

# 最新中学军训一天的心得体会(通用5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 中学军训一天的心得体会篇一

在这次的军体操训练中，我深刻的体验到了这句话的含义。让我体验到军旅生活之艰辛，感受到军人的精神风貌。军训过程中，要有明确的时间观念。一切行动听指挥。做事要有集体荣誉感。所学的动作在整个集体中要协调，让我们要有团结精神，体验“一花独放不是春，万紫千红才是春”。

感受军训，让我清楚的明白红军二万五千里长征的艰辛，旧中国的黑暗，广大人民处于水深火热之中，是无数的革命前辈用鲜血换来今天和平幸福的生活，他们那种顽强的精神勇往直前，舍身取义的情操将会深刻的印灾我们脑海中。

我们作为新世纪的青年，更应该有时代的责任感，肩负历史的使命——振兴中华，历史的机遇需要我们去把握，时代的重任需要我们去承担，宏伟的目标需要我们去实现，实行军训能够让我们严于要求自己，懂得自己现在正年轻，从而体会军训不是一种折磨而是心态，是坚强的意志，宏伟的气概。感悟到清楚是生命深泉的自在奔流。

军训是一种锻炼，更是一种自身的深华，正如腊梅欲雪而馨，枫叶经霜而红，是自然界的风霜雨雪使它们显的更美丽，活，他们那种顽强的精神勇往直前，舍身取义的情操将会深刻的印灾我们脑海中。

## 中学军训一天的心得体会篇二

时光飞逝，世事变迁，我又遇到了军训。这是我人生中的第二次军训，军训对于受过训练或者没受过训练的人来说都很累。现在，我们已经在这烈日下训练了第三天，但是这些严格的命令，漫长的训练，暴躁的太阳，真的让我们这些被宠坏的孩子难以忍受。

我们知道军训是一场考验，是磨练意志的考验，是褪去女人味的过程，是把我们变成英雄男人的时刻！

所有的学生都觉得军训苦，但没有一些感冒就不能得到梅花香。这个道理大家都懂，所以大家都付出了非凡的努力。当我们第一次以军人的姿势站着的时候，我们都感到筋疲力尽，但是当我们像松树一样以军人的姿势站着的时候，我们不禁感到自豪。即使很累很苦，我们还是坚持训练。

大家在外面说教官都觉得刺耳冷血，但我写的教官也有善良的一面。我们训练的时候，他总是和我们一起微笑，和我们一起休息玩耍。大家都很开心，但是训练的时候他对我们要求很严格，教我们的都是最好的。每个教官都有一种争强好胜的心态。每次遇到他都会暗暗纠结，但有时候只会给教官带来耻辱。为了不再让我们的教官尴尬，大家拿出12分的心理战，努力，努力，再努力！最后的演练要回报导师的指导！老师用他的热情和刻苦的教学很好地管理了我们。我毫不怀疑，我们已经成为最真诚的朋友。

经过两天的训练，我们一排排的队伍像笔直的杨树一样站在草坪上，口令在每个学生心中响亮地回响，瞬间改变了他们的动作。这是对我们灵魂和肉体的双重考验。如果我们坚持，我们就是国王！这是军训，难忘啊！

## 中学军训一天的心得体会篇三

这次为期三天的军训，给我的感觉只有一个字：累。

军训前，我只是觉得它十分简单，甚至抱有一种去玩耍的心态看待它，但军训一开始，仅仅是一个上午，我就深深的感受到了军训的艰苦。我们在火辣辣的太阳下训练坐姿，并听教官讲话。两个小时后，回到宿舍就直接趴在了床上。

要说最苦的还是站军姿。教官给我们的要求是两脚分开六十度，两脚挺直，大拇指贴于食指第二关节，两手自然下垂贴紧。收腹、挺胸、抬头、目视前方，两肩向后张。前几分钟我还没有感觉，但五分钟后，我就能清晰的感受到两腿的酸痛。十分钟结束，我几乎就站不下去。但我们一起唱团结就是力量时，我坚持了下来。

通过这三天的军训，我长大了很多。我真正的懂得了团结合作就是力量，一个团队只靠一个人，连饭都吃不上。我也知道了，如果还像一个懵懂无知的小学生一样，天天睡到自然醒，是不能适应初中的学习与生活的。我还明白了，没有强健的体魄，再好的学习计划，也不能实现。不仅如此，纪律的重要性始终贯穿在整个军训。由此，我深深的体会到，没有纪律将一事无成。

孟子曾说“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。”这次军训虽然累，但我的收获却非常丰富。在今后，我一定会把军训的标准用于学习生活中，这样才能成为一个优秀的中学生。

## 中学军训一天的心得体会篇四

今天是军训的第1天，教官还是昨天的教官。总教官吹响哨子，喊了一声开始训练，大家又回到了昨天的忙碌中去。

教官站在队伍的前面，喊道“全体起立！站军姿十分钟”。大家连忙甩掉懒散的状态，提起精神来，我们齐刷刷地站了起来，又全神贯注地投入训练之中。教官也和我们一样站军姿，教官盯着我们所有的人，我们也看着教官。十分钟结束后，教官让我们休息一下，活动活动膝盖、脚腕。

教官整理了一下队伍，让我们齐步走，并说：“你们是一个整体，大个迈步要小一些，小个迈步要大一些，这样才能使排面整齐。”

我们练了十多圈，这才让教官满意。

总教官一声哨响，全体休息十分钟，大家都到操场边上坐着。教官被总教官叫去，好像上课似地说了一段话，也去旁边休息了。

再集合时，教官对我们说，其它班级的教官都认为我们走的很好，所以决定交我们下一个动作。

下一个动作叫正步走，迈出的腿要踢出来，落地时要有声音，胳膊一个放在胸前，一个甩到后面。教官说这是在正式场合下用到的。我们每个人都用尽了全力，不一会儿每个人的腿和脚都生疼。

终于结束训练了，教官说“大家军训时要尽全力、要认真，这样我们才能有机会在全校面前展示自己的风采！”

教官话音刚落，所有人都鼓起掌来，不知道是为教官鼓掌，还是为自己鼓掌。

今天的军训也特别有收获，希望以后的每天都能保持良好的态度去认真对待一切，遵守纪律、永远不要说不可能！这些将在以后的生活中指引我前行。让每一天都有新的收获，奋战三年，青春无悔！

## 中学军训一天的心得体会篇五

轻轻地，我们翻开了初中生活的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

第一次，我们收获了初中一年的汗水浇灌成熟的果实；第一次，我们穿上让人羡慕的军装；第一次，我们用自己的双手创造属于自己的美好生活。许许多多多个第一次，串成了我们的初一——这一个飞扬着绚丽梦想的初一，一个等待着我们用手中的画笔描绘出缤纷色彩的初一。

步入初一，我们迎来了如火如荼的军训。

都说军训是艰苦而枯燥的。当我们怀着满心的好奇踏入这片绿茵，看到了炎炎烈日下身着一身亮丽的迷彩装的我们，有如五线谱上舞动的旋律演奏着我们人生中的精彩乐章。

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。但是，在这炎炎的烈日下有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是，在这片绿茵上，有我们洒下的汗水，相信在以后，必将开放出鲜艳的花朵。

都说“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，“吃得苦中苦，方为人上人”。是军训，让我们拥有战胜困难的勇气；是军训，让我们懂得团结互助；是军训，开启了我们辉煌的青春。

军训告诉了我们要坚持不懈，努力奋斗。