

# 军训心得体会写作指导 军训心得体会(优秀10篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看。

## 军训心得体会写作指导篇一

xx年x月中旬，在公司领导的指导与支持下，x公司全体员工xx人参加了为期七天的军事训练和两天的户外拓展训练。通过严格军事训练和拓展活动，进一步强化了公司员工的纪律性和高效的执行力，提高了对公司与事业的忠诚度，提升了员工沟通能力与团队合作意识，增强了员工自信心、责任感、使命感，锻炼和考验员工在高强度、高压力的公司环境下的承受能力和快速反应能力。目前公司员工精神面貌焕然一新，团队的向心、凝聚力和战斗力进一步增强，员工们纷纷立志以“首战用我，用我必胜”的勇气全力以赴投入到公司运作与发展中去，军训和拓展训练取得明显成效。本次活动呈现以下几个特点。

为了顺利开展军训以及拓展训练活动，公司精心组织，细致安排，制定了科学的活动方案。公司领导高度重视此项活动，亲自出面协调湖南省消防教导大队军官，安排军训场地以及训练科目事宜；百忙之中，领导积极与长沙众悦企业管理培训有限公司细致沟通，部署拓展训练项目，并且为活动提供了充足的资金与财力支持，确保了活动的顺利开展。为更好开展活动，公司还大力宣传活动的意义，积极征求员工的意见，认真采纳员工的合理化建议，充分发挥了员工的聪明才智，群策群力，为活动出谋划策；同时广泛动员，严格要求全体员工积极参与，在民主采集员工意见的基础上，出台了活动方

案，科学安排每个细节，合理组织每个活动，为活动的具体实施提供了前提条件。

本次军训以及拓展训练活动做到了思路清晰，目标明确，活动的任何步骤和环节都围绕目标展开，突出了主题，确保了活动的明显成效。其中军训的目的定位在两点：一不断强化公司员工的纪律性和高效的执行力，提高忠诚度，考验员工在高强度、高压公司环境下的承受能力和快速反应能力；二培养公司员工自信心、责任感、使命感，不断改善组织内部沟通环境，不断提升员工沟通能力、注重团队精神、不断增强团队凝聚力与战斗力；而拓展训练的目标定位在进一步提升员工的沟通能力、团队协作精神。两个活动一前一后开展，形成了一个完整的培训体系，有力地提高了员工的综合素质，增强了服从与纪律意识。

本次活动，参与面积广，员工参与热情高，因此成效显著。无论的青年员工，还是年龄偏大的员工，都以积极乐观的姿态主动参与，真正体现了“团队培训、全员参与”的训练理念。培训期间，正值赤日炎炎的夏季，气温较高，再加上训练项目难度较大，全体员工无疑面临着巨大挑战。但是全体员工始终保持了高度激情，克服重重困难，坚持参加训练，认真仔细对待每一个训练项目，高效完成每个环节的任务，没有一个人掉队，向社会树立了我公司团队团结奋进、勇于开拓，敢闯敢干的市场弄潮儿的形象，展示了威灵顿人精神抖擞、携手共进的风采，赢得了军训教官、培训教师和社会各界的广泛赞誉。

军训教官说，“没有完美的人，只有完美的团队”、“合理的要求是训练，不合理的要求是磨练，过分的要求是锤炼”，由此可见在一支作战部队中服从和纪律的重要性。为培养这种高度的纪律性，公司员工都能关注细节，取得了满意成果。每堂训练课前，全员均提前到达训练场并由连长整好队伍迎接教官的到来，这是教官前所未见的。拓展训练是考验团队纪律、智慧和体力等的一种游戏活动，每位成员在

训练中的表现就是自身平常真实自我的反映。“细节决定成败”，关注细节的良好作风，使威灵顿人向外展示了良好的企业形象和深厚的企业文化底蕴，确保了圆满完成任务。军训以及拓展训练成功的因素来源于以下几个方面。

1、严格的组织纪律。在公司项目筹备阶段，每个员工为制定严密的公司制度出谋划策，公司领导以身作则遵守制度，员工严于律己要求自己，这是一个组织健康运行的基础。

2、强大的执行力。威灵顿人有着快速复命、执行任务没有任何借口、在第一时间内完成上级交办的任务的优秀品质，这是团队作战能力的保障。

3、组织的凝聚力。公司何总说过，“三流的企业依靠人来管理，二流的企业依靠制度来管理，一流的企业依靠文化来管理”。任何领导或个人的凝聚力都是有限的，一个企业只有形成特有的企业文化后，每个员工才会忠诚于它。

4、团队合作精神。这是我们圆满完成这次任务的根本原因，在一个团队中，只有每个成员具有严格的组织纪律、强大的执行力和凝聚力，才能精诚合作并展现团队的良好精神面貌。在拓展训练“毕业墙”项目中，威灵顿人的团队合作能力发挥得淋漓尽致。在这一活动中，有指挥员、人墙、人梯、起重手等几个重要角色，他们每个人都在充当的角色中出色发挥，各个角色间天衣无缝地配合，每位威灵顿学员顺利“毕业”，没有一个人被落下，取得了团队挑战成功。最终，这种成功感动了每位学员。

## 军训心得体会写作指导篇二

这件事，已经过去了2个星期，可是，它依旧在我脑海中挥之不去。

3月31日，是我们去泉州实践的日子，我们特别兴奋，我呢？

整整30日一个晚上都没睡，然后，6点，我就爬了起来。7：50我背上了我的行李包，踏上了军训的道路。（其实也就5天）

终于，10点多，带我们去泉州实践基地的大巴终于来了，我们去泉州一个半小时都在兴致勃勃的聊着军训的事情。“哎！你们说，军训会有什么惊喜啊？”我的好姐妹金子说道，“嗯~可能会有，会有。好多好多惊喜吧！”我一时想出来怎么说，就随便应付了一下。

一个半小时后，我们的大巴开进了一所“豪华”的学校，额，准确的说，是聋哑学校吧！我们也不顾那么多，兴高采烈的提着大包小包的行李下了车，我们在时间基地大厅看见了5位教官，我们都以为教官会和我们自我介绍，可是，一到大厅，“把行李发在右边，每班男生一对，女生一对，速度快！”忽然一个震耳欲聋的声音把我们唬住了，我们立刻从吵吵嚷嚷变成了鸦雀无声，马上按照教官说的那样做了，“切，这哪是惊喜啊！明明是惊吓吧！”我听见了有一些男生在窃窃私语，“还吵！再吵枪毙五分钟！”一个教官大声说道，“哈哈哈哈哈。”“枪毙…枪毙还五分钟！”这个教官一说，我们笑的“人仰马翻”，“咳咳咳…安静，我们自我介绍一下，我姓陈，你们叫我陈教官，我左边这位也姓陈，哎，我大他小，你们就叫大陈教官和小陈教官吧！”“嘻嘻，大小陈教官。”大陈教官还没说完，已经有人在下面偷偷笑了，终于，5位教官讲完了他们所讲的话，告诉你，中间，我们还被发了哦！

大陈教官为我们女生，男生分完了宿舍。

呵呵呵，这只是我们来的第一天，后面的4天，说上3天3夜也说不完，但是，从第一天开始，我就爱上了这里。

### 军训心得体会写作指导篇三

如今，高一已经是下半学期了。期待下一届学弟学妹们的到

来。估计教官也是同样期待，期待狠狠的操练他们啊！

整个下午，我们就像木偶一样，在操场遗失的一个角落里杵着。听我们教官说，这是拔军姿。呵，还别说，整个操场密密麻麻都是拔军姿的高一新生。还挺有军营中的气氛。可整个下午都这么站着，铁打的脚掌也受不了啊！收队后，大家一起蹲下对着教官画圈圈。

作为一名已经透露着成熟气味的高中生，我觉得军训有一点好处。军训了，我就不会由于无聊而花钱往上网打游戏，省下来的rmb就可以往买我喜欢的牛仔裤。

在此，我觉得有必要阐明一下什么是军训。军训就是军人的练习。说白了，那就叫操练。至于操练何解，就是往日教官在部队里受的累，以往吃的苦，一次性还给新兵。也可以说是媳妇熬成婆。他曾经的苦累，如今我们全盘接收，个别人还会加俩菜。隔壁班一男生，站队不老实，诶教官发现，然后，操场十圈。实在，十圈也就半个小时左釉冬教官不在乎。大家不约而同向导一句话：兄弟，节哀。

以后的几天都是艳阳高照。前方的人，在强光的折射下，显得有些弯曲。可我们仍然在联系那该死的姿势。大家对教官的态度，又厌恶了几分。在众多的姿势中，要数蹲下这个动作是最难受的了。

军中的蹲下与平时的不同。首先右脚后退半步，前脚掌自然着地，臀部坐在右脚跟上（膝不着地），双脚分开约60度，手指自然并拢放在双膝上，上身保持竖立。用我们教官的话来说，半小时的蹲下，是莫大的享受啊。军中每次都要蹲2~3个小时。回宿舍都要互相扶着。但我们还是祖国的花朵啊。身体素质差的兰兰，很不性冬她，晕了。

军训期间值得留恋的，那就是嘹亮天际的军歌了。

当我们都是飞行军，每一个子弹都消灭一个敌人响起时，我们豪情万丈；当军港的夜啊，静静静响起时，我们心神向往；当冷风飘飘落叶，军队是一朵绿花响起时，我们感慨万千。军人为我们付出了那么多，难道我们连小小的军训都应付不了吗？努力，努力在比赛上的第一。

比军操，是我们练习成果的证实，可我们班没有拿奖。不能怪我们做得不好，以我们的实力，那评委老练的目光，安慰奖是志在必得的吧！可是，我们的教官也太紧张了，有一项竟然被他忘记了。十分啊，就这样say—bay了！真验证了我哥们那句话：啊！郁闷啊！

军训结束大会上，每个教官都选出了自己所带班级的七名优秀兵。很不好意思，我和教官关系不错，我也挂上了一个名额。这不算左后门吧！牵强点，也只能说是教官给我开后门，还逼我走进往。听说优秀兵考军校可以加五分。呵呵，感觉不错！

## 军训心得体会写作指导篇四

### 艰苦·坚持

军训生活对于我们来说无疑是艰苦的。第一天，我顶着烈日，拖着大大的行李箱来到这里时，心中免不了有些忐忑。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；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。但是我依旧对它有着深深的期待。换上迷彩服，我仿佛成了一名真正的军人。在烈日下，每一名同学都严阵以待，努力完成教官发布的命令，汗珠顺着脸颊流下，湿透了每个人的衣服，但是却没有人叫累。有的同学尽管身体有所不适，仍然坚持训练。在阳光下，汗水闪闪发亮，映出了两个字：坚持。

### 宿舍·友爱

结束训练后，当我们拖着疲惫的身躯，走进宿舍时，心中总是有一片温暖。午饭后，大家走进宿舍，回到属于我们自己的小天地时，心情总是格外的放松。在这里，我们成为了好友，共同度过艰苦的军训；在这里，我们互相说笑，为闲暇时光增添一抹亮丽的颜色；在这里，我们欢聚一堂，欢声笑语……平时的宿舍生活，同学们也会互相帮助。今天她有些不舒服了，便为她打来饭菜；谁少带了生活用品，相互借用一下。同学们互相帮助，共同努力，同时，我也意识到了军训生活中友谊的重要性。同学间的互相帮助，也是一种坚持的力量。

## 成功·团结

时间过得飞快，我还记得在最后一天，军训汇报表演时，大雨倾盆而至，让每个人都措手不及，但是同学们都没有退缩，顶着大雨，团结一心，迈着整齐的步伐，坚定的向前走去。雨水打在脸上，眼睛里，但是却没有一个人去擦，每位同学都在为班级的荣誉而努力着，忍耐着。踢好正步，高喊口号，大步向前。表演格斗式时，每位同学都严阵以待，步伐整齐，声音响亮，认真表演每一招每一式。在这一刻，我突然意识到了团结的力量，只有团结，才能走好分裂式，只有团结，才能表演好拳术，团结，正是一个集体所需要的力量！

军训已经结束，我们即将步入高一，而在以后的日子里，我也将会继续坚持，努力。延续军训的精神！

## 军训心得体会写作指导篇五

生活在这个时代的我们没有吃过什么苦，从小就被亲人们呵护着长大，所以从来读不知道自己过得有多么幸福。军训就让我深刻体会到了这一点。

八月的天气十分炎热，知了不停地在树上叫，令人烦躁。放个暑假，应该舒舒服服的呆在家里的，可偏偏进入中学大门

前的“门槛”——军训又偏偏降临。

我们最先练习的是站军姿，抬头、挺胸、两眼平视前方，两只脚呈60°……虽然是站在树荫下训练，可还是热的满头大汗。一股股热浪不断涌来，没有丝毫的凉意，大家的衣服都被汗水浸湿了。

下午我们练习的是原地踏步，教官要求我们必须先踏左脚，不可以弄错，而且脚要抬高。为了让动作更标准，教官还特意用了十几分钟，让我们一个动作一个动作地练。我们长时间抬起一只脚，很难掌握平衡，同学们都东倒西歪的。

第一天的训练让人腰酸背疼，大家都暗自叫苦连天，一天下来一个个都面无表情。可是谁也没有放弃，第二天的军训都准时到达。

第二天的军训如期而至，因为昨天我们练得并不是很好，所以教官便让我们站在阳光下训练。虽说是早晨，可也热的让人透不过气来。操场上毒日的煎熬，热气不断地从地里往上透；脚跟因为不断踏步，站军姿而弄得生疼，脚板又酸又疼。我有点想打退堂鼓，但我仍撑了下来。

这五天的军训虽然很苦，很累，但这些哭和累，是成长的催化剂，是在磨练我们橡树一样坚挺向上，不屈不饶。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗话说：不经一番寒刺骨，哪得梅花扑鼻香？军训，它教会我们今后该怎样面对人生的挫折，教会了我们一种宝贵的精神——坚持！

## 军训心得体会写作指导篇六

军训，一个让许多人既期待又害怕的字眼，一个能影响人的一生的字眼。

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。

军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

## 军训心得体会写作指导篇七

中学生活，把我带进了一个五彩的天地，中学对我来说有了新的目标，新的旅程，激发着我的潜能，激励着我不断实现自我超越。

今天是别样的一天，我向往的军训，今天开始了，对我来说，是多么的期盼，是多么的激动。穿着军装，戴着军帽，多么洒脱与帅气呀！但梦想和现实，确实相差太远了。军训，这种

“狗血”的剧情，果然出现了，我这种爱跑爱的性格宁愿在大操场上，向脱缰的野马一样奔跑，还真不愿向木鸡一样，站立在那一动不动的上半个小时。不管有多么不愿，但军人的那种坚韧，那种毅力，是不可违背的，必需服从命令，不能有丝毫退缩的。

早餐时间一晃而过，来到操场四方传来震耳，欲聋的响声，教官的话筒就是军令，每支队伍立刻排得整齐无比，我这个排头兵可不是摆设哦！站在第一位要服从教官的动作，仔细的听每一句话，所以我要特别的聚精会神，我可不愿做个受惩罚的逃兵哦！天公做美，今天是个阴天，不会像晴天那样太阳炽热。

“15分钟”“15分钟”教官都讲的好几次了，教官很有耐心的教导我们，把力用在前脚掌，这样不禁不会痛，并且能减轻负担。假如用后脚跟会很痛，并且有中暑的风险，站立训练这关是过了，再来个左右前后的站立训练，这可难倒我不可，我这个左右都不分的人，今天，来训练这个简直让我哭笑不得也。太恐怖了，我可要全神贯注的听哦，可不能走心了，于是我就牢牢的记住上北下南左西右东，随时准备着。

今天过着特别慢的一天，也是特别有意义的一天，虽然很累很累，但终于让我明白了当军人英姿飒爽的一面，也有辛苦、流泪、流血、流汗的一面，有意义的军训，让我成长了不少，怎样去做好一名合格的中学生。中学生活的序幕刚刚拉开，面对各种可能与挑战，我要珍视当下，从点滴做起。为这三年初中生活付出不懈的努力。

## 军训心得体会写作指导篇八

在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的'思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力，而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了

许多。

长达六天的军训，让我明白了一些人生哲理，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，我们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，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，我们付出努力越高就站得越好。

对我来说，这次的军训是我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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

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”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为平时没有锻炼的我们，在这次的军训中也应该是深刻地体验了艰苦的，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受到一点惩罚，而且每天将近1小时的站姿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。在这艰苦的六天的军训里，我们利用了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。

在这短短的六天里，我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。操场上、体育馆、教室，不但有我们班的整齐的步伐，也有我们班阵阵洪亮的口号声，更有我们与教官的闲笑声和嘹亮的军营歌曲，操场上还留下过我们班激情的风姿和练习齐步走时整齐的叫喊声。

在这短短的六天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我们炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我们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。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：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？。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。在这次军训中，我长大了！军训的感想将牢牢的记录在我的人生长卷上，永不会丢失，永不会忘记。

## 军训心得体会写作指导篇九

一眨眼为期半个月的军训结束了，军训表面留给我们的是枯燥与乏味 但是却锻炼我的意志，使我从中受益。

其实军训中我也能体会到很多快乐拉歌，同学们的表演，还有学长给我们带来的歌声。给我们送水，这真是满满的幸福，在这里我想说一句，感谢学长 学姐，军训虽苦，但能磨练我们的意志，锻炼我们的能力。

刚离开父母生活一段时间，就来到这里受到了这种强化的训练，难免会想家。军营中的十多天，注定会让大家学会独立，学会吃苦，学会离开父母襁褓自己去生活。所以，请大家铭

记这军训吧!它将让大家受益一生，它也会是我们心中永远的红日。

我们军训已经接近尾声了。回想军训的那几天，站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。所以，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们需要抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样30分钟站立不动，在教官的法眼注视下，想动一下都很难。想起了有一次，就在我们都快坚持不住的时候，教官说了句让我感到惊讶的话，他说他们当兵是最爱喜欢最享受站军姿，因为他们当兵时站军姿是最轻松的，这话让我顿时有种对军人的敬佩之心。然后还有齐步走，正步走，跑步走。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许因为是最简单，最轻松的，让我们有足够的时间歇息，放松。后来因军训快结束了，我们的训练也越加的辛苦和繁重，在列队训练中，我们不能随意乱动，做任何一点小动作都要打报告，就连休息的方式都要经过批准。但就是在这样一遍又一遍的列队训练中，让我找到了一种挺胸抬头的军情和豪迈，更多的也是让我学会了坚持，让我体会到了《亮剑》中军人“一切行动听指挥”的严明和纪律。给我印象深刻的还有和教官们之间的互动，我们与别的排的拉歌，教官的逗趣给我们很多欢笑。还有排列阅兵方阵时，让我想到了国庆阅兵的场面，有点小激动。大家在烈日下尽管被烘烤着，但没有一个人退缩。

时光飞逝，军训生活很快结束了，也许我们每人都会有这样的感受，爱上军训，竟然是在它接近尾声之时。在今天的彩排中，一个个士兵英姿英发，昂首阔步地走着，十几天的日光浴没有让他们屈服，反而将他们打造成了一支钢铁之师!他们的头没有低下，以最激昂的斗志，完成了他们的一次人生的洗礼。军训过后，我想我一定会想念我们呆萌呆萌的逗教官，想念大家斗志昂扬的口号声，想念这可能一辈子就这一次的军训时光。

## 军训心得体会写作指导篇十

20xx年8月22日，我怀着一颗忐忑的心回到学校参加本该去年就进行的军训。说到军训，一想到要在顶着夏日炎热的阳光站军姿，我就无法做到坦然面对。

军训在8月24日毫无悬念的如期进行，教官们虽帅却依然无法为我们抵挡住烈日的浓浓照射。仅24日一天，我们本来尚可以引以为豪的白皙皮肤就成功晋级为健康的小麦色，前一天还生机勃勃的我们，第二日军训完就像一只只被霜打败的茄子。

教官跟我们说，军训是新世纪学生服兵役的形式，而且军训能够锻炼我们，经过这为期12天的军训，我们都一定会得到蜕变。呵呵，蜕变与否还是个尚待商榷的问题，但蜕皮就定是在预料之中。早上要在太阳下曝晒，下午也一样逃不脱这个令人悲戚的事实。好在太公作美。军训第三天太公作美，一早就下起了淅淅沥沥的雨，接下来的两日，太阳也只是温柔的普照，没有了烈日的搀和，印象中应该是难熬的军训倒是给我带来了不少乐趣。

军训的行程安排的其实很满，白天的我们每天都有预先安排好的任务。除去基本的练站军姿，踢正步等外，我们还有机会去接触了一些其他的事项。比如第三日的消防演练，火灾逃生。其实都是一些很好玩但能让人受益匪浅的事情。而贯穿整个军训过程的除了随时保持的军姿外，我觉得能让同学们兴奋的大抵就是每日少不了的学军歌和拉歌了。拉歌是个非常好玩的过程，每个连或是排之间的口号除了队名不一样，台词基本不变，所以这个比拼的过程，比的不是口号，而是谁更加“赖皮”，否则拉歌的时间拿来唱歌的话，那可不止是一两首的问题。在拉歌这个问题上，我们比的可是气势。

我们亲爱的教官可是不下一次的告诉我们军训的众多好处。

其实我们也已经深刻的体会到它的益处。至少它让我们这些本来白天当黑夜使，黑夜当消遣用的人，轻易的成了一个个每天早睡早起的乖孩子。军训的苦和累不可避免，但是我们也都知道，没有付出就不会有收获。就像幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。虽然我们的军训还没有结束，但它已经教会我什么是团结的力量。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们九连全体同学紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

我们的军训还在进行着，我们每天免不了的会抱怨，但是我们每天都在收获着不一样的东西。我相信在接下来的日子里，我们还会每天都过得充实和精彩。