

# 2023年军训体会和收获(精选11篇)

## 军训体会和收获篇一

军训，有泪有汗，深呼吸，高度紧急的思绪，灵敏有力的动作，都构成了一道道漂亮的风景线。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，还有对生活的一种理解。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。

练一下。

在军训中，我最喜爱的是军姿。军姿是最美妙的姿势，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿呈现的是军人的风采，也表达出一种义愤沉着的美，坚决，顽强，坚强。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。假如青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的`人是最得意的，在这次军训中，我最终体会到了这句话的内涵。教官们洪亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最悦耳的声音。当教官用嘶哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经受过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加顽强。我们放下那一份伤感，当小心翼翼地捡起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在

生活上，勇往直前。

军训，真的让我学会了许多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最漂亮的回忆！

## 军训体会和收获篇二

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，还有对生活的一种理解。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。

练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的

梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

## 军训体会和收获篇三

训中有苦。军训给人的印象便是费劲，然则发自内心的想说，并没有想象中的苦。苦的只是必要早起吧，习惯了睡懒觉。然则早起熬炼对我们来说何尝不是一件好事呢。早上去操场集中，由于前一天与教官的见面会，所以显得并没有很生疏。开营仪式，排长讲了很多要求，也提前讲了很多动作标准，给军训开了个头，做了个很好的铺垫。军训，苦中并开心着；苦中带着有蜂蜜般的甜；苦中带着冬日阳光里的暖和。

训中有乐。军训带来了许多开心。与教官的`首次相识，与班里同学更深一步的相识。班与班之间的情感匆忙进，熬炼着自身的身体素养等。这些开心是金钱买不到的，是以后都无法获得的，是无可替代的。早上开营停顿后，教官讲了相关事宜后，便让我们坐地休息，并且与教官攀谈着。伴同寒风里的暖阳与哨声中，给本身放了个轻松的休闲期。冬季本是个慵懒的季候，由于冬训的训练使得在寒冷的冬季里显得加倍有活力，精神与力气加倍充足。

训中有获。军训带给我的劳绩颇多。劳绩了一份毅志力的心。在冬日里的早晨显得非分特殊的寒冷，被窝里的暖和彷彿让我脱离，早起并不再艰难。劳绩了连合的力气。只有分散力足够枪垠力量够观出本身有多强。晚上的军歌让我体会到连合的力气。口号的嘹亮度使本身不测。在群体中，只要每个人都奉献本身的力气就能使群体枪垠起来。劳绩加倍尽力的本身，站军姿等训练中，这些训练当然在之前就已经做过了数百遍，然则每一次都要求本身做的很完善，就如教官所说的，要做就做最好。一次又一次严格要求本身，使本身成为

加倍优秀的大学生，颠末军训的检验，我盼望本身可以或许加倍有目标地去学习，军训的劳绩对人生起着很大的作用。他教会我们如何做一个优秀的人，教会着我们爱国，对故国的奉献，教会着我们如何做一个对社会有用的人。

## 军训体会和收获篇四

第一段：介绍军训的意义和目的（200字左右）

军训是每个大学新生必须参加的重要环节之一，它的目的是通过军事化管理方式，提高学生的纪律意识、组织能力、合作精神和应对危机的能力。这是一种锤炼意志、磨砺品质的过程，虽然很辛苦，但是也是一种难得的收获与成长的机会。

第二段：展示军训的收获和成长（300字左右）

在军训的过程中，我学会了许多以前未曾接触过的技能。比如说，正步行走、立正敬礼、队伍变换、口令呐喊等等，这些都需要我们细心地学习与实践。通过军训，我意识到只有良好的纪律与组织，才能在菜鸟军人中脱颖而出。同时，军训中的紧急情况演练也是一种很好的锻炼。只有在紧急情况下，我们才能真正地知道自己的反应能力和应对能力。这些收获都是我们难得获得的宝贵财富。

第三段：分享军训的感悟和想法（300字左右）

军训虽然辛苦，但是在这种氛围和环境下，我们也能够感受到一种很好的体验。例如，带着大家日复一日地练习大声喊口令的声音，慢慢地成为一种美妙的记忆。还有，跟同学相互帮助、关心、照顾，在军营中感受到一种战友的伙伴情谊，这种感觉也是十分珍贵。在军训的过程中，我们收获的不仅仅是技能和能力，还有带给我们的快乐和感动，一切都值得。

第四段：总结军训的重要性和价值（200字左右）

军训带给我们的不仅仅是技能和经验，还有一种锤炼人格的过程。在这个过程中，我们需要忍耐、坚持、勇敢、坚定，这些都是我们今后生活和工作中都需要具备的素质。军训使我们认真思考、严格要求自己，相信这将是我们人生中的一笔宝贵财富，将来的日子里，我们都将因为军训而更加勇敢坚定。

第五段：展望未来，期望发挥军训的作用（200字左右）

最后，通过这次军训，我真正认识到了自己的不足，也明白了自己在很多方面的需求及改进空间。所以，未来我将持续打牢学习军事理论的基础，不断提高自己的艺能素质及组织管理能力，更加积极地投身到学校的各项实践活动中。期望可以在未来的生活中，不断发挥军训带给我的作用，实现自己心中的愿望，成为实现梦想的有为青年！

## 军训体会和收获篇五

近日，我们学校进行了为期一周的军训。在这一周的时间里，我们经历了一系列的训练和学习，收获与成长也随之而来。在这里，我想谈谈我在军训中所收获与成长的体会。

第一段：对纪律的理解和认识

在军训中，纪律是非常严格的，任何一个动作都要做到规矩。在军训的前几天，我们对此还比较排斥，觉得这样太过于严苛。然而，随着训练的推进，我们开始认识到纪律的重要性。因为纪律是保证一个团队执行任务的基础。当我们做到规矩，整齐划一，我们才能在有限的时间内完成任务。

第二段：团队协作的意义

在军训中，我们采用了小组竞赛的形式来提高我们的协作能力。通过团队之间的竞争，我们能够更好地锻炼出团队之间

的默契和协作能力。我认为，这种团队协作的方式能够更加深入地让我们明白一个道理：一个人的力量是有限的，而一个优秀的团队，可以产生惊人的力量。

### 第三段：解放思想，敢于尝试

在训练的过程中，我们收获了更多的是发现自己的不足和尝试新事物的勇气，这是我觉得十分难得的一次收获。我们之前只是习惯了舒适的、相对单一的学习环境，一旦面对不一样的环境和困难，我们的思想和反应都被寻找到了良好的锻炼。在这个过程中，我们学到了更多的解放自己的思想，以及敢于尝试的勇气。

### 第四段：对生命的尊重和保护

在军训中，我们接受了一些基本的身体保护知识。同时，在体能训练和课堂训练中，我们也学到了一些自我急救的知识。此外，在社交训练中，我们也发现了珍惜友情、维护个人尊严的重要性。这些让我们更加懂得珍惜自己身体的每一寸，也更加理解保护生命是多么的重要。

### 第五段：自我认知与自我价值

在军训中，我们不仅了解了许多组织合理性、纪律意识的课程，还通过训练了解自己的潜在能力和价值。这不仅能增强我们内心的力量，更能够给我们的未来发展带来更多可能。军训教会我们更好的认识自我，明确了自己的方向，也因此更加坚定了自己的未来。

在军训中的收获与成长，也为我们以后的成长之路奠定了坚实的基础。希望我们在以后的成长中，能够借助军训的收获和成长，为我们的未来奋斗打下牢固的基础。

## 军训体会和收获篇六

光阴似箭，日月如梭，眨眼间我们已经告别了天真烂漫，自由自在的小学生活，开启了紧张的初中生涯，而在初中生活里不可缺少的就是严格而又辛苦的军训。军训锻炼了我坚韧不拔的毅力。在这几天的军训生活中，我体会到了教官们的良苦用心，而且也感受到老师母亲一般的爱，看到他们一遍遍纠正我们的站姿，看到他们每天疲惫的身躯和脸上的汗水，我暗下决心要用行动报答他们，从刚开始的错误百出到后来的整齐划一，我经历了好多改变，开始我站军姿五分钟不到就腿脚发麻站不住，后来一个小时对我来说很简单，齐步跑步正步刚开始排面不齐，顺拐，各自走各自的，现在我们可以做到眼睛闭住也是在一条线上。谢谢老师和教官是你们给我做好的勇气和力量。

这几天军训我们虽然苦过，累过，但是我们经历了人生中一个小小的考验。现在想起这段艰辛的时光，我们就不禁要流下泪来。我们完成了一个小小的蜕变。为自己成为了一名“军人”而骄傲，为自己坚持下这几天的军训生活而自豪。我们有机会改变在父母心目中那些不够完美的形象，塑造一个崭新的自我，越来越有活力，越来越坚强，学会合作，学会感恩，学会在竞争中进步！

最后我要再次感谢同盛实验中学，是它给我们提供了这么好的教学环境和一流的教学设备，感恩老师军训期间的陪伴与谆谆教诲，感恩父母无数个昼夜的关怀与养育。我爱你们！结只顾自己的话，那整个队伍就如同一盘散沙，没有灵魂，没有精气神。同时，在军训生活中我们也培养了良好的用餐习惯和生活习惯。在吃饭时要做到不说话，饭后摆放好凳子，收拾好餐桌；在宿舍，要整理好床铺，收拾好内务。

军训时间虽然很短，但在这段时间里，我们付出了很多，也收获了很多。通过此次军训，让我明白了作为一名军人不仅要有良好的习惯，硬朗的作风，更要有坚强的毅力，健康的

身体和一颗拼搏奋斗的心。而我作为七年级的新生，这些都是需要学习的。军训虽然结束了但我们的初中生活才刚刚开始，新的起点，我要延续，发扬军训生活中军人的品质和优良的作风。做一个学习上刻苦认真，积极向上，生活中习惯良好，坚强独立，品学兼优，懂礼貌，讲文明的中学生。

## 军训体会和收获篇七

2021年暑期，我经历了为期十天的军训。这是我人生中第一次参加这样的活动，让我在短短的时间里深刻感受到了军营里的生活、训练方式和军队文化。通过这次军训，我在意志品质、自我管理、团队协作等方面都有了不少收获和成长，以下是我的心得体会。

### 第二段：意志品质方面的收获和成长

在军训期间，我们每天都要进行长时间的行军和站立训练，这对我们的意志品质提出了极高的要求。我经常感到疲惫不堪，但在教官耐心的指导下渐渐懂得要坚持到底。在这里，我还学会了逆境中的自我激励，包括刻意调整自己的心态、告诉自己要坚强、加强意识的自我约束等。这些品质的培养不仅在军训中 useful，在日后的生活中也是宝贵的资产。

### 第三段：自我管理方面的收获和成长

在军营里，我们要严格按照规定完成集体生活和训练计划，同时还要按时完成个人卫生和修养任务。这种严格的管理方式让我逐渐学会了自我管理和规划。我思考了自己应该如何合理分配时间、如何调整心态、如何给自己制定目标等，这些都是未来个人发展必须具备的基本素质。

### 第四段：团队协作方面的收获和成长

军训中团队合作是训练内容中不可或缺的部分。在携手完成



各项任务的过程中，我学会了如何更好地与团队成员沟通、理解别人、学会退让，以及团队合作的重要性等。在这个过程中，我不再只关注自己的成绩单，而是更多地关注整个团队的表现和成果。这些经验在今后的工作和社交中都能够得到良好应用。

## 第五段：总结

军训会是一种挑战，但也是一种机会，挑战我们的意志力和自我调节能力，成就我们的个性和最终的成长。我们对我们所取得的成果感到非常自豪，这对于我们个人的未来发展和社会的发展都有很大的贡献。尽管训练结束，但我心中留下了深刻的印象，这将继续鼓舞我前进的步伐。

## 军训体会和收获篇八

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

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，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。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的。只

要我有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在军训过程中，我欢笑过，流泪过。今天，我经历风雨，承受磨练。明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的。甜。累，我体验到超出体力极限的快感。军训，让我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，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无穷的毅力。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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！能够顺利的在高考中突出重围走进大学的校门我无比兴奋。我想在大学里得到锻炼。党军训开始的时候我跟同学们一切不如了大学训练营，开始接受训练。

80后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求，托强时手和肩膀被压得酸痛，我仍咬牙坚持，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。后来，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

## 军训体会和收获篇九

喧闹的城市踏入宁静的校园，为期5天的军训如火如荼地拉开了帷幕。

这几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻5天已经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浹背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行！任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步！

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

不论是孟夫子的“天时不如地利，地利不如人和”还是范暉的

“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解；学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。5天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，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，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。

## 军训体会和收获篇十

军训期间，我们虽然很累，但很开心，因为我们学到了很多，如站军姿、齐步走、原地踏步等。通过这些实践训练，我们才感受到军人的辛苦。

我们一班和二班是四连，我们四连的教官对我们很好，我们站军姿的时候，教官怕我们身体不舒服，给我们相对充足的休息时间。老师对我们的管理也很认真，比如不让我们吃垃圾食品，怕我们吃坏肚子，让我们每一个人都吃绿色蔬菜和鸡蛋，补充维生素和蛋白质。生活老师也对我们格外体贴。我们也学会了互帮互助，养成早睡早起的好习惯。食堂阿姨对我们也很好，时刻留意我们的菜盆子，如果发现一个空盆子，就会问我们是否要加菜。从菜的味道里，可以看出厨师对我们饮食的精心照顾。

## 军训体会和收获篇十一

阳光静静的 从天空中撒下来，地面上象碎了一地的金子，闪闪发亮。客车的轰鸣和同学们的抽泣打破了这宁静。军训结束了，我们该离开了。

坐在车上，透过车窗，静静的望着这校园中的一切：野炊营地、风雨大棚、军事三项、千年古树、学生食堂、他们见证了我们五天的成长，五天的收获、车渐渐的开动，泪水模糊了我的双眼，可我却清清楚楚的看到了军营生活的点点滴滴。

刚知道要来 营地的时候，我兴奋极了，心想：可以痛痛快快的玩一把了，可到了营地，才恍然大悟，什么痛痛快快的玩，简直是痴人说梦！那一条条严格的纪律和一条条近似苛刻的要求，将我的一切幻想彻底的打破了，我只能够乖乖的照做，生怕自己一不留神就出了差错，那刻骨铭心的惩罚？哎！再说了，我们的连长是这里的总教官，要是把这里看做地狱，那他就是地狱的阎王了，你犯了错，他保证让你叫苦不迭，果

不其然，下午，我们还没有反映过来，就莫名其妙的被惩罚，连长让我们举着凳子蹲着，进行大整顿，一个多小时过去了，我们终于能够放下凳子了，手脚都麻了，这儿真的是地狱啊！

随着时间的推移，我渐渐的适应了这里的规矩，慢慢的理解连长了，在破冰中，我体验了前所未有的轻松和自在的交往，在野炊活动中，我尝到了团队的合作的果实，在军事三项中，我理解了坚强，理解了合作，在参观展览室时，我明白了我们的前辈们艰苦卓绝的战斗精神、在这里，我想是刚从地下挖出的铁，在这个大熔炉中锻造成钢！在这里，有太多太多我课堂上学不到的东西，有太多太多让我感动，让我承担。得奖了，我们一起高兴，流泪了，我们一起痛哭，我觉得这里竟然像天堂！

车驶出校门的一刹那，我明白了，我在这里新生了，这里是我人生的转折点，从此，我将会坚强，将会我责任感，将会感恩。再回首，熟悉的校园、敬爱的老师、可爱的连长、亲爱的队友、留恋的军营，再见了，一切的一切！

载着美好的记忆，宝贵的财富，我重新踏上征途！