排在_小学和这里的贫困学生结成对子。他们要与这里的孩子同吃同住。看完后我们都挺感动的。

x月x日我们来到这的第二天，阳光照射着我们，汗水湿透衣服，但我们一直在坚持。今天我们参加了一个活动“团队扶桥”我们两个结为一组，站在桌子的两边，所有同学站在一起，全班同学轮流在上面爬过。虽然肩膀都肿了疼了，脚都站不住了，但仍然坚持不懈，直到最后一刻。最感动的是我们女生和男生一直都不是非常友好，但我在上面爬过时，男生们都在叫：“加油！”因为我是最后一个爬的。我们爬完，都不顾疼痛到别的班帮忙，二班也在帮我们。这时我们全个六年级都发挥了同心协力的精神。

x月x日终于到了结营仪式，那天汗水也湿透衣服。但我们因为想给四、五年级做个榜样，我们一直站立不动直到结完营。吃过午饭后我们就离开了拓展基地，回到了我们想恋的家、校园。

通过这三天，我得到了一个体会：“一件事情一个人做不到，但十几个同心协力却能完成。”

军训心得体会篇八

三年前，我怀着忐忑的心情进入北师大附中，一个崭新的环境，一群从未谋面的同学朋友，无论做什么都小心翼翼，曾一度年少轻狂，想离开北师大，结果命运弄人，我已一分之差留在了北师大；三年后的现在，多了几分成熟与稳重，中考的失误使我再度重新认识了自己，姐姐说，我给人的感觉很强，但中考却显现出我外强中干，我不甘心....

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，做好本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。我记得在这段时间里，我背诵着《沁园春长沙》，一遍一遍，喜欢这首诗的豪迈与磅礴气势！就这样，时间悄然流逝了，脚酸了，麻了，我认真了....

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，浸湿了帽子与衣领；我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；我记得，严厉的教头一遍一遍让我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安.....这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的纰漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：模拟考一直都在640以上没掉过；必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多.军训，

是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人！是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”！

大学入学军训心得体会（四）

短短的军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说

是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪漫的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。