

# 军训心得体会(精选17篇)

军训心得可通过对整个军训过程中的收获、感悟、困难和成长进行深入剖析，从而提高个人的综合素质。在阅读以下的范文时，你可以从中获取一些写作技巧和表达方法，为自己的写作提供一些参考和启示。

## 军训心得体会篇一

一生中军训很难得，但军训也一样辛苦。

我还清楚地记得三天军训的场景：第一天，天气很热，教官教我们军事姿势、蹲姿、穿越；第二天和第三天，大家都以军人的姿势站了很久，也学会了停转、起步、迈步、站立的方法。所有的学生都表现得很好。

俗话说：“一个耕耘，一个收获。”大家服从命令，听从指挥，最终在最后一天的演练中取得了优异的成绩。对我来说，这种收获主要是一种巨大的精神收获。

这次军训让我深刻认识到，人生充满了艰难和坎坷，但只要我们确定目标，一步一步努力，坚持不懈，就一定会成功。正如马尔顿所说：“有了伟大的梦想、坚定的信心和努力，你就能取得惊人的成就。”做任何事情都要勇往直前，不退缩，不做困难的奴隶，做困难的主人。人生就是碰一根钉子，碰一次钉子，收获更多的知识和经验。你做的事情越多，碰的钉子越多，你的意志就越坚强。没碰过钉子的人，一定是什么都没做过的人。然而，聪明人可以因为别人的绊脚石而获得知识和经验。迷茫的人不知道怎么去碰一颗钉子，但是直到碰成碎片才知道怎么去碰。生活就像陡峭的山坡。大家都在爬樊，希望能看到山顶的美景，而有的人走到半山腰却因为距离而放弃；有些人不断进步，不断攀登，终于看到了光明的风景，实现了自己的梦想。

这次军训让我认识到了过去的很多缺点，也让我对生活有了一些感悟。在未来，我将是暴风雨中坚强的小草。

军训将是我一生中最美好的一集。

## 军训心得体会篇二

军训作为大学生高校生活的起点，不仅可以直接培养他们的军事技能，而且能够陶冶他们的德智体美情操，对大学生的人生价值取向产生着积极影响。下面是本站带来的心得体会学生军训，希望可以帮到大家。

“立正！”随着教官的一声大吼，又一天枯燥无味的训练开始了。不过，今天可不是那么无聊的哦！

前两天临近中午，我们都得在操场上集合，然后开始唱饭前一支歌——《团结就是力量》。不过今天，教官破例没有让我们“吼”，反而让1~9营向左转，让10~17营向右转，就这样，让我们两个大“部队”面对面坐在地上。

咦，教官这是让我们干什么呀？不会是受罚吧？不对，我们没有做错什么呀！这时，教官又喊道：“现在，17个营已经变成了两部分：1~9营和10~17营，请x教官指挥1~9营，x教官指挥10~17营，下面我们开始进行拉歌比赛！”

哦，原来是这样！被报到的教官就绪后，拉歌比赛正式开始！

“手榴弹，烟雾弹，对面的那边是笨蛋！”我们还没回过神来，对面早已开了腔，喊完后，大家便笑作一团。

哼，太过分了。我们咬牙切齿，可我们这边的教官却无动于衷，终于，我们队伍里有一个人忍不住了：“教官，他们骂我们是笨蛋！”教官慢条斯理地说：“他们说脏话，是小人，

我们要做谦谦君子!来，跟我喊!”

“我送你离开千里之外!”我们团体唱着，还配上一个挥手动作，仿佛真要把对方送到“千里之外”去。

“两只小蜜蜂呀，飞在花丛中呀，飞呀，啪啪!”对方也不甘示弱，也做出了扇巴掌的动作。

“机关枪，两条腿，打得对面张不开嘴!”我们又在教官的指挥下反击。

“西瓜皮，冬瓜皮，你们耍赖皮!”对面嬉皮笑脸地来了一句。

当我们正气呼呼地刚准备支驳时，教官举起手来，示意停止拉歌。

“不错，大家都表现得不错，来给自己鼓掌，鼓励一下!”立刻，“3、3、7”式鼓掌声便回荡在空气中。

哈哈，今天的训练真的挺有意思的。

一大早，浓雾环绕，近在咫尺的东西也看不清楚，直到上午九点左右，雾才渐渐消散，大地露出了他本来的颜色。

辛苦训练就此开始，但我不再感到害怕和恐惧，开始自信、独立起来。训练过程中休息的时候，教官突然和沈逸强盘腿而坐，并神秘地叫我们围成一圈。我好奇地挤到圈内，噢，原来他们要比掰手腕，再定睛一看，居然是沈逸强整只手掰教官一根小拇指，我目瞪口呆，心想:教官肯定输。只见教官和沈逸强都屏息凝神，用尽全力，果如我所料，一番僵持后，小拇指到底敌不过整只手，沈逸强咬住牙，涨红了脸，终于占了上风。教官输了，但我仍然觉得他输得大度，输得光彩。

接下来，教官又让我们全班同学手拉手围成一大圈，然后坐

在草地上，我们都不清楚他葫芦里卖的是什么药。这时教官也席地而坐，给我们示范了一个“大西瓜切小西瓜”的游戏——嘴里说大西瓜，两只手比划成小西瓜；嘴里说小西瓜，两只手要比划成大西瓜，而且速度越来越快。一个同学做游戏，大家一起做裁判，如果错了，要到圆圈中间给大家表演节目。开始我们觉得超幼稚，提不起兴趣，可不一会儿，声音一个比一个响，速度一个比一个快，整个场地像沸腾的水。这时，一个人说戴一可做错了动作，需要惩罚，并把他推到中间表演。而他做了些怪动作，让我们笑的前仆后仰，然后装出正经的模样给我们猜了一个复杂的谜语，谁都猜不对，他只好自说答案，我们呢，一个个做出恍然大悟的样子。生龙活虎的我们此刻一点不觉得幼稚了，还意犹未尽，因为我们体验到了一种团体的力量，集体的温暖。

游戏给我们带来了无尽的快乐，让我们更有了大家庭的感觉，我爱707！

开学一个星期了，我们迎来了人生中第一次的军训。

9月2日，由班长把我们带到了操场上，首先听了我们学校许多领导的讲话，真是无聊死了，终于等到讲完了，一个教官把我们带到了一块阴凉地。听过他的自我介绍后，我们知道这个教官姓吴，他看起来高大健壮，还有那太阳赐给他那黝黑的皮肤，都让我们羡慕。

首先，教官教我们最基本的，也就是站军姿，站的时候大拇指要捏住食指的第二个关节，中指紧贴裤缝，然后脚后跟并在一起，脚尖打开60度，头抬平，眼神向斜上方看去。教官让我们先站十分钟，开始我们认为不就是站嘛，干吗还要特地去练呢。过了五分钟，我就有点站不住了，心想：我会不会在中途倒下去？于是，我就有了退缩的念头，但是，我又想到为什么其他人可以坚持，我就不可以呢，于是我就又挺起了腰板，站得直直的。终于，漫长的十分钟过去了，可是我们还是不能休息。接下来，吴教官又教了我们稍息、立正、

跨立、向右看齐等动作。中间，我们只休息了一次，虽然很辛苦，但是我们还要坚持，如果松懈了一下，这次学校组织的军训就没有任何意义了。

那天的军训就这样稀里糊涂地结束了。

## 军训心得体会篇三

第一段：介绍军训环节的重要性和目的（200字）

军训是高校学生生活中的一部分，旨在培养学生的纪律意识、集体荣誉感和团队合作精神。通过军训，学生可以提高自己的身体素质，锻炼毅力和耐力，培养正确的价值观和态度。在军训中，学生不仅仅是学习军事知识和技能，更是在磨练意志的过程中逐渐成长，培养自信，塑造自我。

第二段：体会军训环节中的辛苦和挑战（300字）

军训环节的开始，学生们就已经体会到了来自体能、精神和环境上的各种挑战。军训场地的高温，严格的训练要求和繁重的任务都对学生们造成了很大的压力。站军姿、跑操、爬绳，这些动作看似简单，却需要学生高度集中注意力、调整呼吸，否则就会吃不消。军训时间紧张，学生们的休息时间很少，需要在有限时间内完成各种训练，这也需要学生们具备良好的时间管理能力。

第三段：感受到的成长和收获（300字）

通过军训，我深深体会到了自己的成长和进步。起初，我对军训充满了恐惧和不适应，但随着时间的推移，我逐渐适应了军队的作风和要求。每天的训练更加规范，身体也逐渐变得更加强壮。军训过程中，我体会到了团队合作的重要性，学会了倾听他人的意见，与队友们共同面对困难和挑战。我

也收获了坚持不懈的品质，无论训练有多么辛苦，我都没有放弃，而是站起来，继续前行。

#### 第四段：军训对心理素质的影响（200字）

军训过程中的压力和挑战不仅锻炼了我的身体素质，也对我的心理素质产生了深远的影响。在面对困难和挑战时，我学会了冷静思考和积极应对。军训期间，我不仅要承受大量的体力训练，还需要处理学习和人际关系的问题，这给我的压力极大。但我学会了在压力下保持冷静，并找到解决问题的方法。军训锻炼了我的意志力，使我更加坚定地面对生活中的各种困难和挑战。

#### 第五段：总结并展望未来（200字）

通过军训环节，我认识到了自己的不足和不完美之处，也收获了成长和进步。在未来的学习和生活中，我会更加注重自己的身体健康和心理素质的培养，努力提升自己的能力。我还会时刻保持军人的纪律意识和团队合作精神，将所学到的知识和训练成果应用于实际生活中。军训环节对我来说不仅仅是一段艰辛的经历，更是一次宝贵的机会，让我收获了成长和成熟。

## 军训心得体会篇四

军训是大学生活中的一段特殊经历，对于我们来说，它不仅是一段时间的锻炼，更是一段心灵的历练。在这三个星期的军训中，我们不仅学到了军事知识和技能，还培养了坚强的意志品质和顽强的毅力，从而使我们的心理素质得到了明显的提高。

军训的第一天，当我们踏入军事训练基地的大门时，我们发现自己完全处在一个陌生的环境中。面对严肃的军营纪律和严格的举止规范，我们有种不知所措的感觉。但随着军训的

深入进行，我们逐渐适应了这种新的生活方式，并在艰苦训练中不断成长。

军训过程中最让我难以忘怀的就是早晨的晨练。每天清晨，我们就要被敲门声惊醒，然后集体做晨跑和晨练。起初，大家都觉得疲惫，甚至有些不愿意，但是随着天气渐渐变凉，大家也逐渐适应了训练项目。不仅如此，我们还通过晨练锻炼出了一种不怕困难、坚持不懈的精神品质，从而对困难有了更好的应对能力。

在军训中，我们不仅锻炼了身体，更重要的是锻炼了意志。在高强度的训练中，我们不得不面对各种艰难险阻，需要坚持不懈地去超越自己。有时，我们会因为体力不支而感到无力，但是通过共同努力和团队合作，我们成功地战胜了困难。这些经历使我们深刻体会到只有坚持不懈，才能取得真正的突破。

与此同时，军训的有组织、严谨和纪律鲜明的特点，也使我们学会了守时守纪和遵守规则。在军事化的训练中，我们开始严格要求自己的言行，不再随意散漫。这样的改变不仅使我们的行为更加规范，也增强了我们对自己的自律能力，对工作和学习也有了更高的要求。

最后，军训还让我认识到了团队的重要性。在集体行动中，我们每个人都要尽职尽责，且需要互相合作，才能完成任务。通过和队员们一起经历训练，我们建立了深厚的友谊，学会了互相信任和支持，从而形成了一个紧密团结的集体。这样的团队合作精神，将会在我们今后的学习和工作中起到重要的作用。

综上所述，军训环节是我们大学生活中非常重要的一部分。通过军训，我们不仅提高了身体素质，还培养了坚强的意志和顽强的毅力，形成了守时守纪的好习惯，同时也意识到团队的重要性。这些都将对我们的今后发展产生积极的影响，

使我们能够更好地适应社会的需要，成为有用之才。因此，我们应该珍惜这段特殊经历，将其视为人生成长中的宝贵财富。

## 军训心得体会篇五

军训是大学生生活中的必修课，通过紧张有序、严肃活泼的军训，学生们体验到了严格的组织管理和纪律要求。随着军事科技的发展，军训让人们懂得不仅仅是训练军事技能，更是一种思想意识和生活态度的教育。作为参与军训的学生，如何更好地吸收教育，积极迎接挑战，树立正确的世界观和人生观，拓展自身的视野和能力是十分重要的。

### 第二段：体验成长

经过多天的操练和训练，我的体力、耐力得到了不同程度的提升。在考验人体极限的军体拳和蛙跳、爬绳等极具挑战性的训练项目中，我始终保持着坚定的信念和顽强的毅力，没有半点退缩的想法。军训期间的困境和疲惫，让我们更加明白自己的极限和能力，经受住了心理和体力上的考验，使我在舒适和困难的时候掌握了自己，更加清晰地认识到了自己的优点和不足点，更好地发掘自己的潜力。

### 第三段：感受人生

在军训过程中，一个人的体力和毅力固然重要，但团队意识和协作精神也是决定军训成败的重要因素。我深深感受到了团队之间密不可分的情感，一起面对困难，相互支持，相互鼓励，相互勉励的力量是强大的。只有了解和理解彼此，相互信任和支持，才能将个人的力量转化为团队的力量。这种成就感和荣誉感并不是一天培养出来的，军训期间紧密的团队合作更是让我们意识到了个人与集体的关系。成为团队中的一份子，让我更加珍视自己的身份和责任感。

#### 第四段：提升能力

学生军训是一次宝贵的历练机会，不仅是锻炼身体的机会，更是接触纪律和训练方式的机会，这些都是以后的工作和生活中必备的素质。这次军训培养了我们服从命令、严格自律的能力，并且在训练中让我们提高了观察、分析和解决问题的能力。例如，在地上爬行时不小心摔倒了，红肿的手和膝盖疼痛却还要上场，让我学会了做好准备，尽量避免错误，同时也学会了承担责任和坚持下去的毅力。

#### 第五段：总结回顾

经过这次军训，我更加清晰地认识到自己的身份和责任，更加规范了自己的生活和行为，也学会了团队协作和交流的技巧。这次经历让我感到收获颇丰，帮助我树立了终身学习、锻炼身体和服从纪律的意识，也坚定了自己继续前行的信念。学生军训是一次短暂而珍贵的历程，虽然在训练中遇到了无数磨难和困扰，但经历过这些的我们，已然不是当初那个孩子了。我们更加勇敢、更加顽强、更加拥有自信心，迎接未来的挑战。

### 军训心得体会篇六

“到操场集合！”大家纷纷向操场跑去。很快整齐的队伍呈现在各位教官面前，不在像昨天那样动作生疏，我们进步了许多。

“稍息，立正”瞧！我们正在练习。“121，121……”。进步在这一时刻体现出来了。太阳公公也来凑热闹，强烈的阳光晒在我们脸上，汗水一滴一滴地往下蹦，但是我们坚信坚持就是胜利。

上午在一片整齐的军训口号中度过，下午太阳公公似乎也知道我们很辛苦，悄悄地躲躲进了云层里。随着一声集合，开

始了下午的训练。

“军姿站好！”“动要打报告。”教官们严厉的话语震惊了我，更让感觉到了军人的威严！坚持，坚持，在我们每个人心中默念。“集合！”我们迅速地完成了任务，可教官居然让我们练蹲姿，原因是因为我们的礼节礼貌太差了，没有做到标准，这是对我们的惩罚！“什么是礼节礼貌”？老师，家长，教官经过要问好！你们呢？要动得打报告！又有多少人做到了？现在你们只有服从！”教官的一番话深深地刻在我的心中！礼貌礼节是多么重要！中国是礼仪之邦，我们要做懂礼貌的中学生，更要服从教官的命令！

对，我们现在要做到服从！才能做好一名合格的中学生！

我们进步了！更成长了！难道不是吗？

## 军训心得体会篇七

昨天我们学校进行了军训。教官有的严厉，有的脸带微笑，很和蔼。我们的教官是比较严厉的。

军训开始了，没过多久我两腿又麻又痛，可能是很久没锻炼了，但我不能做逃兵，不然会被同学耻笑的，我还是咬着牙齿坚持下去，后来就慢慢适应了，忘记了疼痛。

军训有四个项目，我们最怕是踏步，因为同学开小差，讲话，搞小动作，教官于是罚我们在猛烈的太阳底下训练，好热啊，我们个个都被晒得汗流浹背，都齐声呼喊：“郭老师，快来救我们呀！但郭老师假装听不见，不理睬我们。没办法，我们只好冒着火炉似的太阳进行训练，直到教官满意为止。后来，魔鬼式的训练终于结束了，同学们又兴奋起来，谈笑风生，有的找班主任诉苦。

下午军训是复习早上的内容。太阳公公可能被我们刻苦训练

的精神所感动了，奖励一个阴凉舒适的好天气给我们。教官教育我们，要勤学苦练，付出汗水才有回报。最后是进行军训比赛，我们都安安静静的，连全班最好动的李博都认真把动作做好，我们终于获得全年就第一名的好成绩，今年已经是四连冠了，全班所有同学都欢呼雀跃，手舞足蹈的。

军训让我们学习了解放军叔叔的坚强勇敢，严明的纪律，还让我们懂得要获得成绩，必须要比别人付出更多的努力，正如俗语说：“一分耕耘，一分收获。”

## 军训心得体会篇八

作为一名学生，军训生活是每一位同学的必修课程，四年的大学生涯里，军训是一个难得的机会去锻炼意志力、培养体能、锤炼毅力。在经历了两周的军训生活之后，我对于军训有了更为深入的认识。在这里，我将分享我的学生军训优秀心得体会。

### 一、磨练意志力

军训是一项很严格的训练，紧张的气氛、规矩的要求，给我留下了深刻的印象。刚开始时我非常担心自己能否坚持到最后，但是我明白了，如果我们没有一定的毅力和意志力，就无法坚持到最后。在训练中，我们会接受严格的指挥，生活上也有着紧凑的安排和规律的饮食、作息。要想完成训练，除了体力上的锻炼，我们还需要在心理上去磨练自己，让自己保持坚韧的意志力和足够的耐心和毅力，才能够在军训生活中取得不错的成绩。

### 二、培养体能

军训生活中，我们接受的是一套严格的训练，无论是步态的要求还是站姿的要求，都考验了我的体能。也正是通过这些训练，我发现我之前认为自己无法完成的运动，通过一定的

训练都能够拿下。想要在军训生活中有所突破，离不开对身体素质的提高，更需要不断的锤炼身体。在这个过程中，我们可以通过各种形式的体育活动，来调节身体疲劳的情绪，同时也可以培养出自己的身体素质，这对我们日后的学习和生活都会很有益处。

### 三、提高团队合作能力

军训生活中，我们不仅要独立完成自己的训练，还需要与同学们一起合作完成更高难度的训练。从之前不认识的人变成了一起训练的队友，不断彼此鼓励、互相帮助，这样的团队氛围大大促进了我的成长。假如每个人都没有团队意识，训练的效果也不会有很大提升。通过大家一起努力完成任务，我们凝聚起了很强的团队力量，在短短的两周时间里，我能够感受到团队的力量，从中领悟到什么是团队合作的精髓。

### 四、养成优秀的习惯

在军训生活中，我们时刻要求自己遵守纪律，保持高度的自觉性，养成了很好的习惯。在日常生活中，我们要保持文明礼貌，做到守纪律、讲文明、自我约束。这些习惯不仅可以帮助我们更高效地完成训练任务，还会得到严格遵守纪律的锤炼。因此，当我们回到校园后，这些已经成为我们身上的一种习惯，不仅可以在学习上保持高度的自律意识，还会在人生的道路上受益终身。

### 五、感恩班级

通过这次军训生活，我对自己的班级更加热爱，也更感恩自己身处这个班级。这里有着不同的性格、不同的想法，但是大家能够在一起度过这段难忘的时光，完成一个又一个的任务。班级对于每一个人来说，都是一个温暖的家，我们要是感恩这个家，把自己的能力和思想贡献给这个班级，这样不仅能帮助班级成为一个更优秀的集体，还可以让自己在其中

获得更多的锻炼和提升。

总之，军训给我带来了很多的收获，无论是在身体方面、心理方面，还是在思想方面，都有了很大的提升。通过这次军训生活的锻炼和培养，我相信自己更加坚定了自己的目标，也更加拥有了决心去实现它们。同时，也得到了一种成就感和满足感，这样的感觉很美妙，也会一直伴随在我未来的成长路程中。

## 军训心得体会篇九

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，迈进了我理想中的七十五中学。

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的心情，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

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(2)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。

## 军训心得体会篇十

军训是每个大学生都要经历的一段时光，虽然艰苦卓绝，却也收获颇丰。在这个过程中，很多学生都会积极投入，努力跟随教官的步伐，尽力完成各项任务 and 训练。通过经历军训的学生们，常常能够汲取到一些宝贵的心得和体会。

### 第二段：体现军训的价值

军训教育是大学教育的重要组成部分之一，其重要性不言而喻。它不仅为大学生打下了坚实的纪律、思维和组织基础，还有助于培养正直、勇敢和自律的精神品质。这其中还包括了弘扬爱国主义、自我管理 etc. 军训的意义在于，它通过一系列针对性很强的训练，塑造了学生的坚韧性、拼搏精神，然后以此为基础，发展他们细心、认真、尽职的态度。在这个过程中，学生们懂得了团队合作的重要性，学会了如何与他人相处，提高了控制自己情绪的能力。

### 第三段：训练中的收获

军训虽然繁重，但教官们会在训练中引导学生们心态调整，帮助他们找到有效的学习方法。在紧张的操练中，学生们可以尝试集中注意力、抑制干扰因素和创造性的思考。同事他们也会克服恐惧，增强独立自主的能力。这些能力不仅对以后的学习和工作非常有益，同时也对那些还不成熟的大学生来说是特别有意义的。在这个过程中，学生也会形成积极健

康的生活习惯，如规则的饮食、作息、充足的睡眠和适度的锻炼，这些都是健康成长的关键要素。可以说，军训因此变成了一种让大学生们学习核心素质、锻炼身体和锤炼意志的平台。

#### 第四段：回顾成长

在完成了一个个训练课目之后，学生们意识到，他们不再是当初那个冒犯的孩子——被考验的是眼力手脑协同能力、整体协调能力、处理突发事件的能力、忍受并勇敢面对疲劳、推动懈怠情绪而保持高昂斗志的能力。因为训练使人永恒，这份成长是显而易见的，不期而至。

#### 第五段：总结经验

通过军训的历程，每个人都从中收获了很多。我们必须学习如何团结协作和承担责任，它也弥补了我们许多不足之处。另外，我们也必须对困难和挑战持乐观、开放和适度自信的态度。因为成功的路上没有捷径可走，只有不断地奋斗，不断地前行。这种态度，是我们永不放弃的信条和坚定的理念，它也将指引着我们，在前行的旅程中不断成长。最后，愿我们所有在军训的学生能够在这种磨砺和锤炼之后成为更加优秀、出类拔萃的人。

### 军训心得体会篇十一

下午，我们随同老师一起来到焦作阳光教育基地，教官们就为我们安排好了住宿，我就住在三楼309号寝室，学生军训工一共有12名室友。

就在当天晚上，我们九点多就休息了。到了晚上11点多，我们寝室的人又都不约而同的醒来了，只听外面热闹得很，我们出来一看，原来三楼所有的人都醒来了，结果把同楼层的教官都吵醒了，罚我们做一百多个俯卧撑，我们哪会做得了

啊，只是做做样子罢了。做完后，教官又问我们还敢起来玩不敢了，我们都异口同声地回答说：“不敢了！”教官才放我们回寝室睡觉。

这一晚上，我们都没有睡好，也许是因为我们刚到一个陌生的地方，感到很新鲜，又很兴奋，所以睡不着吧。

一开始，我以为障碍跑很简单，但是一看到那些关卡，我便惊呆了，我心想：那关虽然很难，但是也不至于那么难吧。

老师讲完后，同学们都跃跃欲试，终于轮到我了，我激动的血液在我体内不停地沸腾着，我迅速跑上了高台，用“飞影腿”我便跳了下去，其实我的心里一直在想：我到底跳的跳得上去？因为我人小，高度占不到优势，我边有一些心理负担。我的信心像被瞬间转移了一样，马上全部消失了。我又想：我小，那我的轻巧占优势呀！我士气大增，我又对我自己充满了信心。

我鼓起勇气一跃，哇居然跃过了，我突破了我的心理负担，我成功了，我的心中像涌上了一股蜜糖，甜甜的。

## 军训心得体会篇十二

第一段：引言（100字）

军训是每个大学生生活中不可或缺的一部分，它不仅锻炼了学生的身体素质，还培养了学生的纪律意识和团队合作精神。在军训过程中，我深切体会到了严格的军事训练和日常生活的规范要求。通过参与军训，我获得了很多宝贵的经验和收获，下面是我总结的学生军训心得体会的PPT

第二段：坚定意志、积极向上（200字）

军训期间，我深刻意识到坚定的意志力是我取得成功的关键。

训练中，激烈的运动量和高强度的训练对我来说是一大挑战，但我始终坚持下来。每次训练结束后，我都能深刻感受到痛苦过后的成就感，这种成就感激励着我不断向前。在紧张的军事训练中，我还学会了积极向上的心态。每当遇到困难和挫折时，我都能调整好自己的心态，鼓励自己要坚持下去。通过这次军训，我学会了在面对困难时要保持积极向上的信念。

### 第三段：团结协作、互帮互助（200字）

军训中，我和我的同学们一起度过了艰苦的训练生活。在训练过程中，我们时刻保持紧密的团结，互相帮助和支持。无论是操练中的配合还是生活中的相互照顾，我们都展现出了团队协作的精神。在集体活动中，我和我的同学们学会了如何合作共处，如何帮助他人。这种团结互助的精神不仅使我们在军训中取得了优秀的成绩，也让我们获得了珍贵的友谊。

### 第四段：纪律意识、规范行为（300字）

军训不仅教会我如何服从指挥、遵守纪律，还培养了我的规范行为习惯。在军训过程中，我们要按时起床，按时吃饭，保持良好的仪容仪表。严格的训练和秩序要求使我时刻保持着高度的警惕和自律。在此期间，我还学会了尊重他人，做事认真负责。这种学习到的纪律意识和规范行为不仅对我参与军训有很大的帮助，同时也对我的日常生活产生了积极的影响。

### 第五段：自我反思、持续进步（300字）

军训结束后，我反思自己在训练中的不足和问题，并意识到需要不断地进步和提升自己。通过这次军训，我发现了自己的优点和不足之处，并深刻体会到只有不断进步才能取得更好的成绩。因此，我制作了这个关于学生军训心得体会的PPT，希望通过这个PPT来总结自己在军训中的收获，并为

将来的训练和生活提供指导。这个PPT不仅让我更深入地了解自己，也让我能够将所学到的东西分享给其他人。

结束（100字）

通过这次学生军训心得体会PPT的制作，我回顾了自己在军训过程中的成长和收获。坚定的意志力、团结协作的精神、纪律意识和规范行为成为我在军训中的底气和动力。这次军训经历使我更加自信，也提醒自己要不断进步，为将来的生活和学习奠定坚实的基础。军训是一次宝贵的经历，我相信这次经历将会对我今后的发展产生积极的影响。

## 军训心得体会篇十三

近日，我们学校举行了一次盛大的军训活动，作为一名参与其中的学生，我深受其感动和启发。通过这次军训，我不仅学会了军事知识和技能，而且收获了许多宝贵的体验和心得。基于此，我将在本文中通过PPT的形式，展示我在军训中的心得体会。

### 第一部分：军训前的准备工作

在军训开始前的准备阶段，学校组织了一系列的预备训练，以帮助我们适应军事化管理。我运用PPT展示了在这一阶段中的学习内容和训练项目，包括体能训练、纪律教育和团队合作等方面。通过这些准备工作，我明白了服从命令的重要性，并得以了解到军训对于我们全面发展的重要性。

### 第二部分：军训过程中的收获

军训是一个历练人品的过程，我将在PPT中展示我的个人成长和收获。首先，我学会了顽强的意志力。军训期间，我们都面临着种种困难和挑战，但我通过展示自己克服困难的过程和心得，展示了自己坚持不懈的精神。其次，我在团队合

作方面有了显著的提升。通过军事训练，我了解到只有团队协作，才能收获更大的成功。通过PPT展示我在团队合作中的角色以及我对团队合作的理解，能更好地反映出我的成长和收获。

### 第三部分：军训过程中的情感体验

军训过程中，我经历了许多震撼人心的瞬间和感人的时刻。通过PPT我将表达我在军训过程中的情感体会。比如，在军训结束后，我们举行了毕业典礼，全体同学嘹亮地唱着“军歌”时，我感受到了无以言表的荣耀和自豪。此外，我还将通过PPT展示一些让我难忘的瞬间，比如与战友互助团结、敬重教官及瞬间爆发的斗志等。

### 第四部分：军训之后的反思与总结

通过这次军训，我对自己有了更深刻的认识，并在PPT中总结和反思了自己的成果和不足之处。我将通过PPT展示自己在军训过程中的突出表现，以及对未来发展路径的规划。同时，我也会展示我在军训中发现的自己的不足之处，并列出现今要继续努力的目标。

### 第五部分：结语和展望

在PPT的最后，我将做一个回顾总结，并展望未来。我会感谢学校给予我们这次难得的锻炼机会，并感谢军训过程中的指导员和教官们。我还将用文字表达对即将步入社会的未来的展望。通过这个结语和展望，我希望能够给其他学生带来启示和激励，并鼓励他们积极参与军训，体验其中的成长与收获。

通过以上五个部分的连贯展示，我将使用PPT形式展示我在学生军训中的心得体会。这将是一次展示我成长和收获的机会，也是一次激发其他同学积极参与军训活动的机会。相信

这个主题的PPT能够生动而有力地传达我对军训的体验和理解，同时具备给其他学生启示的功能。

## 军训心得体会篇十四

很快的，很快的，我的军训生活结束了了，不知道自己是喜，还是悲。

高一在校军训很苦，苦到你觉得你已脱离社会，苦到你觉得世界都变黑暗。军训很累，累好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在这里受苦也不愿意回家。

军训这几天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，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，在这几天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，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

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。静心回味起那短暂时光：有泪、有汗、有痛，更有无止体的劳苦。但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一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。

给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，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。

最后一天是军训成果演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了十天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

要到军训报到的那天，我怀着期待的心情来到了学校。刚走进大门，就能看到一栋栋漆着红色的大楼。我将东西整理完后，就参观了一下学校。

直到下午大概六点半，到班集合。看到了一张张新面孔，心里憧憬着之后的军训。我们按照老师的要求搬了新的桌椅，然后便去领了军训服装。拆开看了一下，觉得军训服装很好看。

到了正式军训的第一天，我们换好了军训服装排好了队，就走去了体育馆。刚走进大门就被体育馆的高大给吸引了。我们都坐下来后，便开始了军训动员大会。校长、老师、同学都讲了一些关于军训的内容和要求。然后，便是教官们的规范演练。动作整齐划一、干净利落，我们看完后全体鼓掌。接下来，就是教官们带着自己的队伍到各区域开始训练。教官先是帮我们调整好队型，然后才开始学习单个军人动作。我们依次学了稍息立正、跨立、蹲下起立、停止间转发等等。

就这样军训了两三天，我们排的同学都很熟练了。教官又教了我们怎样走路、怎样跑步。一开始做的很糟糕，经过一遍遍练习，我们的动作也是很干净利落。教官也说很棒，让我们保持。

我觉得这次军训很有意义，军训是锻炼我们每个人的意志，想让我们战胜遇到的挫折。军训也让我们加强跟别人交流，也交到了许多好朋友。他们和我一样，对未来的生活充满了无限期待与希望。

希望以后的自己更加优秀！

## 军训心得体会篇十五

近期我们学校进行了一次精彩绝伦的军训活动。作为参训学生之一，我对此次军训经历深感难以忘怀。通过整理和总结，我将在下面的五段文章中分享我对学生军训的心得体会，并结合PPT进行呈现。

首先，军训使我意识到团结合作的重要性。在军训中，我们同学们通过严格的纪律要求和训练内容，意识到只有团结一心，才能完成训练任务。我在PPT中展示了集体合影的照片，以及一些我们在共同挑战中互相帮助的瞬间。通过这些图片的呈现，我想向观众们传达我们在军训中形成的团结互助的紧密关系。这样的团队合作精神将对我们未来的学习和生活产生积极的影响。

第二，军训使我更加坚强和勇敢。军训中的训练项目非常严苛，有时候需要超越自己的极限。在PPT中，我会展示我们完成高强度训练的视频片段和照片。观众将能看到我们被雨水浇湿了衣服，汗水湿透了背心，但我们仍然坚持完成每一项任务。这些照片和视频片段将传达出我们在面对困难时，不屈不挠、积极坚强的态度。通过这次军训的锻炼，我相信我会成为一个更加勇敢和坚强的人。

第三，军训增强了我的纪律意识。在军训期间，我们要求遵守严格的纪律，如早起锻炼、按时上床、规范站立等等。这些规定强制着我们养成了良好的习惯。在PPT中，我计划通过展示我们军训期间的日常生活照片和示范视频，来传达出我们对纪律的遵守和履行。我希望通过这样的展示能够激励观众们加强自己的纪律性，提高自己的效率。

第四，军训让我意识到了自我管理的重要性。在军训中，我们每个人都要负责自己的物品、个人卫生和仪容仪表。这需要我们提高自己的自制能力和自我管理水平。在PPT中，我会展示一些整齐干净的照片，以及我们团队内部进行自我约束和管理的一些活动。通过这样的展示，我想向观众们传达我们在军训中学到的自我管理的重要性，以及如何提高自我的能力。

最后，军训使我更加热爱并尊重军人。在军训中，我们接触到了一些军人，他们教导我们各种技能，教会我们如何面对困难。这使我深深地敬佩和感激军人的辛苦付出和无私奉献。在PPT的最后一部分，我计划通过展示我们与军人亲密合影的照片，并用文字表达我们对他们的敬佩和感谢之情。我希望通过这样的呈现，能够让观众们感受到军人的伟大，并且对他们表示深深的敬意。

通过这篇文章和PPT，我希望能够准确、生动地展示我在学生军训中的收获和体会。我相信这些体会将对我的未来发展产生积极影响，同时也希望通过这样的分享，能够激发其他同学更加积极地参与军训，从中获得成长和锻炼的机会。军训是一次宝贵的经历，我将永远铭记这段难忘的学生军训时光。

## 军训心得体会篇十六

伴随着车子启动时的轰隆隆的声音，我们大家依依不舍的洒着泪，挥着手，告别这我们曾待了五天的地方，告别这里的

每一寸土地每一个角落，每一位教官。对于这里我们有太多的感慨，太多的不舍。

我坐在车子上望着离我们渐行渐远凤凰山基地，就宛若五天前刚来的日子，回想起过去的五天里，我不禁陷入了沉思。

记得刚来到这里，这里安静得出奇，到处阴森森的令人毛骨悚然，每一个地方都透露出一种严肃的气息，唯一能抚慰我们大家的恐怕只有屹立在半空中高高飘扬的五星红旗吧，因为它仿佛带我们穿越了战争时代，仿佛让我们看到那些那些浴血奋战的先辈们，那些用自己的生命换来和平的烈士们。想到这些我们不再害怕，有的只是敬佩和自豪。

来到这里我们都不再玩世不恭，因为这里有严格的规矩，严酷的训练。我开始也想要退缩想要放弃，但一向争强好胜的心不允许我这样做，唯有坚持才会取胜。

在这里我们大家学会了承担责任，学会了团结友爱，在这片操场上里我们有受过最艰苦的训练，也流过最辛勤的汗水；在这里我们流露出了最真挚的心声，也流过最真诚的眼泪；就在这些天里，我们明白了“过程决定结果”，也懂得了“失败是成功之母”。

如果让我再复述军训中发生的事情，我想说也说不尽，写也写不完。从来到这里的的第一天想家，但后来的异常开心，再到后来的依依不舍；从最初的害怕，到后来的坦然面对，从最初的辛勤汗水到后来的真诚泪水。我们大家有过心酸，有过委屈，有过劳苦，但同时也有许多的开心快乐。这些都将成为我人生中一笔最宝贵的财富。

阳春三月，春寒料峭。我的军训生活已经毕业，迎接我们的又将是新的`一轮挑战。只要怀揣着这段经历给我的启示和收获，我相信在将来的日子里我将不畏风雨，全力以赴，将军人的精神继续发扬光大。

## 军训心得体会篇十七

大学生军训相信是每个大学生的难忘经历，不仅可以锻炼身体，更重要的是培养了我们的纪律意识、集体荣誉感和团队合作精神。下面就让我们一起来看看大学生军训的心得体会吧。

### 第二段：对教官的评价

大学生军训的教官是我们军训中很重要的一部分，他们不仅教给了我们很多军事知识和技能，更重要的是教会了我们富有爱心、纪律和责任心。他们以自己的言传身教，带动着我们一步步成长。

### 第三段：初入军营的感受

最初进入军营时，我们很多人都觉得很不适应，在炎炎夏日里训练，汗水从额头滑落，饥饿感时刻困扰着我们，有时候甚至会想放弃。但在教官的鼓励和支持下，我们一步步克服了自己的心理障碍。

### 第四段：团队合作的意义

在大学生军训中，团队合作的意义变得格外重要。每一次训练我们都要依靠团队间的默契和配合来完成。彼此间的互相支持和合作，让我们在训练中努力着成长。我们彼此间的信任、尊重、关心和支持，就像一支无坚不摧的队伍，不仅仅只是获得了优秀的团队成绩，更是收获了深厚的友谊。

### 第五段：结束语

总的来说，大学生军训是一次极具挑战性的训练，不仅仅只是锻炼我们的身体，更重要的是培养了我们的品格和思想。整个训练过程中教官们用他们的身体和言语给我们带去了无

穷的正能量和激励，让我们在未来学习和生活中更有信心，更有毅力去迎接挑战。