

# 最新军训心得体会(精选5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 军训心得体会篇一

在六天的军训中。我们体会了人生的酸甜苦辣。站军姿、齐步走、跑步、正步走、停止间转法、蹲下起立、我们一次又一次地重复着枯燥的动作，用尽全身力气喊叫，却总不能换来教官满意的笑容。不管是流汗还是流泪，我们不能停止步伐，铁一样的纪律无时无刻地约束这我们。在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立。有我们酸痛的手脚重复的动作。烈日下，细雨中，我们坚强的身躯仍挺立在操场上。本来我以为这四天的军训会很刺激，可我错了，全程下来，我像过了几个世纪。部队的生活是那么枯燥与乏味，而我像个无知的孩子，错误百出，啼笑皆非。可我仔细想想我又觉得很庆幸，因为我又一次在困境中磨练了自己，使自己变得坚强起来。这个跨度似乎是从孩童直接到了青年人应该有的成熟，感觉很自豪。这短短的六天里，哭过，笑过，感动过；疼过，累过，勇敢过。这些日子里想家，所以眼泪是最多的，但想起妈妈的话：“给植物浇水会宠坏了它们，它们的后代只会越来越虚弱，所以你应该让它们周围的环境变的艰难一些，根部会向深处生长，自己寻找地底深处的水分。”，想起自己的目标，就有了勇气。我知道自己必须经受这一切的洗礼，才能争取成功的资格。其实回头想想，我失去的只不过是几滴泪几滴汗，而我获得的是一张张友善而可爱的脸，一个整洁、严明、自信、独立的自己！我感到无限的快乐和轻松。离开部队的那天，有些失落。可我知道，我人生的路真正开始了，我会勇敢，毫不畏惧。因为我相信：成功的花儿 人们只惊慕

它现时的明艳 然而当初它的芽儿 浸透的奋斗的泪腺 洒遍了牺牲的血雨 当你拥有美丽的时候 别忘了所需的奋斗。

所以我们不要太多的祈祷舒适和安逸，这样的祈祷少有如愿。我们应当祈祷我们的根能往纵深处伸展，这样任凭冷风吹，大雨淋，我们依然坚韧挺拔。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训六天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这六天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真地努力学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这第一次军营生活。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。六天谓之辛苦的军训后，我要大声说：军训，感谢你，感谢你！

女生军训报告心得体会2

## 军训心得体会篇二

正如有一首歌曲中所唱到的：不经历风雨怎么能见彩虹？全班

同学在一起军训，培养的就是团队精神，这并不是去靠某一个人的力量能够完成，军训中的每一个动作，都需要集体的每位同学协调一致做到最好。

首先，特殊的军训生活培养了我们的集体观念和纪律观念。在队列中教官非常强调纪律，每当有人在队伍中不打报告便随意乱动时，都会受到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。而队列整齐的要求也增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，而不光只是考虑自己。

其次，军训也培养了我们的身体素质。一开始训练，只要站上5分钟的军姿，就会有人体力不支。现在即使让我们站上15分钟，还是能个个都站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

通过这次军训，军训给了我这样的机会，虽然军训有点儿苦、有点儿累，但我知道更苦更累还在以后的学习、生活之路。我更加体会到在学习上也要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。人生充满艰辛，生活充满坎坷；和此相比，军训的日子又算得了什么呢。军训代表着什么，代表着磨练意志，代表着学会面对挫折的本领，代表着迎难而上的毅力。军训的日子只有短短的五天，和人生相比，只不过是沧海一粟，也许这段日子在几年后会在记忆中消逝，但它留下的绿色诗韵，永远是人生中最亮丽的风景。

其实，军训生活还带给我们很多，相信这次军训生活定会成为我们人生中一段美好的回忆。

女生军训报告心得体会【篇4】

## 军训心得体会篇三

今天已经9月10号了，离军训结束只有2天了。为期13天的军训眼看着就要结束了，而这时的我才知道这一次军训，可能就是人生中最后一次军训了。

但是，眼看这一切就要过去了，此时在体育馆里面的同学们应该心情是惆怅的吧？看着体育馆内认真踢正步的身影，体会奋力打着军体拳的心情，理解着用心跳心理健康操的那份执着……这一切，太快了，开训的那天的一幕幕，我都还记得，但我真正想起军训的时候，它，已经要结束了。

无论是平日训练时的问候，还是拔河时的相互信任，朋友和兄弟才是我们最大的财富！

教官告诉我们，我们是一个集体，有一个人做不好，全体受罚！这便是我们的荣誉感，无论做得好或是不好，我们是一个集体，我们有属于一个集体的作风！

有太多的话想说，有太多的事想做，有太多的想法想展现。但是，军训马上就要过去，而我们能做的，就是认真对待这来之不易的军训，同时也感谢学校给我们这次机会，认识了各个院的同学，各排的教官，也有了机会锻炼自己。

最后，祝愿军训能够完美结束。

女生军训报告心得体会【篇2】

## 军训心得体会篇四

军训，短暂的三天渐渐的逝去，娇生惯养的我们在那里知道

了许许多多的国防知识。在军训过后，你有写军训心得？不妨和我们分享一下。你是否在找正准备撰写“听军训报告的心得体会”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

早上军训的时候，其实还挺凉快的。我们都还不是很热，带着这份平静的心情，我们出发了。

刚开始，我们站在树荫下练习。教官面带微笑的开始教我们，大家都很有认真。因为教官对我们很好，所以我们都很有配合他。

过了一会儿，总教官开始进行全体指挥。他让我们在30秒内速回教室，还要在30秒迅速集合。第一次，同学们都太激动，一边跑一边闹，但速度还是不赖。第二次，总教官说不许我们说话，又要以最快的速度进出教室，可我们还是成功了，大家都没有让自己的教官失望。

接着是站军姿。隔壁班的有位同学犯了点错误，就罚到升旗台站军姿，我们就在那里幸灾乐祸的坏笑。太阳实在毒辣，我真希望自己能晕倒，这样就不用那么辛苦了。可后来想想，大家都在站，他们都能坚持，我为什么要放弃？终于，我还是挺过来了，即使太阳再大，汗流的再多，我也决不动弹一下。坚持就是胜利。

军训完后，教官到教室教我们唱歌，有些同学实在太累了，竟然趴在课桌上睡着了。

今天的军训，我坚持了太阳底下的军姿。我以后还会继续加油，决不会向军训低头，不会放弃的。

11月23日，为期一周的军训生活正式开始。

上午，同学们满怀期待来到溧阳国防园。当车开进国防园后，我们都发出了惊叹。第一天，我们领到了新的军装，都迫不及待地拿回宿舍穿上。教官吹哨后，大家纷纷下楼，只见操

场上都是英姿飒爽的身影。下楼集合后，训练就正式开始了。教官将我们领到大操场，首先让我们站军姿。军姿是一种很简单的动作，但对于我们来说也是最难的，它不仅考验着我们的持久力，也考验着我们的耐力，想要长时间保持军姿不动，则需要我们有毅力，能坚持。

接下来两天，我们训练了稍息、跨立、敬礼，齐步走这些简单的动作。因为是晴天，并且需要长时间站立，我们都感觉十分劳累，但是并没有人轻易放弃。

当小值日或许是每个学生都希望有的。小值日需要在吃饭时打饭并摆放好碗筷和菜，在吃完饭后还需要将碗洗干净并摆放整齐。当小值日不仅仅是让我们短时间的放松，更重要的是培养了我们的动手能力。

在我看来，整理内务也是一项十分重要的训练内容。在家里，我们大多很少做家务，拖地，洗衣都是理所当然地交给父母。而在这里，我们必须学会自己动手洗衣，拖地，整理床铺，很好地培养我们的生活自理能力。

对于我来说，开学前军训的另一重要的地方就是让陌生的同学互相认识，熟悉，让我们学会互帮互助，团结有爱。

军训已经快过去一半了，我很期待接下来的军训生活。

是军人的. 那种精神感动了我。

犹记那一夜带着我们找了一块光照的地方搬了马扎坐下。说是要参加歌咏比赛。经过讨论，教官决定教我们一首这样的军歌“风平浪静的日子，你不会认识我，我的绿军装是最普通的颜色；花好月圆的时刻你不会留心我，我的红帽徽在远方默默闪烁……假如有一天，风与雨来，风雨中会显出我军人的本色……”教官用他那低沉的声音用力唱着。我们一边跟唱，一般沉入了那委婉而又真挚的歌声中。渐渐的，我体会

到了军人的那种默默无闻和那种无私奉献的精神。

还有那次教官组织我们去看电影《冲出亚马逊》。讲述了两个中国军人克服种种艰难，接受了一些常人难以忍受的魔鬼式的训练，他们互相帮助，最终以优异的成绩从猎人学校毕业。在面对困难时，他们只有一个信念：我就是中国，我要以我的行动为中国争光。他们心里装的是祖国，行动为了的是祖国。军人的爱国主义精神感染了我。在他的感染下，我觉得教官们的身影一下子高大起来了。

还有一次，在早操跑步时，我有一个同学的眼镜掉到操场上找不到了。于是他拜托了一位教官帮他找。那个同学已经做好找不到的准备，正在发愁。没想到过了一会儿那个教官竟传来信——找到了！那么大的操场，他真的弯着腰仔细地找了个遍。我那同学十分感动，要去谢谢他，我也跟着去了。只见教官那黝黑朴实的脸，笑了笑“不用谢”。他是那么的朴实，诚恳，尽显出军人的本色。

几日后，我恋恋不舍的离开了基地，但那些军人的事情仍然在我心头荡漾。我知道，我是真的被那些可爱的军人感动了。这次军训让我获益良多。

经过一个星期的军训，虽然大家都有进步，但思想的不紧张让我们没有明显的进步，所以必要的反思对大家是有帮助的。

我们来军训目的有两个吧！第一，也是最主要的，是对我们意志的考验，让我们有坚强的意志面对大学中的各种压力和困难；二是，增强我们的体质，让我们有更强壮的身体，健康的体魄。还要补充一点，这也是对我们团结协作的精神的强化。

总之，军训的意义非同一般。首先，这可以增进同学们的感情，增多大家的交流；其次也为大家在以后大学生活中勇敢面对挫折；最后同学们可以有更强化一点的体魄。

以后紧张思想，严格要求自己，努力做好每个动作，为了自己也为了集体，加油！

到现在为止，为期五天的军训以正式落下了帷幕。

此时此刻，我的心情是常人难以理解的。也是无法用言语来形容的。五天的“军训”，带给我的既有痛苦、难受，也有开心、雀跃。但它带给我的最多的，也是最重要的，就是军人的纪律、军人的作风、军人的团队意识、军人的高尚思想。

此时，我还清晰地记得，我们是如何谈笑风声、笑容洋溢地跨进“军事训练中心”的大门。可是，发生在我们身上的一切都与我们的想象背道而驰。严厉的教官、火辣的烈日、枯燥的训练……发生在我们身上的种种，都在考验着我们忍受的极限，但也正是这魔鬼般的训练，才练出了我们钢铁般的意志。

当然，我们感受到的，除了训练的严格外，还有同学们的欢声笑语。教官们讲的笑话、同学们做的傻事、还有阅兵式后，同学们对自己的掌声……现在细细回味起来，真是可以使人开怀大笑。

在军训中我们还暴露出许多问题。训练时士气萎靡不振，在宿舍里大吵大闹，就连熄灯后也不安分。这些，都是我们应该改正的。上课积极主动些，下课安分老实些，工作认真负责些。只有这样，九(4)班才能冲出学校，到外面闯一闯，与别的学校的班级一较高低，为班争光，为校争光。

不管怎么说，5天的军训终于结束了，它带给我们的有悲也有喜，有痛也有笑，让我们伴着“军训”的带给我们的启迪，走向人生的舞台。

高中的日子一开始，我们就迎来了军训这一个重大的难关。我自己是比较不喜欢军训的，因为九月份的天气依旧很炎热，

我们只要一出去走一下就会有受不了，更不用说去太阳底下暴晒了，但是进入高中，我们首先就必定要经历这一次军训的，所以我也只能放好心态，把这些害怕和抵抗的想法丢掉，泰然面对一切，就会更加轻松一些。

开学之后，上晚自习，老师突然进来，身后还跟着一个英俊潇洒的兵哥哥，当时我们班里就热血沸腾了，那肯定就是我们的教官了。教官跟着老师走进来之后，老师做了介绍，然后就把时间留给了教官。教官站在讲台上的时候，真的英气非凡，我想这就是军人由内自外散发出的气息吧！真的让人非常的向往和尊敬，所以我对军训也更多了一些想法了。教官做了一些简要的介绍之后，大家更加热血了，仿佛军训变成了一个好玩的事情，把它本身有的苦和累都通通放到了一边。

到了第二天，正式开始了我们的军训，操场全校各大地方都分配了一些班级，我们班级算是比较惨的了，完全没有遮阴的地方，我们就在田径场上，一点阴处也没有。太阳一照下来，我们站久了之后觉得地上都是烫的。第一天，我们就把那天晚上的激情和热血通通忘了，剩下的就是抱怨和叫苦，军训这件事情远远比我们想象中更要痛苦，不仅是累，还是对自己身心的一种折磨。但这种折磨，也是成就我们自己的一种督促。

时间久了之后，我们便发现我们的坚韧度越来越强了，以前站五分钟就不得了，到现在站半小时都可以坚持了。这个进步是非常明显的，教官也对我们这一点进行了表扬。军训是苦，可军训也是让人充实的，这一点点的经历充斥在我们的人生里，也铸就了我们这一段美好的青春时光。高中的学习日子难道就不苦吗？如果我们连军训都不能坚持，又怎么去坚持接下来的学习呢？所以只要我们观念正确了，这一切都会变得简单，那就是坚持两个字，只要坚持，就一定可以看到希望和未来！

高中是一个全新的、需要拼搏的阶段。这次军训为我们开启

了一条艰苦奋斗的道路，我想我也会带着一些执着、一些勇气、一些热血，在今后的路上努力的奔跑，奔向大好前程！

## 军训心得体会篇五

还记得清晨那阵阵鸭叫、深夜嘶吼般的广播歌声、丰盛的午饭、泔水缸中的剩菜、阳光下教官洁白的牙齿、还有离别时他无奈的凶狠，一切都那么单纯而又难以忘怀。

时间总是过的那么快，现在已是该走的时候了。

我确实不想回去，虽然外面千变万化的世界和这里相比，也许有太多的事与愿违的无奈，但我们无时无刻都在舒适环境中无病呻吟、故作颓废并以此为荣。在这物欲横流的大城市，我们享有这种所谓应得的自我放纵的权利。我们崇洋媚外，虚度光阴。

可是在这里，一切都改变了。

在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练，训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人；在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩膀上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人

不可缺少的精神。

长达八天的军训，让我明白了一些人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。阳光明媚，我们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，我们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练也如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。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，相信经历过的人对它的反应都是苦、累。确实，严格的作息时间，长时间的训练，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，相信还会另有一番感受，我就是这样。每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11点多，下午到5点多结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。但是军训结束后，我特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时交谈，以及时不时的捉弄一下教官，趁教官不注意时做做小动作。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。在这次军训中，我长大了！军训的感想将牢牢的记录在我的人生长卷上，永不会丢失，永不会忘记。

## 听军训报告的心得体会5