

军训个人心得体会(汇总9篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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，我们一起来看看吧。

军训个人心得体会篇一

个人军训是每个成年人必须经历的一部分，无论是身体还是心理上都对个人有着巨大的影响。在经历了四周的军训之后，我意识到这段经历对我的生命产生了深远的影响。现在，我想分享一下自己的个人军训心得体会。

第二段：身体训练

个人军训的重点是身体训练，包括体能训练和耐力训练。在我开始军训之前，我体型偏小，没有太多的力量和耐力。但是，随着时间的推移，我逐渐地增加了肌肉，加强了心肺功能。这些训练使我更加强壮，也更有信心应对日后的生活和工作。

第三段：心理训练

除了身体上的训练，个人军训还对心理进行了训练，包括心理素质和意志力的培养。我的教官教给我如何在压力下保持冷静，并鼓励我在最困难的时刻坚持下去。这种心理训练不仅对军训有帮助，也对我的生活产生了影响。

第四段：领导力

个人军训还有一个重要的方面是领导力。在训练期间，我们

轮流扮演领导者的角色，来带领小组完成任务。通过这个过程，我学会了如何去了解身边的人的需求和优点，并且了解了如何去发挥每个人的能力。这个经历非常有趣，也提高了我在团队里的领导力。

第五段：结论

总体上，个人军训是一个非常独特的经历。虽然训练期间被磨练和压力所围绕，但这段经历让我学到了很多重要的技能。个人军训不仅让我对身体更健康，精神更坚强，而且还让我成为一个更好的领导者和桥梁，让我有信心应对未来的挑战。最后，我诚挚地建议所有年轻人去尝试一下这个经历，它将会对你的一生产生巨大的影响。

军训个人心得体会篇二

操场上，口哨声不停地传来，哎呀，看这模样我们的苦日子就要来了。同学们都三言两语地和家长们告别，冲向操场。

顶着烈日，同学们站在操场上，看着教官的面容，大气也不敢出。

教官们来到自己分管的班级，脸上流露出一种“__笑”的表情，让人不敢多看一眼。余光扫着他们都想躲得远远的，不然一不小心就会被那眼神秒杀殆尽。

开始训练了。听着教官告知训练教程，只是听听都觉得这简直就是魔鬼训练。

先是练习左右转。就这样都让人晕乎了，一不小心就会倒地不起。然后，站着还不能动。说是练军姿。这更可怕，就算是蚊子叮你，身体也不能有一丝的晃动。当你的汗珠一滴一滴地掉下来时，你也不能去擦拭。在练习站军姿时简直是度日如年啊，这日子可难熬了。你已经站得够难受了，可教官

还在我们的队列里走来走去，不停地整顿我们的动作，让你随时提心吊胆的。就在我们连里有一名女同学昏倒时，教官说，这点小困难就把你们打败了，这才刚刚开始，就这样被打败了，不配待在我的连里，更别说军训了。连最基本的都坚持不了，就这样还谈何学习！这几句话常常在我坚持不住时，在我耳边响起。也就是这几句话使我一次又一次地坚持了下来。就这样，我们的军训在这样的烈日下走了过来，在教官的训话声中走了过来。至今，这几句话还萦绕在我的耳边，鼓励着我坚持，继续向前。

在生活中，我们只能坚持，不能退缩。20_年新生入学的军训，让我一生受益。

军训个人心得体会篇三

廖一梅曾说：“回避、躲闪，辗转腾挪都毫无作用，既然来的总是要来，迎着刀锋而上恐怕是最好的选择。”已经在家中安逸许久的少年，终是迎来了大学的第一堂课，军训。

少年的肩应该担起草长莺飞，不，应该担起的是希望之火，“国家兴亡，匹夫有责”，少年是中国的希望。军训，便是少年的初次磨练。只有经历地狱般的磨练，才能练就创造天堂的力量。”军训恰好诠释了这个道理，它惊艳的美丽，为我们牵来满头星斗。

高挂天边的骄阳，使得空气中弥漫着一只种焦躁的气味。但军训，磨练的，就是我们的毅力。挺拔的军姿，庄严的敬礼，整齐划一的摆臂。少年内心的焦躁也被军训消磨殆尽。

沉溺于过往美好，那些岁月在少年眼中显得愈发温柔。与其天涯思恋，念念不忘，不如将过往放于心，给那段温柔岁月画上完美的句号。让那优良作风，钢铁意志，以及美好岁月。陪伴将来的人生。

军训个人心得体会篇四

想到初中的第一堂课就是军训，现在这一堂课圆满结束了。就此次军训作如下总结：

对于我们这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，这些都体现了他们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。但是，虽然训练场上，骄阳烈日，但他们并没有畏惧，处处展示出了军人的飒爽英姿。在五天的军训中，同学们吃苦耐劳，严于律己，顽强拼搏，表现出色。拉练过程中没有一个退缩。队伍集合，动作敏捷；站立军姿，满身大汗，纹丝不动；队列操练，步伐规范；训练场外，又能互相帮助，关心照顾，团结友爱。

军训教会了学生对别人的关爱，它加深了他们理解保卫祖国的责任，它告诉他们面对困难应有的态度。军训后他们不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，他们知道面对高峰，必须自己去搭造阶梯；遇到山崖，要自己去连结绳索。

军训是以后紧张的学习生活的起点，通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。通过军训，增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

正如同学们所说的：“这些天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。”

我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战！

初一时，我们已经试过军训了，但经过这次初三的军训，我觉得初一的军训好像对我们很放松，感觉我们像被呵护的温室花朵，很难经得起风雨的考验。而这一次的军训，才算得上是我们的试金石。

这一次的军训，要求更加严格：烈日当空，我们顶着炙热的太阳，一动不动地站着军姿，任凭汗水肆意地从额头沿着滚烫的脸颊，再流向晒得黑黑的脖子。没有教官的命令，即使汗流浹背，我们也不能用手去擦拭汗水，更不用说是活动手脚了，如果我们当中有一个人放松了，甚至是悄悄地动了，那是逃不过教官的金睛火眼的，我们便要全体受罚——跑圈、俯卧撑、蹲下起立……每一次的惩罚都会使我们筋疲力尽。这时，我真的很像放弃，但是，我心里默默地鼓励自己：一定要坚持！绝对不能轻言放弃……那么我就会咬紧牙关，努力挺过去。哈哈！就让阳光来得更猛烈些吧！我一定不会那么容易屈服的！我会坚持到底！

军训，不但锻炼了我的体质和意志，而且，对我的思想教育有了不少的影响。尽管德育课上，教官说的都是老生常谈的道理，他不像专业的老师那样出口成章，也没有妙语连珠，但是，从他专注的眼神，和用心的教育里，我读懂了他，读懂了他对我们的严格要求，读懂了对我们无尽的关怀。

经过军训，我们能更加勇敢地翱翔天际，搏击苍穹；经过军

训，我们不再是温室娇嫩的花朵，我们能长成参天大树，迎接暴风雨；经过军训，我们人生上了重要的一课！

军训个人心得体会篇五

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据的心。这些记忆将是生命中的珍宝。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。原先认为不行的，它却考验了并告诉要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着的执著。如果没有这种训练，都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，的眼中蓄满了泪水，想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，

熠熠闪耀在 们上空的云层之上。 已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比 重十万倍的责任。因为有种生活比 艰苦十万倍。 也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了 青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的 更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了 的意志，把 们的部分生活推到了极限，是 的精神随之焕然一新。它将会延伸到 人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入 生命的最底层。

军训个人心得体会篇六

军训就像是一场夏季的风埋没在了凉爽的秋季里一样。它消逝的无影无踪，只剩下了一些些的温存。这次军训在我们的欢呼声中结束了，但是它给我留下了很多的难忘和回忆。我会永远的想念这一段时光，也会永远的想念这一段匆匆青春。高一即将开始，军训给我们拉开了帷幕，接下来的路也需要自己好好的走下去。

在这次军训当中，我一直都非常听指挥，在各项训练当中我一直都保持一个非常积极的态度，所以教官对我也很是重视，平时下训之后有时间的话，我们也会围坐着和教官谈谈心。其实军训真的是一个很有趣的过程，我们作为一名普通的子民，能够经历一次军训对于我们的人生来说也是填补一次圆满。因此，我是非常珍惜这一次军训的'机会的，也想凭借着这一次军训让自己改变一些，有一些历史性的突破和成长。

还记得第三天军训的时候，我因为不小心扭了脚，当时就痛得无法动弹了，教官立马把我背到一边，然后让我自己休息一会，联系了班主任，不一会，班主任就带着学校医务室的

一名医生过来了。看了之后，说我是扭伤，可能会痛一两天左右，这两天的时间里，不可以剧烈运动，也不要太勉强。其实我比医生更清楚我的状态，我觉得自己还可以坚持，虽然当时痛了很久，但是渐渐地好像也缓过来了。当时我跟班主任申请只休息一下午，第二天继续和大家一起训练，班主任沉思了一会，也答应我了。

后来的日子，越来越快，我的脚在教官和班主任的照顾下，快速的好了。坐在一边看他们训练是一件很煎熬的事情，因为我感觉自己没有参与感，也没有和大家一起同患难，这让我感到有一些难过。好在后面加入了队伍，才让我再次激动起来，最终在如雷声般的口号中拿下了第一名的好成绩。我最为这个集体里的一员，我感到无比的荣耀和幸运，这是属于我们的勋章，是属于我们每一个人的勋章。

总而言之，我很感谢这次军训，即使是人生中最后一次这样的经历，但是我依旧会保持一个好的心态，在今后的学习中继续奋斗，如一名军人一样不辱使命，艰苦奋斗，努力朝着自己的方向前进，成就自我，释放青春！