

军训心得体会 500 字 (31 篇)

军训心得体会 500 字 (精选 31 篇)

军训心得体会 500 字 篇 1

对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨励，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。

古人说天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、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，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大。汗。

在这短短的七天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉。我们的鞋也穿了洞。但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌。与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有利益的冲突。大家讲的更多的是来自哪里？分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

离开部队的那天我们几个都哭了时间的流逝，大家虽然慢慢的失去了联系。但那份感动一直留在心底~~~

军训心得体会 500 字 篇 2

谈到军训，总有种穿越的感觉，或许就是特定时代的硬伤吧，当上世纪的战争精神来袭，心中不由一紧，对军人朝圣般崇拜在每个细胞四溢，转而升华。心灵中的那声声呼唤不断响起，引领自己向军人的风姿靠近。

五湖四海的兄弟姐妹，在烈日下，在暴雨中，心一点点凝聚，苦中作乐亦能结成不变的情义。短短的日子，量变或许不够但质变已然达到。坚定从嫩到老的转变，细皮的娇子练成了古铜色皮肤的硬汉。那些日子，不得不说，鼻子里满满都是军训的味道。

军训后，仍时时回想起那熟悉的笑脸，那严肃的表情，那嘹亮的口号，那整齐的步伐，拉歌，将距离拉近，训练，练出了豪情万丈，想起时，不由一笑，经历过总会留下点什么。就像我懂了军训，军训也在点点滴滴中懂了我。那种不怕苦不怕雷的精神已然铸成，在以后的岁月，会坚定我们的信念，以干脆的脚步走好人生每一步。

那一道道矫健的身影穿梭在军训的历程，不断清晰，请牢记，20__，我们一起在军训。

军训心得体会 500 字 篇 3

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。

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口哨音，但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我的军训生活。

还记得在第一次军训会操比赛时，由于站军姿时我的双臂没有夹紧，教官一下就把我的胳膊拽起来了，第二天被教官罚面对太阳站军姿，豆大的汗珠如同雨后春笋般地从额头上冒出来。顺着脸颊往下流，聚集在下巴处。由于地球具有引力和汗珠自身也有重力，再一次向下落，不过估计在落地的那一刹那就已经蒸发干了，我不能低下头！平视前方，是立正的基本姿势，而立正又是作为一名军人的基本动作。趁着教官巡视后排的时候，向上瞟了一眼。那个可恨的太阳似乎担心我们看不到它的强大，把它的能量发挥得淋漓尽致，风姑娘也迫于太阳的强大，都不知躲到哪里去了，唉，世间万物竟都是如此的现实，心中不禁发出这样的感慨。时间一秒一秒地过去（军训时间几乎都是以秒为单位），整个身子已经麻木了，只有脚底才有一种火烧的感觉，脑子里马上出现一种向前倒的意识。在向前倒的前一瞬间，我用余光向两边都看了一下，大家如我，我是很容易改变主意的人，马上又下了要坚持到底的决心。

虽然我们的军训没有部队里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正内涵，真正感受到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上，经过半个小时的漫长等待，第二次军训会操比赛结束。我们得了第一名，喜悦涌上心头，莫名的感动也随之而来，脑海里不时地浮现出教官教我们唱《团结就是力量》的情景。虽然教官唱的嗓子都哑了，虽然我们唱得还有些走调，但是这歌声清晰地留在我的记忆里，因为团结就是力量！团

结让我们这 40 几个陌生的人拧成了一股绳；团结让我们感受到任何困难都无法阻止我们前进；团结让我们这二天流尽的汗水转变为可喜的收获。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。

在我们感到疲惫休息的时候，总能看到教官搞笑的一面，在教官的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

军训，我想你。

军训心得体会 500 字 篇 4

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍！真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光！

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。

现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念；提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质！

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们最大的收获，让我们一起向逝去的时光说声 bye-bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

军训心得体会 500 字 篇 5

九月飞花中，艳阳斜映时。

清晨东方一片金色，荡涤着山中凉爽的空气。风雨操场上，整齐划一的步伐浸出坚持的汗水，一列列的队伍，他们是跑道上最美的烙印，幻化作一颗颗激荡的心。

艳阳下，是挺拔的身影，是坚韧的味道，是梦想的召唤。早起出操，迷彩鞋的跺地声是和谐无上的韵律，一二三四的口号是勇往直前的血性。蔚蓝的天空下，弥漫着训练的幸福，充斥着前进的无畏，那是一剂心灵的救赎良药，把我们从衣来伸手的安逸中唤醒，迅速地教会我们成长。

是否，飞花中渲透出汗水的咸？是否，斜阳下品味着成长的甜？

“今夜我不停地飞，飞过群山飞过万水。”静下心儿，向着一弯皓月，思考着军训，思考着大学，思考着未来。这是一个逍遥的心灵之旅，在旅途中，我们的怀中映着明月。我们可以看见，在遥不可及的沧海桑田之间，有一样东西亘古不变，它最最纯真，又最最耀眼：梦想。

期待明日的艳阳，肆意挥洒的汗水，追寻永恒的梦想。

军训心得体会 500 字 篇 6

听别人说，军训的生活很苦的，每天都得在太阳下暴晒，一日三餐没有饱过，而且还要被教官骂，说得我不寒而栗。

上初中后，我更是心惊胆跳，总是想着什么时候去训，好在那天生一场大病，这样子，就可以逃过一劫了。可是，我的身子偏偏和我作对，去军训那天，我身子健康很，并没有借口不去了，所以，我只好硬着头皮踏上去德育学校的旅途。想想那位不去军训的同学，可把我给羡慕死了。

德育学校到了，我忐忑不安地下了车，旁边的一切都那么陌生，我心里酸酸的，好想哭。但为了颜面，我始终没哭出来，尽管以后的生活是苦中苦，我也忍住了。可人终究是“泪”做的，那天晚上，我哭了，哭得好伤心。在偶然的一次转头时，我发现同铺的同学露出了浅浅的笑容，那一刻，我忽然想起了军训的快乐：虽然教官恶了点，但他也有幽默过，在我们训练得精疲力尽的时候，他总不忘给我们找点乐趣；虽然军训的生活很苦，但每天都会有歌听，虽然歌声不算甜美，但也比没有的好吧；虽然白天再苦再累，但晚上总

会有节目，或看电影，或文艺节目；虽然

在这一连串的苦中，也有我们渴望的快乐与自由。在那度日如年的日子里，也有时光飞逝的时候。瞬间，我如梦中惊醒，终于明白了其中的奥秘，军训有苦也有乐，只要我们用心去体会，就能明白，军训的生活是苦乐交织的。

转眼，五天过去了，我们又踏上了军训专用车，虽然是不同的客车，不同的出发点和目的地，但我的心情却与来时一样——依依不舍。

啊！德育学校，什么时候我们才能再次回到你的怀抱中呢？

广东茂名高州市高州七中初一：黎星恋

军训心得体会 500 字 篇 7

一次梦想的实现

“长这么大，我还是第一次参加军训，第一次住集体宿舍，第一次真枪实弹打靶，这次军训真正让我体验了军人的生活，今生不再遗憾没当过兵了。”近日，参加完为期 8 天军事训练的职工王春萍告诉笔者。

来自农业生产一线的王春萍是一连的一名普通女职工，也是军垦二代。平日里，她白天忙于农事，夜晚早早进入梦乡。从来没参加过军训的她是怀着对军营的憧憬走进二师民兵训练基地的。紧张的军训生活很辛苦，也很累。在这里，王春萍深切地感悟到：我们安定的生活是这样的一批人在守卫着。多少个佳节他们只得在远方默默地思念着亲人，孤独地在夜空下站岗执勤，她不禁对他们产生了崇敬。

王春萍在这次军训中表现突出，投手榴弹获得女兵排第一名，干活不怕脏、不怕累，抢着打扫卫生、打开水，获得了女兵们的高度赞扬，一致推选她为这次训练的先进个人。她笑着说：“这个荣誉是我实现军人梦想的见证。”这次军训也让王春萍深深感受到了当代军人的风采。

一次意志的磨练

已是第六次参加军训的八连职工范家源说：“每一次军训都是对我意志的磨练，参加军训能让我更快地成长。”范家源觉得军训生活虽然单调、枯燥，每天重复着同样的内容，但是很充实。军训不仅能锻炼身体，还可以培养吃苦耐劳的精神，磨练意志。一次实弹打靶，让范家源明白了很多事情是要平时刻苦训练，才能取得好成绩。他决心要把军训中的苦和累，化作日后勇敢向前的力量，在今后的工作中发扬流血流汗不流泪的精神。

“这次训练，让我感觉到要在日常工作中高度认真。我要继承和发扬老一辈兵团人艰苦奋斗的精神，为兵团事业的发展贡献一份自己的力量。”3月6日，范家源在军训日记中这样写道。

一次使命的传承

“军训挺有意义的，下次军训我还要来。”3月11日，兽医二站的技术员邓凤兴奋地对旁人说道。今年23岁的邓凤是一个刚走出大学校门的小姑娘，这次军训让她成长了不少，让她更加了解了屯垦戍边是需要每一代兵团人不断努力才能完成的使命。

天的军训生活让邓凤的内心深处对兵团精神有了更进一步的体会。

她说，作为一名兵团人，她的肌肤、她的灵魂、她的血液、她的每一个细胞早就让兵团精神浸透，她决心坚守好这片土地、履行好兵团人屯垦戍边的使命。

军训心得体会 500 字 篇 8

当我醒来，看着窗外的绿叶，突然觉得军训，就像一场梦，来得匆忙，没有细细品味那种感觉，就悄无声息地死去了。二十一天的劳累，在我肩上淡淡地告诉我，结束了。有点痛，酸酸的感觉。教官就这样匆匆离开了，没有眼泪，也没有分歧。阳光进来，落在堆在角落里的军装上，军训的记忆翻了出来。我只是在想，在想轮流见教官的美好，在想整齐还是凌乱的脚步声，在想同学们窃笑的声音。军训给我带来了什么，是吗？唉，军训真像做梦！在疲劳的压迫下，记忆变得越来越模糊。军训我能说什么，从保卫祖国的崇高训练，还是从这期间骨子里的柔情？当然这些都是必要的回忆和留恋，但还有什么更重要的吗？

作为一个懒人，我在军训中吃了很多苦。有的人单独“表演”非标准俯卧撑，有的人和别人一起加入。然而，周华健的《一起吃苦的幸福》并没有意识到什么。虽然在寻找记忆的过程中被罚了一个大大的微笑和汗水，但烈日烤焦了我对这段记忆的所有储存，我反复想起一句我咬着牙想的话：也许很多年后，我还能体会到离家军训时那种难受和疲惫的感觉，以及那种抹不掉汗水的说不出的难以忍受的感觉。有人说，这是人生最黑暗的一天。我觉得如果是这样的话，应该喊万岁，因为我们都熬过来了。

一位哲学家曾经说过：回忆不起来的感觉是最美妙的感觉。对于军训来说，有些感情真的无法用语言表达，只能在隐约的思绪中回忆。那味道就像味道很浓的茶。只有尝过的人才知道其中的内在滋味，然后才能和有相同经历的人微笑，让美好的感情在彼此之间传递。就像哈姆雷特的数量和读者的数量一样，军训对每个人都有特殊的味道。对于我来说，军训，在一定程度上已经超越了自己的纯粹意义，成为了一种珍贵而难得的经历，写进了我的记忆，成为了不可磨灭的一部分。它成了一种力量，成了我在困难时期的动力，成了对生命的支撑，支撑着在人生旅途的各种风暴中动摇的灵魂。军训最美好的记忆就是学生和教官之间那种纯粹、简单、人性化的关系。这几年这种人际关系已经很少见了，很怀旧，很怀旧。

军训，让它成为对生活的完整记忆，在岁月中酝酿，然后几个亲朋好友聚在一起，捧出那些珍藏的温暖片段，放纵它们，享受感动！

军训心得体会 500 字 篇 9

这周的军训生活，困倦感依旧在，疲惫感依旧在，却不再显得那么难以忍受。或许军训多多少少打磨掉了一些我们往日里的娇气，或许我们已在艰苦的训练中成长了一些。

军姿，必须站稳；正步，必须走齐；口号，必须喊得响亮。这不再仅仅是教官对我们的要求，更是我们对自己的要求。在训练中，我们培养了一些感情，已不再是最初那样陌生。我们同属八连，同属一个集体。虽然军训是短暂的，但是我们也有自己的集体荣誉感。同舟共济，荣辱相依。

我们的拼搏，我们的刻苦，让我不禁想起了很久以前的世界杯。来到世界杯的三十二支球队，没有哪一只没有梦想的球队。每一支球队都代表着自己国家的荣誉，却只有一支球队能够获得真正的冠军。一点偏差，一点失误，都有可能让自己在争冠的道路上止步。所以，必须每一个人都很优秀，必须每一个人都很努力。但即便是这样，结局依旧阴差阳错。

是的，或许我们并不是秀的，但这并不意味着我们有资格放弃努力。或许我们练习正步抬腿时还是会忍不住把腿放下来，但这并不意味着我们可以不努力撑住。军训是辛苦的，当教官宣布“坐下”的那一刻，我们还是会由衷地感觉快乐。以前坐着只是坐着，从未在这个简单的动作中感觉到什么快乐，但现在不同。从前站着只是站着，走着只是走着，从未将这些动作和集体荣誉感联系在一起，现在却是不同了。

终于明白，快乐是在与辛苦的对比中体现出来的。整日的碌碌无为，并不会觉得快乐。唯有在辛苦后骤然放松的那一刻，才能觉出真正的快乐。这便是军训的意义所在。

从六月二十日开始为期壹周的全体员工军训在宿舍楼下顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

回想那短短壹周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志。

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

军训心得体会 500 字 篇 11

每次当我们穿上整齐的校服踏上这块地时，在心中总有一种光荣，虽然身上不是“橄榄绿”，但心中却有军人的感觉，每次离开这里，既带着满身疲惫，同时也带着迫不急待的兴奋，因为终于可以吃饭了。食堂里总是“人山人海”，气温也很高，每次胡乱扒着饭，脸上、身上都流淌着大颗地汗，也许是操练时对汗这东西已见怪不怪，完全可以当它不存在了，它便一声不吭地在身上“肆掠”，每次吃饭完了，总是自我解嘲：这桑拿效果不错，饭菜口味也很不错！回到寝室，美美地洗个澡，躺在床上，顿时觉得全身筋骨舒展开来，那个惬意美好。

唱军歌大概是军训最理所当然的娱乐活动了，那一首首半志昂扬的军旅旋律从教官们的喉咙迸发出来，完完全全就是一种震撼，不只因为他们洪亮的声音，还因为他们那发自内心的、坚定的报国之心，突然想到一句话：感动自己才能感动别人。这种发自肺腑的心声及他们坚定向前的眼神是可以触动每个人心灵的，而唱军歌中一个很活跃也是必不可少的便是拉歌了，在教官们的带领下，大家扯着嗓子喊着拉歌的词，那些在我看来很搞笑的拉歌词的确也给所有人带来了欢声笑语，大家在一起唱着、喊着，那种集体中团结的感觉让我坚信我们四年的大学时光一定会很快乐，很难以忘怀。

操练是我们天军训生活的主旋律，我们将学会一些基本的动作，之前教官们给大家做了完整的一套演练，飒爽英姿，坚实的步伐、笔直的脊梁、雄壮的口号让我们掌声雷动，短短天，这便是我们心中的目标，操练是严格的、枯燥的，也是很辛苦的，突然想到不知曾几何时听过的一段话：世界上最远的距离不是我站在你面前却不知道我爱你，而是站军姿时教官掐表的时间漫漫无尽头。世界上最痛苦的事不是明明相爱却不能在一起，而是当汗水肆掠你的脸，很痒却无法伸手擦去。也许天后回首，这段操练的日子会留下太多珍贵记忆，那种苦与练镌刻上军训的日期永远烙进我的脑海里。

人总是在回忆过往日子时发现以前的点点滴滴是无可估价的人生财富，是每个人真实生活过的证据。现在度过的每一天也许都为明天积累下珍珠般的回忆，年轻无极限，在军训我们每个人都在挑战自己，适应一种脱离习惯范畴的新生活，学会忍耐，学会坚强，“把眼泪种在心上，会开出勇敢的花，当我们疲惫的时候，低下头闻到一种芬芳”。大学生活从军训这里启程，后面的路还很远很长，但人只有双脚没有翅膀，风浪再大，也要永往直前，这是从军训中我认识到的精神，也会伴着我一直走下去。

军训心得体会 500 字 篇 12

开学季就是各个高校新生入学的开始，也是大学军训生活的开始。军训，是一段值得被记住的回忆，是一段值得学习的课程，也是一段值得挑战的机遇。军训，教我们怎样做一个坚强人。怎样吃苦耐劳、怎样迎接挑战、怎样把握自由与纪律的尺度；军训是我们

增长才干的机遇也是对我们挑战。在过去的九天里，我学会了很多知识比如：稍息与立正，蹲下与立正，跑步，起步，踢正步。我们的教官是张教官当了九年的兵了，这也是九天训练好像是个奇妙的日子教官对我们很严格为了让我们把每种姿势练得更加准标准，带着我们反复的练习，跟着我们来回走，也跟着我们在太阳下曝晒，很辛苦的锻炼我们也很负责的对待我们每一个人。

军训是大学的第一堂课，在这堂课上有严明的纪律有紧张，有欢笑。孟子曰：故天将降大任于斯人也必先苦其心智。劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。军训过程肯定是辛苦的，能磨练我们的意志锻炼我们的能力。健壮我们的体魄培养我们的集体观念让我们受益终生。今天，为了加强消防知识的普及让我们更加体会到消防知识的重要性。上午进行了应急消防疏散演练活动。在消防员的专业解释下我们了解到消防员衣服和各个作用也了解到各种器材也学会了灭火器的正确使用方法。体验了火灾情况下环境、温度，及更深切地体会到火灾的强大与安全隐患。让我们全体学生了解消防基础知识提高安全防范意识增强了自我保护能力掌握了对突发火灾的应变逃生技能。午后的骄阳似火好像是专为军训而开启。在这炎炎秋日里开始了训练。这天的训练内容前几天差不多，我们反复的练着每个基本的动作，的确是枯燥乏味，不过当听见我们踏出的整齐的步伐时还是开心，满足的。这几天毕营仪式的练习，分列式走法的练习，累是没法说的。

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/638101014101006121>