军训心得体会军训感悟(精选10篇)

学习心得是一个反思和自省的过程，可以帮助我们找到自己的优点和不足，并进行进一步的提升。去年的实习心得汇总，下面是部分同学的分享和感悟，希望能给大家一些启发。

军训心得体会军训感悟篇一

回过头看身上的军装，那份骄傲感和自信让人不禁感叹，那是一段难忘的回忆。在我的四年大学生活中，有着一件难以忘记的事情——军训。军训不仅锻炼了我们的身体素质，还提高了我们的纪律意识和组织协调能力。在这段时间，我也深刻地体会到了什么是团队精神，感悟着什么叫做责任担当。

第二段：向团队精神致敬

在走上军训这条路之前，我很少觉得自己缺乏团队精神。但是，随着军训的逐渐深入，我逐渐认识到一个人的力量是有限的，而团队的力量是无穷的。我们每个人都穿上了同样的军装，超越了肤色和社会阶层上的差异。在地上爬行或者忍受着训练的酸痛中，我们互相鼓励，互相扶持。每个人，在心中都有一个团队意识，我们彼此间相信，这种信任促进了团队的凝聚力，使我们更加团结，一起创造着美好的成绩。

第三段：责任担当的重要

除了团队精神的重要性，军训还让我认识到了责任担当的重要性。在没有指导的情况下，我们必须担负起自己的责任，自己分析问题，自己解决问题。在军训中，一个人的过失不仅会影响自己的表现，还会影响整个团队的成果。因此，我们必须保持注意力，并把自己的角色发挥好。通过这种经验，我学会了承担责任，感受了成功和失败的酸甜苦辣。

第四段：锻炼身体素质的重要

军训除了对我们的团队精神和责任担当有着很大的帮助，也对我们的身体素质提高有着很大的帮助。在训练中，我们每个人都经受了不少的磨练。无论是长跑、爬高墙、还是其他各种训练，都让我们的身体不断得到锻炼和提高。每当我们在训练后感到疲惫不堪时，在大家一起完成任务后的收获感觉是那么的愉悦和享受。这个经验为我们今后的工作和生活奠定了坚实的基础。

第五段：总结回顾

四年的大学生活中，军训对我们都有着很大的影响。通过这段时间，我们体会到了团队合作的精彩，学会了承担责任的重要，也锻炼了身体。这些经验并不是仅仅发生在大学的草地上，在今后的人生道路中，都会为我们奠定坚实的基础。我们应该从军训中汲取灵感，不断进步，把所学到的经验融入到今后的工作和生活当中。

军训心得体会军训感悟篇二

军训是每一个大学生必须经历的过程，它不仅是锻炼身体的机会，更是磨练意志的砥石。在这个过程中，我们不仅学习到了如何独立生活、如何服从命令、如何团队协作，更重要的是，我们学会了如何面对困难和挫折，并不屈服于它们。下面，我将分享一下我在军训中的心得体会。

第二段：坚持不懈是成功的关键

在军训期间，我最大的感受就是每天坚持训练的必要性和重要性。尤其是在高温下，有时我们会感到体力透支，但是，我们仍然必须坚持完成每一项训练任务。这让我深刻认识到，“坚持不懈”是成功的关键，只有坚持到最后才可能收获成功的果实。

第三段：团队协作

在军训中，我们时常需要组成小组协同完成任务，不同角色、不同职能的队员需要紧密合作，方能完成任务。这让我意识到，团队协作是现代社会不可或缺的一部分，没有团队协作，每个人都将像失去了方向感的飘荡的船一样，没有一条正确的航线。

第四段：负责任的态度

在军训中，每个参训学生都要负责任，不仅要对自己的行为负责，更要对小组和训练营的所有人负责。这让我理解了一个道理：在现实生活中，只有对自己的行为负责，才能有更多的人信任和依赖自己。同时，对别人负责，也是一种道德义务，无论是对同事、家人还是朋友都一样。

第五段：锻炼意志

在军训中，常常会遇到各种挑战和不易，比如高温下的长时间训练、严格的纪律要求、疲惫的身体等等。这些挑战确实让人感到难以逾越。但是，正是通过不断克服这些挑战，我们的意志得到了锻炼，学会了如何面对压力，如何排除干扰，如何克服困难，从而更好地面对未来的挑战。

结束语：

总的来说，军训是一次非常难忘的经历，这段经历让我学到了很多，收获了很多。我相信，今后在人生的各个方面，我都能够用到这些经验，向更高的目标前进。

军训心得体会军训感悟篇三

没有经历地狱的磨练，无法有战胜死亡的力量;没有流过血的脚趾，不能迈向胜利的前方。军训是锻炼个人坚持，耐心，管理自我能力最好的办法。那么下面小编就为大家整合了几

篇关于公司军训心得的范文!

历经了小学六年的风霜雨露后，我终于可以开开心心的踏入初中的校园了。在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训。在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

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!

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。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!

军训既是一种苦，也是一种甜。刚过去的暑假里，一直在家过着养尊处优的生活。而军训的日子则让我从天堂坠入地狱。

先是在忽晴忽阴的天气里站军姿。莫名其妙的天气也打造了我们捉摸不定的心情。有时候庆幸我们只是站着，没有像别的班那样转右转左;但有时候感觉到咸咸汗在背后像虫子般不安分的爬来爬去，两条绷紧的腿如化石一样，长时间的一动不动，又羡慕起活动中的同学了。

站军姿，让我感受到的是一种坚持。我想要找一些“正当”的借口退出队伍，但身边的同学坚毅的表情告诉我没有不可能完成的事。

最终我是坚持下来了，我想，往后初中生活的道路上，我会沿用站军姿的信念，那就是坚持。如果说上午训练苦，那下午的训练更苦。教官的练习分解令人痛不欲生：上半身要挺直，不能随意晃动。一个动作就是5到10分钟的挑战，真是很累，汗水从我的脸颊上滑过，只能呼吸不能擦拭，只能立着，一直立着……与我来说，这无异是灭顶之灾，手臂痛到失去知觉，大腿整个麻木，汗水湿透衣衫……想要叫喊，可是，没有理由。一切都是自己的选择，既然选择了来军训，这点疼痛就是必需的。

这才军训第一天，这只是开始。后面还有更大的磨练等着我，我要用顽强的意志去战胜困难更多的苦要我自己承担，但是我不会再畏惧困难了，我会凭着在军训中所得到的一切，战胜困难，从此不再害怕!

灿烂的八月，我很荣幸的成为了犍为教育教师团队的一份子，光荣的职业让我感到无限的自豪，为了更好的提升老师们的各种技能素质，我们接受了为期两天的军训。我和各位老师们一起兴致勃勃地到了机场。看着一路上的美丽风光，怀着期待到达了犍为机场，一到门口，首先看到的是严肃庄严的哨兵笔直地站在那里，多么让人敬畏，进了军营，教官们热情的接待了我们，为我们安排好了住宿。这次军训，让我感悟颇深。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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之

才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

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，能给炎黄子孙不屈脊梁的身体，也能给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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，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!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

很快的，很快的，我的军训生活结束了，不知道自己是喜，还是悲。

我们要看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。“学然后知不足”，这是前人的经验总结，也应该作为我们不断前进，奋发努力的座右铭□

不论是孟夫子得“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“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。

流汗，不流泪;掉皮，掉肉，不掉队”。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接工作上更大的挑战，争取做得更好!在这次军训中所学到的知识，教给我的学生们，让他们做到不怕苦、不怕累，拥有坚强的意志力。

阔别大学，再一次体验军训，大学时期的军训生涯记忆一一浮现，记忆颇多，心目中的军训充满教官的训斥;军训是紧张与艰苦的合奏;军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

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?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，给了你不屈脊梁的身体，也给了你无穷的毅力。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。

军训的日子虽苦，但却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。军训是与困难挑战，是与炎热的酷暑作斗争，是不断的战胜自我，完善自我，是磨练意志，精神也将得到提升，不断战胜各种艰难险阻，走向胜利。

军训不是最终的目的，军训的目的是让我们每位教师都能够有吃苦的精神，包括以后在我们的工作中也一样，要发场那种坚忍不拔的毅力和不达目的决不罢休的精神。

进入教师模式已经一月有余了，在4月初，我作为一名在xx幼儿园的实习生，很有幸参与到学校组织的全体师生军训拉练的活动中。这不是违心的话，是真诚的，诚恳的。过程或许真的是很艰难，但收获更大，最重要的是我可以在孩子们的面前，证明我是可以跟他们一样的，没有优越感，我们也不是个别案例。

4月2日早上八点整，我们全体师生在操场集合，队伍面前一展展红旗是信念，更是一种召唤。召唤着我们不断前行，不得退缩。八点半整，大队伍浩浩荡荡地准时出发，与春为伴，以歌为友，相约前行，总会是最浪漫的事。队伍从学校出发，直奔xx县城x外环，再向东前进，进入东外环，沿着县城的外环整整绕了一大圈。这其中的我们，是那样不同。

我们是实习生，在队伍的最后，却也成为最惹人注目的一支小分队，行人驻足侧目，纷纷议论，此时的我，至少不会是预想当中的害羞，而是满满的骄傲，我自豪，因为我们是实习生，我们是教师，我们是师大的实习教师。褪去学生样子的青涩的我们，却在跟学生一样，徒步旅行。是，我更愿意用旅行这样的字眼来形容我们的队伍，更愿意和孩子们一样，一步一步，用脚步来丈量大地。

痛苦的时光总是最难熬的，队伍行进了三个小时，终于到达了此行的目的地——森林公园，随后就是简单的午饭和休息。看着孩子们嘟起的小嘴，我知道，他们累了，其实我也累，手脚早已麻木。有的孩子看到我们，很讶异的问我：老师，你们也是走着过来的?我微笑着点点头：对啊，你们都能走着过来，我怎么就不能呢?更何况这是要求，我必须要遵守埃孩子们总是天真的，总是以为只要是老师，就会有许多学生没有的特权。

为人师表，传道，授业，解惑。如若自己都还在混沌其中，又何来的事事皆菩提。

军训心得体会军训感悟篇四

作为一名大学新生，半个月的军训时间对我来说是一次难忘的经历和宝贵的财富。通过这段时间的锻炼和学习，我深刻认识到军训对于大学生来说所具有的重要意义。军训不仅仅是一种体力与意志的锻炼，更是一种价值观和立志的培养，下面我将从三个方面来谈一谈这半个月军训给我带来的感悟与体会。

首先，军训让我明白了团结合作的重要性。在军训期间，我和我的战友们经历了一次次的集体训练和集体任务。在这个过程中，我们必须互相协作、相互支持，才能够完成任务。每一次的集合队列，每一次的操练动作，都需要我们齐心协力，同心同德。这让我深刻领悟到，团结合作是集体力量的源泉，只有团结一致，才能真正做到事半功倍。

其次，军训锻炼了我的体能与意志。军训期间，每天早晨的晨跑和集体操训都是对我们体能的极大考验。刚开始的时候，我觉得自己无法坚持，但随着时间的推移，我慢慢意识到只有逼自己去跑、去完成，才能够提高自己的体能。每一次的挑战都让我更加坚强，让我充分体会到只有自己超越自己，才能够获得成长与进步。

最后，军训让我明白了自律与自尊的重要性。在军训的过程中，我们不仅是对军人形象和军纪要求的高度自律，同时也是对自己人格与人品的自尊。我们要时刻保持军人形象，端正站立、举止优雅，言行举止要符合军人的规范。这种自律不仅让人受益终生，更是塑造了我们的优秀品质与良好习惯，为我们的未来打下了坚实的基础。

在这半个月军训的过程中，我不仅收获了许多实际技能和知识，更是得到了一种可贵的精神财富。军训期间，我们不仅是学员，更是一支秩序井然、团结协作的集体。我们互相帮助、共同进步，这种集体的力量能够帮助我们实现更多的梦想和目标。

总结来说，这半个月的军训不仅仅是一段艰苦的日子，更是一次宝贵的经历和重要的人生阅历。通过这段时间的锻炼和学习，我学到了团结合作的重要性，锻炼了我的体能与意志，也让我明白了自律与自尊的重要性。这些体会和心得将伴随我一生，成为我走向未来道路上的宝贵财富。

军训心得体会军训感悟篇五

依旧是烈日炎炎。阳光如同盛夏般炽热，整个操场活像一个大烤炉，而同学们则像一根根香肠，“油汁“不停地往外冒，脸也越来越红。同学们都耷拉着脑袋，像一朵朵蔫了的小花。而教官与同学们形成鲜然对比，他们站立在同学们面前，像一棵棵挺拔的松树。他们难道不热吗?当然热。那为什么他们仍旧这么精神?因为克服了心理上的“热”。

下午的休息时刻，小戴同学因害羞不敢上前表演。空气瞬间凝固住了，整个氛围变得紧张又尴尬。若不让她演，同学们不肯善罢甘休;若让她演，她又面露怯意。场面陷入僵持阶段时，此刻教官自告奋勇上台表演舞蹈，那妖娆且优美的舞姿逗的同学们哈哈大笑。表演完后，教官脸红得像一个苹果。他害羞吗?当然害羞。他为什么要上台表演舞蹈?为了保护同学的自尊心。

谁是最可爱的人?想必大家心理都有答案了吧。

军训心得体会军训感悟篇六

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。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透;我们为了把动作练整齐，反反复复地练;知道全身酸痛;我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

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！

起这段时光，相信我们每一个人，都别有一番滋味在心头。

军训心得体会军训感悟篇七

前几天参加了军训活动，军训时总埋怨：时间仿佛“一日如十年”;身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨;教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷……可现在回想起7天的军训生活,觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。军训是对我们的一次洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战！

军训必然要出去训练。但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浃背了。最让人受不了的是太阳公公幸灾乐祸地泼洒着“她”的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。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，我一定要站好这大学第一班岗，坚实地踏出这关键一步!就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“大学的第一课”。

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

军训是紧张与艰苦的合奏;军训更是无常地响起那集合的哨音，军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。

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?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。

其实在自己的人生路上，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，也得用自己的脚步去丈量、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

每每看到那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了。

儿时的军训，纯粹是游戏;少年时的军训，仅不过是一种锻炼;大学的军训截然不同，性质也得以升华。在这短短7天的大学军训中，让我领悟了太多太多人生的哲理，我想这才是军训的内涵。

军训心得体会军训感悟篇八

半个月的军训即将结束，回想起刚开始的时候，我对军训充满了期待和忐忑。当我走进军训基地，看到整齐有序的列队，听到教官铿锵有力的口令，我的心中涌起一股莫名的自豪感。军训，不仅仅是养成良好的军事素养，更是一种成长。经历这半个月的考验和磨练，我收获了许多宝贵的体验和感悟。

第二段：心理与意志的磨炼

军训不仅考验体力，更考验意志和心理的坚韧。在高强度的体能训练中，我常常感到筋疲力尽，身体已经到达极限，但

教官却丝毫不见疲乏，不停地鞭策我们。这时，我明白了一个道理，只有坚持不懈，才能达到成功的彼岸。在心理方面，军训使我学会了调整自己的情绪和适应环境，不让困难和挫折影响到自己。这种心理的坚韧和意志的磨炼，将伴随我一生。

第三段：团队意识的培养

军训期间，我养成了集体荣誉感和责任感，体会到了团队的力量。在每一次集体活动中，我们要求齐心协力，团结合作，完成任务。在此过程中，我深切感受到了团队的力量：一个人的力量是微不足道的，只有与他人紧密配合，才能取得更大的成就。团队意识的培养将使我在以后的学习和工作中更好地与他人合作，共同创造更大的成果。

第四段：纪律和自律的重要

军队是一个严谨而有序的组织，依靠的是严格的纪律和自律。通过军训，我切实体会到，纪律是建立和维护一个组织的基石。在短短的半个月中，我学到了如何遵守纪律、执行命令、服从安排，培养了严谨的生活习惯和自制力。这对于以后的学习和工作帮助甚大，因为纪律和自律是能够让人获得成功的重要品质。

第五段：感悟与展望

经历了半个月的军训，我更加明白了军训的价值所在。军训不仅仅是军事技能的培养，更是对自身素质的磨练和提高。在这个过程中，我懂得了坚持、努力和团结的重要性。这种体验将伴随我进入大学生涯，在学习和生活中默默助推我不断超越自我。我将用这次军训的感悟和体会来不断提升自己，为自己的未来铺就更加宽广的道路。

总结：半个月的军训生活带给我许多宝贵的体验和感悟。我

从中学到了许多，包括心理的坚韧和意志的磨炼、团队意识的培养、纪律和自律的重要、以及对自身成长的认识和展望。这次军训是我人生中的一段宝贵经历，我将永远铭记并运用这次经历，不断提升自己，为自己的未来做好准备。

军训心得体会军训感悟篇九

在这半个月的军训中，我深切感受到了军人的艰辛付出和顽强拼搏的精神。一开始，军训生涯的艰辛使我感到十分困惑和迷茫，但是随着时间的推移，我开始逐渐适应和习惯了军人生活的要求。每天清晨起床前的凉爽空气、草地上严肃的操练场景以及训练场上的烈日炎炎，使我明白了什么是真正的拼搏。尽管有时候感到疲惫，但是军训感悟却激励我坚持下来，这不仅仅是一次军事化训练，更是一种给自己一个挑战并展现自己拼搏精神的机会。

二、团结协作，体验战友情谊

军训让我深刻认识到团队协作和团结的重要性。在军事化训练中，每次的行进队列、格斗训练和集体操都需要大家的齐心协力。无论是一次次的团体动作训练，还是一次次的互帮互助，都让我感受到了战友之间的真挚情谊。每个人都在努力地完成自己的任务，但同时也在默默地为集体做出贡献。在这个过程中，我深刻地认识到了个人的力量有限，而团队力量是无穷的。团结协作，不仅仅能够战胜困难，更能使自己得到更多的成长和收获。

三、坚持纪律，培养自律意识

军训生活让我明白了军队的纪律对于每个士兵是多么重要。严格的训练要求、规定的行为准则，让我不得不坚守军人应有的品质和军人的底线。每天起床、穿衣、吃饭、训练都遵循严格的规定，并要求我们要做到精益求精。这让我养成了良好的生活习惯和自律意识，不仅在军训生活中，更在日常

生活中做到了严格要求自己，培养了自己的自律品质。

四、锤炼意志，磨练耐心

军训的过程中，我遇到了各种各样的困难和挑战。有时候，训练紧张而繁重，负重行军时肩膀酸痛，集体操训练因为个别队员的不慎而不得不重来。但是这些困难和挑战都在锤炼着我的意志和磨练着我的耐心。每一次的困难和挑战都让我明白了只有坚持下去，才能克服困难和取得更好的成绩。同时，也让我明白了耐心的重要性，只有在磨砺耐心的过程中，才能更好地应对生活中的各种困难和挑战。

五、感悟生活，塑造人生态度

这半个月的军训生活让我看到了生活的真实和世界的多样。军训场上，无论是敬业的班导员还是严格的教官，都是以身作则的榜样，他们的付出和努力让我明白了什么是对生活的热爱和敬畏。在逐步适应和生活在军旅环境中的同时，我亦深感到了平时的一些不足之处，并在之后的生活中不断改进和完善自己。军训是锻炼和培养了一个学生的身体和意志，更重要的是给予了我们塑造人生态度的机会。

通过这半个月的军训生活，我收获了很多感悟和体会。我明白了军训不仅仅是一种锻炼身体和培养意志的机会，更是一次改变自己的契机。我学会了迎接挑战并展现拼搏精神，体验了团结协作和战友情谊，培养了自律意识和坚持纪律，锤炼了意志和磨练了耐心，感悟到了生活和塑造了人生态度。这次军训不仅仅是一次训练，更是一次成长和收获的过程。我相信，这次军训让我成为了一个更加坚强、勇敢和自律的人。

军训心得体会军训感悟篇十

在初三军训结束时，我们互相望着那黑黝黝的笑脸，心里不由的说着“我们成功了”的话语，因为我们塑造了一个全新的自我，构造了一个钢铁般的集体，那时的我们真的很幸福，在此谈谈心得体会感悟。下面是本站小编为大家收集整理的初三军训心得体会感悟，欢迎大家阅读。

8月末，火热的太阳吸取着我们的精华。往日暑假在家美美的一觉到午饭的待遇算是saygoodbye□多少有些可惜。每天依旧是(7点30)的到校时间在我眼里真的是相当的折磨。老师却说这是百年不遇，想想到也是这么一回事。

原本应该在高一年级就来承受的痛苦的军训，因为震惊中外，举世无双的北京奥运会而一再推迟。今年。今年这个夏天，中国60年大庆，作为志愿者，学校就把国庆训练的体能训练和军训结合在了一起，这个创意好了，一举两得。

哈哈。内容还是简单了些嘛。正中我这身体不协调的人下怀。立正。稍息。左右转法。跨立。正步走。就这么几样。内容少却不失精悍。

教官也是有很可爱的时候。

拉歌大赛在绿色的“草地”上开展得有声有色。教官的那什么口号好有古典风范啊……好古老啊……比如说□“x教官，来一个。来一个□x教官。让你唱，你就唱。扭扭捏捏不像样。像什么，像姑娘……”(这个口号叫我此生难忘啊!)

快结束的时候，所谓的成果展示，选出个一二三来，搞个评比。这一比，热爱团集体的我们都鼓足了干劲。欣赏着“猛男”教官的精彩摔跤表演，女生们尖叫连连，此起彼伏。校长不忍失去展示自己的机会，小试牛刀，同样引来阵阵口哨声。

1.跑道还是那条跑道，草坪还是那片草坪，树还是那棵树，

一切都没有改变。此时的我在草场上跑着，在这个浸泡过我初三岁月的草场上跑着。不同的是我已不是初三的我，而是身着军装接受军训的高一新生。

也是在这时，我不得不感慨：唉，我宝刀已老了。现在只是军训的二天的早晨，只不过是军训的前奏：跑三圈400米而已，我已是上气不接下气。想当年初三，一个早上跑5圈也是“毛毛雨”“洒洒水”。现在竟落个如此下场。也难怪，现在大热天，还要套着那又长又厚的军装，手里托着挂一天就断绳的重水壶，还要边跑边保持军姿，真是太辛苦了。

终于挨完了三圈，此时我的衣服像泡过水一样，一半是汗水，另一半是水壶里漏出的水。脚就像绷紧的弦，再一动就会断了似的。正当我以为到了苦尽甘来的时候，那些不苟言笑的教官又把我们拉到草坪做俯卧撑。

“现在开始做俯卧撑，我吹一下哨子，你们身子就下去;再吹一下，你们才可以起来。”

“呜－－”我背着重水壶，不情愿地把手撑在又脏又多虫的杂草地上，身子一沉，手臂一屈，一股钻心的痛直往骨子里钻，身子像摇摇欲坠的桥，快跨了。我盼望着教官的下一声哨声。可他偏偏不吹，故意折磨我们似的。我咬紧牙，手早已撑得通红。此时太阳一反常态，在不该它登台的清晨放出炽热的光。谁说朝阳很可爱，谁说清晨的露珠最动人，就是这些被作家诗人宠惯了的东西把我身弄湿手弄脏。

短短的二十多个俯卧撑已把大家整得不像人形，后边的蛙跳就不用说了，看着现在初三新生们在草场上卖命锻炼的样子，回想起以前初三时的一个早上跑十圈而面不改色的辉煌，忽然觉得在暑假泡着可乐、伴着电视的快乐时光竟换来身体的虚弱，多么不值得。我想我真的要努力利用这四天军训时间，重振当年的威风。

想到这里，我鼓起勇气，迎接下一轮的挑战。

2.我觉得一些同学的味觉可能发育不全，怎么一提起军训就一个字：苦。或许来不及细细品味吧，其实军训是一盘集多种味道于一身的“美味大餐”。

辣

迎接我们军训的第一道菜，当然是教官铁一般的笑容，接着便是那会喷火的太阳。上午我们站军姿时，太阳便出来了。也许不堪台风的风头过大，一出便是烤，烤。地面温度迅速升高，热量从薄薄的军鞋底传到了脚板。脚被烤得麻木了，似乎还有一些脚臭。身体也饱受炙烤，汗水从毛孔浸出，顺流直接下，长驱直入，太阳想把它烤干，却无能为力。全省就一个浑浊的火辣的感觉。

酸

甜

记得一次，我们正步走，令教官们刮目相看，铁一般的嘴，还说出几句赞扬的话，准许我们休息。“久旱”的我们马上去抢“甘露”，几口水入肚，我才发现碧江水如此的清甜。细心一想，似乎教官们的赞扬更加甜美入心。我们经过努力，终于赢得了教官的认同，真是皇天不负有心人啊!心灵的满足才是军训中最甜蜜的。

军训两天，方知军训“有滋有味”。但军训未完，军训新事还会陆续发生，待我细心再品味，在会操胜利后，再悟出更多军训真谛。

3.又是新的一天，我迈着疲惫而沉重的步伐，踏进了小篮球场……

“站在最后的同学出来演示!”教官的话让我惊讶不已。我不相信的指着自己的鼻子说：“我?”“对，就是你!”教官肯定的回答犹如晴天霹雳，我只好忐忑不安地小步向前……深呼吸，深呼吸，在教官哨音的指挥下我抬手迈腿，尽可能做到教官的要求，做到我能做的最好。

回到原位，脑海里只有教官的话：“大家按照这位同学所做的，再看看自己哪里做错了!”那时我知道，我做到了，做到了最棒!

回忆起昨天第一天军训的情景，在太阳地下站到不到半小时就昏倒的事，已经不再发生在我身上了。我可以自信而自豪地夸言：“我已经接受了军训的挑战，收下了战贴，相信自己能顺利通过军训的考验!”

军训使我的身体素质更好了，同时也磨练了我的毅力，这对于我未来三年的高中生活是非常有用的。我仿佛联想到，在那个昏暗的电筒下毅然精力充沛、刻苦学习的我!

“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队!”——我铭记着这句口号。它将成为我未来三年高中生活中的座右铭。在剩余两天的军训生活中，我会更加努力地训练，带着强壮的体魄踏进高中!

4.我像是生活在温室里的小花，下雨的时候有人帮助我挡雨。阳光太晒的时候，有人会给我挡阳光，使我变得像个瓷瓶，脆弱不堪。但今天我可以自豪地对父母说：“我不再是那枝要人加倍看护的小花，也不再是那个一碰就碎的瓷瓶，因为我参加了碧桂园学校组织的军训!”

由于有父母的细心照顾，我从小到大都没吃过什么苦。累一点，我就浑身叫疼，所以父母很少叫我干体力活。

这四天的军训使我受益匪浅。在站军姿这个项目中，我差一

点晕倒。但我明白这是一个难得的磨练意志的机会。人生的路还很长，也很坎坷。如果这点苦都吃不了，以后还能做什么大事。这样想着，我坚持到了最后一秒钟。

有时候觉得教官太严酷，只因为同学们一个小动作，就要罚做几十个俯卧撑。多亏没有罚过我。因为我根本不会做，一趴下就起不来。后来我明白教官的心狠手辣还是有道理的。因为这样做能让你把每个错误都牢牢记在心里，不再犯同样的错误。在军训中也能领悟一些做人的道理呢。

严酷的训练使我明白，人的医生有强健的体魄是很重要的。就算一个人有再多的金钱再大的权利，如果没有健康的身体，都是没有用的。因为生命，是一切的本钱。

5.今天是军训开始的第一天，心里还不禁有点兴奋，因为前一次军训已经是三年前的事了，在脑中只有一点模糊的印象。再加上昨天晚上与教官第一次见面，感觉还挺好。心想：高一军训不会太辛苦吧!谁知，早上一起床到了楼下集合时，就感到不对劲。那些教官都变了脸，跟昨天晚上判若两人。开始要绕着山跑一圈，因为我们是新班级，所以跑起来不整齐也是理所当然的，但队后的教官却像疯狗一样地叫了起来，吓得个个都不敢出声。短暂的早炼过去了，个个就像只剩下半条命似的，无精打采的。快速的吃完早餐之后，没有太多的休息时间，我们马上又回到了操场上暴晒。起初我们的班级还比较乱，也跟着挨了不少批评，但是慢慢地，大家都找到了感觉，所以渐渐地有了起色。让我感到幸运的是，教官还是有些良心的，因为我们班级的休息次数最多。但随后，我碰上了一脸黑，因为我在操步时小动作较多，所以被教官拉了出来，在大家面前作了50个俯卧撑。当时真的很恨那教官，不过军训嘛，被罚也是正常的。

6.经过两个多月的漫长暑假，我们再次来到学校进行了军事训练。

星期天本来是一个好日子，但我们却不得不穿上那套绿色的军装，开始了高一的第一个旅程。

“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”是我们的口号。它充分体现着一种顽强拼搏的精神，我们正是以这种精神去面对我们的高中生涯的第一次考验。

两天里我们都是阳光与汗水中度过的，一件件湿透的衣服成为了我们的“战利品”。经过了一轮又一轮“魔鬼”般的训练，一停下来，那平常觉得淡而无味的开水却成了我们最为渴望的“食粮”，一个个抱着水壶，如饮甘露。

艰苦的训练之后，我们最渴望的就是马上回到宿舍冲个好凉，躺在床上，美美地睡上一觉。但即便在梦里，我也还是能听到教官那响亮的口号，看到同学们脸上那晶莹的泪光……醒来后，回荡在脑际的却是“流血流汗不流泪”的誓言。

军训虽然苦，但它却个我们的人生增添了无数亮丽的色彩与美好的回忆。今后，无论在人生中面对何种困难，我们都会以勇敢不屈的精神，坚强的意志去对待。而这将带给我们数之不尽的成功与财富。

7.看看天，阳光普照，万里无云;看看地，水泥地板，硬如铜铁;看看教官，眼放青光，面无表情;看看同胞们，汗流浃背，摇摇欲倒。

天啊!本想30分钟站军姿，知识一堂课的四十五分之三十，也就是三分之二，比起呆呆地坐在教室里要好上三分之一。既然如此，何乐而不为呢?可不知是哪位粗心鬼偏偏在这个时候出乱子，将三分之一前的负号去掉了，更可恨的是还将“1”后面的无数个“0”统统消掉了。正因为他的粗心，害得我们大家陷入困境，真该教训他一番。

烈日当空，同胞们的脸红通通的，可以与菜田里的西红柿争

艳了。不光这样，我们这些西红柿还如出水芙蓉一般，水灵灵的，如果将我们销向市场，必卖高价。再看看我们的后背，怎么跟我们教官的面一样变得黑沉沉了呢?更惨不可言的是原本有着一双双大眼睛的同胞们，现在双目仿佛被换上了猫眼，对着日光越睁越小，都卡眯成一条线了。而鼻梁上的肉也越挤越多，仿佛一座小肉丘。

周围一丝风也没有，攀在树枝上的叶子也和我们一样，一动也不动的，可能是被晒得灵魂出窍了吧。心想生怕我们也会像它们一样。生命宝贵、生活精彩，我们还有多少美好时光没有享受，不可以那么快就死翘翘的。所以，一定要坚持。

可光我们坚持又有什么用了，时间已经老了，走不动了，不能坚持住继续走他的路。天地万物，仿佛已经停滞，惟独我们脚底的同仍以惊人的速度涌上心头。试问：“怎么办?”“还要坚持吗?还是喊声‘报告’潜逃?……”

不。还有7分钟，大家继续坚持。“前面的23分钟都熬过了，还怕这眼前的7分钟?笑话!可天知道这剩下的7分钟是多么的难熬。我的心里斗争得更加激烈，脚底的痛也越发任意奔涌，而时间却越来越慢。

天啊!终于度过了我人生中最难熬的30分钟了，当我再次抬脚走路时，那种痛直穿心脏，半天才从牙缝中挤出一个字来——“痛“。

一眨眼为期七天的军训结束了，留给我们的是辛，酸，苦 ，辣和我们永恒的记忆。结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长，路漫漫其修远兮，吾将上下求索。

灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浃背的学生，构成了一道特别的“吃苦风景线”，若大的体育场在阳光下一点一点的熔化，缩小，直到把我们吞噬。飞舞的蝇虫流淌的汗水，酸

痛的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气!

我感觉军训已把我们这一群十六七岁的人锻炼成了真正的高中生，让我们知道了什么是汗水，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。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地让我们练习，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验，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。

教官的勇气是我们的荣幸. 正是在教官的指导下，我们才能获得优秀班集体、优秀内务的荣誉. 这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳.

对手是最大的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义. 其实军训也并非是常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。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。回首丰富多姿的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝。”

军训是对你身体的考验，锻炼和提升.在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃.我们不愿当两脚书柜，军训给我们最好的证明机会.五天的军训是漫长也是简短的.说漫长，因为苦和累.说简短，因为我们有信心，有能力去克服它.现在我可以自豪的说，我做到了!这是对一切苦和累最好的回报!

一

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训是必不可少的，每位学生都要经历这种磨练，并提高自己的意志力，还可以是学到一些东西，能强身健体。没想到这么快就上高中了，真可谓光阴似箭哪，我得好好珍惜这个学习机会，借此来体会一下高中生活的那种苦。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。 立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的，而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严

格，对同学们也充满很高的期望。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。

二

经过一天的训练，使我学到了一些部队正规动作要领，同时对部队的纪律也有一定了解。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并符合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。在上午时，我确实有支持不住的感觉，我咬咬牙还是坚持到最后。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。第二天，我们学会了服从命令，体会到军训不光是对体能的训练，更是对人意志的锻炼。一个人只要有坚韧不拔的毅力、坚强的意志，在学习和生活中，遇到挫折时，你才会勇敢地站起来，去迎接更大的挑战。

三

四

我们不否认的是，身为独生子女的我们习惯于独来独往，凡事先考虑到的是我们自己，而忽视了许多事是需要大家共同为之付出才能做好的。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。等到军训结束时，我们互相望着那黑黝黝的笑脸，心里不由的说着“我们成功了”的话语，因为我们塑造了一个全新的自我，构造了一个钢铁般的集体，那时的我们真的很幸福。