

最新军训伤员心得体会(优秀6篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。那么下面就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

军训伤员心得体会篇一

在大学里，为了锻炼学生的体魄和集体意识，许多学校都会安排军训。然而，军训确实是一项让人有些担心的活动，因为许多学生在军训时会受伤。我也曾经在军训中受伤，但经过治疗和恢复，我想与大家分享一下我的体会。

第二段：受伤过程

我记得那是一天的黄昏，在操场上进行激烈的跑步训练时，我突然由于疲劳和失衡而跌倒在地上。当时我并没有感到明显的疼痛，只是觉得有点不舒服。但是当我在家里休息几天后，我的膝盖关节开始肿胀和疼痛。

第三段：治疗和恢复

在医院和朋友的帮助下，经过几个月的治疗和休息，我的膝盖关节终于恢复了。但是在这个过程中，我看到了许多比我更严重的军训伤员。他们有些人的受伤情况比我更严重，需要更长时间的康复。

第四段：反思

经历了军训受伤和恢复的过程后，我意识到许多事情。首先，我应该重视和照顾自己的身体，尤其是在做运动和参加竞争

性的活动时。其次，我应该学会如何正确处理和突发状况，以避免受伤。最后，我要感谢身边所有给予我的帮助和关心的人，因为他们让我康复更快，并让我更珍惜目前的健康状况。

第五段：结论

通过军训受伤经历的体会，我意识到了自己和身体的重要性，并学会了如何处理不幸的事件。我也希望其他学生能够珍惜自己的健康和身体，并在参加活动时保持警惕，以避免受伤。最后，我要感谢所有关心和支持我们的人，并祝愿每个人都能保持健康和幸福的状态。

军训伤员心得体会篇二

军训，顾名思义，就是用军队的管理方法来训练我们。而纪律，是部队的灵魂。军训期间，教官也反复强调纪律的重要性，比如遇事必须要打报告、完全服从指挥等等。纪律与规范是社会的骨骼，如果将它们抽去，社会将变成一盘散沙。没有纪律的部队将一触即溃，不会服从纪律的人，也毫无信任的价值。军训让我明白了纪律的宝贵性。

同时，军训还让我懂得了“吃苦”。军训就是当代社会的“忆苦饭”，让我们忆苦思甜。通过军事训练，让我们不仅懂得吃苦耐劳为何物，更让我们意识到平常习以为常的幸福生活是有多么宝贵。站军姿，就算汗水进了眼睛也不能用手揉；蹲下时，即使腿已经很麻了，但没有命令依然不准站起来；就连简单的稍息，也是练了一遍又一遍……当大学生穿上了军装，从课堂进入训练场后，军训这门人生必修课，就会让我们明白军人的日常生活是多么艰辛，就会明白眼下的一些困难也算不了什么大事，就会明白我们是被怎样的一群人给保护守卫。

最后，军训让我们体会到了何为军人的荣耀，何为家国情怀。

军人以服从为天职，以保家卫国为荣耀。联想到这些，站军姿、走正步等简单的动作，似乎也被赋予了神圣的含义：人民军队就是从这些简单的动作开始训练的，最后成长为保卫人民、保卫和平的正义之师的。家国之感，油然而生。

有位哲人说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感觉真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道，就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的韵味。然后才能和有同样经历的人相视一笑，让美妙的感觉在彼此之间传递，就如同多少个读者就有多少个哈姆雷特一样。

军训，在某种程度上已经超越了其本身单纯的意义，它已经成为一种难能可贵的经历，写进我的记忆里，而成为不可磨灭的一部分，它已经化为了一种力量，成为了一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支持着我走过人生旅途中的各种风雨，安抚着我敏感脆弱的内心。在此之中，军训留给我的回忆是同学们和学长学姐之间那浓浓的人情味。无论是炎炎天光下的一份清凉，又或是不识方位时的指点迷航。细小而见微，感念而识真情。

在莞工，我看到了蓬勃的青春；看见了坚持的力量；看见了更好的自己。当风翩起安详的绿叶，当燕唤起惺忪的天空，训练场上回荡着的，是我们嘹亮的口号！

这，就是我们的军训。这其中有苦也有甜，也有人说它就是个炼钢炉，练出来的都是铁骨铮铮的男子汉，是不让须眉的巾帼英雄。

军训伤员心得体会篇三

军事训练是所有军校学生必经的过程，其中训练中伤员的数量总是不可避免的。我有幸参加了一年级的军事训练，记得那时候我们班上共有8名伤员，其中包括我。在伤痛和艰难的

修复过程中，我领悟到许多道理和感悟，下面我将分享我的心得体会。

第二段：受伤经历

我的受伤始于一次超负荷跑步训练，我不小心受伤了脚踝。那时候我意识到这会影响到我的军事训练，我的心情也变得很沮丧。但是，当我看到那些受伤同学和其他伙伴如此努力地训练，我觉得丢了脸，他们伤得比我还严重，却仍然继续进行训练。我认为，不应该让伤痛阻碍我迈出下一步，而应该加强自己的决心和毅力，继续训练。

第三段：意志力的重要性

在履行治疗程序和参加后续训练的过程中，我意识到意志力的重要性。疼痛和不适会使人想放弃，但途中那些努力训练的感人景象激励我不断努力。逐渐地，我的身体开始适应对自己的要求，我开始注意饮食和休息，为身体的复苏创造条件，并让自己保持积极的思想状态。最终，我成功地走出了这个阴影，并回到了健康的状态。

第四段：团队的重要性

在这个过程中，我也认识到了团队的重要性。训练中，我们的集体意志和努力是非常重要的。同学们在思想上和实际行动中的鼓励和帮助让我感觉到我不是一个人在战斗着。衷心地感谢我的班级里那些没有让我经历孤独和疏离的人们。

第五段：总结与启示

通过这一过程，我领悟到身体和精神意志力的重要性，学会了勇敢地面对困难并不断进步，还加深了我对团队的理解和认识。训练让我变得更坚强，更适应环境，更有韧性。作为一名学生，我们注定要面临种种挑战和未知的情境，而如何

应对这些情境则取决于我们的态度。在军事训练的漫长征程中，我琢磨到了很多的生命道理，它们未来必定为我多年的人生之路铺设坚实的基础。

军训伤员心得体会篇四

我们的军训从不死气沉沉，因为那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在一中的校园里。学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光。教官们铿锵有力的领唱声中流露出了他们对当军人的自豪。这情怀感染着每一位同学，大家都尽了最大的努力唱出了最响亮的军歌。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”也许是教官期望我们能团结一致克服困难吧，无论如何，这嘹亮的军歌将激励着我们努力圆满地完成军训。

精彩还在继续，明天在这军训“词典”里又会增添哪些词呢？

军训伤员心得体会篇五

军队是一个充满挑战和艰辛的地方，而在军队中，伤员军训更是一项极为具有艰巨性的任务。作为一名伤员，我曾经参与过一次军训，这次经历不仅使我明白了军人的职责和使命，更使我深刻体会到了军训中的独特魅力以及其中蕴含的宝贵体验。

第二段：身体的疲惫与亲情的渴望

军训期间，每天早晨五点半的起床，晚间九点半的熄灯，加之长时间的体能训练和残酷的训练项目，使我的身体疲惫不堪。每天的训练，仿佛置身于火炉之中，汗水和泪水交织成我伤员军训的每一滴记忆。尽管如此，每当我回顾那段时间，我都能感受到久违的亲情温暖。母亲每天给我写信，告诉我家里的一切；亲人的照片将我与亲人们的距离拉进了心灵的距离。这些微小的细节，让我感受到了家人对我的关心，更增添了我胜利的动力。

第三段：团队的凝聚力与军人的坚毅品质

伤员军训过程中，特殊的身份注定了我们需要更多的团队合作。在团队中，每个人都有自己的任务和责任，而只有所有人齐心协力、互相配合，才能使任务圆满完成。在训练过程中，我领悟到了军人的坚毅品质。即使身体痛苦和疲惫，我们依然坚持前行，不轻易放弃。每当任务完成，队员们用汗水浸湿的脸庞上都洋溢着骄傲和自豪。这种军人的坚毅品质使我们战胜了许多曾经不敢想象的困难，也让我们更加明白了团队中每个人的重要性。

第四段：迎难而上与自我超越

伤员军训中的困难无所不在，然而正是这些困难，激发了我们迎难而上、自我超越的勇气。翻越高山、穿越泥泞、攀登崎岖的山路，每一次都是一次对身体和意志的考验。怀揣着对自己的信心，我坚信只要不放弃，就能战胜一切。通过持之以恒的努力，我完成了一次又一次的训练任务，不断地挑战自己的极限，不断超越自己的舒适区。这让我深刻体会到，只要心中有坚定的信念，无论面对怎样困难的任務，我们都能迎难而上，超越自己。

第五段：荣誉与责任

伤员军训不仅仅是为了训练自己，更是为了肩负起保家卫国的责任。军训过程中，我们领悟到了军人的荣誉与责任。军人不仅要为自己争取荣誉，更要为国家和人民负责。当我们穿上军装，肩负起保卫家园的责任时，我们知道自己是时刻准备着，随时为国家付出一切的勇士。这份责任感让我们时刻保持对军人使命的认知，时刻牢记着守护国家的重担。荣誉与责任让我明白，作为一名伤员，我依然有着为国家奉献的价值。

总结：

通过这次伤员军训，我认识到了团队合作的重要性，感受到了军人坚毅与自我超越的力量，体味到了军人的责任与荣誉。军训是一次痛苦的过程，但在这个过程中，我得到了成长和收获。我相信，在今后的军旅生涯中，我会坚持初心，不忘使命，以更加坚韧的意志和执着的信念，为国家的繁荣和人民的幸福而努力奋斗！

军训伤员心得体会篇六

“啪”的一声，大巴的门打开了，我们拎着大包小包集合在操场上。心里兴奋极了，我好奇地望了望四周，军训基地是一个四面环山的好地方，这里空气清新，多了一份清静，少了一份城市的喧闹，这里是个美丽的地方，此时我觉得自己是个来度假的游客。

在宿舍懒散地整理房间，正想躺下身子休息时，突然一声急促有力的哨声在操场上吹响。“集合！”整栋宿舍的人都乱了，像热锅上的蚂蚁，过道人流涌动，嘈杂声不断，大家还不知道即将就要面临一次惨痛的惩罚。

我们打打闹闹地来到操场，教官二话不说，先让我们向后转，面向沙地，来了三趟蛙跳，有不少人在叫苦，教官并没有同情我们，大声喊道：“还吵是吧？再来两次蛙跳，看我不整死你们！”我们累得爬着集合，现在我才明白，这不是度假，是地狱，是军训。后来那个凶巴巴的教官的那句“整死你们！”让我们闻风丧胆。

短短六天军训，我们班是一天天罚过来的，蛙跳、鸭子步、蹲下起立、俯卧撑，手段多样，一切齐全，这些“惩罚”在教官的嘴里叫“奖品”。我们总是收礼收到手脚发软，心里总想怎么不能“礼尚往来”啊？我累瘫在地上时总是想：我的身体的极限在哪里？几时我会累到走不了路？在宿舍我们总是沐浴在云南白药和活络油的香味中。

后来我们渐渐习惯了。习惯了早上五点半起床，习惯了叠“豆腐块”，习惯了四百米的鸭子步，习惯了举着椅子深蹲，习惯了跳上趴下的蛙跳，也习惯了教官那凶巴巴的脸。我们渐渐明白了教官的用心良苦，明白了他那恨铁不成钢的无奈。教官上课是用喊的，口号是喊的，教官声音变得沙哑，但还是那么有力。他说我们脑子里装浆糊，还是硬的浆糊；他说我们能把猪气死；说我们是垃圾。现在想来这样的话不再锋利尖刻，而是柔软的。教官是爱我们的，他不能像父母那样哄着，老师那样轻声细语地教着，他明白他是军人，就要有军人的样子。

教官在教我们齐步走时说过一句话：齐步走像人的一生，永远不向别人低头，永远不向自己低头。在我们觉得累时教官说：人是没有极限的，只有思想累，没有身体累。几句刚硬有力的话给足我们力量，这就是教官爱的方式。

检阅时我们班整齐的走过主席台，晚上的联欢会我们班喊出“傅教官，谢谢你！”我喊出了眼泪。在最后离别的上午，我多么想让教官再罚罚做蛙跳鸭子步。我自己也跑到大操场上的主席台学着教官骂人的口吻对着空旷无人的草地呼喊。这一切都是多么美好！