

2023年军训内务整理体会心得(实用10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

军训内务整理体会心得篇一

军训是每一个大学生不可避免的一项任务。我经历了10天艰苦的军训生活，让我感悟颇深，收获颇丰。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会。

第一段： 真实感受到了军人的艰辛

在军训中，我们体验了许多军人日常生活的方方面面。比如每天的“晨跑”，“军式教练”等，还有象征军人质量的“站军姿”，“跟着节奏蹲起”等动作。虽然只是简单的站立、踢腿、蹲起、跑步等，但却需要极大的毅力和坚持。此时，我们深切体会到了军人每天面对的艰辛和压力，更加尊重和理解军人的工作。

第二段： 提升了自身的体魄和毅力

通过这十天的军训，我的身体得到了极大的锻炼，不仅身体素质得到提升，同时也锻炼了意志。当初因为跑步困难，我一度想放弃。但在教官们的鼓励下，我逐渐找回自己的信心。后来，我不仅能够跑得更快，还能跑得更久。并且，我也逐渐意识到下一次训练会更难，所以我在训练中逐渐改变自己的想法，不再被难度所困扰。在几次训练之后，我越发意识到唯有不放弃，才能做到最好。

第三段：提高了班级的凝聚力和团队合作能力

在军训中，我们都是来自不同专业和院系的新生，但在训练中，我们变得越来越团结。最开始的时候，我们在排出时，总是感觉不和谐，队伍总是乱成一团。然而，通过我们之间的互相学习，积极地交流，逐渐地，整个班级更加协调，队伍排得也更加紧密。在“三棱锤”的排练中，我们一起敲锤子，一起排队，一起学习，整个班级团结在了一起。这样的训练不仅让我们在军训中成长，更让我们在团队中变得更出色。

第四段：意识到了正确的人生态度

通过这个星期的军训，我发现了一个非常重要的问题，那就是每个人都需要有一个正确的人生态度。在训练中，我意识到，如果没有决心和毅力，任何事情都不可能取得好成绩。这个体检的过程告诉我需要意识到自己的问题，及时找到问题的关键。只要持续坚持，就可以取得进步，走上成功的道路。因此，我们需要学习勇气，挑战自我，共同把这个训练完成。

第五段：深刻领悟到人类团结的力量

个人发展不仅仅需要我们的自我努力，团队精神的付出同样也是必不可少的。在整个军训的过程中，我们的每个训练协调都离不开团队精神。每一个士兵要好好的保持联系，以增强整个队伍的协作。一件事的完成不光是由一个人来完成，后面还有整个团队的支持和配合。不仅仅到年轻学生之间，再联系到长久的实际生活中，人类需要团结在一起，才能产生无限的力量。

以上拥有五段的军训心得体会告诉我们，在军训中，我们不仅锻炼了身体，展现了个人毅力和团队精神，还深刻领悟到人类团结的力量。这个十天的军训生涯带给我的人生价值最

大的收获是深刻认识自己，懂得变得更好，同时最重要的是深深感受到团结和合作背后的人类力量，这将成为我日后人生的一个重要启示。

军训内务整理体会心得篇二

我深爱着我的祖国，跳动的心随着五千年的脉搏跳动。我深爱着我的祖国，澎湃的热血随着长江黄河的波涛汹涌澎湃。我深爱着我的祖国，我的黄皮肤上印着祖先留下的颜色。我深爱着我的祖国，黑色的眼睛里流露出我卑微的笑窝。我深爱着我的祖国，我坚强的性格挺拔挺立，给我泰山的神韵。

今天的军训比较简单。我们简单复习了一下士兵的基本动作，然后练习了《国家》和《志成学子之歌》。“爱你我，爱全世界”，比赛由两个阵营组成。我们用统一的服装和整齐的手势把我们的国家和我们的家联系在一起，把我们每个人联系在一起，从而以一种微妙的方式宣扬爱国主义。003010令人印象深刻：“只有强大的国家才能有富裕的家。我爱我的国家和我的家。”这让同学们深深地意识到，只有祖国强大了，每一个中国儿女才如此自信，我们中国人才如此自豪！003010是董事长亲自写的。“做人一辈子”是当代大学生的殷切期望。有多自豪？我们有这样一个好主席，他总是把人民放在心上。

今天在学习语文练习的时候，一个同学因为身体原因晕倒了，只看到一个教官直接跳下了舞台，直接抱着同学向医务科跑去。令我们震惊的是，指导老师毫不犹豫地跳了下来。要知道，讲台是有一定高度的。他没有跑下楼梯，而是直接跳了下去！我们的军训教官平时可能对我们要求很严格，但在我们需要的第一瞬间，他们也会毫不犹豫地奔向我们。出生在这样一个以“为人民服务”为宗旨的国家，我们是多么幸运啊！军训虽然辛苦，但也带给我们感受，让我们成长。想到以后这种特殊的军训，一定是充满了幸福。

我爱我的祖国，它的江河湖海，它的万千山峰，它每时每刻带给我的点点滴滴。生在这里，长在这里，我永远爱这片土地，爱它的繁华，爱它的荒凉。沧桑变成了琼楼之玉。我只希望有一天，我能乘着风，看到天上的山河。

军训内务整理体会心得篇三

暖阳当空，驱走了夜间的寒。训练场上，热火朝天。今天一天的回忆，由分列式勾起。

“岂曰无衣？与子同袍。王兴于师，修我戈矛与子同仇！”，“向右看齐，向前看，齐步走！”飒爽的英姿，整齐的步伐，划一的动作，这是我们最后的分列式训练成果。我们从一开始的错漏百出，每个人只顾着自己，到今天的整齐划一，每个人心中不再只有“我”，而是刻着“我们”，经历了无数次的练习。在训练场上的大家共同克服困难，团队的凝聚力一日千里般增强；我们之间的关系由普通同学变成战友、兄弟；我们之间的心开始跳成同一节拍，我们可以将后背留给彼此：我们，开始凝聚出了团魂！

每当我坐下静思，浮现在我脑海中的是一双沾满泥土的脏手套，那是我们排教官的手套。“左正蹬，踢！”啪地一声响，白色的手套上多了一个黄色鞋印。“腿再抬，劲使大些，不用怕碰到我。”这是我们教官为我们每个人三拳四腿的动作纠成。一开始，我只是将擒敌拳当成广播体操，学习只求通过测试，完成标准，却未曾想到教官如此而耐心和细致地讲解发力方式和动作要领。我这才意识到，擒敌拳的最终目地在于学以致用，军训所要培养的，不是温室中的花朵，只能徘徊在蓬蒿间的学蝮，而是历风雨而不倒的松柏，扶摇而上的大鹏。脏手套上的印记，是我们为成为更好自己而努力的证明，更包含着教官为我们更好成长而付出的苦心。

天将渐暖，雏鹰啼鸣。今天的我开心收获着初步成功的喜悦，抱着在每一次训练中磨练自我，提升自我的决心，迎接明天

的朝阳。

军训内务整理体会心得篇四

转眼间，军训过去了一半，每天的军训都给我们留下别样的感悟。

淅淅沥沥的小雨，教官的身姿，学生的背影，构成了一幅青春的画面。看，同学的军拳打的虎虎生威，声音响亮，让小雨都退去。一次次的纠正，同志们汗如雨下，教官们悉心教导，换来的更标准，更整齐的动作，和首长的赞扬。

军训就像咖啡，先苦后甜，就像绿茶，入口虽苦，却回味无穷。人生路上，又何尝不是满布荆棘，等待我们去开辟，去闯荡，军训就是给我们闯荡的工具：坚持，勇气，自信，使我们以昂扬之姿坚定的踏上征途，走出人生的康庄大道！

人生苦短，乐在其中。不去奋斗，不去努力，怎能体味那失败后又成功的'喜悦，怎能回味那久久不散的甘甜，同志们，挥洒汗水，光明的明天就在眼前，胜利的彼岸就在眼前！

军训内务整理体会心得篇五

高中军训是每个学生都会经历的一段时光，这是一次独特的体验，充满着新奇和挑战。在经历了初期的不适应和抗拒之后，我逐渐适应了挑战与训练，并开始思考自己在这个过程中学到了什么。

第二段：军训教育的意义所在

军训教育无疑是一次很好的锻炼和加强学生体魄的机会。除此之外，军训还可以培养学生的团队协作精神，提高学生整体素质，让他们懂得自由和纪律并存的重要性。在军训后期的军事素质训练和野外生存训练中，我们在身体力行中体会

到了自己的潜力，更加了解了自己，学会了团队合作并体会到了团队中每个成员的重要性。

第三段：对自己素质提升的认识

通过军训，我认识到自己的不足之处，比如身体素质和耐力。为了弥补自己的不足，我决定从运动开始，逐步提高自己的身体素质和运动能力。我也更加珍惜时间，明确目标。我相信只有脚踏实地的努力才能取得进步。

第四段：如何在日常生活中运用军训所学到的技能

军训所学习到的技能并不是只在军训中使用的，这些技能可以运用到日常生活中。比如，在生活中我们也需要具有自我规划和自我约束的能力，坚持不懈地追求自己的梦想和目标。在团队中，我们也需要倾听他人的建议，有时需要灵活地适应他人的意见来达成共识。这些都是学生在军训中所学习到的技能，在日常生活中同样有效。

第五段：总结感悟

军训是高中生活中很重要的一段经历，它们带给我们的不仅仅是挑战和困难，还有成长和体验。军训不仅是一种学习，更是一种生活方式，一种思考方式。迎接挑战，学习自我规划和自我控制能力，尝试团队合作和领导能力是每个高中学生都应该学习和掌握的实用技能。军训让我从一开始的不适应和抗拒逐渐适应，在适应中提高自己的能力，完成自我成长。我相信军训会在我的人生中留下很重要的痕迹，让我更加坚强和自信。

军训内务整理体会心得篇六

今天是军训的第八天，转眼间军训已经仅剩四天了。这一段时间有苦有累，同时还有欢乐，有新的友谊在第一天军训时，

教官说我们以后会怀念这段时光，我们当时说不会。

但正短时间里我们确实收获了很多，每一天都在数着剩几天结束军训，每一天都在想休息的时间，什么时候来，每一天吃饭都在赶时间，但不得不说十分充实。今天开玩笑说这几天都在养生，每一天固定休息，固定起床。远离手机，远离网络日常锻炼大量饮水，三餐不误。这是一种苦中作乐的想法，但这也是我们军训的收获之一。规律的作息。

军训贵在坚持，也贵在坚强，加油吧！还有四天，好好努力，不偷懒，认真完成教官的指令。

军训的前一天，我怀着兴奋而激动的心情，准备迎接一周的军训。

军训内务整理体会心得篇七

军训是每个大学新生必须经历的生活阶段之一。在军训期间，我们迎接着各种挑战，不仅仅是体力上的挑战，还有心理上的挑战。通过军训，我们不仅仅学会了如何站军姿、走队形，还收获了更多的体验和收获。在这篇文章中，我将分享我的军训个人心得体会。

第二段：体能训练的心得体会

军训期间，我们受到了严格的体能训练。第一次参加的时候，我感到很疲劳，整个人感觉像快散架了一样。但在教官的带领下，我勇敢坚持了下来。训练虽然辛苦，但让我感受到了身体上的变化，从而让我意识到自我的潜力可以被进一步的挖掘和发掘。

第三段：纪律教育的心得体会

军训期间，我们受到了很严格的纪律教育。在这段时间里，

我们必须按时起床、举目注视、不许说话、不准迟到或早退，所有的动作都要一起协调完成。通过这样的训练，我深深体会到了延迟满足感的意义，即门槛越高，成功的过程就越有意义和珍贵。我进一步意识到做任何事情都需要有一定的规则进行约束。

第四段：团队合作的心得体会

在军训期间，我们的教官经常强调集体荣誉的重要性。在每次训练中，我们必须默契地配合才能达到更好的效果。团队合作的常态和课堂上的合作不同，无处不在，随时都在进行。在这个过程中，我学到了信任，学会了如何支持我的同伴。

第五段：总结

通过军训的过程，我意识到了在每个过程中，自己的精神面貌和情绪、氛围的营造至关重要。特别是在遇到困难的时候，不放弃和坚持到底的精神可能是关键。还有，团队合作是取得胜利的保障。军训，让我从一个学生到一个拥有更高素质的人变化，让我更好的用心体验生活。

军训内务整理体会心得篇八

随着五天军训的结束，新学期也正式拉开了序幕。五天的军训，不仅仅是学期开始的一个任务，更是一种心志上的磨练。与老师、同学、教官的相遇，更是一种无形的缘分。

我们的教官是一个胖子，对于他的好感，我是飘忽不定的。前两天时，他动不动就罚我们、骂我们，导致于我对他的好感先是下降为了负数。因为跑步，导致于我的腿更酸了，这时走个楼梯都无异于是一种折磨。然而后两天，因为我们正步练得好，便少罚我们，还和我们玩游戏。在后两天，我才发觉，教官原来也不是那么恐怖，甚至有点儿可爱。他会给我们灌心灵鸡汤，讲到他以前的生活，鼓励我们做好。他会

摘下帽子，露出头顶的那搓毛，跟我们开玩笑。还会发抖音，跟我们班的同学比跑步……总之，虽然教官有时真的挺糟人恨的，但说到底也是因为我们做不好而生气。最后，还是有些舍不得。

军训，于刚开始的我来说，无疑是一种折磨。站军姿、蹲下、齐步走……这几项看似简单的动作，实际上却把我们推进了军训的魔爪里。一天下来，便是腰酸腿酸，整个人像是被拆散了一样，连动都不想动了。第一天时，中途身体不舒服的同学很多，都不知道是什么，让我坚持了下去。蛙跳起来的那一刻，两眼一抹黑，耳朵好像都听不到了。但歇过后，依旧满血复活。前两天无疑是难熬的，于平时都不怎么锻炼的我们，更是一种困难。但真的，两天下去后，虽然依旧腰酸腿酸，可我们却好像适应了，请假的人数也少了。其实，没有什么是不可能的。关键是看，你有没有坚持下去的决心。人的潜能是无限的，没有什么坚持不下去。

在军训的过程中，我们也和周围的同学，未来即将一起学习同学互相认识。偶尔踩到鞋子说一句“抱歉”，偶尔借纸巾说一句“谢谢”，在休息上推一下旁边的同学，问“你叫什么名字”，在身体不舒服时，有人问一句“要去休息一下吗”……这些简单的话语，却让我们一下拉近了距离，从彼此陌生，到相识，到未来的相知，一步一步推进。

军训，使我们学会了坚持团结，使我们创建了感情，使体会到同一个集体的温暖。

军训内务整理体会心得篇九

军训是每个高中学生都会经历的一段时期，对我们整个人生都有着深刻而重要的影响。经过这段时间的磨炼，我们不仅变得更加坚强，更愿意为团队奋斗和付出，同时也对未来有了更加清晰的认识和规划。在这篇文章中，我想总结一下我在参加军训中获得的个人体验和收获。

第二段：体能的提升

从一开始的各种军姿练习，到之后的长跑和枪托训练，每一项都对我们的体能提出了极大的考验。在这个过程中，我们不断地挑战自己的极限，以更快的速度、更高的高度和更长的时间完成任务。通过一个个的小目标的实现，我慢慢地变得更加自信，更加有决心，也付出了更多的努力来达成自己的目标。

第三段：自律的培养

每天早晨起床，我们都必须按时参加户外军事训练，直到天黑才能结束，这让更多的同学变得更加有自律意识。尤其是在长时间的不断的训练，需要我们时刻保持高度的警觉，让我们的内心不断追求着更好的状态。在这个过程中，我意识到自己多么靠不可缺少和重要，只有付出也就只有收获，这对未来的学习和生活都是非常有益的。

第四段：团队合作的意识

各种各样的军事任务，需要我们与队友不断的配合和合作，让我们更加深刻地认识到团队合作的重要性。每一个任务的完成都需要互相协调和支持，我们的团队精神和团结是让我们一步步走向成功的关键。每个成员都发扬着自己的特长，同时也避免了自身的局限性，让我们的行动更加灵活和有效。

第五段：最后的收获

通过整个军训的过程，我不仅收获了身体上的提升，更重要的，还有内心上的成长和经验。我学到了很多对待人与事的态度、沟通、协调与领导能力。我也更有信心面对和应对生活所带来的种种挑战。最重要的是，我感受到了团队合作的力量。军训，让我更加懂得这个世界是需要互相扶持和帮助的。

结论：

军训的经历与收获，将会对我们影响一生。它带给自信、毅力、勇气和集体荣誉感。它教会了我们团队精神和合作能力。几年后，如果你重温这段记忆，你会发现，它一定给你带来了很大的收获和启示。

军训内务整理体会心得篇十

军训是每个高中生必须经历的一段时间，对于我来说，这是一段有挑战性的、富有收获的经历。在这两周的军训当中，我学到了很多的东西，包括如何坚持、如何团结、如何认真学习等等。下面，我将从不同的角度来分享我在军训过程中的个人心得体会。

一、坚持不懈

在每天晨跑的时候，我发现有一些同学总是在一半就累得停下来了，而他们左右的同学都在坚持着。这时，我不禁思考：为什么有些人能够坚持下来，而有些人却一直停下来呢？我想，最关键的一点就是毅力。只有拥有坚韧不拔的毅力，才能够跟上队伍的步伐，一步一个脚印地不断向前走。这次军训，我学到了坚持的力量，也明白了其重要性。

二、团结合作

说起团结合作，这次的军训是最好的教材之一。在跨越障碍、擒敌拳等项目中，队友之间的默契和配合可以说是关键。如果团队成员之间没有配合默契，那就很难通过这种艰巨的训练了。所以，在这次军训中，我学会了宽容、学会了尊重，更学会了与人合作成为一个协同的整体。

三、自信心提升

军训中，我学到的第三条是：学会自信。我们每个人都不可能一开始就在所有方面都做得非常出色，但是，只要你充满自信，你就会更有勇气去尝试。

在增强自信的过程中，真正重要的当然不是那一瞬间的成功或失败，而在于整个学习的过程中，我们努力、坚持、奋斗的态度。这是我第一次感受到了自己变得越来越加自信的原因，我更走得更加坚定有力了。

四、新认识的自我

这次军训，让我看到了另一个自己——积极向上、勇于拼搏。以前，我总是觉得自己没有什么特别的，而这次的军训，让我发现自己的锻炼环境是如此的良好，我们共同最终也会获得相似的成果。所以，我认为，只要有心，我们每个人都可以成为更好的人！

五、认真对待学习和生活

最后一点，我认为是认真对待学习和生活。参加军训以来，我发现我们的教官要求我们认真对待每一项训练任务，不仅要做到规范，还有要做得更好。我们的身手、形象、言辞等细节都需要注重。通过这个过程，我深刻地理解到，作为一名高中生，我们没时间浪费了，唯一的路径是努力学习和生活，让自己变得越来越好。

通过这次军训，我认真体会了人生的多种经验，知道了一些平时被忽视和缺乏的坚持，团结，自信和独立等品格与素质，明白了思考的重要性，规划更为精细的人生，这让我懂得了生命中更多的意义和价值。预期这些精神明灯共同激励我们走向成功路途的终点！