

2024 年军训心得体会 (32 篇)

2024 年最新军训心得体会 (精选 32 篇)

2024 年最新军训心得体会 篇 1

这次军训包含了军事训练和拓展游戏，每一个科目甚至细节都历历在目。下面谈一谈我的心得体会。

七天的军事训练，我们高喊着：流血、流汗、不流泪，掉皮、掉肉、不掉队的口号，为了练意志、长本领、打胜仗这个目标，我们都严格要求自己，摒弃自己身上自由散漫、我行我素的作风。

第一天的军训距离大学时期军训已经过去了7年时间里了，再一次站在队列里，似乎看到了当年的情景。稍息、立正、向右看齐这些过去熟悉的口号又一次回响在我们耳畔。军训中最基本是站军姿，站军姿看似简单，要想做好真的没那么容易，要求站的笔直，身体决不能动一下，坚持几十分钟下了，手脚都不听使唤了。军姿站的好，不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们拥有良好的精神风貌，是锻炼我们人意志力的最简单有效的方法。向左转、向右转，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合好，才能收到最好的效果。齐步走、正步走，要求的是我们动作、想法都一致，只有心齐，我们这个团队才能整齐划一的向前走。比起队列训练，对我们最大考验的是体能训练。第二天我们开始跑步，一开始几圈跑下来已经气喘吁吁、筋疲力尽了。然后开始做俯卧撑，10个俯卧撑对我这样平时少运动的人来说也是一个挑战。这几天里，我们吃了鸭子肉、青蛙肉、赶过僵尸、开过火车、跳鞍马，做完这些项目，第二天就会浑身酸痛，但是我们并没有惧怕过。随着身体一天天适应这些高强度训练，我们把这几天吃的苦当成一种乐趣。这让我觉得现实生活中所谓的吃苦根本不算什么，应该以一种更加积极、乐观的态度面对工作、生活中的困难。经过七天的训练我感觉到自己的身体素质产生了变化，变得越来越好；同时也让自己体重减轻了几斤。

在拓展游戏中，我们得到的不仅是游戏带来的乐趣，更重要的是提高我们团队的凝聚力和集体的荣誉感。团队接歌、保卫阵地、

绑腿赛跑、夺宝雄兵、南水北调、拔河等项目都是需要团队每一个成员参与进去献力献策协同努力才能完成，每一个队员掉队都会影响团队的成绩。勇闯地雷阵这个游戏要求团队成员就要有听从团队领导指挥，相互信任，不能走个人英雄主义，听指挥才能打胜仗！这些项目考验的是我们团队合作、永不放弃的精神，要想做好就要求我们每一个人必须有强烈的集体荣誉感，互信互助，团结一心。

作为一个新入职的新员工，这短短的七天让我渐渐的融入到了这个团队，这个大家庭。不论是训练中还是工作中我无时无刻感受到这个大家庭所带来的温暖与力量。我们这几天吃过的苦是对我们的锤炼、教官对我们的严厉教会了我们忍耐的意义。我们与战友只有一起努力、团结一心，才能在没有硝烟的战场中勇往直前、所向披靡。

请相信，在未来，我们的友谊会发展的更好！

2024 年最新军训心得体会 篇 2

我平日爱赖床，但今天听到闹钟响就立马起床了。心里有个声音一直在告诉我：我是军训的一员，需要认真投入军训，严格要求自己。所以在你意识到之前，快速连贯地进行一系列动作。是的，我们的军训从今天睁开眼睛的第一瞬间就开始了。

在早上的动员大会上，我们看着国旗缓缓升起，当国歌在我耳边响起时，我的眼里充满了泪水。每一次升旗仪式都让我心潮澎湃，我的爱国热情也将永存。爱国爱家爱校爱生活。在学校的指导下，广大青年将努力成为高素质的综合型人才。动员大会上，我们听取了副校长和书记们的谆谆教诲，了解了他们对我们的良苦用心。我会牢记这一切，以一颗火热的心参加军训，这是我们新征程上的伴侣。

大家分头训练后，操场上一个接一个响起：“121”“1234”，充满青春激情。带着梦想的风帆和坚定的脚步，我们有力地喊出了我们的热血。从一开始的游手好闲到最后的良好训练，这是大家共同努力的结果。

伴随着教官的一声“急行军”，大家都尽力协调配合对方的步伐，但还是有一一次次不得不走，大家还是很认真，互相打气。因为每个人的目标都是成为更好的自己，让集体温暖团结。

走路时衣服要整齐，手臂要伸直，急行军时要排成一排。这些要求将满足我们未来两周的需求。严肃的训练场，温暖的学院大本营；严格的教官，热情的学员，让大家不仅在军训中得到锻炼，还收获了触动。接下来的两周，大家要继续加油！

2024 年最新军训心得体会 篇 3

我们学校每学年都要军训，目的是为了让我们加强纪律性，锻炼身体，锻炼意志，加强反应能力。所以军训对我们非常有益。这不，升上了五年级又要军训了。

我最开始的时候，特别不爱军训。可是新学期开始一般都要军训。因为军训特别累，特别枯燥。每次军体委员说稍息、立正、向右看齐等等口令，听着就索然无味。再加上呆板的齐步走、踏步走、跑步走，这更让我讨厌军训了。我觉得军训一点也不好玩。只要把队站齐，不说话，精神一点，动作规范一点就好了，一点灵活性也没有。我不喜欢军训。一年级到三年级我就是这么想的。但是，我升上了四年级之后，老师是在努力地锻炼我们的纪律性、反应能力、毅力意志等。只要锻炼好这些，对我们的未来会有很大的帮助。所以，我现在都会主动地认真训练，严格要求自己。终于等到正式军训表演的时候了！我一定要将平时训练的动作、口令做到位。啊！快要轮到我班上场了，好紧张呀！我们就要上场了。“一、二、三、四——一二三四！”伴着口号声，我们整齐地走到操场中间进行军训表演。例行的动作做完后，台下的评委给我们打分。表演完了，我松了一口气。五三班最后得分 93.6 分。这是我班史上最好成绩。但是很遗憾强中自有强中手，我们没有拿第一。可是我们也不气馁，下次再来嘛。

通过军训，我认为我们在平日也该严格要求自己，养成良好习惯。

2024 年最新军训心得体会 篇 4

军训很苦，但当我们迈着整齐的步伐，昂首挺胸，踏出了铿锵有力的节奏，唱出了青春豪迈的旋律时，我们是自豪的，军训使我们成长了。

军训心得体会军训，是一个艰苦的过程，是一个磨砺人的意志的过程，是一个让人去体会那些生活中的苦与乐的过程。

军训了 12 天，在这十二天里我们也学到了很多的东西，体会到了当兵的辛苦。这十几天虽然都很辛苦，却也给了我们敢于吃苦的精神。

2024 年最新军训心得体会 篇 5

五天的军训很快会变成美好的回忆，五天的军训很快会变成圆满的成果。此时此刻，我们的心情是充实而喜悦的，难以用言语表达对部队、对领导、对教官的感激之情。如果说这次军训取得了辉煌的成绩，那么领导和教官就是带领学员取得辉煌成绩的人。首先，请允许我代表十一中的所有参与者。感谢军训生活，让我们收获了新的人生境界。感谢军训生活，让我们有了更广阔的视野。感谢军训生活，让我们对未来的奋斗更有信心。

部队领导和学校领导高度重视这次军训的意义，从讲政治、促学校发展、育人才的高度来认识这项工作。在军校双方的领导下，制定了严密的军事训练工作计划，明确了各项工作的理念和方针。

为军事训练的顺利组织和圆满成功提供了有力保障。老师和同学们一起来到军训基地接受考验和锻炼，在整个军训期间对学校 and 部队的工作给予了大力支持。借此机会，我代表学校向各位老师表示衷心的感谢！

军训是一个全新的课堂，也是一个火热的熔炉。这次军训，让我们领略到了军营的氛围，感受到了军人的风采，有了军人的情怀。进一步强化了国防意识，增强了爱国热情。通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫折品质，培养了团结协作的精神，形成了良好的纪律观念，学会了用修养来约束自己、规范自己。通过军训，也增进了师生之间的了解和情感交流，迅速形成了积极向上的良好班风和班级凝聚力。

军训是成长的阶梯。军训是人生难忘的阶段。在为期五天的军训中，同学们刻苦努力，严于律己，刻苦训练，表现出色。训练时，我在烈日下晕倒，休息片刻，立即归队；团队，快速行动；站成军姿，浑身冒汗，一动不动；队列操练，停止室，行进室，动作和步伐规范；实弹射击，手稳，效果好；在野外，路漫漫其修远兮，无所畏惧；在行军途中，互相帮助，互相关心，团结友爱；每个班都会举行演习，队伍气势磅礴，声音震得小炉匠。这证明了这次军训的巨大成功。

同学们，军训虽然苦，但正如孟子所说，苦尽甘来，才能有所获，苦尽甘来，才能显示我们的豪爽。军训期间，我们学习了十一中学生须知和日常行为规范，观看了国防教育片。军训生活日记是每个学生五天生活的真实写照。丰富多彩的军训生活使我们得到了全面的锻炼，了解了高中学习的许多特点，为我们今后的学习和生活打下了良好的基础。在这次军训中，我们学到了很多，这些收获将对我们今后的学习和生活起到积极的作用。

军训是桥梁，军训是纽带。通过这次军训活动，进一步加深了部队和学校的联系和友谊。班主任、同学、指导老师结下了深厚的友谊，大家互相感动，互相学习。我们学校的老师和领导在这次交流中学到了很多，部队的优良作风和教官的敬业精神将成为我们永远的财富。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有白花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀，荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日离得一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

——题记

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。由于上学期陕西省宝鸡市受甲流的影响，全院全体09级的军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的激情仍然高涨，等待这次军训的到来。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。

漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将

..... 心得体会 800 字 (2) 降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身.....

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防。更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人，中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21 世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

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，是一种考验、磨练、成熟性的活动。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。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息時間，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到点，下午到点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。而且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人！

2024 年最新军训心得体会 篇 7

为了尽快让新员工适应工作环境，熟悉岗位工作。8 月 7 日至 10 日人教处在计算所和怀柔组织了 2019 年第二期新员工岗前培训。

这次培训为期 4 天，共有 39 名新员工参加了培训。本次培训紧紧围绕创新和团队两方面主题展开。让新员工通过学习了解所里的科研工作、规章制度、创新文化；为新员工创造和提供交流的机会，使他们尽快适应新的环境；培养和锻炼新员工的创新意识和团队精神。

8 月 7 日李所长的讲话拉开了新员工培训的帷幕。随后，邓燕书记、樊建平副所长、徐志伟副所长分别做了《计算所创新文化与科研、生活环境》、《创新时代呼唤创新人才》《计算所的科研工

作》等专题讲座。业务处王玉杰副处长、人教处赵雅玲副处长、综合办王凡主任分别向新员工介绍了计算所的业务制度、人事制度和行政管理制度。唐志敏研究员、王兆其研究员分别做了《怎样进行科研工作》、《怎样做一名合格员工》的讲座。心理学专家李晓轩博士做了《团队协作》的讲座，从理论和实践两方面对培养新员工的团队意识加以指导。培训期间，人教处印发了胡伟武研究员的文章《我们的 CPU》让大家阅读，使新员工深受启发和鼓舞。

为了准备本次培训，人教处在部分员工中就新员工适应新环境问题进行了一次调研，并且邀请了李晓轩博士和一些员工座谈，大家共同对发生在我们周围的一些困惑进行探讨，总结了十个有代表性的案例。在培训中李晓轩博士与新员工们一起就这十个案例进行探讨，以互动的方式给新员工们进行了适应新环境的心理指导，帮助大家更好地认识计算所的文化氛围，适应计算所的环境。大家普遍认为这种授课方式既有针对性，又生动形象，感触颇多。

本次培训安排了模拟团队训练，通过临时组建一支团队，完成一项任务，使员工深刻理解团队的概念，从而培养员工的团队精神，学会在团队中的角色扮演。我们将新员工分成四个组，进行辩论赛和山地训练营的比赛。辩论赛的题目分别为：

一、 正方：在团队中适应他人更重要；反方：在团队中坚持自我更重要。

二、 正方：企业铸就了员工；反方：员工铸就了企业。新员工对比赛倾注了极大的热情，每个团队成员都积极的准备辩论赛材料，认真制定山地训练营比赛计划。在辩论赛中场上辩手唇枪舌剑、旁征博引，场下队员准备材料、出谋划策，使得两场辩论赛精彩纷呈；在山地训练营比赛中，大家相互帮助，拼尽全力，没有一个人掉队。新员工们在团队中展示了自我，熟悉了他人，更重要的是大家深刻地感触到了团队的力量、体验到了团队的精髓。

培训过后，每位新员工都写了培训总结，大家收获颇多，受益非浅。一些新员工将培训的讲座介绍给了自己的课题组同事，希望大家都能受到一些启迪。我们在 BBS 上开辟了新员工交流的专栏，将大家的总结挂在网上。此外我们很快将辩论赛的录像挂在网上，希望能够给每一位新员工提供一个展示自我的空间，提供更过多交流的机会，使他们能够更快地融入到计算所这个大家庭中来。

新员工培训已经圆满结束了，新员工都已经回到了各自的工作岗位，大家普遍反映，通过这次培训对所里的情况有了一个全方位的了解，对计算所的未来发展充满了信心，对自己的发展也找到了定位；通过这次培训，认识了许多新同事，结识了许多好朋友；更大的收获是他们通过听课和参与团队训练，树立了创新意识，培养了团队精神。大家决心将以饱满的热情投入到工作中去，为计算所的发展贡献自己的力量训心得体会

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。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的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；心目中的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？

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，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

2024 年最新军训心得体会 篇 8

当阳光穿透云层毫不留情地刺向我们时，军训又来了，他脚步铮铮、来势汹汹。当南湖的风吹向我们宽大的衣角时，军训短暂离场，退如鼓雷。

不磨难，不军训，太阳并不准备放过每一个参训的湖理学子，它日日勤恳、朝升夕落，皮肤上传来的灼热是对我们的考验，纵使万马奔腾，也不能移动分毫。湖风起，秋叶飘，它是福音也是挑战，风吹过你的脸颊、衣角，你只能疯狂忍住颤抖的冲动。在烈日高温下，它或许是一种极佳的祛暑方法，它也是一种暖和的慰藉，仿佛溺水的人抓住了求生的稻草。可在星辰如瀑的夜晚，它像鬼哭狼嚎，仿佛来自炼狱，纵使你毛骨悚然，也不能在风中凌乱。军训是苦中作乐，军训是难上有难，军训是锋芒乍现。“梅花香自苦寒来”，军训学子们要想圆满结束这个开学第一课，不经磨难，怎见阳光，怎遇彩虹？

无毅力，怎磨砺？宏大的毅力为宏大的人而生，很多磨难都是为了拨云散雾后的欢欣雀跃。丹桂飘香，空气中泛着丝丝醉人的甜香，我们沐浴在晨风里，全身绷直，腿脚已经麻木，一遍又一遍地“齐步走”、“正步走”像是离弦之箭朝我们射来，我们一如惊弓之鸟，却也不敢四处逃跑。“磨万击还坚劲”，从脚底传来的阵阵刺痛爬满全身，直至麻痹神经。愈苦痛愈需要坚持，只有习惯能让一切苦难都烟消云散，一切都将信手拈来。站如松，行云流水，我们不再是懒散的新兵。我们正威严凛凛地朝着目标进发。每日必来的军姿让我们从骨子里散发出自信，不自觉的挺立如山。毅力催人奋进，越磨练越优秀。

清晨阳光匀称的铺洒在山顶，山角并未被眷顾。我们恰如在山顶的人，顶阳高悬，我们恰似岩角的草针，三两成团。军训歌如暖阳，磨难赞与长坚。

2024 年最新军训心得体会 篇 9

离开了父母，离开了家这个避风的港湾，就注定了风吹雨打。再苦再累也要坚持下去，只要坚持下去就一定会取得胜利。俗话说得好：雨后的彩虹才是最美丽的

换上了军装，俨然像是一个个军人。当然，作为一个军人，站军姿是必不可少的。烈日当头，但无论如何，只要站在了那儿，就是一座雕像。在这里站的第一次军姿，太阳就毫不客气地给我们下马威，好像是在蔑视我们，但是我们以最标准的军姿予以还击，汗水一滴一滴的从我们的脸颊划过，凉凉的，痒痒的，最后地落到地上，但是，我们没有理会，依然傲然地挺立著。一声：报告也许会换来些许的休息，但是我并没有这样做。由此我总结了一句话：宁死不倒，宁死不动。接踵而至的是军体拳和正步，想必这也是最艰难的一个过程吧！出拳要用力，要有杀气，口号要喊响。脚尖要绷直，脚掌要把地板拍响。教官的一句句叮咛嘱咐，时时刻刻都在我们耳边响起。尽管我们时常会令教官生气，但我们都很用心地、尽力地改过。一遍遍不厌其烦的练习，一次次汗水的挥洒，都是为了我们的五班的荣誉而战。

这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

2024 年最新军训心得体会 篇 10

第一次当老师，第一次带军训，一头雾水，手足无措。

学生会不会不听我话？学生会不会受不了军训的苦？学生遇到问题我能帮他解决好吗？学生可以感受到军训的意义所在吗？……就这样，我带着很多担忧与疑虑，开启了我的职业生涯。

而现在，将近一周的时间过去了，事实证明，我的这些担忧与疑虑都是多余的。我们八排六十个女孩子真的很让我省心，从她们身上我深深体会到了那句“巾帼不让须眉”。

最让我骄傲的就是，这几天下来，我们排没有一个人中途退出，每个人集体意识、集体荣誉感都很强。集合的时候大家都会提前五分钟到，没有一个人迟到；训练的时候大家都会很认真，没有一个人懈怠；休息的时候大家也都会一起聊聊天谈谈心放松放松。所以在军训快要结束之际，每一个人都很不舍八排这个集体，我们早已经拧成一股绳了，心往一处想，劲往一处使。

其实说实话，军训对于十六七岁的她们来说，真的并不是那么容易。我每天陪着她们训练，仅仅是站在旁边，我都感觉到很累很累，更何况她们还要站军姿、齐步走、跑步走等等。而且她们当中的绝大多数都是第一次离开爸妈的庇护，第一次自己洗衣服自己叠被子自己打扫卫生，开始学会独立，开始成长为一个成年人。所以这次军训的目的，不仅仅是为了强身健体，更重要的是培养她们坚强的意志和吃苦耐劳的精神。军训就好像一个跳板，能够把更好的她们送上人生的一个重要阶段。我也相信这种意志和精神会一直陪伴她们的高中三年，乃至以后的生活。

第一次当老师，第一次带军训，完美收官，未来可期。

2024 年最新军训心得体会 篇 11

作为一名准高中生，军训是我们高中重要的第一课，结束军训时，我有着卸下了重担的感觉，现在再回忆，教官的稍息立正又重新在我的脑海中排成队列了，虽然这排列中不时有一个“好累”的叹息声在冒泡，但我还是想发自内心的承认，高一这一次的军训，我学到了高中最重要的品质——坚持。

军训是苦的，军训是累的，这些都是没有任何一个人会持反对意见的，然而，扪心自问，军训亦是收获更多的。在军训之前，我们谁还不是家里的小公主小皇帝？但到了军训队伍里，我们就不再是那样“娇生惯养”的人，我们都变成了咬着牙坚持到底的军人。军人是一丝不苟的，这从我们教官的模样就可以看出，挺直的背，严肃认真的表情，不管我们何时何地瞥一眼教官，都能够发现军人可没有什么时候是懈怠的，他们始终都一丝不苟面对着眼前的工作，而我们亦在这种一丝不苟中学会了将这样的认真带进生活里。

回看军训，尤记得军训头天的站军姿，因为是军训的第一件事，这使得我们一个个都像个端着一杯苦咖啡，倒也不是，喝也不是，如果不是教官一直一动不动给我们做着示范，示范着军人真可以纹丝不动好几个小时，我想我们早就坚持不下去，而瘫倒在地了。仅站军姿这一项就能够将我坚持不了的缺点改正过来，更何况全套的军训呢？

还好军训已经结束了，在我的咬牙坚持下结束了。军训是真苦，也是真累，但这种苦与这种累是我觉得吃得值的！现在我已经是一个凡事都能够咬牙坚持的人了，过去我的三分钟热度是我的大缺点，现在这个缺点因为军训，改过来了。

2024 年最新军训心得体会 篇 12

军训，一个熟悉又陌生的字眼，在开学之后，它注定不再陌生。

曾听师哥师姐说，大学军训十分辛苦，__大学在这方面更是处于领先地位！他们说，军训时你能拿多少东西就都拿过去，什么防晒霜、花露水、藿香正气水、清凉油、蚊香、蚊帐、零食等等，都得拿，不然的话你军训就会过得异常苦！我却不那么想。军训有那么恐怖吗？军训难道就不该苦吗？我们大学生就不该吃苦吗？我们军训不是来享受的，为什么要带那么多与军训这个主题无关的东西？我们是来被蹂躏的就应当严格要求自我！正因为抱着这个信念，我轻装来到了此刻我们这个军训基地，准备大学生军事训练。

从刚来这里的不适应，到此刻的轻车熟路，从最初的娇气稚嫩，到此刻的阳刚成熟，军训让我成长了很多。

军训的苦，是天气炎热之苦——九月的太阳是火辣的，尤其在万里无云的那里，这种热被无限放大了。度的高温持续了好几天，吸热的水泥地到傍晚都还透着热气，汗水如廉价的自来水般不要钱地涌出，衣服湿了又干，干了又湿，每一天都如同在火炉中度过。军训的苦，是严格训练之苦——稍息立正、行进间转法、站军姿、俯卧撑、深蹲、齐步走、跑步走、正步走，各种训练严格而枯燥。一遍不好来两遍，两遍不好再三遍，重复重复再重复，标准标准再标准，十天如一日的训练，一日似十天的漫长。这样高强度的训练是从未有过的，它必将牢记于我的记忆之中。

军训的苦，是整理内务之苦——床单要平整、脸盆里只能放毛巾和牙具、牙刷在左牙膏再右、床下物品成一条线、床上除被子之

外什么也不能放、被子叠成“豆腐块”……一系列的硬性规定让你没有自己的个性空间，在那里，整洁统一才是王道！被子没叠好，掀了重叠，每次叠军被不亚于一次训练，叠好之后都是气喘吁吁、大汗淋漓。

军训的苦，是早晨起床之苦——再也不能睡懒觉了，再也不能享受被窝里的安逸了，每一天早上不到6点就得起床整理内务，之后饭也不吃就马不停蹄地集合去出操。最惨的是拉练那一次，早上4点多就被迫起床，强忍着睡意，最终撑了过去。

通过这次军训我学会了很多东西，这些东西是用多少钱都买不到的。以后，我会将这次军训学到的东西用到我的工作和生活中，让我一生受用。

2024年最新军训心得体会 篇13

没来军校之前，我还在憧憬着军训时那美好的画面，可是军训开始了，我却感觉军训时辛苦的，是训练我们吃苦耐劳的毅力的时候。每当我们在艰苦训练的时候，我们的教官也在一遍又一遍地努力让我们做好。瞧，教官示范的动作是多么标准，多么漂亮，口号是多么响亮，不愧是军人啊！

我的心中更多地充满了敬佩之情。我也想像他们一样，做到最好！

2024年最新军训心得体会 篇14

经过一个假期的休息，我终于迎来了新的高中生活。在开学之前，我们有为期六天的军训。这对于温室之花的我来说，并不是一件好事，可是这六天却让我拥有了前所未有的快乐和充实。

我们的军训在高中的操场上进行，很多班级都在一起，不过你看那边，口号嘹亮、队列整齐、英姿飒爽的就是我们班——一年五班。学生好不好首先看教官，我们的教官个子不高但眉宇间透着不凡，训练时严肃，休息时也和我们嬉笑。我们在站军姿时面朝着火热的太阳，教官说，我们是祖国的花朵，应该作一朵朵向阳花，一直朝着太阳的方向盛开，不要闭上眼睛，而要让太阳指引我们走向正确的道路。教官不也是太阳的一部分吗？他指引着我们在高中生涯中从正确的道路出发，走向成功。六天过去了，我们都感到很累，可是教官比我们还累，他与我们同进退，而且还不停地喊着口令。教官的好胜心很强，总是让我班和别的班级比拼，这也激起了我们的斗志和集体的凝聚力。我们班，口号嘹亮、步伐整齐，使各个班都败下阵来，可是我们并不骄傲，因为我们知道，真正的比拼是在六天后的军训汇演上。汇演那天，我们早早就到了学校，穿着老师从部队借来的军服。

军服上有军衔，这也使我们感到多了一份责任，穿上这身军服就代表军人，我们不能给军人丢脸，也不能让老师和教官失望。从入场到退场，我们表现得都很好，可是两个小小的失误使我们与冠军失之交臂，可是没办法，这就是比赛，最后我们只得到了第六名。当我们知道成绩后谁也没有说话，虽然我们也得到了最佳奖，可是我们不服，通过六天的奋斗，我们应该是最佳中的最佳，可是结果已经如此，我们无能为力，所以，我们在心中默默地下定决心：以

后的比赛还有很多，无论是学习，还是别的，我们五班都不会差的，
我们还要争第一！

这次的军训使我们成长了起来，坚强了起来，我们身体上是疲惫的，但精神上是愉悦的，是充实的。我们学会了认真，学会了自立，学会了以集体为重，学会了永不言弃。这不只指引我们高中学习的方向，也指引了人生的方向，是我一生的宝贵财富。

2024 年最新军训心得体会 篇 15

心中那自由的世界，如此地清澈高远。

盛开着永不凋零、蓝莲花。

&&《蓝莲花》

那个夏夜的凌晨四点，在西溪湿地淡淡地轻轻地飘着一股凉意。月亮悄悄隐去了一颗星星，一张笑脸转为调皮。但她不取笑我们，只是安分地守在原地，大概是发现了我们的疲惫，于是留一束清光照亮我们不落的眼眉。之后，她不见了影子，红霞开始布满天际。

&&日出的味道，像矿泉水，你说不出感受，却很是新鲜，像是灵魂在河里涤荡，而肉体随风飘扬。

我总是很喜欢每个时期开端的日子，仿佛一觉醒来，尽管惺忪朦胧，但却有用不完的活力&&一切欢乐都昭示着未来的幸运，一切苦累都铺垫着以后的坚持。我喜欢在初次见面时藏起自己，然后再慢慢地一点一点地告诉人们我的样子；我喜欢军训时那种筋疲力尽的感觉，透支着体力，燃烧着生命，宣告生命的意义；我喜欢在每天大约五点四十分的时候，站在丹青三四舍间的二楼走廊看太阳慢慢升起&&它不说话，它只是慢慢变大，红彤彤到金灿灿，发出万丈光芒。我们，立正时无言如它；我们，半月后将蜕变成它。人的生命就该在这些壮美的时刻中度过，在所有的不平凡与挑战中坚持。

我总是在或静静行进或默默坐立的时候想，何为军训的意义。或许，这个问题没有答案。任何人所冠的或冠冕堂皇或不上格调或真切实意的理由都可能是对的，也都可能是错的&&这就如生命的意义一般，谁也无法给它一个正解，我们总是在永恒的追逐中寻找，在不断的迷失中坚持，大概会有一天，当生命沉寂，我们终于在走过的路上发现了属于自己的与众不同的脚印，才知道人生不是为了既定的意义，而是创造属于自己的不同生命。

&&军训也如此，它俨然是一个过程，两个星期，任何一个特写都无法将它完整代替。我们也许只能认真地摆好每一个姿势，简单不做作，一看便知是自己，这样一帧一帧地连接在一起，跳动出我们内心最纯真最美好的旋律。

&&这样，我们便有了属于自己的军训，亲自赋予它独特的意义。
为自己的军训而狂，想对得起这难得的青葱岁月，为了年少才有的
梦，让自己在这个世界占据一角，悄悄地开出火红的花朵，发出幽
蓝的光。

2024 年最新军训心得体会 篇 16

“啪”的一声，大巴的门打开了，我们拎着大包小包集合在操场上。心里兴奋极了，我好奇地望了望四周，军训基地是一个四面环山的好地方，这里空气清新，多了一份清静，少了一份城市的喧闹，这里是个美丽的地方，此时我觉得自己是个来度假的游客。

在宿舍懒散地整理房间，正想躺下身子休息时，突然一声急促有力的哨声在操场上吹响。“集合！”整栋宿舍的人都乱了，像热锅上的蚂蚁，过道人流涌动，嘈杂声不断，大家还不知道即将就要面临一次惨痛的惩罚。

我们打打闹闹地来到操场，教官二话不说，先让我们向后转，面向沙地，来了三趟蛙跳，有不少人在叫苦，教官并没有同情我们，大声喊道：“还吵是吧？再来两次蛙跳，看我不整死你们！”我们累得爬着集合，现在我才明白，这不是度假，是地狱，是军训。后来那个凶巴巴的教官的那句“整死你们！”让我们闻风丧胆。

短短六天军训，我们班是一天天罚过来的，蛙跳、鸭子步、蹲下起立、俯卧撑，手段多样，一切齐全，这些“惩罚”在教官的嘴里叫“奖品”。我们总是收礼收到手脚发软，心里总想怎么不能“礼尚往来”啊？我累瘫在地上时总是想：我的身体的极限在哪里？几时我会累到走不了路？在宿舍我们总是沐浴在云南白药和活络油的香味中。

后来我们渐渐习惯了。习惯了早上五点半起床，习惯了叠“豆腐块”，习惯了四百米的鸭子步，习惯了举着椅子深蹲，习惯了跳上趴下的蛙跳，也习惯了教官那凶巴巴的脸。我们渐渐明白了教官的用心良苦，明白了他那恨铁不成钢的无奈。教官上课是用喊的，口号是喊的，教官声音变得沙哑，但还是那么有力。他说我们脑子里装浆糊，还是硬的浆糊；他说我们能把猪气死；说我们是垃圾。现在想来这样的话不再锋利尖刻，而是柔软的。教官是爱我们的，他不能像父母那样哄着，老师那样轻声细语地教着，他明白他是军人，就要有军人的样子。

教官在教我们齐步走时说过一句话：齐步走像人的一生，永远不向别人低头，永远不向自己低头。在我们觉得累时教官说：人是没有极限的，只有思想累，没有身体累。几句刚硬有力的话给足我们力量，这就是教官爱的方式。

检阅时我们班整齐的走过主席台，晚上的联欢会我们班喊出“傅教官，谢谢你！”我喊出了眼泪。在最后离别的上午，我多么想让教官再罚做蛙跳鸭子步。我自己也跑到大操场上的主席台学着教官骂人的口吻对着空旷无人的草地呼喊。这一切都是多么美好！

军训是那么难忘，鸭子步、蛙跳、“整死你们！”……这些细节在我回到家躺在柔软的床上，闭上眼睛在脑海里不断地回放，回放……

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/496004005220010231>