

# 军训心得体会感悟(优秀14篇)

培训心得的写作不仅可以增加学习和工作的成效，还可以记录个人成长历程，成为自己的宝贵财富。在这里，小编为大家整理了一些经典的培训心得范文，供大家参考和学习。

## 军训心得体会感悟篇一

军训是一个非常特别的经历，它不仅能够帮助学生锻炼身体、增强意志力，还能够教会学生许多生活和职业技能。对于每一个参加军训的学生来说，都会留下难忘的回忆和深深的印象。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会，希望可以给大家带来一些启发和帮助。

### 第二段：身心改变

通过参加军训，我的身体状况得到了显著改善。每天早晨的晨跑、拉伸以及日常的站军姿、走军姿、跑步等活动，让我感受到自己的身体素质发生了很大的变化。除了身体素质的提升，我的心理素质也得到了很大的加强。在训练过程中，我们时常遇到“疲惫不堪”的状况，但是我们依然要坚持下去。这让我明白了顶住压力、坚持不懈的重要性，不仅在军训期间能够帮助到我们，也在日后的工作和生活中起到关键的作用。

### 第三段：团队合作

军训期间，我们分为了不同战士小组，大家要互相帮助，共同完成训练任务。我和小组成员们共同面对种种困难和挑战，这种经历让我们凝聚了团队精神，增强了相互信任和合作的意识。在训练中，我们一起攻克了许多课目，也因此建立了深厚的情感纽带。这张人际网络不仅帮助到了我们的军事训练，还成为了我们工作和生活中的资产。团队的力量真的很强大，相信只有在团队中努力、成长，我们才能够取得更好

的成绩和回报。

#### 第四段：自我管理

在参加军训期间，我们每天都要遵循严格的时间表，按时起床、按时进餐、按时睡觉。这种严格的时间要求，让我感到自己的时间管理能力和自律能力有了很大的提高。在这个过程中，我也学会了如何更好地规划自己的学习和生活。通过这种自我管理的经历，我认识到管理、执行力以及坚持不懈的精神在学业和职场上都非常重要，这也让我更坚信自己能够成为一个良好的自我管理者。

#### 第五段：结论部分

通过参加军训，我的身体、思想、团队协作能力和自我管理能力都得到了较大的提升。在训练过程中，我们学会了坚持不懈、永不放弃；我们学会了尊重、协作和合作精神；我们也学会了时间管理和自我管理。这些能力和经历对我们的未来发展有着重要的启示，也希望我们在今后的生活和事业中能够把这些经验更好的发扬光大，取得更好的成果和回报。

## 军训心得体会感悟篇二

军训是每个大学生都要经历的一个重要环节，它不仅是考验体力的考验，更是对意志力和团队合作精神的考察。在军训中，我深受锻炼，不仅收获了体力的提升，还体会到了团结协作的重要性以及自身的不足。以下是我对军训的心得体会。

首先，军训让我体会到了体力的重要性。在军训的时候，我经常感到疲惫，无法继续坚持下去。这时候，我慢慢意识到了自己似乎对体力的要求过于低估了。因此，我开始注重锻炼自己，每天坚持跑步和健身，逐渐提高了自己的体能。通过军训，我意识到了良好的体力对生活和学习的重要性，从而激励自己在以后的日子里不断锻炼身体，保持健康的状

态。

其次，军训让我深刻体会到了团队合作的重要性。在军训中，我们每个人都要完成各种任务，需要相互合作和配合。有一次，我们需要在规定的时间内完成一道难题，但由于大家没有协作，导致任务没有完成。这个时候，我意识到了只有团结一心，共同努力，才能取得更好的成果。因此，我积极参与到团队合作中，协调队友之间的关系，并且时刻提醒大家要齐心协力，只有这样才能挑战最大的困难。

再次，军训让我反思了自身的不足。在军训中，我发现自己的意志力和耐力都不如其他同学。有时候，在面对困难和挫折的时候，我很容易放弃。这让我深深反思了自己的不足，然后努力克服它们。我开始每天给自己设定小目标，并且坚持去完成它们，逐渐提高自己的意志力。通过这样的努力，我变得更加坚韧和自信了。

此外，军训还让我明白了规则和纪律的重要性。在军训中，任何一个人都必须严格遵守规定和纪律，不能有任何违反行为。只有遵守规则和纪律，我们才能更好地保障自己和队友的安全，并且更好地完成任务。这段经历让我懂得了纪律的必要性，也让我明白了违规的后果，从而更加懂得如何合理遵守规则。

最后，军训让我体会到了对自己的要求。在军训中，我们要求自己严格，要求自己坚持。这种要求不仅是对自己的体力要求，也是对自己的意志力和毅力的要求。通过军训，我明白了对自己要求的重要性，我懂得了自律的好处，并且能够时刻要求自己做到最好。

总之，军训给我带来了很多的收获。通过这段经历，我不仅锻炼了自身的体力，也意识到了团队合作的重要性、个人不足以及纪律和要求的重要性。我相信，这些收获将伴随着我未来的成长，让我更加坚强和自信。

## 军训心得体会感悟篇三

这段时间以来的军训就是非常的充实，也是很有挑战的，这段时间以来也让我感觉很是难忘，十几天下来我经历了一些非常难忘的事情，烈日当空，在训练的时候自己很多次都是差点坚持不下去，在这一点上面我感觉自己是做的不错的，发挥自己的极限，在军训的时候坚持坚持再坚持，其实我一直都在鼓励自己的，我认为这样的方式非常的有用，我很感激现在我所经历的这些，这十几天的时间让我感觉非常的有意义的，不管是在什么时候都一直在鼓励着我，我希望能够通过这次的军训强大自己的身心，这次的十几天下来也算是对自己的打磨了不少，我现在也是非常感激，在军训的时候自己坚持了下来，也有了一番心得。

我很庆幸自己的坚持，在军训期间，没有一次的请过假，虽然在一开始的时候会有一点不适应，但是我还是克服了很多问题，我能够清楚的意识到这一点，不管是做什么事情都应该让自己有这方面的一个体会，我在军训的时候做的是一般般但是我一直没有放弃，大家能够做的事情我也一直都在坚持着，我是一个很有耐心的人，虽然这十几天天气非常的恶劣，每一次的想到那么炎热的天气的时候心中总是会动容，是不是坚持不下去了，但是一咬牙还是在坚持着，我一直都认为这些都是非常有必要的去做好的工作，在这一点上面我一直都在尝试之着去锻炼。

现在军训已经结束了，我真的是很有感慨，在这样的环境下面的其实也是在坚持的事情的，现在我感觉自己是可以继续做好的，虽然结束了军训但是我非常渴望能够继续保持军训的这分心态，不管是以后做什么事情都应该抱着这样的态度去做好，这是对自己的一种负责，现在我也是深刻的感受到了这一点，其实还是需要自己的一点点的去积累这方面的经验，作为一名的刚刚步入高中的学生，其实我是需要的这样的方式的去锻炼自己，我知道高中阶段学校压力很大，也需要有一段这样的军训经历去打磨自己，确实还是非常有必要

的，我也是相信在未来的学习当中我能够接触到的更好的一些的事情，开始了高中阶段的学习，也能够让自己的得到充实，军训已经结束，感激这十几天下来的经历，让我知道了在坚持不下去的时候，再坚持一下的道理。

[返回目录](#)

## 军训心得体会感悟篇四

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。

## 军训心得体会感悟篇五

走了一些路，才知道其中的艰辛；爬了一些山，才知道难；经历了一些事情，知道了经历；跨越一些障碍，我们知道如何超越。军训教会了我们很多。短短六天，却因为煎熬和劳累，让我们觉得充实而漫长。正是因为这六天，我们才有足够的时间去寻找从军事姿态上可能久久不能理解的人生真谛。这次军训不仅教会了我们站起来的军事姿态和向前踢，也让我们在一次次经历中超越自己。通过耐心寻求战胜自己的快乐和成就。

其实生活就是这样。我们通过超越学习成长，通过耐心体验生活。不知不觉，我发现自己长大了。军训结束后，仿佛是一场梦，一切都不是真实的。离开军营的那一刻，电影画面仿佛定格在脑海里，久久不能忘怀。虽然我们只和导师呆了六天，但我们的感情已经在不知不觉中建立起来了。很多人

离开教官和军营的时候都会流泪。老师告诉我们，这就是成长。身边总会有人离开，总会有新人进入。我们必须学会放下，向前看，我们一定会看到更多独特而难忘的风景。不要等到失去了才知道珍惜，要在拥有的时候珍惜和享受。

我想这次军训将永远是我记忆中的一道亮丽的色彩。我带着目标去了，带着收获回来了。军训，让我意识到世上无难事，只怕有心人。目标和梦想很重要，但更重要的是实现它们的努力。努力，才有希望；有努力，就有经验；通过努力，我们可以获得一些东西。小时候我一次又一次的想，一切都是命中注定的，我总能得到我想要的。随着年龄的增长，我们发现上帝什么都没有给我们，一切都要靠自己的努力。人的力量是最大的，道路是人脚踏实地走出来的，历史是人写出来的。由于我们的反复努力，我们实现了我们的愿望。一边感谢上帝，一边不知道你是用汗水和努力换来的。

军训六天，有长有短。累的时候收获快乐；一边努力一边懂得超越；一边努力奋斗一边实现自己的愿望；勤快的同时珍惜当下；一边修炼一边创造奇迹！

## 军训心得体会感悟篇六

今天进行了军训，它代表着中学生活的开始，这也是每一个中学生的必修课。

九月的阳光依旧那么毒辣。射得让人睁不开眼，操场上的我们挥洒着汗水，散发出青春该有的模样，我开始明白学生不止是坐在教室里学习知识，还应该是操场上挥洒汗水、长大保卫祖国的好儿女，这样才是我们中学生的正确姿态。

教官一次又一次的叫着“立正”的指令，仿佛已是常态，“左转”“右转”“向后转”一个个动作，规范着我们曾经体育课上的不完美。阳光在头顶曝晒，我的脚底仿佛已烧焦，双腿仿佛已麻痹。干燥的口腔渴望着水，汗珠好像诉

说着军训的累，是啊，很累，很想喝水。是啊，很想休息，但这一门必修课也同样会成为自己漫长人生的风景线。

我想，军训是希望学生们能锻炼出吃苦耐劳的精神。是希望学生们拥有顽强的意志，并有一个好的身体。阳光下站的不仅是我們，还有教官、老师，想想他们，好像也没有那么辛苦了，反倒能说精彩，这一定能成为一次难忘的集体活动，也会成为初中三年的难忘回忆。

一切都是未知的，或许明天我们又学会了新的知识，后天又一次被教官训练。又或许灌风的校服成为了少男少女经历磨炼后的一阵清凉。我相信太阳的暴晒、清凉的微风必将成为中学生活美好的铺垫。

返回目录

## 军训心得体会感悟篇七

第一段：引言（150字）

军训是每一个大学生在大学生活中难以忘怀的一段经历。通过军训，我们不仅锻炼了身体，提高了自身素质，还收获了许多宝贵的人生经验。在我的军训经历中，我用心记录了每一刻的感动和体会，并用画笔表达出来。下面我将分享我通过“军训心得体会画”所得到的收获和体会。

第二段：奋力拼搏（250字）

军训的第一天，是我记忆中最艰苦的一天。炎炎夏日的骄阳下，我们穿着厚重的军装，汗水如雨般地流下来，但我们没有退缩，而是奋力拼搏。通过画笔，我将我流下的汗水绘成粗犷的线条，表达出我们坚持不懈、毫不动摇的决心。这段经历让我明白到，只要心中有坚定的目标，并为之努力拼搏，就一定能战胜任何困难。



### 第三段：团结合作（250字）

军训中，我们是一个团队，每个人都扮演着重要的角色。画中，我用不同色彩的画笔，将我们团结合作的场面绘制得栩栩如生。在这个团队中，我们相互扶持、相互支持，在每一次完成任务的过程中，都深刻感受到了团结的力量。我们的团结合作不仅展现了集体的力量，也为我们日后的学习和工作打下了坚实的基础。

### 第四段：纪律严明（250字）

军训是在军队纪律下进行的训练，军纪要求严格。画中，我用细腻的线条勾勒出军官的严厉面容，表达了我们严守纪律、服从命令的态度。通过军训，我养成了严于律己的好习惯，明白了纪律对于个人和集体的重要性。严格的纪律不仅是军训过程中必须遵守的规则，更是在我们日常生活中的行为准则。

### 第五段：心灵成长（300字）

军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对心灵的磨砺。通过画笔，我将自己在军训中的心路历程展现出来。每天的训练挑战了我的耐力和忍耐力，但是我学会了面对困难不屈不挠。在艰苦的环境中，我也深刻体会到了对他人关心和帮助的重要性，画中展现了我们互相鼓励、搀扶的场景。在这段军训经历中，我不仅锻炼了身体，更是锤炼了我的品质和意志力，让我更加坚强和成熟。

### 结尾（200字）

通过军训心得体会画，我更加真切地感受到了军训所带来的成长和思考。军训不仅是一种锻炼，更是一次收获和成长的机会。它不仅让我们体验到军人的生活和纪律，还培养了我们的团队合作精神和坚韧意志。在我的军训心得体会画中，

我通过画笔表达了我在军训中的艰辛与收获，也将军训的精神带入到我的以后的学习和工作中。

## 军训心得感悟篇八

军训生活是我们通往成为一名合格军人的道路上必不可少的一步。而歌曲作为军训期间不可缺少的元素之一，不仅可以让我们的轻松愉悦，还能激发我们的斗志和荣誉感。在军训中，我们常常通过唱歌和跑步锻炼自己的身体，同时也在歌词中找到了许多有意义的体验。

### 第二段：军训歌的魅力

军训歌曲一般都是快节奏的，彰显军人勇气、决心和坚毅的精神。在跑操时，有了前卫昂扬的声音，我们可以更愉悦地进行体能训练。更重要的是，军训歌曲的歌词中充满了鼓励和责任的气息。不论身处何时何地，军人的使命永远都是保卫国家和人民，这一理念在歌曲中也得以呈现。这些歌曲像是激发灵魂的音乐，能够鼓舞人心，提高人们对军队的信心和尊重。

### 第三段：军训歌的深刻内涵

军训生活中的歌曲，往往寓意深远，体现了战争岁月里的各种情感。譬如《广东十年浩劫》这首歌，歌词中描绘了南方城市战争中的伤亡和恢复，展现了人民的顽强。这种歌曲源于我们的历史，展现了中国人民的优秀传统美德：见义勇为，不畏艰难。在如此有意义的歌曲中加入军训元素，则能让学员们对于军人身份产生更加认同感。

### 第四段：军训歌的完美呈现

军训期间，唱歌是一种重要的训练方式，可以让学员们加深彼此之间的联系。唱歌过程中，教官也会在旁指导，提供一

定的能力，帮助学生更好地唱出旋律。在歌曲的训练中，学员们还分成了不同的组，独唱、重唱、合唱等等，一系列的练习工作使得我们对于歌曲乐理和调子等更细致的理解。通过唱歌的方式学习，学员们也将更全面地理解这些歌曲，更好地体会其内在的精神意义。

## 第五段：结尾

总之，军训歌曲富有魅力和内涵，不仅能够丰富军训生活，还能传达为军人的责任和义务的合法性。这种精神，对于大众的动员也有很好的示范作用。对于我们学员而言，我们也希望在唱歌训练的过程中，从中掌握更多的理解和认知，从中提高自我修养和认识能力，更好地发扬其精神本质。

## 军训心得体会感悟篇九

经过之前的入学经验，我深刻理解军事训练是一种培养学生努力工作和坚定意志的训练。现在，我终于有了我的理想。在这里，我遇到了很多新事物，遇到了很多新同学。但更幸运的是，我也可以在这里遇到我熟悉的老朋友——军事训练！

走进大学，这里的新环境、活动和社区让我眼花缭乱。但就在我即将感到困惑的时候，军事训练用他严格的军事管理让我从混乱中冷静下来，看到我面前的事情，回忆起我进入大学的目标和方向！

回顾这次军事训练，虽然训练的方式和方法与过去的经验相似，但正是因为这种熟悉和严格的经验，我在这个复杂的大学环境中感到熟悉和温暖的经验。让我在这个新的环境中明确我现在拥有什么，以及我想要的未来。

军训很辛苦，大学军训更严格。在军训期间，我们不仅要每天早起，接受严格的训练和管理。晚上有总结和检查，回顾一天的情况和收获。在这段吃苦的经历中，我们的临时新班

从最初的散漫变成了后来的团结。从一开始不认识的同学变成了无话不谈的朋友。这种训练不仅是对我们素质和纪律的考验和训练，也是对我们新班的训练和铸造，让我们在进入大学环境之前做好热身训练！

严格的军训训练磨练我们的意志，促进我们经历成长，学会互相帮助，逐渐忘记大学的想法和混乱，坚定地进入大学校园，成为一个诚实、乐观、积极的大学新生！

我非常感谢我们的老师。虽然这几十天的训练经历很辛苦，但只有那些美好而充实的回忆留在了我们的记忆里，紧张自我介绍，团结的军姿坚持，互相鼓励的训练考验。……这些美好的回忆给我大学的第一次留下了不可磨灭的印记。

现在，经过这次军训，我们真的准备好加入了xx这所大学的校园。虽然我们只是大一新生，但我们已经明确了自己的道路，决定以坚定的步伐从大学走向未来！我相信，当我毕业后回忆起这次军事训练时，我会更感谢老师对我们的严格训练，感谢我能来到这个团结而充满爱的人xx班！

## 军训心得体会感悟篇十

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。

## 军训心得感悟篇十一

军训不仅是对我们身体的考验，更是对我们意志的磨练。人是在不断的磨练中成长起来的，就像一棵小树。只有经历风雨的洗礼，才能长成参天大树。

军训很苦很累，但却是一种人生体验，是战胜自己，锻炼意志的最好机会。古人云：“天将大任于斯人，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”在军事训练中，就是这样。有苦涩的泪水，苦涩的汗水，飘扬的歌声，欢乐的笑声。

是的，军训很辛苦。回想一下，脚上的苦水泡，踢正步的苦腿，站军姿时的累腰。军训那么辛苦，我当然有时候会退缩。但我坚持了下来。军训是一个过程，一个考验和磨练自己的过程。半途而废是一种耻辱。每个人都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练。多少人站在烈日下摔倒，多少人在教官的劝说下走到旁边休息。

军训是为了磨练意志，锻炼身体。那么，为什么要放弃呢？想到这些，我就会咬紧牙关挺过去。也许毅力会在疲惫的腰上积累，最后会坚定，挺拔，不屈。也许这些都不是艰辛，而是收获，会让我受益终生的收获。我收获的是耐力、毅力、勇气、毅力和团队精神。无论我以后做什么，想到今天的艰辛和收获，一切艰难险阻都会变得无所谓。

军训让我们学会了包容。在军营里，难免有人犯错。对于犯错的学生，每个人都应该有一颗宽容和教导的心。一个人在生活中学会了包容，所以学会了最起码的‘为人处世的哲学。宽容说起来简单，其实很深刻。只有胸怀宽广的人，才能以更高的角度看待身边的人和事。

军训结束后，我终于完全明白谁是最可爱的人，我们的战士，战士，他们用双手肩负着中国。他们是我们的骄傲，是最可爱的人！

## 军训心得体会感悟篇十二

第一段：军训的重要性及个人感悟（引入）

军训是每名大学新生都要经历的一段特殊时光，它不仅训练了我们的身体，还培养了我们的意志品质。经历了军训，我对军事训练的重要性有了更深刻的认识，并且有了一些新的心得体会。

第二段：磨砺意志力和坚韧精神

军训期间，我们每天都要进行紧张而繁重的训练，时间有时甚至超过了我们的极限。在训练中，我深切地意识到只有拥有坚强的意志和顽强的毅力，才能够坚持下去，并且在困难面前不气馁。通过与队友们的互相鼓励和支持，我学会了坚持不懈，不轻易放弃。这种精神将在我们的大学生活和将来的工作中发挥着重要的作用。

### 第三段：团队合作的重要性

军训期间，我还深刻地体验到了团队合作的重要性。在集体操练和走台阶等活动中，我们需要密切配合，共同努力才能达到最好的效果。通过这些团队活动，我意识到一个人的力量是有限的，只有大家齐心协力，才能完成困难的任务并取得最好的成绩。这种团队合作的精神将成为我们今后生活中的可贵财富。

### 第四段：锻炼身体素质

军训对我们的身体素质提出了极高的要求，通过跑步、体操、攀登等练习，我们的身体逐渐变得更加健康和强壮。在长时间的军事训练中，我切身感受到了身体素质对于完成任务的重要性。只有拥有健康的身体，我们才能够更好地应对各种生活和学习的挑战。

### 第五段：军训的教育意义与展望（总结）

军训除了加强了我们的身体素质，锻炼了我们的意志力和团队合作精神，还教导了我们如何正确处理挫折与困难。我相信，这段宝贵的经历将对我们的成长产生深远的影响，使我们能够更好地适应大学和社会的挑战。我希望能够将军训期间获得的经验运用到今后的学习和生活中，并时刻保持着军人那种坚持、拼搏的精神。

## 军训心得体会感悟篇十三

军训是苦的，苦在脚上磨出的泡；军训是甜的，甜在成功后的微笑；军训是酸的，酸在跑步酸痛的双腿；军训是咸的，咸在委屈的泪水。军训教会了我成长，教会了我坚持，教会了我坚强，教会了我努力。在军训中，我体会了军人的艰辛，他们过着重复的生活和艰辛的训练，为了祖国和人民的安全，坚守自己的承诺，只能在梦里思念家人；为了祖国和人民的



安全，甚至不顾自己的安危。而我们，每天抱怨着食堂的饭千篇一律，不是太咸就是太淡；学习压力太大，宿舍的床太硬。看了他们，我们又有什么资格抱怨呢？我们安全有保障，生活有质量了，却缺少了军人身上的韧劲。我们比他生活好千万倍，他们比我们努力千万倍。我今后要以军人的要求要求自己。

我们每天重复着一样的动作，每天跑着同样的路，却没有一个人因为强度太大而回家。我们虽然没有钢铁一样的身体，却有钢铁般的心。听哪，那嘹亮的而又有朝气的军歌，是我们前进的动力，因为它，我们的训练不再死气沉沉；因为它，我们的斗志变得昂扬；因为它，我们变得朝气蓬勃！

军训让我努力，让我坚强，让我成长。军训虽然只有十天，但却是我人生中最美好，难忘的回忆！

## 军训心得体会感悟篇十四

冬季是备战春季的关键时期，在这个时期，军校中每年都进行多次冬季训练。军训是一所高校学生必经的历程，是让学生锻炼自己、增强体质、提高意志力的绝佳机会。本文主要是探讨我在冬季军训中得到的心得体会，并分享给大家。

### 第二段：坚持磨炼意志力

军事训练注重的是磨炼意志。在冬季军训中，我们要坚持训练不放弃，才能从中获得真正的收获。比如，冬天的寒冷，只有坚持不怕冷才能完成任务。在训练中，学生们要时刻将自己置于一个艰苦的环境下，这样才会更好地锻炼自己的意志力，让自己成为一个坚强、勇敢的人。

### 第三段：注意保育身体

冬季的训练往往伴随着天气寒冷。在参加冬季军训时，要注

意保暖，防止身体受寒。在此基础上还要保持锻炼，增加身体的耐受力。除此之外，合理的饮食、充足的睡眠也是非常重要的保养方法。只有在身体健康的情况下，我们才能够完成训练任务。

#### 第四段：合作意识

在军事训练中，团队合作是非常重要的。每个人都有自己的任务和岗位，要紧密配合，发挥出团队的力量。进一步发扬团队合作精神，树立全局意识，促进协作关系，让队内团结的力量更进一步，这是我们在训练过程中要时刻铭记的。

#### 第五段：总结

冬季军训虽然寒冷严苛，但是它会让我们忘记自我，变得更加坚强、更加自信。通过冬季训练，我们掌握了军事训练方法，发扬了集体主义精神，增强了自己的意志力，富有了创新能力。因此，我们要珍惜这样的机会，不断努力，向着更高的目标迈进，为成为一名优秀的军人而奋斗。

在结束语中，我们确信，通过这样的训练，我们不仅能够提高自己的健康水平，更能够培养出一颗勇敢、刚毅，不畏艰苦的心，从而为今后的人生道路提供坚实的保障。