

# 2023年军训国防教育心得体会(通用8篇)

教学反思有助于教师对学生的表现进行全面评价，并提供个性化的教学反馈。以下是小编为大家收集的军训心得范文，供大家参考和借鉴。

## 军训国防教育心得体会篇一

时间飞逝，转眼间八天的军训时光已经过去。军训是我们人生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每天的军事训练内容非常简单，不过是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来非常简单，而现在做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，但是大家没有一个人退缩，都坚持到了最后。其深深体会到了坚持就是胜利。

通过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自己，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自己心理的极限，可以说是一次难得的经历。通过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。使我明白，没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

我很感谢能通过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到

荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会面对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在此，我真心的感谢学校组织的这次活动，也感谢我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的学校明天更辉煌、更美好！

军训体会

## 军训国防教育心得体会篇二

在现代社会，国家的安全与稳定是一个永恒的话题。为了强化学生的国家观念和集体观念，培养他们的纪律性和团队合作精神，很多学校在假期期间都会组织军训活动。今天，我就来分享一下我参加国防教育小学军训的心得体会。

军训期间，我深刻感受到了纪律的重要性。在军事化的训练场上，军官教官严肃公正，从军事动作的正确与否到队列的整齐程度，无不要求我们严守纪律。纪律不仅仅体现在形式上，更是一种内心深处的修养和自律精神。通过军训，我领悟到只有严格要求自己，才能在集体中发挥更大的作用。而要做到这一点，需要坚定的意志和不断的锻炼。

除了纪律性，军训还让我深入体会到了团队合作的重要性。在军事化的环境下，一个人的力量是微弱的，只有团结一心，齐心协力，才能完成任务。在军训中，我们分工合作，每个人都承担一定的责任，互相帮助和支持。通过大家尽力而为，密切配合，我们的队伍逐渐展现出了团结一致的力量。这让我明白到，团队的力量是无穷的，只有团结一心，才能在面对困难和挑战时取得胜利。

军事训练还让我体验到了面对困难和挑战时的坚韧和勇气。军训中的训练项目多种多样，有拔河比赛、障碍赛等。在这些项目中，我体验到了身体力行的痛苦和考验，但也获得了挑战自我、超越极限的成就感。其中一个训练项目是攀登高墙，开始时我对这个项目充满了恐惧，但是在教官的鼓励和支持下，我鼓起勇气，努力攀爬，最终成功登上了高墙。通过这个经历，我意识到只要勇敢面对困难，就能克服它们，取得成功。

军训还让我对国家和军人有了更深刻的了解和尊重。在练习游行队列的时候，我们站在炙热的阳光下，汗水湿透了衣服，但是想到国家的安全与繁荣，想到军人日夜守护着祖国的边疆，我们倍感荣耀和自豪。在军训结束后，我们还参观了军事博物馆，了解了国家的历史和军事发展。通过这些了解，我对军人的职责和付出有了更深刻的认识，也更加尊重他们。

总结起来，参加国防教育小学军训让我体验到了纪律的重要性、团队合作的重要性、坚韧与勇气的意义以及对国家和军人的尊重与敬佩。这次军训让我在短短的几天内收获了很多，不仅增强了我的体质和毅力，还培养了我的团队合作精神和纪律性。将来无论遇到什么困难和挑战，我都会坦然面对，勇往直前，为国家的安全与稳定贡献自己的力量。

## 军训国防教育心得体会篇三

国防教育是培养学生坚定的国家意识和国家自豪感的重要途径之一。而小学军训作为国防教育的一部分，旨在通过军事训练的方式，锻炼学生的纪律性、组织能力和团队合作精神。帮助学生增强国防观念，培养爱国主义情感，为我国的发展做出贡献。

### 第二段：军训中的收获与感受

在军训过程中，我培养了良好的作息习惯和纪律性。每天早

晨的晨跑和操场上的军体拳让我感受到了身体的力量和自控的重要性。军训期间，我与同学们共同训练，克服了各种难题，感受到了团队的力量和友谊的重要性。我们一起协作，互相帮助，共同完成各项任务，增进了彼此之间的感情。

### 第三段：军训中的困难与挑战

军训过程中，我也遇到了一些困难和挑战。比如，天气炎热，每天在烈日下训练让人倍感疲惫；训练项目也很有难度，比如体能训练、组织训练等。但是，在教官和同学们的鼓励 and 帮助下，我坚持了下来。这些困难和挑战让我变得更加坚强，增加了我的毅力和耐力。

### 第四段：军训对我的影响

军训让我意识到作为一个公民的责任和义务。我们是国家的未来，我们应该为国家的发展贡献自己的力量。军训还让我懂得了团队合作的重要性。作为一个团体，只有互相合作，才能更好地完成任务。此外，军训还培养了我对规则的尊重和遵守，提高了我的组织能力和领导能力。

### 第五段：军训的启示和展望

通过军训，我深深体会到了国家的强大和军队的重要性。我将继续坚持爱国主义教育，努力学习知识，提高自身素质，为国家的繁荣发展贡献自己的一份力量。同时，我也希望能够将军训中培养的纪律性和组织能力运用到日常生活中，成为一个更加优秀和有责任心的公民。

总结：通过小学军训，我不仅锻炼了身体，也培养了良好的作息习惯和纪律性。我通过团队合作和互助，增进了同学间的友情和感情。军训让我了解了国家的强大和军队的重要性。我将继续努力学习，为国家的繁荣做出贡献，成为一个有责任心的公民。我相信，通过国防教育的培养，我们的国家将

变得更加强盛，我们的未来将更加美好。

## 军训国防教育心得体会篇四

国防教育是培养每个人的国防观念，提高国民素质的重要途径之一。尤其对于小学生来说，通过军训活动，能够在强身健体的同时，开拓视野，增强集体意识和纪律观念，培养坚强的意志品质，更好地为国家的繁荣稳定做出贡献。

### 第二段：军训过程中的体会

在军训的过程中，我们主要进行了队列训练、体能训练、战术训练等各种训练项目。队列训练中，我们学会了整齐划一的步伐和手势，锻炼了团队合作意识。体能训练中，我们进行了各种有力的锻炼，提高了身体素质和耐力。战术训练中，我们学习了野外求生技能和一些基本的军事知识，增强了危机处理能力。

### 第三段：军训中的变化

通过军训，我发现自己在许多方面都发生了变化。首先，我的身体素质得到了大幅提升，能够坚持更久的体力活动。其次，我团队协作意识得到了提高，学会了与队友合作，互相帮助。此外，在军训中，纪律观念也得到了培养，学会了服从命令，规范自己的行为。

### 第四段：军训的影响与收获

军训不仅仅是一次锻炼身体的活动，更是一次培养意志品质和塑造性格的过程。通过军训，我变得更加坚强和自信，能够面对困难和挑战不退缩。同时，我也学会了如何与他人合作，形成价值观的转变和人生观的丰富。这些经历将对我未来的发展产生积极的影响。

## 第五段：军训的延伸与展望

军训虽然在小学阶段结束，但国防教育的重要性并不会因此而减弱。相反，我们应该将军训所学应用到日常生活中，并加以巩固和延伸。只有不断提升自身的国防意识和国防素质，才能更好地为国家的发展做出贡献。因此，我希望将来有机会参加更高级别的国防教育活动，进一步提高自身的军事素质。

总结：国防教育小学军训是一次全面发展的锻炼，通过军事训练和意识培养，我们不仅在身体上得到了提升，还在思想意识上有了巨大的变化。这将对我们的成长和未来的发展产生深远的影响。因此，我们应该珍惜这次经历，将所学应用到日常生活中，成为国家发展的坚实支持者。

## 军训国防教育心得体会篇五

今天是一个伟大的日子，炎热的太阳无情地晒着大地，我们七一班全体同学准备接受挑战——军训。

军训是快乐的，并且也是辛苦的。快乐是因为我们所学习的知识，辛苦是因为在学习上的付出。军训时我不止一次的想放弃，但是为了自己，为了班级，我必须要坚持。记得教官曾对我们说过的一句话：服从，绝对服从，完全服从。

站军姿时我特别认真，我害怕教官点到我，所以我很努力。

教官对我们也很好，看我们累了，就全体解散，或者原地休息。

教官对我们也很关心，渴了，让我们喝水；我们很累就让我们休息，但是做小动作或者擦汗，必须打报告。

军训很开心，我爱军训。

## 军训国防教育心得体会篇六

军训是我上高中的第一课，我以前听说过不少关于军训的可怖传言，比如军训是多么的苦，教官是多么的严，条件是多么的差，还有就是无处不在的被神化了的蚊子。

当我揣着一颗忐忑不安的心走进军训基地时，却发现一切并没有象听到的那么糟糕。军训的确十分苦，但是苦中有乐；教官的确是十分的严，但却并非毫无人性；虽然是x个人一个大寝室，但却生活得其乐融融。

这天的军训生活我学到了很多，学到了远比军训本身更加重要的东西。我学会了坚持不懈，学会了感恩父母，学会了独立自主，学会了团结一致。

在军训的第x天，我病了，但是我并未因此而倒下，来自同学的照顾，老师的关怀，让我倍感温暖，也让我学会了坚强，无论有什么困难，坚持到底就是胜利！

为了我的健康成长，无论什么时候，父母都不会对我弃之不顾，不会让我吃不饱穿不暖，他们总是为我默默奉献。在军训基地，我尝试一个人洗碗，洗衣服时，深深感到父母的不易，刺骨的水，难除的油渍，无论做哪一件，我都会汗如雨下，可父母每天都是重复着相同的劳动却从未抱怨过水冷油腻，一直为我默默做着这一切□xx天的军训生活使我更加懂得要感恩父母，孝敬父母。

x天脱离父母的照顾，使我渐渐的'独立起来。自己洗衣，收拾床，自己的事自己独立承担。虽然脱离父母的照顾做这些事很困难，但是这么做对我却十分的有意义，培养了我的独立自主的意识，对我的成长大大的有益。

在这x天的军训中，要说收获的，要数最后几天踢正步了。我当真的体会到了团队的重要，团结的效果。一支纪律散乱的军队即使有再优秀的将军，也不会敌过一支纪律严明团结的军队，人心齐泰山移。在一个团队中不会由于一个人的优秀而优秀，必须是每一个人都十分优秀，才能使这个团队凝聚在一起。踢正步时，一个人踢好没有用，大家都踢好才可以，必须每一个人都尽力才能踢得齐，踢得有力。

总之，这x天的军训，为我高中生活开启了一扇通向成功的窗户，使我受益匪浅，我会将这x天中所学习到的能力运用到高中三年的学习中，好好学习，实现理想！

## 军训国防教育心得体会篇七

高校军训国防教育是每一位大学生必须经历的重要环节。这不仅是锻炼身体的机会，更是展现爱国情怀和国防意识的时刻。我在军训中深切感受到了军人的严格和纪律，也明白了国防意识对于我们每个人的重要性。在这篇文章中，我将分享自己在高校军训国防教育中的心得体会。

### 第二段：身体素质与意志品质

在军训中，通过长跑、仰卧起坐、俯卧撑、体能训练等一系列的活动，我的身体素质得到了极大的提升。每天早晨的晨跑和操练，让我习惯了早起的时间，保持了健康的生活习惯。而军训中的紧凑训练和精准要求，磨炼了我的意志品质，让我变得更加顽强和勇敢。在我经历的这段时间里，我深深地感觉到只有拥有健康的身体和坚强的意志，才能更好地迎接生活的挑战。

### 第三段：培养团队意识和纪律观念

在军训中，团队意识和纪律观念是十分重要的。通过分组操练和多人协作，我学到了如何在团队合作中取得更好的效果。

每个人都扮演着不同的角色，并且需要各自承担自己的责任。同时，在军训中的严格纪律教育，也让我认识到一个人的行为会对整个团队产生影响，不符合要求的行为必须承担相应的后果。这些教育的得益是，让我充分认识到团队意识和纪律观念的重要性，在未来的生活中会更加重视这些品质。

#### 第四段：热爱祖国，坚持做出贡献

在军训中，我们也接受了一定程度的爱国教育，了解到了祖国和军人为我们付出的无尽努力。通过一系列的军训安排和课程，我体会到了国家安全的重要性，并且坚定了热爱祖国的信念。我认识到，一个人要想实现自己的价值，必须要立足在祖国发展的范围内，为祖国的繁荣和发展贡献自己的力量。

#### 第五段：结尾

在高校军训国防教育中，我收获颇丰。身体素质、意志品质、团队合作能力、纪律观念和爱国意识等，这些都是我在军训中得到的财富。在今后的学习和工作中，我将坚持这些品质，不断提升自己，为实现自己的人生价值、为祖国的繁荣发展贡献自己的力量。

## 军训国防教育心得体会篇八

军训结束迎来翘首以盼的三天假期，我沐着暖阳拖着皮箱，不觉间走在了每天军训连接士官学校和住处的必经之路上。一直想给这次军训写点什么，只是思前想后不外乎烈日、汗水、刻苦、纪律等等俗套的辞藻，忽然间走在这条熟悉的人行道上，心底忽然生出百味杂陈感慨万千，是怀念，是庆幸，是不舍，还是释然？无法言表，只想让文字顺着脚步和皮箱的滑轮，划出种种别样心情。

每日早晨7点40，我们便喊着番号迎着冷风齐步走在这条路上，

边上的机动车道上骑着电动车赶着上班的人行色匆匆，也不知是否曾注意到过着浩浩荡荡的300号新警察，只有这条青砖铺就、不到两百米的人行道，一直陪伴着、见证着我们半个月来的各种喜怒哀乐。

这条路的心情通常是疲惫的。每当傍晚收操，兄弟姐妹们迈着沉重的步伐往住处行进的时候，不知道这条路是否感受到了，除了困苦疲乏之外，还有一丝对热水澡电视机暖被窝的期待。

这条路的心情更多的是勇敢的。服从是一种勇敢，畏惧会让人退缩，成为逃兵。最初的各种疲劳、伤痛、忿恨、不满，最后都成了“让暴风雨来得更猛烈些吧”的呐喊。怕什么，我们是人民警察！

这条路的心情最终是荣耀的。所有半个月的苦难磨练，终于在今天的汇报表演上经历了“用兵一时”的荣光，所有的情绪在领导和教官的肯定中都变成了自豪和兴奋。

如今，再一次走在这条路上，就如同我的从警之路，都是一条荣耀之路。