

# 2023年军训的心得体会(大全15篇)

实习心得可以帮助我们巩固所学内容，发现自身的不足之处，并为进一步提高提供指导。以下是一些学习心得的范文，包括对于学习方法的总结、对于学习效果的评价以及对于学习态度的思考，希望能够鼓励大家在学习中持之以恒，不断进步。

## 军训的心得体会篇一

记得军训的第一天，我们来到了军训的地点是二月二农场，午时，我们吃完饭，看见了我们班的教官，他站得笔挺，在太阳晒得黑黑的脸上，有一对炯炯有神的眼睛，一身绿色的军服，腰间扎着宽大的皮带，在阳光下闪闪发光。“真有中国军人的风采啊！”我内心情不自禁的感叹道。让我体会最深的是站军姿，教官严肃的对我们说：“站军姿要做到抬头，挺胸，收腹，双眼平视前方，大拇指靠在食指的第二关节，中指紧贴裤缝线，双手夹紧，脚跟靠拢，脚尖分开约60°，身体前倾。此刻站20分钟军姿”。话音刚落，我们便赶紧按照教官说的，一动也不动地站在操场上。我暗暗高兴的想着：“可是20分钟罢了这么简单，看来不是我想象中的那么可怕啊。”时间一分一秒地流逝，平时过得飞快的20分钟在今日似乎长如20天，我的双手都已经累极了，腿脚也站麻了，灌了铅似的难受极了。我很想放松一下自我的身体，那时候就算一两秒的活动，也会觉得舒服和享受。想到那里我的双手慢慢的就放松了“哇，真简便。”我心想着，忽然耳边传来一声大吼“手夹紧了！”把我吓了一跳，我以为我被发现了，呼，原先是别人啊，顿时我不由自主的把双手夹紧了，心想：“看来不能怀着侥幸心理啊！”想到那里我咬着牙，最终坚持到训练结束。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，

充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。可是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每个动作，这一切都激励着我们努力锻炼。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自我的使命。

军训，教会了我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去锻炼，去磨砺。经过两天半天的军训生活使我深深的体会到：做什么事都要严格要求自我，对自我不能放松，要做到有始有终，不能半途而废。

## 军训的心得体会篇二

金子要经过寻矿、开挖矿洞、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来。我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们若想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战！

军训终于开始了，我的激动之情溢于言表，教官那洪亮、简洁的口令声刺激着我的每一个神经末梢。我用我最大的精力去迎接挑战，努力地去完成每一个动作、细听每一个细节，但我却是在温室里的花朵，总是管不住自己的手脚，挠挠这，擦擦那的。没有教官的命令，即使汗流浹背，我们也不能用手去擦拭汗水，更不用说是活动手脚了，如果我们当中有一个人放松了，甚至是悄悄地动了，那是逃不过教官的金睛火眼的，我们便要全体受罚——站军姿，每一次的都会使我们

筋疲力尽。这时，我真的很像放弃，但是，我心里默默地鼓励自己：一定要坚持！绝对不能轻言放弃……那么我就会咬紧牙关，努力挺过去。哈哈！就让阳光来得更猛烈些吧！我一定不会那么容易屈服的！我会坚持到底！过了几天，我逐渐意识到了，站在这骄阳似火的烈日下，踩在这碧波万顷的草坪上，是有一种自豪感的，站在那里，就表明你要有意志、要有志气、要有坚持不放弃不服输的精神，就像自己是一名军人一样，时刻听从指令，服从纪律。不要为一点痒痒就给屈服。

军训，不但锻炼了我的体质和意志，而且，对我的思想教育有了不少的影响。尽管德育课上，教官说的都是老生常谈的道理，他不像专业的老师那样出口成章，也没有妙语连珠，但是，从他专注的眼神，和用心的教育里，我读懂了他，读懂了他对我们的严格要求，读懂了对我们无尽的关怀。

经过军训，我们能更加勇敢地翱翔天际，搏击苍穹；经过军训，我们不再是温室娇嫩的花朵，我们能长成参天大树，迎接暴风雨；经过军训，我们人生上了重要的一课！在此同时我明白了这个道理：成功往往等于永恒的坚持+坚定的信念+顽强的意志。

## 军训心得体会范文

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、锻炼意志的最佳良机。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。

如果说初中是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页；如果说初中是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕；如果说初中是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人曾经说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才知道其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨天，我们一起欢笑，流泪。今天，我们一起历经风雨，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，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

大一军训心得体会范文500字

为期两周的大一军训生活终于结束了，我们大一学生算是经受了一次严峻的考验，火热的洗礼。

这两周虽不敢说战绩辉煌，但真可谓收获不小。

某日是军训的最后一天。上午，大家依旧英姿勃勃地听从教官的指挥，认真地训练着。几天的训练，使大家变得皮肤黝黑，饭量大增。举手投足之间，分明流露出一种自信和坚毅。

军训是苦的。尤其痛苦的是站军姿，一站就是半个多小时，这期间动都不能动一下，稍微一动，就会被教官批评，甚至连累所有人再多站一会儿，开始所有人都抱怨，甚至诅咒。第一天站立军姿，就有人两腿发软，接下来，又陆续有人因不适而请假出列。然而看到大家都热汗涔涔地站在那儿纹丝不动，有几个人也稍作休息便迅速归队。

但现在回过头再看看，才发现这正是一种意志品质的考验，我们如果连这个都坚持不下来，将来还怎么去面对更大的挑战？换句话说，如果我们连这个都坚持下来了，我们将来不管遇到什么困难，不都能在一笑中解决吗？训练是极为艰苦的，但我们本着：“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神顽强的坚持了下来，我想以后回头看看这些经历，绝对是一笔宝贵的财富。

大一军训的日子，让我真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的强大意志和勇往直前的钢强毅力。我们坚信，大家凭着这样藐视困难，一往无前的精神，一定会在今后的工作中取得更好的成绩。

### 军训的心得体会篇三

告别了五彩缤纷的小学生活，迎来了焕然一新的初中旅行。升入初中，军训自然是必不可少，而我的军训心得也是数不胜数。

军训的第一天，我们排好队伍去了操场，等待接受教官“可

怕”的“地狱式”的训练了。

要不，喊声“报告”吧，这样只要教官允许，我便可以结束这痛苦的煎熬了，便可以跑去阴凉地喝水休息了，这样多好……不，不行！我转念一想，“不经历风雨，怎能见彩虹？我怎能被这么点困难所击倒呢，再坚持一会儿吧！”我心想。

有了这个念头，我便一下坚定了许多。煎熬着，渴望着，等待着……可能只站了二十几分钟吧，但我却觉得“度分如年”。终于，教官下达了一个让所有人兴奋而激动的命令——“解散！”呼！总算熬到了头！我迫不及待地拿起水杯，“咕咚咕咚”地喝了一大半，真爽呀！

很庆幸，当时的我没有轻言放弃，没有遇到困难就退缩，这才使得我有了现在的成功感。这次军训不仅使我强健了体魄，更让我懂得了要勇于面对挫折，只有这样，成功才为你打开大门。有时，成功离你只在咫尺之遥，关键在于你能否不被困难击倒！这次军训使我受益匪浅，初中三年，我一定会努力奋斗！

## 军训的心得体会篇四

六年的小学生活中，最令我难以忘怀的就是在刚升入六年级时长达一星期的军训。这几天的训练下来，我的感受就一个字——苦！

记得刚听说要军训时，我还真有点喜出望外，以为这次的挑战会多有趣，自己真正接受训练时才体会到，在这期间要付出多少辛苦和汗水。那时候天气很热，而我们却必须穿上厚厚的校服，站在火辣辣的阳光下，晒上3个多小时，纹丝不动。同一个动作，不停地练习，反反复复，不耐烦也得坚持。

而我们这些离学校较远的学生就更累了，每天“千里迢迢”地来到学校，还要遭那样的罪，真是祸不单行。我天生体力

就不好，从小就爱呆在家里，大门不出，长一点儿的路都没走过，更何况军训时地走那么长的路，还要笔直地挺立无情的太阳公公下面3个多小时。我真的是忍受不了，每天晚上睡觉时都咬着枕头哭，第二天再咬枕头时，还能感觉到眼泪咸咸的味道。尽管这样，看到那么多同学都坚强地挺住了，我还是不得不咬紧牙，坚持下去。

训练我们的教官，也许已经够好了，从没见他对哪个同学动过手，但嘴上功夫比较厉害，说得同学们都哑口无言。每次见他批评哪个同学时，我的心就绷得紧紧的，深怕自己也会落得那样的下场。头顶烈日，练习着动作，看着教官狠狠地训斥着某个同学，从我头上滴下豆大的汗珠，同样的泪珠在眼眶里打转，却不敢流出来。真苦，真累！

说心里话，那段时间真是泪也流了，汗也流了，就差没流血了，如果说现在生活在天堂，那军训时就是在地狱。不过，我并不抱怨，这也是我成长历程中重要的一步。正是因为这次军训，我才学会了吃苦耐劳，不怕累的精神，也因些变得更坚强，更能经得起生活的考验。我想，这就是军训的目的。大地上没有不累的营生，在以后的路上，我还会受很多累，吃很多苦，但我一定会挺过去了。小学六年级的军训生活将使我永生难忘，我会把当时同学们所表现出的顽强精神铭记于心。

军训心得体会500字参考范文三：

告别了母校后我们迎来了新的生活。新的生活新的人生，当然也有中学的开学军训，这次军训使我学到了很多的东西。

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，

形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落。这对我来说，简直是一种煎熬。因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸。这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我。我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人。经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑。看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！

## 军训的心得体会篇五

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。但是，在这炎炎的烈日下有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是，在这片绿茵上，有我们洒下的汗水，相信在以后，必将开放出鲜艳的花朵。

我深深地体会到“团结就是力量”！

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。



军训生活虽然很累，但是我们学到了很多的东西，“立正、稍息、向左转、齐步、跑步”，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在“军营”中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

## 军训的心得体会篇六

军训的头两天，训练的科目是站军姿。炽热的太阳无情的射向我们。应对眼前严峻的挑战，同学们没有向困难低头，顽强的站在烈日下，头顶着毒辣的太阳，身上被晒的滚烫。军人的使命是永不服输。在阳光下，我们如一棵青松顽强的挺立着。在烈日的暴晒下，留下了我们迸射出顽强的绿。我们是青松，屹立不倒。从不向军训中的困难低头。

### 二万水千山只等闲

说到军训生活，最令我难忘也最令我痛苦的莫过于拉练了。巨龙一般的队伍，浩浩荡荡的走在大街上，在城市的外环游荡。公路上，时而驶来巨型大卡车，时而响起拖拉机巨大的噪声。风烟四起，吹得同学们睁不开眼睛。路漫漫，同学们的心却急急。我们央求教官：“一路向北何时回，路上可否停一停？”教官面不改色，丝毫没有同情我们的意思，说：“永不言弃方可回，到达目的是真理。”我们面无血色，只有跟着队伍，步履蹒跚的前往传说中的森警大队。

### 三沙场秋点兵

军训的最后一天，我们举行了会操表演。同学们整齐的站在操场上，等待着学校领导的检阅。我们步伐整齐、抬头挺胸、

目视前方、动作敏捷，把教官所传授的发挥的淋漓尽致。仿佛自我是一名真正的军人，在开国大典上，昂首挺胸的走过主席台。最后，我们用这天优异的成绩，作别军训的生活。

军训的生活既是苦的，又是甜的。它是同学们用汗水与泪水凝结成的一片花瓣，珍藏在我们的记忆中。我们用艰苦的军训生活，磨练了毅力，风发了意气和精神。我们是阳光下舞动的绿。

## 军训的心得体会篇七

这是加入青年志愿者服务总队以来第一参加活动。此次活动没有想象中的忙碌，给我带来的更多的是快乐，同时也让我对志愿者有了更深的理解。

当天中午十一点半我们开始了回收军训服的活动，还记得那天看见同学们提着军训服的包向我们走来的时候，心里有点激动。他们的前来体现了他们对我们工作上的大力支持，更重要的是信任。最让我难忘的是一位接孩子回家的学生家长，看见我们的横幅，向我们问到此次活动的目的，在我们的耐心解说后，毫不犹豫的带着孩子将军训服捐了出来。那一刻内心的感动与鼓励无以言表。

第一天很快就过去了，在我们的共同努力下，伴着黑夜就结束了第一天的活动。部长们的认真与踏实，同学们的支持与鼓励，与部门伙伴之间的欢声笑语，在忙碌中翻开了我志愿者生涯的新篇章。

天公不作美，活动第二天下起了小雨，想要浇灭我们的热情，可是我们依然积极投身工作，没有人找借口逃脱。新闻网络部的部长毛玉益带着后勤部的男生在雨中扎帐篷，抬桌子。大家团结协作，各司其能，活动依然有条不紊的进行。不知是汗水还是雨滴浸湿了我们的衣服，凉，冷却没有人回家换衣服。我们紧紧的团结抹去了天空的阴霾。

组织的每个人团结在一起，找到各自的位置，并努力做到最好。这便是我们这支年轻队伍的魅力所在。困难在我们面前又算什么了，成功就在眼前。

这次活动，离不开各个学院对我们的大力支持。是我们所有志愿者的热情与执着，让这次回收军训服爱心活动圆满结束，又一次实现了爱的传承。这次活动给我们这些新委员上了一课，所学到的将伴我们走过大学四年。

此次活动也存在各种各样的问题。准备工作不足，人员安排不妥。望各部门更加努力将以后的活动做得更好。真正践行我们志愿者“奉献。友爱。团结。互助”的精神。将我们的爱带给更多的人，更好地为武汉科技大学广大师生服务。

## 军训的心得体会篇八

军训中我最难忘的事是，我们跑步跑地很好，教官高兴地说起了英语，还奖励我们金嗓子吃。

他喊，“跑步走，一二一……”我们就要提臂，如果这时一个人没准时提臂，他就让我们全体重来一次，再次听到他喊“跑步走，一二一……”时，我们就提臂提得很整齐了。

我们跑步跑地不齐，还有顺拐的，顺拐就是，别人都提右臂同时伸左腿，而顺拐的人呢，既摆右臂又伸右腿，这样整个队伍看上去乱七八糟，教官说，男生中顺拐的人最多，急得教官直皱眉头。他一气之下，说，你们顺拐也要给我顺得有节奏点要不会操那天，我就只带女生去了，人家如果问，我就说，我们班就这么点人。再不然，别班休息，咱们班就不休息了，继续练，我们都渴望休息，使劲练。终于跑好了。

我们终于跑步跑整齐了，全班的整齐率提上去了，教官高兴地说起英语来了，我只记得其中一个词是"good"然后教官让我们休息3分钟，还往我们女生这边扔了一袋金嗓子，虽然我

没抢到，但是我心里美滋滋得，觉得我们努力得到的成绩得到教官认可，我很高兴！

## 军训的心得体会篇九

转眼间，无忧无虑的假期过去了，同学们也从五湖四海加入到了民大附中的大家庭。而我们迎来的第一个考验，就是军训。

8月23日，怀着无比激动的心情，我们穿上军装，坐上大巴，前往平北军训基地。我们整齐地站在操场上，接受学校领导的动员。我心想，决不枉费此次训练机会，风雨兼程，守住成功的虔诚期盼。

接下来的几天，我们在教官的教导下，训练军人必备的基本技能。九月的天应该还是热热的，但是这几天却很凉快，这也许是个好的开始。操场上的一声声哨响，一阵阵踏步声，一句句口令声，奏出我们属于军人的气质；一顶顶帽子，一条条腰带，一套套军装，穿出了我们军人的`生活。

为了准备最后的结营式，我们开始练习方队阵型。一开始，我们的口号并不响亮，队形也不齐整，但是在教官的严格要求下，在我们的努力下，我们逐渐步入正轨。尽管天气开始炎热，尽管有同学受伤，但是我们都没有放弃。在八达岭长城之巅，我们展现出了最完美的自己。

时间飞快地逝去，军训的最后一个晚上，我们终于又迎来了一个展现自我的舞台——的军训文艺演出。如果说军训的艰苦生活是灰色的咏叹调，那么这次文艺演出就是一支嘹亮的军歌，点亮了我们的内心。一首《同桌的你》唱出了同学间深厚的友谊；一首《再见》唱出了我们与教官之间的依依不舍；一首《小苹果》唱出了我们火热的青春。民族舞蹈和街舞交相辉映，更是添加了别样的色彩。同学们、老师们、教官们，全然没有了之前几天的严肃，因为这是一个完全放松的

时刻。

一周的军训转瞬即逝，我感觉军训已把我们这一群十六七岁的青少年锻炼成了真正的高中生，让我们知道了什么是汗水，什么是同学之间的友谊，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。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。这次军训我学到的东西，足以终身受用不尽了。

八天的时间对于我的漫漫人生是短暂的，它让我还来不及回味；但是八天的体会对于我的成长旅途又是深刻的，它让我能用一生来细细咀嚼。这是对一切苦和累最好的回报。

## 军训的心得体会篇十

自从昨天进入军训基地以来，我感到真的是一下子都变了，一切都变得整齐有序。

经过两天的艰苦训练，基地的生活改变了我们。自从穿上军装，我们也越显得斗志昂扬，个个都像军人一样。面对这紧张而又有序的生活，我不由被之所感触，身为一名军人是无尚光荣的。

虽然时间很短，但我相信在这有限的时间内，我们将学到无限的新知识，新体验，新生活。

作为一名基地学员，我很自豪。我爱这里的生活，爱这里的一花一木，更爱这里与我共同进步的战友和让我钦佩的教官。

## 军训的心得体会篇十一

8月27日，我来到江南实验学校报到，一进学校只见人山人海，许多人在那里报到。

报到结束，新生要参加“新生教育训练营”，我顿时感到十分高兴。因为我在家里除了睡觉就是吃饭，一直没有时间好好锻炼一下，有这样的机会正好让自己得到锻炼。来到寝室铺完床后同学们的家长都渐渐离开了。

28日，训练营开始了，我认识了我们班的教官，我们在教官的带领下顶着烈日在操场上怜惜着排队、列队等军人的常用动作。我们在操场上练习看似很简单的站立，炎热的太阳放射着它那火辣辣的光线，我们班的几位身体比较弱的同学因为受不了长时间的站立而离开了操场休息。我站着站着头也觉得犯晕，可这时我想到了邱少云这一英雄人物，他连烈火烧身都一动不动，我还怕坚持不了吗？所以我坚定信念熬过了这一天。

吃过晚饭，我回到寝室躺在床上想着：今天熬过了，明天的训练会比今天更加艰难，我是否能熬过呢？但是想了想，只要我坚持，一定能行的！

我本以为军训不太苦，没想到还真不是一般的辛苦，我一定要要紧牙关度过剩下的几天。

## 军训的心得体会篇十二

一、信息

二、三点一线

高中我便过着三点一线有点单调的生活：食堂、寝室、教室，而现我同样又一次重复着三点一线的生活，只不过是教育变成

了操场。每次当我们穿上整齐的校服踏上这块地时，在心中总有一种光荣，虽然身上不是“橄榄绿”，但心中却有军人的感觉，每次离开那里，既带着满身疲惫，同时也带着迫不及待的兴奋，因为最后能够吃饭了。食堂里总是“人山人海”，气温也很高，每次胡乱扒着饭，脸上、身上都流淌着大颗地汗，也许是操练时对汗这东西已见怪不怪，完全能够当它不存在了，它便一声不吭地在身上“肆掠”，每次吃饭完了，总是自我解嘲：这桑拿效果不错，饭菜口味也很不错！回到寝室，美美地洗个澡，躺在床上，顿时觉得全身筋骨舒展开来，那个惬意完美的感觉啊——只可意会不可言传啊。

### 三、军歌嘹亮

### 四、天气

军训的天气大概是军训期间关注度很高的一个问题了，前几日一向烈日当空，尤其是午后，那令人睁不开眼的太阳光把树叶照得绿油油的，地面照得白花花的，脚踩上去，仿佛觉得脚底的橡胶在炙烤下慢慢融化，而当汗无止境流淌中，好像身体在蒸发，一点一点地……也许是老天爷心疼这些祖国的花朵们了，实在不忍大家都变成干花，所以忽然将南风逆转，吹起了凉嗖嗖的北风，气温也骤降10度以上，对于大家来说这简直比中头彩了还开心，可惜我挺倒霉，天爷爷不仅仅带给我了清凉也带来了感冒，但是受到寝室“欢天喜地”气氛影响，这点小感冒也没让我郁闷超过十分钟。

### 五、操练

## 军训的心得体会篇十三

对于多数大学生而言，大学之行都是他们的第一次离家，所以是处在一个近乎完全陌生的新环境里。多数同学会感到不适应，想家，对今后的学习生活产生极大影响，甚至于变的孤僻，内向，

不融于集体,等等.而经过大学军训,同学们可以通过一个融洽的环境,很快的融入集体中,在军训过程中建立起“共患难”的情谊,开始自己又一个人际关系网.

同时,军训的过程也是锻炼自己的舞台.因为军训的休息时间,教官会组织拉歌,游戏等等集体活动,也会给喜欢展现自己的同学建立了一个平凡而又绚丽的舞台.都说大学是个小社会,确实不假,同时这又是让你更适应社会的一个训练基地,在这儿只要你敢,就没有什么不可能.关键就看同学们是否能把握住机会咯.

其次,军训可以说是大学生活开始前的一次过渡,为你的4年大学生活做必要的准备.

大学不同于以往,其中包括生活和学业,都是全新的面貌,生活上,大多数的同学都必须在长达半年的时间里独立处理自己的事情,再没有父母家人在旁帮忙.这对同学们而言都是一次挑战,也是“大学社会”的体现.通过军训,教官的教导和辅导员的帮助,能让同学们很快掌握基本生活技能.

## 军训的心得体会篇十四

灿烂明媚的阳光,映照在每个人的脸上。此刻,我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训,在不知不觉中结束,然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐,那昂头挺胸的气魄,那嘹亮恢弘的口号,无一不在展示我们训练的成果。是的,短短的七天军训,教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练,更多的,它让我们接受了一次意志的沐浴,精神的洗礼。

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。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好！

军训心得体会500字2

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍地离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的\_中学。

在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心情，开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浹背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。

但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，“功夫不负有心人”我们初一(x)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

### 军训心得体会500字3

5天的军训中。我体会了人生的酸甜苦辣。站军姿、齐步走、跑步、正步走、停止间转法、蹲下起立、我们一次又一次地重复着枯燥的动作，用尽全身力气喊叫，却总不能换来教官满意的笑容。

不管是流汗还是流泪，我们不能停止步伐，铁一样的纪律无时无刻地约束这我们。在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立。有我们酸痛的手脚重复的动作。烈日下，细雨中，我们坚强的身躯仍挺立在操场上。

本来我以为这5天的军训会很刺激，可我错了，全程下来，我像过了几个世纪。部队的生活是那么枯燥与乏味，而我像个无知的孩子，错误百出，啼笑皆非。可我仔细想想我又觉得很庆幸，因为我又一次在困境中磨练了自己，使自己变得坚强起来。这个跨度似乎是从孩童直接到了青年人应该有的成熟，感觉很自豪。

这短短的5天里，我哭过，笑过，感动过；疼过，累过，勇敢过。这些日子里想家，所以眼泪是最多的，但想起妈妈的话：“给植物浇水会宠坏了它们，它们的后代只会越来越虚弱，所以你应该让它们周围的环境变的艰难一些，根部会向深处生长，自己寻找地底深处的水分。”想起自己的目标，就有了勇气。我知道自己必须经受这一切的洗礼，才能争取成功的资格。

其实回头想想，我失去的只不过是几滴泪几滴汗，而我获得的是一张张友善而可爱的脸，一个整洁、严明、自信、独立的自己！我感到无限的快乐和轻松。

离开部队的那天，我忽然有些失落。可我知道，我人生的路真正开始了，我会勇敢，毫不畏惧。因为我相信：成功的花儿，人们只惊慕它现时的明艳，然而当初它的芽儿，浸透的奋斗的泪腺，洒遍了牺牲的血雨，当你拥有美丽的时候，别忘了所需的奋斗。

军训让我学会坚强。我们不要太多的祈祷舒适和安逸，这样的祈祷少有如愿。我们应当祈祷我们的根能往纵深处伸展，这样任凭冷风吹，大雨淋，我们依然坚韧挺拔。

## 军训心得体会500字4

转眼，短暂的十四天即将过去。在这十四天中，我体会到了责任与使命，磨炼了意志，掌握了不少军事与民防知识，感受到了团结的力量，增强了时间观念与团队意识，体验了忍耐与坚持……感到自己无论是从身体上还是思想上都得到了又一次锻炼与升华。相信这次短暂的军训会给我留下永恒的回忆，使我受益终身！

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，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，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的奢侈。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

## 军训心得体会500字5

为期十五天军训结束了，在这十五里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真乃五味俱全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回

忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，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，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把

我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

## 军训心得体会6

天空还是蒙蒙亮，像是皮影戏时的灯光打在了幕布上。林荫小道上来往着或是步履匆匆的军训新生，亦或是手抱书籍、悠然闲适的学长学姐，一天的军训历程便在渐渐放明的天色下拉开了帷幕。

“稍息”“立正”，教助的声音响起，齐刷刷的脚步声回荡，踏在了厚实的黄土之上，像是群龙的怒吼，震天的呐喊似乎吵醒了还不愿离开云的怀抱的朝阳，它惺松着眼，将光亮洒下，漫开。帽檐下的脸洋溢着朝气。

早训过后的早饭时期间，三三两两，笑着，闹着。我似乎体会到了类似陶渊明笔下“阡陌交通、鸡犬相闻”“黄发垂髫、怡然自乐”的农乐之趣，宁静美好。饭后仍有闲暇，大家分散地坐在了训练场地的各处，树影斑驳，微风拂过，将光影波动，如水纹荡开。风轻跳过指间、发丝……也抚去了心中的躁意。

接下来便是正式训练了，已往总道，入寿几何逝如朝霜，时无重至，华不再阳，但今日不由感慨时间如蜗牛，只是三四个小时，却胜似五六年。汗水从脸庞滑过，因久站而微微晃荡的身体，僵硬的四肢无一不昭示着此时的疲劳。因眩目的阳光而微微眯合的双眼在教官的一句“很不错，保持住”下瞬间张开，嘴角扬起。有时快乐便如此简单，仅是因为努力有了收获！

## 军训的心得体会篇十五

在这烈日炎炎，秋风吹拂的九月下旬，开始了军训。2周，乍一听，好长。面对军训的到来，既感到害怕，又怀有希望，但走入军训，感悟，还挺多的。深深体会到军营中严格的纪律和军人钢铁般的意志，明白任何成功都需要付出努力与艰辛。古人说：宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。台上一分钟，台下十年功。祖狄闻鸡起舞，勾践卧薪尝胆，悬梁刺股等等，都证明成功需要付出艰辛。同时，我们应该感谢军训，是军训让我们懂得了成功取之不易，是军训让我们树立坚持下去的勇气，是军训让我们懂得团结互助，是军训，我们正式走进了大学的殿堂。

毕竟是人生中第一次正规的军训，苦是避免不了的。在火热的太阳下站军姿，站的头晕，四肢无力，想过放弃，想过向教官报告”休息“，但我们总有信念支撑，”坚持下去就是胜利“。铁的纪律，严格的训练，就是我们的军训，就是这样，我们挺过了，迈向成功。

有人说军训是无聊的，是苦的，但是也有好的。比如，我们休息时，可以增进同学们的关系，一同感受军歌的嘹亮，那气势的磅礴，拉歌时的不服输，而这些是平时没有的。又一次，感谢军训。军训，让我们了解军人的伟大，让我们成长，让我们的人生更加绚丽的多姿。

军训的日子有苦有乐，有泪有笑，但掌声覆盖了所有的伤痛，留下的只有团结与欢乐。军姿是队列中最基本的一项，看似简单地动作却包罗万千。站的好战的久并不是一件容易的事。印象最深的应该是雨中军训，大家都在期盼着雨下的大点再大点好让可怕的军训早些结束。可是稀稀拉拉的雨丝依旧轻轻飘着，一个个笔挺的身影依旧立于雨中。

也许从前不了解军人，不懂得纪律，不知道军魂，可是军训让我有了新的认识。记得排长说过：“军人最重要的是纪律，

不管你走到哪里，纪律会让别人知道你是一名军人。”

有位哲人说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”军训，恰是这样一种无法言说的情感，苦与乐，只留在心中。