

# 最新精编版军训心得体会 精编拉练军训 心得体会(模板5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 精编版军训心得体会篇一

当还是星斗阑干分外明的时候，我们便睁开惺忪的睡眼，身着一身军装，背上行囊，踏上了离“嘉”的路。行军的步伐声打破了黎明的沉寂，心中坚定的信念化作万丈的光芒照着我们前进。“一二一、一二一…”此时铿锵整齐的脚步声，是最美。

当我们还在不知疲倦地前进着，地平线上的太阳已缓缓升起。渐渐地，我看到了，看到了清晨的阳光照亮大地，洒在军绿装上，折射出永不放弃的梦。一路上我们的坚持与忍耐、团结与互助是最美。

一公里，十公里，十八公里，离开“嘉”就一直走在回“嘉”的路上。无论是一马平川的大公路或者盘旋崎岖的山路；无论是黄沙漫天甚至是不时迎面传来阵阵扑鼻的“芬芳”，亦是酷晒难耐的烈日，似火骄阳下的我们再难熬也终于咬着牙一一走过来了。享受胜利喜悦时刻的我们，是最美。

时常我问你累不累，你口口声声说着累，真的好累，可手却早已擦拭掉脸上如雨滴落的汗水，坚定的步伐啊又何曾停止过，笃定的眼神一直望着还未到达的前方。因为我们是军人，再苦再累决不后退，不抛弃不放弃是我们的高格。因为我们

是嘉人，自强不息的校训如洪钟般响彻耳畔，声声警醒着我们坚持，再坚持。

拥有绿军装的精神呀，如此不惧苦难的我们，是最美！

#### 拉练军训心得体会(四)

怕，我们不能退缩，必须面对；累，我们不能倒下，必须坚持；痛，我们不能流泪，必须忍受。

#### ——题记

刚开训没有几天就听到同学说，我们这次军训要进行徒步拉练。拉练！我不敢想象，我也不敢保证我能否坚持下来，心中的那份恐惧若隐若现。

时间总是不给人喘息的机会，军训第五天悄悄的到来了。

随着一阵刺耳的哨声，我睁开朦胧的眼睛，意识到今天要拉练，赶紧起床整理自己的内务。跑出宿舍楼集合，桑拿天就像一只巨大的蒸笼蒸烤着我们，还没出发，汗水就已经顺着脖颈流了下来。

我们开始出发了！我们一步步走出了军训基地。路上同学们精神饱满，我知道其实每一个人心中都有些害怕，但作为一名军人，我们不能退缩，我们要勇敢的面对。我们迈着稳健的步伐，整齐的队伍就像一条白色的长龙穿梭在荒凉的郊外。穿过的红绿灯路口已经数不清，一辆辆附近军区的大车从我们面前驶过，掀起一片尘土。眼前的景色也不知换了多少回。我们班有一名同学脚有伤，不能剧烈运动，但他还是咬牙坚持着，这应该就是坚毅，这应该就是战争时所需要的坚毅品质。身上的校服已经被汗水浸湿，我隐隐约约感到脚掌开始发热，脚步也开始变得沉重，但前面的路还是看不到尽头，我暗暗祈祷脚掌不要起水泡。又累又渴，终于走到了目的地

坦克博物馆。参观完坦克以及装甲车，我不禁感慨，我们的祖国正一步步变得强大，他将会成为一只傲视全球的中华巨龙！

我们又要启程返回基地，想到还有那么远的路，心中的那份恐惧又回来了。路过熟悉的景色，走过熟悉的街道，穿过熟悉的路口，自己的脚掌越来越痛，好像是踩在铁钉板上似的。突然冒出了一个声音‘基地大门到了’，那些被汗水湿润的脸上露出了得意的笑。看看时间，已是中午了，老师们为我们买来沙甜，看着同学们吃着西瓜那快乐的笑脸我更感到西瓜的甜！

回到宿舍，脱下鞋袜，身旁的几个同学却起了好大一个水泡，更可怕的是一个战友的水泡里已经有淤血了。我不知道他们是怎么坚持下来，或许是因为军人的使命，或许因为他们不想放弃自己，或许是因为他们不想拖团队的后腿，或许……不管是怎么样的原因，他们的精神已经深深折服了我。拉练结束了，但是它给予我的将会永远激励我，陪伴我一生。我明白了我不能因为怕而退缩；我也明白了我不能因为累而倒下；我还明白了我不能因为痛而流泪。

## 精编版军训心得体会篇二

今天是我军训的第一天。新生们在广场上集合，太阳火辣辣地炙烤着大地，周围一丝风都没有，我背上湿透，身上像有无数条小虫在爬，可谓度秒如年。再看看教官，他们那笔直的腰身，昂扬的气势，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯丝毫未动的双腿，让我为之震撼，他们告诉我什么是军人的风范。

紧接着，我们来到树阴下练站军姿。“挺胸抬头收腹，两眼正视前方，中指紧贴裤缝，身体微向前倾……”教官一口气说了一大堆，不一会儿我便腰酸背痛。“立正，向右看齐……”我们不断重复这枯燥的动作，每个人筋疲力尽，但

我们没有放松，因为教官铿锵有力的声音不断在耳边回响。教官们又何尝不是日复一日顶着骄阳进行枯燥而艰苦的训练，我们这点困难又算得了什么呢？军训不但锻炼了身体，还磨练了我们的意志，这也是我们在军训中收获的一笔宝贵财富。

今天的军训让我明白，这是一个磨练自我的过程，不能轻易放弃。在接下去的训练，我会继续坚持拼搏，努力战胜自我！

九月的月底如盛夏的六月，秋意染上了一层夏色。玛格丽特有这样一句话，“匀称，完美，宛如一件希腊的意艺术品。”我想，用它形容这个秋天适合不过。

这个秋季我们度过了毕业后的暑假，也开启了人生的新旅程，旅途的起点便是我们入学前的军训。

军训是苦的，是累的，我们或多或少会遇到各种问题。我们在这些问题中挣扎，在一声声立正，稍息中成长，教官的每个训练口号都是我们需要认真对待的。

军训也是充满回忆的，富有意义的。我们在晚训时叠被子，在体息时齐唱军歌，在队伍面前自我介绍。我们就这样，一天天走过，一天天成长。就像一件艺术品，而我们的学长与教官就像创作者，一步步将我们塑造成，慢慢的蜕变成完美的艺术品，匀称而又完美。

军训还有14天，祝愿大家人在接下来的日子中都能成为令人叹赞的艺术品，珍惜这段而自称而不完美的时光。

### **精编版军训心得体会篇三**

刚来军训的时候，我抱着坚持到底的态度，去对待那些艰苦的体能训练，到了训练的时候，教官让我们在太阳下练习站军姿，火辣辣的太阳烤在皮肤上，滋味真不好受。不过想起先前的决心，咬咬牙，挺过去了。

今天已经是第三天了，我差不多已经习惯了那些辛苦的训练。不说都能完美的完成，但是我都非常认真地努力做好。希望这种状态我能一直坚持到底。

经过了这三天的训练，我见识到了何谓“站如松，坐如钟”。“背挺直，手贴裤缝。”这是我听的最多的一句话。到了现在，我已经能够自然的站成最标准的军姿。

军训虽是艰苦的，但我们是幸运的，教官是可敬的，同学是可爱的，班主任是美丽的，老师是可亲的，一切都是美好的。转体、齐步、跑步…都是熟悉的不能再熟悉的的动作，但是为了追求共同的目标，我们脚痛腿酸都顾不上，嗓子沙哑照喊不误。全体同学在短短的三天军训中已然形成了强大的凝聚力。

军训虽然苦虽然累，但是只要坚持到底，就没有做不好的事，过不去的关。坚持坚持再坚持，服从服从再服从。

坚持、努力、加油!让为期五天的军训获得圆满成功!

## 精编版军训心得体会篇四

我羡慕战士们勇往直前的勇气;我羡慕军人的勇敢和坚韧;我羡慕军人挺拔的身姿。做一名勇敢的女兵，是我从小的梦想。

当时我才五年级，学校也只是招五年级想参加军训的学生，我就勇敢报名了。梦想的日子终于到来了。

但是，军训生活的艰辛，是我从未想过的。放学后，操场上会响起一阵阵响亮的口号和整齐的脚步。军训第一天，教官让我们站十分钟。平时十分钟——，总觉得是很短的时间。但是现在，十分钟让我们觉得好长。

烈日照耀着我们，汗水从我们的脸颊流到我们的身体。这时，

水可以从我们的衣服里拧出来。“脚跟并拢，脚呈60度，胸部和腹部，眼睛直视前方……”教练不时警告我们，让我们不敢动。唉，现在要是能休息一下，吃个冰棍就好了！我喃喃自语。时间在流逝，现在真的希望老人能走的快一点，或者上帝为我们感到惋惜，让我们用一个小小的雨刮器享受一些凉风。

由于教练的严格要求，我们一遍又一遍地重复练习，一遍又一遍地感到口渴。最后有些同学支持不下去了，人也开始有些倾向了。好几次都支持不住，想放弃，但我知道这是难得的机会，错过了就没有了。所以每当我支持不住的时候，我就会在心里默默念：‘坚持就是胜利，有志者事竟成……’有时候咸咸的汗水会流进嘴里，却分不清是苦是咸。久而久之，脚开始发麻，头开始“下雨”。

教官叫“解散”的时候，大家都兴高采烈，拿着钱跑到学校门口买冰棍。经过长时间的训练，大家都累得坐不下，不想站起来。

但是，我们谁都不会抱怨，更不会放弃，我们会坚持下去。在这个练习中，我们懂得了很多，变得坚强。

## 精编版军训心得体会篇五

军训的第一天我们就听说要去西溪湿地拉练，大家都非常兴奋，我也不例外。可是在兴奋、激动之余，我还有点儿担心，万一突然下雨了怎么办？万一脚扭伤了怎么办？万一……很快，我们就要集合去拉练了，我只好带着这样复杂的心情，上路了。

到了西溪湿地，我很快就忘掉了那些问题，因为那迷人的景色深深地吸引住了我：清澈的小溪、绿色的草地，还有远处那低低地白云，让人沉醉其中。

可是，走了一会儿，这美景就吸引不了我了。这是因为，我已经有些走不动了，两只脚酸痛极了，似乎灌了铅似的，提也提不起来了。这时，我才明白军训并不是出来玩耍放松的，而是出来吃苦的。我本来又想要脾气，不走了，可转念一想，想到了那两句话：“我要训练，我要吃苦，我要成才！”“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队！”是啊，解放军叔叔吃的苦肯定比我们还多，但他们却没有一个放弃了，他们都坚持下来了，他们都是男子汉！

于是，我咬咬牙，跟上了队伍，尽管双脚依旧酸痛，但我不觉得；尽管双脚依旧提不起来，但我不觉得！

终于，我们走回了军校，大家累得话也不想说了。虽然我也很累，可我却很高兴。我觉得我张大了，我能吃苦了，我已经可以承担一些责任了！

这次军训，让人难忘，而去西溪湿地拉练，却是让我印象最深的了。