

2023年军训心得体会 军训个人心得及体会 (通用8篇)

学习心得对于我们的学习成长具有重要意义，它可以让我们更加清楚地认识到自己的优点和不足，从而更好地规划和调整学习计划。在下面的实习心得中，可以看到实习生对团队合作、自我管理等方面的思考和经验分享。

军训心得体会篇一

军训对我们的感触很大。我班的教官很温柔那种。不怎么爱体罚学生。现在真心感觉教官的辛苦了。有两天次因为我们没站好。教官回去被排长骂了。其实。教官对我们挺好的。看见我们累了。受着挨骂的危险。让我们休息。看见有同学没带水。也会把自己的水给同学喝。教官总是为我们想的多一点。这两天天说累也不算累。说不累。也挺累的。

其实最累的是教官。站着训练我们一天。在军人的眼中。没有休息。没有理由。只有是。还是不是。这是我们教官说过的一句话。在这里。真心想谢谢教我们的教官。在这两天天。我们因为有你们的教导。变的更加遵规守纪。其实。这两天天过的很快。有时候看着教官。就会想到我们分开的那一天。教官严。也是为我们好。我们教官从来不骂人。

在我的记忆里。最严重的一次就是骂了句。我们教官很喜欢开玩笑。有的时候我们站不好了。他就会说，大哥大姐们，求求你们了。放过我吧。搞的我们笑的前仰后合。不过该严肃的时候。也很严肃。我们也很严肃。俗话说。休息归休息。训练归训练嘛。

在这里，谢谢曾经教我的教官，和陪我一年的初一好同学。

军训心得体会篇二

学生军训是加强国防后备力量建设的需要 坚持走精干的常备与强大的国防后备力量相结合的道路，这是我国国防现代化建设的必由之路。下面是小编为大家整理的初中军训800字心得及体会，如果大家喜欢可以分享给身边的朋友。

军训，大家来到了广益，体验到团队合作的精神；军训，感受到同学深厚的友谊；军训，享受到师生浓郁的恩情；军训，沐浴到大家心中灿烂的阳光。

我怀着一颗好奇的心走进了广益中学，秋风习习，暖阳和煦地抚摸大地。我踏着风儿，伴着小调，开始了广益中学初一的军训生活。

在操场上，一个个整齐地穿着蓝色的校服，让人感到如阳光洒在我心中。“一、二、一……”操上传来我们初一新生嘹亮的声音。“立正！”看一个如初升的太阳的整齐列的队伍。身材魁梧的教官们，精神抖擞，也有力地喊着口号。

“向右看……齐！”看这是我们c1105班的同学排列整齐的队伍。同学们昂首挺胸，如一匹匹雄起的骏马。“齐步……走！”同学们一个接一个，嘿，还真有些军人的霸气呢！烈日当空，大家在操场如一棵棵挺拔的松树，大家一站就是一个小时，时间如箭一般飞过，转眼间太阳已经斜向了西边的山头，一天过去了。

不知不觉，大家的肚子也咕咕地叫着，携着最后一缕阳光大家走入了食堂……

充实而快乐的一天一闪而过，同学们期望着第二天的新生活。

军训如一首诗，蕴含着一滴滴汗水和满心收获，军训如一幅

画，绘制着一颗颗坚强勇毅的心；军训如一支歌，歌唱着一张张笑脸和我们蓬勃的青春。此刻，一股暖流在我心中流着，那是同学的友情；一缕阳光在我心中洋溢，那是师生的恩情。泥土的气息，花儿的香味……是亲人、老师、同学、花鸟伴我走入了初中的新生活。

动荡的年代，真有几分“百无一用是书生”的意思，不惧战死，铁胆忠心的将士是老百姓最信赖的守护神。太平盛世的今天，每时每刻，岗哨上身形各异但挺拔无二的身影，依旧是这片土地的守护神。兵者，国之大事。军人是站在祖国最前线的屏障。然而，国防一事，不只在军队，而在全民。每一个国人都有义务具备基础的国防意识。国防是教育的一部分，所以今天我也算是有幸穿了迷彩，体会了一把士兵的苦乐。

清晨，兰州的天还未睁开蓝色的眼时，整个宿舍楼就在一片嘈杂里惊醒了。睡不醒的一代们睡眼惺忪的爬起来。我以前所未有的深情和耐心一遍一遍捋着被子的每一个褶，尽量让它像一个“豆腐块”。迅速洗漱过之后，我整整了整军训服去操场集合。

每天的训练内容几乎闭着眼都能数出来。可就是这枯燥的重复也能造就人们坚持的品质。我们那个年轻又羞涩的教官过来了，第一项内容就是军姿30分钟。“站如松”，好看是好看，可一点都不好站。忽然有点佩服一站岗就是两小时的兵们。

回想这两天的训练，敬礼，齐步走摆臂定位练习，跨立，稍息，口号，转体。虽然不过都是简单的队列动作，可每一个动作都要求干脆利落，忌拖泥带水。要让平时散漫惯了的我们做到整齐规范，也是不简单。于是，热情的太阳下大家在不断重复里一点点靠近教官的期许。

这几天天总是很给面子的万里无云，艳阳高照。教官会一遍

一遍纠正指导大家的不足之处，不厌其烦的扯着嗓子吼口号带大家练，也会似气急败坏地严厉训斥不守纪律的人，偶尔还诙谐风趣地开个小玩笑。一直觉得军人和军队有那么一点神秘的色彩。而教官让我看到，其实我们都一样，喜怒哀乐都相似，不过是所从事的工作有异。但不论什么工作，这世上人都能大体分为两种，尽力活和随意活的。

短短15天，都不够给岁月他老人家拉车的那匹马眨一下眼。但在这15天里，我体会到一个士兵最浅层次的辛苦，领略一举手一投足的动作里军人的风骨，会在炎炎夏日里学会咬牙坚持，或许还会交到一个萍水相逢的刚刚好的教官朋友!!我会好好珍惜这15天。

六年的小学时光转瞬即逝，现在，初中的大门正在向我们招手，但想要进入这扇大门，还得经过一项严格的考验——军训。

在军训第一天的动员大会上，烈阳烘烤着大地，阳光如千万根钢针，刺的我们睁不开眼来。我们坐在操场的水泥地上，这个操场就如一个大煎锅，烫的能煎个鸡蛋。刚过了一会儿，我们就忍耐不住了，时不时挪动一下身子、擦一擦额头上的汗珠，有的人甚至还玩起了游戏。而这时，我才发现，在我们操场的一侧，有一排军人一直在默默地站着。他们昂首挺胸，气宇轩昂，站着标准的军姿，一动不动。他们是那样的气势非凡，是那样的刚劲有力。傍晚，他们有迈着整齐的步伐离开，在夕阳的余晖下，望着那一个个挺拔有力的身姿，我不由得产生了敬佩之情。

在第一天的晚上，我们在晚会上高声唱着气势磅礴的歌，整个校园都被渲染上了欢乐的气氛。好像一天的疲劳都被释放了，使我觉得军训也是一种挺有意思的集体活动。

第二天，真正的军训开始了。尽管是在早晨，却还是那样的热。教官用他那钢铁般坚韧有力的声音让我们站五分钟的军

姿。对我们来说，这是个漫长的五分钟。天上的太阳像刚熔炼出来的铁，让人看到就觉得炎热。我们忍受着太阳的烘烤，汗珠一滴又一滴的滑落下来，不一会儿，我们满面都是汗水，骨头仿佛也开始融化了，开始变软了。当忍受不了的时候，我便会回想一下昨天教官们站立的样子，然后会产生一些动力。终于，五分钟的时间到了，我们如释重负。这时，教官说：“瞧，你们不是做到了吗？”这句话给予了我们许多鼓励。

在接下来的时间里，我们又学习了许多关于军人的姿势等。一次练不好，再练，练上十几次几十次。

现在是个富裕的时代，我们都可以说是在蜜罐里长大的，在这蜜罐里，似乎连骨头都泡酥了。所以，这次军训就是对我们的一次考验，可以增强我们的体魄，锻炼坚持不懈的精神，同时也是对我们这个集体团结的考验。

军训的确是枯燥乏味的，可后面还有更多考验在等着我们，等着我们去战胜、去克服！

大家都知道，一进初中，就意味着要进行那场残酷的训练，我一听到军训两字，就有些害怕。

在第一天的军训里，我来到了我的班级，看到了一张张陌生的脸蛋，但有感到了一丝丝的亲切和熟悉，因为我知道，我们将要在未来的时光中一起度过。之后重要的事情中，便是认识我们的教官了：他有一双炯炯有神的眼睛，高耸的鼻子和因为长期在阳光下训练而变黑的皮肤，整个人都显得干练有素，但他的真实性格却不像他的外表一样，他的一言一行都让我们觉得他是一个幽默有趣的人。

军训的第一项训练任务是稍息和立正，教官这话一说，便在我们的队伍中掀起了轩然大波，“这还用练？”我们纷纷议论道。可是现实并不像想象那么美好，一个人做稍息很容易，但五十个人想要做整齐就不容易了。

就算我们班的同学都已经认识了，但却没有任何默契，因此，在我们口中简简单单的稍息，就练了整整一个上午。这之后，我们游泳了周一下午和周二一整天的时间，来练习了跨立立正。第三天，我们又练习了踏步走，齐步走。越是练习这些看似简单的动作，我就越感受到了合作与默契的重要性，虽然经过这些天我们的默契程度有所提高，但依旧适合不起拍来，好在，第三天下午，我们进行了认亲认家活动。果然，在星期四时，我们就默契了起来，动作训练的越来越好。

这样的好状态一直持续到了周五展示训练成果的时候，我相信，我们的专心和努力都能够使我们取得优异的'成绩。

经过了漫长的等待，终于到我们的班了，我们班的人个个精神抖擞，步伐统一，整齐有素。下台之后，我们的自我感觉都很好。

如我所愿，我们班也得到了优异的成绩。随着展示的结束，我们最苦最累的时光，也终于告一段落。

经过这五天，我明白了学校的苦心，那就是让我们每个班的同学在军训中快速的互相熟悉，产生默契并学会坚持。也因为这次军训，让我们更快的适应接下来的初中生活。

今天，也是军训的最后一天。通过前面一天所学，我们学会了如何在野外生存的技能，如;净水过滤、野外生火等……下午体验自己动手，享受劳动的乐趣，自己动手制作晚餐。

清晨，我们早早起床洗簌穿戴完毕，准时集合来到训练基地，草地上如珍珠般的露珠撒在绿色的“地毯”上，浓浓的大雾笼罩着我们，新的一天在晨跑和早操中开始了!我们一圈一圈地跑着，大家都忘记了寒冷和饥饿，晨跑结束后，我们回到餐厅准备吃早餐，有我喜爱的包子、煎饺、鸡蛋……大家都吃的津津有味!

上午，教官还教我们认识了指南针，还玩了无线电。其中，我最喜欢的就是无线电。

首先，插上耳机，再把接收无线电的设备的天线给拔出来，再旋转旋钮。“这个旋钮是干什么的呢？”我心里充满了疑惑。教官告诉我们，这个旋钮是调信号源的。如果你找到了这个信号源，还要继续找其他的信号源，那么，你就要转动这个旋钮，调信号源。接下来就要带上耳机，开始寻找信号源。在耳机里，你会听到“滴滴”的声响。哪边声音最大，就朝哪边走。于是，我在一个草丛里找到了信号源。此刻我的心情激动无比！

拿设备的时候，手不能乱动。因为你手一动，设备就在动。这样的话，声音不清楚，就很难找到。在意犹未尽中结束这次“寻宝”活动。

中午休息过后，我们乘着大巴车，来到红军北上先遣抗日纪念馆。

在纪念馆里我为那些伤害我们国家的日本侵略者而感到愤怒，正是我们的革命先辈们用自己的身躯挡住了敌人的侵略，才换来了今天的幸福生活！所以我一定要好好学习，为祖国的繁荣富强贡献自己的一份力量！

此次活动主要是培养我们在艰苦的环境中求生的意志，让我们知道遇到危险如何去应付，锻炼独立生活的能力，培养劳动意识。提高分析问题和解决问题的能力以及动手操作的能力，磨练意志挑战自我，激发潜能、增强自信。

军训心得体会篇三

远离城市的喧嚣，当清晨第一抹阳光照进宿舍，城市都安静得刚刚好，我们也迎来了军训第二天。与众不同的是，操场上

“一二三四……”的声音激昂有序。同学们严肃地跑操，唤醒了美好的一天。

“自律是成功的基础保障，军训是人生的重要历程。”军训是高中生活的第一步，吃过早饭，站在操场上，以笔直端正的军姿迎接日出，一位位同学都如边疆的那一棵棵白杨，笔直站立，不摇不晃。每一位教官认真检察，仔细纠正，用一丝不苟的态度来展现中国军人的英姿。

正午时分，同学们顶着烈日进行训练，一遍遍的口号，一次次的训练，一颗颗的汗水，都是我们的坚持。教官们用自身为我们进行演练，树立良好榜样，他们的一举一动，使我想起了《八佰》这部电影，一名名军人背着炸药包从树上往下跳，这就是我们解放军的风度。我们以教官为榜样，严格认真地训练，为自己的身体健康打下坚实基础。

“明天成功的你，一定会感谢今天努力的自己。”2:30依旧是烈日高照，舍长和教官查内务，众所周知，军人的内务必须整洁，被子必须像“豆腐块”一样。而对于我们，根本没有达到，所以，舍长受罚，我内心很惭愧，吸取教训，认真改正。努力按照标准，既然做，那就一定做得漂漂亮亮。

有幸第一次就被抽中来会操表演，每个排都会有缺陷，都各有所长，我会因为输而懊恼，但万物都有转机，一切都只看最终结果。

夜幕降临，回到教室，观看了《开学第一课》。2020年注定是不平凡的一年，京楚大疫，扰乱了人们的步伐，但好在全国上下，男女老少，举国一致，共克时艰。好在我们中华民族有无数爱国志士，他们医者仁心，大爱无疆，为我们筑起生命长城。

一天来也匆匆，去也匆匆。时光从指缝间悄然流逝。一日的军训也已结束，城市褪去了它的繁华，寂静起来。把今日的

经验积攒起，相信明天一定可以做得更好，明天又是美好的一天！

军训心得体会篇四

军训开始的第一天，到了教室，不好意思的从门口走到后门的位置，毕竟人生地不熟的待在角落里挺好的！过了一会儿文老师把全班同学叫到走廊排好队，按照身材来发放校服，文老师毫不犹豫的将L码发给了我，真细心！发放完毕后文老师安排我们换校服，男生一楼厕所，女生二楼厕所。奈何我长这么高所以上楼排队时，排到后面。过了十几分钟终于轮到我了，但是让人出乎意料的是里面厕所的坑位都有人！但是我实在是不想等了，这里面又闷又臭，所以我就站在厕所里把衣服脱下来换上了校服上衣，这时候凌晨主动帮我拿衣服，就这样我们两个就成为了好朋友！（是不是很奇葩，我小学时的好朋友也是在厕所认识的！）今天中午凌晨让我陪她去校园小卖部买吃的，结果没有想到的是竟然给我也买了一杯绿豆冰，我突然觉得那杯绿豆冰异常的甜，可能是因为我和她的友谊吧！

军训收获了友谊，还收获了许多体育方面的知识。还记得军训的第一天站军姿晕倒了一次，但是经过周教官的教学，身体前倾，抬头目视前方，下颚微收，挺胸收腹，提臀腰板要硬、直，记住了这些要点，第二天站军姿、队列训练都没有晕倒在地，十分感谢周教官教会了我们正确的军姿站法！除了这个还有今天的惩罚“刻苦铭心”，由于在练习蹲下与起立时总是有同学乱动，东倒西歪，左摇右晃，让教官“大发雷霆”罚我们整个1918班的同学蹲下地上十分钟，蹲得我是腰酸背痛，脚抽筋！还有一次训练时我们的表情不严肃，嬉皮笑脸，又惹上教官，于是来个狠一点的惩罚——鸭子走路，每个人的嘴都必须唱“我是一只小鸭子，咿呀咿呀哟……”这动作看似简单，实则累死八人！

通过这两天的军训学到了不少东西，收获了友谊，没有白来！

军训心得体会篇五

阅历七天的艰苦练习，咱们在校领导和众教师的监督之下完结了咱们这次的军训使命。校长和教师们还亲身审阅了咱们高一的这支部队。咱们迈着规整的脚步，喊着响亮的标语，迎着明丽的阳光，脸上充溢了成功的高兴，走在操场上，承受审阅。此时，咱们每个人的心境都是多么的激动，多么的振奋啊。

记住刚军训的第一天，同学们都体现得十分懒散，毫无军训之意。乃至感到厌烦。在军训的时分总是瞻前顾后，要不便是相互说话，总是心猿意马。或许是不太习惯吧，逐渐的，同学们的精力都会集起来了。并且体现的还很仔细。教官耐性的教着，同学们耐性的学着，每学完一段之后教官总让歇息一瞬间。并且还不时地讲个笑话什么的，那气氛好不热烈。而给我形象最深的便是那次学唱军歌。咱们两个连的同学呈四方形围坐在一起，教官在中心教咱们唱，那气氛适当温馨。乃至有的同学把这局面比作成了一桌麻将。而咱们的歌声就如这麻将，一阵接一阵，不绝于耳，让人回味无穷。

七天，不知不觉就这样仓促过去了。到了要别离的时分，还真有点儿舍不得。咱们现已与教官产生了深沉的友情，这些天咱们共练习同欢笑。现在立刻要离别了，心里真不是味道。

七天，尽管是辛苦的，可是现在回想起来觉得挺美好的。至少这是一次可贵的人生体会，并且它还让我实在懂得了“天将降大任所以人也，必先苦起心志，劳其筋骨”这句花的深入含义。

咱们是初升的太阳，是祖国的期望和未来，所以咱们有必要要为之斗争，为之奋斗。

军训心得体会篇六

从教室排队开始，我们所有人都受不了心里的激动和激动。去操场开始军训的路上，我很好奇，一直在想：教练很棒吗？他会教我们做什么？怎么做？我们先安排了队形，然后举行了隆重的开幕式。

今天最重要的是学会如何以军人的姿态站立。站成军人姿势要注意哪些方面，如何排队。我们的胡老师说，没有他的允许，我们不能做任何事情。如果有什么事发生，打电话报告。他带我们到操场的每一个角落。他先给我们看的。他说：双手中指自然下垂，紧贴裤缝，五指闭合。抬头挺胸，重心放在前脚掌上，微微下颌，手臂向后推。我们也跟着老师学，但是做的一个个歪歪扭扭的。教官看到我们的喜悦，哈哈大笑，大声说：认真点，快点做！大家对比一下，看看谁做的最好！我们一直站在那里，教官也把不规范的地方一个个指出来让我们改。

最后，在教官的培养下，我们终于改变了。教官让我们向右对齐，说向右对齐的时候要以右边前排第一个同学为坐标对齐，不管对齐与否，我们每个人都要迈一小步，然后用眼角看前面。虽然看了一遍，但还是站的出格。教练说我们可以肩并肩。最后，每一次努力都有回报。经过反复努力，我们做到了。

军训虽然很辛苦，但是我们有汗水换来的拼搏精神和快乐！

军训心得体会篇七

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。

，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，

勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，手。”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心。我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己：你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持.....

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默；观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一（8）班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

军训心得体会篇八

今天是9月14日，是第四天。今天的生活很丰富，无论是天空的云彩，还是晚上的匕首操表演，以及踢正步，都令人印象深刻。

清晨，站军姿10分钟后，小憩时偶尔抬头，仰望校园的天空，茂盛的林间上方，朵朵白絮般的云，就像草原上放牧的羊群，不由深吸一口清新的空气，彼时的酸痛和焦躁瞬间灰飞烟灭，我对另一位同学说，你看。她也被天空之上的奇景所震撼。而中午时分，云彩则由大朵的棉絮变为细密整齐的鱼鳞，又宛如风泛过水面时吹皱的水纹，煞是奇妙。下午大概三点时，云被风吹散，变为一丝一缕的烟，就像是红墨水滴入水中形成的景象，不禁想起曾几时，在《言叶之庭》中所见的天空，二者有类似之处，然一实一虚。不知何时，空中云朵密布，遮住了毒辣的太阳天阴了，但透过云，依稀可见白光。军训所练习的动作，每日大抵相似。而身处的校园，每日不同，云彩只是其中很细枝末节的一部分。

夜晚，张教官教我们匕首操。每一个动作，都十分精妙，就连平日里格外反感武力的我，也被其中的准确、迅速的动作和力道所吸引。由此念及击剑，感二者似有共通之处，每一个步骤，都无可挑剔，是艺术化的武道，既可以防身，又可以观赏，亦能修身养性，陶冶情操，顿觉万物均存在某种道，值得玩味。而等到学习匕首操之际，还是心有意而力不足，弓步扎不稳，刺杀力道不够，更滑稽的，还是转身时差点闪到腰，所以说，读书人还是要习武，方能强健体魄。因时间缘故，未能系统学习整套操，明日还要加倍努力，争取能较为准确的打好匕首操。

今日收获良多，期待明日学习完整的刺杀操。