

2023年参加军训的收获和体会(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

参加军训的收获和体会篇一

生活中总有一些真诚的东西值得收藏。短暂的军训生活使我们意识到士兵的坚强意志。我愿意记住这些难忘的记忆。这些记忆是我生命中的珍宝。以下是为大家整理的关于, 欢迎品鉴！

岁月不居，时节如流。弹指一挥间，两周的军训就这样匆匆而去了……光阴的橡皮将忙碌充实的军训轻轻擦去。

军训，感谢时间，能够平息我的冲动，修补我的漏洞，接纳我的不成功，化解我的悲伤并转化为力量。

军训，感谢自己，虽经历无数场风雨，无数次失败，走过无数次正、齐步，双脚即使起水泡，我也仍能执着勇敢地在追逐梦想的旅途上，决不轻言放弃！

军训，感谢教官，他告诉我们要心怀珍贵的梦想，砥砺前行，用矢志不渝的坚持，用精益求精的态度，用真诚善良的付出，用勤勤恳恳的耕耘，去小心呵护心中梦想的种子，让梦想破土萌发，茁壮成长。你的敬业精神激起我的斗志，同时，也断了我退缩的路。是你让我变得坚强，找到了目标，你是我前进的动力，我会将你的教诲铭记于心。”

军训，感谢一直无言付出，默默陪伴我们的导生们，无言的爱，让彼此在温情中成长；感恩一路走来，有你们相伴；蹉跎了岁月，温暖了遇见，也惊艳了时光，未来我们也定要继续

并肩同行;因为有你们，我成为了更好的自己，因为有你们，生命的路上才有最美风景。感恩你们的纯洁、善良、理解和包容。身处低谷时，是你们拉了我一把;得意自大时，是你们及时唤醒了，愿你们安好、胜意!

人颜易老，青春会跑，认识你们，真好!

军训即将结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就回想这些天以来烈日下的汗水。

记得刚开始军训的时候，似乎是那样无声无息，刚考完试就要进入军训，没留下多少时间让我做好心理准备。就这样，十四天的军训转瞬即逝，一点一滴的收获烙印在肌肤和记忆里。

军训很单调枯燥，每天都是这几个动作。一开始总在抱怨这抱怨那，但慢慢就发现了，其实是自己做得还不够好，远远未达到教官的标准。仿佛是为了惩罚我们这群“坏孩子”。除了一开始几天，后来每天都是炙热的大太阳，汗水湿透衣服，阳光晒黑皮肤。努力总会有收获，错误被指出纠正，我们的动作也逐渐靠近标准进步带给我们成就感和欣喜。

军训里也不全是训练，还有拉歌和游戏。每次拉歌都是一片怒吼，拉歌拉得不是词，更多的是声音和气势。拉歌调剂了我们枯燥的军训。

军训的目的其实不是让你把动作做得多标准，更多的只是希望你在军训中得到心灵上的成长，学习军人优良的作风。到了最后几天其实大家都改变了不少，一次又一次的操练让我们变得坚强，学会了忍耐和坚持。

在军训中，教官们和导生们都为我们付出了许多，在此真挚地向你们表达我的感谢：你们辛苦了!

军训即将过去，希望在明天的汇报演出中我们可以完美演出。

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊！操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了！在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟；在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡！对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍……大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

参加军训的收获和体会篇二

醉吟先生曾在《观刈麦》中写道：“足熹暑士气，背灼炎天光，力尽不知热，但惜夏日长。”从古至今，人人都怨过夏日炎，当下我们抓住了炎热的尾巴，也怨着炎炎夏日，进行了严酷的军训。

当早晨八点的阳光透过教室的窗户照了进来时，一切都是格外的祥和，看着空中的光晕一圈一圈的，真的好不惬意。就在我们闲暇之时，教官来到我们的教室门口，带领着大家去体育馆进行动员大会。我们乘着温和的阳光走进了宏大的体育馆内。我们先是聆听着各位领导的介绍，再是学生代表进行了发言，之后又观看了教官们的军训示范。总之收获也挺丰盛，但还是离不开一个字“炎”。

八成是在九点半的时候吧，我们结束了动员大会，向操场走去，正式进行了军训。炎炎夏日，似乎美分美妙都紧贴着一个字“炎”。上午，我们仅学习了一个动作，就是军姿，教官向我们叙述了军姿，脚后跟连着，脚尖大约分开六十度，手需五指并拢，紧贴裤缝，最后是最基本的抬头、下巴微收、挺胸、收腹。学会了的我们就站了五分钟多，就是这五分钟，些许是我从未有过的五分钟，是最久的五分钟了。还是离不开那个字“炎”。

下午的一阵雨伴着响亮的雷鸣声似乎成了我们学员的救星，我也从未有过对雨这样的期盼与依恋。在教室中，我们学习了歌曲《团结就是力量》，对艺术似乎不太擅长的我唱的是格外的僵硬。

大约到了三点多的时候，天气沉闷着，似乎是与太阳在赌气，太阳也无影无踪，虽说太阳消失了，但还是很“炎”。去了操场后，我们见证了如何灭火，场面十分宏观，也是我第一次现场观看消防员灭火。让我最震惊的是消防员用水管内的强压水灭火，我在远处似乎看到了书里的“水漫金山”，真的好不壮观。

今日是一直“炎”，也是我今年夏天感到最“炎”的一天。
新生军训个人感想与体会5

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好

好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在这里受苦也不愿意回家。

很快，我的军训生活结束了了，不知道自己是喜，还是悲。军训这几天，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，在这几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学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

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。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。

军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然认真地改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而

三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了十天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生活的一个侧面，叫人受益匪浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。军训不但锻炼了我的意志品质，还增强了我的爱国精神，在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾。

新生军训个人感想与体会6

军训是大学的第一课。在这个班里，有严格的纪律，紧张和笑声。炎热的阳光炙烤着地球和我们的身体。这些日子对我来说就像几个世纪一样艰难。我真的想找个理由逃避。导师教导我们：“想尽一切办法克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”

我的想法开始改变。被大学录取并不意味着一劳永逸。在生活中，有很多障碍要过，有很多责任要对抗，有很多义务要履行。只是大学长征的第一步。“船到码头，车到车站，武器入库，放在南山”的思想，对当代大学生的成长是不健康

的。

军训不仅是对我们身体的考验，也是对我们意志的考验，同时也提高了我们的思想水平和团队精神。“剑锋磨砺，梅花香自苦寒来。”人是在不断的磨砺中成长起来的，就像一棵小树，经历风雨后也能变成参天大树。军人的气质和钢铁般的意志给我留下了深刻的印象，正如一首军歌的歌词所描述的那样：“退铁难退钢。”

在我们的军事训练中，我们的士兵和学生学到了很多关于军事生活的知识，体验了士兵的艰辛，感受了他们的英雄精神。他们肩负起保卫国家的重任，享受着他们的艰辛。教官说：“如果你是军人，你会后悔两年，但如果你不是军人，你会后悔一辈子。”。战士们的奉献和无私深深打动了我们每个人。大一班主任给我们讲解了生活中的注意事项，为我们以后的学习和生活做好了准备。辅导员和老师像大兄弟一样照顾我们。有酸酸的眼泪，有苦咸的汗水，有飘飘的歌声，有欢快的笑声。这些就像永无休止跳动的不朽音符。我们充实而快乐。苦和累变成了美和甜。汗水让我更坚强。

参加军训的收获和体会篇三

坚持是毅力，坚持是吃苦，坚持的结果是取得胜利；即先苦后甜。军训便是一个磨练意志，需要坚持不懈、吃苦耐劳走下去的过程。

20__年2月26日，军训的第一天。对军训生活充满憧憬的我在车上很激动地和小伙伴在聊天。但去到基地，检查行李时被教官们吓个不轻。满脑子就只剩下可怕、恐惧这几个词。因初来乍到，很多人不识抬举，不听指挥，使得我们受了教官们的惩罚。双腿被折磨地走起路来软绵绵的。但我们每个人心中都明白，剩下的几天腿怕是会疼得飞起。

20__年2月26日，军训的第二天。今天虽没有昨天训练内容多，

但因昨天腿被强烈的运动下拉伤了肌肉，走着疼，坐着疼，蹲着就跟疼了。但今天也玩的很开心，晚上唱完军歌后，还有几个同学上台唱歌，还挺愉快的。

20__年2月27日，军训的第三天，离回家的日子又近了一步。今天我们学习了捕俘刀，一共八节。看起来挺简单的，但刚开始学的时候常出错脚，还被小白教官给盯上了，有点尴尬。晚上也举行了混班的篮球赛，男生们玩得很开心，台下的观众也很激动。我们也利用了一个晚上出完了黑板报。腿的疼感也缓解了不少。

20__年2月28日，今天是军训的第四天，也是在基地留宿的最后一晚。心中充满了回家的兴奋，也充满了对基地的不舍，对教官的不舍。本来也不想这么不舍，但因我们宿舍有一张旧床，床板上都是密密麻麻的军训日记。我还看了看，从05年到18年，每年都有不同学校的不同同学留下的军训感想和对教官说的话。这种感觉真的很奇妙，那么多不同年代的人的留言集合在一起很神奇也很奇妙。

时光若流华，寸寸流逝，悄然无声。军训的的第五天向我走来。离跟基地的说再见的时间正在一分一秒地流失。回首这几天，炎热的天气不多，微凉、小雨。10人宿舍万事排队，温声细语，规矩做事，就这样走过了这充实又快乐的几天。我们一班的教官是军训基地里最白的，而且也很年轻，待我们也很好，很幽默，很容易逗笑别人。我们班的人都称他为小白教官。他曾给我们分享过他是个狙击手，16岁开始当兵，但具体当兵原因没有提及，我瞬间对教官小小年纪当兵这事心生敬仰。豆腐块被子也是我这几天重点保护对象，叠一次豆腐块要用手划线，用手抠被角，特别费时间而且又容易塌掉。但这也是锻炼一个人的耐心的事物。在被教官惩罚的过程中“快静齐”“病从口入，祸从口出”这两句话成为了我到如今难以磨灭的教训。每当我闭上眼打算休息时，生怕教官吹哨，然后集合时间一慢，“快静齐”蹲起便是不可缺少的了。

军训时高压的状态已去，但高压状态下学习的知识已牢记于心。希望以后的我能更规矩办事，认认真真地学习。同时也感谢父母给予生命，感谢老师辛勤教导，感谢教官给予坚强。

也望小熊教官将来能万事顺遂、毫无蹉跎。

参加军训的收获和体会篇四

叶子在树影斑驳光影下过去，掰手指头数下日子，这是第五天军训的日子在一天天的少去，这几天下过一场雨，但丝毫没有影响我们军训的斗志。我看过那些细雨从天空落下，穿过前面人的帽檐，悄悄在手臂上落下一层薄薄的水珠，也看过太阳底下披上黄金战甲的战士，面朝阳光在训练。

一开始排斥冬天的寒冷，早上躲在被窝不敢出来，手插在裤袋，不想拿出来，怕冷，在寒风中畏畏缩缩，到现在寒风中炎热训练，享受发热的身体驱散寒冷的感觉。

上午练的最多的是分列式，教官对我们很严格，每一个动作都会挨个纠正，要求做到完美，把我们当作一个个小军人似的来训练。以前听老生说军训是一次考验，更是一种磨炼，现在真正体验过了，更是有了深刻的体会。有些人认为军训就是一个字——苦，可我并不这么认为。在认真完成一个动作后，听到教官欣慰的话语就是对我们的鼓励，让我们有信心去完成下一个动作。

虽然军训生活已经过去五天了，但这五天来的点点滴滴，让我懂得在学习上，生活上要以军人的作风为标准，为准则。

军训的故事仍在书写着，恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。明天站在操场上的我们将会为未来挥洒汗水。

愿我们都能谱写属于我们自己的壮歌。

新生军训个人感想与体会一群穿着迷彩服的同学，十多个教官，站在八月的操场。

“稍息！立正！”耳边萦绕着教官喊破喉咙的声响，同学们整齐地做着这些几乎每天都训练一遍的站姿，很熟悉了。

我们的教官走过来，擦了擦头上的汗珠问道：“大家都听得懂我说话吧？”

“听不懂，听得懂，还可以，您用普通话吧……”同学们议论纷纷。

“好了，不要说话了！”老师一声令下，同学们赶忙闭上了嘴，教官一脸的无奈。

军训，可以磨练我们的意志，培养独立的人格，激发我们不服输的精神，为今后高中的学习打下了基础。

今天25号，第一天的军训。同学们在炎热的天气下坚持着，没有退缩。

教官也很有耐心，每个动作都做着示范，同学很认真地比葫芦画瓢。

“今天我们学一些基本的军姿！”教官严厉地说。

太阳高照，同学们汗流浹背，一个个空旷泉水放在旁，但始终未听见抱怨的声音，不得不说，同学们的表现真的很好了。

中午11点，大家的肚子开始“咕咕”叫了，教练一声“集合”，同学们赶紧整好队，跟着九班的同学。

路途上，教官高喊着“一二三四”，同学们紧跟着教练，声音非常地嘹亮，有着青春的朝气，这才是十五六岁青少年该有的样子！

这才是第一天，往后的几天仍要继续加油！

参加军训的收获和体会篇五

大学军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。

同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗

水必将创造自己的辉煌!

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的!

总觉得以上的文学并不是什么军训感言，我倒是更愿意视之为一篇日记，军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。