

# 个人军训心得感想 军训个人感想心得体会 (通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 个人军训心得感想篇一

四年级暑期刚放假，妈妈笑吟吟地问我：“给你报了一个军训夏令营，五天四夜，自己照顾自己，愿不愿去呀？”幸福来得太突然了！一想到可以脱离妈妈的“紧箍咒”，我开心得想要跳起来，忙着头点得跟鸡啄米似的：“愿意！我愿意！”收拾起简单的行装，第二天我便登上了驶往营地的中巴，开启了平生第一段“军旅生涯”。

一路上欢歌笑语，不亦乐乎。同车的男教官还给我们讲笑话，小伙伴们被逗得乐不可支。“多慈祥呀！比妈妈和蔼多了！”我暗自窃喜，对接下来的行程满怀憧憬和期待。

令我和伙伴们万万没想到的是，慈祥的教官变脸比变天气还快，一到营地就给我们来了个“下马威”——“全体集合，站军姿！”大家伙儿都苦着脸，刚才的兴奋劲儿顿时烟消云散了。

盛夏的午后，阳光特别毒，扎得我的脸生疼，大颗大颗的汗珠在后背汇成小溪往下淌。不知过了多久，我们一个个都像枯萎的花儿，耷拉着脑袋，无精打采的站着。教官看得直皱眉头，威严的目光扫过每一个人，大声训道：“背挺直，不能偷懒！”他的声音仿佛有魔力，我心中不由得一凛，抬起了沉重的脑袋。时间过得特别慢，好比度日如年。汗水也已经

干得差不多了，我无比怀念地回忆着冰棍的清涼，舔了舔嘴唇。这时，教官的声音又响起来了：“还有半个小时，再坚持一会儿！坚持就是胜利！”“古有花木兰代父充军，今有贺子桐勤于操练。加油！”我又挺起了胸膛。

可站军姿，仅仅是开始。喘口气，喝口水，还没来得及舒展一下酸痛的手臂，我们又被拉出去齐步走了……那天晚上，我挣扎着爬上床，感觉腿都不听使唤了。同寝室的“难姐难妹”们，刚喊了两句累，不一会儿全都进入了梦乡。

接下来的几天，每天都过得紧张而充实。我们到丛林里学习速降和滑索，看着几根绳子在空中晃荡，我心里直打鼓。还有浮桥，攀岩，防爆训练，真人CS……我从战战兢兢、从畏畏缩缩到后来不假思索就上，惊险刺激之余，我也在不知不觉中学会了结绳逃生、简单急救以及控制身体平衡。教官还把我们带进泥塘，“浑水摸鱼”。他告诉我们，在野外，要懂得“就地取材”，关键时刻才能保住性命。所谓“一张一弛，文武之道。”晚上我们燃起了篝火，尽情地唱歌跳舞，连日的疲惫一扫而空。夜深了，我们又钻进自己扎的帐篷里，安然入睡。

记得活动的最后一站，是了解枪械知识，走进戒毒所。虽然只是“管仲窥豹”，但琳琅满目的武器也看得我眼花缭乱。联想到前天教官放的电影《战狼》，我深深地感到即使在和平年代，局部战争也时有发生。自古以来中国都是礼仪之邦，但是“人若犯我”，我们也必须拥有现代化的武器来保卫家园！毒品对人体的残害，一一展示在我们面前，令人触目惊心。教官的话语重心长：“珍爱生命，远离毒品，远离那些危险的场所！”

短暂的军营生活很快就结束了，我在“军旅日记”上写到：通过几天的锻炼，我独立生活能力提高了，也让我更加懂得要坚持，不轻易放弃。事情过去半年多了，但那几天的军训经历依然记忆犹新。

是啊，我们不仅要有强健的体魄，顽强的意志，还要有居安思危的警惕性，并且掌握一些生存、逃生、自救的技能。这正是新时代中华少年应该具备的素质。美哉，我少年中国，与天不老！壮哉，我中国少年，与国无疆！

## 个人军训心得感想篇二

\_\_月的微风把树叶摇曳得翩翩起舞，新校园里的一角满地零落着白玉兰，洁白中仿佛镶嵌着一点黄晕，拥抱着刚被雨水湿润的大地。炎炎夏日，原本我们可以在炙热的阳光下，拥揽着西瓜的可爱，享受冰棍的豪爽，这多么美妙啊，可新学期的军训把我们安定的暑假生活推起一个波涛汹涌的热浪。

高中的生活由军训开始的勒起和画。我们如期收拾好行李来到新学校新宿舍，认识了新朋友，便开始踏上军训之旅。

我们的教官是一个内心狂热，外表斯文的有为青年。还记得那几夜与我们畅谈的理想与奋斗，感情与挫折，让我们似乎看懂了人生的滋味百态。

在我们班上，不算努力但总有一股凝聚的力量在沸腾。第三天，教官与十班教官调班试着不同方式的操练。一开始，可爱教官先让我们休息一下，唱歌表演才艺。谁知那讲台上的连长早已对我们虎视眈眈，立刻上前给我们一翻训斥。“你们得瑟了吧，练得不错了？就你班在嘻皮笑脸，给我预演一下！”连长的话在当时烈日当前显得特别刺耳，我们班上的同学无不面红耳赤，就连教官也是。暗地里，我们班却仿佛铆足了劲。猛烈的阳光把我们的一层皮肤晒得发红发黑，额头上的汗珠从眼角划过，滴上衣襟上，湿透了一片。不负众望，整齐的队列，响天轰地的踏步声，令连长震撼，令连长呆若木鸡。教官把嘴角拉起一个美丽的弧度，“好！”我们都笑了，汗水没有白流。

结束的最后一晚，那是教官的生日。几个小女生暗中发出暗

号，当然我也参与其中。一首歌打破了当时寂静的气氛，“祝你生日快乐，祝你生日快乐……”教官立即回过神来，眼睛有一丝闪动。“谢谢，可这并不容易打发我的”，一句句笑声荡漾在宿舍里，感染着每个人。

军训生活很苦涩，但就如一杯咖啡，加入了糖和牛奶，便又是一番滋味。这一段回忆，有亲切的教官，有好玩捣蛋的同伴，有我们一起经历感动的场面。就这样，深刻地印记在我们脑海中，难以抹平！

八月的风，温暖又夹杂了一丝清凉，吹醒了我们碌碌无为度过的暑假，我们，又迎来一个新的开始，加油，那些烈日下汗流浹背的我们！

### 个人军训心得感想篇三

“天下无有不散筵席，就合上一千年，少不得有个分开日子。”光阴飞逝，看似漫长的十四天转眼流逝，分别的一天已经来临。从寒风凛冽到惠风和畅，从素昧平生到相见恨晚，教官陪我们度过了充实又充满美好回忆的十四天。告别似乎是这世界上最沉重的话题，教官虽然没对我们说过一句分别的话，但是每一个人都感觉到了空气中弥漫的悲伤气息，于是我们选择给教官唱歌来结束这段日子，给每一个人的军训生活画上一个完美的句号。

过去的十四天，我学会了站军姿，踏正步，走分列式，打擒敌拳……从一开始的凌乱到后面的整齐，我们每天都在进步，或许这进步微不可察，但每个人都不能否认它的存在。我对自己说，每天给自己一个希望，试着不为昨天而叹息，不为明天而烦恼，只为今天更美好。如果告别珍贵的朋友很难，那不如就从告别昨天的自己开始。告别以前那个作息紊乱的自己，那个宿舍杂乱无章的自己，那个没有目标和方向的自己，向更加精彩的明天出发。

军训不仅是身体上的操练，更是精神上的磨砺，不惧寒风，忍受酷热，忽视脚痛，接受暴晒。它带给我们的除了珍贵的友谊，健康的躯体，更为重要的是心灵的洗礼。

军训结束，校道上都是告别校园拖着行李箱的归家学子，每个人脸上洋溢的都是衷心的喜悦，我无法判断他们到底是学长学姐还是跟我一样刚经历完军训的同学，但是我能确信的是，每一个经历过军训的人都在告别过去，走向更好的自己！

## 个人军训心得感想篇四

到了中午，同学们拿出饭盒排队到饭堂打饭，我这才知道这里不仅仅有我们一所学校在军训，其他的大哥哥大姐姐都要军训一个月呢！进了饭堂，盛饭的叔叔阿姨给我们每人一勺菜，一个馒头和一块米饭，同学们盛了汤，在十五分钟内就要吃完集合。

中午的训练结束，教官带我们到了库房。终于看到梦寐以求的迷彩军装了，同学们都高高兴兴的把军装换上，又领取了枕头和被罩等。回到宿舍，大家互相帮助、齐心协力将床铺整理得干干净净，将被子叠得整整齐齐。

下午，我们来到了充满了沙土和石子的大训练场，同学们将马扎放在树旁，然后教官教我们原地法，要在教官说“”的一刹那向规定方向，而且要身子不动脚动，接着我们又学习了规范的踏步走和齐步走，踏步走的腿要抬高抬平，而齐步走则要整齐的迈出。

晚上，同学们拖着疲惫的身子回到了宿舍，都坐在床上，大家一起聊着天，我这才知道我们的教官姓王。正谈着，突然，我们发现许多蚊子从四面八方飞了出来，一位同学幽默的说到：“前方出现多架敌机，让我们把它们击落吧。”在同学幽默的建议中，大家纷纷用花露水、书本杀死蚊子，一战下

来，我们的战果还不小呢。没有了蚊子的骚扰，我们睡了一个踏实觉。

第二天一早，我们早早的起了床，洗脸刷牙，有的同学还洗洗衣物，大家互相帮助将被子叠成教官要求的“豆腐块”，将床铺整平，然后就集合进行晨练，教官教我们军人的步伐——走正步，从教官的提示中我们得知正步走不想踏步走和齐步走，它是脚从地面踢出去，接着，教官还告诉我们当正步走立定时，左脚和右脚的区别，同学们都认真倾听，好像自己就是一个军人呢。吃完早饭回宿舍，路上早有老师们为我们准备好分发水果。训练时，老师们又亲手搬来了一箱箱很重的矿泉水给我们喝，老师们多么辛苦啊，下午回到宿舍，发现许多只蚊子落在地上，原来是老师们在我们训练时帮我们打了杀虫剂，老师多么关心我们啊，我们也充满了动力，我们一定不能辜负老师们的希望。晚上，教官们选打军体拳的方阵，我很荣幸的在这方阵之中。

第三天一大早，我们便开始练习打军体拳了，训练很艰苦，但是我仍然一丝不苟的进行训练，虽然军体拳只有十六招，但是每招都有各自的特点，有的双手握拳，有的要扎马步，还有的是连贯动作。晚上，训练场上蚊子军团又来偷袭啦，但是仍阻挠不了同学们的信心和决心。

一天过去了，到了第四天的晚上，吃完了在这里的最后一次晚餐，同学们都来到了大操场参加标兵颁奖等仪式。各班的优秀学员和标兵们都站到了台上，老师们神秘的拿出一个盒子，哦，原来是为这些优秀的同学准备的蛋糕，得到蛋糕的同学回到宿舍后都慷慨的将蛋糕平分给了其他同学。享受完美味，同学们都早早的睡了，因为明天就是阅兵式，同学们都养精蓄锐，想等到明天大显身手，为班级争光。

最难忘的一天终于到了，我们很早就排好了队伍，到达小广场进行彩排，在激昂的音乐和热烈的鼓掌声中，闭营式开始了，听，同学们喊着多么洪亮的口号，看，仪仗队精神抖擞

的正步走来，每个方阵的每一位同学都踏着规范的正步，步伐矫健的从主席台前经过，我越来越激动，终于轮到我们的军体拳方阵了，同学们都拿出了自己最好的水平来展示自己军训的优秀成果，散开、喊号、表演、集合一丝不苟。阅兵结束了，校长和老师轮流发言评价这次军训，接着，还有同学代表发言，在热烈的掌声中，优秀学员和标兵代表在领奖台上为教官们发奖品，还照相留念了呢。吃过午饭，我们上车准备返校，再车驶出大门时，看着这几天和我们相处的教官，我不禁哭了。

到现在我一直保留着我的军训服，我回家后还穿了三天呢！军训生活虽然苦，但却能在苦中感受到成长的快乐，在我以后人生的道路上，还会经历许多，但是我永远不会忘记这次军训。向前，动力来自老师的关心；向前，动力来自同学的帮助；向前，动力来自教官的指导；向前，动力来自军训的生活；向前，生活处处有动力。

## 个人军训心得感想篇五

从未军训过的我，在这一天怀揣着一份期待与好奇。早晨时，阳光就已闪烁耀眼，我们在老师的领导下进入操场。随后聆听着各位老师给我们的致词。这次帮助我们军训的是来自南京的警官。他们的军姿风采让我十分的敬佩。

每个班级都会由一个教官负责带领训练。首先，我们学习的是军姿。一个好的姿态可以看出一个人的品格。教官耐心得把我们军姿动作传于我们，我们也有模有样的学习。除此之外，他还教会了我们如何正确的转身，报数，稍息，立正……虽然这仅仅是一些小动作，但是真正做起来，并且长久得保持一个动作，还是一项非常艰巨的任务。更何况是在烈日当空的正午下，要长时间保持又是谈何容易。汗水一滴滴的从我们的脸颊滑下，在阳光的反射是那么多晶莹透彻，因为这是我们认真的汗水。

所谓班有班规，军有军规，我们也同样如此，如果有什么事情都要报告。并且当你在站军姿时，不得随意乱动，不得说话，要保持安静。无规不成圆。在教官的教导下，原来散漫的秩序也有了显着的变化。由此，十分得感激我们的教官。

接下来是学习唱军歌，这不仅仅是军人唱的歌，更是表达了我们对祖国的一片热爱之心。教官非常负责，一句一句带领我们学习。虽空气闷热，但他仍十分耐心地一而再再而三的教我们。

对于今天的军训，令我受益匪浅，虽然辛苦，虽然疲惫，但这更是磨练我的意志，让我成长。正如冰心所说：“成功的花，人们只惊羡它现实的明艳，确不如它当初的芽儿洒遍了泪血。”我们敬佩军人，并更要学习他们坚韧的毅力。