

# 军训的个人心得(模板7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

## 军训的个人心得篇一

在我的高中生活中，军训是一场难忘而珍贵的经历。在这个过程中，我学会了许多东西，不仅提高了身体素质，还培养了自己的团队协作、自律和坚韧精神。在这篇文章中，我会分享我在军训中获得的体验和收获。

### 1. 体能训练

军训的第一阶段主要是体能训练。一开始，我就被新的体能训练方式和难度吓到了。然而，经过几天的坚持，我的体能开始得到了改善，并且我逐渐意识到，强健的身体是非常重要的。我们通过早起跑步、集体操等方式训练身体，每天都在不断地提高自己的水平。这使我逐渐意识到，良好的体能训练不仅可以帮助我们更好地完成训练任务，还可以在日常生活朝气蓬勃、精神饱满。通过身体的训练，我养成了每天运动的好习惯，也让我认识到自己的潜能和能力。

### 2. 团队合作

军训要求学生以班级为单位进行集体训练，并要求大家齐心协力完成每天的训练任务。在这个过程中，我逐渐认识了班级里的每一个人，了解了他们的优点和缺点，更多地感受到集体的力量 and 意义。我们在彼此之间建立了更紧密的联系，互相扶持，互相鼓励。我从中学到了许多团队协作的优秀精

神，如相互帮助、尊重别人、分享经验、协同解决问题等等。这些都是我在之后的人生中不可或缺的能力和素质。

### 3. 节俭生活

在军训中，我们进行的许多活动、运动和打扫都是在保证节约的情况下进行的。我们每天饮食都在班级末端，每个人都要拿出自己饭菜所在的盒子进行集中清洗。这让我深刻感受到一个人的生活可以过得十分简单，通过很好的节约，我们可以让生活更加丰富。在军训后的生活中，我更加注重节约用水，票据和避免食物浪费，并且努力让自己更加坚定、勤奋和节省。

### 4. 规矩意识

在军训期间，我们需要严格遵守军训的各项规定和规定。它们如同“铁规”一样，要求我们成年人的高贵品质，尊重他人，遵守规则。我很快成为了一个有规矩和质量的人，并尊重他人，尽量遵守规则。在日常生活中，我尽可能地遵守这些基本规则，让自己成为一个真正的好公民。

### 5. 坚韧不屈

在军训中，最令人难忘的是在最艰难的活动中的振奋自己的勇气和毅力。当我们面临大大小小的困难时，我们不屈不挠地坚持自己的努力，迎难而上，不断进步。在军训中，我们不仅锻炼了身体，也锻炼了心灵。我们应该怀抱自己的坚毅、勇气和信心，不断提高自己的修为。

在回首这段难忘的军训经历时，我感到万分激动。这个过程让我成长为一个更有能力、有纪律和自律的人。通过军训，我学会了良好的体能、团队合作、节俭财务、规矩意识和坚韧不屈的精神面貌，这些都将成为我未来人生的精神支柱。军训的过程虽然困难，但我用充满信心和信仰的态度去迎接

它，一路走来，不仅提升了自己的修为，还赢得了班级和朋友的尊重，真正领悟了共生共成长的生命真谛。现在我能担当更多的社会责任，并为自己设定更高的目标。

## 军训的个人心得篇二

时光易逝，转眼间这个长达14天的军训终于画上一个圆满的句号，现在的我还真的有点不敢相信，军训就这么结束了，过去的日子就如同一幅壮丽的画卷，让我感慨，让我怀念。

我能清晰的记得刚开始军训的那一天，那开始的一切都感觉是那么美好的，当我第一眼看到教官时，心里既兴奋又激动。在军训的过程中，教官总是细心地向我们传授知识，除了教给我们基本的军事技能外，还告诉我们许多道理，教官的一言一行中总是严格中带着亲切。在我们停下来休息时，教官经常和我们一起谈笑风生，一起交流各自的想法。教官是戴着口罩的，但是我们却可以看到教官脸上露出的笑容，可惜的是这或许只能永远定格在记忆中、相册里。

与同学在一起的时光也令我记忆犹深。14天的军训，我和同学们一起团结协作，在合作中分享快乐，共同进步。军训使我们对彼此更加地了解，也让我们成为了更好的朋友，这将会是一笔宝贵的财富。

军训的收获，就是让我练就了坚韧不拔的奋斗精神。一天又一天的辛苦训练，有时会令我感到厌倦，或许不放弃是我的选择，就这样，我便一点点的走下去了。现在回想起来，这是再正确不过的事情。

后来，为了进一步锻炼自己，我选择了加入擒敌拳方阵，这个方阵的训练更加辛苦，让我不禁回想起之前的归属的连队，回想起之前在一起的同学们，但是我不能辜负整个二营的教官和同学们对我们擒敌拳方阵的期望。就这样，我度过了一个漫长的严冬。

虽然军训结束了，但奋斗的脚步却不曾终止，我会继续顽强不屈的精神，迎接接下来的每一个挑战。

## 军训的个人心得篇三

军训是每个高中学生都会经历的一段时期，对我们整个人生都有着深刻而重要的影响。经过这段时间的磨炼，我们不仅变得更加坚强，更愿意为团队奋斗和付出，同时也对未来有了更加清晰的认识和规划。在这篇文章中，我想总结一下我在参加军训中获得的个人体验和收获。

### 第二段：体能的提升

从一开始的各种军姿练习，到之后的长跑和枪托训练，每一项都对我们的体能提出了极大的考验。在这个过程中，我们不断地挑战自己的极限，以更快的速度、更高的高度和更长的时间完成任务。通过一个个的小目标的实现，我慢慢地变得更加自信，更加有决心，也付出了更多的努力来达成自己的目标。

### 第三段：自律的培养

每天早晨起床，我们都必须按时参加户外军事训练，直到天黑才能结束，这让更多的同学变得更加有自律意识。尤其是在长时间的不断的训练，需要我们时刻保持高度的警觉，让我们的内心不断追求着更好的状态。在这个过程中，我意识到自己多么靠不可缺少和重要，只有付出也就只有收获，这对未来的学习和生活都是非常有益的。

### 第四段：团队合作的意识

各种各样的军事任务，需要我们与队友不断的配合和合作，让我们更加深刻地认识到团队合作的重要性。每一个任务的完成都需要互相协调和支持，我们的团队精神和团结是让我

们一步步走向成功的关键。每个成员都发扬着自己的特长，同时也避免了自身的局限性，让我们的行动更加灵活和有效。

## 第五段：最后的收获

通过整个军训的过程，我不仅收获了身体上的提升，更重要的，还有内心上的成长和经验。我学到了很多对待人与事的态度、沟通、协调与领导能力。我也更有信心面对和应对生活所带来的种种挑战。最重要的是，我感受到了团队合作的力量。军训，让我更加懂得这个世界是需要互相扶持和帮助的。

## 结论：

军训的经历与收获，将会对我们影响一生。它带给自信、毅力、勇气和集体荣誉感。它教会了我们团队精神和合作能力。几年后，如果你重温这段记忆，你会发现，它一定给你带来很大的收获和启示。

## 军训的个人心得篇四

今年我怀着忐忑的心情进入一中，在一个全新的环境里，一群素未谋面的同学朋友，无论做什么都小心翼翼。

在六天的军训中，偶有细雨，偶有烈日。不管天气如何，他们都活了下来。我记得汗水浸湿了帽子和衣领。我记得，每顿饭前高亢的歌声响彻云霄。我记得，课间休息的时候，和导师、同学的交谈中，我有很多笑声。我记得，严教练一遍一遍教我们叠豆腐被，大家都抱怨。我记得，教练毫不留情地把叠得很差的被子从四楼扔到一楼，那些学生脸上的羞愧和不安。今天早上这一切都结束了。累了，痛了，认真了，收获了，就不值得培养了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的错误，既是

偶然，也是必然！机会在于：一定在于后期不坚持，不松懈，不骄傲！整个假期都在不安和自责中度过，我学会了反思，却发现自己有很多问题。军训是一个好的开始。我会一直努力改正自己的缺点，努力学习。我只想专心做好自己的事，等待三年后的大转折！我也知道这条路上有荆棘和陷阱，但我不再害怕，因为我知道在这条路上我并不孤单，我的身后有无数的亲人、朋友、同学和老师在支持我，我会充满他们的力量和我的理想和努力。

军训，就是要明白一句话：只有当你努力吃饭，才能成为高手！是的，学会吃苦，学会独立，学会自力更生。尽最大努力在任何方面做一个真正的“模特”！

## 军训的个人心得篇五

高中军训是每个学生都会经历的一段时光，这是一次独特的体验，充满着新奇和挑战。在经历了初期的不适应和抗拒之后，我逐渐适应了挑战与训练，并开始思考自己在这个过程中学到了什么。

### 第二段：军训教育的意义所在

军训教育无疑是一次很好的锻炼和加强学生体魄的机会。除此之外，军训还可以培养学生的团队协作精神，提高学生整体素质，让他们懂得自由和纪律并存的重要性。在军训后期的军事素质训练和野外生存训练中，我们在身体力行中体会到了自己的潜力，更加了解了自己，学会了团队合作并体会到了团队中每个成员的重要性。

### 第三段：对自我素质提升的认识

通过军训，我认识到自己的不足之处，比如身体素质和耐力。为了弥补自己的不足，我决定从运动开始，逐步提高自己的身体素质和运动能力。我也更加珍惜时间，明确目标。我相

信只有脚踏实地的努力才能取得进步。

#### 第四段：如何在日常生活中运用军训所学到的技能

军训所学习到的技能并不是只在军训中使用的，这些技能可以运用到日常生活中。比如，在生活中我们也需要具有自我规划和自我约束的能力，坚持不懈地追求自己的梦想和目标。在团队中，我们也需要倾听他人的建议，有时需要灵活地适应他人的意见来达成共识。这些都是学生在军训中所学习到的技能，在日常生活中同样有效。

#### 第五段：总结感悟

军训是高中生活中很重要的一段经历，它们带给我们的不仅仅是挑战和困难，还有成长和体验。军训不仅是一种学习，更是一种生活方式，一种思考方式。迎接挑战，学习自我规划和自我控制能力，尝试团队合作和领导能力是每个高中生都应该学习和掌握的实用技能。军训让我从一开始的不适应和抗拒逐渐适应，在适应中提高自己的能力，完成自我成长。我相信军训会在我的人生中留下很重要的痕迹，让我更加坚强和自信。

## 军训的个人心得篇六

军训是每个高中生必须经历的一段时间，对于我来说，这是一段有挑战性的、富有收获的经历。在这两周的军训当中，我学到了很多，包括如何坚持、如何团结、如何认真学习等等。下面，我将从不同的角度来分享我在军训过程中的个人心得体会。

### 一、坚持不懈

在每天晨跑的时候，我发现有一些同学总是在一半就累得停下来了，而他们左右的同学都在坚持着。这时，我不禁思考：

为什么有些人能够坚持下来，而有些人却一直停下来呢？我想，最关键的一点就是毅力。只有拥有坚韧不拔的毅力，才能够跟上队伍的步伐，一步一个脚印地不断向前走。这次军训，我学到了坚持的力量，也明白了其重要性。

## 二、团结合作

说起团结合作，这次的军训是最好的教材之一。在跨越障碍、擒敌拳等项目中，队友之间的默契和配合可以说是关键。如果团队成员之间没有配合默契，那就很难通过这种艰巨的训练了。所以，在这次军训中，我学会了宽容、学会了尊重，更学会了与人合作成为一个协同的整体。

## 三、自信心提升

军训中，我学到的第三条是：学会自信。我们每个人都不可能一开始就在所有方面都做得非常出色，但是，只要你充满自信，你就会更有勇气去尝试。

在增强自信的过程中，真正重要的当然不是那一瞬间的成功或失败，而在于整个学习的过程中，我们努力、坚持、奋斗的态度。这是我第一次感受到了自己变得越来越加自信的原因，我更走得更加坚定有力了。

## 四、新认识的自我

这次军训，让我看到了另一个自己——积极向上、勇于拼搏。以前，我总是觉得自己没有什么特别的，而这次的军训，让我发现自己的锻炼环境是如此的良好，我们共同最终也会获得相似的成果。所以，我认为，只要有心，我们每个人都可以成为更好的人！

## 五、认真对待学习和生活



最后一点，我认为是认真对待学习和生活。参加军训以来，我发现我们的教官要求我们认真对待每一项训练任务，不仅要做到规范，还有要做得更好。我们的身手、形象、言辞等细节都需要注重。通过这个过程，我深刻地理解到，作为一名高中生，我们没时间浪费了，唯一的路径是努力学习和生活，让自己变得越来越好。

通过这次军训，我认真体会了人生的多种经验，知道了一些平时被忽视和缺乏的坚持，团结，自信和独立等品格与素质，明白了思考的重要性，规划更为精细的人生，这让我懂得了生命中更多的意义和价值。预期这些精神明灯共同激励我们走向成功路途的终点！

## 军训的个人心得篇七

### 第一段：序言（200字）

军训是每个中学生在高中阶段必经的一段经历。作为一个同学的身份参与其中，我深感这段经历的意义非凡。军训不仅对我们的体魄和意志力进行磨砺，更锻造了我们团队协作的能力以及顽强拼搏的精神。在这个过程中，我意识到自己在个人能力和团队精神上的不足，并通过努力改进与学习，逐渐取得了进步。接下来，我将分别从健康、纪律、团队、坚韧和自信五个方面，阐述我在军训高中阶段的心得体会。

### 第二段：健康（200字）

军训期间，每天的体力训练和激烈的户外活动，让我的身体得到了全面锻炼。更为重要的是，我学会了正确的饮食和作息习惯，对自己的身体健康有了更深刻的关注。通过每天的早操和锻炼，我的体力明显增强，感觉更加健康和有活力。同时，我也意识到了身体健康对于学习和生活的重要性，从而积极调整自己的生活方式，为今后的学习打下了良好的基础。

### 第三段：纪律（200字）

军训是纪律的实践。我们要严格遵守时间表、行进队列整齐划一，按照规定完成各项任务等等。初次参与军训时，我对纪律方面的要求感到有些陌生和难以适应。然而，通过不断的训练和团队协作，我逐渐认识到纪律对于形成一个有序和高效的团队是至关重要的。在训练中，了解并遵守纪律成为我日常生活的一部分，这种自觉性和约束力也让我在课堂和家庭中显得更加有条理和自律。

### 第四段：团队（200字）

军训要求我们要有一个明确的目标，并且团队成员之间要相互协助和支持。这使我深刻认识到团队精神的重要性。通过军训，我更加了解到整个团队的力量是远远超过个体的。在日常的训练中，我们会彼此帮助、相互鼓励，这种团队合作精神帮助我度过了许多困难的时刻。同时，团队中的每个人都起到了自己的作用，并发挥出了自己的优势，这使得训练效果更加出色。团队合作不仅在军训中重要，在今后的学习和生活中也是至关重要的。

### 第五段：坚韧和自信（200字）

军训中，我们经历了各种各样的考验，需要面对许多困难和挑战。这锻炼了我的坚韧和自信心。在初次面对高强度的体能训练时，我曾感到力不从心，但是通过坚持不懈的努力，我成功克服了一次又一次的困难。这些经历让我相信，只要坚持努力，不放弃，就能克服一切困难，取得成功。同时，我也意识到，自信心对于一个人面对困难和挑战时至关重要。只有充满自信，才能突破自己的极限，取得更大的成就。

### 第六段：总结（200字）

军训高中阶段是一个锻炼自我的过程，通过参与其中，我不

仅得到了身体的锻炼，还培养了健康的生活方式和规律的作息习惯。同时，我也了解到了纪律和团队合作的重要性，这对于我今后的学习和生活具有重要的指导意义。此外，坚韧和自信更是让我在面对挫折和困难时保持积极向上的心态，并勇往直前。通过军训高中阶段的经历，我深深体会到坚持、努力和团队合作的重要性，这将成为我今后人生道路上宝贵的财富。