

军训心得体会与感悟(实用8篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

军训心得体会与感悟篇一

第一段：军训的目的与意义（200字）

作为现代社会中维护国家安全的一项重要工作，军事训练是所有年轻人必须经历的阶段之一。作为一名即将进入大学的高中生，我有幸参加了本校新生军训。这次军训的目的不仅是为了锻炼我们的身体素质，更是希望通过军事训练来增强我们中华民族的爱国精神，培养我们做有责任感、有担当、有纪律的优秀青年人才，为国家的未来建设做出贡献。

第二段：军训中的困难与挑战（250字）

刚开始的几天，我们迎来了炎炎夏日高温的季节，身体适应不良的我，每天训练后几乎瘫倒在床上，每个关节都感到疼痛。但是，在军训中的困难和挑战也彰显了自身的品质。不久后，我逐渐开始适应了这样的训练，每天坚持练习，不论天气如何，也不再感到疲惫，这种坚韧的力量开始成为我日后的人生信念之一。

第三段：军训带来的收获与收益（350字）

军训对我来说，不仅仅是锻炼体质和意志力的过程，更是学习为团队付出和协力合作的过程。在这个过程中，我们学会了不怕困难和向困难进攻的勇气，也体会到了互相搀扶、合作配合的重要性。军训期间，我开始意识到自身的责任和使

命感，认识到自己是大家庭中最小的弟弟，虽然还没有成年，但是我要用自己的行动证明自己可以担任起这个家庭的一份子。

第四段：军训中的友情与感受（250字）

军训不仅仅是锻炼身体和战斗力的过程，也是一次学习分享和友情交流的过程。在这段时间里，我认识了很多新朋友，他们都是来自不同城市和学校的同龄人。我们一起吃饭，一起训练，一起寝室，搭档出勤和相互之间帮助。可以说是这种天伦之情，让我更加懂得自己的成长和前进道路上，兄弟族的存在对自己的帮助。

第五段：军训对个人成长的影响和启示（150字）

军训上，我们分享了很多生活的经验和人生感悟，也在这样不断的交流和沟通中不断地反思和成长。军训结束后，我觉得自己不仅身体变得强健了，做人的价值观和思想素质也得到了很大的提升。我相信，在未来的人生道路上，我会更加坚韧和勇敢面对各种面临的问题和挑战。军训经历，不仅带给了我痛苦，也带给了我成长，同时也让我对爱国和国家的未来充满憧憬。

军训心得体会与感悟篇二

在三月份的12日至14日，我们去了军训。在这短短的三天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浹背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。在军训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们。如果说站军

姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的部队纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写体会。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。在宿舍生活中，我还对团结就是力量这句话有了更深的体会。在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。

团结就是力量，力量是铁，力量是钢……

军训时，我明白了只要团结和坚持才能成功。因为我们是一个集体，所以我们要团结一心，这是教官时常对我们说的。

下午我们在练习踏步走的时候，大家早已累得腰酸背疼，在队伍里不停地抓耳挠腮，太阳的烘烤，蚊虫的叮咬使我们烦闷不堪。但是，重要的是我们踏步时动作完全不一致，整个队伍完全是一盘散沙，教官却一直鼓励我们，激烈奋昂地说：“你们是一个集体，就要为你们这个集体付出，不要只顾自己走，注意身边的同学……”。经过无数次失败，教官无数次说过“你们能行”，我们终于动作一致走整齐了，这得多亏教官亲自教几个踏步动作错了的同学，再加上我们的团结和坚持才能成功。

之前在升旗仪式上，有些同学中暑、肚子疼、想呕吐。体能不怎么好，但是最后他们都坚持了下来，尽管请过几次假。

一根筷子掰得断，十根筷子掰不断，我们要像蚂蚁一样团结互助；坚持是成功的彼岸，我们要坚持不懈，成功离我们就不远了。

这只是军训第一天，就使我难以忘怀，也受益匪浅。团结就是力量，力量是铁，力量是钢。

军训心得体会与感悟篇三

作为一个高一新生，今天我参加了军训，这是我在人生中第一次参加这样的活动，让我感悟颇深。从学习军事礼仪到学习防身术，以下是我这几天军训的感想和心得体会。

第一段：饱含深意的开头

军训是一项充满挑战的活动，它不仅考验着我们的体力，还要求我们遵守纪律。严格的训练，让我们面对自己的弱点和不足之处，更让我们明白了团队协作的重要性，感受到了集体力量的强大。

第二段：持续的锻炼

军训的日程安排非常紧凑，每天早晨五点半起床，六点半就开始了集体晨练。我小时候是不爱运动的，可是现在我明白了运动的重要性。经过持续的锻炼，我的身体已经变得更加健康了，也提高了自己的体能水平。而且，每日晨练更能让我每天清新醒脑、充满精力地面对学习和生活。

第三段：严格的纪律

每天的元旦升旗仪式，让我更好的了解了军事规矩，我们需要保持垂直立着、脚距严格相等、神态端庄等一系列动作举止。首长讲话时我们要保持肃静，等待前序官员的示意再作出回应。这种严格的规矩也让我品尝到了井井有条、安安静

静的感觉。

第四段：团队精神

团队精神是军训中最令我感动的一点。在集体拉操、投球、拔河等活动中，同学间始终相互配合，默契无间，这也让我感受到了一个团队的无穷力量。大家为了同一个目标而努力奋斗，不仅磨练了我们的意志，也让我们互相之间更加团结。

第五段：总结与启示

这次军训让我明白了一些与成长有关的道理。通过这几天训练，我也让我更明白了坚持、努力就是成功的第一步，我们必须在生活中时刻保持上进心态，才能够更好地适应大环境。此外，教官们的教诲，让我们也更深地理解了团队协作的重要性，以及互相之间理解和体谅的必要性。

在这次军训中，我不仅完善了自己的体魄，更深刻认识到了团队中协作的重要性。我想，这次经历不仅让我学习到了知识，更让我更加坚定了追求卓越的信念。生活中无处不是坑，脚下的路才是最重要的。走好自己的路，让自己成为最好的自己，这便是我对军训的经历的总结与启示。

军训心得体会与感悟篇四

高中军训结束了，这是我人生中第一次参加军训。在这一个月的时间里，我们度过了紧张刺激的日子。通过训练，我感到身体和精神上都有了很大的提高。在这篇文章中，我将分享自己的感想与体会，与大家共同交流学习。

（2）高一军训结束感想心得体会——训练的重要性

训练是军训中最重要的一环，也是收获最大的地方。在训练中，我们锻炼了自己的毅力和意志，也学习了许多实用的技

能。比如，我们学会了如何快速爬山、如何跑步时无声无息。在全体同学的共同努力下，我们很好地完成了所有的训练任务。通过训练，我认识到了身体的极限，更找到了自己潜藏的力量。

（3）高一军训结束感想心得体会——团队合作的重要性

在军训中，我们不只是一个人在训练，更是一个团队在战斗。每个人都要维护团队的荣誉，团队中的每个人也都成为了我们共同成长的伙伴。我们伴随着欢笑、汗水和努力，一起走过艰辛和难关。在团队的帮助下，我们共同砥砺前行。在一个公共的平台上，我们展示了自己的优秀品质和卓越表现。

（4）高一军训结束感想心得体会——领导力的提升

军训中的小分队竞赛、集体操和军事模拟演练都需要一个出色的领袖。作为领导者，需要发挥出统筹规划的能力、组织协调的能力和鼓舞士气的能力。通过在军训中的领导者角色，我学会了如何在压力下保持镇定，如何调动团队成员的积极性，如何制定合理的计划。这些都是我人生成长中很重要的一步。

（5）高一军训结束感想心得体会——展望未来

军训的日子结束了，但是我们的人生刚刚起步。每个人都要为自己制定未来的计划和目标。在未来的生活中，我们将面临更多挑战，需要具备更多的知识和技能。通过军训，我们要学会如何自律、如何面对困难、如何适应环境。这些都是我们未来人生中很重要的经验。

（6）高一军训结束感想心得体会——总结

在这一个月的高一军训中，我学到了很多。通过训练，我不仅锻炼了身体和意志的力量，更学习了团队合作和领导

能力。未来的日子还很长，但是我们要勇敢地面对未来。只有坚持不懈地努力，我们才能实现人生的梦想和目标。这次军训收获很大，也让我更加坚信：只要我们努力，就能够创造出更加美好的未来。

军训心得体会与感悟篇五

今天是军训的第一天，向军训基地进发的路上，同学们都满怀激动与欣喜。在一番跋涉之后，大家终以良好的面貌开始了为期一周的军训。穿着咱新的迷彩服，一股自豪之情溢上心头。

简单的训练及午餐之后，大家热火朝天地整理起了内。高涨的热情在叠被子，扫地，洒水等一些列杂务虽有稍稍减退，但面对干净清爽的宿舍——我们的劳动成果，舍友们都露出了欣慰的微笑。

常言道：良好的开端是成功的一半，相信我们的军训一定会成功完成，我们终将以团结有序的面貌展开新学期。

军训心得体会与感悟篇六

为期四天的军训终于在震彻云霄的口号声中，在斗志激昂的会操表演中，圆满地结束了。我们的内心是累并快乐着的。

这次军训是我第一次参加军训，通过军训使我明白了许许多多平时了解不到的东西，学到了许许多多平时学不到的东西。当我们头顶着烈日在教官严格的要求下站军姿时，我懂得了当一名军人的艰辛，并且知道了什么叫铁的纪律。

当我们这些在家都是“小皇帝，小公主”的同学们做完许多剧烈运动，被累得要趴下时，听说同寝室有人不舒服时，都能够主动相互问候，相互关心，并且能拿出一些简单的应急处理方案时，我懂得了什么叫集体主义精神，什么叫智慧。在

这里我们都是自己洗澡，自己洗衣服。而在家里我们过的是。

衣来伸手，饭来张口的生活，通过这四天的军训，我们同学们都明白了：离开父母温暖的怀抱，我们都能行，在家我们的“不能行”是因为父母过分的关心，过多的分担，使我们减少了锻炼的机会。回到家里，我们要对父母说：你们放手吧，我们都能行。

这次有意义的军训使我在许多方面都得到了提高，它使我们增添了一份成熟，割舍了一份稚气；增添了一份刚强，丢弃了一份柔弱；最重要的是使我们增添了一份自信，割舍了我们的那份依赖。难忘的四天军训很快就结束了，但它一定会成为我们成长历程中的一段美好的回忆。

感谢您——我们的军训！

军训心得体会与感悟篇七

初中毕业后，我就有点儿放纵自己了，觉得没有必要再像小学、初中一样按部就班地遵守作息。但军训让我重新认识自己的身体和心理。身体上，我感觉每天都精神倍增，晚上也早早就睡了，不再熬夜抱怨疲倦。心理上，我发现自己能耐得住性子了，不再一直急躁失控，能耐心听取别人的意见。这些变化也在训练中得到了口碑反馈，我认为这就是感受最强烈的部分。

第二段：跨越自我限制

在军训期间，我们都被训练了一些灵巧的动作，比如下腰爬、起身跳和奔跑跃起塞子等。看起来很不起眼，但是在我第一次尝试时，却发现自己远远达不到标准。他人的优秀表现唤醒了我的积极性，于是我开始尝试多次，一遍一遍跌倒起身，一遍一遍思考如何更好地跨越自我的限制。很快，我的身体在训练中逐渐适应这些动作，而心态也因此变得更乐观，敢

于挑战未知的领域。

第三段：战友之间的感情

在下意识中，军训让我们的关系更加密切。我们不仅是同学，也是战友，一同借助着合力完成一个个任务。有时候，我甚至无法想象和另一位战友之间能扯起来那么多话。在这样的课堂环境下，相互理解能力、包容性都得到了很大程度的提高。另外，不可避免地还有一定程度上的地缘政治影响，有相同老家的人之间会聊一些地方俚语，而一些地方的人也会开玩笑地说各自方言之类的。这些小小的细节交集把人心连接上了。

第四段：不触碰规则底线

实际上，军训的一些项目可能会给我们带来一些心理上的挑战。当比赛获胜最大化能力，误伤成为常态时，我们是否仍然能在规则底线之内探索出最优解呢？这也是一次持久性练习的机遇。训练过程中，从指挥员到学员，甚至是观摩人员都始终坚信规矩的作用。是否是新人，是否有达到胜利的更好方法，推迟自己的心情都能体会到。思考又哪怕只是一小部分透彻印象，都会对进一步的考试有很大作用。

第五段：学习对平凡生活的珍惜

从接受军事训练中获取的东西，可以说是生活中学习价值的一个真实画面。身体、心理的变化哪怕是微小的也都是划时代的。无论是跨越自我限制的过程还是战友之间的感情以及规则底线的力量，都让我重新认识了平凡生活之所以如此珍贵。更客观地说，这次军训让我认识到了一个理念，那就是无论做了什么，都要用心把市方做好，那样才会让自己生活的更加丰富多彩。

军训心得体会与感悟篇八

我们的军训从不死气沉沉，因为那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在xx的'校园里。学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光。教官们铿锵有力的领唱声中流露出了他们对当军人的自豪。

这情怀感染着每一位同学，大家都尽了的努力唱出了最响亮的军歌。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”也许是教官期望我们能团结一致克服困难吧，无论如何，这嘹亮的军歌将激励着我们努力圆满地完成军训。