

# 2023年军训心得体会的 大军训心得体会 会(通用10篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 军训心得体会的篇一

大学即将毕业，作为一名大四学生，我也经历了四年的大学生活。这个暑假，在学校组织的军事训练中，我获得了很多收获和体会。以下是我关于大军训的心得体会。

第一，坚定信念。在军事训练中，最重要的一点就是坚定信念。无论面临多大的困难，都要始终坚信自己的能力，设定目标，并不断努力。对我而言，一开始参加军训，体力不过关、水土不服、训练强度大等问题都让我感到十分困难，但是我始终坚定信念，每天积极面对困难，一步步走出困境，终于适应了军旅生活。

第二，培养自律。训练期间，每天的日程都十分紧凑，时间紧迫，而且训练强度也非常大，这要求我们必须有很高的自律精神。在这个过程中，我逐渐养成了严格的时间观念和计划安排能力。每天争分夺秒，规律的时间安排，让我在繁重的军训中，学会了如何管好自己的时间，养成了高效的生活方式，这对我今后的发展将产生巨大的帮助。

第三，强化纪律观念。在军训中，灌输给我最多的就是纪律观念。在训练中，我们必须学习服从命令、规范行为，任何不遵守规章制度的行为都会受到惩罚。在严格的训练中，我们始终保持着警惕，自然而然地强化了纪律观念。这种管束和自律不仅体现在训练中，更是我们未来工作和学习的必需品。

质。

第四，加深集体意识。参加军训，我们以班级为单位，互相配合、共同进退，组成了一个互相依存的“家庭”。在训练期间，我们学会了互相协作，互相帮助，建立了团结的班集体。在训练结束后，班级团结的精神和协作的信任也转化为我们今后的工作和生活中的最大优势。

第五，坚韧不拔。在军事训练中，训练强度大，时间紧迫，训练内容严格等各种因素都考验着我们的意志力。然而，通过如此严苛和纪律性极高的军训，也锤炼出我们坚韧不拔的意志。这种毅力和抗压能力在今后的生活和工作中将起到至关重要的作用。

总之，大军训的心得体会是十分宝贵的。这次军训体验让我从忙碌的日程中坚定了自己的信念，养成了自律和严密的计划安排；同时，锻炼了我的纪律观念、集体意识和坚韧的毅力，为我今后的工作和生活打下了坚实的基础。

## 军训心得体会的篇二

今年的9月一号让我终身难忘，今年大家的9月一号比较特殊，不止是开学的第一天，而且是大家军训的第一天。

“军训”这两个字，读起来容易轻松啊，可军训起来不是这么容易轻松，是多么的辛苦和累。

大家的教官姓曾，大家大伙都叫他为曾教官。教官穿着一身军衣，脸上携带和善的微笑，我就隐约感觉到这位教官对大家必然会非常不错滴！

“其他人能做好的，你们自己也要能做好，而且还要做的比其他人愈加好！”这句话犹如清风吹入大家的心中，在他那张年青俊俏的脸上写满了鼓励与关怀。我无比感动，这是我

几次军训中见到对学生的教官。

第一天军训大家学习的是：稍息、立正、停止间转法、敬礼与礼毕、跨立与立正、蹲下与起立、原地踏步、齐步的的行进与立定。

开始大家就学“立正”和“稍息”。我就在想：立正和稍息，哪个不会啊！立正的时候教官教会大家要两只手都要五指并拢，紧贴短裤黄色边，脚呈生辰八字形，大约为六十度。挺直腰站好，不可以动。随后学习稍息就要左脚伸出大约半米远，动作要快，不要擦地。而且只不过下半身动。不一会儿，部分同学们豆大的汗珠伴随头发滑落到红通通的脸颊上。

随后，教官要大家练军姿，大家一个个就挺起胸，抬头，正肩，收腹，双脚叉开60度，稍微踮起脚来，步步到位。曾教官需要大家站直5分钟，在5分钟内没教官的命令和批准，大家是决不可以动一下的，假如一位同学动一下全班同学多罚一分钟。开始的时候大伙身体站的非常直，后来站的时间长了，某位同学忍耐不住站的累呼呼就动了动，被曾教官见到就罚大家多站一分钟。在剩下的2分钟里，又有同学忍耐不住，偷偷动了，这，还是逃不过曾教官的火星眼，结果大家就要站3分钟。休息的时候，同学们个个叫苦不迭的，都说：“累人啊，腿都麻了。”

下面，大家又练了原地踏步和敬礼与礼毕等等项目。在练习的过程中，大家11班的同学们发扬不怕累的精神，我硬是咬着牙通过了后面几个小时，由于在练习的时候，教官总是对大家说：“其他人能做好的，你们自己也要能做好，而且做的比其他人愈加好！”这句话对我起到非常大有哪些用途，我就不怕苦、不怕累，坚持着，咬咬牙齿就过去，认认真真的练习！

## 军训心得体会的篇三

在大学生活中，军训是必不可少的一环。虽然军训时间较长，训练强度大，但是不少同学依然对军训充满热情，期待着能够获得更多的成长。下面我就分享一下我个人的去军训的心得体会。

### 第二段：感慨艰苦

一开始，我觉得军训很难受，因为训练都是在户外进行，而且穿着军装，一身沉重，烈日当头下真的很热，汗水一遍遍地滴落在地面上。而且辛苦的不仅仅是我们的身体，更是心理。刚开始的时候，几乎每天晚上都要睡在草地上，只能以着地的方式来解决睡眠问题，睡眠质量并不高，这也是我在军训中最吃苦的时候。

### 第三段：感受集体精神

虽然训练很苦，但是我们都是在一个集体中进行训练的。在军训中我意识到了集体意识的重要性，也感受到了集体的力量。像做引体向上、俯卧撑这些动作，一个人做很难坚持下来，但只要在旁边加上猛的一声“加油！”，就能让我们坚持下去。还有在过军事拓展的时候，大家都很团结，不离不弃，就算一个人出了问题也绝不落下。

### 第四段：体会到自我管理的重要性

在军训中，时间很有限，几乎每一天都被安排得非常满，而个人的时间快要被压缩殆尽，所以我在军训期间变得格外注重时间管理，变得非常珍惜每一分每一秒，合理利用空余时间来充实自己。同时在军训过程中也让我体会到了自我管理的重要性，通过自己悉心的调整每天的状态，经过不断的努力精进自身的能力，最终提升了自己的治理能力。

## 第五段：收获自信

通过军训中坚持不懈的训练，我不仅能感受到自我管理的重要性，还能够经过不断提高，感受到自己的成长。做出了自己的贡献，把自己在军训中的表现和纪律要求贯彻到日常生活当中，也更加有自信地去面对生活中的各种挑战和困难。

总结：

综上所述，尽管军训期间遇到了很多的困难和不适，但是正是因为这些，意识到了训练困难，相互帮助的重要性，有了对集体和自我管理的更深层次的认识和体验，进而帮助自己更好地面对未来生活中的挑战和困难。所以我认为去参加军训是值得推荐的，而且相信每一个参加军训的同学都会有和我同样的体会。

## 军训心得体会的篇四

第一段：介绍军训的背景和目的（约200字）

近年来，军训逐渐成为大学生生活中不可或缺的一部分。大学生军训的目的不仅仅是提高身体素质，更是培养学生的团队意识和纪律意识。在军训中，学生们将感受到军人的艰苦训练和坚定意志，体验到集体合作的重要性，为日后的学习和生活奠定了坚实的基础。

第二段：军训中的艰辛与挑战（约300字）

军训期间，体力上的挑战是最为明显和直接的。长时间的晨跑、站立、仰卧起坐等体能训练，使我意识到自己身体的极限和不足。尤其对于一些体力较差的同学来说，军训更是一次重大考验。然而，面对这些挑战，我学会了坚持和超越自我。在队友们的鼓励和教官的指导下，我一步步克服了困难，逐渐提高了自己的身体素质。

### 第三段：军训中的团队合作（约300字）

军训不仅考验个人的身体素质，更强调团队合作和战斗力。在队列训练、集体操和口号喊等活动中，我们必须做到统一动作、齐声呼吸，以展示团队的整体形象和感召力。每个人都有分内的任务和责任，只有在各自认真履行自己的职责的基础上，才能保证整个队伍的正常运转。这样的团队合作让我深刻体会到一个人的力量是有限的，但多个人的力量可以变得强大无比。

### 第四段：军训中的纪律意识（约300字）

军训期间，严格的纪律要求和规范让我领悟到纪律的重要性。从晨早的起床整理被铺，到餐厅的就餐顺序，再到军容的整齐划一，每一个环节都要严格按照要求进行。而且，任何违反纪律的行为都会受到相应的惩罚，这让我深刻明白自己的行为会影响整个集体的形象和凝聚力。通过这种训练，我的纪律意识得到了有效的加强，我也更加深刻地理解到“纪律是军队的生命，纪律是战胜一切困难的基本原则”。

### 第五段：军训的收获和启示（约300字）

通过这段时间的军训，我不仅体验到了军人的生活和训练方式，更从中收获到了许多宝贵的启示。首先，身体的健康和素质的提升是成功的基础。只有保持良好的体魄，才能应对日后各方面的挑战和压力。其次，团队合作和纪律意识是实现共同目标的关键。队友和教官的帮助和鼓励让我深刻认识到，集体的力量可以战胜一切困难，并取得更大的成就。最后，军训还让我明白了付出就有回报的道理。只有付出足够的努力和汗水，才能获得更好的收获和成长。

### 总结：

通过参加年军训，我不仅锻炼了身体，还学到了许多宝贵的

经验和启示。军训中的艰辛和挑战让我变得更加坚强和勇敢，团队合作和纪律意识让我认识到团队的力量和纪律的重要性。这段经历让我更好地适应了大学生活，也为以后的工作和生活奠定了坚实的基础。

## 军训心得体会的篇五

军训已是每年大学新生必经的一个环节，对于许多人来说都是一次全新的体验。经过长达两个星期的严格训练和考核，我意识到了一些非常重要的东西，这些东西将对我的成长和人生产生重大影响。今天，我想分享一下我的定军训心得体会。

### 第二段：一切都是从零开始

在参加军训之前，我从未接触过任何军事训练。刚开始的时候，我甚至不知道如何向领导报告。然而，所有的人都是从零开始的，领导们不断地引导我们、帮助我们，让我们渐渐地适应了军营的生活和要求。从军装穿脱到队列排列，从步伐训练到军事理论，每一项训练都需要严格的要求和动作。通过长时间、大量的练习和实践，我们的表现不断得到提高。就像许多事情一样，我们必须先从零开始，才有可能取得成功。

### 第三段：锻炼团队合作和领导能力

在军训中，团队合作和领导能力是不可或缺的。在训练中，我们必须彼此协作，互相帮助，才能完成任务。在队列中，我们必须严格地按要求排列整齐，按照节奏步伐前进；在某些训练中，我们必须搭桥、过障碍，这个时候不仅要有一个出色的领导，还要有团队成员的支持和协作。在这个环节，我意识到了团队合作的重要性。我们必须以团队为单位工作，才能取得最佳的运行效果。同时，领导者也需要扮演自己的角色并提供领导和指导。领导的关键是组织，而对每个成员

进行指导和帮助。

#### 第四段：坚持不懈的信念

在军训中，最大的挑战莫过于每天早上6点准时起床，然后执行长达8个小时的任务。在这种情况下，我开始意识到坚持不懈的信念在人生中的重要性。在这样的情况下，坚持下去是极为艰巨的。但是，如果我们坚信自己能够完成任务，那么我们就有可能成功。军训不但锻炼了我们的身体，也对我们的意志力提出了需求。如果我们没有坚定的信念，即使我们身体再精壮也无济于事。

#### 第五段：结论

总的来说，我觉得定军训是我大学生活中的一个非常重要的组成部分。通过这个过程，我不仅学到了如何成为一个优秀的团队成员，而且学到了如何树立自己的信念。这将有助于我的成长和未来发展。我相信这些经验和体验将持续影响我的人生，我希望这些体会也能够对你们有所启发。

## 军训心得体会的篇六

### 军训心得体会(大全)

我们心里有一些收获后，好好地写一份心得体会，这样我们就可以提高对思维的训练。你想好怎么写心得体会了吗？以下是小编精心整理的军训心得体会(大全)，欢迎阅读与收藏。

带着好奇、幻想与迷茫，我们走进了初中，迎接我们的是为期六天的军训。我们知道，军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨练！如火如荼的六天军训似一阵风，眨眼间就过去了。在这短暂的六天内，我体会到了各种酸甜苦辣，也学会了坚持就是胜利，团结就是力量。不是有那么一



句歌词：不经历风雨，怎么见彩虹？相信我们这些新生，经历过军训的风雨，会变得更加坚强，更加无惧。

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站军姿。看电视上，那些威武的士兵站的很轻松，很简单，但是有些人却不知道，他们付出了多少汗与泪。站军姿的要领是：头要正；颈要直；口要闭；两臂自然下垂；五指并拢，中指贴于裤缝；两脚分开为八字形，分开度数约为六十度。在烈日炙烤的塑胶操场上，我们抬起头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿。”

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。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。山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

回味军训，相信每个人都别有一番滋味在心头，而对于我来说，军训已成为我人生中一段宝贵的经历，写进初中生活美好的记忆当中。军训很苦，炙热的烈日、滚烫的操场、严厉的教官，几度让我们心有余悸，被阳光暴晒的脸上，已经分不清哪是汗水，哪是泪水。

军人的风采，是在阵阵军号声的冲锋中。号声一响，迈着整齐的步伐，吼着嘹亮的番号，迎着朝阳，迎着新时光。是猛虎，就要声震山谷；是雄鹰，就要搏击长空。

未来的学习生活中，也不会是一帆风顺的，需要坚持，需要

努力。

## 军训心得体会的篇七

我初中学校毕业就来到了这所所谓的大学——河源职业技术学院，一所成就广大学生教师梦的大学。先来介绍介绍我们学校，她是老隆师范学校的前身，培养了千千万万的国家栋梁，是我们的骄傲。

但其实我一开始并不喜欢这所学校，是我的家人非常期待非常期望我能来这所学校念书，她们都说五年后出来当老师很好，女孩子日后也并不容易找工作，教师这份工作比较稳定，而我却很是抵触这被安排好的生活。可胳膊拗不过大腿，我最终还是来到了这里。在这里生活了几天之后，我，喜欢上了这里。

开学第一课——军训。进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。这是我第一次军训，也是我最后一次军训，感触颇多。十二天的军训，师兄师姐们告诉我们：坚持，坚持，再坚持，坚持就是胜利！忍忍就过去了。嗯，对，没错！坚持！看到一个个穿上军训服装的我们，我仿佛看到了无数个军人的面孔站在我身边，阳光、自信、帅气。

第一次见到我们的教官——何教官，感觉他很严肃，板着一张脸，特别是他教我们站军姿的时候，他都不允许我们动一下，非常严格。“抬头，挺胸，微收小腹……”站军姿看似非常简单，但真正做起来却也是很困难的，站几分钟就会觉得脚底发烫发麻小腿发酸，但是为了班级的荣誉，我们只能选择坚持。但熟话说：严师出高徒，正是因为他的严格，才将我们班一贯的懒散转变为团结，教会了我们团结就是力量：这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强，只要万众一心，就没有战胜不了的敌人，没有克服不了的困难。不过

在休息的时候何教官倒跟我们很是合群，与我们打成一片，有时也会哈哈大笑，他还会教我们唱军歌，虽然有点走调，但是他跟搞训练时的那个样子完全不同，让我很是“喜欢”这个教官。

何教官教了我们站军姿、立正稍息跨立、蹲下起立、停止间转法、敬礼放下、踏步齐步跑步正步走。在训练正步走时，由于各种原因，我们训练了很长时间，刚开始时，有人踢得高，有人踢得低，大家都没踢到一块儿，经过教官的训斥和指导，我们才找到感觉，最终取得成功。

十二天的军训已经告一段落了，如果要问同学们，这次军训最大的感受是什么，我想应该就是累了。平常在家里，父母拿我们当宝贝，不舍得让我们受苦受累，可是这次军训，我们在烈日下训练，在独立中成长，在交流中收获。面对前所未有的训练量，当然会让我们有些吃不消，但坚持了几天下来，我们还是适应了，这不仅提高了我们的身体体质，而且还锻炼了我们的毅力。军训期间，学校还给我们安排了各种讲座，大概是怕我们觉得军训生活太单调吧，师兄师姐的用心交流，老师们的谆谆教诲，都是为了让我们更加迅速的适应大学生活。

十二天，不长也不短，我们却在这几天中收获了许多。我们学会了团结，学会了自信，学会了奋进；锻炼了意志，锻炼了身体，锻炼了耐心；以健康、潇洒、精神、自信的资彩迎接人生中新的一页。

军训，不后悔！

## 军训心得体会的篇八

星期一，我期待已久的军训到了，我很兴奋。我们的教官是xxx他的一句话让我懂得了什么是严肃，那句话是“军训严肃，不是来度假、旅游！”但是伙食很好x教官第一秒可

以让你笑，第二秒可以让你哭。教官是一个高大魁梧的教官，口头禅是“你们完蛋了！”星期一我们学了站军姿、整齐的踏步和四面转法等。

星期二，我们复习昨天晚上的学的我还学了武术操，还看了电影《冲出亚马逊》讲了中国的两个特种兵，出国，到国外的猎人学校，接受魔鬼地狱式训练。

星期三我们学习了交警指挥操，分为八种信号。还练习了星期五回学校的汇报表演的入场式。以为我们在入场式踏步的时候，手没有抬平，被罚八分钟抬水瓶，必须伸直，弯一下加罚一分钟。那天，我们吃烧烤，自己动手，又好吃又有趣。

星期四，我们全部的时间用在练习星期五的汇报表演，到了晚上我们很累，今晚的活动是联欢晚会，有本领的小朋友都上台露了一手，教官和老师也露了一手，那天晚上我又激动又开心，因为要返校了，我很晚才睡。

星期五，我们返校表演，当我们精神抖擞的上操场开始，我就开始感x教官了，因为我改掉了娇生惯养的毛病，我学会了坚持。

我的感受是：没有坚持就没有成功，只要有恒心一定会成功！

## 军训心得体会的篇九

星期一，五（1）班里面传出一声欢呼声，怎么了，原来他们要去园山基地军训三天呢！

到了星期三，随着汽车声，同学们都上了车，在前往园山基地的路上，1分钟、2分钟、10分钟、20分钟，不知过了多久，我们来到了园山基地。

终于做了，我来给大家介绍一下我们制作的战甲吧！这副战甲的名字叫s战警，这是由我和机甲组合的战斗“魔将”披风、导弹、护腕、红龙导弹剑、护甲样样少不了。这帅气的铠甲，不禁响起了同学们的掌声，突然，我们都感觉到很自豪。

我们不仅用了报纸做活动，而且也用了木板来承担了一次责任，我们班都以为很轻松，可一听到有人要爬过，双人组合的木板上，我们都惊呆了，活动开始了，我和另外一个同学组合，每当有人爬过的时候，我的肩都感觉到剧烈的疼痛，特别是我们班主任爬上去的时候。活动结束后，我看一下肩膀，啊，都红了，从没承受过责任，今天承受起来，可真辛苦。

最后，我要告诉大家，一定要做一个承担责任的人，这样，大家才会信你、爱戴你。最后，我也要说：这次的社会实践活动可真有意义！

## 军训心得体会的篇十

级军训是每个大学生必经的一关，这三天的时间如同烈日下的火炉，充满了汗水和疲惫。但是，训练的同时更是一次深入体验队列、团队、集体等价值观的机会。回首这三天的训练，不仅学到了纪律、团结、协调的重要性，更体悟到了每个人的力量是如何组成整个集体。

### 第二段：体会军训带给我的变化

通过级军训，我发现自己越来越善于做事情，不再对一个任务觉得束手无策，自己主动站出来多尝试，多付出，才有更多的回报。同时，我也越来越擅长和人沟通，尤其是在组队完成任务时，要协调每个人间的差异，利用大家的特长来完成各项任务。

### 第三段：军训历练中学到的思考与领导力

难以想象，一开始还那么羞涩的我，居然会主动跟领导请示怎么才能更好地把一项任务完成得更好。期间犯了不少错误，深刻体会到作为领导者的责任，要尽自己的努力去指导每一个下属，带领大家一起进步。同时，在训练中，也让我更深入地了解自己的意愿和目标，并且努力去转换这些想法成为有效的策略，去带领自己和队友冲到更高的层次。

#### 第四段：团队协作的重要性体悟

“无我，无你，只有我们”。在这次训练中，一个人固然可以依靠自己的力量，在一支集体中，却是团队协作才能得到最大的收益。团队的主力成员是团结协作，守望相助，而队员之间的错位对位，互相协调，互相帮助，也是十分重要的一个环节。而在这其中提醒群众与领导之间交流互动，使得每个成员之间的关系得到真正的建立和了解。

#### 第五段：最终体会和建议

然而，这次训练中还存在着许多不足与缺陷，这或许不能完全归因于团队整体的状态，比如安全防护工作、场地设施等等。另外，在军训训练中也需要相对来说更多地布置与调整任务，更加注重人才的选拔，出色的表现需要更多的鼓励和奖励，这样才能有效地提高集体的凝聚力和智力，让我们在日后的追求中以积极的心态去拼搏，去创造更美好的未来。