

# 军训学生心得感悟体会 学生军训心得体会感悟(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。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

## 军训学生心得感悟体会篇一

今天我们迎来了一年一度的磨练——军训。想起上次的军训，我紧张又期待。

同样的流程，不同的认识。一年前的军训时，我们还是谁也不认识谁，现在已经熟悉彼此了。我们分到了一个比较年轻而且脾气很好教官。这样会让之后的四天军训生活好过一点。

上午的训练出了个小插曲。在无数领导讲完话后，居然下了雨。还好不大，我们就冒雨开始军训。第一项，排队。好不容易排完了队。雨变大了，我们只得回到了教室。

在教室的这段时间里，我们先听了教官讲话，之后站军姿，接着阅读背诵。待到一切都结束后，天空放晴，我们又回到了操场军训，结果才过了不到20分钟放学了，上午的军训就这样结束了。

下午的训练，令我印象最深的就是老师发我们蹲着。理由是我们放水杯的时候磨磨唧唧，打打闹闹。有人说蹲着这么舒服，还叫惩罚。呵呵，此蹲非彼蹲，他会将全身的重量集中在右脚脚尖上，让你疼上一阵。

最开始我根本不在意，心想，蹲着比站着舒服多了。结果才蹲了不上一分钟，我就后悔了。我感觉我的右脚尖尖的骨头

要碎掉或者马上就要被错位了。

虽然军训很苦，很累，但有助于增强我们的体质。据我观察，现在青少年体质已经越来越差，光升个国旗就有人呕吐，站一会儿军姿，这个头疼那个肚子疼……倘若我们再不锻炼，就真成了一步三晃，弱不禁风的林黛玉了。

所以请大家认真对待军训，爱护自己的身体。

## 军训学生心得感悟体会篇二

军训是每个大学新生入学的第一课，对于我们来说是一次独特而难忘的经历。经过一个月的辛苦训练，我受益匪浅，不仅锻炼了身体，培养了意志品质，还收获了宝贵的团队合作经验。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会，从个人成长、协作能力、纪律意识、自信心以及坚韧毅力五个方面进行探讨。

首先，军训让我在个人成长方面有了很大的提升。军训期间，我们每天凌晨起床，严格按照时完成各项训练任务。在火热的夏天里，有时候当我感到疲惫和无力时，我会告诉自己要坚持下去，要超越自我。逐渐地，我的意志力增强了，对困难有了更强的抵抗力。这种坚持不懈的精神也影响了我的学业，我不再轻易放弃，而是勇往直前，解决问题。

其次，在军训中，我学到了如何优秀地与他人合作。军训是一个集体训练，每个人的配合是非常重要的。我们要齐心协力，共同完成任务。在这个过程中，我学会了倾听和信任他人，意识到团结合作的重要性。通过与队友的相互支持和帮助，我能够更好地完成任务，也更好地与他人相处。

第三，军训激发了我对纪律的重视。在军校训练中，纪律是最基本的要求。军官严格要求我们按时完成各项任务，违反纪律将受到相应的处罚。这种严格的训练让我明白纪律的重

要性，让我逐渐养成良好的生活习惯和学习态度。我学会了按时起床、准时上课、按要求完成作业等，这些习惯不仅是军训中的要求，也是我们作为大学生应该具备的基本素质。

第四，在军训中，我找到了自信心。一开始，面对初入军训的陌生环境和困难任务，我感到有些害怕和紧张。但是，随着训练的进行，我逐渐适应了环境，并且对自己有了更大的自信。在教官的悉心指导下，我渐渐掌握了一些军事技能，我的表现得到了认可。自信心的提升也让我在其他方面更加积极主动，勇于尝试新事物。

最后，在军训中，我培养了坚韧毅力。军训的过程充满了各种困难和挑战，有时候我们会因为训练强度过大而想放弃。但是，我坚信只有坚持下去，才能够看到成果。每当我感到疲惫和迷茫时，我会想起父母的期望和自己的目标，再次振作起来。通过尽力克服困难，我感到了满足感和成就感，这也让我更加坚信自己的能力和潜力。

通过这次军训，我综合提高了个人素质，增强了团队合作能力，培养了纪律意识，树立了自信心，锻炼了坚韧毅力。这些体会不仅适用于军训，也会对我的学习和未来的发展产生积极的影响。我相信这段经历将成为我宝贵的财富，指引我在人生的道路上不断前进。

### 军训学生心得感悟体会篇三

随着一轮明月渐渐落下，太阳缓缓的升起，鸟儿叽叽喳喳叫了起来，人们也都苏醒了。在山东大学南校的操场上，来了一群初中生和几位体育老师，这是初一新生在军训，这群初中生穿着整齐的校服，白色上衣，蓝黑色裤子，上衣上面绣着几个红字：山东大学第二附属中学。我就在这群初一新生当中，我们好奇的看着四周的场景，来到了一片宽敞的操场，开始了五天的军训。

来这之前我听几名大哥哥说：这里教练非常严，军训起来非常苦。我听到这些话以后，心里就打起了鼓。这次军训累不累，老师严不严等等问题在我的脑子里打转，今天是我第一天军训，我带着重多的疑问和忐忑不安的心情开始了军训。

一二一，一二一，稍息、立正、向前看齐，手放下，站军姿2分钟，有一位同学动就加时一分钟！老师严厉的对我们说。

不就是两分钟吗？站一会儿就可以了，真简单！我想到。可是说起来简单，做起来难；那些小飞虫好象想捣乱，在我们的头上乱飞，有几个同学忍不住动了几下，被老师发现，加时一分钟，我们不敢再乱动，3分钟漫长的过去了，我们都出了一口气：终于完了！我们练原地转圈，有些同学都分不清左右，不时地转错方向，但最终全体同学没有一个人转错。

后来，我们开始学武术操，从这个名字就可以知道，这个操比较适合男生，这下子，我们可以不做那种到处显着女生味的女生操了。因此，我们学操只用了一个上午就完全学会了。在接下来的几天里，身体不是酸，就是苦，也有辣，但在体质、精神上尝到了甜头。不过有一个同学因说话被罚做蹲起跳200个都快站不起来了，从此没有一个同学乱说话了。

就这样，五天的军训时光就这样过去了，我们在这短短的五天里学了很多，坚持不懈，不到目的不罢休苦中带甜，最后我们都享受到了胜利的喜悦。

一轮红色的'太阳渐渐落下了，淡黄色的圆月缓缓升起，天空中，无数的星星眨着眼睛，夜晚蚩蚩知知的欢快地叫着，安静极了，我们也进入了甜蜜的梦乡。

## 军训学生心得感悟体会篇四

作为一名大学新生，军训是我人生中难以忘怀的经历，这一过程让我获得了很多启示，更让我对人生有了更深刻的认识。

通过军训的锻炼，我深刻认识到了团队合作的重要性、自身锻炼的必要性、坚持努力的重要性、品质教育的重要性以及作为一名中国人的使命感。总的来说，军训后让我成为了一个更强大、坚韧、直面困难并永不言弃的人。

首先，军训让我深刻认识到了团队合作的重要性。在军训中，我们要严格遵守规则，服从命令，并进一步了解了团队合作的意义。早上起床时大家一起克服了懒惰，加强了团队协作的意识，时刻铭记着团队才是最宝贵的。不仅如此，团队精神还在整个军训过程中强化，使我们永远不会忘记：真正的团队合作可以战胜一切。

第二，军训让我认识到了自身锻炼的必要性。在军训中，我们每天都会经过长达数小时的极端运动，每当我们感觉疲惫、无力时，教官告诉我们必须继续坚持下来，才能得到成长。通过坚持不懈的努力，我的体能和耐力逐渐提高，同时我也逐渐变得积极向上，更加坚定了自己的目标。我认识到，没有努力就没有所谓的成功，只有不断提升自己，才能真正让自己发生变化，让自己获得成功。

第三，军训让我认识到了坚持努力的重要性。军训是一项非常辛苦的工作，每一个环节都需要花费很多的时间和精力。然而，我们每个人都知道，如果我们放弃，就会所获得的成果也会随之消失。在军训中，我学会了如何在艰苦的环境中坚持下去，如何克服疲惫和困难，如何保持动力和热情。我没有停下脚步，我消耗了所有的力量，然后在军训中坚持下来，让自己更加成长，走向未来。

第四，军训让我认识到了品质教育的重要性。军队是一种产品，也是一种精神文化产品。军训强调人文理念和人性关怀，让我更加了解如何推广品质教育，让我更好地理解如何提高我自己的品质。在我看来，品质教育对于每个人都非常重要，因为品质影响一个人的一生。

第五，军训让我认识到了作为一名中国人的使命感。在军训中，我深刻了解了军人的职责和责任，我知道自己是我国未来的担当，在时机成熟的时候一定会为国家和人民做出更大的贡献。无论在哪个领域，作为一名中国人的使命感都需要我们不断接受挑战，积极向上，勇敢冲破自己的极限，去面对每一个难点，去完成每一项挑战。

总之，军训深刻影响了我对珍惜生命、珍惜国家和珍惜人生的看法，我认为只有坚定信念，不断与自己斗争，才能不断提高自己，让自己变得更加优秀。在将来的过程中，无论遇到多少困难和挑战，只要我们充满斗志和自信，坚韧不拔地努力，必定能够在自己的人生道路上越走越远，实现自己人生的价值和奉献。

## 军训学生心得感悟体会篇五

x月x日，是我开始走进新集体的第一天，也是我军训的第一天，这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。

这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

## 军训学生心得感悟体会篇六

军训是每个大学新生入学后必须经历的一项重要活动。作为新生的我，心里有些紧张又期待，一方面是对军训的未知，另一方面是对自己能否顺利完成军训的担心。然而，经历了第一天的军训，我渐渐明白了许多道理，也深深体会到了军训的重要性和意义。

第一天的军训，我们首先进行了军装发放和更衣。当军装被教官一件件交到我们手上时，我感到一种肃穆的氛围扑面而来。穿上军装，我仿佛转变成了一个战士，责任感和使命感油然而生。我明白，军装不仅仅是一种装束，更是一种身份的象征。军装的僵硬和拘束并不是为了我们感受不便，而是要培养我们严谨和纪律的意识。

接着，我们进行了队列训练。教官严肃的口令声让我们起初有些摸不清头脑，但渐渐地，我们开始逐渐适应。站军姿、跑步、转体等一系列动作，看似简单却并不容易。尤其是站军姿，一般人根本无法想象它的辛苦。当脚掌发麻、双腿发抖的时候，原来“站好”两个字背后是如此需要毅力和耐心。

军训第一天的最后环节是操场训练。教官指导我们进行拉伸、热身等运动。我感受到了身体的酸痛和肌肉的紧绷，但这让我更加明白了军训的必要性。作为现代大学生，我们的生活习惯常常偏向于静止，缺乏锻炼。军训通过操场训练等活动，让我们的身体得到了锻炼，提高了身体素质。

通过第一天的军训，我明白了许多道理和观念。首先，纪律的重要性。只有在严格的纪律要求下，我们才能变得更加严谨和自律。其次，耐心和毅力的必要性。军训中的一系列动作需要我们保持耐心和毅力，坚持和坚忍不拔是成功的关键。最后，集体的力量。军训强调集体的力量，一个人的力量再大也是有限的，只有与大家团结协作，才能完成更多和更艰巨的任务。

军训第一天的感悟让我对军训这个活动有了更深刻的理解和认识。军训是一种培养学生自律、毅力和团队精神的重要方式。通过这一天的训练，我也更加坚定了自己的信心，相信只要坚持下去，我一定能够战胜一切困难，成为一名优秀的大学生。军训虽然辛苦，但它培养了我们的坚强意志和团队精神，帮助我们更好地适应大学生活，为未来的成长奠定了坚实的基础。

## 军训学生心得感悟体会篇七

第一天，我来到军训场地，心中充满了紧张和期待。看着一群群穿着军装的同学，我不禁感到自豪，因为我们将要接受一段短暂但意义非凡的军训生活。然而，随着时间的推移，军训的苦楚和辛苦也随之而来。但正是这份艰辛，让我明白了许多道理，也收获了很多。

第二天，起床的响亮号角便将我从睡梦中唤醒。刚刚开始，站军姿、双手叉腰、行军动作，每一项都让我感到困难且痛苦。但军教员的耐心讲解和不断的练习，使我逐渐熟悉并掌握了这些动作。通过不断的反复练习，我的身体机能得以提高，并且更加明白了一个军人最基本的准则——纪律。没有严格的纪律，我们无法像一个整体那样配合默契。军训让我深刻体验到纪律对于集体的重要性，也为我今后在生活中培养了坚持纪律的良好习惯。

第四天，我们开始了操场上艰苦的体能训练。天公不作美，炙热的阳光几乎让人喘不过气来。但我并没有选择放弃，而是鼓起决心坚持下去。在严厉的教官训练下，我感受到了自己的身体素质得到了显著的提高。跑完800米，被浸湿的军装背后是我内心的幸福感。这种挑战自我、超越自我的努力，不仅是对我自己的一种锻炼，也是一种对团队精神的呼唤。军训让我明白，只有团队中每个人的努力与奋斗，整个团队才能变得更加强大。



第七天，我们进行了实战化演练。我发现，让一个团队在高强度的战斗中保持一致，需要的不仅仅是个人素质的提高，更需要团队合作的默契。每个人都要忘掉自己，只关注团队和任务，紧密协作，如同一人。只有这样，我们才能迅速完成任务，保持整体性。这让我明白了一个团队的力量是无穷的，通过团队的共同努力，可以实现许多看似不可能的事情。

第八天，毕业典礼天。伴随着严肃的军乐声，我感受到了一份深深的骄傲。我们身上的军装和整齐的队伍，是我们在短短十天中付出辛苦努力的证明。通过这十天的军训，我获得的不仅是军事素养，更是一种军人的品质和责任感。我们懂得了坚持不懈的努力和团队合作的重要性，明白了纪律的价值和对社会的责任。这让我深感军训不仅是为了提高我们的素质，更是让我们担负起更大的责任，为社会做出更多的贡献。

军训虽然带给我了许多辛苦和挑战，但是通过这段时间的锻炼，我收获了许多宝贵的体会。我深深明白了军训不仅是提高我个人素质的机会，更是一种对国家和社会的责任感的唤醒。这十天的军训不仅让我体验到了坚持和勇敢的重要性，也给我带来了自豪和成长。我相信，这段经历会对我以后的人生起到重要的影响，让我更加坚强、自信和成熟。

## 军训学生心得感悟体会篇八

今年夏天，我升入了曙光学校中学部。学校为新生组织了为期五天的军训活动，让我们学习军人作风。

我们班的教官姓张名川，是四川人。他的性子很好，用他自己的话说：“我是个善良的人，你们训练会好受些。”果不其然，他对我们很好，常常让我们休息。但有一个条件：训练必须搞好，否则就一直训，直到他满意为止。我们为了休息，只好卖力的训练。毕竟辛苦这一会就能放松一下。结果我们休息次数比较多，时间比较长。但有一次在训练跑步走

时，我们连着训练了一个多小时还没达到要求，在他终于满意时，对我们说：“机会是自己创造的，不是别人给的。你们给自己创造了一个机会！休息！”

没错，只要你肯下功夫，努力去做，去做好一件事或一项本领，不用你去满山遍野找展示的机会，别人自会发现你。相反，如果你不努力，靠势力弄来个机会，就算搞好了别人也不认你。

军训时我还发现了一个特点，即使条件再艰苦，再困难，上级问你时，你一定要回答：“不！我不累！”这是为什么？我曾思考过这个问题。我认为，在执行任务时甚至训练时，没有那么好的条件来供着你，这种回答是一种士气的提升，它会不断地暗示自己：我不累，我坚持得住，我能行！身体就会轻松起来。这种信念和目标，支撑着自己前进，即使这是根本不可能完成的。

但你达到这一目标时，有可能会因为没有了目标而感到迷茫，所以人生就是一个不断给建立目标，实现目标，更新目标的过程。让人生有想头——最妙之事莫过于此。

军训虽然结束，但军人的精神会伴随我一生！

## 军训学生心得感悟体会篇九

九月是相识，相聚的日子，也是分别的日子。踏入师大门的我们相识在师大，相识在材料班，但也避免不了和家人朋友说再见！

进入师大的第一课就是军训，这是“噩梦”和兴奋的起点，炎炎烈日当空，军姿二十分钟，汗珠划过我们的脸颊，背脊，这是常态，久而久之就觉得这个更像“噩梦”，厌倦这样的生活，可是这是我们进入大学必须接受的洗礼，所以每个人都咬牙坚持着，挑战自己的底线。幸运的是这些艰难困苦都

有材料班的同学一起陪着度过!这样的日子难和乐并存。

在这短暂的一周的时间里，我们尽情地磨练自己，挑战自己，严格要求自己。

军训期间开展的一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实际工作中的重要性;立定、稍息、原地转向、齐步走、跑步走和正步走等训练项目，让我们体会到了在建设新世纪的社会主义现代化事业中必须具备艰苦奋斗、吃苦耐劳的优良传统。严格的管理、严谨的训练也增加了我们的自我约束力和时间观念。

军训是酸的。每天我们八个小时左右的训练，昂首，挺胸，这些是最基本的要求。不用一天的时间，脖子、肩膀、手腕、腿都酸了。

军训是苦的。经过了一周的训练，腰酸背痛不用说了，大腿更是连走路都忍忍作痛。可这么一些劳累算得了什么呢?忍着痛，我仍尽力地将每一步走好，坚持到最后，虽然这当中包含着多少的艰苦。

军训是辣的。严明的纪律，在军训生活中必不可少，一不留神听错教官的口令或者完成不好标准动作就要被点名单独出列加操，脸上火辣辣的滋味真的不好受。

军训是甜的。用“苦尽甘来”四个字来修饰军训很合适。一周的刻苦训练我们都坚持下来了，后面一周的时间我们换个角度去体会吧，一定会有出乎意料的收获。

一声声哨响，一阵阵踏步声，一句句口令声，奏出了属于军人的气质，奏出了军人的灵魂，更奏出了迷彩的本色，一顶顶帽子，一条条腰带，一套套军装，穿出了军人的生活，穿出了军人的习惯，更穿出了迷彩的本色。

为时一周的军训让我这一周的时间过得很充实，军训生活就像五味瓶，有酸甜苦辣涩，但经历了苦辣，才知道甜的珍贵，因此，我会努力学习，发扬军训精神，报效自己的祖国！