

# 最新军训心得体会一千二百字(通用8篇)

写实习心得是对自己的一种自我管理和自我激励，可以提高我们的自我认识和自我提升意识。下面是一些教师们写的教学反思实例，希望能够为其他教师提供一些帮助和启示。

## 军训心得体会一千二百字篇一

我们的生活多半是由于有新的困难和新的挑战，才有了新的成就，新的乐趣。

一提起军训，很多人首先想到的就是严明的纪律。的确，在这个军令如山的队伍里，每个人的责任就是坚决服从命令，积极配合训练。但军训给予我的何止这些，两天的时间一眨眼就过了，可当中的点点滴滴却足以令我回眸千百回。

“苦”就一个字，却是军训的生活最真实的写照。试想，一群整日与教室书本为伍的公子小姐，一下子要接受此强硬的熟练，该是一件多么苦的差呀！不过苦归苦，能与友爱的同学们一起挥汗如雨，共同接受阳光的“洗礼”，又未尝不是一件幸福的事。跟上了训练的节奏后，我们开始进入状态。毒辣的阳光无法掩盖我们震天的口号声，苦涩的汗水不能打乱我们坚定的步伐。因为我训练辛苦，所以休息显得舒服。此时，一杯凉茶成了一份多么惬意的享受，一份多么自豪、多么心安理得的报酬。因为我们付出了，以我们就有收获。我们付出了什么？收获了什么？我们付出了平日所没有的坚强，收获了平日所不能体会的幸福。

军训带给我们的变化着实令人吃惊。从肤色变成健康的古铜色，到真切了解生活一切得来之不易……同学们变了许多，也长大了许多。正所谓“路遥知马力，疾风如劲草。”两天的军训让我们懂得了，不是我们做不到，而是之前我们没去做。毒辣辣的阳光不可怕，汗津津的衬衫不恶心……因为我

们共同战胜了这一切，我们共同跨出了充满挑战性的一步。此时我们突然觉得周围的一切是多么令人喜爱。芬芳的卫生纸为我们拭去油腻的汗水，宽大的床铺为我们尽情放松疲惫的身躯提供了一个绝佳场所。

有人曾把我们比喻成祖国未来的花朵，我们却要说，我们是祖国未来的阳光。太阳只有一个，那就是祖国。在这片土地上有千万缕耀眼的光辉，那就是我们——一群群壮志满怀，迎向来的青少年。军训生活增添了我们向未来冲刺的决心，汗水模糊了我们的眼睛，但我们却清楚地看到未来在向我们招手。相信我们，相信这支训练有素的队伍。只要我们坚持，就一定能够迈着坚定有力的步伐，稳步向前！。

## 军训心得体会一千二百字篇二

伴随着一声嘹亮的哨响，为期12天的济南大学2006级新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检

阅时,心中充满了自豪与骄傲.

时间过得很快,但一定有许多事情永远都不会被抹掉.以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切;曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒.原来在苦累与欢乐并存的12天里,无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊.教官的威严与活泼,教官的笑脸与背影永远都不会像花朵一样昙花一现,我相信花未眠.

军训虽然只有短暂的十几天,但是我们在看,学,练中受到了教育,锻炼了身体,增强了意志力.提高了军事素质,强化了国防观念.

军训结束了,但军训中的收获却不会随之烟消云散.这是我们用汗水,泪水和欢笑谱写的乐意,是我们大学生活中的闪光点,更是我们永远值得回味和追忆的日子.教官虽然走了,但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓,融入了我们的灵魂.它已在我们心中默默地埋下了一粒种子,一粒充满希望的种子.

大学四年,我会用军训精神来度过,用梦想创造可能,用理想浇灌希望;用知识报效祖国,为国家现代化建设贡献力量.

青春因军训而精彩,济大因我们而辉煌!

## 军训心得体会一千二百字篇三

1、当风翻动起安详的绿叶,当飞燕叫的清晨的一片天空一片苍凉,训练场上有我们口号喊的嘹亮;当月光照的大地一片皎洁,当星上微微露出笑脸,校园里有我们军歌不断飞扬。这就是我们的军训,这其中苦也有甜,也有人说它就是个炼钢炉,炼出来的都是铮铮铁骨的男子汉,是不让须眉的巾帼英雄!

2、坚持不懈，每句口号回荡天际；令行禁止，每个动作如臂使手，金石可镂，每次落脚铿锵有力，人生在勤，每个同学牢记在心。

3、最后我想说，我们哭过；我们笑过。我们累过；我们苦过。我们付出过；我们得到过。但是一切的一切，我们都无怨，我们都无悔。

5、有人形容军训短暂，闲云潭影日悠悠，物换星移几度秋；有人形容军训漫长，天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期；有人形容军训辛苦，今年瘦，非干病酒，不是悲秋；有人形容军训艰难，这次第，怎一个愁字了得；有人形容军训壮观，五更鼓角声悲壮，三峡星河影动摇。

6、我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令。军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们获益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。

7、樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

8、有人形容军训短暂，闲云潭影日悠悠，物换星移几度秋；有人形容军训漫长，天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期；有人形容军训辛苦，今年瘦，非干病酒，不是悲秋；有人形容军训艰难，这次第，怎一个愁字了得；有人形容军训壮观，五更鼓角声悲壮，三峡星河影动摇。

9、李云龙说：即使身体不行，也要勇敢的站到军训行列中来，就算倒下了，也要成为一座山，一道岭，这，才是军训的真正精神；那英说：就这样被军训征服，且断里所有退路；\_说：一旦战争狂人胆敢入侵，必将陷身于人民战争的汪洋大海，

所以大学生要军训。

10、最后我想说，我们哭过；我们笑过。我们累过；我们苦过。我们付出过；我们得到过。但是一切的一切，我们都无怨，我们都无悔。

11、军训虽然苦，但它让我们更加懂得了要珍惜现在的幸福生活；军训虽然累，但它让我们体验到了超出体力极限快感；军训虽然严，但它让我们更加地严格要求自己。

## 军训心得体会一千二百字篇四

衷心的感谢各位教官给了我艰难但充满意义的五天培训，我也庆幸自己没有因为身体的些许不适而退缩。训练虽然结束了，但心理震撼并未随之消逝；时间虽短，但收获实在太多太多了。

原先，对拓展有的只是很表面的认知，“苦力活”，无论是酷热的夏日还是寒冷的冬天，无论挥汗如水还是寒风刺骨，都是风雨无阻的在野外展开一系列的活动，而大多是对身体的锻炼。回顾训练中的挑战和磨难，我亲身感受到拓展培训的意义所在，推动我全力做好各项工作的动力。拓展培训不是一种简单的训练，而是一种文化，一种精神，一种理念，一种思维，一种考验。通过体验式的培训，不仅使学员高度参与和互动，磨练了个人意志。是对我们体能上的锻炼与检验，更是对我们精神上的一种启发与洗涤。

训练开始的第一时间就设计队名、口号、对歌，就预示着整个过程都离不开集体的智慧与力量，在训练的过程中每个项目都离不开团队的支持与鼓励。没有完美的个人，只有完美的团体。个人的力量的有限的，但集体的力量与智慧的无限的。一个有魄力的领导者带领着围绕这个领导核心的队员，在完成任务的过程中相互交流，思维的碰撞；相互鼓励，感受团队的温暖；相互信任，激发出每个成员的集体荣誉感和

增强每个队员的自信心。这样，不论面对将来怎样的变数，只要手牵着手朝着共同的目标进发一定会把困难克服。

相信每个训练项目都是经过精心策划而来，都是针对不同的对象而实施的。最后一个室内培训项目，把游戏与工作、生活、学习紧密的联系在一起。每个看似游戏的背后也隐含着极大的教育意义，让我们在快乐的参与中得到深刻的体会。人在成长的过程中面对种种的变数与未知，肩上的负担就会越来越多，责任也会越来越大，适当的发泄与减负才能让我们继续在前进的道路上走下去。其实人与人之间，有时只需要一个轻轻的拥抱或浅浅的一个微笑就可以拉近彼此的距离，双方的心理界限，敞开心扉来交流互动。是我们吝啬于一个表情还是羞于去表达呢？最后经过教官的一番语重心长，每个人都带着“感谢与感恩的心”相互的去拥抱。

这五天注定是艰难但充实的日子，对我来说不仅是生理上的挑战，更给我带来了一笔精神上的财富。五天下来，付出了很多但收获得更多！付出了汗水和泪水，但我相信汗水和泪水最终会凝结成美好。虽然苦，虽然累，但一切都是值得的。

## 军训心得体会一千二百字篇五

梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

### ——题记

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

高中的第一堂课—军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁才是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强

者。

## 军训心得体会一千二百字篇六

人生就像一次单程的旅行，有艰辛，有甜蜜……大看是一场旅行，小看就是一次军训。——题记初中的开始总是用军训来引领，一场军训将培养更多坚强的青少年。光阴似箭，日月如梭，我也如约来到了军训的大门。一大早，我穿上一身酷酷的迷彩服，踱步于操场，心中百感交集，不知是期待，还是畏惧。时刻终于来到了，我暗暗地想：一定要为自己争气。早上的训练科目是站军姿，这既考验体力，又考验耐力。相信此时身边的每一个人都准备战斗到最后，我也不甘落后。

挺胸抬头，双手紧贴裤缝，像模像样地站起了军姿。往常阳光使人向上，带领人们走向成功的道路，而此时的阳光却使我们不少人畏惧，成为他们的绊脚石。起初，天气阴沉，秋风送爽，使人心旷神怡，神清气爽，谁知天有不测烈日，人有“悲剧”时光。不一会儿，太阳公公前来问候，同学们顶着烈日，像一排排白杨挺立着，酷热难耐，动摇了他们一些人坚定的信心，而天气也让一些人感到不适，一小时后，陆续有个别人休息，而我也感到了酸痛，信心也开始动摇。

就在此时，前面参差不齐的队伍也下去了七八个，而有一位女生，由于中暑晕倒了，我的意志力也逐步被酸痛酷热瓦解着……但看到教官仍屹立着，我纠结的心理平复了下来。从中，我学会了坚持就是胜利。早上令我体会到军训的严格与艰苦，而下午更让人备受煎熬，感慨万分……刚开始，便是烈日地烘烤，没多久我就汗流浹背，难受不已，脚也被袜子捂得不舒服。满头大汗的我感到晕晕乎乎，于是吸取了早上的教训，使重心前倾，感觉也好多了。但是时间久了，还是手脚发抖站不稳，其他同学也是如此。但我看每个人都没有放弃，自己一咬牙，坚持了下来。教官看我们备受煎熬，便教我们蹲姿，我们迟迟找不到重心，酸痛感涌上全身。

大家有的咬牙切齿，有的面色难看，有的……可谓千奇百怪。之后练习稍息，由于教官是外地人，我们把稍息戏称为“小溪”，但我们还是很努力地练，圆满地完成了第一天的军训。结束时，我心中有一种莫名的成就感。这次军训也让我明白了：人生这条路应该怀着一颗真诚的心，用坚强、努力、向上、团结来书写人生的篇章，而我们每个人也只是沧海一粟。人生如戏，戏如人生。人生这一场没有彩排的戏，只要我们用心演好角色，就能做出最好的自己。军训真让我受益匪浅。

## 军训心得体会一千二百字篇七

我校在2014年3月23日开展了为期七天的军训之旅。在这难得的七天与同学们朝夕相伴的日子里，我们有泪水，有欢乐，有苦痛。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿将这次军训铭记在心底，这次军训生活将是我生命中最美好的回忆。

初到西青当城社会实践基地之时，基地给我们的第一印象是严肃的纪律性。一声声响亮的口号，一排排威严的教官，让我们有预感这次军训之旅会很艰辛，但这种艰辛正是我们现代青少年所需要的，它为我们以后的成功铺下坚实的基础。军训的日子就要把自己当部队的军人看待了，在这里有种命令是绝对服从，在这里有种纪律叫绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却如同一杯飘香的咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为自己做不到，经历过军训我才明白只要坚持就能做到，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我感觉双腿似乎被人灌了铅一样沉重，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我感受到自己的点滴进步。军训中，有过斜风细雨的洗淋却没有浇灭我火红的心；有过炎炎夏日的直射，却没有晒黑我的执著。虽然每一位同学都感觉到全身疼痛，但却没有一位同学抱怨。因为如果没

有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的高质量的方队。训练的每一个动作，都让我们深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我们终身受益，即使我们已经离开了军训基地。

军训固然很苦，但也让我们逐渐发现了不同的自己。烈日下的坚持，寒风冷雨中的站立，让我看到自己坚持的一面；绷直的双腿，挺直的后背，也让我看到自己自律的一面。所以军训坚持下去，不仅仅是会让我变得更坚强，更懂事，更多的是能发现到不同的自己。

这次军训，锻炼了我们强壮健硕的体魄，磨练了我们永不放弃的意志，更教会了我们应该如何面对人生。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”是军训的体会，“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们同学间的信任，它告诉了我们面对困难应有的态度。至少我们今后不再是娇滴滴的小孩子，不再是好哭的小姑娘，不再是软弱的小男生。我知道面对高峰，不再是高不可攀，而须自己去搭造阶梯；遇到山崖，不再是停滞不前。而应自己去寻找绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！感谢军训，为我们的人生添上浓墨重彩的灿烂一笔！

## 军训心得体会一千二百字篇八

\_月\_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：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，真正要做到站如松、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！