

# 军训心得体会(通用7篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 军训心得体会篇一

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。

确实，严格的作息時間，長時間的訓練，炙熱晃眼的太陽這讓我們這些一向嬌生慣養的人來說還真有點兒吃耐不住。但是經歷過軍訓的人除了反應苦、累之外，相信還會另有一番感受，我就是這樣。

記得高中軍訓時，我們比這大學的軍訓還要苦。那時我們就十五六歲，每天早上天蒙蒙亮就得抓起來去軍訓一小時，然後再吃早飯，吃完飯又開始訓。上午到 2 點，下午到5點結束，完了晚上還要自習，不說別的就軍訓時間就夠拖累人了。而且，我們南方的氣溫比北方要高得多，九月份正是我們那兒熱的時候。

反正軍訓時你就別想穿乾衣服。訓練過程中，不時有人倒下，哭的人就更多了。但是軍訓結束後，整整一年，我們都特別的懷念那段生活。想想啊，和新結識的同學一起在烈日下流汗，流淚，和黑黑的、帥帥的教官在休息時瞎掰，以及時不時的捉弄一下教官：趁教官不注意時做做小動作，然後在與教官分別時哭得稀哩嘩啦，扯着他的手不讓他走。真的很有意思，也很感人！

現在又經歷這大學軍訓，人長大了點或許吃苦的能力也強了吧，除了太陽猛烈了點外感覺沒有以前累。但是軍訓時間比以前長，與同學教官建立起的感情就更深厚，特別是像我這樣遠離家長的學子來說，軍訓真的給了我們一個很好的適應過程。

在軍訓過程中，勞累緊張的訓練不僅減輕了我們的思鄉情緒，消除了我們的陌生感，更鍛煉了我們吃苦以及獨立生活的能力。而且通過學習軍事理論也讓我們懂得了軍訓的意義，增強了愛國意識，也讓自己多了一份責任感，感覺自己成熟了許多。

軍訓終於在我的期盼中拉開序幕，帶着幾分興奮，幾分渴望，外加幾分擔憂，終於進入這個特別的軍營。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。

同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的！

总觉得以上的文学并不是什么军训感言，我倒是更愿意视之为一篇日记，军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透；我们为了把动作练整齐，反反复复地练；知道全身酸痛；我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟

觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

20xx年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的.光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦？是军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择！

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

七天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。在这七天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

## 军训心得体会篇二

军训是大学生生活中一种必不可少的经历，它锻炼了我们的意志和毅力，让我们学会团结和合作，同时也培养了我们的自律和自信。通过这段军训经历，我深刻体会到了其中的益处，并从中获得了许多宝贵的心得体会。

首先，军训教会了我坚持不懈的精神。在炎炎夏日里，天气酷热异常，但我们却不得不穿着厚重的军装进行激烈的训练。一开始，我觉得自己束手无策，身体异常疲惫。但是，通过反复的锻炼和督促，我慢慢地适应了军训的节奏，并不断调整自己的状态和心态。虽然每次锻炼都让自己筋疲力尽，但我坚信只有经过艰苦的训练，才能取得进步。因此，我在军训过程中学会了不屈不挠、勇往直前的精神，这将成为我今后迎接挑战的重要支持。

其次，军训让我懂得了团队合作的重要性。在军训过程中，我们时常需要进行集体操和队列行进的训练，这需要完美的配合和默契。一开始，我们在这些细节上总是出现错误和不协调的地方。但是，通过教官的耐心指导和队员之间的相互配合，我们逐渐学会了默契与协调。我们明白只有一个团队的力量才能让事情变得更好。因此，我在军训中学会了倾听和沟通，学会了在集体中发挥自己的作用，同时也学会了与他人和睦相处。

军训还培养了我律己严格的习惯。在军训生活中，我们必须遵守时间表，完成每天的训练任务，同时还要保持整齐划一的形象。这对我而言是一项巨大的挑战。然而，逐渐地，我发现只有严格要求自己，才能真正达到标准。于是，我开始自觉提高自己的纪律性，努力做到按时起床，按时完成任务，按时休息。这种律己严格的习惯不仅在军训中帮助到了我，也会成为我在未来生活和学习中的宝贵财富。

此外，军训也让我树立了自信心。一开始，我对于许多军事

技能感到陌生和不自信，但通过反复训练和模仿，我逐渐掌握了这些技能并在实践中不断提升。我还参加了一些表演和比赛，让我有机会展示自己的才华和能力。在我经历了反复训练、不断提高的过程中，我的自信心得到了极大的提升。我明白只有相信自己并敢于表现，才能在困难面前战胜自己，取得成功。

最后，军训让我明白了坚持的重要性。军训并不简单，其中蕴含着许多挑战和困难。而只有坚持下去，才能领略到军训带来的乐趣和收获。正是因为坚持，我才能逐渐适应军训的生活，并成为一个人更加独立和自信的人。

总之，军训让我懂得了坚持、团队合作、严格要求自己 and 树立自信心的重要性。这些收获不仅在军训中有意义，在今后的生活中也有着重要的指导作用。通过军训的历练，我意识到只要付出努力，就一定能够取得成果，只要坚持不懈，就一定能够战胜困难和挑战。在今后的学习和工作中，我将继续发扬军训的精神和心得体会，为实现自己的目标而努力奋斗。

### 军训心得体会篇三

军训，是对初中生活的告别，军训，是对高中生活的洗礼。军训是一次难以忘怀的体验，军训是一次刻骨铭心的经历。它包含了太多的第一次，就像是温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣。或是初生的牛犊，艰难地迈出漫长人生中的第一步。

刚来到剑桥中学的我们上的第一课就是在美丽的操场上进行军训，火热的太阳照耀在同学们的脸上，汗水从脸颊划过，流到下巴，最后落入火红的跑道上又瞬间被蒸发，只留下地面上一圈小小的汗渍。即使是这样也抵挡不了同学们对军训的热情，依然纹丝不动的站在操场上完成教官的命令。

军训很苦。但是我们知道，不是我们一个人在战斗，而是与一千四百名同学和二十余名严而有爱的教官一起奋斗在一线。当然，还有一直默默无闻坚持在二线的班主任老师们。他们一直在帮助那些坚持不住的同学，为他们加油打气，擦药接水，充当着同学们有力的后备力量。

军训给我们的好处，就是磨练了我们的意志。平时懒散、贪吃好睡的小皇帝、小公主们不见了，现在一个个走起路来都是那么精神，我们目光中原来的沉郁不在了，取而代之的是炯炯有神，我们不再是遇到一点点挫折就停滞不前的公子哥儿，现在已成为知难而进的勇士。

军训很累，但是我们明白，坚持就是胜利！天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，只有长风破浪会有时，才能直挂云帆济沧海啊！

经过九天的军训生活，我们学到了很多，吃苦耐劳，顽强拼搏等等，这在我们以后的'高中学习生活将会有很大的帮助。最后我想感谢学校能够给我们一次锻炼的机会，感谢教官一遍一遍的悉心指导，感谢班主任老师们的辛勤付出。你们辛苦了！

## 军训心得体会篇四

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最



艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那么容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

高中我便过着三点一线有点单调的生活：食堂、寝室、教室，而现我同样又一次重复着三点一线的生活，只不过教育变成了操练场。每次当我们穿上整齐的校服踏上这块地时，在心中总有一种光荣，虽然身上不是“橄榄绿”，但心中却有军人的感觉，每次离开这里，既带着满身疲惫，同时也带着迫不及待的兴奋，因为终于可以吃饭了。食堂里总是“人山人海”，气温也很高，每次胡乱扒着饭，脸上、身上都流淌着大颗地汗，也许是操练时对汗这东西已见怪不怪，完全可以当它不存在了，它便一声不吭地在身上“肆掠”，每次吃饭完了，总是自我解嘲：这桑拿效果不错，饭菜口味也很不错！回到寝室，美美地洗个澡，躺在床上，顿时觉得全身筋骨舒展开来，那个惬意美好的感觉啊——只可意会不可言传啊。

军训的天气大概是军训期间关注度很高的一个问题了，前几日一直烈日当空，尤其是午后，那令人睁不开眼的太阳光把树叶照得绿油油的，地面照得白花花的，脚踩上去，仿佛觉得脚底的橡胶在炙烤下慢慢融化，而当汗无止境流淌中，好像身体在蒸发，一点一点地……也许是老天爷心疼这些祖国的花朵们了，实在不忍大家都变成干花，所以忽然将南风逆转，吹起了凉嗖嗖的北风，气温也骤降10度以上，对于大家

来说这简直比中头彩了还开心，可惜我挺倒霉，天爷爷不仅带给我了清凉也带来了咸冒，不过受到寝室“欢天喜地”气氛影响，这点小感冒也没让我郁闷超过十分钟。

青春就是阳光

生活，宛如一条清澈的小溪，静静地流淌，偶尔会有些许起伏，激起层层涟漪，然后恢复往日的平静。生活，就像一杯清淡的龙井茶，只有细细地品尝，才能寻出其中的味道：有苦也有乐。军训生活也是如此。

读高中时，听人常常提起大学军训生活的.苦、累、长而乏味，现在自己真正的站在那个“绿地”的队伍当中，感受到的却是一种异样的感觉，那里庄严、神圣，也许是源于一直以来对军人的崇拜吧！

## 军训心得体会篇五

近日，我与我的同学们经历了一次难忘的军训，这是我们大学生活中最重要的一部分。通过这次军训，我们不仅锻炼了身体，获得了各种技能，而且也得到了许多宝贵的经验和领导能力。在经历了这个过程之后，我对于ji军训有了更深刻的了解，也有了一些体会和感悟。

第二段：体验心得

这次ji军训让我更好地感受到了练习和培养毅力的重要性。听到教官一遍又一遍地重复命令，让我们整齐划一地行动，我们的耐力和毅力都会被考验。但是，只有耐心地锻炼，我们才能适应这样的体验。此外，军训中的队列也给我们带来了很多启示。在队列中，我们得学会相互协作，学会服从领导。我们必须认为整个队伍的和谐和稳定比个人利益更重要。这些想法在日常生活和职业中都很实用，因为他们帮助我们更好地与其他人合作。

### 第三段：领导力

在我们的ji军训中，我们也有机会了解到领导和被领导的标准和要求。教官给我们很好的锻炼，他把我们分成不同的小组，让每个小组选择一个领袖，指导我们的日常训练。在这个角色中，我们需要展示自己的领导技能，并且要遇到很多挑战和领导下属相处的问题。有些领袖群体遇到过许多让他们头疼的问题，比如令人烦恼的事情，或者团队中出现的捣乱者。这些问题并不容易看到，但是我们需要团结起来研究解决方案。

### 第四段：思考

通过ji军训，我也开始思考自己的职业道路。我意识到，即使我们无法活像军人一样，至少我们可以从军事方面的锻炼中受益。我们可以在我们的职业生涯中，表现出强大的纪律性，并将这一特质运用到我们的日常生活中。这样做的好处在于，我们可以更好地完成各种任务和项目，并且在复杂的环境中更容易适应和适应环境。

### 第五段：总结

就我个人而言，这次ji军训带来了我不不少的启示和收获，我深深地认识到了自己的不足之处，也认识到了自己的潜能和实力。希望在日后的学习和工作中，我都能运用这些宝贵的经验，充分发挥自己的优势和潜力，更加出色地完成各项任务和工作。

## 军训心得体会篇六

生活是一位睿智的长者，生活是一位博学的老师，它常常春风化雨，润物无声地为我们指点迷津，给我们人生的启迪。

四天的军训生活虽然短暂，但我们仍然受益匪浅。当我们站

在军训营地上训练时，我才真正体会到什么是严寒。风不留情地迎面扑来，我们不能喊冷，更不能动一动，就这样凭着顽强的毅力，默默坚持着，好的开头是成功的一半，但要获得成功，其实还要好好地坚持到底。坚持意味着忍耐，最终，我们还是坚持到底了，也笑到了最后。因为我们有信心，有实力，所以优秀的成绩便是给我们的最好回报。

坚持下来很不容易，鲁迅先生非常赞赏虽然是最后一个但仍能坚持跑到终点的人。这样的人在赛程中可又最不引人注目，但却最能鼓舞我们这些遇到困难就想退缩的人。坚持是一种品质，需要我们去培养，三天的军训生活，就培养了我们这种品质，而坚持的可贵之处，也正在于它可以培养我们许多品质。还有这样一个哲理故事：每个人都有惰性，而且我们每天都处在惰性包围之中。惰性像稻草，一根根地向我们压来，一开始你感觉不到它的重力，但当它越积越多，终于有一天，只须添上最后一根举足轻重的稻草，你就会坚持不住了！终于会被它压趴下。在那些惰性稻草压迫我们的过程中，人是无知无觉地坚持的，这是一种心灵上的抗争。

大家都知道，一鸣惊人的人，肯定是默默无闻过一个相当长的时期；豁然开朗的境界，必然经过一段昏蝉狭窄的路程。这之间，最重要的是坚持。所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”也正是这个意思。坚持体现着沉着，愚公荷担移山，终得天帝相助；达摩静坐参禅，石壁为之感化。这样的效果，虽是不可企求的，但毕竟是坚持者才会得到的待遇。

同学们，请相信“所有坚韧不拔的努力，迟早会取得报酬的”这句话吧！

## 军训心得体会篇七

46个陌生的新生，在坐上开往东方绿洲的巴士那一刻起，有了一个共同的名字——3班。迎接我们的是挑战，是锻炼，也是3年集体生活的开始。友谊和团结在这片绿洲上开始酝酿。

野地扎营是难忘的一个环节。同学们要协力在草地上搭起一个很大的帐篷。“女生扶支架，男生敲铁钉！”二十几个相互认识几天的同学，像是早已有了默契，每一个人都有条不紊地忙碌着。铆钉尚未全部到位，一阵大风吹来，威胁着刚有些雏形的帐篷安危。负责扶承重主干的女生有些站立不稳，我见状立刻箭步上前伸出援手，两人相视一笑。有了友谊强大支撑，帐篷在大风中仍然屹立不倒。一扇无法闭合的小天窗也制造了不少麻烦，但是我们运用集体的智慧克服了这个困难。大家好像是荒岛上的冒险家，在这里建起自己的家园。

扎营完成后，我们坐在自己搭起来的帐篷里，围着主撑杆载歌载舞，好不热闹。钢管舞，拉丁舞，街舞，流行音乐……我为多才多艺的同学们折服了。同学间的距离进一步拉近了。我没有料到的是这还只是同学们的一部分才艺。不久后的文艺联欢晚会上，我班同学的幽默小品荣获了领导的最高评价，全场更是笑声不断。

如果说集体活动充满快乐，那回寝室后的自理生活则是对我们这些在家娇生惯养的“小祖宗”的严峻挑战了。捧着衣物走到水斗旁，才意识到肥皂没带来，折返后带了肥皂，又忘了衣架；手忙脚乱洗完的衣物往往不是肥皂没漂清，就是没洗干净；还有每天要起个大早把被子叠得有棱有角，被单铺得一丝不乱。一开始我简直要疯了！慢慢习惯后，我感到自己真的成长为一个独立自主的人，这种感觉很棒。

军训的经历值得我永远珍惜，军训的日子让我成长。