

军训心得和感悟 军训心得感悟(大全9篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

军训心得和感悟篇一

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。我的哥哥姐姐们都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长？溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，手……”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到

无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心.....我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己：你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持.....

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默；观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一（8）班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

军训心得感悟2

军训心得和感悟篇二

10月20日，天空一扫秋雨的阴霾，阳光灿烂。今天，我们五年级学生就要去军训。早就满怀兴奋的我和同学们都身着一套海军迷彩服，腰间系着一条武装带，个个神气十足。

军训生活从套被套、铺床单开始了.....老师和同学们忙碌了一个下午，床铺和寝室终于有了军营的色彩。

部队里的生活井然有序，任何行动都要听指挥，吃饭也不例

外。吃饭时，教官会发出指令，“坐下！脱帽！开饭！”，我们的每个动作都要听口令才能执行，而且有一个前提——不可以随便说话和做动作，有事要报告，征得教官同意才能说和做。

半天下来，我便深刻地理解了“一切行动听指挥”这句话。同学们在走路、休息时也是大气儿不敢出似的小心，生怕出错犯规。

哨音、集合、拉歌、标齐排面……我们的生活也渐渐走进了军人的世界。

军训心得和感悟篇三

在八月二十二至八月二十五号的日子。只要一位同学犯错，全班或全校的同学都要做一百个左右的上下起伏。唉！这里的教官非常严格，不是罚就是骂。做不好基本动作就罚。虽然教官很严格，但是背后也有为我们洒下的汗水。

军训已经结束，看着自己和同学的两条晒黑的手臂和一张脸，能记得烈日下的汗水。军训的内容或许是单调的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。我们从来没有接受过这么艰苦的训练，还要自力更生。以前是依靠父母的。从中还有许多启示。在教官的标准指导下，同学们学会了坚持到底。纠正错误永远是困难的。炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群动作散慢的同学，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在每一个人的眼前。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们留得更多；我们辛苦，教官比我们更辛苦；我们累，教官比我们更累。是他们让我看到了一个真正的军人。我回忆中有教官大声而又清晰的口令声。在教官的耐性培育下，使我们做了一个不怕苦，不怕累，流汗不流泪的人。洒下了辛勤的汗水。不愧是人民的子弟兵。

通过这次军训，使我得了解放军的军营生活是这么艰苦的。

谢谢教官和老师给我上了一堂深刻难忘的课。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的時候，我们博大精深的中国文化还需要国人来继承。

军训心得和感悟篇四

军训，是每个大学生在入学的时候都必须经历的一段历程。这是一次锻炼身体和意志的机会，也是一次增长经验和提升自我的机会。在经历了一段时间的军训后，我有了一些感悟和体会。下面我将以时间的顺序，分成五个部分，分别讲述我的军训心得和体会。

第一阶段：适应与磨合

在军训的初始阶段，我身处一个陌生的环境中，与陌生的人一起接受训练。起初，我感到非常的不适应和焦虑，觉得自己无法适应这样的环境。但是我并没有放弃，而是不断地调整自己，逐渐地适应了军事化管理、严格的纪律和长时间的训练。我意识到，顺应环境是生存和发展的必备条件，只有通过适应、磨合和融入，才能在新的环境中找到自己的位置。

第二阶段：坚持与努力

军训是一项需要长时间坚持的训练，而坚持是一种必需的品质。在炎炎夏日的高温下，每天早晨五点起床，就开始了密集的晨练。刚开始的时候，我感到非常的困难，甚至有些想要放弃。但是，每当我看到身边的同学们都在坚持不懈地努力，我就感到自己不能退缩。我意识到，只有付出汗水和努力，才能收获到更多的成果。同时，我也深刻体会到，坚持

不是一时的事情，而是需要从内心深处发起，只有内外兼修，才能在军训中获益更多。

第三阶段：团结与合作

在军训中，我深深体会到了团结和合作的重要性。在队列训练、搬运重物以及集体活动等方面，如果个人不与团队中的其他成员配合，那只会导致训练效果的降低。团队的力量是无穷的，只有大家团结一心，才能发挥出最强大的力量。通过与队友们的密切合作，我体会到了有时候只有放下自我，才能取得更好的成效。团结合作不仅在军训中非常重要，也同样适用于社会生活和工作中。这是一种宝贵的人际交往能力，能够帮助我们更好地与他人相处和合作。

第四阶段：自我突破与自我反思

军训是一个让我在许多方面突破自我并且不断反思的过程。通过训练，我不仅锻炼了自己的体能和意志，也提升了自己的责任感和纪律意识。在面对各种困难和挑战时，我学会了如何调整自己的心态，如何保持积极向上的态度，以及如何从失败中吸取教训。同时，我也深刻认识到，自省和反思是不断进步的关键。通过反思自己的过失和不足，我们能够更好地改正错误、提升自我，进一步完善自己。

第五阶段：成长与感悟

军训是一个锻炼身心的过程，也是一个成长的过程。在军训中，我不仅学到了如何坚持和奋斗，也收获了珍贵的友谊和深刻的感悟。我深深体会到，在人生的道路上，没有什么是一帆风顺的，只有坚定的信念和不懈的努力才能迎接变化和挑战。同时，我也明白了团队的力量、合作的重要性以及自我突破和反思的价值。这些宝贵的经验和体会，将伴随我一生，成为我人生的财富和动力。

通过军训，我收获了很多，不仅是身体和意志的锻炼，更是思想和心灵的成长。我相信，这次军训经历对我的未来发展有着深远的影响，使我更加坚强、自信和勇敢。通过适应与磨合、坚持与努力、团结与合作、自我突破与反思以及成长与感悟这五个阶段，我深深理解到了军训的真谛和意义。

军训心得和感悟篇五

随着新学期的开始，大多数大学新生都会迎来一段新的历练——军训。参加了军训的我也不例外，通过十几天的集训，在炎炎夏日的阳光下，我深深体会到了军训的磨砺和锻炼。在这段时间里，我不仅收获了体能上的提升，更重要的是培养了坚韧的意志和团队合作的精神。以下是我对军训的感悟心得体会的顺序整理。

首先，军训让我体会到了坚持的重要性。在军训过程中，每一天都是严格按照时间表进行的，每一天早晨的起床、晨练、集会、训练，都如行军一般，时间紧凑、计划周密。刚开始的几天，天气异常炎热，每个人都感到疲倦不堪。但是，我们无论是在烈日下还是在大雨中，都要坚持做到最好。正是因为坚持不懈的努力，我们才能够适应集体生活，展现出自己的精神风貌。

其次，军训让我认识到了团队合作的重要性。在军训过程中，我们常常需要分组完成各种训练任务，比如集体跑操、拉绳比赛、摸爬滚打等。只有团队的每个人都发扬“团结友爱，互相帮助”的精神，才能顺利地完成任务，并且为整个团队赢得荣誉。团队合作也让我学会了与他人合作，学会了如何在团队中发挥自己的才能，为团队的成功作出贡献。

再次，军训让我懂得了困难并不可怕。在军训中，我们会经历各种艰巨的训练，比如长时间的军事操练、强度高的体能训练等等。这些训练对于我们来说既是身体上的挑战，也是心理上的磨砺。但正是在这些困难面前，我们学会了战胜自

己，勇往直前，不再害怕困难，而是勇敢地迎接每一个挑战。只有通过克服困难，我们才能变得更加坚强。

再次，军训让我体验到了军人的职责与担当。军训中，我们不仅仅是在学校参加的一项训练，更是在感受军人的使命与担当。每天早上升旗时，我们会肃立，怀着敬意和崇敬之情。这个过程中，我们深刻地体会到了作为学生军人的使命和责任，认识到了作为年轻一代，要为国家的繁荣与进步而努力奋斗。

最后，军训让我对自己也有了更深入的认识。在军训中，面对一些让人感到困惑和不悦的事情时，我也学会了冷静和自制，能够控制好自己的情绪。这让我意识到，只有对自己负责，才能够更好地面对困境和挑战，才能够做出正确的判断和决策。军训让我变得更加坚强，也让我对自己有了更高的期待和要求。

总的来说，军训的这段经历让我收获了很多。在坚持、团队合作、克服困难、军人职责和自我认识等方面，我都有了新的体悟和成长。我相信，这段宝贵的经历将会对我的未来发展产生积极的影响，我会将这种精神和品质保持下去，继续努力奋斗，为自己的梦想和未来做出更多更大的贡献。

军训心得和感悟篇六

漫长的军事姿态，无尽的积极步骤，无尽的斥责，脆弱的我们慢慢变得强大。在严肃的'训练场上，我们每一个同学都是勇敢坚强不做作的。

纪律严明，要求严格，节奏激烈，训练刻苦。这些都是军训生活的主要特点。“没皮不掉队，汗流浹背”这句格言已经成为我们心中一句有力的座右铭。

虽然我们的军训没有部队里那么严格，但足以让我们深刻理

解青橄榄的真正内涵。真正感受到作为警校学生的喜怒哀乐。军训虽然短暂，但足以让我们意识到，人生的道路并不总是一帆风顺的，往往会有荆棘和坎坷。

我们需要团队精神、每一步、每一句口号和团队精神，让他们发出一如既往的清晰声音。团队精神需要每个人每天的训练，这让我们深刻理解团队精神的必要性。可以说，刚开始的时候，我们团队缺乏默契，以至于离整洁还很远，需要在节奏上不断纠正错误，不可能再一次，再一次，再一次……只要功夫深，铁杵磨成针。好事多磨！尝试和毅力让我们逐渐成为一个群体。只要有团队精神，一切都会成功。

军训心得和感悟篇七

军训是我大学时期最为难忘的经历之一。在那个烈日炎炎、汗水和尘土交织的夏季，我和同学们一同穿越了体力和心理的极限，在训练场上历经艰辛，磨砺了自己的意志。军训不仅是一次身体的锻炼，更是一次培养军人的坚毅、团结和自律的过程。回想起那段经历，我发现其中的种种经验和感悟对于我的职场发展起到了重要的指导作用。

第二段：意志力和坚毅

在军训中，我们往往需要完成一些艰巨的任务，如长途奔袭、持续高强度的训练等，而这些任务往往考验着我们的意志力和坚毅。对于职场而言，同样需要面对各种挑战和压力，需要坚毅努力地完成各项任务。正是在军训中培养的坚毅和意志力，让我能够在职场上保持积极的心态，克服困难，达成目标。

第三段：团结协作

军训是一种集体训练，需要我们与同伴密切配合，共同完成各项任务。只有团结协作，才能在有限的的时间里取得最好的

效果。在现实的职场中，也是如此。只有与团队密切合作，相互倾听、相互支持，我们才能够充分发挥自己的优势，更好地完成团队目标。军训中培养的团结协作意识，对我在职场上更好地融入团队，实现个人与团队的共同成长起到了重要作用。

第四段：严格自律

在军训中，我们需要遵守各种规章制度，做到严格自律。作为一个士兵，需要时刻保持军容军纪，遵守训练计划和规则。同样，在职场中，严格的自律对于个人职业生涯的发展至关重要。只有严格要求自己，才能够在工作中始终保持高度的专注和自律，不被琐事和干扰所困扰。军训期间的严格自律让我意识到，职业成功离不开自律，只有按照规则行事，才能够提高效率和质量，实现个人与团队的目标。

第五段：保持积极心态

在军训中，我们往往需要忍受身体和精神的双重痛苦，承受着压力和困难。但只有保持积极的心态，才能够坚持下去。同样，在职场中，也会遇到各种困难和挫折。只有保持积极的心态，才能够逆境中勇往直前，不被困难击倒。军训教会了我如何在艰苦的环境中保持一个积极的心态，始终保持乐观进取的精神状态。

总结：

通过军训，我体验到了坚毅、团结、自律和积极心态的重要性。这些感悟让我在职场中拥有更强的适应能力和心理素质。职场与军训虽然各有不同，但同样需要我们坚持不懈、克服困难、保持团结、严格自律，以及保持积极的心态。军训为我职场生涯打下了坚实的基础，让我能够在职场中勇敢地迎接挑战，实现自己的人生目标。

军训心得和感悟篇八

军训作为在大学生活中的一种特殊经历，不仅磨砺了身心，锤炼了意志，更培养了各方面的综合素质。然而，军训结束后，许多同学却发现自己在职场中依然面临着各种各样的挑战。这让我不得不思考军训和职场之间的联系和对接，以及如何将从军训中获得的感悟和体会运用到职场生活中。

第二段：团队合作与协作能力

在军训中，团队合作与协作能力是非常重要的。无论是站在队列中向前冲锋陷阵，还是在拉练中互相搀扶着挺过困难，只有团队的配合才能完成任务。职场中也是如此，很少有工作是一个人能够独立完成的，大多数时候需要与同事合作。而通过军训，我学会了与不同性格和能力的人员有效沟通和协作，这使我在职场中更容易融入团队，更好地发挥个人才能。

第三段：心理承受能力和抗压能力

军训期间，面对长时间的体能训练和严格的纪律要求，会出现各种困难和挫折。然而，军训正是通过这些压力和困难来考验士兵的意志和坚毅。在职场中，我们也面对着各种各样的工作压力和挫折，只有具备良好的心理承受能力和抗压能力，才能更好地应对复杂多变的职场环境。军训培养了我逆境中坚持的毅力，让我学会了在艰苦环境下保持积极的心态，这对我在职场生涯中起到了重要的作用。

第四段：自律和时间管理能力

在军训期间，每天按时起床，整理衣物，参加训练，保持纪律的生活习惯培养了我的良好自律性，并提高了我的时间管理能力。在职场中，时间管理尤为重要，往往需要处理大量的工作和各种各样的任务。通过军训的经历，我学会了如何

合理分配自己的时间，优先处理重要的工作，提高工作效率。这使我能够在职场中更好地应对各种挑战，更好地规划自己的职业生涯。

第五段：对职场规则和纪律的理解

军队注重纪律，严格遵守各种规则，职场也是如此。通过军训，我深刻理解了纪律对于一个团队或组织的重要性，明白了规章制度对于组织内部秩序的维护的重要性。在职场中，也需要遵守各种规则和纪律，这不仅是作为一名员工的基本素养，更是对组织的尊重和维护。通过军训的经历，我对职场规则和纪律有了更深刻的理解，并能够更好地遵守和贯彻。

总结：

通过军训的经历，我从中获得了诸多对职场生活的启示。团队合作、心理承受能力、自律和时间管理能力，以及对职场规则和纪律的理解，这些都是我从军训中学到的宝贵财富。将这些感悟与体会运用到职场生活中，我相信我能够更加从容地面对各种职场挑战，并取得更好的职业发展。军训虽然已经结束，但其中的经验和教益将伴随我一生，成为我不断成长的力量。

军训心得和感悟篇九

军训，作为大学生活中的一部分，不仅是锻炼体魄的机会，更是培养职场素养的良机。在军训期间，我深切体验到军人的纪律、协作和坚毅精神。这些品质不仅仅是在军队内部可见的，更是在职业生涯中所必需的。因此，我发现军训感悟为我日后的职业生涯积累了宝贵的财富。

第二段：约束从纪律开始

军训中最深刻的体会之一是纪律的重要性。军人时刻遵守着

一系列严格的规章制度，他们的每一举动都体现出纪律的精神和秩序。在工作场所中，纪律同样起着重要的作用。比如，准时到岗、遵守工作流程、与同事和领导保持良好的沟通等等。遵守好这些职场纪律，对提高工作效率和建立良好的职业形象都有极大的帮助。

第三段：协作精神铸就团队力量

在军训中，我学会了团结协作。军事训练时需要团队的默契配合，在团队内互相帮助、互相提醒，大家共同面对困难，迎接挑战。在职场中，这种协作精神同样至关重要。与同事建立良好的合作关系，共同完成任务，实现共赢，这就需要团队的力量。军训使我体会到团队合作之道，为将来职业生涯中与他人和谐相处奠定了基石。

第四段：坚韧不拔迎接挑战

军训中，经历了一系列艰苦的训练，包括长时间的户外活动、高强度的体能训练等等。而坚韧不拔是每一个军人所必备的品质。同样，职场中也必然会遇到各种挑战和压力，这就需要我们拥有坚韧不拔的毅力。只有坚持下去，并不断努力克服困难，才能在职场中不断进步。军训锻炼培养的坚毅精神，让我更加勇敢面对职业生涯中的困难与挑战。

第五段：忠诚奉献，成就职场精英

军训中最深的体验是忠诚和奉献。军人服从命令，为国家和人民不计报酬地奉献自己。在职场上，忠诚和奉献同样至关重要。我们要对自己的职业、公司和同事负责，在工作中全身心地投入，竭尽全力为公司的发展和团队的成功做出贡献。只有这样，我们才能成为职场精英，取得更好的成就。

结尾：军训感悟职场心得体会

通过军训，我深刻体会到了军人的纪律、协作和坚毅精神，这些品质对于职场中的工作和发展同样至关重要。军训不仅是一个锻炼身体的过程，更是培养职场素养的宝贵机会。无论是纪律的约束，团队的协作，还是坚韧不拔的精神，以及忠诚与奉献，这些都是在职业生涯中必不可少的品质。因此，通过军训的感悟，我对于未来的职场生涯有了更深刻的理解和更高的期望。我相信，这些军训带来的心得体会将在我的职业生涯中发挥重要作用，助我成为职场的佼佼者。