

军训苦与乐 军训心得体会短(模板7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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

军训苦与乐篇一

作为一名大二学生，今年我经历了人生中的第一次军训。这两周的军训让我有了很多收获，不仅锻炼了我的身体，还提高了我的纪律意识和团队合作能力。下面我将就自己在军训期间的心得体会进行分享。

第一段：初入军训的紧张与不适应

初入军训时，我感到很紧张和不适应。之前没有接受过严格训练的我，不习惯整天的站军姿、跑步和做俯卧撑。在最开始的时候，我感觉到自己的身体是如此的疲惫，连一分钟的休息都带来不了实质上的缓解。更为重要的是，这样单调乏味的训练让我觉得学习生活似乎被暂时搁置了，因此极度不适应于当下的现实状态。但是经过老师和教官及时的调整和指导，使我逐渐学会了适应，开始体会到在行动中的快乐和成就感。

第二段：紧凑有序的训练与思考

军训周期内一天的时间虽然很紧凑，但每个细节都严格有序。从早晨的军队操、跑步到下午的武器和装备保养，蹲立跳、趴爬姿势训练，再到晚上的班组训练和晚自修，都让我快速入门了一些基础的军事技能。在训练中，我开始反思在学习和生活中的问题，为此我沉淀了大量思考，变得更为成熟稳

重。

第三段： 提高自我管理和纪律性

通过军训的种种训练，我体会到自律和纪律性的重要性。班组里每个人的行为都要受到机关周密的监督，如果违反规定，将受到惩罚。每天的日程安排很紧凑，所以我必须提前规划好时间，并严格按照计划执行。如果迟到或者没能完成指定任务，都会受到教官的批评。通过思考、总结和反馈后，我发现这种管理方式可以养成一个人良好的习惯，不仅能在军训时期受到维护，也可以在日后的学习和生活中带来长期的好处。

第四段： 团队合作与信任

军训更多地是一场团队的训练，需要依靠彼此的互助和信任。在一次团队训练中，我会被分到不同的小组，一起做一些任务。在某一次团队训练中，每个人的任务都不同，我们需要协作合理分配各个任务。在这过程中，我和其他队员之间逐渐建立起彼此的信任，并更好地理解集体行动和共同作战的意义。如果每个队员都为了私利而争夺资源，团队机构将会瘫痪，任务也不会顺利完成。通过与队员互相交流和互相鼓励，我对团队精神和团队合作的重要性有了更为深刻的认识。

第五段： 体会到军人的精神品质

在整个军训期间，我有机会深刻地感受到军人的精神品质。教官都很严格，但对我们的付出也格外努力。他们在训练时会不顾个人的安危，为学员退留“余地”，在日常教学中也会耐心教导，对学员进行了精心的辅导，并传授了很多军人精神。毫不夸张地说，通过这样的训练，我对军人的职业、责任和荣誉有了不一样的理解，达到了身体和精神的双重训练。

总之，这次军训让我收获颇丰。通过这两周的训练，我收获了很多体力和精力，更重要的是提高了自己的纪律性和团队精神。希望这种训练模式能够继续推行下去，让更多的青年人从中受益。

军训苦与乐篇二

随着新学期的到来，不少大学里的新生们开始了他们的军训生涯。军训不仅是一种身体锻炼，更是一种心理的磨练。对于我来说，这次军训的经历让我深刻感悟到了很多道理，并且也让我更加坚定了自己的信念。

第二段：身体上的锻炼

在军训的过程中，我们强大的军官们带领着我们进行了各种各样的体能训练。站军姿、跑步、仰卧起坐等等，这些训练不仅让我们的身体得到锻炼，更让我们在身体上变得更加强健。对于我这样一个不善于运动的人来讲，经过这几个星期的锻炼，我的身体素质有了很大的提升。

第三段：意志上的坚强

在整个军训期间，我认为最重要的不是身体，而是意志的锻炼。在这个环境中，每个人都要忍受着体能上的疲劳和心理上的压力。我们必须时刻保持警惕与集中，严格遵守军纪，并且保证每一项任务都要做到最好。这个过程是考验我们耐力、意志和毅力的最好时机。尽管困难重重，我们也要坚持下去，这样才能让自己的意志变得更加坚强。

第四段：感恩心态的重要性

在军训时，我对我的家庭、老师和同学们产生了更为真挚的感恩之情。我知道，我所能享有的幸福生活是因为他们付出了无数的努力和汗水。他们为我提供了许多机会，让我能够

追求自己的梦想。在这个过程中，我也学到了感恩的重要性。

第五段：对未来的展望

在今后的日子里，我会把这些锻炼带给我的经验和教训都融入到生活中，不断提高自己的能力。我也会时刻审视自己的表现，反思自己的不足，并努力弥补。我坚信，在这个过程中，我一定能够成为更好的自己。

结尾：

总之，军训虽然不是一件轻松的事情，但它的锻炼是非常宝贵的。不仅可以锻炼我们的身体，更可以让我们更加懂得珍惜生命，感恩他人。我相信，这段经历一定会是我未来人生道路上的一笔珍贵的财富。

军训苦与乐篇三

这几天以来，我们一直在长清素质教育基地，与另外七所学校的同学们一起学习、一起探究。

虽然这五天时间不长，但让我们学会了很多很多的东西。

迷宫让我们懂得耐心、不放弃和坚持。走钢丝让我们懂得勇气、团结和齐心协力永不放弃。天象课让我们知道了牛郎和织女的故事。创意手工和陶艺是让我们细心、手巧灵活。消防课我知道了遇到火灾不要慌张，要有序排队迅速的逃离火场。交通课知道了不要酒后驾驶，也不要劳累驾驶。走云梯让我们保持平衡力。劳动课让我们学会摘菜和如何制作面点。多米诺骨牌让我们学会团结，齐心协力，遇到困难，永不放弃。航模让我知道了飞机是由哪些部分组成的。

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。

在我看来小学军训和中学军训或高中军训是不一样的，小学军训就是玩，中学军训或高中军训都是“稍息”“立正”“一二一”“齐步走”“跑步走”之类的，根本不像小学一样这么轻松，而是很累很累的。

也许，这五天是微不足道的，是它给我们留下了印象是无比深刻的。它让我们学会独立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编制的暖巢，勇敢地站出来。

这短暂的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动更别样的精彩！

军训苦与乐篇四

在经历小学六年的风霜雨露后，我将进入一个新的学堂——初中。在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训。在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落。这对我来说，简直是一种煎熬。因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸。这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我。我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人。经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑。看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面

改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，

涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；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。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

军训苦与乐篇五

军训是每个大学生都要经历的一段重要时期，是学生们成长的必经之路。在这段时间里，我们不仅掌握了一些有用的军事知识，更是锻炼了自己的意志和毅力。今天我来分享一下我的军训日心得体会。

第二段：初入军训

第一天，当我穿上军装走进军训基地的那一刻，我的心情有些紧张，但更多的是期待和兴奋。在集训场上听指挥，站立、走路、齐声喊口号，这些动作让我感到有些陌生，但通过教官的细心指导和同伴们的合作，我逐渐适应了环境。从此，我心中有了更强的自信和勇气，也感到自己可以面对更多的挑战。

第三段：不断克服困难

在军训的过程中，有许多困难和挑战需要我们克服。军训会让我们体验到不同的气氛和文化，让我们更深刻的认识到精神文化生活的重要性。我曾经历了长时间站立、跪姿训练、射击、绕柱奔跑等各种高强度训练，每个环节都难以适应，也曾因为此多次体力不支昏厥。但这些困难，却锻炼了我的耐力和毅力，让我更加坚定了自己成为一名强者的决心。

第四段：收获与感悟

在军训的过程中，我不仅提高了自己的身体素质，也得到了不少的经验 and 领导力。在团体训练中，我学会了向团队传递指令，并始终保持冷静和威严。同时，更加深了我对生活 and 团队的认知和理解。这段时间我认识了很多未曾了解过的同学，与他们相处的过程中，我对自己的内心也有了更深的突破。

第五段：结尾

通过这段军训的历程，我收获了更多的成长和体验，让我对未来充满了信心。我相信，这段时光将成为我的人生中宝贵的财富，也将激励我在今后的生活中保持前进的动力。

军训苦与乐篇六

因为我早已不在那所学校上学，所以这次新生们的军训我是问了好多人才知道具体军训时间的。

其实也没什么好看，无非就是那几套动作，那几种模式。去看的，是那些教官罢了。喜欢看他们的表情，动作，和穿上军装的英姿飒爽，以及军装以下的一身柔情。

我本来做好打算是本周一就去看看，结果那天一早起来就听见窗外汩汩的雨声，想着他们军训可能延迟几天，就索性赖在被窝里没起来。谁知第二天雨仍下个不停。等到星期三，

我便实在在家坐不住了，问了同学才知道他们前两天都在军训，心中不免懊恼不已。当天下午便换好衣服跑去了学校。

好在那一下午没怎么下雨，到了以后看见新生全都整齐的迷彩服安安静静的站在操场上。那些教官则在旁边观察他们所带班级的学生，看见有乱动或者是讲话的就跑过去收拾一番。

本来从跨进校门那一刻我就有些失望，因为没听到教官和学生们喊口号的声音，以为他们没在操场，那就太遗憾了。等走进去才看到原来他们都在，心中特别激动，就仿佛回到自己当初军训那番光景。我在体育室旁边站着看了一会儿便转移阵地来到总指挥所站的讲台后面，只看了一会儿，天空就飘起了毛毛细雨，索性雨不大，不足以浇灭我内心的兴奋。

新生站了一会儿总指挥就带领他们练习感恩的心手语操，一切就和我们当初军训一样，观看下来，我发现总指挥并没有改变，仍然和当初军训我们的是同一个人，但也仅仅只有他一个。

我总共军训过两次，一次是小学升初中，另外两次则都是在高中时期所经历的。

我的第一段高中时光存在于商务学校，它仅仅存在了一个学期。那所学校军训要求得比较严厉，全是在部队进行的。虽然只有短短六天时间，但我却过得无比昏天黑地。

我只记得早上很早就要起床出早操，完了回来吃饭，吃饭前还要唱歌，哪个班声音洪亮就先带去吃饭。我们早已饿得饥肠辘辘，唱歌吼也吼不出来。好像每次吃饭我们班不是倒数第一就是倒数第二没跑。吃完晚饭也要继续训练，一直训练到晚上十点。

没个班都有两个教官。一个主要带军训，是正教官，一个主要管生活内务，但偶尔也管训练，是副教官。我们班的副教

官是属于腹黑的类型，也是属于非常讨女孩子喜欢的类型，性格也是。但还差一天我们返校的时候他就走了，去带别的学校的学生军训了，直到军训完很久我才知道他其实姓凌。

那段时间很苦，因为是在沙场训练，基本上每天晚上训练晚回寝室都能从鞋子里倒出沙来。但那次军训也是我印象最深，至今最珍惜，最难忘的回忆。返校当天，也让我知道，训练时的苦和怨与对教官们难舍的情谊实在是两码事。

后来高中的第二次军训是在重钢技校。不得不说在商务学校军训完以后对教官的难舍给我很大一个警惕性：不可以和教官接触太多，陷进去就不好拔出来了。

所以在重钢军训时我尽量避免自己与教官们产生过多的交流互动，他说什么，听着就是了，不去看他，不去搭理他，休息时候也一样。可总有些事情是事与愿违。我克服内心那份冲动不让自己参与其中，却无法阻止别人进来打扰我的清闲，我确实是个很好骗到手的小女孩吧，可是，若不是我对你心存好感，没有敌意，又怎能轻易答应你。

男人，如果没有那个能力，没有那份担当，没有那个责任心，就不要去招惹爱慕你的女孩子好吗？这并不是你们任意伤害她们的资本。

男人，请你不要出尔反尔好嘛？恩爱的时候是什么样，即使以后没有缘分在一起，也请你不要说出：我要是不想负责任/凭什么让我负责。这之类的话好吗？我真的不确定你对我到底是虚情假意还是口是心非。

可笑那时候阅历尚浅，懵懂的情谊与爱情傻傻分不清……

喊好了，这段回忆就到此为止吧。

现在很多事，总能够轻易触动当初那段回忆。我亦不知道这

次为什么那么偏执的去看新生军训，明明知道这些熟悉的场景人物能够唤回当初种种，却坚持要看下去。

也许只是看见那一个个熟悉的背影，熟悉的行为便能弥补当初的一切一切……当初那本不一样的心态去面对的军训，也许令我避免了与教官分离时的难舍情谊，却将自己带进更深的感情漩涡。不在军训之内，远远超出军训分离时的痛苦，尽管现在知道当初双方都彼此误会好多，可这种事，错过了，便不能够再回去，即使能回去，也不该回去。

今天一早又去看他们军训，结果在操场没看到半个人影，害得我心灰意冷，却不料无意间又在qq上加到一个特别不讨女孩子喜欢的人，与在商务学校军训时副教官完全相反的类型，把我今天快气死了都。

中午去外面吃饭又无意间听到学校张科长与新生家长通电话，说这周军训取消，改为下周一至周三。

回到学校又从那个讨厌的人口中得知他们下午要在学校某个地方打拳，他却不肯告诉我具体在哪个位置，我找了好久才找到，却只在门口幽怨的站着看了一会儿就走了。

一段一段的回忆，回忆已经没有意义。

军训苦与乐篇七

“三月三，踏青去，一堆人儿笑哈哈……”，这首歌曲熟悉吗？对于我们大学生来说，三月三的快乐已经被军训所取代。军训是大学生活中的一道特别的风景线，每年的秋季和春季我们都会经历一次。那么，为什么要进行军训呢？军训是为了提高我们的军事素质，强化我们的纪律意识，营造集体荣誉感和团队合作精神。过程中的痛苦和艰辛，将会成为我们人生中宝贵的财富。

第二段：总结军训中的收获

军训是一次磨练意志的过程。在练习队列时，我发现自己的意志力比较薄弱。这时，我告诉自己必须坚持到最后，哪怕再累再辛苦也要坚持下去。于是我拼尽全力，一直保持队列，直到排最后一个。这时我感到特别兴奋，因为我坚持住了。通过军训，我还发现自己的体能和耐力都得到了锻炼和提高。通过长时间的体能训练，我对自己的体能有了新的认识，也找到了提升体能的方法。

第三段：讲述遇到的挑战和克服方法

我们曾经在军训中遇到了很多的困难和挑战。其中最困难的就是在大太阳下练习军姿。每天下午的训练都是最艰苦的，大家都气喘吁吁，满头大汗，但训练还在继续。我们每个人都知道如果中途放弃，队列就会破碎，训练就会失败。如何克服这些困难呢？有两个方法，一是做好充足的心理准备，事先就知道军训会有这样的情况，二是坚持下去，不要半途而废。

第四段：谈论学会的纪律和团队合作精神

军训中最重要的精神就是纪律和团队合作。军训让我们明白一个人的力量是有限的，只有团结协作才能获得胜利。在队伍中，每个人都有自己的职责和角色，我们都要合作协调，达到一致的目标，才能让整个队伍变得更强大。学会了这些精神，我们不仅在军训中有所收获，在今后的生活和工作中也会受益于此。

第五段：总结

通过这次军训，我们不仅锻炼了体能，更重要的是锻炼了意志力和团队合作精神。在以后的人生中，我们也会遇到很多类似的挑战和困难，这时我们就能从军训中学到的精神中汲

取力量，更加坚定自己的信心，迎接未来的挑战。