

# 2023年我的军训心得(实用13篇)

学习心得不仅仅是对知识点的概括，更是对学习过程、策略和心态的总结与思考。在下面的培训心得范文中，你可以看到一些不同的写作方式和思路，希望对大家写作有所帮助。

## 我的军训心得篇一

初中生活对于我来说是充满了新奇和挑战的，尤其是军训的开始让我感受到了一种全新的体验。在这段时间里，我投入了一个全新的环境，经历了许多全新的挑战和困难。然而，正是这段军训生活让我逐渐成长起来，锻炼了我坚韧的意志和顽强的毅力。

### 第二段：铁的纪律和训练让我有了更强的意志力和毅力

在军训期间，我们每天都要按照严格的时间表起早摸黑进行各类军事训练和活动，这让我开始深深体会到军队的严谨和纪律。每天早晨，操场上响起了教官严厉的口令和锐利的口哨声，我们要迅速整理行装，迅速集结，然后开始一天的训练。这种严整的纪律给予了我一个新的认识，也使我养成了良好的生活习惯和严谨的态度。

### 第三段：团队合作的重要性

军训期间，我们不仅要接受个人训练，还要进行各类团队合作项目。其中最让我印象深刻的是每天的队列训练和野外生存训练。在队列训练中，我们必须要保持整齐划一的步伐和恰当的动作，这需要我们高度的协调与合作。而在野外生存训练中，我们要在陌生的环境中组队完成任务，培养了我们的团队精神和沟通能力。这种团队合作的意识和技能，让我明白了一个人的力量是有限的，只有与队友们紧密合作，才能取得更好的结果。

#### 第四段：困难与挑战带给我成长与收获

在军训过程中，我遇到了许多困难和挑战，但正是这些困难和挑战，让我变得更加坚强。比如，在军训期间，我们经常要进行长时间的体能训练，有时候会感到筋疲力尽。但是，每当我想要放弃时，我总会被身边队友们全力以赴的精神所激励，让我变得坚持不懈。这些挑战和困难不仅让我体验到了自己的潜力和极限，还让我学会了如何面对困难和挑战，从而让我更加成熟和自信。

#### 第五段：军训带给我珍贵的友谊

在军训的日子里，我结识了许许多多的新朋友，与他们一起度过了照顾彼此、共同奋斗的岁月。我们通过互相帮助和鼓励，一起度过了许许多多难忘的时刻。在训练场上，我们相互扶持，齐心协力。在宿舍里，我们相互照顾，分享喜怒哀乐。这段军训生活让我明白了友谊的珍贵，并在这段宝贵的时光里结下了许多深厚的友谊。

#### 总结：

通过这段军训经历，我收获了许多宝贵的经验和体验。铁的纪律和训练锻炼了我的意志力和毅力，团队合作培养了我的团队合作意识和能力。困难与挑战让我成长与收获，而军训带给我珍贵的友谊。这段军训经历不仅给予了我难忘的初中生活，更让我明白了团队合作的重要性和付出努力的价值。我相信这段军训经历会对我未来的学习和生活产生深远的影响。

## 我的军训心得篇二

七年级的暑假，对于我来说是难忘的。那是因为我进行了为期两周的军训。虽然这次军训过程很累，但值得被铭记在我的人生中。我获得了许多技能和知识，更有了新的朋友和不

断努力的动力。在此分享我在军训中的经历和收获。

## 第二段：共同体意识的培养

军训是一个非常有效的培养集体精神的方式，每个人都受益匪浅。这是因为我们不断受到指导员的约束和规范，这样我们就变得有纪律性和有规则性。我们也学会了如何团结合作。我们越来越意识到不仅要照顾好自己，还要照顾好我们的战友，以一个整体的形式参与军训。这对日后我们的学习生活有很大的帮助。

## 第三段：体能训练和技能的学习

军训中的体能训练非常锻炼我们的身体，并让我们更健康和有毅力。例如，我们每天需要跑步、俯卧撑、仰卧起坐和深蹲，这是对我们坚持训练，锻炼耐力和毅力的极大挑战。除此之外，我们在军训中学习了许多技能。例如如何打盹、基本的军事礼仪和如何识别组装步枪等等。这些技能为我们更好地理解军事文化和强身健体提供了指引和启示。

## 第四段：性格的塑造

在军训中，我不仅学到了新技能，还塑造了我的性格。因为军训需要在压力下完成各项任务，而这需要我们保持耐心、恒心和集中。这让我们变得更加坚强，更有员工精神。而我在军队的训练也帮助我变得更勇于面对挑战，更善于沟通和团队合作。

## 第五段：结束语

总的来说，在军训中我学到了很多，这些对我未来的学习和生活是非常有用的。这不仅加强了我们的身体健康，还增强了我们的常识、忍耐力和坚韧性。我被军训所带来的朋友和一起奋斗的经验感到非常满足。我也相信，在未来的学习和

生活中，这些经历和收获将继续丰富和帮助我们成长。

## 我的军训心得篇三

七年级军训是我人生中第一次军训经历，也是我对自我管理的一次挑战。经过这几天的军训，我不仅学会了如何操纵枪支、行进等基本军事知识，更让我明白了自我管理的重要性，这也是我接下来要讲述的内容。

### 第二段：体验

在这个严格的军训过程中，我的自我管理能力受到了很大的考验。在这过程中，我不断地观察和调整自己。例如，在睡觉的时候，睡不好会影响我的精神状态，于是我在第二天早上特意调整睡眠时间和什么时候去洗漱，让自己更好地适应军训生活。这个过程让我对自己的观察更加深刻、也让我对自己自控的能力更加自信。

### 第三段：收获

通过这几天的军训，我真切地感受到了团队的力量，感受到了自己可以做出改变的能力。在那炎热的夏日，我学会了与队友们一起合作，无论训练有多狠都要坚持下去，因为大家都要经历。同时也明白了自己能够做到的极限是什么。这个过程中，我学习了许多专业知识，也收获了队友们之间的情感纽带。

### 第四段：感悟

通过这次军训，我意识到做人与做事都是需要态度的，即便是做最简单最基本的雨衣摺叠、鞋面整理、床铺叠整等技能，也要认真并且专注地去完成，这一份专注与耐心也是培养自我管理能力的一种途径。

## 第五段：总结

这几天的军训让我懂得了更多自我管理、协作和自主学习的方法。即便这几天过去了，但我相信它对我未来的成长、精神品行都会起到十分重要的影响。同时，自我认识、自我实现、自我掌控、自我提升等也已经成为了我成长的重要组成部分，并且影响了我终生的人格、认知、情感与行为模式。

## 我的军训心得篇四

时光飞逝，转眼间，小学六年已成为了过去，我将迈入初中的学习生活。在8月24日，我迎来了初中生活的第一个挑战——军训。

听别人说军训是由“热”，“苦”，“累”三部曲交织汇编的一篇愁苦文章。对于我这个一直生活在父母羽翼下的孩子来说，无疑是一种自我挑战。我从骨子里感觉到害怕。但是，这次军训使我接受了一次意志的沐浴、精神的洗礼。

每天天刚亮，同学们就在睡梦中被基地紧急的集合令给惊醒，打扫内务，刷牙、洗脸，集合、跑操训练。我们首先会进行原地跑，然后一个班接着一个班围着大操场跑2圈，我体力不好，每次跑一圈的时候就会感觉有些吃不消，这时真想打“退堂鼓”，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，一圈很快就跑到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。立正、稍息、向右看齐、向左转、向右转、向后转、蹲下起立、齐步走、原地踏步……还有一大堆。教官会耐心的教我们，我们也会很认真的学。

军训之前我还是个小公主，什么都不肯干，什么都不去想，只顾着饭来张口，衣来伸手。通过5天的军训，使我体会到无论苦涩，抑或甘甜；无论辛苦，抑或感动，我都能坚持下去；同时我真正地了解到遵守纪律的重要性，不单单是以前的听

话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这5天的军训里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这次苦、累并快乐的军训生活。在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾。

开营仪式时，七年级13班学生代表带领全年级同学宣誓这次军训誓言：“流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队”。我以实际行动为这次军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接学业上更大的挑战，争取做得最好！

再见了，同甘共苦的教官！

再见了，潇洒难忘的军训！

军训军训心得

写军训的心得

关于的军训心得

军训后的心得

最新的军训心得

军训的个人心得

军训结业心得

## 我的军训心得篇五

七年级的军训，是我人生中非常难忘的一段经历。在这里，不仅享受到了艰苦训练的快感和挑战极限的兴奋，还感受到

了训练带给我的成长和自信。在军训过程中，我有了很多收获和感悟，这些都成为了我生命中的宝贵财富。

## 第二段：初识军训

刚进入军训时，我感到非常新奇和好奇，也有些忐忑不安。教官一声令下，我们就开始整齐的步伐，默默地跟着教官的指挥。然而，我很快就意识到这并不简单，因为坚持不同的步伐和姿势让我感到十分吃力。经过几天的训练，我逐渐适应了这种生活方式，也开始感受到了训练的魅力。在每一次集体训练中，我都能够感受到团队力量的凝聚和每个人的努力，这为我树立了目标，让我感受到了奋斗的力量。

## 第三段：磨砺意志

在军训的过程中，我深刻地体会到了军训对意志品质的磨砺。无论是风雨交加的晨跑，还是草地上的平推，每一个训练项目都让我感受到了肉体上的疲惫和精神上的挑战。但是，正是因为这种挑战，我才迎难而上，克服自己的惰性，不断地改进自己。

## 第四段：团队合作

在训练中，我们更多地强调团队合作和集体荣誉。在每一次视察中，我们都要保持整齐，踏实的训练带来的不仅是我们个人的荣誉，更是班级和团队的荣誉。在这个过程中，我们不断地沟通和协作，互相帮助，强化了团队信任和凝聚力，感受到了团队的力量和信念。

## 第五段：结语

在这七年级的军训中，我走过了很长的路，感受到了训练带给我的力量和自信。在军训的过程中，我克服了很多自己的困难，更深刻地学会了团队协作和集体荣誉。这不仅为我今

后的生活奠定了基础，也使我更加成熟和自信。我相信，通过不断努力和实践，我也能在以后的生活中发现更多的激情和挑战，让自己变得更好。

## 我的军训心得篇六

第一天，我来到了学校的操场，迎接我的是一片嘈杂的声音和严肃的军官们。这是我第一次参加军训，心中充满了期待和紧张。在这一天的训练中，我收获了很多，也明白了军训的重要性和对我个人的意义。

首先，军训是一次磨练身体的好机会。在操场上，我们进行了一系列的体能训练，如慢跑、俯卧撑和仰卧起坐等。刚开始时，我感觉异常吃力，但随着训练的进行，我逐渐适应了节奏和负荷。我体会到了身体逐渐强壮的快感，脆弱的自己变得更加有力量。通过军训，我明白了健康的身体是幸福的基础，也为以后的学习和生活打下了坚实的基础。

其次，军训是一次锻炼意志的好机会。在严格的军事纪律约束下，我们必须严格要求自己，严格遵守规定，服从指挥。当我觉得累了、困难时，我告诉自己不能轻易放弃，我要坚持下去。每一次艰苦的训练都是对意志的一次磨砺，我深深地体会到了坚持的重要性，也明白了只有不怕困难，才能迎接更大的挑战。

再次，军训是一次锤炼团队意识的好机会。在集体操练中，我们需要相互配合，组成整齐的方阵，做出标准的动作。每个人都要保持一致的步调和力度，互相鼓励，互相帮助。在这个过程中，我意识到一个人的力量是有限的，只有团队的力量才能战胜困难。团队合作是取得胜利的关键，也是一个人成长的必经之路。

最后，军训是一次培养自律能力的好机会。我们要按时起床、按时训练、按时休息，严格遵守时间表。在训练期间，我们



没有了电视、手机等娱乐设备，只有一个专心学习的环境。这样的环境让我更加专注，我学会了控制自己，培养了良好的自律意识。自律能力是一个人成功的基石，只有掌握了自己，才能顺利地完成学业，也顺利地走向未来。

总的来说，我的军训第一天是一次痛苦的过程，但我从中得到了很多。我明白了军训的重要性的对我个人成长的意义，意识到了健康的身体、坚定的意志、优秀的团队合作能力和自律能力对我的未来发展的重要性。尽管还会面临各种各样的困难和挑战，但我相信，通过军训，我一定能够变得更加强大，更加自信，迎接未来的种种挑战。

## 我的军训心得篇七

“起床了，起床了…”伴着生活老师的叫喊声，我睁开了眼睛，折好了被子，然后刷牙、洗脸，这一切几乎都是在模模糊糊的状态下进行的。

我跟着同学走到操场，清晨的太阳散发出刺眼光芒，射到我眼睛里，这才让我清醒一点儿。听她们说昨天跑步跑了四圈，跑得她们脚痛死了。我听后，十分希望今天别再跑步了，因为我最讨厌的运动项目就是跑步，但事实永远是那么的不近人情。教官们居然要我们跑六圈。没有办法，我只好硬着头皮上阵了。跑到第二圈的时候，我已经吃不消了，累得我大口大口地喘气，我多么希望已经到终点了。教官跟着我们一起跑，还一边告诉我们要坚持跑终点。终于到最后一圈了，我们“起步走”走到操场的空地上。我的脚后跟酸死了，腿好像灌了铅块，抬都抬不起，双脚完全不受控制，带着我左摇右摆，头也有点儿迷迷糊糊的。汗水将我的军服浸没了，四周弥漫着汗臭味，刺激着我的嗅觉器官。我简直就快要虚脱了，浑身使不上一丁点力气，体内水分流失的速度比我想象的还快。肚子一阵阵的绞痛，痛得我脸色变的更加苍白了，几乎看不到一丝血色。真正的挑战才刚开始，我一定不能言败，要勇敢挑战自己最薄弱的运动项目。

肚子痛了一上午，弄得我连中午、下午的训练也力不从心，反应总比别人慢一拍。晚上的时候，我们搬凳子在教学楼旁看了《唐山大地震》这部电影，剧中那位母亲所面临的艰难抉择，扣人心弦，让人悲从心起。让我更加感动的是那个姐姐方登，她坚毅的性格让我折服，我也要学习她的这种精神——不被眼前的困难给吓倒，要学会坚强！

## 我的军训心得篇八

轻轻的，高中生活过去了，不留一丝痕迹，只留下惆怅的我憧憬着神秘的大学生活。

云中谁寄锦书来？精美的入学通知书姗姗来迟，带着我盼望已久的通知书和我对大学的憧憬静静地跨入了这个美丽的校园，大学生活正紧锣密鼓地进行着，而军训正是这美妙生活的序幕，15号军训悄悄地拉开了帷幕。

军训让人痛苦，立正、稍息、跨立整得我们这些温室中的花朵苦不堪言，尤其是站军姿，它真的让人欢喜让人忧，腿绷得老直，教官仍在一边叫嚣：“有的同学又在偷懒，拿出点毅力！”没办法，大家只好抛下十二分的不愿，挺直双腿任他雨打风吹皆不弯，大腿好痛，手臂手酸！

军训让人坚强，李阳曾说过“pain past is pleasure”是的，困难其实并不可怕，敢咬牙克服困难的才是真的英雄，只有面对任何痛苦都能一笑置之，才是真的快乐之人。绿色军营令多少华夏青年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦？是

军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择！

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

七天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。在这七天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

军训感悟

## 我的军训心得篇九

经历过了高考，走过了独木桥，怀揣着那个坚定的初衷，我们使诺言得以兑现！

伴着金秋，我们迎来了大学的第一个挑战 - 军训。苏轼曾说：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”。说的是那些成功的人不是有着超脱凡人的本事，就是凭借自己钢铁般坚强的意志在艰难中走下去。曾几何时，想过放弃，想过坐在树荫下惬意地看别人训练，可是，最终我没有，浑身燥热、酸痛，有种欲哭无泪的感觉。几天下来，皮肤晒得黑黝黝，可是，那又怎样，那信念还是在耳边回响：我经历，我无悔。

回想起军训的这段日子，酸甜苦辣充斥着时光，但最多的是感动。那个每天和我们朝夕相处的人，那个因为你犯错而被

首长批评的人，那个偶尔在乏味的训练时跟你们开玩笑的人。没错，是我们的教官。经常会听到有同学在后面抱怨，甚至认为自己花钱上大学找罪受，其实不然。军训是一场关于成长关于爱却不关于恨的旅程，而教官就是这旅程中最美的人。

英国作家狄更斯说过，顽强的毅7可以征服世界上的任何一座高峰。是啊，既然选择了远方，便只顾风雨兼程！这不禁让我想起常大的校训——责任。自己的选择，再苦再累也要勇敢的承担起来，这就是对责任最好的诠释！

因为经历，所以铭记；因为美好，所以珍贵。步行街上道路两旁不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们与教官的闲笑声和嘹亮的军营歌曲，这些都是我们心中抹不去的痕迹。

的每个人、每件事、每段美好。

昨天，已挥洒汗水，明天，将扬帆起航，大学军训，是我人生的良好开端！

十三天的军训生活已接近尾声，我们将在明天划上一个完美的句号。军训不只是体能的锻炼更是素质的充分挖掘。

为了这个美好的句号，教官和我们都不懈努力，有的教官或许明年就要退伍了为了能让他们在从军生涯中添上光辉的一笔，我们要好好走好这段路，这也是对他们的回报。

韶光易逝，青春的年轮会随着时光慢慢增加，沉淀为记忆里的一抹淡绿，而军训时的响亮口号声会永远鲜活，映衬着脚步的踢踏声伴着我们的岁月。

军训结束也就代表大学第一课的落幕，教官们也会偷偷的离去，用行动告诉我们天下无不散之筵席，他们只是我们生命中的匆匆过客，却让我们成长，人生这列车载着不同的人上

车或多或少陪我们看窗外的风景，但他们总有到站的时刻，那一刻旅途上的美好就是回忆，军训这个严肃的词在我们的生命中添上了不可或缺的一笔，它是峥嵘岁月的开端。

祝福坚持到现在的我们，用坚持继续荣光。

进入常大，我的第一堂课就是军训。它是我人生中第一次军训也是最后一次。

对于这次军训有过期待，有过感慨，有过难过，有过欢笑。大学第一课丰富多彩，让我充满好奇，抱着一种好奇的心态开始了军训。

军姿是展示军人的风采，无论风雨，日晒，他们纹丝不动。教官就以军人的标准要求我们，要做就做到最好。他让我们知道了什么是纪律，什么准时。

军歌是休息时最好的消遣，在这里没有轻声细语只有血气方刚，在那种高亢歌声中我仿佛能听到军人那种一腔热血，想要报答祖国的决心。军歌让我体会到了梦想是要大声喊出来并且还要付出行动。军训虽然苦，教官虽严厉，但是并不缺乏欢笑，教官却有另一份友好。不管教官怎么严厉，他的目的只有一个，就是让我们做到最好，俗话说笑到最后的才是胜利者，我们必须是那个笑到最后的。

无军训青春不会散发出它应有的风采。也许是军训让我感觉到了大学生活已经开始，我愿满怀信心迎接着挑战；也许是军训让我感觉到了军人该有的东西，他们必须放下任何牵绊，必须离开温馨的家，他们必须要有坚韧的意志……军训让我明白我们时刻都是一个整体团结互助是我们每个成员必须做到的。

都能做到最好。

看着军训马上结束，心里却有万般不舍，它考验了我并告诉我坚持到底，信念终究属于有信念的人。

## 我的军训心得篇十

军训第五天，开始分方阵了。教官选出新的方阵，他让我们一个一个地走。虽然我已经很用心在走了，但是我的动作依旧很不到位，所以并没有被选上。这让我深刻的感受到，军人并不是容易当的，真正的精英都是被精细挑选出来的。强者，靠的是认真的态度，严谨的精神和自信的姿态。所以我们要靠努力才能成功。自古英雄出少年，而精英就是少年中最勤奋，最用心的一個。这让我想起“革命尚未成功，同志仍需努力”的教诲。我们在集体中，要做到的不仅是团结，更要让自己保持最佳的状态，做到最好。

今天开始要离开我们的教官了，当时我眼泪都快要留下来了。因为我们的教官，带给了我们太多的欢乐，太多的教诲。他说：“放松并不等于放纵。”是的，人要在轻松的态度中才能更好地应对生活，军队是个严肃的集体，所以我们需要片刻的轻松来缓解自己的压力但是，放松并不等于放纵。军队总是有严明的纪律性的，所以就算是放松，我们依旧要遵循军队的纪律底线，让自己时刻记住纪律的重要性。军训，让我们懂得了这些道理。我们教官还说：“向前大步走，要有杀气。”漫漫人生路，我们都在充满自信向前走，就像齐步走一样，抬高自己的双手，大步向前跨，只有你的脚步跨得大，才能走得更稳更远。杀气，体现的更是一种骄傲和自豪感，让自己镇住别人，用眼神打败对方，锐利的眼神是提升自己气场的重要方法。

今天我们依旧是共同奋战的队友，明天，你便离开了我，我们不在一个集体，但是情谊依旧在。或许许多年以后，我们不再相见，但是当我们再相聚，我们依旧相聚如故。因为我们曾经并肩作战，有一起的美好回忆。我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。校道上，图书馆边，不但有我们班整

齐的步伐也有我们班阵阵洪亮的口号声，更有我们与教官的闲笑声和嘹亮的军营歌声，篮球场上还留下过我们班激情的风姿和跑步时的整齐的叫喊声。

军训，是对自我的一种洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战。每天，我们在晨风中晨训，在阳光与细雨中操练，一天下来，就是一个累字，没有了往日的清闲与散漫，一切，都是那么的整齐与充满纪律。一开始，我充满了不适应，可是后来，慢慢的，我发现自己融入了角色，适应了生活，让我更加懂得了军训的意义。

## 我的军训心得篇十一

军训第一天，我兴奋而紧张地走进了训练场。这是我大学生活的第一个重要节点，也是我融入大家庭的第一步。高耸的门楼上悬挂着鲜红的大旗，散发着激励人心的力量。我不禁感叹，这并不是一次普通的体验，而是一个全新的生活迎接着我。

### 第二段：了解军队的严谨

军训的第一堂课让我深刻认识到了军队的严谨。教官眼神凌厉、指挥有方，瞬间将我们带入了军训的状态。他告诉我们每一个动作都要力求标准，只有这样才能让我们更好地完成后面的训练任务和未来的工作岗位。我体会到了军队对于细节的关注，对于团队默契的重视，这些都是我平常所缺乏的，也是我需要学习和努力培养的。

### 第三段：克服困难与焦虑

军训不仅是体能的锻炼，更是对思想和意志的磨砺。在第二天的晨跑中，我体力透支、气喘吁吁。但是教官告诉我们：“不要害怕困难和痛苦，只有经历了艰苦的训练才能有真正的成长。”这句话深深地印在我的脑海里，激励着我坚

持下去。我告诉自己，不能因为一时的困难和焦虑而放弃，要坚持到底，相信自己一定可以超越自我。

#### 第四段：珍惜团队合作的机会

军训中，我体会到了团队合作的重要性。每天的集合训练和队列行进都离不开每个人的贡献。只有我们默契配合，团结一致，才能完成任务。我和我的队友们从相互照应到默契配合，从最初的迷茫到稳步前行，这个过程不仅让我学会了与人合作，也让我感受到了团队力量的无穷魅力。

#### 第五段：展望未来

军训的第一天就告一段落，但对我来说这只是一个新起点。我深知，军训不仅仅是为了锻炼身体，更是为了提高自己的各个方面素质。我相信，在未来的训练中，我会越来越强大，不断挑战自我，敢于面对困难和压力。我希望通过军训能够培养自律自强的品质，学会团结协作，更好地适应社会的发展和变化。

在军训的第一天，我深刻体悟到了军队的严谨、自我克服和团队合作的重要性。军训不仅是一种身体的锻炼，更是一种思想和意志的训练。我相信通过这段经历，我会有一个更好的自己，更强大的心态和更积极的人生态度。我将珍惜这个难得的机会，坚持到底，为自己的未来奠定坚实的基础。

## 我的军训心得篇十二

我们就这样开始了我们的大学第一课，军训是学生生活中难忘的一页，军训生活会给你的一生留下闪光的记忆。

在我军训中有痛苦，有收获，在短短军训生活里，有同学们辛勤的汗水和欢乐的笑声融成的一首首青春五彩之歌。歌声里有少年的昂扬斗志，有同学间甜蜜温馨，有师生和教官间



的真挚友谊，举手投足之间，会触发你很多感悟，促膝谈心之时，你也能解读许多生活的真谛。

“向前看”，有你的理想和憧憬；“齐步走”，迈开的是你人生坚实的步伐，写下来吧，记下来吧！你的铭记回忆，我一直都在努力，相信军训后的我。一定不软弱。

对于，教官他们明天就离开学校，我们短短15天的认识，会成为我们美好的回忆。他们是英勇的，他们是可爱的。

就让我，一直铭记这美好回忆，以后好好生活，好好做人。

然后就是对大学对同学半熟悉半陌生吧。军训算是常大给我上的第一课，也让我更好的认识他们，无论天气如何大家都聚在一起，想想还是很奇妙。明明是各地的人却可以呼吸一样的空气，感受一样的气温，算是缘分，愈显得珍贵！慢慢可以认出他们的脸虽然叫不出名字在拿到集体照的时候对身边的人说了一句，这就是未来四年陪我的人阿，挺喜欢一觉醒来发现军训集合时间快到，和室友一路狂跑到集合的地方，更开心的是路上发现还有同班的伙伴，这种同病相怜的感觉真像我马虎的高中 和陪我的小伙伴，我还是怀念，对未来的憧憬伴着恐惧，大学的分别，应该会让人更独立吧！然后军训便是一个开始的标识，眼前陪你淋雨晒日的人们，在以后的日子里还会有更多事共同面对，寒露快到了，军训也快结束了，时间总是不断向前。它不停我们也是，有写过一句话 嘿！别让它睡着，我想之后的自己可以清醒的去感受生活，好的也是，不好的也罢，朋友说过：“生活给予你所有的温暖和失望，磨练你成为这样那样的人，走的路不同，可是努力是一样的！”

在往前的路上可以回头看，但是别放弃努力向前，期待磨练后的自己，未来见！

军训，是开学的第一个课程，不仅是一个过程，更是一个崭

新的开始，一个成长的阶梯，一个火热的熔炉，一个人与人之间的纽带，在这里，我想为我们的坚持大声地呐喊。

我们默默挺立在烈日风雨下，煎熬着，忍耐着，目光只坚定地注视着前方，太阳下风雨下我们变得更加坚韧，变得更加自强，我们也在磨练中成长。

我们在教官的命令下尽情的挥舞着，释放青春的热情活力，给予自己，他人正能量，诉说我们用坚强的意志，不屈不挠坚持到底的精神征服太阳乌云，也战胜了自己，体会到做军人的敬工敬业的精神。

还依然记得教官细心耐心的教导，还记得老师热天送水的关心，还记得我们一起拉歌的快乐，一切的一切都是这个军训留给我们的美好回忆。

军训，一个伴着汗水与欢笑记忆，在烈日无情的压榨下，我们坚持军训，我们想过放弃，可想到一直伴随着我们训练从不懈怠的教官们，我们不放弃，他们是保家卫国的战士，是顶天立地的男子汉，是我们大学的启蒙老师，所以我们要学会在他们身上看到未来，引以为傲！

以后不管遇到什么困难，我们都会想起这个难忘的军训，想起那群可爱的教官，想起我们风雨中依旧挺立的身影！

## 我的军训心得篇十三

第一天的军训经历给我带来了极大的震撼和深刻的体验。在这一天里，我不仅感受到了军人的严谨、纪律与坚韧，也更加意识到了身体锻炼和团体合作的重要性。下面我将详细介绍这一天的军训经历及我的心得体会。

第一段：秩序井然的集合

早晨7点半，在晨曦的照耀下，我们整齐地列队集合，学校的广场上已经聚集了近千名学子。教官严肃的面孔让我顿时感到了军人的威严。我们排着整齐的队列，沉默而有序地等待着接下来的指令。我甚至能够听到我的心跳声，仿佛在告诉我，这是我迈入军训的开始。

## 第二段：坚持不懈的体能训练

在教官的带领下，我们开始进行严格而枯燥的体能训练。首先是热身操，我能感受到全身的每一个细胞都在被唤醒。接着，我们进行了一系列跑步、仰卧起坐、俯卧撑等训练项目。这些动作对于我来说是如此陌生而严峻，但是我知道只有坚持下去，才能够提升自己的身体素质。汗水湿透了我的衣服，但我感到无比的满足和快乐，因为我知道，通过这样的锻炼我将变得更加强壮。

## 第三段：团队合作的重要性

在紧张的个人训练之后，教官布置了一项重要的任务——携手完成团队训练。我们需要分成小组，在规定的时间内完成协同攀登、拔河等项目。每个小组成员都发扬着拼搏和团结的精神，我们相互鼓励、互相帮助。在训练过程中，我明白了只有团结一致、密切配合，才能够取得优秀的成绩。通过这些团队活动，我学会了倾听和尊重他人的意见，同时也明白了集体的力量是无穷的。

## 第四段：自律与纪律的力量

军训的过程中，我深深体会到了自律与纪律的重要性。每天的训练时间、作息时间、饮食规定都被精确地安排和控制着。我们被要求遵守时间表、保持规矩，严禁私自离队和擅自离开训练场地。这种自律和纪律的制约与约束让我明白，只有遵守规则才能够让我们更好地进步和提高。自律是成功的关键，只有自律才能培养出坚强的意志力和执行力。

## 第五段：感悟与收获

第一天的军训经历，让我收获颇丰。我通过体能训练和团队活动，提高了自己的身体素质和团队合作能力；通过自律和纪律的要求，养成了规范的生活方式；通过与教官和同学们的交流，更加了解了军人的辛苦与坚韧。在这一天里，我不仅感受到了军人的专注与毅力，也更加明白了军训对于培养我们的团队精神、自律性和坚韧性的重要性。这一天的军训经历给我留下了深刻的印象和宝贵的经验，我相信这些将会伴随我一生，成为我人生道路上的宝贵财富。

通过这一天的军训，我进一步了解自己的能力和不足之处。接下来的日子里，我将更加用心投入到军训中，锻炼自己的身体素质，提升自己的团队合作与自律意识。相信通过这段军训的历练，我能够成长为一个更加坚强和果敢的人。