

最新军训心得体会(通用14篇)

工作心得是一个反思自己工作经验的机会，可以帮助我们总结成功的经验和教训，提升自己的职业能力。第七名同学的军训心得：军训使我明白了“苦难是磨练”这一道理，教会了我如何面对逆境和困难。

军训心得体会篇一

20xx年9月3日，星期一，阳光普照、秋高气爽，这一天孩子们迎来了新学期的第一课——军训！

在暑假里女儿读了不少课外读物，其中有一套《特种兵学校》专辑，她每次读起来都是爱不释手！从此女儿对军人有一种特别的崇拜，书中讲了几个特种兵学员与敌人斗智斗勇的故事让孩子受益匪浅，现在当她知道开学自己要军训时兴奋的欢呼雀跃。

开学的第一天我送她早早地来到学校，期间我看到班主任发的孩子们军训的照片，看到他们的认真训练的样子和像模像样的军训感到特别欣慰。当我中午放学去接她时看到她一脸很狼狈的样子，我不由心中一怔，心想这小大人是受了不这种苦了吧！女儿对我说：“妈妈我下午不要来了，太累了。”我耐心的跟孩子讲了许多关于军人的故事，一分耕耘一分收获，吃得苦中苦方为人上人，这点苦你就要退缩吗？那将来你走向社会怎能去面对这大千世界呢？妈妈相信你你是最棒的。女儿渐渐的明白了我告诉她的哲理。顿时小嘴一翘、腰板一挺，说到：“好的、妈妈相信我我不会在困难面前退缩的。”

下午2点半把女儿送到了学校，看到她信心满满的走进学校，我想我的担心是多余的，孩子往往会比我们想象的要坚强。下午回到家她猛灌了一杯子水，还给我绘声绘色的讲起了军

训的内容：高大威猛的军官一身军服英姿飒爽，给孩子们做示范并纠正孩子们的姿势，从最基本的站军姿开始，稍息，立正，向前看齐！站军姿时间长了腿都有点发软，从来没有想过站着也会这么累人。不过幸好有班主任陈老师在旁边照看着，她会帮助同学们倒水，督促同学们的纪律。我听着女儿兴致勃勃的讲述不由地看向了窗外随风摇摆的小树，孩子也会像小树一样迎着阳光迎着风雨茁壮成长，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

第二天军训完回到家也再提起自己很累很苦的话，反而很兴奋的告诉我们明天要军训展示了，今天教官教的齐步走、向左转、向右转、向后转、向左看齐、向右看齐，我要自己练习一下，说着自己喊起了号子，自己练了起来。我问她你在学校没有学熟练么？为什么回家还要练习？女儿回答：“明天要军训展示了，还要评比名次，我一定要好好练习，争取明天我们班拿第一。一个合格的军人是会特别热爱荣誉热爱集体的。”她有了集体感，荣誉感她知道了如果想要获得荣誉就要加倍努力，这一天，孩子很努力，我在孩子身上看到她每一点的进步。

第三天女儿回到家就一脸兴奋的对我说我们班拿到奖状了！我听到以后也很高兴！这是一个好的开始，孩子、妈妈相信你以后还会获得更大的收获。这次军训孩子初步掌握了一些军队的知识，初步认识了人民军队。也体现了孩子们的毅力，更体现了他们每个孩子都有一种集体的荣誉感、都有一种团队精神。

作为家长我们很感谢学校组织的这次军训！感谢每位老师的陪伴及辛勤教导，让孩子们得到了锻炼，获得了成长。三天的军训很短，但孩子不怕吃苦，懂得了遵守纪律、热爱集体、热爱军人、热爱祖国！现在的孩子大多数在蜜罐里长大，少艰苦，少责任，能有一次军训也是人生中一次很好的历练机会。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让孩子们受益终生的收获，收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队

精神。

军训心得体会篇二

第一段：

军训是人生中的一次重要经历，我所在高校的军训时间为21天。这意味着21天的体能训练、军事素养培养和现实适应，也同时意味着21天的体验、挑战和成长。在这21天中，我经历了许多，学习了许多，也感悟到了许多。尤其是那在军训中得到的宝贵经验和体会，是我宝贵的财富。

第二段：

在训练中，最令我印象深刻的是那残酷的体能训练。在酷热的太阳下，整开一天的训练似乎永远不会结束。而全程要抓紧训练的任何一秒钟，只是为了下一秒多休息一秒钟，希望那永远贪求的时间可以稍微停一下。然而，这种贪图的想法只是幻想，所以我开始适应。通过这种过程，我明白了自己的耐力极限和内在实力。

第三段：

除了身体上的锻炼，我也在军事素养方面得到了很多的提高。在军训中，我们接触到了许多军事基础知识、作战原理和武器装备等相关知识，也从中体会到了同志情谊的意义。此外，通过军事训练，我明白了团队的重要性和紧密配合的意义以及个人精神状况和心理承受力的重要性。

第四段：

除了军训所带来的提高和收获，我也从中发现了一些不足。如：对心理素质和身体的健康重视不够、疏忽了制度等等。这些不足之处我将汲取教训，在以后的学习和工作中不断克

服。

第五段：

总的来说，这次军训让我受益匪浅。我经历了心理和身体的磨练，强化了自己，同时也认识到了自己的不足之处。我将积极地调整好自己，努力攀登成长路，尽力将军训中得到的收获和体会变为我人生的一笔不竭的财富，为铸就自己更坚实的根基，奠定更广阔的发展空间。

军训心得体会篇三

大一军训十一天，说短不短，因为辛苦过得很漫长；说长不长，因为觉得还是挺有味的。

大一军训总的来说是相当有趣的，比初中、高中的军训要轻松得多，空余时间也很充裕。

教官虽然一方面照会我们是大学生，普遍学习多，锻炼少，但军训还总是相当严格艰苦的，开始几天，光站军姿就要站上20分钟，想不到“站如松”，一动不动竟是如此辛苦的，虽然脑里想起了白杨，古柏和那站岗的警察叔叔总是能扬起内心一片激情，但每每站到酸痛的时候，就发觉全身发抖，想起宿舍的舒服时候了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。

除了立正、踏步等一系列苦活，其实军训中还是穿插了很多有趣的事情的，如果说那些苦活是主旋律，那么这些事情就是有趣的伴奏了，使得整首军歌动听起来。

比如说我最应该说的就是由连长组织的大小休息，这是最有趣的事情，我可得要记下来、

全班同学当时都在一起唱军歌，说实在的，每次唱军歌都有

点感同身受，想家了、想亲人了、当兵了、离家了、总让人觉得眼睛红红的，快要流出眼泪了。然后大家一起拉歌，喊着“1、2、3、4、5”的口号，大家别说喊得有多起劲了。

还要记下的一件事情就是教官发现了我这个迟钝的人，我有时因为太困了，反应总是慢人半拍，可能是以往上学时养成的坏习惯，不好啊！可是我都被捉出来了，教官可真细心啊，呵呵！所以我俯卧撑做得真不少，由排头兵变成要、躲在大队中间，让我改正了许多缺点，正如农民种田一样，经过一系列苦活，累活之后，这个秋天终于收成了。

还有最重要的一件事，那就是打靶，这可是我第一次扛起真枪，小时候想当警察，拿枪的愿望终于实现了，现在想起来当时真的很紧张，枪声原来是巨响的，心里有点怕，反正觉得震耳欲聋，感觉没什么瞄就射出去了，现在不禁有点遗憾！

十一天的军训生活就这么结束了，真的很累，但那是最另我难忘的军训，想想我们一生又能有几次军训呢，这应该是最最后一次军训了吧，想到最后还是应该珍惜一下吧，回想一下，教官每天都管得好严，军训时每天的朝夕相处，到离别时就难受了，毕竟这是永久的离别啊，一生中都不会再见了，想到这还是有那么点残酷，想想这十一天是那么近，忽然就在你的人生中永远消失了，人生中的过客，我们每天都会遇到一些人，有好多都是这一生都不可能再见的人，想到这还是有那么点伤感的，教官说了声再见了同学们，就飞快的走了，永远的可能不再见了，人生中匆匆的过客。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十一天的军训，对每个同学来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训心得体会篇四

军训让我得到了很多，我深深地体会到了团结协作的重要性，

明白了坚持不懈的力量，也领悟到了自律和责任意识的重要性。通过军训，我不仅锻炼了身体，还培养了自己的意志力和毅力。虽然军训过程中有苦有累，但我坚信这几天的磨练将让我成长为一个更加坚强和自信的人。

在军训期间，我最深刻体会到的就是团结协作的力量。每天的队列训练和军事操练需要队员们严格协同配合，只有大家齐心协力才能保持队伍的整齐和规范。有一次我们进行队列训练时，遇到了一个特别困难的动作，无论怎么练习都无法达到要求。但是，我们没有放弃，而是齐心协力地互相鼓励和帮助，最终成功完成了任务。这个过程让我深刻意识到，团结协作是取得成功的重要条件，只有紧密团结在一起，相互支持和帮助，才能战胜困难，达到更高的目标。

军训期间的体力训练让我明白了坚持不懈的力量。每天早晨的晨跑让我感受到了身体的疲惫和无力，但是我坚持下来了。在一次长途行军中，我因为体力不支而想要放弃，但是教官的一句鼓励话语：“再坚持一下，你一定能行！”让我重新振作起来，最终成功完成了任务。通过这些艰苦的体力训练，我明白了只有坚持不懈、持之以恒地努力，才能战胜困难和挑战，实现自己的目标。

军训期间，严格的纪律要求让我懂得了自律和责任意识的重要性。在军队中，一丝不苟的执行纪律让我认识到纪律对于一个集体的重要性。每天准点到队列训练的开始，严格遵守教官的各项要求，时刻保持军纪军容，这些都要求我们具备良好的自律和责任意识。通过这些训练，我懂得了自律和责任是一个人成功的重要基石，只有通过自律和责任，才能更好地发挥个人的潜能和作用。

军训不仅锻炼了我的身体，也培养了我的意志力和毅力。在漫长而艰苦的军训过程中，我时刻都面临着疲劳、压力和困难，但我不退缩。每天练习军姿站军姿，我感受到了肌肉酸痛和疲劳，但是我坚持下来了。通过痛苦，我懂得了痛苦是

暂时的，而成功是永恒的。只有通过坚持不懈的努力，不断超越自己，才能取得更好的成绩。

总之，军训是对我们每一个人的一次磨砺和锻炼。通过团结协作、坚持不懈、自律和责任意识的培养，我们在军训中收获更多，也成长为更加坚强和自信的人。无论是军训后的生活还是今后的工作，这些宝贵的经验将成为我不断努力的动力和信念，让我不断突破自我，追求更好、更高的目标。

军训心得体会篇五

军训进入第二天，我对军训的热情像早天的小溪渐渐消失了。

早晨躺在床上，左思右想，如何逃避军训，但是，找不出一个对付过去的理由，只好硬着头皮去“刑场”。

今天的太阳仍是那么不给情面，甚至比作天更冷酷、更无情了，又是漫长的军姿训练，同学们都被烤成火鸡了，赵教官“休息”的命令刚落，同学们立即瘫倒一片，伸胳膊的伸胳膊，揉腿的揉腿，有的甚至呈“大”字形，躺倒在地，自个儿身上的汗都快把自个儿淹没了。

教官突然宣布：“现在请我们班的班长给大家表演一个节目。”大家立即来了兴致，鼓掌响了起来，可这为男同学扭扭捏捏像个姑娘，脸憋的通红，刚要张口，又闭了回去，还用军帽遮住了脸，看到他这样难为情，我们笑的东倒西歪，最后还是拉了两位同学陪唱，可也是要腔没腔、要调没调，但我们还是觉得唱的比电视上的大牌歌星还有趣。

同学们的疲劳早已烟消云散了。

其实军训也不可怕，像一坐山，翻过去，就是天高云淡，风和日丽。

湖南的秋天仍和往年的一样，时近中秋，却丝毫没有起风转凉的意思。骄阳肆虐着，张扬着，似乎要把一切都牢牢地掌握在手中，连树尖上的嫩叶也在它的控制下迅速衰老，呈现出颓废之势。我们也在这时，来到了梦寐以求的大学。早有耳闻，大学的军训是大学生活的第一课，是绝不轻松的。望着树尖的叶子，心里忍不住一阵害怕，我们能挺过去吗？我们会像叶子一样颓废吗？太多的疑问在我的心中徘徊，久久不能散去。

军训生活如期的开始，一切都有条不紊，骄阳也按着它的原计划，每时每刻都嚣张地舔着火舌，汗珠一滴滴地从额头流过鼻尖，砸碎在操场地水泥地上，迅速蒸发，再也不见踪影。即使这样，我们也必须笔挺的站着军姿，任汗水从脊背穿过；我们也必须高抬着脚掌，狠狠地砸向地面，任痛疼与麻木刺激。在做这一切的时候，我们都会问自己，究竟为什么要那么用心，随便应付一下，军训不也就在不知不觉中过去。教官的一番话也是最好地解释：“你可以做最好地，你也可以做最差地，既然你可以努力做到最好，为什么你不做呢？”军训的最终目的是什么？是磨练我们的意志，是锻炼我们的集体合作意识，自然军训的过程必须伴随着自然的恶劣与精神上的痛苦，但人生就是一条齐整荆棘的道路，军训只是其中很小的一段，在前行的道路中，我们会被刺痛，会被扎伤，会被鲜血染红。但这算得了什么呢？没有鲜血，哪来鲜花？没有伤痕，哪来的精彩？骄阳似火对吧，我们用黝黑地皮肤告诉它，我们不怕；双腿疼痛对吧，我们用坚强有力的脚步声告诉它，我们不怕，懒惰侵蚀对吧，我们用顽强的斗志告诉它，我们不怕。

凤凰在飞上九重天之前，会在雄雄的烈火中煎熬，最终完成涅槃。经过军训，刚来时的疑问一一解开。我们不是树尖上的颓废的日子，我们要做飞舞九天的凤凰。炎炎的烈日，就像灼热的烈火，我们用我们的意志，让自立代替了依赖；让坚强代替了懦弱；让坚持代替了退缩。我们完成了煎熬的过程，像一只只凤凰在烈日中涅槃。伴随着鲜艳的旗帜，嘹亮的口

号，坚定的步伐，我们将飞得更高更远。

军训心得体会篇六

第一段：军训的意义

军训是大专学校新生入学之初的一项重要训练，通过军事基本知识的学习和体能、意志的磨砺，旨在培养学生的纪律观念和团队合作精神，提高学生的责任意识 and 应对突发事件的能力。通过这一阶段的锻炼，大家不仅能够加强体质，也能够身心层面得到全方位的提升。

第二段：克服身体困难

在军训期间，我们每天都要进行一系列体能训练，如晨跑、散步、射击等。这对于大部分学生来说都是一项巨大的挑战，尤其是那些久坐于电脑的学生群体。然而，我发现只要有毅力和决心，就能够克服这些身体上的困难。每天早上起床的艰辛，都成为了自己坚强不屈的标志，通过持之以恒的努力，我的体能得到了显著的提高，也增强了我的自信心。

第三段：培养纪律观念

军训期间，严格的纪律要求对于我们来说是一种挑战，毕竟在平时的生活中我们都有自己的自由度。然而，我们迅速适应了集体的生活，遵守规则成为了我们每个人的自觉行动。通过军训，我们学会了按时起床、整齐穿衣、队列规则，习得了一种新的生活方式。这种纪律观念不仅在军训中起作用，在以后的学习和工作中也会成为我们取得优异成绩的重要保障。

第四段：团队合作精神的培养

团队合作，始终是军训的核心课程之一。每次集体训练，不

仅需要个人的努力，更需要小组之间的密切合作。在完成交叉火力射击训练中，我们需要精确地配合，紧密地联系，这个时候团队的默契和协作能力显得尤为重要。通过这样的合作，我们不仅加深了对队友的了解，也锻炼了我们的团队意识。这种团队合作精神，在今后的生活和工作中，对于大家都将产生深远的影响。

第五段：军训的终结与收获

最后，在军训接近尾声时，我感到一丝的不舍。这段时间里，我们的生活虽然严苛，但是也让我们重新认识到了自己的潜能和能力。不断突破自己的过程中，我收获了很多。我不再害怕困难和挑战，而是会主动面对并努力克服它们。我更深刻地理解了团队合作的重要性，也认识到了纪律的价值。这次军训让我从内而外的焕发了新的精神风貌，受益终身。

通过军训，我不仅收获了身体上的锻炼和提高，更重要的是在心灵、意志和人格上得到了全面的提升。我将会如此珍惜这段军训经历，让它成为我人生道路上的财富，在将来的工作和生活中继续发光发热。

军训心得体会篇七

“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续发奋吧！

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。七天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，坚信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时刻，长时刻的训练，炙热晃眼的太

阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，坚信还会另有一番感受，我就是这样。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，每一天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时刻就够拖累人了。而且，我们南方的气温高得很，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。从小到大，我都没有参加过军训，在上中学，大多数同学他们都参加过军训，他们都会说，“军训好苦、好累”。虽然他们都这样说，可对于军训我是十分的盼望的，毕竟那是人生的第一次，也可能是最后一次。

当我怀着十分激动的情绪上路的时候，我在想象我们军训的地方到底是什么样呢！我一向认为，我们军训的地方在林园，那个通讯学校，可当车从那个地方经过，并没有在那里停下，我有些失望了。

最后，最后我们来到了我们的军训的地方，首先进入我眼前的就是“训练基础，”看着那几个金光灿灿的四个大字，我心里是激动的，可人生就是这样，总会大起大落，首先就是把把我们代进我们住的地方，那简直是……只有一张脏脏的床和被条连枕头都没有，我当时真的有一种哭的感觉，还好好的是，我们的教官很帅，很会关心人，很有职责感，站军姿，等等一系列的動作，都那么顺其自然，对我们来说都是小玩意，可就在训练的第七天，我们把教官惹生气了，看着平时跟我们玩成一团的教官，突然就不理我们了，教官，本来就是一个好脾气的人，可我们却把他惹得无语，能够想象，我们犯了多大的错，第一次在上来的七天里，再苦再累，我都忍受，坚持下来了，第一次，我哭了，那不是坚持不下来的眼泪，而是我的心里第一次感到失落，无助，来到山上来，只有老师、教官、同学在一齐，一齐进步，互相关心，可这

唯一的一点都失去了，我强忍住泪水，可它还是不争气的摔了下来，还好的是，我们大家都知道错了，第二天，我们优秀的表现又让原来的教官回来了。

“稳住就是技术”“要的是质量的，不是数量”这一句句经典的话语在心里回荡，就这样，七天的时刻转眼就过了，说真的，此刻要离开这个以前让我厌恶的地天，还真的有点舍不得。

军训使我们以坚强为信念，发奋成为生活的强者。以前，我们一齐欢笑过，流泪过。这天，我们一齐经历风雨，承受磨练。明天，我们一齐迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一齐珍惜此刻的甜。累，让我们体验到超出体力极限的`快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，七天谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华。我坚信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个完美的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训。

军训心得体会篇八

第一段：引入

每年开学季，大学里最热闹的景象莫过于军训了。它不仅是大学新生们进入大学学习生活的第一堂课，也是如今社会中人们最需要掌握的一些基本技能。经过一周的强制性训练，我从中感受到了很多，收获颇丰，充满感慨。

第二段：具体体会

第一天的训练，我们被教官逼着抬腿、跑这跑那，我感到非常厌恶。但随着时间的推移，我渐渐明白了训练的意义。那些奔跑、平衡和循序渐进的训练不仅可以让我们变得更加健康，并且还可以增强我的纪律和耐力。

军训的第二个目的是教我们团队合作的重要性。勇往直前的个人在活动中通常会引起混乱。但如果每个人都为了共同的利益而做出自己的贡献，到最后，成功是不言而喻的。

第三段：针对困难的解决办法

面对军训中的许多挑战，我们必须学会克服并提高自己的能力。我发现每个人都有一些不同的方法来克服自己的挑战。当我发现我很难完成全部的任务时，我会设定自己的小目标，并一步一步地完成任务。到最后，我成功完成了所有任务，我对自己自豪不已。

第四段：内心体验

在我生命中的这段经历中，我的内心体验似乎是最重要也是最深刻的。我认识到军事训练旨在培养我们的纪律、耐力、勇气和坚定的决心。正是这样的心态和积极的态度帮助我在军训中顺利完成许多难题。

第五段：总结

通过军训，我不仅增强了自己的健康、耐力和团队合作精神，也发现了自己的潜力，向前迈进一步。军训给我带来了许多宝贵的体验和教训，我会用它们来更成功地迎接并超越未来的挑战。

军训心得体会篇九

第一段：军训的意义和目标（200字）

军训是大学生生活中一次重要的经历，对于我们的成长和发展有着深远的影响。军训的目标是培养我们的纪律意识、团队精神以及身体素质，并且通过训练，加强我们的意志力和自律能力。通过军训，我们可以锻炼自己的忍耐力和适应能力，

提高自己的领导能力和组织能力，为以后的学习和生活奠定坚实的基础。

第二段：军训中的挑战和收获（250字）

在军训中，我们面临着各种各样的挑战。起早贪黑、严格的纪律要求、烈日下的长时间站立等，都考验着我们的耐力和毅力。在训练中，我们体会到了团队合作的重要性，学会了相互支持和帮助。在这个过程中，我们不仅能够锻炼身体，还可以培养意志力，增强自信心。这些都是我们在大学生活中所需要的基本素质，在今后的学习和工作中都将发挥重要作用。

第三段：军训对于心理健康的影响（250字）

参加军训不仅可以锻炼身体，还可以对我们的心理健康产生积极的影响。在军训中，我们会面临各种压力和挑战，只有经历过这些困难和挑战，我们才能找到突破困境的方法。军训中常常会有一些体力上的限制和不适应，但我们可以通过积极的心态来克服困难。正是这些挑战和困境，让我们变得更加坚强和勇敢。而且，与同学们一起参加军训，增强了我们的集体荣誉感和凝聚力，有助于我们建立健康的人际关系。

第四段：军训中的重要经验和启示（300字）

军训期间，我们学到了许多重要的经验和启示。首先，自律是成功的基石。只有自律，才能确保我们按时、高效地完成任务。其次，团队合作是取得成功的关键。在军训中，每个人都要扮演不同的角色，只有大家相互配合，才能取得好的成绩。再次，坚持不懈是获得进步的根本。不论遇到什么困难，只要我们持之以恒，勇于面对，就一定能够取得突破。最后，乐观积极的心态是战胜困难的法宝。军训中，我们可能面临各种困境，并且无法改变环境，但我们可以改变我们的态度，保持乐观的心态，积极面对挑战。

第五段：军训后的收获和展望（200字）

军训结束后，我们不仅收获了体力和意志力的提升，还收获了珍贵的友谊和团队精神。通过军训，我们更加深刻地理解了集体的力量和团队的重要性。我们明白了只有团结一致，相互支持，才能战胜困难，取得更好的成绩。同时，军训也让我们进一步认识到自我价值和潜能的重要性，为我们以后的发展提供了更加坚实的基础。我们相信，通过军训，我们会更加自信，更加勇敢地迎接未来的挑战，取得更大的成就。

总结：军训是大学生生活中的一次重要经历，通过参加军训，我们可以培养自己的纪律意识、团队精神以及身体素质。军训中的挑战和压力可以帮助我们锻炼意志力和自律能力，并且对我们的心理健康产生积极的影响。通过军训，我们学到了许多重要的经验和启示，为我们以后的学习和生活奠定了良好的基础。军训结束后，我们不仅收获了体力和意志力的提升，还收获了珍贵的友谊和团队精神。我们相信，通过军训，我们会更加自信、勇敢地面对未来的挑战，并取得更大的成就。

军训心得体会篇十

时光荏苒，岁月如梭，在春城的`这个冬天里，大一新生军训正如火如荼的进行着，当看到自己的学弟、学妹们在操场上艰苦地训练时，我的心也不自觉间被一种无形的力量所牵引，脑海里浮现的是自己军训时的场景，经历过军训的酸甜苦辣后，才知军训是人生路程里一段难忘的回忆和宝贵财富。

当这种恋恋不舍的情绪回归现实的瞬间，心间一种莫名的情愫便油然而生，与其说这份情愫是对自己军训的追忆，不如说更像是自己对新生的一种饱含深情的寄语。

我经历过，所以我相信。

每一天，当清晨第一抹阳光从天边露出时，便从耳边传来了你们整齐的脚步声，听到你们铿锵有力的步调，这份声音里充满了你们青春独有的激情，蕴藏着你们昂扬的斗志。

我窃以为那应当是你们独有的天籁之声，使我深受吸引和陶醉。我相信，你们必须能够有着自己明确的目标和方向那就应勇往无前。我为你们加油，为你们喝彩，替你们骄傲。

艰苦只是一种考验，尊重内心，尽情欢笑。

当太阳按着时间既定的脚步悄然行走至正空时，火热的太阳便成为了你们最大的考验。

但是你们的确是好样的，依然在骄阳下，展示你们整齐的方队和矫健的身姿，映射在我的脑海中，使我久久不能忘怀。炙热的大地，加上似乎已经凝滞了的空气，再加上混合着汗水与泪水的你们威武的雄姿，构成了一道独特的军训风景线，彰显的了你们的坚强意志。

在困难面前你们勇敢应对，这一份意志是没有经过军训的洗礼而无法理解的。在休息时你们也能够畅所欲言，尽情欢笑，抒发军训的压抑与沉闷。同时，也期望你们同教官和同学们建立深厚的友谊。

坚持的收获，必将让你终生受益。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，只有经历过困难，才能磨练坚强的意志，才能铸造成功的一生。军训虽然会吃苦，会经受一些艰难，但却能够磨砺坚强的意志，只要坚持到底，军训必将成为你们人生中一笔宝贵的精神财富。在军训接下来的日子里，我期望你们继续坚持。

当繁杂的困苦过后，胜利的果实才会愈发丰厚，就让期望的火焰点燃前方指路的明灯，乘风破浪，勇敢度过军训这段艰

苦却又难忘的时光吧。

加油吧！军训是人生中最好的一次成长和磨砺。我相信，只要坚持，定会有所收获，我们要把这笔宝贵的精神财富利用到以后的生活中去，必将终生受益。

军训心得体会篇十一

军训这几天，对军训最直观的感受就是很累。然而，在夜深人静时回味今天一天时，又觉得军训虽累但是很有意义，或许对我以后的人生都将产生深远的影响。

清晨，当军训动员开始时，额头的神经不停地蹦跶。我早已认为这将是一场噩梦，至少对于身体不好的我而言是一场噩梦。但这一天的训练改变了我的想法。

军训虽苦，但决计不是无法克服之苦；军训虽累，但累得让人内心充实。或许某天我会感谢这一段经历，因为这段经历教会人生不可能过得如平坦大道般顺畅。当遇见突发事件时，你所能做的便是尽自己的努力做的更好，在一路克服困难的同时，记过已然不再重要，付出的同时就已经得到了收获，那是一种弥漫整个心田的满足。

军训已然要过去，但军训仍在继续，在接下来的几天，教官仍会与我们一起走过，这期间或许会有拉歌的欢笑，有对教官严厉的不满；有对教官的感激；有累到不行的抱怨，但这一切都会成为心中最美好的记忆。

军训，这是我的青春印迹，值得珍藏一生。

时间犹如白驹过隙，一转眼间，我们的军训生活即将步入尾声。与刚刚开始时觉得军训十分痛苦，并且盼望军训生活早点结束的心情截然不同，现在的我，却觉得军训让我明白了许多人生的哲理，盼望时间过的慢点，让我能在军训中学的

更多！

在军训中，我们和教官彼此珍惜来之不易的感情，为了共同的目标，一起努力，一起训练，一起玩耍，一切都是那么的和谐有爱。说实话，军训很累，每天都睡不够，而且每天都要经受烈日的考验，但是我们却能从苦中得到快乐，从痛苦中得到感悟，相信，到了军训结束的时候，军训留给我们的不是泪水与痛苦，而是欢乐与感悟！

其实，在我看来，军训是我们人生中最宝贵的课程之一。它的艰辛和劳累，是在端正我们积极向上的人生观，是在磨练我们坚定不移的意志，是在培养我们团结有爱的精神，它带给了我们一种尊严，一种力量，一种不向任何邪恶势力低头的意志！正所谓中国有句古话：梅花香自苦寒来。不经历一点风雨，我们这些温室的花朵，怎么能见到美丽的彩虹？它教会了我们如何在挫折中成长！军训虽苦，但是却值得我们回忆一生！

军训不但培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。成功大门向来都是向意志坚强的人敞开的。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳时机。心里有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的暴晒，皮肤变黑，但这何尝不是一种快乐，一种更好的朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心。军训可以增强我们的集体意识，让我们变得宽容。

站军姿时间的漫长，痛苦在心中蔓延。但看到教官那因为表扬而充满笑容的脸庞时，一切又当然无存。在人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在与坎坷同行。经历军训的涂抹，会使我们坚强起来，给我们勇气。在人生的路途中大步向前。教官虽然严厉。但关心我们。

军训心得体会篇十二

这里的天气永远都是阴沉沉的，虽然刚才的雨已经止住了，但雨声和口号声似乎还在耳边响着。这大概就是感冒的前兆吧。

鞋已经全湿透了，干脆无所顾虑地踏着地上的水坑大步走向旅游车。这天不知道在我的脑海里幻想了多少遍，但却没有想到是这种情况。我曾经以为今天大概会是个大晴天，烈日火辣辣的烤着训练场，晒得头发都发出了一股微微的糊味，而我们呢，应该是大汗淋漓、疲惫但充满期待的走向有冷气的旅游车。

简直就是截然不同：我的头发湿漉漉地挂在脑袋上，没有别的干衣服可以换，只好把睡衣穿在里面。就这副狼狈的样子上了车。

人还没上齐，我找了个靠窗的座位坐下。这七天实在是不可思议，或者说至少是出乎意料。刚才的困意慢慢消散开了，军训时的情形一幕幕浮现了出来。

第一天可算是恐怖。听了不少脏话不说，还有一种可怕的感觉：我们进了监狱了。总感觉不管做什么事情都有人管着，都有规定的时间，都要被人呼来喊去的。这也让大家心里除了有一点恐惧感以外，还生出了反感和愤怒。训练也一样恐怖。站军姿站到腿软，转体跺脚跺到抽筋。第一天所有训练结束后，我已经觉得脚要肿了。可惜等待我们的是硬板床、早起和接下来的六天。

前四天，我们想着的是快点熬完，是逃避。

前四天都是阴天，温度适宜，自然训练也就要抓紧。于是每天回到宿舍，经常是裤子上溅满了泥水，累得连刷牙洗脸的力气都没了。可到了第五天，天气又放晴了。不仅仅是晴天，

而是一个典型的烈日炎炎的夏日。印象最深的就是午休结束后从宿舍里爬出来的情景。天气酷热难耐，阳光火辣辣地照在脸上、脖子上、身上，仿佛头上是一个火球，烤的皮肤生疼生疼的。结果，不出一天脖子上、肩膀上就起了颇为显眼的痱子，又痒又疼。有不少同学发烧、中暑的。但是，眼看离闭营式越来越近了，而我们八方队的分列式还是走得歪七扭八的，简直到了火烧眉毛的地步。

第五天晚上，我们的训练有了一丝转机。当天晚上，在训练场上举行了一个小小的晚会。晚会之前，我们排练了一次分列式的预演。八方队走得实在是不敢恭维。当时有些女生当场就哭了，其他人也都是黑着脸、沉闷的站着。

就是在这样的气氛下，营长讲话了。他先说了些鼓励的话，大概就是要我们明天抓紧时间训练，不要为今天的失误失去信心，结果引来了更多的哭声。当宣布解散的时候，操场上已经是一片哭声了，随处可见坐在地上抹眼泪的女生。歌声、哭声、风声、雷声混杂在一起，我的心里也乱的不行。

八方队又是最后一个离开操场的，此时风已经开始大了起来，天空中时不时滚过一个响雷。一场暴风雨眼看就要来了。这时队伍里仍有不少人在抹眼泪。营长走了过来，黑着脸，看着我们这支士气殆尽的队伍。

就着主席台上的灯光，我发现营长的眼眶里竟然也有眼泪在打转。他开口说话，还是以往训斥的语气，但声音听起来没有那么强硬了。

“哭有什么用吗？你们不要认为我把你们编为八方队是觉得你们最差！身为八方队是结束的方队，更需要做到最好！”这时他的手机响了。我站的比较靠前，清清楚楚的看见他的手指两次移到接听键上，最后又按下了挂机键。他又抬起头，眼光扫过我们每个人的脸。队伍里还是有呜呜咽咽的哭声。

“你们经历的挫折太少了，你要知道，当你们走向社会，上了大学以后，要面对的事情比今天的多得多！如果哭能够改变世界上的不公平，我早就哭了几百回了！我甚至会带着你们所有的教官一起哭！但是有用吗？在别人看来你们的眼泪就是示弱，有什么办法？就是让自己强大起来！我初中考了六百分，就因为没有五百块钱，就没能上高中！这世界公平吗？不公平！”

周围的哭泣声明显的压抑了下去。我之前原本是对那些流眼泪的人抱有一丝不屑的态度，听到这里，我突然觉得像是吞下了一块冰一样，浑身上下都打了个哆嗦，眼泪也要涌出来了。

我又把眼泪忍了回去，抬起头看着营长。营长的嘴唇都有些哆嗦，他张张嘴，说：“都回去吧，晚上盖好被子，明天好好训练。不要辜负你们的教官。”

压抑了很久的哭声再一次爆发了。我也觉得像是做梦一样，迷迷糊糊的走回了宿舍。睡前好长时间，寝室里的同学们都在议论纷纷，找出今天失误的原因，给对方打气。

我可能是睡着了？但是时间短的很，大巴刚刚开出盛华基地的大门。雨水顺着车窗玻璃向下流。军训竟然就这样结束了。为什么心里没有之前期待的那种解脱感呢？倒好像肩上多了点什么担子一样，压得我直不起腰来。也许这就是成长吧，这真是一次不可思议的军训。

军训心得体会篇十三

每个人都有一段难忘的军训回忆，那是一段可以让人品尝到辛酸的磨砺与锤炼的经历，也是一段可以带给自己收获和成长的经验。作为一名大学新生，我在入学初经历了一次激烈而难忘的军训，其中最让我难忘的体验便是通过学习军训拳，锻炼了我不仅身体，还有心灵。在此，我想谈论一下我个人

的军训心得体会和军训拳的益处。

第二段：军训拳的起源与特点

军训拳，是一种普及在军队和学生中的体育锻炼方式。它是由武术和健身操练所演进而来的，以其短小利攻的特点和训练效果，不仅在军训中广为传播，也逐渐在其他行业和领域中得到普及。军训拳训练包含肢体上的各项运动和动作，如伸展、转动、踢腿、蹲跳等，不仅可以锻炼肌肉力量，增进体质，还可以增强身体的灵活性和协调性，对于塑造好的身形也有明显效果。

第三段：军训拳的优势

军训拳不仅是一种运动方式，更重要的是它在学生军训中的意义——培养阳刚之气，增强意志力和自信心。在军训中，我们面对的不仅仅是体力上的考验，更主要的是心理上的压力与挑战。我们不止锻炼了身体，还从中学会了如何自我调节、坚定信念并克服困难。在学习军训拳的过程中，我们改变了原有的体态和姿态，培养新的习惯和健康的观念，得到了身体和心灵的双重满足和提升。这些优势不仅体现在训练时期，同时也会在日常生活中成为我们的一份宝贵财富。

第四段：军训拳的实践与应用

不仅在军训过程中，军训拳也被引入了很多的工作场所和普通人的日常生活。它不仅只是一种体能和心理方面的锻炼方式，同时也可以消除疲劳，改善压力和情绪，保持体态和心情健康。现如今，随着健康理念的普及，越来越多的人对于锻炼身体和心灵有了更高的要求，因此军训拳有着广泛的应用场景和实践价值，它也是一个可以推广的文化与价值。

第五段：总结

通过军训拳的学习和实践，我不仅增进了身体的素质，还锻炼了自己的意志，提升了自己的自信心，磨炼了自己的性格。军训拳让我明白了付出就有收获，只有通过不断地努力和坚持，才能够创造出更好、更美好的未来。让我们把军训拳这种科学的健身方式和学习经验，运用到我们今后的生活和学习中，不断地塑造自己、提高自己，迎接未来的各种挑战。

军训心得体会篇十四

第一段：引言

GPS军训作为学生时期的一次重要经历，给我留下了深刻的印象。通过此次军训，我不仅增强了体质，学习了军事知识，还感受到了团队合作和坚持不懈的重要性。下面将从训练内容、心理变化、人际关系、自律习惯和未来规划等方面进行论述。

第二段：训练内容

GPS军训的训练内容十分丰富多样，且注重实践操作。每天的训练安排包括朝会、晨跑、集训、军事技能训练和战术演练等。其中，晨跑锻炼了我们的体能，集训提高了我们的纪律性和团队合作能力。而军事技能训练和战术演练则使我学到了很多军事知识和战术意识，培养了我的组织领导能力。军训期间，我们要时刻保持高度的警惕性和集中力，这些经历给我增添了信心和勇气。

第三段：心理变化

在军训过程中，我逐渐感受到自己的内心发生了变化。一开始，面对严格的军事训练和高强度的体能训练，我感到困惑和不适应。然而，随着时间的推移，我逐渐调整了心态，学会了应对困难和挫折。我在军训中锻炼了坚持不懈和毅力，明白了只有不断努力才能获得进步。我也学会了控制情绪，

保持冷静和清醒的头脑，在压力面前能迅速做出正确判断。

第四段：人际关系

在GPS军训中，我们不仅与教官建立了师生关系，还与同学们建立了深厚的友谊。在一起共同经历训练和困难，我们相互理解和支持，形成了团队合作意识。我发现通过与不同性格和背景的同学相处，我在沟通交流和团结合作方面得到了很大的提升。我们共同经历的军训经历也成为了我们友谊的纽带，使我在未来的学习和生活中更加融洽和自信。

第五段：自律习惯和未来规划

通过GPS军训，我养成了良好的自律习惯。军训严格的训练安排要求我们按时起床、按时吃饭和按时休息。我遵守了这些规定，使我养成了良好的时间管理和自我约束的能力。这些习惯对我未来的学习和工作生活将起到重要的推动作用。此外，军训也使我更加明确了个人的规划和目标。我希望将来能够进入国防部门从事军事工作，为国家和人民的安全做出自己的贡献。

结尾段：总结

通过GPS军训，我不仅获取了体力和军事知识，更重要的是收获了宝贵的生活经验和成长。我相信这次军训将成为我人生中的一个重要转折点，对我产生深远的影响。我会时刻铭记这段经历，将所学到的东西应用到我的学习和工作中，并永远怀着对军人和国家的敬仰之心。