

军训心得体会(优质10篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得体会吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，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

艰苦·坚持

军训生活对于我们来说无疑是艰苦的。第一天，我顶着烈日，拖着大大的行李箱来到这里时，心中免不了有些忐忑。心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练……心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但是我依旧对它有着深深的期待。换上迷彩服，我仿佛成了一名真正的军人。在烈日下，每一名同学都严阵以待，努力完成教官发布的命令，汗珠顺着脸颊流下，湿透了每个人的衣服，但是却没有一个人叫累。有的同学尽管身体有所不适，仍然坚持训练。在阳光下，汗水闪闪发亮，映出了两个字：坚持。

宿舍·友爱

结束训练后，当我们拖着疲惫的身躯，走进宿舍时，心中总是有一片温暖。午饭后，大家走进宿舍，回到属于我们自己的小天地时，心情总是格外的放松。在这里，我们成为了好友，共同度过艰苦的军训；在这里，我们互相说笑，为闲暇时光增添一抹亮丽的颜色；在这里，我们欢聚一堂，欢声笑语……平时的宿舍生活，同学们也会互相帮助。今天她有些不舒服了，便为她打来饭菜；谁少带了生活用品，相互借用一下。同学们互相帮助，共同努力，同时，我也意识到了军

训生活中友谊的重要性。同学间的相互帮助，也是一种坚持的力量。

成功·团结

时间过得飞快，我还记得在最后一天，军训汇报表演时，大雨倾盆而至，让每个人都措手不及，但是同学们都没有退缩，顶着大雨，团结一心，迈着整齐的步伐，坚定的向前走去。雨水打在脸上，眼睛里，但是却没有一个人去擦，每位同学都在为班级的荣誉而努力着，忍耐着。踢好正步，高喊口号，大步向前。表演格斗式时，每位同学都严阵以待，步伐整齐，声音响亮，认真表演每一招每一式。在这一刻，我突然意识到了团结的力量，只有团结，才能走好分裂式，只有团结，才能表演好拳术，团结，正是一个集体所需要的力量！

军训已经结束，我们即将步入高一，而在以后的日子里，我也将会继续坚持，努力。延续军训的精神！

军训心得体会篇二

第一段：介绍军训的背景和重要性（200字）

军训是大学生生活中一项重要的体验，也是培养学生纪律性、团队合作能力和磨炼意志的重要途径。通过军训，我们可以锻炼身体，提高身体素质，培养团队精神，锤炼毅力，增强自信心。在这个过程中，我们学会了严格要求自己，坚持克服困难，深刻体会到了团结、拼搏和奋斗的重要性。

第二段：关于军训的体能训练（300字）

军训期间，每天都要进行体能训练。起初，我们由于长时间没有进行高强度的体育锻炼，很多同学都感到身体吃不消。但是，通过坚持不懈的努力，我们的体能逐渐提高了。每次的晨跑，体能训练和障碍训练都让我们感到很辛苦，但也为

我们带来了健康和成长。身体的不适和疲劳让我们更加体会到了持之以恒的力量，让我们更加珍惜身体的健康。

第三段：关于军事教育（300字）

军训期间，我们接受了严格的军事教育。在教官的指导下，我们学习了各种军事技能，如站军姿、行军列队、操纵步枪等。通过实践和训练，我们了解了军事纪律的重要性，学会了集体荣誉感和纪律性。军事教育不仅仅是为了培养我们成为合格的军人，更重要的是培养了我们的团队合作意识和合作意识，让我们明白了合作的力量。

第四段：关于心理调适（200字）

军训期间，面对高强度的训练和严格的规定，一些同学可能会遇到心理调适困难。有时候，我们可能会感到力不从心，甚至出现挫折感和压力。然而，通过同学们之间的互相鼓励和教官们的引导，我们发现了内心的力量。我们逐渐学会了自我安慰，调整心态，积极面对困难。这些经历让我们更加坚强，更加自信，更加勇敢面对生活中的挑战。

第五段：总结军训的收获和体会（200字）

经过一段时间的军训，我们不仅仅是简单地锻炼了身体和学习了技能，更重要的是，我们在这个过程中得到了心灵上的成长和提升。我们学会了适应团队环境，体验了团队合作的重要性，培养了坚持不懈的毅力并提高了自己的领导能力。我们不再畏惧困难，而是敢于挑战自己，勇往直前。通过军训，我们获得了成长，也收获了宝贵的经验。

总结：军训是一个锻炼身体和心理的过程，通过这段经历，我们能够对自己有更加清晰的认识，增强自信心和适应能力。军事训练和团队精神将伴随我们的生活，让我们更好地适应社会的发展。通过舍小家为大家，我们不仅培养了个人的能

力，更重要的是培养团队的凝聚力，发展出一种崇高的责任感。军训是一个独特而宝贵的经历，对我们的成长产生了积极而深远的影响。

军训心得体会篇三

“一二三四一二三四一二三四学习军风促进校风增长知识强我体魄一二三四一二三四”

在嘹亮的口号声中，我们即将结束“xx北屯高级中学高一新生军训活动”。在过往的六天军训生活中，我们体会了军人的艰苦，军人的责任及军人的光荣。

文科班的男生总有多愁善感的，我深信我就是其中一份子。虽然曾今我很自信，但经常性习惯性的错误却无法摆脱。唉??“江山易改，秉性难移”那!这个世界总是造化弄人，让一些人的理想变得可望而不可即我的理想是成为一名军人，但由于身体的条件，习惯性错误，及不是很好的成绩，理想将与擦肩而过——这是我莫大的遗憾。虽然努力可能改变命运，但我坚持的心却不能持久。当一切随风飘过，我将从新选择，毕竟——高中的生活才刚刚开始。让我的遗憾化作漫天飘飞的细雨，滋润大地每一张焦渴的唇，白云笑了——让出明媚的阳光!

在这个世界上，一个人的能力再大，作为个体却很小;一群人的能力再小，作为集体却力量无穷。

五天的军训生活就这样过去了，这中间的一段过程有过抱怨、有过激情、有过感动，到后来的惆怅、不舍、难过??就像一部电影的播放，有始有终。

就像老师平时所说的我们用心了、努力了、团结了，所以这个过程很愉快，在乎过程，不在乎结果。

“解放区呀么嗨嘿，大生产呀么嗨嘿。”嘹亮的歌声响起在耳边，我们用心中最感动听的歌声唱出这首记载着28连艰辛历程的歌曲，不管怎么样，毕竟我们都尽力了，毕竟我们终于找到了团结，演绎完毕，我们28连获得歌咏比赛二等奖。

忙碌的日子就这样过去了。在上车的一刹那，背着沉重的行李依依不舍地上了汽车，当汽车缓缓启动时，我发现连长在向我们挥手，我们也不由自主地挥手，我隔着玻璃不停地向车外的仲能连长挥手。真遗憾自己没有亲口跟连长说声“再见”“再见了”当汽车驶出军训学校，我发现自己的眼眶里充满了泪水。

我永远都不会忘记连长对我的教导。我会记得，记得曾经有位连长，虽然我们只相处了短短的一个星期，我会记得曾经有过这样一位连长，一位幽默、严肃、善良的连长。

经过这一周军训生活，我领悟了任何事情的成功都离不开艰辛的磨练。我永远记住那一瞬间的美丽——军训。

军训心得体会篇四

军训是高中生活中的一个重要环节，是锻炼意志、培养纪律的好机会。在军训中，我体会到了很多东西，下面是我的心得体会。

首先是团结合作。军训中，我们每个人都要严格按照教官的要求来进行训练，但如果只有单打独斗，是很难完成任务的。因此，在这个过程中，我们必须协作共同完成任务。有时候，任务看起来很简单，但是却需要我们相互配合才能完成。通过这个过程，我学会了如何与别人合作，如何在团队中相互协调，这对我以后也非常有帮助。

其次是意志力的培养。在军训中，常常需要进行长时间的体能训练。有时候天气很热，有时候很冷，但是我们必须坚持

下来。在这个过程中，我发现自己能够承受更大的压力，这对我的成长非常有帮助。

再次是对规则的遵守。在军训中，我们必须严格按照规定来进行训练。这对我们今后的生活也有指导意义。在实际生活中，我们也必须遵守各种规则，比如遵守学校的管理规定，遵守交通规则等等。如果我们都能严格遵守规定，那么社会就会更加有序。

最后是对身体的锻炼。军训中的体能训练对于身体的锻炼非常有益处。有时候我们要进行长跑、仰卧起坐等训练，这些都能够增强我们的身体素质。在今后的学习和工作中，良好的身体素质也是非常重要的。

总之，军训虽然辛苦，但是却是一次很好的锻炼机会。通过军训，我学会了很多东西，这些东西让我受益终身。

军训心得体会篇五

军训是大学生生活中的一段特殊经历，它不仅锻炼了我们的体魄，还培养了我们团队合作能力和坚定的意志品质。参加这次军训让我受益匪浅，下面我将从体魄锻炼、团队合作、意志品质、人际交往和自我认知这五个方面分享我参加军训的心得体会。

首先，参加军训是一次体魄锻炼的机会。军训期间，每天早晨的晨练、午休后的操场训练和晚上的夜跑，都需要我们付出严格的体能和耐力。尤其是在高强度、连续的操场跑步中，我体会到了汗水淋漓时的疲惫和无法呼吸的困扰。然而，随着时间的推移，我发现自己的体能逐渐提升，不再因为疲劳而停下来。这种身体上的突破坚定了我未来面对困难时不轻易放弃的信念。

其次，军训还让我深刻认识到团队合作的重要性。在千人操

场训练中，如果没有良好的团队协作和默契，很难做到有序、规整地完成任任务。我记得有一次进行“蛇形行进”的训练，每个人都要严格按指令执行，一人出错整个队列就会混乱，我意识到个人的力量是微不足道的、团队的力量才是最大的。通过和其他同学在训练中相互支持和配合，我学会了坚持自己的责任，并且尊重和倾听他人的意见，这对于我们未来的工作和生活中都将起到积极的促进作用。

第三，军训让我培养起了坚定的意志品质。军训中的训练项目虽然繁重，但我始终将完成任务作为自己的责任，并且主动迎接挑战。有一次早晨的晨练中，我感到非常虚弱，身体几乎无法支撑下去，但是我告诉自己要坚持下去，不能放弃。最后，我成功地站在了终点，感到自己的意志力得到了极大的提升。从那时起，我明白了只要拥有坚定的意志，就能克服各种困难。

第四，在军训期间，我还学会了更好地与人交往。由于在新环境中，我们来自不同的学院和专业，相互之间并不熟悉。然而，通过平时的协作训练和集体活动，我与其他同学之间建立起了深厚的友谊。在互相帮助和鼓励的过程中，我见证了友情的力量。我学会了关心他人，体谅他人的困难，懂得与别人进行有效的沟通。这些交往技巧和情商，对于我今后在工作和社交中都具有重要的指导作用。

最后，军训帮助我更好地认识了自己。在高强度的训练过程中，我发现自己所具备的潜力和耐力。我意识到自己的身体和意志的潜力远远超过我常常所认为的。在军训结束后，我对自己的力量和能力有了更加正确的评估，这种认知将激励我在未来的学习和生活中更加积极地追求进步。

综上所述，在参加军训的过程中，我体验了体魄锻炼、团队合作、意志品质、人际交往和自我认知等方面的种种体验。这次军训让我成长了许多，并且对我的大学生活将产生深远的影响。我相信，在未来的学习和成长中，我将把这次军训

所得到的经验和体会应用到实践当中，不断努力和进步。

军训心得体会篇六

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。

军训心得体会篇七

军训是中国高中教育必需的一环，是锻炼学生意志品质与体魄的重要一步。对于我来说，这三年的军训经历给我留下了深刻的印象与收获。

首先，军训加强了我们学生的纪律意识。在军训期间，我们需要遵守军训规定，服从班级长和教官的指挥，按时完成训练任务。这样的训练营造了纪律性强的环境，在此期间学生们形成了“三个严禁”的良好习惯，即严禁迟到、早退和缺勤。这些要求固然苛刻，但使我们深刻体会到军人对纪律的高度要求，这些人在时刻准备着担负起保家卫国的重任。

除此之外，军训也帮助我们锻炼了体魄。在军训中，我们每天要完成长跑、仰卧起坐、引体向上、俯卧撑等一系列的训练，不断刺激身体，提高体能。虽然刚开始训练时感到很困难，但坚持下来后，我们感受到自己身体的变化，不仅体重下降了，身体也变得更加强壮。在今后的学业和生活中，我们将会更注重身体健康，意志品质也将更为坚定。

最重要的，军训让我们领悟到了集体的力量。在军训中，我们并肩作战，一起经受着烈日和寒风，磨练了意志力，拉近了相互间的距离。从刚开始的不适应到最后的默契配合，我

们逐渐找到了团队合作的默契之道。班级、学校、国家乃至我们人类，都需要团结合作才能共渡难关。在这期间，我们也渐渐意识到了集体的力量，用心去照顾他人的感受，提供帮助是件很愉悦的事情。同时也理解到了我们个体的价值较小，而集体的力量是无可替代的。

我想，在今后的人生中，我们承担的任务越来越重，也需要更多的意志品质和体魄来提供支持。在学校的军训中，我们体会到的并不仅是为国家奋斗的良好习惯和军旅人生的锤炼，更多的是对自己严格要求与面对困难时默契配合的锻炼。只有这些锻炼，才能帮助我们在未来的道路上走得更远，走得更好。

军训心得体会篇八

9月2日至9月5日我校对全校学生进行了为期一周的军训活动。此次军训活动，在学校领导的重视下，在各部门的通力协助，相互配合下，取得了圆满成功。

军训作为学校教育的一种特殊形式，在培养和提高学生综合素质方面发挥着其他教育形式不可替代的作用。有利于培养同学们爱国主义、集体主义精神；有利于磨练同学们的意志品质，培养艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风，增强战胜困难的信心和勇气；有利于同学们组织性、纪律性的提高和身体素质的增强。

一周以来，教师们尽职尽责，在训练过程中，学校的领导以及各班班主任都给予了军训活动大力的支持。在军训期间，同学们以解放军战士为榜样，严格训练，不畏气候地变化，对每一种军姿都认真领会，反复训练，做到队伍行列整齐，步调一致，嘹亮的喊号声、回荡在操场上。大多数同学都能严格要求自己，完全按照小教官的要求，一切行动听指挥。尽管有的同学身体素质不太好，但是，他们仍然咬紧牙关，坚持训练。

响。

短暂的军训生活给大家留下了美好而难忘的回忆，想必，每一位同学都忘不了紧张严格的列队训练，忘不了那整齐嘹亮的口号声……此次军训，定会在全校师生的脑海里留下深刻的印象。

军训心得体会篇九

汗水从四面八方进攻，此时的我们必须顽强抗争，做到纹丝不动。但这只是教官对我们的要求，真正做到的却没有几个，都会在教官不注意的时候偷偷动一下。。。。。。这个时候，我不禁想起了自己在家时的情景：早上基本是睡到自然醒，不是七点就是八点起床，起床后，妈妈早已把香喷喷的早饭端上桌，而我还懒洋洋的揉揉眼睛.....

但这个时候，我已经站在弥漫着严肃气息的训练场了。

我的怀念没有被打断，不知道爸爸妈妈在干什么，想什么，如果把我要说的写出来，真希望他们立马知道。

爸爸妈妈，两天未见你们了，仿佛我瞬间长大，不再是以前那个被你们呵护在怀中的那个小女孩了。

可以这么坦白的说，有些时候真的认为我快坚持不住了，或许会头疼，或许会晕倒。但我想到，既然你们送我来，一定寄予了我许多希望，希望我回去成为一个学会xxxx完全改变的好孩子。我一定不会辜负你们对我的期望，更不会退缩，我相信明天会更美好，只要学会吃苦，学会坚持，成绩会给我最好的回报！

军训心得体会篇十

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的

确是我人生中的'一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的十多天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心

吗。

军训即将结束，大一的生活也即将结束。在去的大一，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的大学生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗！相信幸福之神正向我一步步接近！

xx届的学生军训是在部队里。对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨砺，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大汗。在这些天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉。我们的鞋也穿了洞。但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有

利益的冲突。大家讲的更多的是来自哪里。分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

离开部队的那天我们几个都哭了，随着时间的流逝，大家虽然慢慢的失去了联系。但那份感动一直留在心底！