

# 军训训练心得体会 军训训练心得体会(精选7篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

## 军训训练心得体会篇一

军训是每一个大学新生入校后必须经历的一段时间，虽然时间不长，但对于我们每一个人而言都是一段非常有意义的经历。在这段时间中，我们不仅锻炼了身体，还提高了自己的纪律性、集体荣誉感等多个方面的素质。今天，我想分享一下我在军训期间的体会与感悟。

### 二段：体会

在军训的过程中，最大的感受就是磨炼。在每一次的跑步、体能训练中，我们会感觉自己好像要崩溃了一样，但是还是咬紧牙关坚持下来。这种坚持下去的精神也渐渐地深植于我们的内心，让我们逐渐变得更加坚强。除此之外，我也在军训中认识了很多优秀的同学，更加明确了自己的方向，为自己的未来做出了更明确的规划。

### 三段：体会

除了在体能训练上的提高，军训还培养了我们的集体意识和团队合作精神。在每次的队列训练中，我们都必须做到严格的整齐，并完成各种动作。这时候，我们就会意识到一个人的力量是有限的，只有多人协作才能让队伍变得更加的整齐、迅速。这样的一种协作的精神，在今后的生活中也会让我们

更加善于与人沟通，取得更好的成绩。

#### 四段：体会

在军训中，我们也可以看到许多不同的人，有些人是出生在富裕的家庭，而有些人则是出生在贫困的家庭。但是在军训中，这些差异变得无足轻重起来，大家都在为了同一个目标而努力。这样的一种经历，不仅可以让我们变得更加谦虚，也可以帮助我们更好地理解不同阶层之间的差距，让我们能够更好地融入社会，面对人生中的各种挑战。

#### 五段：结语

通过这段时间的军训，让我更加深刻地认识到自己的不足之处，在未来的道路上更应该坚持努力学习，不断提高自己的能力，也更加深刻地意识到大家都是最终要回归到社会的一份子。军训期间的经历，让我在今后的成长道路中不再孤单，因为整个社会都是我们的精神后盾。因此，我相信一路走来，我们一定会走得不一样，也一定能够实现自己的梦想。

## 军训训练心得体会篇二

带着梦想，我们走进工大的校园。军训中虽然洒落汗水，但是我们却能够夹杂着眼泪成长。

晨曦初开，漏出一点微茫。和着这丝朝阳和半边天的黑夜，疲惫和无奈在空气中凝聚。楼下的踏步声成了“压死骆驼的最后一根稻草”，彻底搅碎了我如诗如画的梦，引我走上新的征程——军训。

头顶随意点缀的几片白云，挡不住炽热的太阳，甚至不能多为我们开拓出一片阴凉。砸下左脚，前端后砍，踢出右腿，保持不动。口中极不情愿喊着“我爱踢正步，踢正步好爽”，唱着“团结就是力量，团结就是力——量……”双臂在发抖，脖

颈在酸痛，面颊上充斥着疲惫的潮红，汗滴从发尖淌落。滴在领口上，滴在鞋面上，滴在我困乏的心中。我在坚持！

“军训从来就不是轻轻松松，不吃点苦怎么达到训练效果？”

人生总是有着惊人的相似：

记忆拉扯到从前，那是一年前的夏天。同样是军训，不同的只是将如今的保持正步踢腿变为了向教官大喊：“我要成功！我一定要成功！我将来一定会成功！”不得不说，我并不是命运的宠儿。看着别人通过，而我又回到起点。从最初没精打采的叫喊，到高亢的呼喊，再到撕心裂肺的嚎叫，我都没能通过。一次，两次，三次……到了后来我用尽全身的力气，不要命般喊叫，依然没让我通过。嗓子早已嘶哑，仿佛要裂开一般，到最后夹杂着哭腔。这时，教官回过头：“成功永远不是轻轻松松。成功之前，你会经历失败，挫折；被抛弃，被忽视，被欺骗，被伤害……被现实打击的遍体鳞伤，你需要坚持！”

人生一世，草木一春。我们活的有声有色，是因为我们有着一个梦想，一个扎根在我们心海的梦。然而我们的成长，却是一个遭遇挫折的过程。我们总是在这条路上一跛一地在不同的地方绕着不同的弯路。就像歌里所唱：“梦的边陲，风吹不灭，从不感疲惫。”不论我们绕了有多远，坚定着自己的梦，我们便总能横渡苦海，到达彼岸！

愿时光保佑我们永远怀着最初的梦想！

军训训练心得4

## 军训训练心得体会篇三

军训是每个大学新生必经的一道“坎”，虽然只有短短的数周时间，但从中可以收获很多。近日，我在经历了一段紧张刺激的军训后，深感这段经历不仅锻炼了我的意志品质，更让我明白了团队合作的重要性。在此，我要分享我的军训体验，记录下我的成长历程。

### 第二段：加强纪律性和执行力

军训首先教会了我纪律性的重要性。以前，我总是习惯按照自己的节奏来安排时间，而军训则要求我们在固定时间内完成个人任务，并且按照特定步骤完成训练，任何违背规定，都需要承担相应的责任和惩罚。在这样的训练中，我逐渐养成了严格的纪律性和执行力，学会按照时间执行任务，从而锻炼了我的紧迫感和责任心。

### 第三段：提高团队合作意识

除了个人能力，军事训练还强调团队合作。在军训中，我们被分配到不同的小组，必须密切协作，精诚合作，才能完成任务。通过这种方式，我学会了倾听并尊重不同人的意见，融入集体并为集体着想。同时，这种合作团队让我感受到了同伴帮助与支持的重要性，也激发了我助人为乐的精神。

### 第四段：磨练体力和意志

军训不仅需要理智和智慧的运用，还需要强健的体魄和坚韧的意志。每天的间歇，我总是感受到腰酸背痛，脚步沉重，但是我告诉自己，这种痛苦是暂时的，是成长的必经之路。慢慢地，我发现自己变得更加坚定，意志更加坚强，也逐渐习惯了训练节奏和时间安排。只有在坚持不懈的努力和生命极限的挑战中，才能真正变得坚强。

## 第五段：总结成长经历

在军训中，我不仅锻炼了自己的大脑，还锻炼了身体、意志和心灵，成为了一个更好更强的人。这段经历教会了我如何学会合作，学会坚持，学习承担责任和压力，学会顺应环境和接受变化。如今，我有了更多的信心和勇气去面对困难和机遇，也更加珍惜和感激自己所拥有的一切。

结尾：

在这个过程中，我发现自己拥有无限的可能和潜力。我相信，无论任何挑战、任何机遇、任何艰难困苦，我们都可以克服。人生中的每个经历都是一次奖赏，无论它来自何方。我们需要通过努力发现我们自己，并铭记发现的过程和能力。让我们一起去开创自己更好的明天，不断成长，不断前行。

## 军训训练心得体会篇四

自从我步入高中的大门，就知道自己必须要经历一次军训。现在我已经完成全部的军训课程，训练期间，最让我印象深刻的是列队训练，我在这个过程中学会了许多东西。

第二段：体会

虽然刚开始的时候，我们列队训练一次次地失败，但我们并没有放弃。我们一遍遍的重复动作，一遍遍的纠正错误，坚持不懈，最终我们终于掌握了正确的列队姿势和步伐。在列队训练中，我们学会了团结协作，每个人都参与到集体中，共同完成任务，这是非常重要的生存技能。

第三段：感悟

在列队训练中，我不仅学习到了集体荣誉感的重要性，也明白了个人规矩和生活纪律的重要性。通过列队训练，我意识

到每一个个体都是不可缺少的，我们必须发扬个人能力，为整个集体发挥自己的最大价值。

#### 第四段：收获

我收获到了很多，更加深刻了解到团队精神的重要性，也学到了如何在一个团队中生存和成长。通过富有挑战性的列队训练，我不仅收获到了技能上的提高，而且培养了一种积极向上的生活态度，更重要的是，我认为我也成长了很多，更有条理的生活方式，更有自律和自我控制能力。

#### 第五段：总结

尽管在列队训练过程中，经历了许多辛苦和挫折，但我明白了“团结协作、互帮互助”的真谛。在我人生的道路上，这次列队训练让我收获了很多，不仅教给了我精神上的力量，而且也为我未来铺平了道路。我会一直保持学到的生活态度，不断努力工作，做一个对家人、对社会负责任的人，也愿意为社会做出自己的贡献。

## 军训训练心得体会篇五

军训对每个大学生来说都是一个特别的时期，通过军训的训练，每个学生都会更好地了解自己，培养自己的意志力和体力，并规范自己的行为。其中，列队训练是军训训练的一个重要环节，这项训练可以锻炼学生的团队协作精神和纪律性，提高学生的组织能力和领导能力。在我的军训生涯中，我也体验了列队训练的酸甜苦辣，下面就是我的一些心得体会。

#### 第二段：苦涩训练

在开始的时候，我们的表现并不尽如人意，总是出现一些无法避免的小错误，比如手臂无法绷直、左转右不齐等等。因为一些细节的问题，受到了军官的批评和惩罚，那时候真的

很难受，但这些批评让我们认识到列队训练中的微小失误也是不能容忍的。此时此刻，我们认识到了自己的缺点，也更加努力地去改正，并相互帮助，互相鼓励和支持，让训练变得更加有效果。

### 第三段：甜蜜训练

随着我们的不断努力和军官队长的耐心指导，我们不断地进步，每一步的改进都让我们感到甜蜜。有一次，我所在的小队在医院部队中考评中名列第一，我们都很自豪，因为这是我们共同的荣誉，证明了我们的努力和团队协作的力量。在那个时候，我们的团队协作和默契水平达到了一个新的高度，相信经过这样一次训练，我们能够在以后的学习和工作中更加坚强、更加稳定！

### 第四段：磨练领导力

在列队训练中，队长是每个小队中最重要的人物，他们需要协调队员的关系，统筹整个训练，做出最佳的决策，指引队伍向前。当我担任小队长时，很有压力，同时也很兴奋。我需要先处理好自己的问题，再协调全组的人员，发挥每个人的长处，缓解人际关系，最终达到整体上的协调一致。在这个过程中，我收获了很多，学会了如何做出正确的决策，如何与同学们沟通，如何处理好人际关系和如何担当责任，这些都是我终身受益的东西。

### 第五段：总结

列队训练不仅是体力的锻炼，更是一种意志力和纪律性的锻炼。在这个过程中，我们不仅让自己变得更加强大，也让我们理解到团队的力量和组织的重要性。每个人都应该珍惜军训中的这个经历，在以后的学习、工作和生活中对自己的态度和行为做出改进，更好的将军训的理念融入到生活中去，成为一个更强壮和自信的人。

## 军训训练心得体会篇六

一个领域，两种人；三分痛苦，四分幸福；阳光灿烂，军队在中国；七天军训，多学习！七天的小军训虽然辛苦，却让人们受益匪浅。我们仍然记得导师教给我们的人生哲学。

哲学一：统一

人要想成功，坚持和努力是必不可少的。烈日炎炎，我们要站在阳光下完成教官布置的任务，一一。虽然只有短短的30分钟，但对于我们这些从小养尊处优的人来说，却是一个巨大的挑战。你有没有在七天军训期间喊累了，生气了，哭了，想家了，想过放弃？但是如果真的放弃了，军训还有什么意义呢？值得吗？坚持就是胜利，只有坚持才能成功。

自信是人生不可或缺的。如果一个人失去了自信，人生的意义是什么？做任何事都想着：我不行，我做不到，那你真的做不到，只是因为你还没开始，你选择了结束。相反，为什么不试着选择绝望，大胆前进呢？大喊：“我能，我能！”相信自己的能力，即使失败遇到挫折，只要相信自己有那个能力，相信自己能成功，就一定能完成！

短短的七天军训，让我学到了很多，经历了很多。我们学会了团结，学会了如何对待自己的群体，学会了如何坚强，学会了如何建立自信，学会了如何重新认识自己。

我们在军事训练中这样做，

在生活中如此，在学习上也应如此，感谢教官玉老师的谆谆教导，也感谢自己的坚持，在高中三年中，我会学军训一般，为自己的梦想，奋力起航！



## 军训训练心得体会篇七

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有种命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不知道片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，

有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长大成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

军训训练心得体会【篇2】