

军训的心得体会(15 篇)

军训的心得体会 1

等待着，等待着，盼望已久的军训最终开始了。绿色的服装，绿色的帽子，再加上绿色的球鞋，我们陶醉在一片绿色的海洋中。人们都说，军训会很苦很累，他不但会晒黑你的皮肤，并且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。

从 x 月 x 日开始到此刻，我们整整训练了 x 天，在这 x 天中，我们不但锻炼了自我的意志，并且学会了一种精神——团结。的确，团结就是力量，引用主席的的一句话就是再小的力量乘以十二亿也就变成很大的力量。我想经过这次军训以后，我会在学习和生活中发扬团结的精神努力帮忙自我和他人。

忘不了，第一次站军姿。汗流浹背人站如松的情景；忘不了，第一次教官来，大家欢呼喜悦的样貌；更忘不了，一人倒下，几人互相搀扶的画面... 我不明白，是否很多的忘不了拼凑在一齐回组成一本军训成长路。在这本成长录里，记录了我的成长和成熟。开始把被子叠的整整齐齐，开始把头发梳的一丝不苟，开始把衣服洗的干干净净...

在军训中，最喜欢干的是莫过于和大家一齐拉歌，唱军歌，也仅有在那时，觉得大家亲如一家。有事把嗓子都喊哑了，也不愿意停下来，也仅有此刻那时，女生们也不顾什么淑女不淑女的。直观盘腿而坐，不顾往日的淑女风范，尽显人的热情、活泼。河东狮吼搬向对面的排较劲，有时连那些大男生都暗自佩服。瞧！我们也是新一代红色娘子军，我们也尽显教科风采，我们并不比男子汉弱小。

随着军训的推进，渐渐喜欢上了这个团结而又亲切的团体。渐渐喜欢上了严肃而又不失幽默的教官，渐渐喜欢上了认真而又负责的教师... 多想这种生活能够一向持续下去呀，可毕竟军训时只是我们生活中一个小片段，可这个小片段让

我学会如何去应对挫折，如何再以后的路上走的更坚定，如何让我打造属于自我的一片天空，这个小片段，我将永远的珍藏。

在剩下的日子里，我会用更多的热情投入其中，认真听取教师和教官的教诲，严格执行教官的命令。任凭骄阳如何猛烈，我都会坚持到底。像军人那样，不抱怨苦和累，严格执行命令，认真遵守铁的纪律，做合格的__人。

军训的心得体会 2

2月26日—2月28日连续三天的军训，终于到了最后一天的上午，我们举行了“洪水决战”这个活动。这是一个测试友谊的一个活动。

我们请来了宋陈浩老师，来举行这个活动。活动开始了，大宋老师让我们想象一个场面。有两个竹楼，一个竹楼白天是38个孩子们的教室，夜晚是孩子们睡觉的地方。孩子们就是指我们，另一个竹楼是老师家里十口人住的地方。在一天夜晚天空烟雨蒙蒙，下起了倾盆大雨。大家还在熟睡。可大家没想到的是，发生了洪水。一个学生被雷声吵醒，发现地下浸满了水。那个学生叫醒那其他的37个同伴，叫道：“洪水来啦，洪水来啦。大家快起来呀。”大家起来了，发现地上全是水，有个人看见外面有些沙袋，就说我们选两个人出去把沙袋搬过来，可以减慢水流进来的时间。我们选了李乘一盒邱婕当敢死队。其他的人则在里面把水泼出去。结果，在想象中他们已经死了。可在现实中，他们只是去我们看不见的地方。那36个人看见水又飞奔地流进来有个人说：“这样下去不是办法呀！我们还是快到屋顶上去吧。”大家爬到屋顶上去大吃一惊，屋顶也是用竹子做的，我们必须选出5个人留在下面。我们就选了冯源林家栩等5名同学。在想象中他们已经死了。可在现实中，他们只是去我们看不见的地方。我们有等呀等，终于等到了救援队来了，可大家又大吃一惊的是，救艇上只有五个座位，我们又选了5名同学坐上了救艇。我们全部人都哭了。

没过多久，活动结束了。这个活动跟我说：“不要把自己的快乐建立在别人的痛苦之上。每个人都必须拥有友谊，不然别人可能就在你的痛苦之上建立快乐。”

军训的心得体会 3

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。樱花如果没有百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里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；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。

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。

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正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

现在，我终于“梦寐以求”地穿上了又肥又大的衣裤，恹恹地站在了快要被烈日灼软的塑胶场地上，“享受”着教官“温柔”的呵斥声。站，多么简单的一个动作，我却累得咬牙切齿，一开始教官就给我们来了个措手不及，原来一个普普通通的站还有那么大的学问，站着站着，我就腰酸腿疼，就一下坐下去，汗珠不停地滴落，鉴证我的苦和累。没想到苦的还在后头呢，稍息、左转、右转等等几样小小的动作就将我们彻底打垮了，简直比代数里函数还要难缠。阳光不停地考验我们的意志，手酸了，脚僵了，痛了，全身黏乎乎的，简直就跟十八层地狱没什么两样，让人有股冲动想一下子跑回家享受空调的荫庇，但是我必须坚持，要是倒下了或放弃了，还对得起自己吗？一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律……一天的军训终于把同学们原本种种美好的设想一一击碎，取而代之的是眩目的阳光、咸咸的汗水、酸痛的四肢，这就是军训对我们身体素质、意志信念、组织纪律的考验。“不经一番烈日烤，哪得钢铁意志成”。

最难熬是烈日底下的军姿了，我们既要忍受肚子向我们__的煎熬，又要忍受身体到处弥漫的酸痛。不久，就有人倒下了，我也快不行了，眼前开始模模糊糊，只能隐隐约约地瞧见些影子，慢慢脑子一片的黑，我看到教师、教室就在前面，我几乎就倒下了，可是脑子里有一个信念：要坚持，就一会儿了。终于，我还是挺过来了。一天完后，什么感觉都有，回想一下，其实还是值得的，它严肃了我们的纪律，让我们明白了苦和累，磨炼了咱们的意志，激发起了我们的斗志。这样的苦都受过了，我们还会害怕什么呢？最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。

在训练场上明白了什么叫坚毅；当绿草被热浪风干，当鲜花被骄阳晒得低下高贵的头，我们口号嘹亮，步伐整齐地从它们身边经过。离开了一朵花儿的绚烂，

天上有一朵白云飘过，我们明白了什么是坚强。我们期待有场酣畅淋漓的大雨，浇灭这烈日下的炎热，滋润下干旱的大地，那样我们也许会休息两天。可是天空依然晴朗，太阳依然毒辣……

太阳依然重复着东升西落，时间仍一秒一秒从我们身边悄然流逝，我们挥一挥手，作别稚嫩的从前。军训的日子里，一张张充满稚气的脸，一起哭着一起笑着也闹着，只是因为经历过军训的风雨与考验。坚强开始挤对脆弱的空间，团结成为一切的主角，在这浅浅的秋光里，该开的花儿开着，什么也没有改变。但谁也想不到就在军训的时间里，会给我们衣裙孩子留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每个生命的旅程绽放出光彩。或许最后我们会拿下军训标兵的称号，或许多年后我们会飞得比雄鹰更高，但能与否都已不重要，经历过风雨后的阳光普照，沉淀下一种精神，已足以让我们享用终生。

同学们，因为有了教官的严格要求，我们才会有今天的成绩。在此，让我们向所有离去的教官致敬！因为有学校的支持和配合，军训才得以画上圆满的句号，所以，让我们向所有老师，辅导员说声：“谢谢！”高尔基在《海燕》中写到：让暴风雨来的更猛烈些吧！同学们，让我们对将来说：“让暴风雨变为责任与坚韧，让它们来得更猛烈些吧！”让我们用军训后的金刚铁骨来迎接新世纪的挑战！让我们用钢铁般的意志来实现心中的梦想！让我们用钢铁的脊梁来完成祖国建设赋予我们的任务。

军训的心得体会 4

军训是开学后必不可少的项目。军训的目的不仅仅是对我们身体的锻炼，更多的是对我们进行意志上的磨练。

开学后的周二下午我们就拉开了军训的序幕。首先训练的是上下楼梯，同学按照前后顺序整齐列队，不发出任何杂乱的声音。周三我们开始了正式的军训，军训最重要的是口令“稍息”“立正”“向右看齐”想要练好这些动作，必须做

到快！静！齐！班级所有人动作一致，这样看着才好看。周四，我们班换了一位教官，新教官也很尽职责。带领我们用一天的时间把会操的全部过程演练了很多遍。为周五的会操做准备。通过军训，我感受到了团结的重要。在队列里只要有一人和其他人动作不一样，就会显出特别不好看。全班同学只有团结一心，集中精力才能表现的更好。

在家里我们都是养尊处优的宝贝，缺乏锻炼，军训不仅能培养我们吃苦耐劳的能力，更能把我们从父母的溺爱中拉出来。军训中我们练的汗流浹背，但仍然坚持继续训练，没有一人屈服掉队，直到练到没有一点毛病为止。站军姿时纹丝不动、踏步时整齐有力。通过短暂的军训我们真正体会到军人的令行禁止。通过三天的军训，我学到了严谨的时间意识和坚韧不拔的意志。在训练场上，我们无数次的重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的伟大。每个人都可以做到强大，只要你承受了中间的考验，不放弃，坚持到底，总会得到一个美丽的答案。放弃很容易坚持却往往要吃尽苦头。谁都知道先苦后甜，忍受住诱惑才能做到强大。

经过这次短暂艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依靠，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前。同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训的心得体会 5

军训似乎成了我们成长的证明，每新到一个新的环境就进行一次军训，就像上台阶一样。中学时的军训让我觉得绿色是世界上最美丽的颜色，而军人是世界上最传奇的人，他们是最崇拜的人——他们似乎无所不能，仿佛没有他们办不到的事。大学时的军训让我更进一步地了解了军人，在我们自以为美丽的光环背后，他们所要付出的艰辛、汗水，抑或生命。这次的军训是我走进社会的第一课，即使是已经经历了3次军训，即使是训练的内容与之前相差无几，我依旧是有感悟的。

首先，军训强调列队。先定排头兵，依个头高矮排序，然后以排头兵为基准向前挺进！在企业里也是这样，不过个头是指能力和才干，这是一个企业能够正确发展的基础。在养君公司，我们为拥有一支优秀的团队而自豪。作为队员我们需要做的就是以这个排头兵为基准，给自己一个准确的定位，充分发挥自己的知识才能为我们的团队贡献力量。

其二，正确的命令，有效的执行。部队里有句话叫军令如山倒，而且要令行禁止。刚开始队员们的神经有些松散，一个简单的指令动作都没法统一完成。在教官的悉心指导和队员的反复训练下，动作步伐逐渐协调并统一起来。同样一个企业能否有正确的发展路线，首先取决于领导者的决策和令行禁止，指令发生错误直接导致的后果就是整个队列动作的错误，而团队成长的速度需要团队成员共同努力，悉心去呵护。

其三，团结互助。一个水桶的容积不是取决于最长的木板，这是著名的木桶原理。军训中行进队伍的整齐与否也不取决于动作最标准的队员，有一个队员做错或是动作不准确，都会影响整体效果。有幸的是我们处在一个非常团结的队列中，训练休息期间，好多队友放弃了休息主动去帮助动作不标准的队友，不厌其烦。一份耕耘，一份收获，经过教官的指导和同志们的互相帮助，大家都能很标准地按照指令完成动作，而且彼此配合默契，在帮助队友的同时我们自己也在不断进步。

通过7天的训练和学习，确实让我收获不少，感慨颇多。其实，一个人的社会阅历并不是工作和生活的障碍，好的心态才是工作的动力和源泉。军训，让我感悟到，如何去面对生活和工作，如何用智慧去工作，为养君酒贡献自己的一份力量。当然这只是我对军事训练的感悟，我们在这次的军训的过程中还进行了一系列的关于职业素养和技能等的培训，在这次全面和系统得培训下我的所得如下：

首先，好的工作态度。“我们应当把养君酒当成自己的事业来做”这是个很好的工作态度，在这样的态度下只要工作方法得当方向不错我们就不用担心工作

会不出成效。事实是养君确实也应当被当做是事业来做，虽然养君还不够响不够大，但是我们有理想有目标有方向有策略还有个优秀的团队，我们有信心把养君做强做大。所以说未来是光明的平台是广阔的。

其二，我们在实际工作中应当重视的。

1、客情很重要。一个好的客情可以为我们解决很多问题：它让我们的铺货更加的简单，让我们的产品更快的实现动销，让我们的氛围做起来更加的容易。

2、氛围的营造。氛围应该做的无孔不入和滴水不漏不给竞品空间，然而这些也是需要好的客情作为保障的。一个好的热销氛围会给我们的终端带来信心，重复教育消费者加强消费者认知进而消费我们的产品。实现终端动销进而拉动渠道动销使公司运作进入良性。

3、活动的开展。我们做一系列的活动目的还是加强消费者认知，以这个认知一定要是正面的积极的。我认为我们的活动应当向更加的主动、活跃、正规、统一方向来做。我们在做活动时要想办法让消费者主动的来关注而不是我们去让消费者被动的去接受我们的信息。我们活动的开展应当充分的调动观众让观众能够参与进来是最好的。活动的人员管理和活动流程应当更加的正规和统一。

4、应当重视经销商的沟通。我们的经销商不是物流配送商，他应当认同我们公司的发展愿意和我们共同发展。能够充分的配合我们开展工作，这样利用他们的网络和关系网来铺货等会更加快速有效。

通过开展军训活动，不仅提升了我们的时间和效益观念，加强了我们的组织纪律性，增强了我们求实、拼搏的意识和不惧困难的勇气，也改善了我们的精神风貌，培养了我们的团队意识，提高了我们的综合素质。军训，不仅磨练了我们的意志，也培养了我们的良好的工作作风，无论是工作上还是思想上都让我们得到了一次锻炼与升华。

军训的心得体会 6

为期五天的军训已圆满落幕了，在军训汇演上大家一个个精神抖擞，站着整齐的军姿，坐着标准的动作，喊着响亮的口号“天骄十六，不懈追求，勇往直前，争创一流”口号在青县二中操场上回荡着，之后掌声一片。班上每个同学都洋溢着欢快的笑容，但内心难免有种紧张感，生怕刚才动作没做好，影响班里的形象。功夫不负有心人，在最后的队列比武中，我们十六班获得二等奖的好成绩，这不仅是集体荣誉，也包含着 5 天来，老师教官和学生们的苦与累。

五天的军训虽然结束了，但留给我们的是永远美好的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的理想。经过五天的训练，我们相信，这十天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，挥之不去，我们一定会把在军训中形成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我们的整个人生。

我会珍惜这次军训的经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守法，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进。虽然现在我参加的只是一个中学生军训，强度可能不大，但仍让我学到了坚持！

我想告诉我的同学们，军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，我们一定会珍惜这十天的宝贵时间，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，为今后的学习和生活打下良好的思想基础。军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台，在下面的军训生活中，可以锻炼我们的意志，让我们更加坚强，同学们，人生之路非坎坷，所以我须以坚强的意志来踏平这通往幸福之路。

军训的心得体会 7

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？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，要发扬那种坚忍不拔的毅力和不达目的决不罢休的精神。

军训的心得体会 8

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/898137023017007001>