

最新军训第五天心得体会(实用5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看。

军训第五天心得体会篇一

早上起来，雨依然淅淅沥沥的下，门前桂花树的芬芳分外馥郁。空气清冷而湿润。

军训已经进行到尾声，同学们的情绪有些低落，这不男生的英语练字本只交了17本，有7位同学没有交：段昭旭、皇甫睿杰、李斌、买尧杰、刘增光、赵俊安和赵兴昱。大概是坚持不住了，或者有什么事？女同学的书写明显好的多。李旭婷和孙正晨还在空白的地方写上两句自己的军训感想：拉练完了，腿不疼了改脚疼了；还是没有桌子，呜呜……挺有趣的。

上午的活动在餐厅内举行，大概是学什么安全消防知识。据孙钰和陈雨霏说，有一项活动分外可怕——就是哪个班说话，哪个班的班长就罚做俯卧撑，一个同学说，做十个，两个做二十个，累计直至五十个。我们班当时只有刘嘉伟在，段昭旭不知道去哪儿了。据说是男生寝室失窃了，靳程皓的游戏机丢了，他们在找。这些孩子，来军训之前就交代他们不允许带各类电子产品，手机，游戏机什么的，如果丢失，后果自负，可是还有很多同学带。吃一堑，长一智吧，不知道他们最后的追查结果是什么？女同学们都在为刘嘉伟担心，不知道是哪个班的班长被罚了150个。还好，我们班的同学没人说话，整个餐厅六个班长，只有刘嘉伟一个没有被罚，这些

孩子真是争气。

教官让各班学习委员交什么笔记。我们班的学习委员还没有选出来。中午的时候，女生寝室组织了一次竞选演讲，三个候选人杨雨濛、王佳琪和孙钰即兴演讲，最后孙钰以超半数选票胜出。不要小瞧了这群孩子，他们缺乏经验，但并不缺乏勇气和热情。

中午又吃饺子，同学们都吃的不多，陈雨霏说：“我想家了。”下午不知道有什么活动，大概很多同学都有些度日如年了吧。

下午还是安全知识讲座。

吃晚饭的时候，到学生餐厅看了一下。大部分同学已经吃过饭离开了。也许是最后一天的晚饭了吧，感觉管理比较混乱。前两天还有同学在餐厅门口礼貌的询问是否吃饱，顺便检查有没有浪费食物的现象，现在没有了，也没有教官。在回民食堂碰到了买尧杰，还有刘增光和段昭旭，俩人跟着买尧杰蹭饭来了。买尧杰说：“回民食堂的饭香，都是羊肉的。”的确，闻起来味道不错。一边说，段昭旭一边逗买尧杰玩，不停的往买尧杰嘴里塞馍，全没了班长的稳重，孩子气十足。一个男生拿了几个馍往外走。我好奇的问，这么好吃，还要捎回家吗？那位同学说，捎给舍友的。

从餐厅里出来，看见王佳琪和几个陌生的女孩在一起，好像在哭。我问她怎么了，她不说。我想是不是中午竞选演讲失利伤心了，她摇摇头，然后含着泪笑着说：“老师，我演讲的时候忘词了。”旁边的几个女生说：“王佳琪小学学习可好了，是我们班的班长。”看来这帮小丫头们竞选活动搞得还挺正规。我说：“没关系，以后还有很多机会，只要自己争取。”她点点头：“老师，我们只是聊聊小学的事有点难过。”唉，小姑娘挺要强的。也许这是她人生中的第一次靠自己的力量独立争取，而且是一次失败的争取，但我想，风

雨洗礼之后固然是“绿肥红瘦”，可是雨后的花更红，草更绿。我们刚刚讲过的课文《在山的那一边》就有这样一句“是的，我们曾一次又一次的失望过……”这就是对待失败的态度，敢于承认失败，敢于正视失败，从失败中发现、突破，失败又何尝不是更为珍贵的宝藏！

惦记着靳程皓丢游戏机的事，我拐到男生寝室看看。刚上一半，就看见王在琦匆匆往楼下跑。我问他：“跑这么急干什么，是不是去买垃圾食品？”他一边跑，一边说：“老师好，我，我去……看看风景！”这时他已经跑到了楼门口，大概觉得说不过去，或者宿舍有什么不可告人的秘密，他一边嘟囔着：“好好，我不去了。”一边转头冲向宿舍。还没进宿舍，我就听他嚷嚷：“我让老师抓住了……”我走进宿舍时，大概该收起来的东西已经收起来了，罗凯泽端端正正的坐在宿舍床上，双腿微分，双手放在膝盖上，标准的士兵坐姿；最里面几个男孩豁然分开；廉明半躺在上铺，满脸迷茫。陈阳说他正在“忧郁”，柴昱全一本正经、面无表情的说：“廉明的人生是一个‘杯具’”（这句话我没学全，绝对网络时尚用语）。姜皓正在打扫卫生，地上有几个饮料瓶，食品袋什么的，还有一根鸡骨头。我问：“这是谁吃的？”男生们都说：“不是我，不是我，我们没人吃。”一边挤眉弄眼的往我身后的角落看，我回头看看，刘佳佑正跟不知道是谁闹在一起。又问柴昱全：“你这几天吃饱了没？”这边陈阳就接话了：“他呀，可是吃瘦了，从100吃到110了。”那边董佳衡说：“就是，我们都不吃的咸菜，他都一下子全倒到自己碗里了。”我疑惑的问：“咸菜？”旁边几个男生就开始描述：“就是像水晶一样的，长满角的，脆脆的……”我想了半天，哦，还是鹿角菜。这帮家伙也太有才了，还“水晶”。我又问：“你们吃不饱吗，非要买垃圾品？”“嗯，晚上吃饭太早了（6：00）到睡觉的时候就又饿了。段昭旭得意的说：“我是泡面大王，我是泡面大王。”

靳程皓默默地坐在旁边，我开玩笑的问：“你肉疼不疼，心疼不疼？”靳程皓还满脸迷茫的说：“不疼呀！”这边几个

男生就哄哄：“别装了，老师知道你丢游戏机的事了。”我又问：“在哪丢了？”旁边一个男生从床底下拖出他的洗脸盆：“就是这里。”一边翻，还一边喃喃：“没了，没了。”看起来真的挺遗憾，玩不了了。

罗凯泽说：“老师，你不是说可以玩棋类游戏吗？可那天我和李斌在那边床上玩，就被教官收了。”这边不知道谁说开了“不收，不收，我们玩国际象棋就没有收。”那边几个男同学说：“那个五子棋，两边一展开就是棋盘……”挺惋惜的。我说：“这个可以问问教官，能不能拿回来。”

陈阳的眼睛好多了，眼睛又变的黑又亮了，小脸上也乐呵呵的。

今天晚上有文艺汇演，女生们人影不见，我只在吃晚饭时看到李月急匆匆的找杨婧。前几天就听文艺委员杨雅涵张罗着排什么节目，现在大概正忙着准备呢？段昭旭嗷嗷叫着嚷嚷什么我也没听清，反正一脸暧昧，估计没安什么好心。最后一个晚上了，让孩子们好好放松放松吧！

军训第五天心得体会篇二

军训第五天，依旧是那个烈日炎炎的炎夏季节。我仿佛感受到了身体在不断透支，那种疲倦感似乎已经成为了家常便饭。然而，这一天的军训却给了我一次重新认识自己的机会，让我的心里产生了不一样的感动和思考。

第二段：体会

军训第五天，我们进行了绳结训练。当我站在高高的绳索上，手里捏着那些简单的绳结，却怎样也穿不过去，我感到了前所未有的挫败感。而教官的一个眼神，让我骤然醒悟：胜利并不仅仅是获得成功，也不是克服自己的决心，而是有时需要心态的转化。我开始盘算这些对我来说新奇的氛围，也理

解到了体能与心态的重要性。只有重新审视自己的缺点，认真琢磨自己的优势，方能循序渐进地实现自己的目标。

第三段：思考

我们的社会有时过分注重的是名利，在名气与名利目标的追求，有时我们很难察觉内心真正想要的是什么。而在此时，我想到了军训这个平凡而主旨性强的事情。在这个“战斗”的过程中，我们被要求必须担负责任并勇往直前。我们不能突显自己的优越，因为做好自己就已足够。我们需要做的是为了共同目标而思考，共同想象每次实践的意义。

第四段：实践

通过军训，我意识到团队合作的重要。在这个过程中，我们每个人都应该为我们的共同目标 - 已经成为军事人员的目标 - 贡献我们的最大力量。我们必须以个人舒适与私欲的满足为代价，但是通过最终的实践，我们学会了在没有大肆动脑的过程中克服困难，以及最终成功地获得我们所期望的成果。因此，在生活中，我们必须学会以我们的视角来理智思考，协调我们与别人的感冒，一起创造新机会。

第五段：心得

在军训第五天，我真正学会了通过实践来拓宽视野及解决问题。我们不能着立中沉迷于自己的感受和问题，却不能对困难和压力太过感伤。作为一名合格的士兵，我们需要克服不堪的感觉，迎接各种未知的挑战，在实践中磨练自己。在职场人生中，我们同样需要保持这样的精神状态，在事业的升级过程中不断探寻自己的潜能。不断提高自我的水平，以更好的形态彰显出自己的价值，为自身所爱所热爱的事业做出更为出色的贡献。

军训第五天心得体会篇三

军训第五天，相信每个人的心情都有所不同。也许有人已经适应了军训的生活，开始享受训练的过程；也许有人还在挣扎适应，觉得困难重重。无论哪种情况，这都是一个很好的体验自我、锻炼意志力的机会。在这里，我想分享一些我个人的体验和感悟，希望能给正在经历军训的同学一些启示和帮助。

第二段：艰辛的体能训练

军训的第五天，我们正在经历着一系列体能训练，如跑步、俯卧撑、仰卧起坐等等。这些训练都很艰辛，让我们感受到了体能的不足和疲惫。但是，正是这些训练让我们逐渐变得更强壮、更有耐力。在训练中我发现，当我们感到呼吸变得急促，身体开始疲惫的时候，坚持下去，突破自己的极限，心理上的感觉比身体上更为强烈。我们的身体和意志力都在不断地增强，这是一个值得珍惜和感悟的过程。

第三段：团队协作的重要性

除了个人的训练，团队协作也是军训中非常重要的一部分。战斗力由团队的协作能力所决定，这个道理在军训中体现得淋漓尽致。在完成一系列任务时，我们必须密切配合，团结一致，才能够更好地完成任务。我认为，只有抛开个人的利益和情绪，以团队利益为重，才能真正发挥出团队的力量。团队精神是一种信任和默契，并不是一两天就能够建立起来的，它需要靠时间，需要靠训练，需要大家一起努力。

第四段：坚持和毅力

军训中，我们时常被要求完成各种高难度的任务，这些任务需要我们在疲惫、紧张甚至是害怕的情况下完成。但是，无论多么艰难，我们都要坚持下去，毅力是一种非常宝贵的品

质，也是在军训中需要学习和发扬的精神。坚持不懈、不气馁、不放弃，这样的心态在日后的生活和工作中都是至关重要的。我相信，通过军训的训练，我们能够在这方面有所提高。

第五段：总结

在军训第五天过程中，我学到了很多，也认识到了很多自己的不足。在未来的训练中，我会认真思考这些体验和感悟，不断完善自己。在军训中，我们认识到了自己的潜力，学会了珍惜和发挥它，不放弃，不屈服，我们一定能够取得更加优异的成绩。让我们拿出全身心的努力，为实现自己的梦想而不断奋斗！

军训第五天心得体会篇四

军训到现在，我们也不再叫苦连天了，虽然全身上下还是很酸痛，但是训练带来的团体那种骄傲，训练带来的酸爽感却是让我们觉得这军训还希望继续下去，军训不但是让我体验到了运动的快乐，也让我们整个的班级很是团结，每一次转身，每一步的跨出，我们看到的是一个集体在行动，看到的是我们高一x班同学们一心要争第一的精神。

在今天的训练里，教官也是和我们说了，明天是训练的最后一天，也是要把会操前的训练做好的，所以今天反而没有对我们要求那么的严格了，而是和我们讲起了他加入部队在部队里面训练的一些趣事，说道他们一天做多少个俯卧撑，一天跑多少越野跑，一天站的军姿可能比我们一个星期的都还要多。看着教官黝黑的面庞，再看看我们才刚晒黑一点的白面孔，真的不能对比，同样也是让我们懂得，努力的重要性。

假如我们在学习中，也是那么的努力，拿出军训的精神来，不放弃，不懈怠，坚持下去，我相信，我们高中三年的学习收获一定是很巨大的。军训里，之前我就认识了我们宿舍的

同学，大家在叫苦叫累中也是知道了我们来自哪个初中，一些同学还有共同的朋友，参加过一样的兴趣班，五天过去了，班级里好多同学大家可能说名字还不是那么容易说出来，但是看到那张面庞，我们就知道，那是我们班的。

第五天的军训，太阳似乎也是很关照我们，整天都是躲在云层里，不肯露头，不但是天气好，训练少，是我们这些天训练最轻松的时候了。教官感觉也是比以前可爱多了，他的年级也比我们大不了多少，当休息的时候，我们聊起天来，也是有很多的话题。真不知道后天会操之后，我们还能不能再见到我们的教官，相处的这些日子，他从刚开始的对我们严格，到今天露出了笑容，对我们认真训练的满意。真的特别感谢我们的教官，是他教会了我们什么是团结，什么是坚持。

军训第五天心得体会篇五

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

刚开始军训的时候，我们都充满了期待，军训前的每一天都在想象，我们军训时会是什么样子的，我们军训的教官严格吗？我们会经历一些什么呢？带着这些问题，我们终于迎来了彼此的军训，也带着一些自信和倔强，我走进了这一场军训当中。还记得前几天清晨教官带着我们拉练，我们几乎每个人都痛苦呻吟过。

因为拉练真的太辛苦了，我们从学校出发，沿着学校后面的河一路小跑，大概每个早晨都是六七公里，感觉是我从学校走到家里的十几二十倍。第一天拉练的时候不知道会是这么难，所以兴奋度很高，跑完之后也不觉得累，但是到了第二天之后，我发现这段路途越来越遥远，慢慢的，拉练这件事情对于我来说，则是一个最大的难题了。我抵抗过，也妥协过，在这个过程中，我的心态也越来越和平了，能够理智

清楚的面对每一件事情，也不再那么冲动的去抗拒一切我不能接受的事情。我想，这就是我在这个过程当中的成长吧。