

最新周记军训的心得体会 军训三天心得 体会周记(通用5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

周记军训的心得体会篇一

三天前，步入新学校，也开始军训了，这次军训对我印象个性深，我都晒得很黑很黑。

那天，来了一个教官司，他很风趣幽默。我们在休息时光叫他“苗哥”，但是在训练场上，他又很严格，一点儿都不马虎，十分认真。开始在太阳底下晒几分钟都受不了，可都官司叫我们要坚持，所以这样让我变得坚强一些了，遇到总是不能退缩，只要坚持不懈，是风是雨总会过去的。

我还受益非浅，比如说：“以前一些不好的习惯也让我有所改正，要站如松，坐如钟，行如风。还让我体会到了父母每一天工作都十分辛苦，为的就是让我好好读书，我不能虚度光阴，浪费光阴，浪费青春，一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，钱来之不易，不能与同学攀比金钱，而要好好学习，回到家中，要孝顺父母，帮父母做力所能及的事情，让父母感到幸福，做起事情来不会那么累，还要取得好成绩让父母高兴，这是对父母最好的回报……”

透过这些天的军训，真的真的让我难以忘记，它让我改京戏，它让我上进，它让我懂得感恩，这次军训晒得好，黑得好！

周记军训的心得体会篇二

作为一名学生，军训是不可避免的一项任务。每个学生都要在军训中接受严格的训练，锻炼自己的体能和意志品质。而写周记则是军训结束后最好的感悟总结方式。本文将从五个方面来讨论如何撰写一篇周记，希望对同学们在此过程中有所帮助。

第一段：开始

一篇好的周记应该从第一句话开始就能抓住读者的眼球，让读者产生阅读下去的欲望。在周记的开头，可以先谈一下此次军训的时间、地点和任务等，再谈一下第一天的感受，比如紧张、兴奋等。同时可以介绍一下自己的小组成员或是和自己合组的队友，让文章更具有个性化和亲近感。

第二段：训练内容

接下来，要详细介绍自己在军训中的训练内容。可以从早晨起床开始，介绍起床时间、早操、排队、集合、晨读等内容。紧接着，就可以详细讲述课目了，比如仪式训练、战斗训练、攀登、运动会等等。文中可以描写自己在训练中的表现与感受，可以谈到自己的收获，以及自己在训练中的不足。

第三段：体验感悟

紧接着，可以结合自己的经历，详细谈一谈在军训中的感悟与收获。比如，对于身体的锻炼、团队合作的意义、更清晰的目标等，表达自己的认识和体验。同时也可以总结自己的不足和下一步的改进方向。

第四段：团队协作

一个人的力量是微不足道的，只有团队协作才能更好地完成

任务。可以结合自己的经历和感受，谈一下小组之间的合作和团队思维的重要性。可以举一些实际的例子来说明小组如何相互协作、相互支持，更协调地完成任任务，以及这种协作对自己和整个小组的积极影响。

第五段：总结

在文章的最后，可以对这次军训进行一个总结，比如自己在军训中的成长、收获和不足。也可以谈一谈对将来学习和生活的影响，并表达对老师和教练们的感激之情。总之，要用心把这次难忘的军训经历记录下来，让自己在回忆时依旧能够感受到当时走过的路上那一种勇敢和坚韧。

总体来说，一篇好的周记要有情感，把自己的感受和经历淋漓尽致地表达出来。另外，要真实、客观地记录训练过程，不夸大不缩小，以尽可能真实的形式呈现给读者。最后，要正确地引导读者（也就是你的父母、老师和朋友）正确的认识和评价自己的表现，这也是写周记最重要的意义之一。

周记军训的心得体会篇三

军训作为每年一度的重要课程之一，旨在培养学生的纪律意识、团队协作能力和艰苦奋斗精神。在接受军训的这几周里，我与同学们一起挥洒汗水、感受着磨砺的洗礼。通过这段紧张而刺激的经历，我们逐渐明白了军训的重要性和意义，也在其中汲取了许多宝贵的体验和心得。

第二段：团队合作的重要性

军训期间，我深刻感受到了团队合作的重要性。在日常生活中，我们往往是以个人为中心，自私自利。然而，在军事训练中，团队合作是成功的关键。无论是进行队列训练、军歌演唱还是实地操练，我们必须互相协作、密切配合，才能达到预期的效果。而这样的合作精神，在现实生活中同样适用。

无论是工作还是学习，只有团队的齐心协力，才能取得更好的成果。

第三段：克服困难的毅力

军训不仅是对体能的考验，更是对心理的磨练。在高强度的训练中，我们遇到了各种困难和挑战，有时会感到疲惫、无力和迷茫。然而，正是在这样的压力下，我们展现出坚强的毅力和不屈的精神，克服了一个个困难。这使我深刻认识到，只要有坚定的信念和无畏的毅力，我们就能战胜一切困难，取得成功。

第四段：军纪严明的重要性

在军训中，严格的军事训练和纪律要求，给我们留下了深刻的印象。严明的军纪是部队战斗力的重要保障，也是锻炼我们做人做事的良好习惯的重要途径。在军训中，我们要坚守时刻、廉政自律、守纪律，这些都是培养我们自觉遵守规则的素质。只有树立纪律意识，才能使我们的行为更加有序，体现出对集体、对正义的尊重。军纪严明不仅在部队中重要，在社会生活中同样不可或缺。

第五段：军训带给我的收获

军训结束了，我不禁回味起这段特殊的经历。在这几周的时间里，我不仅学到了很多实用的军事知识和技能，还收获了许多更重要的东西。我学到了团队合作的重要性，懂得了相互信任和配合的重要性；我明白了克服困难的毅力和坚持的努力是成功的关键；我也认识到了军纪严明对于个人品格塑造的意义。这些收获将伴随我一生，不仅在学习和工作中发挥作用，也对我未来的成长和发展产生积极的影响。

总结：

军训期间，我们付出了很多努力，也收获了很多成果。通过团队合作、克服困难和遵守军纪，我们在这段时间里得到了升华。我们的身体得到了锻炼，意志得到了磨砺，更重要的是品质得到了提升。通过这次军训，我们明确了许多原本模糊的目标，也深刻地认识到了自己的优势和不足。带着这些收获和体验，我相信我们会在未来的道路上更加坚定、自信，为实现自己的梦想而努力奋斗。

周记军训的心得体会篇四

周记是学生在学习中的一种重要形式，通过周记，不仅可以总结自己一周的学习情况，更可以自我反思，发现自己的不足，这对于促进学生的全面发展非常重要。而在军训期间，学生所感受到的不仅仅是身体上的疲惫，更是心灵上的磨砺，如何写一篇优秀的周记呢？下面就来谈谈周记军训的心得体会怎么写。

第一段：开头，突出主题

周记的开头往往决定着整篇周记的水平和质量，因此需要用到一些有意思、符合语境的开头来吸引读者的注意力。在写周记军训心得体会的开头，可以先提出主题，比如可以写：这一周，是我人生中难忘的一周。接着，可以简单地介绍军训的经过，突显自己的心情以及对军训的看法。

第二段：谈谈军训的困难和自己的感受

军训不仅仅是对身体的磨炼，更是对思想的锤炼。因此，在写周记时，需要紧扣一些重要的思想、人生哲学等方面。第二段可以谈谈军训期间的困难和自己的感受，比如：军训期间，每天早晨的踏青、长跑、拉伸让我疲惫不堪，但是，我还是咬着牙坚持了下来。同时，也可以把自己心中的一些感悟写出来，比如军训不仅仅是锻炼身体，更是锻炼意志、品质的机会，感悟人生，探索人生道路。

第三段：探究自己的不足和自我反省

作为一次重要的训练过程，军训让我们看到自己身上的不足，以及自己面对问题的能力。因此，在写周记时，第三段可以探究自己的不足和自我反省，比如：我发现自己在长跑的时候，总是很容易坚持不下来，缺乏这个必要的耐力。同时，我也反思到自己总是缺乏自我驱动力，缺乏自我管理能力。在军训中，我明白到了自己的不足，以及如何提高自己的修养，如何更好地完成训练任务。

第四段：谈谈自己的闪光点 and 收获

在军训中，每个人都有自己的独特之处，也都有自己的闪光点。这些不仅可以帮助我们更好地完成军训任务，同时也可以帮助我们更好地发现自己的优势和潜力。因此，在写周记时，第四段可以谈谈自己的闪光点和收获，比如：在军训过程中，我发现自己的耐力、意志、自我节制以及集体荣誉感都得到了提升。同时，我发现自己在团队建设方面也仍有很多不足，需要更加努力。

第五段：总结训练成果和感受

最后一段，也是如何写好周记的重要一环，需要对这一周的训练进行一个总结，并展望未来。在第五段里可以总结自己在军训中的收获和成果，以及从中发现自己的不足之处，展望自己在未来的学习生活中所要表现出来的风采，比如：此次军训收获满满，不仅锻炼了我的身体和意志力，更重要的是，让我看到了自己的不足之处。在未来的学习生活中，我一定会倍加努力，不断提升自己，为祖国、为人民多做贡献。

总之，写好一篇周记需要注意语言的简练、逻辑的清晰、思路的明晰。军训是一次锻炼意志力的机会，同时也是一次探究自我价值的机会。在写周记时，应注意突出主题，写出自己的感受和思考，同时也要提出具体的见解和意见，以期获

得更加精彩的作品。

周记军训的心得体会篇五

军训已经进行到第三天了，我们也开始渐渐适应这严格的军事化训练了。

今天的训练没有前两天那么累了，主要还是练齐步走。因为教官说要把我们的训练成果展示给大家看，所以我们训练的格外认真，卖力，教官更是喊口号喊的嗓子都哑了。

几天军训我似乎明白了一条生活哲理：人应该而且能够适应环境。如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境，如此一种全新的生活……我们适应了，证明我们有极强的适应能力。我自信这一点会让我们受用终生。

以前我们对“服从命令是军人的天职”这句话不是很理解，直到今日，我们终有所悟。我们军训时一切听教官指挥，竟没有谁敢违抗命令。这是为什么？也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我们能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

我们要像白居易写得一首诗：“野火烧不尽，春风吹又生。”我们就是一棵棵小草，任凭烈日骄阳，都压不垮了我们。

环境越是艰难，就越需要坚强，毅力和信心。