

军训心得体会大全 (30 篇)

军训心得体会大全 (通用 30 篇)

军训心得体会大全 篇 1

经过一些日子的军训，我虽然不敢说有脱胎换骨的变化，但是我的内心实实在在感到的充实，我更了解了这个群体，对这个群体有了特殊的理解。军人很早起来，很晚休息，一年又很少的假期，其余的时候都是训练，强壮身体，提高技能，他们这么做，有时候想想，在他们服役期内，真的上战场的机会不多，也许做些非常普通的工作，为什么持续这种生活呢，我问了我们的教官，他说，如果把军队生涯当做为祖国奉献的机会，他们不会感到痛苦，虽然服役几年也许没有机会挥洒热血，但是我们这些当过的兵的，无论将来的合适地，只要祖国一个召唤，我们立刻上战场。

听到这里，我内心起伏跌宕，他们自身是如此平凡，一个兵在中国如此多的兵种算不了什么，但是他们又是如此伟大，这种爱国感，这种使命感，又是另每一个中华儿女最敬佩的。想到八年抗战，就是有着数不清的这样拥有使命感的士兵，才打下了今天的江山，想当初，国快破，家快亡，就是这些中华儿女，不爱红妆爱武装，才有了今天。我的军训只有短短这些日子，除了身体劳累以外，根本无法拥有一个兵的真正素质，但是就是这些活榜样，向我们诠释了部队的意义，快正式开学了，军训会远去的，但是这种精神会时时刻刻激励着我，我祖国奉献，为祖国撒鲜血。当我以后遇到学习中的种种问题的时候，想到他们，我的身体充满的力量。故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。怀着欣喜个忐忑不安的心情，紧张而充实的高中之旅正式启程了，看着陌生的面孔和新鲜的校园，心中的兴奋难以抚平，我的生活将会被青春的气息所充盈。

军训心得体会大全 篇2

随着时间的飞逝，如今的我已跨入初中的大门，成为一名初中生了。报到后，我进行了短短三天的军训。

回想起这三天的军训，有苦也有乐。苦的是：我们每天都要做立正、稍息这样的动作，有时候一坐就要十几分钟。记得有一次，我们要学习站军姿。一开始，我觉得这个动作做起来轻而易举，但真要一动不动地站着，还真有点难。而且当时又是骄阳似火啊！只见我们比挺挺地站着，两手紧贴着裤子。时间一分一秒地过去了。可是因为不断地有同学犯错，导致我们还要一直站下去。我的汗水一滴滴地流淌了下来。我当时多么殷切地希望天气变得凉爽一点啊，可是老天爷好像不想让我如愿以偿，天气变得越来越热，太阳一直在炙烤我们。不一会儿，我已是汗流浹背了，脚站得越来越疼。这时，我几乎想放弃了，但我还是不断地鼓励我自己：“加油！坚持到底就是胜利！你不是永不言败的吗？不能退缩，加油！加油！加油！”不知道过了多久，终于可以休息了，只见一些同学立刻瘫倒在了地上，我也如饥似渴地喝着矿泉水。而乐的是：在休息之余，有时候我们也会和别班一起K歌，我们还会说一些交教官教我们的话，什么“一二三四五，我们等得好辛苦；一二三四五六七，我们等得好着急。”其中有一句话最狠，就是：“叫你唱你就唱，扭扭捏捏不像样，像什么，大姑娘。”而当别班唱的时候，我们班也会唱起来，看比谁唱得响亮。操场上时常回荡着我们洪亮的歌声，也时常回荡着我们的欢声笑语。

这次军训虽然有苦，但也有乐。它既锻炼了我坚持不懈，不怕苦不怕累的精神，也培养了我 and 同学们团结合作的意识和默契性，

还让我学会了几首军歌。这真是一个收获良多，令我难以忘怀的军训啊！

军训心得体会大全 篇3

坐上大巴，享受着车窗晨风的抚摸——今天是个特别的日子，离开父母4天的军训生活即将拉开序幕。

严格：军训第1天

很快到了素质教育基地，举行完入营仪式后，我们便回寝室稍作休息。每个寝室住10来人，我们都很兴奋。

很快就要站军姿了。在体育课堂上学的基本不能搬进来。教官一声令下，大伙儿抬头、挺胸、收腹、提臀，一个个表情严肃，我也不敢乱来。又一声“稍息”！大伙儿“啪”地伸出左脚，右脚占左脚四分之一。整齐划一哦！后来还学了原地踏步等，就显得简单多了。其实外面烈日当空，但因为我们在室内，所以，倒没大汗淋漓。

刺激：军训第2天

今天早餐是长沙特色扁粉，香喷喷的，我很快“消灭”了一碗，还发扬“友爱”精神，帮别人吃了一点，呵呵。

吃饱喝足后，教官说，要去打镭战。我们激动地欢呼起来。到了“战场”，此地比电脑游戏里还要逼真哦。墙壁上到处是彩色喷漆，箱子高高低低，用来做掩护。伴随着激昂的《逆战》歌曲，我带领小分队身穿迷彩服英勇“抗敌”，我们的团队战非常激烈，瞄准一个个灰点，一个不落地击中。“敌人”不断发出惨叫。

后来，我们还汗流浹背地进行“寻宝”活动，几乎把整个星沙公园翻遍了。

不舍：道别军训

最后的半天了，我们一一拆开父母写的书信，有的人感动得眼泪汪汪。美味的午饭后，我们恋恋不舍地离开了基地。

在基地，有过多少苦，多少累？但又有过多少甜，多少乐！我们离开了基地，可我们收获了勇气、毅力、友情、欢乐。

再见，军训！

军训心得体会大全 篇 4

送走高考紧张的步伐，我们迎来了期待已久的大学生活，进入大学的第一课当然少不了军训。

军训第一天我们穿上一身蓝绿色的军装，穿戴整齐地站在训练场上等待我们的教官，总之对于那时的我们来说大学军训是很神秘的。站在训练场上只见一排整齐的队伍从远处向我们走来，那是教官们的队伍，他们的步伐铿锵有力。我们的注意力不知不觉就被吸引过去。每当看到军人，我总会从心里由衷地感到敬佩。我敬佩军人的坚毅，敬佩军人流血流汗不流泪的精神。军训是一个很好锻炼我们意志的机会，这时我们就可以像真正的军人一样去体验部队的酸甜苦辣，就这样我们的军训生活拉开了帷幕。

孟子云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。对于我来说军训是很苦很累的，站军姿的时候，感觉时间就像停止了一般，每一分每一秒都过得很慢。训练时，教官对我们还是挺严格，第一眼会觉得他很冷酷，但私底下他是一个很逗的人，也挺照顾我们。我们和教官以及同学之间随着训练时间的增加，大家的热情也随之高涨，我们从开始的陌生到熟悉，从歌声嘈杂到军歌嘹亮，从步伐凌乱到整齐划一，期间只有我们自己知道我们经历了多少磨合。军训虽然艰辛，但也是憧憬与热血交织的时候，我们的每一份坚持决定了我们以后面对困难的意志。

读书可以增长知识，军训可以增强体魄，磨炼意志。军训生活短暂，但对于我来说，这段经历是不可或缺的，军训让我懂得团结的力量，明白坚持就是胜利，理解了不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香的艰辛。未来我会更加努力，以军人的姿态面对困难。

军训心得体会大全 篇5

不知从哪一天开始，军训成了我们日常生活的话题。

一向盼着，一向想着，却不曾想军训那么苦那么累。不一样于初中的嬉戏玩闹，不一样于高中的放任自如。有的是烈日骄阳，有的是细雨纷纷。然而教官的坚韧不拔，教官的鼓励始终感染着我们。他让我们学会了在烈日底下流汗时互相心疼；他让我们学会了在桌旁就餐时学会了互相关照；他让我们学会了在拉练时互相扶持……

当我们在彼此的熟悉间忘却了苦和累的时候，时光却在人不经意间悄然而逝。军训立刻就要结束了，我却恍然发现心中有一种莫名的伤感，我到底伤感什么呢？

我伤感，以后也许再也看不到那亦师亦友的教官。

我伤感，以后也许再也感受不到学拳法时的兴奋。

我伤感，以后也许再也听不到那嘹亮的哨声。

我伤感，以后也许再也听不到教官的谆谆教导。

我伤感……

我不是告诉自我要坚强?早已下定决心在十二天的军训中不掉一滴眼泪，可是坚强的人能够顶住烈日，能够顶住十六公里的拉练，能够顶住十几个水疱的疼痛……能够顶住的太多太多，却难以顶住离别时的伤感。

竟然时光真的这么不饶人，那么我能做的除了珍惜还有什么呢?请允许我再望一下整齐的队伍;再望一下教官军训时严肃的脸庞;再望一下休息时他那可爱的笑容……那也许是我们记忆中最珍贵的东西。

当然，军训留给我的不止这些，我还深刻地明白了那首关于军中励志的词。此刻，在那里我就与大家共同分享这首词，以此期望大家自勉。

满江红·军中励志

锦瑟华年，莫虚度，效贤苦读。人生路，挥毫点睛，凌风起舞。疾东风，鲲鹏翔九重，望里目。

紧筋骨，坎坷路，劳其心，阔其步。须精钢百炼，高有基础。推开障暗千里层数，绽放梅花三百度，举旗帜，直指云霄，展鸿图。

军训心得体会大全 篇6

今天是我们第三天上军训课了，我很开心。今天主要练习的内容是二变四和踏步，解放军叔叔他们站的特别直，我也想像他们那样，我会认真努力练习好的。这几天我每天午睡都有一颗小星星，我要得多的小星星。

今天我们上了音乐课、数学课、语文课。我们还去操场上上了体育课，练习了半蹲，体育老师还陪我们做游戏，我可喜欢体育课了。

军训心得体会大全 篇7

“寒风飘飘落叶，军队是一朵绿花”。我们身着迷彩服在雨中踏着正步，我们感到又漫长，又痛苦，却充满了艰辛与快乐，所谓痛并快乐着，我忽然发现，我感受更多的是挺拔与不屈，或许这些不是苦，而是一种收货，一种让我受益终生的收获。是的，军训是很辛苦的，回想今天，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，脑际依然在想，再坚持一会儿，如果我站不稳，就会让整个排加时，整个排是一个整体，不能因为自己的错误让别人接受惩罚，从军训中，我具有一种守时的概念，时间观念也是一个人成功的必需品。教官的喉咙已经沙哑，然而还是有力地喊着：“稍息，立正。一二一”训练时他们严格，精益求精，然而又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，纠正每一个人的动作，耐心而且极致，休息时一起拉歌的欢乐，今天的拔河比赛也更让我感到合作的重要性。

我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我就没有理由放弃努力，坚持下去，坚持到底，没有日晒雨淋，怎么会有属于自己的彩虹。

军训心得体会大全 篇8

我早早地就起了床，兴奋不已。因为——今天要军训了！

军训开始了，我们先练习基本步伐。教官喊着响亮的口号：

“一二一，一二一……”我们便一起往前走，步调一致，好似一个多腿的巨人。随后，教官又教我们敬军礼。其间，有人在讲话，教官脸色变凶了，把那个同学揪出队列，罚蹲马步。这个把我们吓坏了，一个个绷紧了脸，大气都不敢出了。后来，教官还教我们唱军歌、练坐姿……

让我印象最深刻的，还是“乒乓球接力”了！这是下午的拓展游戏，全班同学按照性别分成两组进行比赛。游戏规则是：每人拿一截从横截面一分为二的塑料圆管（直径比乒乓球稍大），每组成员将手中的圆管首尾相连组成一根长管，然后将一个乒乓球从最前端的管子开始往后依次滚过，最终滚落到纸杯里。在同一时间里进球最多的一组获胜。

比赛开始前，我们男生便齐心协力，将手中的管子紧紧地挨在一起，组成了一根长长的管子。可是由于人不够多，我们离目标纸杯还比较远，所以我们商量好前面的人在乒乓球经过自己手上的圆管后马上跑到后面去接力，直至乒乓球落入杯中。

“三、二、一，开始！”随着教练的一声令下，球便开始在管子里滚动起来。终于通过了我手中的管子，我马上往后跑，排到最后一个同学后面，眼看乒乓球第二次快要来到我的管子上，我前面的同学可能是太紧张，他的管子解体了！球也“啪”的一声掉到了地上，第一球宣告失败！那名同学满脸沮丧，一副惭愧的神情。不过大家都没有埋怨他，反而都安慰他。就这样，我们互帮互助，终于完成了任务，最终以一个球的微弱优势取得了比赛的胜利。

这个游戏极大地提高了同学们的凝聚力，让我们懂得在游戏中必须要团结一致，拧成一股绳，才能取得最终的胜利。

这次军训让我受益多多！

军训心得体会大全 篇9

啊！我梦寐以求的军训终于来到了！我以为军训是非常非常艰苦的，可我今天亲身体会过了也不是那么累，这军训只要动作标准，身体笔直的像一棵松树一样挺立，神情严肃，目不转睛地看前方，注意力集中，一动不动。

这次军训我很有体会，我认为很多名言都充分地体现只要肯努力，没有做不成的事宝剑锋从磨砺出，梅花香自古寒来。只要功夫深，铁棒磨成针等，学校为了加强我们的意志力，还从特警支队中请来了三名教官，我们的教官十分严肃，但在休息的时间中便非常风趣。今天教官还表扬了我一次，我心中暗暗地自喜起来。

我以前看过军训的文章，他们的形容大体都是在说怎么怎么的累，但是今天我体会下来，感觉他们写得有点夸张了。我知道军训是为了磨练我们的意志力、耐心和不怕苦的精神，也许以后我还可以当个女警官呢！

在以后人生的道路上，我一定要努力前进，以不怕苦、不怕累的行动来证明自己，以乐观、阳光、活跃的态度来精神自己，这样我人生的道路上一定可以丰富多彩！

军训心得体会大全 篇 10

炎炎八月，准备踏入新初一和高一的新学生们开始了为期三天的军训。

这是我第二次军训，第一次是初一那会儿。时间一晃，我又要以新生的身份来参与训练了。

我排在班级的队伍中，向看台下张望，等着我们的教官。

他是个幽默又不乏责任感的人，在这三天里，他一步步教导我们。什么动作该怎么做，什么站位该怎么站，他都耐心地向我们示范，在休息时还会陪我们说笑。

军训是苦的，苦在坚持。那些动作其实不难，可要坚持做这么久，还是会有些累。炽热的阳光照射下来，更是为同学们增添了一份苦闷的心情。

由于第四天还要进行会操比赛，为了不给班级和教官丢脸，同学们都卯足了劲去训练，很少听到有人在抱怨。

会操比赛是分几个内容进行的，我们就依照那几项内容来训练，争取把每个动作都做到最好。

我们站过两次军姿，每次者在极力忍耐毒辣的阳光和身体的酸痛。但没有人倒下，不管是站几分钟，都维持着，一个正在军训的人该有的身姿。

我们先练习的是稍息立正这些简单的动作，最难的是齐步和踏步。但因为要走出整齐感。

练习量多的也是这两项，每次教官都会花很多时间来对我们进行讲解和调整。手臂的摆放暂时不太计较，重要的是步伐要准确，好要努力跟上旁边的人。

经过这三天的磨练，大家的身体素质都比原先好了一点，和其他同学的关系也更密切。

短暂的军训生活最终定格在一张大合照上，所有的人都将铭记这段时间带给大家的辛苦与快乐。

上星期,我们五年级段的同学到台州市武警支队教导大队军训。在没参加军训之前,我对军营生活充满了下遐想:没有爸爸妈妈的监管,那该多自由:听说女生睡在同一屋里,想想都觉得美……可实实在在体验了一把之后的滋味是这样的:

这次军训,好多同学都是第一次离开爸爸妈妈那么长时间,分离一个星期没见到爸爸妈妈,难免会想念家人。有一天晚上,我和李想熄灯后躺在床上聊天,我问李想:“你想你的爸爸妈妈吗?”“我不仅想念我爸妈,还很想念我那张舒服的小床!”听李想这么一说,我就更加想家了,鼻子一酸,眼泪都快流出来了。但是,一想到那些当兵的叔叔他们一年才回一次家,我就又重新振作起来。

在部队里,虽然见不到爸爸妈妈,但是有老师和教官对我们无微不至地关怀,过这种团体生活其实也很快乐的。每当训练了一天,吃完晚饭回到寝室休息那段短短的时间,是我们大家最放松最快乐的时光。那时,我们可以做自己喜欢做的事情。同学们文静点的有的在写日记,有的在看课外书;爱玩的则几个一堆的在床上蹦蹦跳跳,手舞足蹈。难得有这么多的伙伴一起玩耍呀,我真开心极了!

不过,教官的话还是要听的,可不能大吵大闹哦,否则,就又要去跑步了。

我们告别了朝夕相处同学和老师，踏入了高中的大门，第一个严峻的考验就是军训。这次军训与以往不同，因为我们第一年实行课改，开始学分制了，所以军训是非参加不可..到了高三修不满165学分是拿不到毕业证书的。

....次面对新的环境、新的集体、新的老师。我们刚刚见了一次面，就要一起度过10天。心里有些不安....这10天要怎么熬呢？

.....1975部队(军训地点)明显感觉到环境远远没有初中时的好了。

“军训就是来吃苦的，不是来享福的”。嗯，既来之则安之吧。残酷的军训开始了，第一项内容就是学习站军姿。要求非常严格。半个小时下来，那滋味儿.....难以想象啊。回到宿舍洗脸的水都是咸的。还有不少同学都晕倒了。

...练是苦的，太阳是毒的(10天没见到一滴雨)，而我们的意志是坚定的，内心是团结的。我们力争最好，把每一个动作都尽力做到位。这10天我们经历了成功的喜悦、离别的痛苦、失败的难过...还有一系列的挫折和障碍，但我们都努力坚持了下来。没有一个人喊苦叫累，因为我们长大了，真正的把自己当成了军人。

.....好的，22岁！我们私底下叫他龙哥！刚开始的时候我们很不听话~他也没少因为我们挨骂.....，但也有可爱的一面！面目表情极其丰富！笑起来特别好看！记得有一次，每个班的带操的同学去练操，回来时正赶上全年级会操，金刚(比教官大)死活不让我们归队，说人家都练了一下午了，我们什么也不会进去只会给捣乱....

我们也没说什么。突然，我们教官说：“她们早晨练过了”金
刚也就没说什么，让我们站在一边观摩(md)。会操结束时，我跑去
向教官道歉，教官说：“没事儿，没关系的。”自己突然感到心里
是那么的不安.....其他带操的不是被教官说就是被骂。哇，我们教
官太好了!于是那天晚上我自己一个人练到熄灯。

10 天的军训使我们更加的成熟、更加懂事、更加会照顾自己与
他人。

汗水是阳光派来的天使，折射出七彩光芒，折射出我们不屈的
心。伴随着嘹亮的口号声，踏着整齐的步伐，短短的 10 天军训让我
们告别了昨日的脆弱与锋芒，我似乎已经看到胜利的曙光。军训仍
将继续，我们仍在成长!

军训心得体会大全 篇 13

大学生活从军训开始，今天是军训第一天，最开始是总教官带
着我们训练，总教官老把“幸福是靠自己取的”这句话挂在嘴边，
这也让我们懂得了有努力就会有回报，有付出就会有收获。

我们从最基础的军姿开始，后来又练了小碎步，在我看来，那
只是一个再普通不过的小踪步，可是当我们门连的同学都在整齐认
真快速地做这个踩脚的运动时，脚下传来的声音出乎意料的大，这
让我懂得了团结就是力量。

长沙，据说是一个只有夏天和冬天的城市，天气的炎热并没有将我们击败，我们将越挫越勇

军训是一种苦，却是“苦口良药”，一口气喝下去，一时的苦能让我们终生受益。

苦中作乐乃人生的一大境界，军训虽苦且累，但调整好心态，我们也可以品出其中的甘甜醇香。

“阳光总在风雨后”，我们军训所历经的风风雨雨，也是为今后的大学生活和学习做的铺垫。开启更加美好健康的大学生活。军训的步伐从未停歇，我们将会与您继续同行！

20公里的拉练中，拉军歌、和教官开玩笑以及班级歌词接龙，正是因为有这些活动，哪怕路途遥远，哪怕身体吃不消，南湖岸边的冷风也开始变得温柔起来。

下午的军歌比赛，二连唱了《唱支山歌给党听》。回忆起每次晚上训练歌词的时候，从一开始都不熟悉，到最后以三等奖结束本次比赛，有遗憾，但不后悔。火灾演练中，虽然我们处在一楼，但还是感受到那种急迫感和紧张感。

而在晚上的训话中，因为我们营有学生私自行动，所谓一人生病全家吃药，教官很生气，但想到对集体的影响，以及对教官添加了不必要的麻烦，大家们都一起受罚，心中的感慨难以用言语来形容，只希望大家都能珍惜现在的军训时光。

训练照日常进行，而九号的训练，仿佛大家都变了一副模样，我想这就是因为集体的凝聚力提升了，才表现出来的。

关于《守望相思树》这部电影，简而言之，讲的是军人为国家的付出，是一种舍小家为大家的伟大精神。处于新时代的青年们，我们也应该为国家付出自己的力量！我相信，经过军训这几天的磨砺，只要我们认真训练，一定会有成效的！

军训心得体会大全 篇 14

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。

军训心得体会大全 篇 15

迎着 5 月和煦的春风，我们来到了千灯爱国主义实践教育基地，开始了人生的第一次军训，今天的任务是看起来最简单确是最难的叠被子。

教官首先向我们演示如何叠被子：只见教官把被子铺在了讲台上，然后左一叠，右一敷，三下五除二的就把被子叠得像个豆腐块，令同学们夸赞不已。教官严厉地喊道：“今天谁不把被子叠成这个样子，谁今天晚上的活动就别去了！”我不以为然，心想：这不简单嘛！谁不会呀！回到寝室，赶忙把被套、枕套、床单从寝室长小刘手上“抢”了过来。我顺利地将床单铺好。心里甚是得意！我又愉快地拿起被套。本以为特简单，结果……

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/566000125014010232>