

军训体会与总结(汇总16篇)

学习总结是在学习过程中对所学知识、技能和经验进行总结和归纳的一种方法。希望通过这些范文的分享，能够激发大家对教师总结的兴趣和热情。

军训体会与总结篇一

时光飞逝，时间如流水般溜了过去。五天的军训生活一转眼就过去了！

在这闷热的八月里，骄阳带来的'不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的同学，也仍然坚持与大家共同训练。

每一天主要复习以往所学习的刺杀操动作。还是腿软脚疼，还是烈日炙烤，还是反复训练……或许由于渐渐适应了这军训生活，觉得时间过得还真快！

几天军训我似乎明白了一条生活哲理：人就应而且能够适应环境。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……我适应了，证明我有极强的适应潜力。我自信这一点会让我受用终生。

以前我对“服从命令是军人的天职”这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟。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，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

最后在那里，真心的对我们的教官说一声：“教官，谢谢您！”

军训体会与总结篇二

其实在我们抱怨军训有多苦，有多累的时候，我们是否有想过我们的教官。在我们晒太阳的时候他们也和我们一样，晒的满脸通红，喊口号喊的喉咙发哑。我真的很佩服他们，佩服他们的勇气，因为他们选择了做一个军人，保家卫国。

也许在军训的时候确实有些同学心不在焉，态度不端正，但在军训最后一天的会操中，同学们齐心协力，端正态度，为我们的军训落下了完美的帷幕。

经过这次军训我懂得了很多。其实生活中有很多困难是我们自己想出来的，所以这些困难不能靠别人来帮我们解决，只有靠我们自己坚定的意志去克服，去解决。还有一点，这次军训让我更懂得了为别人着想，也让我深刻体会了“团结就是力量”这句话。

我想在多年后回顾我的高中生活，我回想到这次军训，想到和同学们一起经历的这次军训。曾经，我们一起在太阳底下晒过，流过很多汗，也有人流过血，但我们不曾流泪。

军训，把我们这群娇生惯养的孩子锻炼成了真正的男子汉，女强人，让我们知道了什么是汗水，什么是快乐，教会我们怎样面对今后人生中的挫折与困难！

500

军训体会与总结篇三

高校的军训活动是培养大学生爱国主义、集体主义和纪律观念的重要途径。军训过程中，学生们通过军事化的训练和严格的纪律要求，不仅可以增强体质，培养意志力，还能提高集体协作精神和组织能力。因此，军训对大学生的身心健康和全面发展都具有重要意义。

第二段：军训中的收获

在军训期间，我认真听从教官的指导，遵守规则，按时完成各项任务。通过一系列的体能训练，我发现自己的体力得到了明显的提高，不再轻易感到疲倦。此外，军训还锻炼了我的耐力和毅力，让我知道只有付出真正的努力，才能获得更好的结果。同时，与同学们一起参与军事训练，我们之间建立起了深厚的友谊，增进了相互之间的了解和信任。

第三段：从军训中汲取的人生智慧

军训期间，教官们不断强调团队合作和纪律，这些也是我们在日常生活和工作中所需要的品质。通过参与军训，我学会了服从命令，尊重他人，保持自律。这些品质无论对个人的成长还是对团队的凝聚力都非常关键。此外，军训还让我体验到了一些艰苦的环境和条件，让我更加珍惜生活，学会适应和坚持。这些宝贵的人生经验将会在我今后的道路上发挥重要作用。

第四段：军训后的改变

军训结束后，我发现自己的心态发生了巨大的转变。以前，我常常对困难感到怨言，容易气馁。而现在，我变得更加坚韧，对面前的挑战充满信心。我也更加乐观开朗，能够面对生活中的苦难和挫折，勇于迎接新的挑战。此外，军训还让我变得更加自律，更加注重细节，提高了我的工作效率和准确性。

第五段：军训的重要意义

军训是一种艰苦而富有挑战性的活动，但它在培养学生的纪律观念、团队精神和自我管理方面具有重要作用。通过军训，学生们能够更好地适应社会，增强身心素质，提高自身竞争力。而且，军训可以培养大学生的爱国主义精神和集

体主义意识，让他们更加热爱祖国、服务社会，为国家的发展贡献自己的力量。

总结：

通过这次军训，我深刻体会到了军事化训练的独特魅力。军训让我成长，让我学会了坚持和奋斗。它不仅是一次锻炼体能的机会，更是一次塑造人格的历程。只有通过刻苦训练，我们才能更好地适应社会，成为更优秀的人。因此，我们要珍惜军训的机会，用心去体验每一刻，从中汲取智慧和力量，让它成为我们人生道路上的一个重要的里程碑。

军训体会与总结篇四

为进一步增强员工纪律性、提升团队凝聚力，XXXX股份有限公司早年便形成了开展员工军训的传统，今年计划为期三天的军事化训练主要针对销售、售后、营运、行政人员等进行。

三天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，使个个脆弱的我们慢慢变的坚强，严肃的训练场使我们每个同事英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，坚强。严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

也许今天的汗水和雨水交集，会让我们感到艰苦.但是明天通过军训的锻炼，能够提升我们的团队精神和不畏困难的前行的动力。

军训体会与总结篇五

军训，是大学生涯中难以避免的一段时光。它不仅锻炼了我们的身体，培养了毅力与团队合作精神，更为我们打开了另

一扇窗，让我们看到了军人的责任与担当。本文将从体能锻炼、个人自律、团队协作、牢记使命以及未来发展等五个方面，总结军训心得体会。

首先，军训为我们提供了锻炼身体的机会。作为大学生大多久坐于教室学习，很少有机会进行体育锻炼。而在军训中，我们每天进行长时间的晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等项目训练，大大增强了我们的体能。通过与同学相互交流、攀谈，我们也感受到了最初的不适，在一个多月的时间里，我们的体力明显增强，能够跑出更长的距离，做出更多的俯卧撑。军训时养成的运动习惯也将继续延续到平时，让我们更加关注健康生活。

其次，军训还要求我们个人自律能力的培养。在军营严格的纪律要求下，我们需要准时起床、按时吃饭、遵守纪律等。这对于我们这些刚刚走出高中生活，进入大学的新生而言，是一次难得的锻炼机会。通过军训的时间磨砺，我们更加明确了自己的目标与规划，学会了自律，保证了自己能够按时完成学习任务，做到高效学习。

第三，军训加强了团队协作的意识。在一个班级中有各种性格、兴趣爱好各异的同学，却要求我们团结一致、互相配合。尤其是集体军训项目中，每个人都需要发挥自己的优势，互相协作，才能完成任务。通过同学之间紧密的合作，我们不仅锻炼了自己的沟通能力、组织能力，更重要的是学会了团结协作、共同进退。

第四，军训让我们深刻体会到了作为一名军人的责任与担当。在军训过程中，我们亲身体会到了军人的艰辛与辛苦。他们为了我们的安全与稳定，默默地守护着边疆，放弃了家庭的陪伴与温暖，用青春与汗水诠释着对祖国的忠诚。这种责任与担当作为一名大学生亦应有之，军训时我们做到了各种教官的吩咐，有意识地为集体的正常进行做出贡献，这不仅培养了我们的责任感，也增强了我们对社会的担当。

最后，军训对于我们未来的发展也是具有深远意义的。军训不仅锻炼了我们的身体，更重要的是塑造了我们健康的心态和良好的精神风貌。在今后的人生道路中，我们将会遇到各种各样的挑战和困难，而军训时培养的毅力和坚持不懈的精神，将会成为我们战胜困难的坚强后盾。此外，军训锻炼了我们的领导力和组织能力，为我们将来的工作和社会活动打下了坚实的基础。

综上所述，军训不仅是一段磨砺我们身心的时光，更是一次锻造我们内心品质和素质的历练。通过军训，我们不仅得到了体能的提高，个人自律的养成，更实现了团队协作和责任担当的意识。军训为我们今后的发展奠定了良好的基础，培养了我们的领导力和组织能力，我们将以更加积极向上的姿态，迎接未来的挑战。

军训体会与总结篇六

军训是大学生生活中一段特殊而重要的经历，它不仅锻炼了学生的意志品质和身体素质，也培养了团队协作等多种能力。在军训过后，回想这段时间，我不禁深深地体会到了其中蕴含的宝贵教训。以下是我对于军训的心得体会的总结。

首先，军训教会了我如何坚持和克服困难。刚开始的时候，面对严格的训练和艰苦的环境，我曾一度感到自己力不从心，甚至有些想要放弃。然而，教官们的激励和同伴们的支持使我逐渐明白了一个道理：只有经历过艰难的努力，才能收获到真正的成果。于是，我慢慢地调整了自己的心态，努力去适应训练的强度和要求。通过坚持不懈的训练，我克服了种种困难，逐渐提升了自己的体能和意志力，也收获了更多的自信和勇气。

其次，军训教会了我团队合作的重要性。在军训过程中，大家都是以班级为单位进行集体训练。每个人都被赋予一定的任务和责任，而完成任务需要大家的紧密配合和相互信任。

通过互帮互助、相互支持的团队活动，我深刻地体会到了团队的力量和合作的重要性。只有团结一致，协作配合，才能更好地完成任务，并且在困难面前相互支持，共同前行。这样的体验让我认识到，团队合作不仅能够使我们的任务完成得更好更快，更重要的是在团队合作中培养了我的人际关系、沟通技巧和团队领导能力。

第三，军训让我更加关注细节和纪律的重要性。在军队的严格管理下，我们需要时刻保持军人的形象和军人的品质。从打扮整齐到讲究卫生，从准时到听从指挥，我们时刻被要求保持良好的纪律。这让我意识到，细节往往决定成败，而遵守纪律则是一种自律的体现。只有时刻严格要求自己，严守规章制度，才能让自己更加完善和优秀。

第四，军训教会了我如何正确对待挫折和失败。在军训过程中，难免会遇到各种各样的挫折和失败。训练中的某个动作不达标，不够勤奋的表现等等。面对这些挫折和失败，我也曾感到沮丧和无助。然而，正是军训中的失败让我明白，失败并不可怕，它是通往成功的一步。只有在失败中寻找原因，总结经验，我们才能不断提升自我，最终获得更好的效果。

最后，军训教会了我珍惜时间和自律。军训的时间是非常紧凑而有限的，每天都充实而忙碌。我们被训练安排得严丝合缝，没有时间和精力去浪费。这让我明白，时间就是金钱，应该合理安排和合理利用每一分钟。同时，自律也是军训中的一个重要要求。只有靠自律，才能更好地控制自己，做好时间的分配和自我管理。

总而言之，军训是一段艰苦却难忘的经历，不仅让我获得了体力上的锻炼，更重要的是，它教会了我许多重要的品质和能力。通过坚持不懈、团队合作、关注细节和纪律、正确对待挫折和失败以及珍惜时间和自律，我相信我会在今后的生活中受益匪浅。感谢军训，让我在这段特殊的经历中成长和进步。

军训体会与总结篇七

军训是每个大学生都要经历的一段特殊时光，它不仅能锻炼身体，培养毅力，更重要的是培养学生的纪律观念和团队合作精神。在经历了一段时间的军训后，我深深地感受到了其中蕴含的深刻意义。下面我将从军事素养、团队合作、个人成长、精神力量和友谊的角度，总结我在军训中的心得体会。

首先，在军训中我学到了坚强的军事素养。军训不仅是一种体育锻炼，更是一种军事化训练。通过各种军事训练，我学到了军人应有的军事素养，如站军姿、正步行走、掌握步操等。军队的严格纪律让我学会了坚守规则，严以律己。这种军事素养无论对于日常生活还是将来的职业发展都具有重要的意义。

其次，在军训中我体验到了团队合作的重要性。军训是一个集体活动，我们每个人都需要与他人紧密协作，共同完成任务。团队合作需要大家之间的信任、协调和配合，只有团结一致，才能完成训练目标。通过和队友的亲密合作，我深刻感受到了团队力量的无穷威力，这也让我明白在集体中，个人的力量是渺小的。

第三，军训使我在个人成长中获得了许多。在军训中，我们要在极短的时间内完成授课内容的学习和实践，要快速适应集体生活和作息，尤其对于来自城市的我来说更加具有挑战性。但在这种挑战中，我学会了快速适应环境和压力，不断提高自己的抗压能力和适应能力。同时，我也学会了独立生活，要自己解决日常生活中的问题，同时保持良好的作息和学习习惯。

第四，军训激发了我内心深处的精神力量。在炎热的夏天，面对艰苦的训练环境，我们经历了酷暑、体力透支、心理疲惫等各种困难与挑战。但正是这些困难与挑战，激发了我们内心的顽强毅力和拼搏精神。在与自己拼搏的过程中，我明

白了只有克服困难，才能收获成功。

最后，军训中的友情让我终身难忘。在这段时间里，我结识了许多志同道合的伙伴，我们一起学习、一起训练、一起笑，我们用眼神默契、用动作配合传递着友情的温暖。在军训结束之后，这些朋友们将成为我生命中重要的回忆和未来的盟友。

总结一下，军训让我受益匪浅。通过锻炼军事素养，我学到了严守纪律的重要性；通过团队合作，我体验到了团队力量的强大；通过个人成长，我提升了适应能力和自我管理能力；通过精神力量，我激发了内心的坚毅；通过友情，我收获了珍贵的友谊。军训是青春成长中一次难能可贵的经历，我将铭记这段经历并将其发扬光大。

军训体会与总结篇八

这已是下乡的第四天了，在庄子乡军训基地的这几天以来，我感慨颇多。

今天，也就是第四天了，我所想的，我所感受的，实在是太多太多了。

有人抱怨教官们心狠手辣，我却觉得教官们对我们是严中有慈。

这里的生活紧张而不乏味，这里的生活有趣却又严肃，这里的生活……

这次活动将使我终身难忘，我将会从这次活动中学会生活，这对我的将来将终身有益。

农村体验，劳动锻炼，挑战自我，走向成功！

军训体会与总结篇九

八天的军训生活就要结束了，经过教官和同学们的共同努力，我们已经圆满地完成这次军训任务。在此，我代表学校的领导、老师和全体同学，向为了军训日夜操劳的赵教官、李教官、王教官表示衷心的感谢和崇高的敬意。

八天来，同学们带着亲人的嘱托，带着对未来的憧憬，来到了包头铁路工程学校，开始了入校后的第一门课程——军训。训练中同学们不怕苦，不怕累，克服了天气恶劣、环境生疏、条件艰苦带来的各种困难，严格训练，严格要求。部分同学带病坚持训练，发扬了“轻伤不下火线”精神，体现了当代有志少年果敢、顽强、勇于拼搏、积极向上的精神风貌。这种精神风貌将激励着你们在今后的学习和生活中不怕困难，不怕挫折。面对任何挑战，你们将会一往无前；面对任何困难，你们将会坦然面对。

同学们，回首过去，我们所取得的成绩只是慢慢长卷中的小小乐章；展望未来，灿烂与辉煌需要我们用心血去描绘。你们是祖国的栋梁，民族的希望，让我们珍惜八天军训的收获。在今后的工作、学习中继续发扬“炼作风、炼意志、百炼成钢；创一流、创佳绩、再创辉煌”的军训精神，为迎接新的挑战而不断奋斗！

军训体会与总结篇十

军训是一种特殊的体验，它不仅锻炼了身体，培养了纪律意识，还让我从中体会到了宝贵的人生感悟。回想起这段时间，我心中充满了感激和收获，我想通过这篇文章总结我在军训中的心得体会，与大家分享。

第一段：初到军训，感受到的不仅仅是身体上的疲惫，更是心理上的冲击。军训的苦难让我真切地感受到了自己的努力不够，体力不足，以及在集体中的需要磨砺的品质。军训期

间，我常常觉得累得快要支撑不住了，但是当看到身边的同学们依然坚持下来，我意识到坚持的重要性，只有坚持才能迈向成功。

第二段：在军训中，我学会了严格要求自己，养成了良好的习惯。军训时，我们每天十分准时地起床，整齐划一地排队，迅速完成各种任务。通过这种严谨的训练，我养成了早睡早起，高效工作的习惯。同时，军训还教会了我目标明确，要注重细节的原则。只有高度重视每一个细节，才能完成一项任务，这对于我今后的学习和工作有着深远的意义。

第三段：军训使我懂得了团队合作的重要性。在军营，每个人都要努力配合，相互帮助，只有团结合作，才能完成各项任务。在一个团队中，每个人的责任都是无法取代的，每一次成功都离不开整个团队的努力。通过与同学们的合作，我体会到了集体的力量，也懂得了团队中每个人的重要性。

第四段：军训中的集体荣誉感让我明白了为他人考虑的重要性。在军训过程中，每天都有集体操比赛，我们每个人都要尽力发挥，为集体争取荣誉。有时候，即使自己很累，也要为了集体勇往直前。通过这样的争夺，我明白了为团队争取荣誉的重要性，也懂得了为他人着想，关心别人的意义。

第五段：军训的心得体会在我生活中产生了积极的影响。通过这段时间的锻炼，我变得更加勇敢、坚强，也更加有责任感。我懂得了不怕吃苦，只有经历过苦难，才能看到辉煌的未来。我相信，这段军训经历将会成为我一生中最宝贵的财富，它将激励着我奋发向前，勇往直前。

总结：通过军训，我不仅获得了强健的体魄和纪律意识，更重要的是培养了品质和价值观。军训的心得体会是宝贵的财富，它让我明白了坚持的重要性、严格要求自己的重要性、团队合作的重要性、为他人考虑的重要性以及集体荣誉感的重要性。这些都将对我的未来起到至关重要的作用，我将用

这些心得体会指导和影响自己的学习和生活，努力成为一个有担当、有责任感的人。

军训体会与总结篇十一

近期在学校举行的军训团建活动已经圆满结束。这是一次对我来说意义非凡的经历，不仅让我收获了坚韧的意志和磨练的体魄，更重要的是让我明白了集体团结和协作的重要性。下面我将从个人体验、团队合作、领导能力、自我反省以及对未来的展望五个方面来总结这次活动的心得体会。

首先，通过这次军训团建活动，我深刻地体会到了个人的力量是微不足道的。在训练中，每个人都被要求服从整体，不论个人力量如何强大，在这里都必须服从集体的命令。只有当个人真正意识到自己是一个小个体时，才能更好地与他人合作，形成整体的力量。而个人对集体的贡献，尽管微不足道，却能为整个团队增添色彩，形成一个强大的整体。

其次，团队合作能力在这次活动中得到了充分锻炼。每个人都可以参与各种不同的团队活动，比如互助游戏、军事训练等等。在这个过程中，我们学会了分工合作，明确每个人的职责，相互之间互相帮助，才能更好地完成任务。这样的合作精神，不仅实践了团队合作的意义，也让我们明白了团队的力量是不可小觑的。

第三，这次活动还锻炼了我们的领导能力。在每个小组中，都会选出一个组长来指导团队完成任务。作为组长，需要有良好的沟通能力和组织能力，要善于处理团队中的各种问题，并且要有良好的带领能力。在这次活动中，我担任了一次组长的角色，面对种种挑战，我学会了如何带领团队，如何调动每个人的积极性，并且取得了很好的效果。

第四，通过这次活动，我认识到了自己的不足之处。在团队中，我发现自己太过于自我，过于追求个人利益，而忽略了

集体利益。这给我敲响了警钟，让我明白了自我反省的重要性。通过对自己的反省，我意识到要想成为一个合格的团队成员，就必须从自己做起，先改变自己，为团队做出积极的贡献。只有不断地反省自己，才能找到自己的不足，不断改进。

最后，这次活动让我对未来的学习和工作有了更明确的展望。在活动中，我看到了许多优秀的同学，他们在团队活动中表现出色，给我很大的启发。我对未来的学习和工作有了更加明确的目标，我要不断学习进步，发展自己的专业技能，并且在团队合作中发挥自己的优势。我相信，只要我用心去做，付出努力，就一定能取得好的成绩，实现自己的梦想。

总而言之，这次军训团建活动是一次充满挑战和收获的经历。通过这次活动的锻炼，我更加坚定了团队合作的信念，意识到个人力量的微不足道，学会了发现自己的不足并不断改进。在未来的学习和工作中，我将会更加自信、勇敢地面对挑战，不断完善自己，为集体做出更大的贡献。

军训体会与总结篇十二

在这次军训中，我影响最深刻的就是我的教官，教官本来就是一个好脾气的人，可我们却把他若得无语，可以想象，我们犯了多大的错，第一次在上来的七天里，再苦再累，我都忍受，坚持下来了，第一次，我哭了，那不是坚持不下来的眼泪，而是我的心里第一次感到失落，无助，来到山上来，只有老师、教官、同学在一起，一起进步，互相关心，可这唯一的一点都失去了，我强忍住泪水，可它还是不争气的摔了下来，还好的是，我们大家都知道错了，第二天，我们优秀的表现又让原来的教官回来了。

“稳住就是技术”“要的是质量的，不是数量”这一句句经典的话语在心里回荡，就这样，七天的时间转眼就过了，说真的，现在要离开这个曾经让我讨厌的地天，还真的有点舍

不得。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。曾经，我们一起欢笑过，流泪过。今天，我们一起经历风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，七天谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华。我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训。

500

军训体会与总结篇十三

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。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍

惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么？不是说先苦后甜么？不是说没有最好只有更好的么？所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训！

初中军训心得体会5

通过初一的军训，站如松、坐如钟、走如风的威武姿态，使我体会到，军人坚忍不拔的意志和铁的纪律。几天的训练，无数风雨烈日的洗礼。不仅磨练了躯体而且精神得到了升华。

军训的日子里，点点滴滴的收获在记忆里蔓延，当体力已经“透支”。晕乎乎感觉痛不欲生的时候。我用意念告诉自己必须坚持，再坚持，哪怕是一秒……意志的沐浴，精神的洗礼，体魄的磨炼，把我变得坚强。汗水和酸痛换来的“优秀学员”的荣誉，让我进一步体会到收获的喜悦。同时也明白了军令如山坚决服从铁的纪律内涵。

军训中，手语《感恩的心》学习深深地打动了我，我要感谢父母的养育之恩；感谢我们的林老师，五天坚持在训练基地陪伴着我们，鼓励着我们，照顾着我们，使我这个从未离开家人的“宝贝”消除了陌生环境带来的不安；我要感谢教官，在你们的调教下，我们英姿飒爽扬帆起航。

9月1日-9月5日。我们树人学校的新生到行知基地军训，在这短短5天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

看着同学们被晒黑的面庞，看着一个个矫健的身影，几天的训练，已除去我们的娇嫩柔弱，脱胎换骨变的强壮。整齐队列，划一的动作使我们的集体意识得到加强。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

初中三年学涯的号角已经吹响，让我们用坚强和勤奋收获自己的理想。

军训体会与总结篇十四

作为一名大学生，我有幸参加了学校的军训团建活动，通过

这次活动，我受益匪浅。军训团建不仅锻炼了我们的体魄，更重要的是培养了团队协作和领导能力，让我们学到了很多宝贵的人生经验。

第二段：团建活动的体验

在军训团建的活动中，我们经历了体能训练、野外生存、军事技能等多种训练，这些训练不仅锻炼了我们的身体素质，更重要的是培养了我们的毅力和坚持到底的品质。在紧凑而严谨的军事训练中，我们体验到了军人的辛苦和付出，也更加深刻地领悟到了军队“舍小家、为大家”的奉献精神。

第三段：团队协作能力的提升

在军训团建活动中，我们需要组建队伍，分工协作，过程中需要互相支持和理解。无论是集体战术演练还是采取集体行动解决问题，都需要我们相互合作配合。通过这次活动，我们建立了深厚的友谊，学会了互相帮助和团结一致的重要性。在团队协作中，我们学会了倾听他人的意见，严格要求自己，并在完成共同目标的过程中培养了自己的领导能力。

第四段：对军队精神的认识

军队的战士们在枪林弹雨中保家卫国、守卫和平，他们的崇高精神令人敬佩。通过军训团建，我们更加认识到了军队精神的伟大和重要性。无论是顾全大局还是舍小家、为大家，军队精神都是我们值得学习和追求的。作为新时代的大学生，我们应该坚信自己的目标和理想，并积极投身于为国家和社会服务的事业中。

第五段：展望未来

参加军训团建活动，不仅是我们当下的收获，更是我们未来的努力方向。我们要将军训团建的精神融入到自己的学习和

生活中，培养坚韧不拔的毅力和自律精神，不畏困难，不怕挑战。我们要继续努力学习，成为国家和社会需要的有用之才，为建设美好的未来贡献自己的力量。

总结：

通过军训团建活动，我们不仅提高了自己的体质素质，更培养了团队协作和领导能力，增强了对军队精神的认识，并为我们的未来打下了坚实的基础。在以后的学习和工作中，我们将一直努力奋斗，将团结合作和奉献精神贯彻到每一个细节中，并为实现个人理想和社会和谐发展而努力奋斗。

军训体会与总结篇十五

军训犹如生活在一片烽火连天的战场，如果是一个人去付敌人，或者战士都懒懒散散，心不在焉地对抗，简直就是蚍蜉撼大树！下面是本站为大家带来的，希望可以帮助大家。

依依不舍地离开了初中那段眷恋的生活，其实早就对高中的生活有所向往，又由于刚上高中要参加军训，心中又是激动得不得了，因为从前从未体验和感受过军人的风采和军队的纪律，只是在心中美美地想：挎着整齐的步伐，摆着蒋健有力的手臂，喊着整齐响亮的口号……然而，现在我才明白，那些都不是想象中的那样简单，也认识到了自己的一个错误——当还没有开始做一件事时，就只想到了它最美好的一面，却没想想在这之中究竟要付出多少努力。

一天未结心先死——军训还不到一天，初始的那种新鲜感早已消耗殆尽，感觉就剩下一个字——累！不过，军训是高中生活的开始。每一个成功者都有一个开始，勇于开始，才能找到成功的出路，因此，我还是选择了继续坚持下去，心中坚信那句话：含泪播种的人一定能含笑收获。

远路无轻担，挫折是必不可少的一部分，无论你我。军训生活说简单也简单，说难也难。简单是因为我们每天的任务也就是做些摆臂、跨步之类的基本动作。但就是简单也无法做到完美！相信有过军训经历的朋友都会有感受——难远远超过简单！军队本身就体现了一种团结和向心力，个人的能力再大也无济于事，我们的心要时时团结在一起，时时考虑到集体的完整性和团结性，共同建立一个积极向上，朝气蓬勃，刚健有力的铁军队伍！

人之所以能，是因为相信能。在军训中，同学们都尽了各自最大的努力，我们的队伍不再散乱，不再粗率，不再冲突，因为有了这一份执着，获奖的信心也在心底孜然生起。为了这一份集体的荣誉，为了证明我们强大的力量，为了让我们这几天的努力见证出奇迹，我们应此更加奋发，头顶着炎炎的烈日，脚心都钻出了汗珠，身体像散了架一样难受，但我们默默地坚持着，默默地守候着心中的信念，我们相信我们能，我们一定能！

每一发奋努力的背后，必有加倍的赏赐。苍天不负有心人，在最后的演练中，我班获得了三等奖的好成绩，我们成功了！我们的信念达到了！这一——就是团结的友好见证！

军训犹如生活在一片烽火连天的战场，如果是一个人去对付敌人，或者战士都懒懒散散，心不在焉地对抗，简直就是蚍蜉撼大树！结果只必有一个——输！所以，团结就是力量，团队精神是关重要的。不仅仅是在军队中，我们的生活也就像是一片战场，一个人孤军奋战即使有再大的力量，也会被其他强大的队伍所折服。但如果我们互相团结，借助其他人的力量，同时也伸出爱的双手帮助他人，我们的生存才有意义，我们才能充分利用各自的力量，发挥各自的潜能，攻克一个又一个难关。

朋友们，有志者，事竟成。用我总结的话说：团结+力量+信念=成功！

时间飞快，我们紧张而又短暂的军训生活、随着你们精彩的军事汇演圆满结束了，在此，对于你们傲人的成绩我表示祝贺，对于辛苦教导的教官我表示感谢！

企业军训的目的是培养我们团队的战斗力、塑造大家的良好军容军貌、培养大家的守时观念。我们是一家销售型集团公司，各位都是企业的中高层管理，是企业的顶梁柱，推动着企业的发展和繁荣，我们的言行举止都会在企业里面起到连锁反应，这就是为什么公司要组织此次军训、要重视此次军事训练。

我们崇拜军人，向往军旅生活，可是当我们真正来到部队，接受军旅生活洗礼的时候才发现、军人不是我们想象中那么简单。这也告诉我们一个道理，看到别人辉煌的时候要淡定，因为他在成就辉煌的过程中，经历了常人不能经历的挫折。在我们企业里面，出现着这样一个很不好的现象，总是感觉自己的主见比上级高明，总是觉得自己是企业的主角，同志们，企业的发展需要你们的帮助和支持，但是我更希望你们在认可自己的同时也尊重周围的同事，因为企业的发展不是靠个人，要靠大家的努力。

最是神圣是军装，最是无悔是军旅。我们都渴望获得军人那样的荣誉，一听说军人，我们精神抖擞、两眼发光，军人给人感觉就是守护神、因为他的存在我们内心能够得到空前的宁静，可是谁又知道军人的那些付出呢？无论是抗洪抢险还是守疆卫国，这些迷彩服总是冲在最前线，无怨无悔、不求回报。而我们有的同事呢！加点班是看在加班工资的份上，做点好事生怕别人不知道，也许你不是军人，可是军人的优良品质是值得我们学习的，只有你奉献的足够多，你才会获得属于自己的荣誉和收获，这是永恒不变的话题。

同志们、战友们，请允许我用这个称呼来称呼你们，今天的军训结束意味着明天战斗的开始，我希望我们的战友能像部队的战士那样，退伍不褪色，把教官交给我们的东西完完全全

全的融入到企业总去，把在部队的那股激情和狠劲用到工作中去，用实际行动来挑战我们年初的目标，我等待着你们的凯旋。

今天是军训的最后一天，经过前几日的训练，我们已熟悉了军训的所有内容，这五天的军训体验，留给我们的是酸甜苦辣，五味俱全，和我们初中生美好的回忆，这几天里，让我们这500多名初中新生懂得了什么是辛苦，什么是团结，在你遇到困难时，怎样自己去解决。在第一天进入三中时，听说还有军训，当时就蒙了，第一次受到军训教育的我，当时紧张的要命，平常总是听别人说军训的辛酸，根本没能亲身体会一下，如今，我做到了。

记得刚刚军训的那两天，让平常懒懒散散的我早就已经累得不成模样。而在学稍息，立正时，更是让我疑惑不解，为什么平常我们都会得稍息，教官要反反复复的提醒，在站军姿是更是如此，晚上时我问妈妈，终于明白了其中的道理，原来，练军姿是为了让我们有一个健康强壮的身体，好把这种体能延续给我们子孙后代，让他们更加健康。其实军训在我们人心中就是“魔鬼式训练”但是没有亲身体会的人是享受不到这种教育的，因为这不但是给我们留下了终身的记忆，还让我们了解到各种知识，而军训对于我们来说是个极大的帮助。

人生有三个军训，一个是初中，一个是高中，一个是大学。这三次军训如果错过了，那就是人生的一大遗憾，只有没错过的人才能懂得它的真正存在意义。过了军训，就是我们人生的新的开始，新的转折点，这让我们一起努力吧！

军训体会与总结篇十六

军训是大学生生活中难得的经历，通过参加军训，我们在紧张的军事训练中，不仅锻炼了身体，还锻炼了意志和团队合作

能力。回顾军训的过程，我认为这是一次非常有意义的团建活动，下面我将总结我在军训中的心得和体会。

第二段：团队合作

军训中最大的收获之一是团队合作能力的提高。在操场上，我们需要严格遵守教官的指令，统一行动，快速完成各项训练动作。而在军事障碍赛中，必须彼此信任、相互配合，才能高效地通过各种障碍物。通过这些活动，我们深刻认识到团队的力量是无比强大的，只有团结一心，才能战胜困难，达到共同的目标。

第三段：坚持与毅力

军训期间，我们每天都需要在严格的训练中度过。早上的晨跑、中午的队列训练、晚上的射击练习，每一项都需要我们付出辛勤的努力和毅力。在训练中，有时不可避免地会遇到困难和挫折，但只要我们坚持下去，勇往直前，就能战胜困难，实现自我突破。这种坚持和毅力的精神对我们的大学生活和将来的工作都有着重要的意义。

第四段：领导能力的培养

军训中，我们每个人都需要担任不同的职位，有的是班长、副班长，有的是部门负责人。这些角色的承担让我们锻炼了领导能力，学会了如何带领团队并协调各个部门之间的工作。通过和团队成员的沟通和协作，我们更好地理解领导者所应具备的沟通、指导和激励团队的能力。这些领导经验将对我们今后的工作和人际关系有着重要的启示。

第五段：人际关系的建立

军训是一个优秀的人际交往平台。在军训过程中，我们与来自不同专业 and 不同学院的同学们一起训练，相互照顾，形成

了深厚的友谊。我们互相鼓励、支持，共同度过了艰苦训练的岁月。这种人际关系的建立不仅提升了我们的人际交往能力，也为我们未来的学习和工作提供了更广泛的合作机会。

结论：

通过参加军训，我们不仅锻炼了身体，还收获了更多。我们学会了团队合作、坚持和毅力、领导能力的培养，建立了良好的人际关系。这些在军训中培养和锻炼的品质，将对我们的未来产生深远的影响。我们应该将这些经历和收获应用到今后的学习和工作中，努力成为一名有担当、有决心、有团队精神的优秀人才。