

学生军训心得感悟(大全15篇)

实习心得的写作是对实习经历的总结，可以使我们更好地沉淀个人的思考和心得体会。看看下面这些写得出色的军训心得，或许能够给你在写作过程中提供一些思路和灵感。

学生军训心得感悟篇一

今天我正式成为了一个中学生，在踏进校园的那一刻就听到了“稍息，立正，向前看齐！向左转，起步走！”我不禁想象军训时同学们严肃庄重样子，他们一个个站的挺拔，眼神里透出了坚定的信念。我迫不及待的想要军训了，但是一想艰苦的训练，又不知道自己能不能挺住，心里有对军训胆战心惊起来。

开始军训的第一天，老师让我们站成四路纵队，根据身高排好了顺序，老师没有想象中的那么严厉，更多的还是温柔和对我们的照顾。“现在开始站军姿”！老师威武的说道。九月天小飞虫很多，我们被飞虫烦的左摇右晃，而老师却说“不经历风雨，怎能见彩虹。你们见过阅兵时会有士兵动吗？”我们被老师说的哑口无言，决定要坚持下来，这让我知道了坚持和毅力的重要性。接下来我们周围的飞虫更多了，可我们都像一棵棵挺拔的小树，丝毫不动。老师满意的笑了。

第二天我们开始练习向左转和向右转。老师让我们喊一二来分开做动作，随着老师一声令下“向右转！”我们大喊道“一二！”而我却向左转了，顿时，人群中传来一阵哗笑，我顿时脸红得个红苹果。老师严厉地说“笑什么笑？谁都有犯错的时候，改过来不就行了！”这短短几个字平复了我的内心。第二次第三次我集中精神，没有做错，以后也再也没做错了。

第三天我们开始练习最重要的一项“齐步走”。老师讲完了重点我们便开始练习，老师为我们数着“一二一，一二一”的节拍，我们昂首挺胸，迈出坚定的步伐。终于，我们费了

九牛二虎之力，把所有的军训任务都完成了。

这一次的军训，虽然仅仅有五天，但是让我领悟到了坚持，团结。更为我们的人生长卷上，打上了更加丰富和厚实的底色。

学生军训心得感悟篇二

时间过得可真快啊！弹指一挥间，四天的军训生活匆匆流逝。还记得我们走进军训基地的那一刻吗？我们不再是父母捧在手心中的掌上明珠，也不再是坐在教室中读书的文弱书生。还记得穿上军装的那一刻吗？每个人都显得风华正茂，英姿飒爽，看着镜子里的自己，刚毅而又坚强，我心中无比的自豪！

先说说我们的日常吧，我们每天都要早起整理内务，每个人都要叠好被子，这要是放在以前我哪会叠？能把被子铺平就不错了。但严苛的军训规章让我不得不学会自理，望着床上被叠成“豆腐块”的被子，我心中充满了成就感：我觉得自己不再是那个娇生惯养，什么都不懂的小孩子了！

最令我难忘的是那次野炊，对于我这种“小白”来说，要做出一顿饭菜而且不能浪费食材简直比登天还难。但意想不到的是，那些平时看起来疯疯癫癫的男生做菜竟然有模有样的：洗菜、切菜、炒菜、装盘……这些繁琐的事情他们都抢着做，大多数女生也顶多在旁边看着。单就这一点，就足以令我们女生对他们另眼相看了。经过一个多小时的折腾后，我们这组完成了四道菜品。尝在嘴里，虽然不是特别好吃，但吃着亲手做的饭菜，一股暖流涌进我的心田。你知道吗？那种感觉，是我十几年来从未品尝过的。

临走前，和我们相处四天的教官亲自送我们到车上。透过窗户，我清楚地看到：教官笔直的站在那儿，含情脉脉的向我们行了军礼，还露出了他那标志性的憨厚笑容。汽车启动了，

望着他渐行渐远的身影，我的心酸酸的。尽管我们在军训时不争气，垫了底，尽管我们有多么的任性、不听话，他一直都在包容我们的一切。我不禁回想起他送给我们的一句话：“努力到自己无能为力，拼搏到感动自己。”这句话已深深镌刻在我的心中，它给予了我人生前进的动力。

四天军训中，有艰辛，有汗水，也有欢笑，但我想更多的应该是成长吧。军事演练教会了我们坚韧不拔、学会自卫，野炊教会了我们独立和自理，感恩教育活动教会了我们感恩亲朋，还有那位可敬又可爱的教官教会了我们拼搏。我想，这些都将成为我人生中最美的一段诗篇！

学生军训心得感悟篇三

知了在树上聒噪地叫着，盛夏席卷着高温与烈日而来，灼人的阳光照得人大汗淋漓。一身军绿色迷彩服，顶着烈日，我们站在操场上一动不动。空气持续地升温，阳光晃得人眼睛生疼，炎热的感觉挥之不去。

这是我开始军训的第一天。刚开始的兴奋与激动早就被太阳烤得一点也不剩了。标准的军姿让我僵硬着不敢动。午饭的迅速扫荡在意料之中，下午继续训练站军姿。我的第一天以晚上僵硬的腰腿而告终。

第二天开始训练摆臂。不断地机械挥舞着手臂，次数多了以后，感觉手臂都不像自己的了。幸而教官还是给了我们休息时间。在晚上，他教了我们几首军歌，对着隔壁排拉起了歌，一时间欢声笑语，热闹非凡。我们也深刻地感受到了军人们闲暇的娱乐精神。

接下来的几天里我们练习着齐步行进，跑步，中间比较有意思的一件事就是紧急拉练了。那时我们都在午休时间，好多人乘着这个时间洗澡刷牙洗头之类的，享受着难得的悠闲时光。然而在哨声响起之后，教官在楼下喊着5分钟内在操场紧

急集合，带上生活用品。最后当我们出现在操场的时候是各种奇葩造型。有的洗头洗了一半，还粘着泡沫，有的穿着拖鞋，有的没带脸盆和洗漱用品，就抱了被子下来，大家相互看着对方笑了。但是我们知道这样是完全不合格的，也清楚了军人们的严格要求和他们的辛苦坚韧。

这不仅仅是一次军训，更是锻炼我们毅力的战场，让我们迈向更成熟的指明灯。

学生军训心得感悟篇四

今天我们迎来了一年一度的磨练——军训。想起上次的军训，我紧张又期待。

同样的流程，不同的认识。一年前的军训时，我们还是谁也不认识谁，现在已经熟悉彼此了。我们分到了一个比较年轻而且脾气很好教官。这样会让之后的四天军训生活好过一点。

上午的训练出了个小插曲。在无数领导讲完话后，居然下了雨。还好不大，我们就冒雨开始军训。第一项，排队。好不容易排完了队。雨变大了，我们只得回到了教室。

在教室的这段时间里，我们先听了教官讲话，之后站军姿，接着阅读背诵。待到一切都结束后，天空放晴，我们又回到了操场军训，结果才过了不到20分钟放学了，上午的军训就这样结束了。

下午的训练，令我印象最深的就是老师发我们蹲着。理由是我们放水杯的时候磨磨唧唧，打打闹闹。有人说蹲着这么舒服，还叫惩罚。呵呵，此蹲非彼蹲，他会将全身的重量集中在右脚脚尖上，让你疼上一阵。

最开始我根本不在意，心想，蹲着比站着舒服多了。结果才

蹲了不上一分钟，我就后悔了。我感觉我的右脚脚尖骨头要碎掉或者马上就要被错位了。

虽然军训很苦，很累，但有助于增强我们的体质。据我观察，现在青少年体质已经越来越差，光升个国旗就有人呕吐，站一会儿军姿，这个头疼那个肚子疼……倘若我们再不锻炼，就真成了一步三晃，弱不禁风的林黛玉了。

所以请大家认真对待军训，爱护自己的身体。

学生军训心得感悟篇五

当微风吹动安详的绿叶，训练场上有我们嘹亮的；当月光撒向大地一片皎洁，军营里我们的歌声不断飞扬。这是我们青春的见证，这是我们青春的别样风采。

训练场上，站军姿时头上的骄阳，踢正步时肌肉的酸痛，蹲着时脚掌的麻木，随时随地蜜蜂的侵袭，都令我们苦不堪言。但是面对体力不支，面对头晕目眩，我们选择了忍耐，选择了坚强，选择了青春如此的别样风采。

汗，顺着脸颊往下淌，这种异样的“芬芳”弥漫在这身迷彩上，遍布于整个训练场上，这是努力的见证，是青春的别样风采。

当骄阳给大地撒满光芒，我们的步伐干脆而又整齐；当天空挂满星星，我们的歌声委婉而悠扬。

“寒风飘飘落叶，军队是一只绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈……”轻松的夜晚，悠扬的歌声，我们在赛场上听着，唱着，拌着几分离家的思念，在最终又浇上与冠军失之交臂的失落，但是我们没有流泪，因为我们已经学会坚强，我们要拥有别样的青春风采。

烈日下的汇报表演中，我们朝气四溢，我们精神抖擞，我们英姿飒爽，我们为军旅画上了圆满的句号，我们得到了真正意义上的成长。

四维曾说：“青春是一道明媚的忧伤。”踏上归途，离别的泪水模糊了双眼，我们怀着一份份感伤离开了教官，离开了这相处了7天的一切。

这不是懦弱的眼泪，是对让我们变坚强的一一切的留念，是对青春永恒的见证。

军训中，几多疲倦，几多汗水，几多风尘，几多感慨。

军训象杯咖啡，越品越浓，愈品愈香，它教会我们吃苦，教会我们坚强，旧象霸王蝶没有经历出生的艰难，旧永远不能飞上蓝天；象鲤鱼没有千万次的跳跃与拼搏，旧不能成功的越过龙门。

我们带着军训的收获，穿过泥泞，朝着光明，与太阳赛跑，用未来的三年给予我们的青春又一番别样风采。

学生军训心得感悟篇六

对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨砺，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。那么小编就今天给大家分享几篇关于军训的心得范文！

现在的我们，刚刚升入了高中一年级，进入了一所新的学校，迈入了人生的一个新的阶段，我们所面临的，更是许许多多未知的挑战。在这所更高一级的学府里，我们还要学习很多内容，而军训，就是我们在踏入新学期之际，所要上的第一堂课。

回味过往的日子，犹记得，临近开学的那几天，我一直对于开学报名之后就要开始的新生军训跃跃欲试，充满了期待。本以为，军训会很有意思，可以很快乐、很轻松地度过，而之后的事实证明我想错了。军事训练，顾名思义，就是说要对我们进行军事化的较为正规的艰苦训练，要我们体验一下生活，感受军营的氛围。而对于我们这些新生进行军训的目的就在于加强我们这个新组建的班集体的凝聚力，要我们更加团结，并且学会遵守纪律，提高我们的自控能力，要我们学会吃苦，强健体魄等等一系列的因素。所以说，军事训练对于锻炼我们的身体和心智来说，亦是有许多的益处的。

我们已经度过了5天的军训生活，虽然时间不长，但是每一天，都是身着迷彩服，烈日炎炎，在太阳的炙烤下我们一遍一遍地重复训练各种动作，站军姿、齐步走、跑步走、踢正步、前后左右转等等一系列的动作，要求你不断地练习，无数次地重复，直到达到了标准，而且，要努力做到最好，还要与其他人保持一致。如果有一个人做错了动作，那么整个团队就又要重复一遍，一直达到整齐划一为止。这样的生活，乍一看，会觉得枯燥乏味，无聊至极。而只有亲身体会过之后才能感受到其中的乐趣。这样的生活，就是要锻炼我们的吃苦能力，加强我们的忍耐力，要我们对于外界的一切都尽力做到不动声色。几天下来，几乎人人都会觉得腰酸背痛，但是，不经历风雨，怎么会见彩虹。凤凰在浴火重生之后，才会展现出它的风采。或许我们在经历了磨练之后，会变得更加优秀。

军训生活，有苦亦有乐。当你一动不动地站军姿时，你会觉得很痛苦。但当你发现几遍的练习下来，大家的步伐整齐划一，同学们行动一致时，你会庆幸自己的努力终于有了回报。在休息时，当教官带着你与别的班级拉歌时，你会觉得仿佛在一瞬间，你浑身上下都充满了力气，甚至有一种“同仇敌忾”的感觉，这应该是在相对来说比较枯燥的军营生活中最大的乐趣之一吧！

我们的军训生活，有烈日的陪伴，有身体的酸痛，有教官的呵斥，亦有拉歌的乐趣，有教官打的军礼拳，有集体的团结。我相信，经过了这5天的军训生活之后，我们会变得更加优秀，同时也有了前所未有的谨慎与身体上的收获。

军训生活，让我们的心智有了一个提升，让我们更加成熟。

汗在烈日下烤出来，一滴一滴，缓缓滑过皮肤。久了，再一滴一滴，默默浸透衣衫，直到被太阳烤干，然后重复浸湿。我知道我不能动，教官说军姿是最重要且最基础的，那么便练习忍耐吧，三年中还有多少是需要忍耐的。我看见教官检查前面男同学的站姿，指尖划过脊梁，衣料瞬间与皮肤接触，呢子格的衣服上立刻绽放形状如喷泉的汗迹，在高温给我带来的迷蒙中，我竟觉得那是美丽的，暗潮汹涌的美丽。此后，每天都有汗泉如花的惊艳。它们甚至出现在阴霾的天气里，在暴雨前的闷热中。本是高温不降，队形的紧密，使得同学们的体温聚集，于是我们成为彼此的“烤炉”，“汗花”灿烂依旧。还不够，老天一定认为我们吃的苦还不够，于是就有了军训最后几天的倾盆大雨。多少年了，没有这样淋雨，还是集体淋雨，只为了要集好队才能狂奔而去。但我却觉得莫名痛快——当雨滴冰醒眼皮，当雨丝刺痛面颊，当雨帘拍打我所有。那时，同学们大喊着狂奔在淅沥的雨点中，我知道，他们也是快乐的。

也还记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。刚学立正时，我就疑惑，为什么体育课中要常做的动作，早已会的动作，教官要如此仔细地讲解，为什么一个左转一个右转要教官如此煞费苦心让我们练习，实践出真知，五天的军训就让我明白，小小一个立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的博大。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。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。而军训更教会了我超出这以外的东西。那就是认真对待自己的错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误。那是一种真实的美。不刻意隐瞒什么，不对就是不对。而在这种自然中流露的那种质朴是任何东西也粉饰不来的。或许学到的东西远不止这些。但是紧张而又愉快的训练中的亲身体会，严格而又平易近人的教官的谆谆教诲，我想，我终身受用不尽了。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。你来一首，我拉一首，气势豪迈的《团结就是力量》，宛如一缕春风拂过心头的《军中绿花》。”西瓜皮，冬瓜皮，四连长耍赖皮”，幽默诙谐略带可爱的拉歌，令人难以忘怀。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首多姿多彩的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔峥嵘岁月，数风流人物，还看今朝。”

转眼间时光飞逝，军训已结束，细细品味，军训积攒下来的并不全是辛苦与劳累，而是教会我们团结，不抛弃不放弃的精神，经过了这些天的风风雨雨，我终于看到了绚丽的彩虹。

记得军训第一天，教官让我们站军姿十分钟，十分钟在寻常是很短的时间，但是烈日当头，十分钟在我们眼里也是遥不可及的，炎热的太阳炙烤着大地，脚后跟并拢，脚尖分开约六十度，两肩向后靠，两眼平视前方，双手紧贴裤缝线，脖子向后靠，大家像电线杆一样挺立在训练场上，汗水从脸颊缓缓流下，时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，好希望

能下点雨，刮点风，有时我忍不住想动了，总会在心里默默的告诉自己：“坚持就是胜利！”一声哨响，休息三十分钟，是大家最兴奋的时刻了。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅。同时军训也告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

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不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

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，是我们高中生活中的闪光点，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。

军训前一周，在学校学习，每天都要进行头脑风暴，我多想快点到训练基地，放松脑子。初到基地，我却被那一床枕巾毛巾，和那身军装深深地震撼到。一拿到这些东西一股汗臭味扑面而来，然而我却只能这样安慰自己：条件如果没有这么差，又怎么能叫做训练基地呢！

我们的教官是一个充满喜感的大胖子。这5天并不好过，虽然我们教官人很好，但是一连和二连的教官是合在一起交的。最巧的是，二连的教官以前教过我，他当时给我的印象是一个字“严”，而现在却是“超级严”，不过他比第一次教我

的时候有进步，那是因为他现在会对我们笑，但是次数却很少。

这几天中间最深的是第四天，总教官训练我们广播体操。总教官训练我们很长时间，这期间早已不知重复了多少遍，流过多少汗，但是我却从中感受到了团队意识。总教官站在台上一览无遗，我虽然不能为我们连队增光添彩，但是我不能成为我们连队里的一颗老鼠屎。所以我一直在努力的去做好每一个动作。所以我一直在尽力的去做好每一个动作，拍响每一次大腿，跺响每一次脚。

这5天下来，我黑了许多，也瘦了许多，但是我却更健康了。这次军训，我又认识了许多班上的同学，还认识了我們可爱的教官，他的歌声很动听。

军训苦吗?答案是肯定的，没有苦中苦哪来的甜中甜，这次军训磨练我们的意志，军训虽苦却受益无穷，在纹丝不动的军姿中，学会了坚持与毅力;在不断纠正自己的错误中我们学会了刻苦钻研。

军训是无声的老师他培育了我们优良的品德，塑造了我们不屈的精神，摒弃了我们懒散的惰性，摆脱了无聊的幻想。

这一次军训我们多了一份成熟少了一份依赖，这是一个收获的季节，我们笑了，对着那丰硕的果实满载而归。

经过这短短4天的军训生活，我们都精疲力竭，更是让人尝尽了“酸甜苦辣”这四种人间“美味”!怎么个“酸甜苦辣”法，如果想知道的，请跟我来吧!

“酸”

今天是个较晴朗的日子，太阳公公也许是为了迎接我们的到来，欢快地露出红通通的脸蛋儿。

中午时分，是我们13班帮厨的日子，我们又刚军训完，随着教官的一声哨声，我们在食堂前排好了队，同学们都很不情愿地接过手中的任务，个个无精打采的帮同学们端菜。我们女同学就负责洗碗，有4百多个人啊！天啊！同学们都在报怨着！“乒乒乓乓”盘子发出的响声，洗完后个个这里捶捶那里捶捶之类，真是让人“腰酸背痛啊”！

“甜”

尝过了“酸”，现在应该换个“口味”了吧！

晚上，宿舍的同学们都睡得美美的，还带着微笑，我也美美地进入了梦乡。

“苦”

星期三的下午，我们进行了军训。教室先教我们站军姿，然后，让我们纹丝不动地站半个小时。刚开始还行，可大概过了10分钟，我就快坚持不住了。我暗暗告诉自己：“我一定要坚持到底。”一分钟、二分钟、三分钟……时间一分一秒地过了，我双脚发麻，终于，半小时过去了，我如释重负，松了一口气。

“辣”

这种“口味”呢？其实跟随上种“口味”差不多啦！但是，我还真正尝到了辣，就是中午吃饭，不注意吃致函一块辣椒，辣死我了。哈哈。这四种就是人间的“美味”你们大家都尝过吗？这4天魔鬼般的训练，让多少人晕倒，有的人连眼泪都掉下来了，可军训尽管很苦，但是我们清楚地记得，在开幕式那天，基地负责人人我们讲过的话：来这里是在花钱买受罪，是为了锻炼我们的意志。

我们也明白在成长的日子，每个人都将遇到很多的苦头，

甚至比这苦，如果今天的这点苦都接受不了的话，那以后的苦又怎么接受得了呢？所以，我们暗下决心，无论在劳动实践中出现多少苦，我们也一定要征服它们。

学生军训心得感悟篇七

是军训，让我们拥有战胜困难的勇气；是军训，让我们懂得团结互助；是军训，开启了我们辉煌的青春。关于军训心得怎么写？下面是小编给大家带来的有关军训心得范文，一起来看看吧！

说到大学后的这次军训，无论是军训之前或是军训已经开始的前几天，我的内心都是极不愿意的。因为初中、高中的两次军训已经是绝对的刻骨铭心，刻骨铭心的艰辛疲惫，但是军训的第一天，特别是站军姿，就改变了我之前的想法。

尽管前两次都学过站军姿，但此次站军姿，我的动作依然不标准，依然坚持不久。一连几天站军姿，依然还得教官不断纠正：“右边肩膀后面一点，高一点，左边肩膀往前一点。”每天每次如此，时至今日，我每天最害怕的还是站军姿。

“站军姿是最基本的，是其它一切动作的基础。”教官说道。但是这最基本的站军姿，对我来说，却是最难的。由此我清楚自己必须纠正自己的态度，用端正的认真的态度来面对军训，并从军训中提升自己，无论是站军姿、队列训练还是锻炼耐心、意志、坚忍、团队精神等，用学习的积极的态度认真参与军训的每一项训练。

军训开始后才发现，其实军训并非如师兄师姐们所说那么轻松或无聊，虽然没有像初中、高中军训时那样站在烈日下曝晒，没有那么大的训练量，虽然练习的动作都很简单，但要

让那么多人行动要像一个人一样的确定是件不易的事。一天军训下来，还是挺累的，但是值得欣慰的是，每一天站军姿都可以感觉到自己的进步，似乎可以坚持更长了。

通过军训，我们同学之间的友情更加深厚了，以前没有很多机会大家一起接触相处，在这个大学军训期间，我们分享身边的趣事，分享喜欢的书、电影，分享烦恼，分享各自的家乡话，一起吵吵闹闹，好像回到了少年时代。尽管每天还是会数着军训还剩多少天，每天还是会想今天不用军训该多好，但是每天还是会认认真真地训练，过好军训的每一天。

希望接下来军训的日子，大家都过得好好的，等待柳暗花明又一村的惊喜。

军训的十二天已经过去了，对我们这群大学生而言对我们的的人生观，价值观产生深远的影响。回头看看，军训的日子有苦有乐，有泪也有笑，但掌声覆盖了所有的伤痛，留下的只是团结与欢乐。

从到了驻地的那一刻开始，我就告诉我自己，我现在是一个兵了，我的心里暗暗发誓：就是再苦再累，我也要坚强地做一个好兵，做一个经得起考验的优兵。军训内容包括队列训练，战术训练，射击训练和理论讲座。队列训练是作为一个军人必须要做好的。在其中的军姿应该是队列训练中最基本的一项，两脚分开约60度，两腿挺直夹紧，收臀，小腹微收，挺胸抬头，收下颚，挺颈，两眼平视远方；两手自然下垂，五指并拢，食指贴于裤缝。这个动作看似简单，但是要做的标准而且要能坚持很长时间就不是容易的事情了。站的时间一长就会觉得异常的累和苦。再加上天气，头上顶着白花花的太阳，脚下是滚烫的水泥地，不一会就汗流颊背，时间一长，颈，腰，膝，脚就受不了了。有好几次，我感觉自己快站不住了，可是我咬咬牙还是挺过去了。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军

训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。

而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这些年，这种人与人之间的关系已经很少见，很令人怀念和留恋，向往啊！

军训生活已近尾声，无数酸甜苦辣汇聚成心中的感念，如同这斑斓的色彩。

红色————热烈的红色，能够激发起无限潜力与活力。在火红的烈日下我们坚持训练，铿锵的方号喊起来，整齐的步伐踏起来，坚毅的面庞抬起来，指导耐心的教官老师与认真操练的同学们心中充满了奋进与期望。阳光愈烈，斗志愈昂扬。

黑色————黑色予以恐惧之感，让人压抑后冷静。军训永远是艰辛的过程，腿疼一灌了铅般的痛，脚麻一如踏针毡般的痛，头胀一暴晒后无比的痛，连汗水也痛着。但在一番磨砺之后，我们不再惧怕困难，而是更加渴望胜利和光明，因此奋勇向前。

绿色————生机勃勃之色，亦为军旅的代言。我们高一新生代表着学校与家长的共同期望，也是祖国未来；而作为国家安全维护者，武警自然是任重道远。绿色的军训让我们领略了军队的严谨作风，更是我们感到身上沉甸甸的职责。

粉色————温情而体恤的颜色，让人心存感激。第二天站警姿的时候，骄阳似火。班主任见我们挥汗如雨，便拿出纸巾一个个的擦汗。虽然天气酷热难耐，但老师的关心已经让我们感到无比感动，若一丝清泉流淌心中。

蓝色————海的颜色，博大而容万物。军训中我们不仅仅提高自我，还与同学互相熟悉时培养默契。队列中，一个人失误往往导致全体错误，我们要用心配合，严以律己，为班级争取最高荣誉。正所谓“团结产生力量，凝聚诞生期望”，团队精神会得到更多胜利。

军训真的很累，却即将与我们告别。留在我们心底的，有痛苦，有欢乐，而更多的是感激。感谢学校给与锻炼的机会，感谢教官不知疲倦的教导，感谢老师同学的关怀，感谢五彩斑斓的跌宕人生。

从这次大学军训，我懂得了：用心的投入去做一件事情，总会有很多的故事，点点滴滴。训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点半熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人；在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。

我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩膀上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是

一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐、一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？军训有苦。每天早上六点半起床；从七点一直训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

在训练场上，我们迎着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的大学生。

军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。军训不仅仅是简单的队列训，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。

军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，不再只顾着自己。军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。是我们大学生活的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。

它把军人的气质悄悄的刻进了我们的骨髓，融入我们的灵魂，它已在我们的心中默默的生根了。不经历风雨怎能见彩虹，没有苦寒怎能得梅香。

在这次军训中我学到知识，训练中受到教育，磨练了我的'意

志，锻炼了我的身体，提高了我军事素质。军训让我更有勇气面对社会，承受压力。燃烧的永远是热血，不朽的永远是信念。

整个大学时期，我都会用军训精神去度过各种困难，创造一切可能，用理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨创造辉煌。

学生军训心得感悟篇八

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。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。

十天军训生活虽然结束了，但军训的好习惯还是被我带回了家。十天的生活让我学会了爱。爱同学，老师，父母更爱生活！也让我懂得了珍惜现在的美好时光。感谢学校给予我们这么好的锻炼机会，我想对老师和教官说：“辛苦了！谢谢你们让我明白了许多道理。”

学生军训心得感悟篇九

军训，有泪有汗，深呼吸，高度紧张的思绪，敏捷有力的动作，都构成了一道道美丽的风景线。我们穿上军装，从最初的慵懒步伐到几天的整齐划一，从最初的娇纵到几天的强势独立。最近几天军训带给我们的不仅仅是肌肉酸痛，还有对生活的理解。它教会了我们太多在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的一些生活推向了极限，我们的精神面貌焕然一新。

渐渐的，我发现我走路的时候，会自然而然的昂起头。站着的时候会习惯性的挺直腰。一个人的时候，我会哼着歌《夕阳，西山，夏虹，飞天，勇士的大巴回营？》就是这样。这些都是军训改变的。军训，我们吃了苦头，累了，笑了。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，我们在暴雨中狂奔，浑身湿透。为了练习动作整齐，我们反复练习；知道全身酸痛；我们学着唱军歌，学着和教官说话，学着一个接一个的笑。这是一段痛苦而快乐的回忆，也是我们青年在新时代的宝贵财富。我觉得我们孩子受的苦太少，需要军训磨练。

军训的时候，我最喜欢的就是军人姿势。军姿是最好的姿势，双脚分开60左右，脚跟并拢，双手贴近裤脚缝，双肩紧绷无缝隙，双肩向后伸，收腹，额头微闭，头昂，眼睛向前看。军人的体态既表现了军人的风采，又体现了悲愤冷静、坚定坚定、坚忍不拔的美。硬骨头以天为荣，微笑以风雪为荣。站在军姿上，感觉有一股浩然正气贯穿长虹。如果说青春是一首动人的歌，那么军姿是最铿锵的旋律。

都说军人最可爱。在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的命令和整齐的步伐给我留下了深刻的印象。在某个时刻，“一、二、三、四”的口号是世界上最美的声音。教官用沙哑的嗓子唱《第一天当兵》这首歌的时候，我忍不住哭了，心里爆发出一一种感觉，是对战士们深深的敬意。

人只有经历了挫折，才会在困难面前变得更加成熟，更加坚强。我们放下那份悲伤，小心翼翼的拾起断断续续的梦，带着虔诚的信念和不可动摇的决心，在大学里积极上进，在生活中勇往直前。

军训真的教会了我很多。同学之间的团结友谊，师生之间的亲情，军民之间的亲情，很多感情都发酵在一起，成为我脑海中最美好的回忆！

学生军训心得感悟篇十

时间像是不断下落的不受控制的雨珠，无声无息的溜走，军训已经不知不觉地走过了11天，还有3天就完成了自己的使命。在这看似漫长却又短暂的11天军训中，我们学到了什么，收获了什么，军训的意义和价值何在？军训中：

彷徨过，迷茫过。刚军训的前两三天，挺着毒辣的阳光，不论是站军姿，还是重复再重复那枯燥乏味繁琐的步伐，都曾经深深地质疑过、迷茫过，究竟要学什么，在短短的14天中，会学到什么，军训对我们有什么用，有什么意义和价值，是不是在自找苦吃。痛过，累过。军训是痛苦的，每一次训练完休息，没有一个人不是腰酸背痛，腿疼，脚疼的，可我们还是咬牙坚持，时间一到继续训练。在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，往日看起来灿烂的阳光让我们那么讨厌，让我们真正地体会到苦和累。

委屈过，埋怨过。当我们练得不好被教官纠正时，当我们被雨淋湿了军训服而改穿便服却被教官批评时，我们也有想不通，心里也会觉得委屈；当我们得知我们无法走分列式时，尽管知道自己走得不好，可还是有点难过，感觉自己好多天的努力都白费了，汗水都白流了，所有的苦都白受了。“王老吉和青苹果”事件门发生，的确感到过气愤和委屈，有种不受尊重和被排斥的异样感觉，后来虽然理解了，可当时确实

很不舒服。

笑过，闹过。忘不了兄弟们拉歌时的恣意欢笑，忘不了三排长跟我们闹过的那几个日日夜夜，忘不了那激昂的口号声和雄浑的歌唱声，忘不了一排长和二排长找我们谈心的那几个镜头，讲述他们精彩的人生片段和人生感悟。

军训中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。军训是很苦也很累，但同时是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机，“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。我们不需要抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上、不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。人只有在挫折中才能变得成熟，在困难中才能变得坚强。通过军训，学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持！

军训的真正意义和价值也正在于此，给予了我们一种不畏困苦、迎难而上的勇气，教会了我们一种不抛弃不放弃的坚持，培育了我们一种团结互助、奋发向上的集体荣誉感。路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

学生军训心得感悟篇十一

随着一轮明月渐渐落下，太阳缓缓的升起，鸟儿叽叽喳喳叫了起来，人们也都苏醒了。在山东大学南校的操场上，来了一群初中生和几位体育老师，这是初一新生在军训，这群初中生穿着整齐的校服，白色上衣，蓝黑色裤子，上衣上面绣着几个红字：山东大学第二附属中学。我就在这群初一新生当中，我们好奇的看着四周的场景，来到了一片宽敞的操场，开始了五天的军训。

来这之前我听几名大哥哥说：这里教练非常严，军训起来非常苦。我听到这些话以后，心里就打起了鼓。这次军训累不累，老师严不严等等问题在我的脑子里打转，今天是我第一天军训，我带着重多的疑问和忐忑不安的心情开始了军训。

一二一，一二一，稍息、立正、向前看齐，手放下，站军姿2分钟，有一位同学动就加时一分钟！老师严厉的对我们说。

不就是两分钟吗？站一会儿就可以了，真简单！我想到。可是说起来简单，做起来难；那些小飞虫好象想捣乱，在我们的头上乱飞，有几个同学忍不住动了几下，被老师发现，加时一分钟，我们不敢再乱动，3分钟漫长的过去了，我们都出了一口气：终于完了！我们练原地转圈，有些同学都分不清左右，不时地转错方向，但最终全体同学没有一个人转错。

后来，我们开始学武术操，从这个名字就可以知道，这个操比较适合男生，这下子，我们可以不做那种到处显着女生味的女生操了。因此，我们学操只用了一个上午就完全学会了。在接下来的几天里，身体不是酸，就是苦，也有辣，但在体质、精神上尝到了甜头。不过有一个同学因说话被罚做蹲起跳200个都快站不起来了，从此没有一个同学乱说话了。

就这样，五天的军训时光就这样过去了，我们在这短短的五天里学了很多，坚持不懈，不到目的不罢休苦中带甜，最后

我们都享受到了胜利的喜悦。

一轮红色的'太阳渐渐落下了，淡黄色的圆月缓缓升起，天空中，无数的星星眨着眼睛，夜晚蛐蛐知知的欢快地叫着，安静极了，我们也进入了甜蜜的梦乡。

学生军训心得感悟篇十二

军训，象征着苦与累；军人，意味着刚毅与顽强。当把这两个名词加到一群新入高中的学生身上，产生的会是什么？是蜕变，不仅使身体上的，更是心灵上的。

漫长的暑假，把我们温养成了懒散的蠕虫。这样的我们，是无法迎接即将到来的三年高中学习生涯的。于是乎，我们便于今日早晨开始了高一的军训。

今天的训练很简单，除了站军姿仅仅只学了几个基本动作的动作要领。虽然说起来简单，但如果不时时刻刻用心的话，根本就无法体现军人的简洁、阳刚之美。教官对我们的要求非常细致：有问题时先打报告，没收到命令不行动，坐时背不能靠着且双手不过膝，双眼不能四处乱看。说实话，要想把这些要求全部做到，很累，很难。因为这和我们平时所做的完全不同，我们必须时刻注意这些。但是，我们的这些和真正的军人需要做到的相比，不过冰山一角。我们所经历的，不过是军营生活的九牛一毛罢了。

在之后的几天训练里，更大的挑战在等着我们，更严厉的训练在等着我们。再难，我们也要迎难而上，誓死不做逃兵，誓死不为班级荣誉抹黑。

还有很多人抱怨军训服装质量差，穿着不舒服，总开线之类。虽然我也曾有过这样的想法，但回想一下先辈们的艰苦的条件，我便不这样想了，就当忆苦思甜，缅怀先人嘛。

其实这个军训我也不想来，但我既然来了，我就会做好。要么不做，要做，我就要做最棒的！

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，做好本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。

学生军训心得感悟篇十三

又是一年的军训季，随着初一的新同学步入了军训的生活。汗水泪水笑声回荡在操场上。流不尽的汗熙熙攘攘的人群中每个人都找到属于自己的伙伴，从此携手走向未来。

笔直的立于操场上，不动，于是汗水肆意在脸上背上腿上流下。汗珠划过脸颊落在肩上，有流入腰间。一滴二滴三滴.....汗落了，又流出来，这流不尽的汗水，叙写了坚强，叙写了不服输，叙写了我们少年那股阳光那股冲劲。忍不住的笑一天结束了，晚上所有人都在操场上休息，教官们带着我们这一群半大的大小孩玩耍，歌唱。

班与班之间的拉歌，班与班之间的游戏，此时没有教官们严厉呵斥声，没有皮带的抽打声，有的只是学生与教官一起开心一起聊天的笑声。这笑声久久回荡在操场上，在每一个人的耳畔。藏不住忍不住，笑得那样开心，那样甜，不是因为那些网络游戏，电子产品，而是人与人之间的同甘共苦，人与人之间的信任。

我忍不住笑了，是那么的开心，那么的舒心，那么的纯粹。止不住的泪泪水不是说我们吃不了苦，受不了累，而是在短短的几天之中产生的那浓浓的情即将结束，心中总有种不舍。军训接近尾声，每一个人的心中都有说不出的复杂情感。酸甜苦辣，百感交集。尽管只有七天，尽管刚开始总是叫苦，可是却总有个东西一直拽着我的心，让我不想放开这军训。

当教官在不经意间说了“明天我们各回各家，各找各妈。”从此成为彼此生命中的过客时，我努力咬住嘴唇，头微上扬，为的只是不让别人看见我内心的不舍。可无论如何我还是被打败了，泪水如一股清泉不停地往外冒。直到我扭头发现所有人都哭了，所有人都像我一样，都舍不得这份情感。尽管彼此都不认识，从此擦肩而过。

当在最后的最后快门摁下的那一秒，多想时间永远停留在那一刻，永远定格。可也就在快门摁下的下一秒，散了，结束了，也许就只剩下一张照片留给我回想，回想那时我学会的付出。

学生军训心得感悟篇十四

经过昨天半天的小试牛刀，我们对军训也不那么恐惧了，不少同学还把军训当成一种乐趣呢？教官其实交不是很凶，和我们相处对就像一个大朋友：军训也不是“苦力”，练了一段时间还有休息时间哩！现在想起来，汤教官板着脸的样子，弯嘴角的样子，还有用手指弹我们的样子，以及那响这的“一、二、一”整齐的踏步声，都是那样亲切与可爱，转眼间，第二天的军训又结束了，这一天是我永远不能忘记的一天，是让我受益一生的一天。

有话说：“没有规格，不成方圆。”在课堂上得有纪律，出操得有纪律，公共场合要自觉遵守纪律，何况是军队里呢？汤教官在与我们见面时就说了：“一支军队，如果士兵都嘻嘻哈哈，打打闹闹，还叫什么军队，还打什么仗！”军训时也履行了这必要的规则，没有命令，不准乱动，乱讲话，眼睛也不能斜视，什么事都要喊“报告”。

按照惯例，军训第一课是站军姿，大部分同学都能达到教官的要求——纹丝不动，只有少数人做小动作，会被教“嗯”一下。站着站着，我的额头突然痒了起来，我想挠一下，可站军姿时，连这事都不一定可以，一人动，影响了大家虽然我也知道这道理，可还是挡不住痒的攻击，挠挠的欲望越来越强烈，我反复让面部肌肉活动起来，代替挠痒，可越动越痒，教官早开始注意，我了，我一下子实在忍不住了，快速挠了一会头皮，可这么快的动作也逃不过教官的法眼，他瞪了我一眼，似乎在警告似的，那眼神是带刺的。

我很委屈，不就是挠痒吗？至于吗？如果这都不让，那还让不

让人活了！

回家后，我一直在想这个，我猛然醒悟：我错了。痒，这是件多么小的事，连痒都抵抗不住，这是多么无能的表现！如果打仗时，一个士兵因为痒挠了一下，就可能被敌人打死，战场上，时间就是生命，哪怕是1秒。我们开展军训，不就是锻炼我们这个吗？痒都无法抗拒，还说什么“好好军训”！

我深刻地反省了，纪律是一种牢房，团住自己的所有坏毛病，如果你困不住，又有何“守纪”可言？今天，我学会了“遵守纪律”，这个多么平常，可又有几个人做到呢？几个人真正遵守了呢？我要时刻记住这个词，这两个反问，并用它们不断勉励自己。

学生军训心得感悟篇十五

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。