

军训急救培训心得体会(汇总7篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

军训急救培训心得体会篇一

军训是大学生生活中的一种特殊经历。在军训期间，我们不仅锻炼了身体素质，还学习到了很多有用的知识和技能。其中，急救心得是我认为最为重要的一点。在军训期间，我不仅亲身经历了一些事故，还学习到了一些急救技巧。以下是我对军训好急救心得的体会。

第一段：急救的重要性

急救是一项非常重要的技能，它不仅可以在紧急情况下挽救生命，还可以减轻伤痛，并避免进一步的伤害。尤其是在军训期间，由于训练强度大、环境复杂，意外事故的发生概率较高。因此，掌握一些基本的急救技巧就显得尤为重要。

第二段：军训中的急救案例

在军训期间，我亲眼目睹了一个同学晕倒的情景。事发突然，同学们都慌了神。幸好教官迅速采取了有效的急救措施，把同学抬到了阴凉处，拍打他的脸颊和扇风，不久同学就醒过来了。这一幕深深地触动了我，我意识到学习急救技能的重要性。

实际上，我也曾亲自遇到过紧急情况。有一次，一个同学在慢跑过程中扭伤了脚踝。虽然受伤不严重，但疼痛难忍。我迅速向教官报告情况，然后帮助同学用坚硬的物体作为临时拐杖，稳定他的伤腿，并在教官的指导下将他送往医务室。这次经历让我深感自己掌握了足够的急救知识，并且成功地

帮助了同学。

第三段：学到的急救技巧

在军训期间，我学到了很多急救技巧。首先，我知道了晕倒时应该采取怎样的救治措施，如把患者抬到阴凉处，并拍打他的脸颊以唤醒他。其次，我学会了如何给受伤者提供临时救治，如处理小型创伤的打扫方法、救护烧伤者的正确程序等等。此外，我还掌握了如何正确地给人进行心肺复苏的技巧和方法。这些技能的学习使我对于应对突发紧急情况更加从容自如。

第四段：急救技巧的实践应用

学到的急救技巧并不仅仅停留在理论上，而是真实地应用于实践中。在军训期间，我有幸参加了一次模拟演练。这次演练中，我担任急救小组的组长，负责处理伤员的紧急情况。面对突发的情况，我迅速给予了受伤者正确的急救措施，使其得到了及时的救治。经过这次实践，我深刻体会到了应急时刻急救技巧的重要性，并深信自己掌握了足够的能力来应对类似情况。

第五段：急救心得体会

通过军训期间学习的急救技巧，我对于应对突发紧急情况更有信心，在遇到类似情况时能够迅速做出正确反应。并且，这一技能也不仅仅在军训期间有用，平时生活中也可能遇到各种紧急情况。因此，掌握急救技巧不仅可以帮助自己，还能为他人提供帮助。当我们能在关键时刻给予他人正确的急救措施时，就有可能挽救他人的生命。

在军训中学习并实践了急救技巧，让我在生活中充满了安全感。我意识到急救不仅仅是一门技能，更是一种责任和担当。通过这次军训，我深深体会到了急救的重要性，并决心将这

项技能传承下去，为他人的健康和平安贡献自己的力量。

军训急救培训心得体会篇二

军训，让我学会了感恩。泪水与汗水参杂，枯燥与喜悦并行。我穿上军装，昂首挺胸，懵懵懂懂的面向教官，学习他的站姿，学习他的动作，学习他的一言一行。在军训中，我们的教官年轻而稳重，不失军人的威严。教官在认真的训练的时候相当的严厉，但是他也有和蔼可亲的一面，他以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍，在他的不断督促下让我们有了明显的进步。教官铿锵有力的声音在耳边想起，辅导员叮嘱我们要按时吃饭，叮嘱我们做好防晒措施，并为我们关注天气预报，这些对我们的关心也是有目共睹的，我们应该用好的连队成绩来感恩教官和辅导员无微不至的关心。

军训，让我学会了坚持。我们不断的重复着枯燥的动作，每个人都累得筋疲力尽，第一天的天气是阴天，没有炙热的太阳炙烤着我们，教官讲了一些基本要求，并告诉我们的职责就是服从命令。在教官的严厉要求和辅导员亲切的关心下，我们即使腰酸背疼，却一刻也没有放松的想法，我们虽然没有钢铁一样的身体，但是有一颗比钢铁还要坚强的心。任凭着劳累不断的考验我们的意志，仍然没有选择退缩。即使有同学会感到身体不适，休息一会儿后，又重新踏上了没有硝烟的战场。

军训，让我学会了思考。即使六盘水的均温是19度，但是当太阳很不客气的暴晒着我们的时候，身上都是滚烫的，就像我们走齐步时手臂打直摩擦着军装两侧一样强烈，就像我们踏正步时脚掌用力的打击地面一样的磨炼着我们。训练时，线条与统一中让我深深的体验到了里面严明的纪律，但是我深知我们的军训不及一半的辛苦，我们不用像教官当兵时那样起得早，整理内务和抗打压。当我练习军姿时，心里不时的感慨到当兵的不容易，并想到我们之所以有如今的国泰民

安，全靠他人的负重前行。想想爸妈辛苦一辈子，都是为我们而奋斗，但让我感到难过的是我什么都分担不了，只有尽我最大的努力做到让他们放心，并能达到他们对我的期望吧！即使军训是艰苦的，但是我始终相信“人，只要有一种信念，有所追求，什么艰苦都能忍受，什么环境都能适应。”就算是在最艰难的时候也会感到幸福的。即使我们现在就是一个简简单单的军训和父母的辛苦比起来不值一提。

军训，让我学会了感悟责任。每个人自打呱呱坠地时在不同的年龄阶段和不同的工作单位就都扮演不同的角色，并需要担任相应的责任。我的责任就是好好学习，服从老师的安排和学校的安排。老师的责任就是教给学生知识和基本礼仪，教官的责任就是教会我们服从命令教会我们懂得克服困难。责任可以使人变得坚强，责任可以发挥我们的潜能，责任可以改变我们的态度。军训时，我们的责任就是让我们的方队变得最整齐，要学会考虑他人，顾及他人感受，一个人做事的好与坏，最关键的在于有没有责任感，是否履行了自己的职责。我深知只有我们连队的人都明确的认识到自己的职责，发挥自己的能力之后，才能克服自己困难。

军训，让我学会了团结就是力量。在短短的军训期间，我们要与原本不熟悉的同学和睦相处，相互沟通，并且做到互帮互助，团结一致。我们要从原本懒散的生活中脱离出来，参加严格的训练，接受阳光的洗礼。我们在田径场走齐步，走正步，唱军歌，都需要大家团结一致的面对，如果没有队友是不会有整齐的踏步声，响亮的合唱声。奥斯特洛夫斯基曾说过：“哪一天你和集体脱离，那便是末路的开始，”三国时期的孙权曾说过：“能用众力，则无敌于天下矣；能用众智，则无畏于圣人矣。”这就是我理解的团结精神。在训练中，从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，都让我深深的感受到了团结的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益。

军训急救培训心得体会篇三

军训是大学生生活中的一段重要经历，它不仅是磨练意志的锻炼，也是学会自救互救的机会。在军训中，急救技能的掌握尤为重要。在我参加军训的这段时间里，我学到了很多关于急救的知识和技能，这些经历让我深刻理解到急救的重要性和技巧。在下文中，我将分享我在军训过程中学到的急救心得体会。

首先，在军训中我们学会了如何识别和应对常见的伤害和疾病。在体能训练时，有些同学可能会因为体力透支而出现暑热中暑的症状，如头晕、呕吐等。当有同学出现这些症状时，我们很快就会意识到他们可能出现了中暑的情况，我们会立即采取应对措施，如给予足够的休息和饮水，将其保持在阴凉通风的地方，并及时通知教官。在这个过程中，我意识到及时识别疾病症状，并采取正确的应对措施，是急救中最重要的一环。

其次，在军训过程中，我们学会了一些基础的急救技能，如心肺复苏术和止血技巧。在一次训练中，有一位同学受伤了，伤口出血不止。当时，我们都有些慌乱，但是我们中的一些同学立即行动起来，运用我们所学到的止血技巧，成功地帮助了伤员止血。这次经历让我明白，在急救过程中，冷静和快速反应是至关重要的。通过这些致力于保护他人安全的实践，我充分认识到了急救技能的实际应用和重要性。

其次，军训教官对急救技能的重视也带给我很深刻的印象。教官们非常注重培养同学们在军训过程中的自救和互救意识，并在训练中穿插了一些急救演习。在这些演习中，我们学会了如何在紧张的情况下保持冷静，分清紧急情况的轻重缓急，并采取相应的救助措施。教官们有意识地加强了对急救技能的训练，以确保我们在遇到紧急情况时能够迅速反应，并提供有效的救助措施。

此外，在军训中，我们也学到了团队合作在急救中的重要性。在急救演习中，每个人都有分工和任务，我们相互合作，互相支持，确保每个人都能扮演好自己的角色。这种团队合作的精神和默契在紧急情况下尤为重要，它能最大限度地提高急救成功的可能性，并减少患者的损伤和痛苦。

总结起来，军训中学到的急救心得体会丰富了我的知识储备，提高了我的紧急情况处理能力。在未来的生活中，我将始终牢记急救技能的重要性，并在遇到紧急情况时尽我所能地提供帮助。急救不仅仅是应对紧急情况的能力，更是表达关爱和责任的一种方式。通过急救技能的学习和实践，我深深地体会到为他人着想，关注他人安全的重要性，这对于我未来的人生发展和个人成长来说都是极为宝贵的经验。

军训急救培训心得体会篇四

悄悄地，我们翻开了大学生活的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

这个飞扬着绚丽梦想的大一，一个等待着我们用手中的画笔描绘出缤纷色彩的大一。回到学校，一眼望见的'依旧是熟悉的校园，就连一张张陌生的脸孔也不再让我感到孤独了。对新的生活充满着期待。步入大一，我们迎来了如火如荼的军训。这是我人生中的第一个军训，我只想好好的学好此课程，为我大学生活摆出鲜艳的花朵。

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。在军训的整个过程中，我的脚麻痹着，站在第一个的我被太阳猛烈的晒着，他毫不留情的照射着我，汗水滑过脸颊，透湿后背，眼泪顺流而下，忍着忍着。其实我是多么的想跟教官说“报告，想休息下、”正因为我选择了大学，更不想才刚开始就输给自己，所以我坚持着。

军训是一种能增强体质与纪律的有力活动。经过几天的军训后，我们如同刚受阳光滋润的小草般，充满着冲劲。从起初医务室挤满人到逐个进去，显然大家的意志坚定了许多，军训所带来的痛疼都被我们的坚决的毅力战胜了。军训告诉了我们要坚持不懈。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂！在这炎炎的烈日下有我们耀眼的青春；俗言道：吃得苦中苦；方为人上人。是军训；让我们拥有战胜困难的勇气；让我们懂得团结互助；是军训；开启了我们辉煌的青春。；每天随着教官哼着军歌，让我们也开始喜欢上了那首歌，因为它含着我们的记忆，最终军歌一等奖让我们感到欣慰。

我坚信，这十七天的路我们能走好，以后三年的路，我们也能走好，未来一生的路，我们一样能走好！因此，我们应该为此奋斗，让我们鼓起勇气吧！让自信为我们铺路，让胆识为我们克服困难，向着朝阳前进吧！

军训急救培训心得体会篇五

第一段：军训中的突发情况引发的思考（引出主题）

军训是每个大学新生最期待的一段时光，但同时也是一段充满挑战和考验的日子。在实际的军训过程中，我们经常会遇到一些突发情况，比如意外受伤、突发疾病等，这些情况让我深感自己缺乏急救知识和技能。因此，我决心从中吸取经验，不仅是为了自身安全，还能帮助他人，为今后的生活积累更多的知识。

第二段：通过军训学到的急救知识（阐述主题）

在军训期间，我经常和同伴一起学习军事理论和实操训练，其中一项重要内容就是急救知识。通过教官的专业指导，我学会了基本的心肺复苏术、止血、包扎等急救技能。这些知识和技能对于我们的日常生活和应急情况都非常有用，不仅可以提高我们的自救能力，还能为他人提供及时有效的急救

帮助。

第三段：实际应用中的心得体会（说明主题）

在军训过程中，我亲自实践了所学的急救知识，在应对一些突发情况时收获了宝贵的经验。例如，有一次队友突发晕倒，我利用学到的心肺复苏技术，及时为他进行了救治，帮助他恢复了意识。还有一次，有同学脚部受伤，我成功使用止血和包扎方法，控制了出血，为他争取了更多的救援时间。这些实际应用的经验让我更加深刻地认识到急救知识的重要性，同时也提醒我平时要做好通常急救器材的备齐，以备不时之需。

第四段：急救心得体会的拓展（展开思考）

军训中的急救心得体会不仅仅适用于军训阶段，对于日后的生活也是非常有帮助的。比如，在户外活动中，意外伤害经常发生，对伤员进行及时而正确的急救能够减轻伤情、避免后遗症的产生。而对于常见的一些突发疾病，如心脏病发作、中暑等，了解并掌握相关的急救知识也可以为生命的延续和康复争取更多的时间。

第五段：急救心得体会的重要性和总结（总结全文思路）

通过参与军训并学习相关的急救知识，我深切体会到急救心得体会的重要性。它不仅能够帮助自己在军训和日常生活中应对突发情况，还可以为他人提供有效的急救帮助。在今后的生活中，我将继续学习急救知识，提高自己的急救水平，为他人的健康和平安尽一份微薄之力。同时，我也希望更多的人能够关注和学习急救知识，为社会创造更安全、更健康的环境。

军训急救培训心得体会篇六

于20xx年六月底早上，我们随学校步入了平北军训基地，开始了人生第一次军训旅途。

对于环境，既陌生又熟悉，记得高中社会实践就在这个基地的隔壁，那里的环境跟这里差不多，所以还是有一定心理准备的，再加上本来就是一个农村的孩子，这种平房里满是潮气的环境还是完全可以接受的。既来之，则安之。有太多的抱怨也改变不了现状，还是安心心的度过这未知的十天吧。

正式军训的开始就是阴雨天，冒着雨在石子地上站着，不是第一次淋雨，却是第一次在这种教官讲话，我们听着的情况下淋雨。那种大家一淋雨的感觉，很奇妙，难道这就是“吃苦”的开始？这样真的可以磨练出我们的意志吗？在心中默默的想。

宿舍的床板真的好硬，不过庆幸有枕头，没有像高中社会实践时直接睡十天床板，躺在床上暗暗庆幸着，脚底却传来一阵生疼，穿那么薄的鞋在石子地上站那么久还真是第一次，本来觉得那些在城里长大的孩子太过娇气，可自己在第二天晚上也撑不住了，即使满身的疲惫，脚上的疼痛也让人无法入眠。本来疲惫没让我想家，本来不太好吃、也抢不到的饭菜没让我想家，本来潮湿的被褥没让我想家，可是脚疼却萌生了我想家的感觉，导致晚上做梦都是回家与父母在一起的场景，早上醒来还觉得自己好笑，上了高中才明白什么叫想家，上了大学只有在大学封山跟家里联系不上的时候才想家，曾在学校里忙没日没夜的都没想家，就脚疼这么点事，真的不至于，收拾好自己，开始另一个新的一天。

教官对我们很好，训练的强度并不是非常强，但烈日的照射让不少同学脸上都晒起皮了，后来耳朵也都起皮、流血了，防晒霜已经阻挡不了阳光对我们皮肤的“侵蚀”，大家都被晒黑了，每天都拖着自己疲惫的身躯躺在自己铺的尽可能厚

一点的床上。十天，在被我们倒数着。

爬长城耗尽了我們几乎所有的体力，相隔一天后的野外拉练更是没调整好之后的又一次对体能的挑战。第一次站在那样的一片草地里，被草的味道熏得流眼泪，这样的经历可以让自己永生难忘。还有一句话让我印象颇深，“现在的大学生男生女生化，女生儿童化”可以见得我们的不成熟，我们的娇气。想想自己，从小就去地里干活，可上了高中后家里什么都不用我做了，每年在家为数不多的那些天，都是母亲忙前忙后的做着各种各样的好吃的，自己只要休息好，作业完成就行了，上了大学也没有时间总是回家，回去一次，就像客人一样被母亲照顾的滋滋润润的，真的要学会担当了，要学会主动去承担责任了。

此次军训我学到的并不是很多，三个词，坚持，用心，变通。这是教官跟我们说的，我觉得这将会伴我一生。在以后的生活，学习，工作中都会时刻提醒着自己，十天，一辈子的记忆，要学会坚持，做事定要用心，三思后行，并且学会变通，随机应变的能力真的很重要。

累了，就睡一觉，起来就什么事都没有了。

因为我改变不了这个世界，所以我只能去适应这个世界。

不逼自己一把，永远不知道自己能做出多少成就。

教官的三个词，加上自己一贯秉承的三句话，将会在我人生的白纸上画出一幅绚烂的图画。第一次军训，第二次进军训基地，两段记忆，却有共同的篇章，都将是人生中重要的记忆！

军训急救培训心得体会篇七

作为大学生的一项重要课程，军训是我们走入校园不可或缺

的一环。通过这段时间的训练，我深感军训不仅是一种身体的锻炼，更是一种对意志力和团队协作能力的磨炼。下面，我将详细描述我在军训中学到的心得体会。

首先，军训让我强大自己的意志力。军训来得突然，我们需要很快地适应一个新的环境，工作与生活。第一天，太阳高高照，天气闷热，我们并没有顺应自然环境放松自己，而是迅速接受严格的军事纪律。每早晨五点半，他们会为我们播放动员歌曲，从起床时间开始严格要求我们的作息，预料之外的任务，长时间高强度的训练，都对我进行了无形的考验。而在这样的考验下，我们需要意志力去坚持，只有坚持下来，才能够更好地完成军事训练的任务。

其次，军训培养了我的团队协作能力。从军训开始的第一天起，我就加入了一个军事小组。在小组中，我们要组织测试，布置工作，分配任务，设计培训计划等等。这需要我们与队友相互协作，密切配合，共同努力，才能够更好地完成团队训练的任务。而这中间，我发现，只有团结、合作的小组，才能够更好地完成自己的任务。团队协作对每个人来说都是十分重要的，它可以让我们们的意见相互交流，工作效率更高。

另外，军训让我养成了良好的生活习惯。军训期间，我们每天的时间安排都是按照固定的规定，有规律的作息时间，有固定的开饭时间。这些规定可以让我们更好地养成良好的习惯，比如定时起床、按时吃饭等等。此外，军训还教会了我如何更好地管理时间，懂得合理安排自己的课余时间。在军训中，我们每天都有训练时间和自习时间，这就要求我们能合理分配时间，高效利用每一分每一秒。而这一点，在接下来的大学生活中将会非常有帮助。

最后，军训让我认识到了自我要求的重要性。在军训过程中，我们每天都在重复着军事动作，反复进行着军事训练。导师们不仅要求我们在时间上完成训练任务，还要我们在技能上得到提高。这就需要我们对自我有着更高的要求。只有这样，

才能够真正提高自己的军事素质。

总结起来，通过军训学到的不仅仅是一种身体上的锻炼，更是一种意志力的锻炼和团队协作的能力。我相信，这段军训经历将对我的大学生活产生深远的影响，帮助我更好地面对未来的挑战。相信大家在军训中同样学到了许多有用的东西，希望我们能将这些经验应用到自己的生活中，取得更好的成果。