

2023年一周军训时的心得体会(模板7篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

一周军训时的心得体会篇一

军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的莘莘学子来说，也是一个新生活的挑战。

今天是军训的第一天，也是大学生活的的第一天。放过长假的我们从享受中迈向紧张的军训，从丰富充实的假期生活走向另一种多姿多彩的军营生活，总之军训生活中有苦也有甜。而且，军训生活确实很苦也很累。

严肃的教官站在队伍旁边，严格地指导着每个学生，似乎要帮助我们打造一个全新的自我。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。

军训时，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，同时军训也赋予我们一个健康的身体与坚强的毅力。

一天的军训生活下来使我们对大学生活又有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。

虽然我们都来自五湖四海，但是我们却有着共同的梦想。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过！携手共进，一起度过我们的军训生活！

一周军训时的心得体会篇二

第一段：军训的开端给我带来了许多新鲜的感受和体验。我在军训封校的第一周里，切身感受到了军人训练的严谨和纪律。每天早晨，醒来的第一声就是教官嘹亮的号令声，紧接着就是整齐划一的操场集合，开始了紧张而有序的训练。这一周里，我亲身体会到了军旅生活的魅力，也更加明确了军人的责任与担当。

第二段：军训封校的第一周对我来说既是一次身体的锻炼，也是一次心智的成长。每天的训练项目包括体能训练、军事课程、队列训练等，要求我们保持高度的集中力和体力消耗。尤其是队列训练，每一次的举腿、敬礼、径直走，为了练好每一个动作，我不断地努力着。虽然有时会因为各种原因而出现疲惫和困难，但我也明白这是成长的痛苦，坚持下去是为了更好的自己。

第三段：与队友们一起度过的时间也让我获得了更多的快乐和成长。军训封校的第一周，我结识了许多志同道合的朋友，大家一起组成了一个团结友爱的集体。在操场上，大家互相鼓励，努力向前；在宿舍里，大家相互帮助，共同进步。每一次的集体活动都是一次默契与团队意识的锻炼。这一周的军训过程中，我不仅学会了团结合作，也体会到了少年们拼搏与努力的力量。

第四段：军训还让我明白了作为一名学生除了学业，更应该具备的习惯和素养。在军训中，我们不仅仅学习了军事知识和技巧，更重要的是培养了自律和自强的精神。在严格的训练中，我学会了按时起床打扫卫生，养成了良好的生活习惯。我明白了每个行动背后的含义，明白了做一名纪律严明的学生的重要性。在军训的过程中，我深刻体悟到，作为一名学

生，我们的行为举止不仅影响自己，还会影响到他人，甚至影响到整个集体。

第五段：军训封校的第一周给我留下了深刻的印象，也让我有许多收获。通过这一周的体验，我不仅增强了体质，也锻炼了意志力和集体意识。在这个过程中，我收获了友情、理解和成长。我明白了作为一名学生，为了自己的未来，需要学会自律和积极向上。最后，我感谢这一周的军训封校给我带来的一切，我相信自己会在接下来的日子里，继续努力成长，成为一名更好的学生。

一周军训时的心得体会篇三

第一周的军训封校即将结束，回首过去的几天，我心中充满了感慨和收获。军训不仅锻炼了我的体魄，提高了我的纪律性，还让我明白了集体的重要性。在这段时间里，我有了很多心得体会。

首先，军训让我深刻体会到了集体力量的巨大魅力。在平时的生活里，我们往往习惯于做一些个人主义的事情，把自己的利益置于集体之上，但是在军训中，我们意识到了一个人的力量是微不足道的，只有凝聚在一个集体中，才能展现出强大的力量。每天早晨的晨练，我们必须整齐划一地列队出现在操场上，一举一动都要和队友保持一致。在训练的过程中，我们相互帮助、相互支持，形成了一个紧密团结的整体。大家一起努力，一起进步，通过团队合作，我们才能更好地完成任务。

其次，军训锻炼了我的毅力和坚持不懈的精神。军训封校的时间相对较长，汗水淋漓的训练和身体力行的动作让我们感到极度的疲惫和痛苦，但是在这种情况下，我们必须坚持下去，不能轻言放弃。在烈日下，我们背着沉重的行囊，跑步训练；在高温中，我们做各种高强度的体能训练。在这个过程中，我们的体力不断得到锻炼和提升，我们的意志也变得

更加坚定。虽然很辛苦，但是我们享受着收获的喜悦。

再次，军训让我感受到了学习的乐趣。在军训中，我们不仅是在完成体能训练，还接触到了军事知识和军事技能。教官们耐心细致地给我们讲解，让我们理解了军事训练的重要性和技巧。我们学习了步伐整齐的立正站姿，学会了规范的军事礼仪，更重要的是，我们懂得了如何守护家园和自己，这让我对军事科学产生了浓厚的兴趣。军队中有许多的专业技能和领导才能，而我们在军训中能够初步体验到这些，让我对自己的未来有了更明确的追求和目标。

最后，军训让我明白了自身的不足和需要改进之处。在严格的军事训练中，我们时常需要完成一些要求严格的动作和动作组合。然而，在实践中，我们难免会有一些不规范的动作或者不完整的动作。教官们常常会及时纠正并给予我们更多的指导和建议。通过听取教官的讲解和观摩其他同学的示范，我发现自己的问题，并且做出了相应的调整和改善。在这个过程中，我不仅学到了军事知识，还收获了不断自我调整和提高的能力。

总的来说，军训封校的第一周对我来说是一段宝贵而难忘的经历。在这段时间的锻炼中，我明白了集体的力量、坚持不懈的精神、学习的乐趣以及自身的不足。这一周的心得让我更加坚定了自己的目标，也让我更加珍惜和感恩身边的一切。我相信，在接下来的日子里，我会更加努力地学习和进步，争取取得更好的成绩和进步。

一周军训时的心得体会篇四

在我的家中相框里有这样一张照片：一个小男孩戴着军人样式的帽子，帽子正中是一颗火红的五角星。小男孩身上穿着的是绿色的小军装，他咧开嘴笑着，右手举起做敬礼状——这个小男孩就是我。

在我心中，军人就是每当我们国家遭受洪灾、地震等灾难时，第一个到达前线进行救援的身影。他们的.身姿是刚毅的，他们的意志是坚强的，而他们的精神是可贵的。我从小就希望自己有一天能够成为一名合格的军人。这一次，我终于迎来了期盼已久的军训了。

初中军训为期八天。前六天是做基本的稍息立正动作，还有转向和跨立、走正步。而且教官还教了一套简单的拳法给我们，以备在阅兵那天表演。第七天就是阅兵典礼了，我和同学们的心情都非常激动。

教导我们的教官很高，几乎有一米八了。他看上去脸有些圆圆的，但其实他的身材很好，没有赘肉。经过询问，我们得知教官今年才19，也就比我们大了几岁而已。教官平时很爱笑，脾气也很好，其他班的教官老是开我们教官玩笑。大家一致决定一定要好好表演，把其他班压下去。

轮到我们班进场了。首先由我班的标兵举着一面旗子慢慢从进场口进去，先是平常的走路，只是力求整齐。等到接近领导们坐的阅兵台时，标兵把旗子一扬、口号一喊，我们就全都开始踏着碎步整理队伍，调整彼此间的距离，开始踏正步了。虽然正步比较难走，但想到教官，我们全都非常整齐地踏过去了。我用余光看到领导们都点头称赞呢！

进场表演后就轮到各班的拳法表演了。这一次，我们同样受到了赞扬。最终，我班拿到了第一，教官圆而有些黑的脸上露出灿烂的笑容，大白牙在太阳底下闪闪发亮。

第八天是去一个基地打靶的日子。我们坐着中巴车来到了一个基地。有序地进去后终于来到一个门后。顿时我的眼前就看到一条深渊，而那头则是茂密的树林，在树林边缘是一排排靶子。我们按照教官的吩咐匍匐在地上摆好姿势，学着如何开枪。在开枪的时候我特别紧张，根本没有心情去注意自己有没有射中了。

是真的枪啊!我觉得这次军训真是太令人满意了!打完靶之后我们捡了一些空弹壳带回去作纪念,好让家人和其他朋友看看我们这一次的收获。

这次军训的经历令人难忘。我不仅在军训当中收获了更加健康的体格,而且还交到了不少好朋友。他们有的幽默、有的机智、有的沉稳爱学习,让我在疲惫的军训中感到了不少的温馨和轻松。

在军训时总感觉时间是那么漫长,太阳是那么地晒人,而如今真的结束军训了,我们却兀然发现时光短暂,走得太快。在送别教官们的时候,班上不少同学都流下了泪。教官也有些哽咽,话都没说完整。我抱着他的一条胳膊说今后自己也要当兵,成为军人。教官重重地点了点头,说了声“加油!”。

我虽然还只是一名初一学生,但军训让我开始认识到自己做的还不够,要成为一个成熟的人还需要更加努力。在此,我要向自己的心宣誓:我将更加认真学习,多思考多阅读多动手,让自己更好更快地成长起来,做新世纪有用之才!

一周军训时的心得体会篇五

孩子在学校里度过的时光是他们成长中非常重要的一部分。关于教育的方法和方式,在不断的改变和升级中,我们希望为我们的下一代提供更好的环境和更好的教育方式,让他们更好地成长。其中一种方式就是组织军训。我有一个孩子,在最近参加了他学校的一周军训活动,这次经历给他留下了很深刻的印象。下面我将为您分享他的一周军训心得体会。

第二段:参加军训前的心理准备

在孩子参加军训之前,他非常兴奋,但同时也有点担心。他曾听说,军训是一项很繁重的任务,需要忍受高强度的运动和生活规律的限制。但是,他决定积极准备,并做好了最坏

的打算。他准备了足够的衣物和必需品，自信地迎接了充满挑战和机遇的军训之旅。

第三段：军训过程中的体验

第一天，孩子被分配到一个排中，队长对他的要求很高。每天的活动都是按时按点进行的，包括晨练、早餐、课程、午餐、下午活动和晚上整理。虽然这很疲惫，但孩子感到自己的身体在逐渐强健。他还学会了如何快速和高效地完成任务，并锻炼了自己的协作能力、领导力和交际能力。他和队友之间的友谊在共同的经历中日益加深。

第四段：军训后的改变

军训结束后的一周，孩子表现出了明显的变化。他的健康状况和体质得到了显著改善。他变得更加守时，更加自律，并且学到了如何表达自己的意见。他变得更加勇敢，能够在面对挑战时保持冷静，并拥有了应对问题和解决问题的能力。

第五段：结论

总体来说，孩子的一周军训经历是积极的。他从中学到了很多东西，包括如何与人相处、如何更好地组织和安排时间、如何在压力下运作、如何团结和协作。军训活动对孩子的影响是长期的，它营造了特殊的环境，让孩子的思想、习惯和目标更加清晰，更加坚定。我相信，在孩子们的教育生涯中，这种活动将变得越来越重要。

一周军训时的心得体会篇六

进入大学，第一次得到最大的锻炼应该是军训生活了，短暂的十天左右却将人的意志力、身心都得到了巨大的提高。军训生活结束了，下面来分享下我的军训心得体会。

能够顺利的在高考中突出重围走进大学的校门我无比兴奋。我想在大学里得到锻炼。党军训开始的时候我跟同学们一切不如了大学训练营，开始接受训练。

80后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求，托强时手和肩膀被压得酸痛，我仍咬牙坚持，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。后来，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

军训让我明白做一名合格的军人是多么的不容易，军人要比常人多付出我们无法想像的汗水，做一名军人，就要纪律严明，服从命令。穿上军装的我便是半个军人，通过在军训中严格要求自己，我的体质和意志都被磨练得更加坚强，这种苦与累可能我以后永远不会再遇到，但也可能会遇到更加苦累的挑战。我相信，军训之后的我不会再恐惧任何苦累，我会勇敢面对一切挑战，不论任务多么严峻，我一定会坚持下去完成任务。

军训同时也是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，端枪，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流流经验，让我们的方阵走得更加整齐。十三连，组成这支连队虽然只有短短的十几天，但它已牢牢得被记忆于每个十三连人的心中，十三连是整个二营的骄傲!我们创造了它的荣誉，我们也因此而感到自豪!

团结就是力量，坚持就是胜利!在未来的日子里，我不能再做一朵温室里的小花，我要做一颗参天大树，茁壮地成长!为祖国的未来作出应有的贡献。我会勇敢而坚定在自己的人生道路上前行的。

一周军训时的心得体会篇七

第一周的军训封校结束了，回想起这一周，我又笑又累。作为一名大学新生，这是我第一次参加军训，所以一开始对于军训的要求和节奏都感到有些陌生。然而，在这一周的军训中，我体验到了许多值得铭记的瞬间，也获得了一些宝贵的心得体会。

首先，在军训中，我深刻感受到了纪律的重要性。作为一个集体，只有遵循统一的规定和指令，才能保持团队的整体性和战斗力。军训期间，我们被要求每天按时起床、按时用餐、按时归队等等，这让我充分认识到我们要想成为一个优秀的团队，就必须时刻以纪律为前提，严守各项规定。通过军训的锻炼，我的自觉遵守纪律的意识得到了增强，这对我个人的成长和今后的学习生活都具有重要意义。

其次，军训中的体能训练让我感受到了自己的局限性和努力的必要性。作为一名文科生，我的体能一直不太好，这次的军训让我在体能上受到了一次巨大的冲击。每天的晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等训练项目都让我感到极度的辛苦和痛苦，甚至有一度我想要放弃。然而，通过教官的鼓励和同学们的支持，我坚持下来了。逐渐地，我的体能开始有了提升，这让我深刻体会到只有主动去超越自己，才能突破自身的局限性。我也明白了只有在经历过痛苦的努力之后，我们才能收获到真正属于自己的成果。

第三，军训中我还学到了团队合作的重要性。在军事训练中，每个人都必须时刻保持队伍的整齐严肃，完成指挥员的命令。如果有一人不听从指挥或出现失误，将会造成整个队伍的混乱。因此，团队合作显得尤为重要。在训练中，我们会分为小组进行各种不同的任务，大家要相互配合，互相帮助，才

能完成任务。通过这些任务，我明白了一个人的力量是有限的，只有与团队一起努力，才能更好地完成任务。团队合作的经验对于我未来的学习和工作生活也具有很大的借鉴意义。

第四，军训中我还学会了坚持和奋斗。在整个训练过程中，每天的安排都非常紧密，充满了各种各样的训练项目。持续的高强度训练对身体和意志都是一大考验。然而，即使累到无法动弹，我也选择坚持下去。我明白，只有坚持和奋斗才能取得成果。正如曾经一位伟大的人物说过：“成功源于不懈的努力”。军训的这一周，让我更加相信，只要下定决心，付出足够的汗水和努力，无论是在军训还是在以后的学习和工作中，我都能够迎接挑战，取得优异的成绩。

最后，军训让我明白了一个真理，那就是只有通过不断地历练，才能成长为一个更优秀的人。军训是我人生中的一次重要历练，我不仅锻炼了体能，也提高了纪律意识和团队合作能力。这一周的军训让我收获了很多宝贵的经验和心得，成长了许多。我相信，这次军训将会成为我人生中的一段美好回忆，并为我今后的学习和工作生活奠定坚实的基础。军训封校第一周的心得体会，我希望能够一直铭记，不断努力，追求自己的梦想。