

军训体验心得(精选6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

军训体验心得篇一

伴随着一声嘹亮的哨响，为期12天的_大学20_级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，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。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。铁的纪律造就自我，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领导的检阅时，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。

青春因军训而精彩，我们因军训而辉煌！

军训体验心得篇二

成人军训对于我们来说是一次具有挑战和磨砺的经历。在这个快节奏的现代社会，成人们往往忽视了体能的锻炼和军事素养的培养。因此，为了提升健康素质和增强军事知识，我报名参加了成人军训。这一经历给了我很多意想不到的感悟与收获。

第二段：体能的挑战

成人军训首先对我们的体能提出了巨大的挑战。作为上班族的我们，长时间坐办公室，生活的重心更多地放在思考和工作上，很少有机会锻炼身体。在军训期间，每天早上的晨跑、瑜伽、体能训练都让我感到身体的疲惫和不适。然而，慢慢地我渐渐适应了这种锻炼强度，并且体验到了体能的逐步提升。这让我深刻认识到身体锻炼的重要性，也坚定了我坚持锻炼的决心。

第三段：团队协作的重要性

成人军训中，团队协作是必不可少的一部分。我们分为不同的小组，每个小组有一个团队长带领我们完成各种任务。在个人锻炼的过程中，我逐渐认识到除了自身的努力，与团队的密切配合才是成功的关键。无论是在擒敌拳训练中互相搏击，还是在定点射击时互相指引，每个人的贡献都是极为重要的。通过团队合作，我体验到了团结互助的力量，也学到了团队协作的重要性。

第四段：纪律的严厉

军训是按照严格的纪律进行的。我们每天早早起床，按时完成各个训练项目，服从指挥，严守纪律。尤其是在军事理论的学习中，我们了解到军队需要严格的纪律来保持战斗力和士气。这让我深刻认识到了纪律的重要性。纪律是一个团队的保证，是个人发展的基础。只有在严厉的纪律约束下，我们才能更加高效地工作和生活。

第五段：对军事素养的提升

通过成人军训，我不仅仅锻炼了身体，还提高了自己的军事素养。在普通人眼中，军事知识显得遥远而陌生。通过学习和实践，我意识到军事素养的重要性和丰富多样的内容。我

学习了基本的军体拳和擒敌拳，并亲身体会到了不同的武器的使用 and 性能。这我对军事有了更深刻的了解，也增强了我国防教育的重要性。

总结

通过成人军训，我不仅仅锻炼了身体，提升了健康素质，还学到了团队合作、纪律严明以及军事知识等方面的重要性。这次经历让我对军队的辛苦和付出有了更深刻的认识，也让我明白了军人是如何通过严格的训练和纪律来保卫国家和民众的。成人军训让我体会到了不同于平时生活的军旅感觉，它不仅仅是一种锻炼，更是一种磨砺和美好的人生体验。

军训体验心得篇三

第一段：引言和背景介绍（200字）

成人军训是一次特殊的体验，对于很多人来说，这是一个追梦的机会，也是一次锻炼意志和毅力的经历。作为一个普通人，我也有幸参加了这次成人军训，并从中受益匪浅。在这次军训中，我体会到了军队严谨的纪律、顽强的团队精神以及坚持不懈的决心。

第二段：理解纪律的重要性（200字）

军队的严谨纪律给我留下了深刻的印象。在军训中，一切都按照规定进行，迟到、早退、无故缺勤都会受到相应的处罚。这让我认识到纪律的重要性。只有严格遵守规则，才能保证集体的有序运行和良好的工作效率。无论是在工作中还是在生活中，遵守纪律都是必要的，只有如此，才能保证我们的工作和生活有序进行。

第三段：锻炼团队合作的精神（200字）

成人军训中，我们不仅要进行个人训练，还要进行集体训练。在集体训练中，我们要密切配合，互相协助，才能完成任务。这让我认识到团队合作的重要性。一个人的力量是有限的，只有与他人合作，才能充分发挥集体的力量。在团队中，我们要学会倾听、学会沟通、学会关心他人的需要，只有这样才能使团队更加紧密、更加有效地协作，达到更好的目标。

第四段：培养坚持不懈的决心（200字）

成人军训需要持续的付出和坚持。在训练过程中，我们要进行长时间的体能训练，面对各种困难和艰苦，需要有坚持不懈的决心。通过这次军训，我明确了目标的重要性，只有设定一个明确的目标并不断努力去追求，才能克服困难和挑战，最终取得成功。这个经历让我有了更加坚强和顽强的意志，无论是工作上还是生活中，我都会坚持不懈地追求自己的目标。

第五段：总结和感悟（200字）

通过这次成人军训，我收获了很多。纪律的重要性、团队合作的精神和坚持不懈的决心是我最大的收获。这些经历将对我今后的工作和生活产生积极的影响。我会更加注重纪律，严格要求自己，做一个守法守规、守信守义的人；我会更加注重团队合作，懂得和他人合作，互相帮助，共同进步；我会更加坚持不懈，不放弃任何一个努力的机会，去追求自己的目标。成人军训是一次宝贵的经历，我会将这次经历铭记在心，不断提升自己，成为一个更好的人。

军训体验心得篇四

军训对我们来说是一段难忘的回忆，有苦有甜，对我们新生来说是学校里的第一堂课。

新的学期，新的开始。步入高中。首先面对的就属军训了。

经过几天的训练，每个人都有所感悟，我也不例外。在骄阳似火的天气下，每个人都是一样。比的无非就是毅力与耐力了。但每个人身体素质都有所差异，出现不适也情有可原。军训时，我懂得要服从上级的命令，不可违背与抵抗。每一件事都很严谨，不可懒散，不可放松。军训中的每一秒都不能放松，不能做小动作，真正做到站如松，坐如钟。尽管一切都是那么严格，但只要质量得到保证，该休息时还是会休息的。

虽然我们的教练很严格，平常总是凶巴巴的，但还是十分关心自己的“兵”的。从找阴凉地，让我们休息，照顾我们这一系列小事都可以体现出来。我们做错事以后，排长尽管嘴上狠话连篇，但总是说三两句就会让你回去。他甚至帮我们按摩肩膀，在有人不舒服时。训练的时候总是严肃认真，保证威严与敬畏，但休息时与我们相处的却格外融洽。

军训让人讲礼貌，改变了人的性格。

总之，军训这个项目锻炼了学生们各方面的能力，对学生的体能与素质进行大幅度的提升，对以后的学习与生活都十分有益。

军训也包含各种活动，例如演练，唱歌……可以让你亲身经历各种新奇有趣的事情。自己亲手操控灭火器灭去大火，那种感觉十分微妙，尽管一开始有些许胆怯与害羞，但昨晚之后，感觉真的很好。各类活动不仅可以扩大学生的知识面与能力，也更好的活跃了沉重而闷热的氛围。

军训是不可被代替，无法删去的很有意义的事情。所以我们应更认真的面对它，体验它。

军训体验心得篇五

军训，相信是所有初中生都值得回忆的一段时光。

军训，让我又爱又恨。每天，听着教官的训斥。在热辣辣的阳光下，我们站着军姿，顶着肤色变黑的“灭顶之灾”不堪重负。“站好了，站不好上下蹲50个。”我眼前这个男子便是我们的“好”教官，每天奖励我们“健康大礼包”——上下蹲100个。可真“好”！太“好”了。“你，动什么？集体做50个上下蹲，10分钟都坚持不了。”于是，我们开始眼瞪眼地做起了上下蹲，一个、两个、三个……终于做完了。回到宿舍，看到我的肤色以及感到了关节的“酸爽”，我要恨死军训了！

军训，虽然真的很累，但增强我们许多东西。军训中我们被教官罚了许许多多次，每次都是因为一个同学没有做好，就全体受罚，在此期间我饱受折磨，后来，我们的团结意志增强了，同时我们也都知道，在做这件事之前，我们要考虑这个集体他人能否承担后果。这是我们教官教给我们的道理，也是我“爱”这个军训，以及它值得回忆的理由之一。还有一个是军训成功的锻炼了我的一些自主意识和意志力。前面我所恨的军姿，其实可以锻炼我们的意志力，让我们意志力更坚定。也可应那句“千锤百炼美迪茵。”军训，确实可以练，有效地提高自己。

其实，军训并不可怕，相反它让灵魂更有趣，让青春更光彩。

军训体验心得篇六

坐在班车上，我们赶往xx_基地参加我人生中的第一次军训。一路上，在心中都是军训期间对教官的满是排斥，心里一直在击着鼓，这是对军训紧张的节奏。当时的我在想这次的经历会是在我人生的白纸上画上浓墨重彩的一笔，也不知道自

己的这份紧张是从何而来，是因为喜悦或者是恐惧。

其实，在之前我一直在等待着自己的军训的到来，虽然一直都听说了军训的痛苦艰辛，但是还是想要亲身的体验一次。这三天的军训是我在自己这么长时间的求学道路上，体验过最极苦的训练，心中有酸甜苦辣交杂在一起。这三天每一天都很累很苦，但是确实是锻炼我们意志力的时机，我们在这三天不断的挑战自我。

我第一天满怀信心的开始了自己的军训的训练，我已经准好了在教官的训斥中坚强的走下去。但是好像并不和我幻想中的一样，教官好像用他耐心的声音一遍遍的教我们动作，这个场景打破了我对军训的教练排斥的想法。我们学着如何在操场上踏着整齐的步伐，又学着如何可以异口同声地喊出洪亮的班级口号，又学着是如何在灼灼烈日下坚持自己的信念，让我们可以不被疲惫和暴晒给打败。有一句话说的好啊，“不积滴水，不能成江海”，是的，我们只要有其中一个人不努力，我们初一_班就不能组成一个完整的队伍，而我不想成为破坏整个队伍的人。

三天的训练，最让人印象深刻的，训练时间最长的就是，早中晚各一次的站军姿，很准时，就跟每天三餐的正餐一样不可以缺少，感觉确实就不完整了。记得三天前，刚刚穿上军装的我，就是从站军姿开始的。当天的`军姿感觉是在劝说自己放弃军训的训练，因为，那是分钟真的很难熬，全身上下的每一根神经都要被自己紧绷着，不然就会出现在队伍里偷懒的现象，真的很想放松自己，就觉得我让自己身体紧绷到全身都在颤抖，脚已经开始发软。

而且我很清晰地能感受到的汗水从头上的各个方位，一直往同一个地方交汇，那就是我的`下巴，然后顺着我的下巴滴落到地上蒸发，背上的衣服也被强忍而留出汗水打湿了，但是，好在我坚持下来了，不然肯定会是我的遗憾。

三天下来，真真切切的感觉到这次的军训是一次对意志力的沐浴，对自己精神上的洗礼。