

# 2023年军训后的心得体会 部队军训后的变化心得体会(模板10篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 军训后的心得体会篇一

军训是每一位大学生必须经历的一段人生历程。在这段时间里，我们不仅接受了专业知识的培养，更重要的是在军训过程中收获了许多宝贵的经验和体会。作为一名军事理论专业的大学生，我深刻认识到部队军训对我们的成长和发展起到了重要的促进作用，下面将从个人成长、纪律意识、团队合作、体魄锻炼和职业素养五个方面谈一谈我的感悟。

首先，军训让我在个人成长方面受益匪浅。在军事训练中，我们不仅要面对体力上的考验，还要克服心理上的障碍。在极度疲惫的情况下，我学会了坚持不懈，不轻易放弃。我懂得了不论在何种环境下，都要用积极乐观的态度对待困难，用坚定的意志去战胜一切困扰自己前进步伐的因素。在这个过程中，我发现我自己的潜力远远超过了自己的想象，我看到了自己的成长与进步，这无疑是我人生最珍贵的财富。

其次，部队军训在我身上培养了强烈的纪律意识。在军训中，我们要严格遵守时间规定，每天要准时起床、进食和锻炼。我们要坚守队列，不骚扰他人，不逃课旷工。这样的训练使我养成了良好的生活习惯和工作纪律。我现在能按时、按量地完成每项任务，并时刻以一个军人的身份对待自己的工作和生活。我相信，这种严格纪律的培养将在未来的工作中起到重要的引导作用。

第三，军队军训让我明白了集体与团队合作的重要性。在军训中，我们每天都要参加各种集体活动和训练，这需要我们紧密合作、相互协作。不仅如此，我们还要承担各种任务，每个人必须扮演好自己的角色，发挥自己的特长。当我看到一个团队如何高效运作，如何通过密切的协作取得团队的胜利时，我深深感受到团队的力量是无比强大的。团队合作不仅提升了我们的工作效率，还增强了我们的凝聚力和协调能力。

第四，部队军训锻炼了我的体魄。军训期间，我们进行了大量的体能训练，如跑步、爬山、军体拳等等。这些训练不仅提高了我们的耐力和体能，还增强了我们的意志力和毅力。通过不断地锻炼和超越自己的极限，我感受到了自身潜能的无限，我相信只要付出努力，就能完成任何自己设定的目标。

最后，部队军训培养了我的职业素养。在军训中，我们要严守军人的职责和尊严，要做到服从命令、服从安排。这不仅要求我们做到机械地服从，更要求我们对自己的工作负责任、充满热情。在这个过程中，我明白了一个合格的军人应该具备的基本素质和要求，我相信这些素养将对我今后的职业道路产生积极的影响。

通过部队军训，我不仅收获了丰富的知识和技能，更重要的是我个人的成长和发展。在军训中，我深刻体悟到了个人成长、纪律意识、团队合作、体魄锻炼和职业素养这几个方面对我的重要性。我相信这些宝贵的经验将成为我人生道路上的宝贵财富，让我在未来的工作和生活中能够更加出色地完成各项任务。

## 军训后的心得体会篇二

我曾经对军训生活抱有深深的疑虑和恐惧。然而，当我亲身经历过之后，我才真正理解了军训的意义和价值。那是一段挑战自我、超越自我的旅程，让我深刻地认识到了自己的潜

力和能力。

军训开始的那一刻，我带着忐忑不安的心情步入了军营。那里的环境是严苛和单调的，每一天都充满了疲惫和挑战。然而，随着军训的深入，我逐渐发现，我能够适应这样的生活，并且开始从中找到了自己的乐趣和动力。

在军训中，我们进行了许多体能训练和战术演练。这些训练项目看似艰难，但每完成一个项目，我都能感受到自己的一次成长和进步。我发现自己在挑战中找到了勇气和决心，而这种精神力量的增长使我更加自信和坚定。

军训期间，我们还进行了许多团队活动，如战术演练、团队拓展等。这些活动使我更加深入地了解了团队的力量和合作的重要性。在困难和挑战面前，我们不再是孤军奋战，而是相互支持、相互鼓励，共同前进。

在军训的最后一天，我们进行了一场大规模的阅兵仪式。当看到我们的队伍整齐划一地走过主席台，接受检阅时，我感到无比的骄傲和自豪。那一刻，我深深地感受到了军训给我带来的成长和收获。

回顾整个军训过程，我收获了很多宝贵的经验和感悟。我明白了自己的潜力和能力，也更加了解团队合作的重要性。同时，军训也让我学会了如何在压力和困难面前保持坚韧和毅力。这些经验和感悟将对我未来的生活和事业产生深远的影响。

在未来的日子里，我将把军训中学到的精神应用到日常生活和工作中。我会更加自信和坚定地面对挑战，也会更加珍惜团队的力量，与他人携手共进，共创美好未来。我相信，在不断的学习和挑战中，我会变得更加成熟和有力量。

总之，军训生活对我来说是一次深刻的人生体验。我从中学

会了如何在压力下保持积极的心态，如何挑战自我，超越自我。这些经验和感悟将一直陪伴我，帮助我在未来的人生道路上不断前行，勇攀高峰。

## 军训后的心得体会篇三

一晃，在学校的六天军训时光过去了，给我留下满满的回忆。

其实军训是充实的，美好的，并不是我们所想的'那么艰苦。军训，也成为了我人成长中一段重要经历。

在军训的这段时间里，我学到了很多，首先，我学到了可以一个人独自生活，不再依赖自己的爸爸妈妈。然后我学到了当一名军人应该会的一些基本知识；其次，我学会团结和坚强。在齐步走和跑步走的时候，我们应该团结一致，不能光顾自己，要顾到整个团体才行，坚强，在我们每天早晨都会跑早操，一跑就是1600米，跑到最后一圈的时候我们都很累，有些同学坚持不住，可是大部分同学都在坚持，我也很想放弃，可是我想那么多同学都可以做到为什么我不可以，于是，我坚强的跑完了。

在那几天，所有同学都要为了军训汇报努力。炎日下，我们在阳光的照射下站军姿；大雨中，我们一遍又一遍的练习着，雨水淋湿了我们的头发，衣服，就连教官都喊哑了嗓子，想想，这才是真正的军训生活。

操场上回荡着我们的歌声，一听，就知道我们在唱军歌，军歌没有优美的旋律，但它有豪迈的气势，加强了我们的爱国情怀。

军训不仅让我学会了很多，还懂得了许多道理，军训在我的记忆中又翻过了一页，使我永远忘记不了这次的军训。

## 军训后的心得体会篇四

这是最后一天的军训会操，天公不作美地下起了淅沥的雨，秋意笼罩着整个校园！雨停了，湿润的地面已经翻起了一层泥浪，但是05级的同学们早已精神抖擞地站在操场上，整齐的队列就像一片绿色的小森林。会操时，一声声嘹亮的军号，一步步坚定的脚印，尤其是拳术、匕首操、射击和消防知识的演练场面，博得了现场观众的鼓掌叫好！最令我难忘的是射击场面，同学们是匍匐前进于泥水中，奋力射击，这真的是考验同学们的意志和毅力！平日训练射击都是垒着砖垫高，扶好枪杆再打，但是今天，在观看这一幕时，我的心里十分感动，一是他们为我们再现了人民子弟兵的威武，二是他们树立了保家卫国、增强体质的意识，培养了艰苦奋斗的作风。

因为平凡生活的艰苦训练，才会有今日的'辉煌灿烂。年轻永远要在搏击奋斗的主题下才显示最美丽的轨迹！这就是我对本次军训生活采访的最大感悟！

## 军训后的心得体会篇五

近年来，部队军训成为了越来越多大学生的选择，他们希望通过这段时间的磨砺和锻炼，培养自己的纪律性和坚韧精神。我也有幸参加了部队军训，并在此期间有了一些深入的思考和体会。通过这次军训，我深刻地感受到了军人的品质与随之而来的个人变化。以下是我在部队军训后的变化心得体会。

首先，在军训期间，我切实体会到了军人的纪律性。部队军训的规章制度非常严格，每一个动作、每一句话、每一个动作都需要按照既定程序进行。在这样的严格约束下，我逐渐养成了严守纪律的习惯，不再随意而为，而是按照规定去做事。在军训结束后的学习和生活中，我也延续了这种纪律性，将作息时间、学习计划等方方面面都纳入了有序的管理中。

其次，军训锻炼了我的自律意识。在部队军训期间，每天的

训练都是紧张而繁重的，需要我们准时起床、准时就餐、准时参加各项训练等。这样的训练迫使我培养了良好的自律意识，对时间的合理利用和自我管理能力得到了极大提升。在军训结束后，我在学习和工作中也能够更好地分配时间，充分利用每一刻来提高自己的能力和素质。

第三，军训使我更加坚韧。在军训的过程中，我经历了许多艰苦的训练，包括长时间的户外操练、高强度的体能训练以及军事技能的学习等。在这些训练中，我时常遭遇困难和疲惫，但是我学会了坚持和不放弃。我明白了只有经历了痛苦和挫折，才能更好地成长和进步。这种坚韧的品质也使我在面对生活和工作中的困难时，能够保持积极乐观的态度，勇往直前。

再者，在军训中，我也更加重视团队合作。部队军训的训练内容需要与他人紧密合作才能完成，尤其是一些集体作战和军事演练。在这个过程中，我深刻体会到了集体的力量和团队的重要性。团队合作不仅可以提高效率，还可以互相帮助和支持，共同达成目标。因此，我在军训后的工作和学习中更加注重与他人的合作，努力发挥团队的力量，取得更好的成果。

最后，通过这次军训，我更加热爱祖国。军训期间，我穿上了军装，跟随军队的节奏行动，接受正规的军事训练。这让我更加深刻地认识到，保卫祖国是每个中国人的责任和义务。我深深地爱着自己的祖国，希望自己能够为祖国的发展和繁荣尽一份力量。因此，我更加珍惜我所拥有的一切，更加自觉地维护国家的安全和稳定。

总之，部队军训后的变化心得体会是多方面的。通过这次军训，我锻炼了自己的纪律性和自律意识，培养了坚韧精神和团队合作意识，同时也增强了对祖国的热爱和责任感。这些变化将伴随着我一生，使我成为一个更加优秀的人。我相信，只要我们在接下来的学习和工作中，能够时刻保持对这些体

会和感悟的思考和总结，那么我们一定能够更好地发展自己，为社会做出更大的贡献。

## 军训后的心得体会篇六

伯钧，今日是你在校军训的第三天了。妈妈没有去办理电话卡，你也没有借卡打来电话，可能我们是最安静的母子搭档了。还有报到那天，刚整理完宿舍，你急匆匆地说道：“妈，我要去教室了。”便不见了人影，一张背影照的机会都没给我，而我也自觉不必再追出去叮嘱，可能我们是最淡定的母子搭档了。我从老师们上传的诸多照片里看到了你的身影，有时在挂着一脸的汗珠子立正，有时在握着空水瓶吃饭，有时在严肃地瞪着一张稿纸。适应得真不错！我当然很想你，同时对你能全身心投入到新阶段还有几分得意。相信你就好，这是做你的妈妈的`幸福小秘诀。等你军训归来，也教我一个身材挺拔、精神奕奕的军姿呗！

## 军训后的心得体会篇七

高中阶段是我们进入社会的第一步，为了让我们适应大学生生活和未来的职场环境，学校往往会安排军训活动。军训不仅让我们学会了纪律和团队合作，更激发了我们的自信和毅力。在我完成高中军训之后，我有了一些心得和体会。

首先，在军训中我学到了纪律和执行力的重要性。每天早晨，我们要在点名前站在操场上，整齐划一地排列，等待教官的点名。这不仅需要我们要有良好的时间观念，还要做到整整齐齐，身体笔直。点名后，我们要快速地做齐各种动作，对教官的命令做到立刻行动，并且要保持队形的整齐。通过这个过程，我深刻体会到了纪律的重要性，只有有纪律的执行，我们的行动才会有序，团队才能够协作得更好。

其次，军训培养了我们的团队意识和合作能力。在军训中，我们经常会被分成小组，共同完成一些任务。比如，在做军

事操的时候，每个人要和自己的队友保持一致的动作，做出整齐的队列。这就要求我们要有良好的团队意识，紧密地配合。并且在整体比赛中，只有队友们团结一心，才能取得好的成绩。通过军训，我明白了团队的力量是无穷的，只有团结一心，我们才能共同战胜困难，取得更好的成绩。

再次，军训给了我很大的锻炼，提高了我的耐力和毅力。军训让我们要适应严格的作息时间表，每天早上五点半起床，晚上十点半熄灯，不能吃零食，不能乱扔垃圾等等。这要求我们要自律，并且要有毅力去坚持。在训练中，我们要奔跑，做俯卧撑等各种体能训练，这需要很大的耐力。但是通过军训，我发现自己的身体素质得到了很大的提升，也明白了只有坚持不懈的努力才会有回报。

最后，在军训中，我找到了自信和成长的感觉。在军训开始的时候，我对自己的能力和体能都不是很有信心。但是随着训练的进行，我发现自己可以完成一些之前觉得不可能完成的任务，比如长跑和爬绳子等。这让我对自己产生了很大的自信，相信只要努力就能够做到。同时，训练过后的我也发现自己的身体素质有了很大的提升，这让我更加坚定了自己的信心。

综上所述，军训不仅让我学到了纪律和执行力，还培养了我的团队意识和合作能力。通过军训的锻炼，我提高了自己的耐力和毅力，找到了自信和成长的感觉。我相信这些经历将会成为我未来人生中不可或缺的宝贵财富，让我更加坚强和勇敢地面对未来的挑战。

## 军训后的心得体会篇八

随着社会的发展和进步，以及国家安全的需要，越来越多的年轻人选择参军入伍，接受军事训练。部队军训不仅能够增强人们的身体素质，锻炼意志，更能够培养良好的军事素养与品格。在一段时间的军训结束后，每个人都会有不同的感



悟和体会。在此，我将结合自己的经历，分享一下部队军训后的变化心得体会。

首先，部队军训让我意识到了团队合作的重要性。在军训中，我们不再是个体，而是一个整体。每个人都有自己的岗位和任务，只有互相协作，才能完成军训任务。每个人都要尽职尽责，互相照顾，团结合作。通过与战友们的配合，我深刻体会到一个人的力量是有限的，只有集体的力量才能实现更大的目标。这一点对于我以后的学习和工作都有着重要的启示和指导。

其次，部队军训让我明白了纪律的重要性。在军队中，纪律是最基本的要求。纪律的严明让我们明白，只有严格遵守规章制度，才能保证部队的正常运转和作战效力。在日常生活中，我也开始注重自己的行为规范，严格约束自己的行为，尊重他人的权益，不再违规乱纪。只有维护良好的纪律，才能建立和谐的人际关系，为自己的成长和发展创造更好的环境。

第三，部队军训让我体验到了坚持不懈的力量。军训是一项极具挑战性的训练，尤其是身体素质较差的同学。但通过每天的坚持和努力，我不仅逐渐适应了训练节奏，还提高了自己的身体素质。我明白了只有坚持不懈，才能克服困难，取得突破。这一点对于我以后的学习和工作都有着很大的帮助。无论是攻克难题，还是解决困难，都需要坚持不懈的努力。

第四，部队军训让我增强了遵守规则的意识。在军队中，每一个训练科目都有一定的规则和标准，我们必须遵守。这要求我们严谨细致，一丝不苟地按照规则去执行任务。通过军训，我培养了严格遵守纪律的习惯，学会了在规则的指引下做事。在以后的学习和生活中，我会更加注重遵守各类规定和规则，运用规则引导自己的行为，让自己更加成熟和自律。

最后，部队军训让我认识到了付出努力的价值。军训期间，

我们每天都要进行繁重的体能训练和军事 drill。但正是这些努力的付出，我们的身体变得更健壮，意志更坚定，思维更灵活。这让我明白了，只有通过不断的努力和付出，才能真正获得成长和进步。此时，我想到一句名言：“没有成功的付出，就没有成功的收获。”因此，以后我会更加努力地工作和学习，坚持不懈地追逐我的梦想。

通过部队军训的历练，我得到了很多宝贵的人生经验和教训。团队合作、纪律意识、坚持不懈、遵守规则、付出努力，这些都成为了我生活中的重要法则。部队军训不只是一种体能和军事素养的锻炼，更是一次思想和心态的培养。只有把这些体会和感悟运用到实际的工作和学习中，肯定会取得更好的成绩和发展。

## 军训后的心得体会篇九

俗话说，“身体是革命的本钱”。训练身体素质可以提高学习效率，有效避免成为“书呆子”。为此，学校举办了为期三天的“军训”活动。

“军训”以仿军队训练为主。对于学生而言，这是个非常辛苦的时期。

在这个期间，学生学习的主要内容是排队时的基本动作。在炎热的气候下，我们通过深深地投入训练中，忽视了身体的汗水。每个上午都会进行一次训练。尽管我们有短暂的休息时间，但我们仍感到体力不支。每次当教官再次喊起“训练开始”的时候，我们都想找个地方坐着，休息一下并喝口水。然而，当我们想起真正的士兵比我们辛苦得多的时候，我们只能继续坚持。

在这三天中，许多七年级同学晕厥。我很庆幸自己没有成为其中一员。

我印象最深刻的一个经历是家政培训。教官说：“我能把这被子叠成砖头一样！”之后，他以简单的语言和熟练的手法向我们展示了如何叠被子。我和同学非常好奇，挤在一起看。教官叠的被子有棱角分明，非常逼真。当教官试图让两个同学叠被子时，最终完成的结果歪歪扭扭。教官又演示了一遍后，我意识到我在家里叠被子的技巧十分有限。

最后一天到了，我们要在校领导面前表演。在操场上排成整齐的一行，我们终于走到了舞台中央。我们非常激动，紧张和期待着。尽管我们没有取得很好的成绩，但我们并没有灰心丧气。回到教室，太阳的光芒透过云层照在地上，仿佛在鼓舞我们，点燃斗志。树上的小鸟嗷嗷喳喳地鸣叫，似乎在鼓励我们不放弃，争取成为下一个赢家。

## 军训后的心得体会篇十

头顶着火辣辣的太阳，我们来到操场，准备接受解放军叔叔对我们军人般的魔鬼训练。

军训的第一天要求站军姿，解放军叔叔先给我们做了示范，然后严肃的说：“从现在起，坚持站立十分钟！”

什么？十分钟！我连十秒钟都坚持不了，更何况如此漫长的时间了！同学们也都和我一样犯难了吧！可一碰到解放军叔叔那严厉的目光就都不敢吭声了，怪乖乖地挺立着，如同一棵棵笔直的小树，在烈日下昂首挺胸。

时间一分一秒的过去了，汗水一点一滴爬上了我的脸庞，又顺着脸颊滑到我的脖子上，痒丝丝的，我有些坚持不住了，想趁解放军叔叔不注意的时候擦一擦汗，可解放军叔叔的背后好像长了眼睛似的，我刚一抬手，他就发话了：“谁都不许动，否则打报告！”我那刚抬起的手又放了下去，努力不去想那难受的痒痒，目不转睛的盯着前方，我的腰板挺得更直了，每一个动作做的更到位了，一股坚定地信念在我耳边激荡：

我要挺住!我要做一个真正的军人!我暗暗地捏紧了这漫长的十分钟。

短短的十分钟，却有着惊人的力量，它把一个脆弱的我，蜕变成了一个坚强的我!