

# 2023年军训心得体会(通用8篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 军训心得体会篇一

军训，对于许多孩子来讲可能是一个既好奇又向往的字眼，没想到，我的初中第一课很快就与它相遇了。

20xx年x月x日，我怀着既兴奋又忐忑的心情踏进了郑州市国防科技学校的大门，开始了我五天痛并快乐的军训生活。

说它痛苦，是因为军训远没我想像的美好，有时候在电视里看到军人的飒爽英姿很是羡慕，但没想到英姿勃发原来都源于一点一滴的积累。立正、稍息、齐步行进、整理内务……无休止的重复、近乎苛求的纪律，真是枯燥至极，一天下来，搞得我精疲力竭，内心打起了退堂鼓。

说它快乐，同学们都是初次远离父母相聚一起，相知相识，困难时互相帮助，落后时互相鼓励，高兴时一起欢笑，激动时一起流泪……尤其是那拔河比赛的场景更让人终身难忘，我们团结一致，首战告捷，激动得击掌相庆！后又因配合失误，遗憾出局，失望时手挽手心连心相互安慰。军训虽已结束，但那些生动感人的画面早已深深刻入我们的记忆。

## 军训心得体会篇二

两周的军训的日子，让我内心一种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

初一军训心得体会600字(二)

### 军训心得体会篇三

军训结束已经很多天了，但是军训那几天带给我的体会，我想我永远都忘不掉了。

现在的'小孩都是父母手中的宝，捧在手心怕摔了，含在嘴里怕化了，有些家长甚至都开始溺爱孩子，我也不例外。我的家庭并没有多富裕，但父母对我的宠爱一点也不比别人家的少，长这么大我也从来没有离开过他们，军训，是我第一次离开他们，和其他人一起生活，虽然只有一周时间，但是我还是很欣喜，我想着，终于可以离开他们了，所以在妈妈嘱咐我要注意这个，想着那个时候不耐烦的拿着包走了，只觉得妈妈这么罗嗦是不是更年期提前了。

可是军训开始的时候，我第一次觉得自己就是被惯坏了，军训时的三餐都是馒头配菜，我从小就不喜欢吃馒头，所以妈妈平时都是蒸米饭，变着花样给我做饭吃，看着这些个白花花的馒头我一点食欲也没有，拿着筷子吃了几口菜就出食堂，到外面排队去了。

一个下午我脑子里都是妈妈做的菜，好几次都被教官罚做深蹲起，让我本来就饿的肚子更饿了。一边在心里说着教官的坏话，一边决定就算是馒头明天也要先填饱肚子再说。

结果第二天，都是跟我一样想法的人，我还没吃完一个馒头，其他的都已经被别人抢走吃掉了，于是在又饿了一下午的肚子的同时，我更想念妈妈做的饭菜了。

这么短短的七天时间，我就好像过了一个世纪那么长，这些天我改掉了多年挑食、做事拖拉的毛病，每天都在想念妈妈的唠叨声，深切的感受到想要做一个人，做一个真正有能力约束自己的人，有多难。

世间不如意事十之八九。不是所有事都是顺着自己心意来的，每个人的也不是一生都顺风顺水没有一点挫折的，想要将来成才，就要比别人更能吃苦，才会苦尽甘来。

## 军训心得体会篇四

### ——引子

其实我不懂军人。

我喜欢橄榄绿色的军装，但穿这身军装，就有千斤重担压在肩头。

六点过十分起床，我没有睡饱。

我被罚做俯卧撑，因为我没有去早训而是随室友吃早饭。我不明白为什么军人喜欢空着肚子训练。

军姿的要求太多了，我的手总贴不紧，教官说做不好就打手，但他没打我。

太阳好大，军人那么喜欢晒太阳吗？

我在数身上掉下的汗滴。

把身子微微向后倾，趁教官不注意放松脚前掌。

我听不见教官的口令，他嗓子嘶了，声音太小。

为什么不休息？军人都不累吗？

立正、稍息、后转，我们都做得很好，我们终于可以休息。

教官唱歌给我们听。

好累，前方的路太远，我走不动了。

教官给我们打气，军人是不退缩的。

练习跑步，我不会停下，教官一直教了一下午，耳朵起茧的时候我会了。

明天早上四点半起床爬岳麓山，我全身都提不起劲，但我不怕，前方的路不黑，它有信念掌灯！

教官，我们想叫你一声哥，想叫军人一声哥！。

这个夏天我参加了军训，这个夏天我们与教官们一起走过。

## 军训心得体会篇五

军训不知不觉的在漫长艰苦的训练中结束了，等我们起步走在路上时，突然发现自己俨然像一个小军人！不经意中，我们觉得这几天的收获就像丰收的果树——硕果累累。

在这几天的奋斗中，我们学习了立正、稍息、跨立、左右转身、向后转，蹲起、齐步走……在教官悉心的指导下，我们学会了许多基本步法。

但最令我难忘的就是走正步。腿抬高、臂抬直，看似简单的动作却复杂精致。大家排成一个方阵，有两位标兵带领方阵，精神抖擞的踢正步。在茫茫人海中脱颖而出！

食堂的饭是最好吃的，虽然没有家里的饭菜美味可口，但大家经过刻苦的训练后，围在一起吃的饭，一个字——香！

在训练中，我们苦并快乐着。军训增加了我和同学的友谊，让我们彼此间的陌生，以飞快的光阴成了一群熟悉的伙伴！是啊，军训虽苦，我们却快乐着！

其实我们最大的收获就是一种精神——坚毅！坚强的毅力是我们每个人必备的品质，只有坚持，才会成功，才会雨后见

彩虹！汗水浸湿了我们的衣服，但我们的坚毅让我们班荣获了队列第一的好成绩！

这次的军训，不仅仅让我学会了基本的步法，不仅仅让我和同学增加了友谊，不仅仅让我学会了坚毅，而且更让我懂得了：军训是门必修课！

## 军训心得体会篇六

从7月15日开端为期五天的军训活动在操场上顺利地拉开了帷幕，自此掀开了咱们军事夏令营日子的新篇章。

回想那短短五天军训的日子，一种潜藏在心中已久的感触便由然而生。确实，军训是辛苦的，但是辛苦的美丽，辛苦的动听，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，咱们的全体在酷日下患难与共，曹教官对咱们每一个动作都要求严厉，一发现咱们的动作不规范，不到位，便仔细的给咱们解说，纠正咱们的过错，争夺让咱们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，咱们的双肩酸痛，双腿麻痹，让咱们真实地领会到苦和累。

但咱们不需诉苦它的磨难，它的辛苦和劳累，是在训练咱们像树相同坚硬向上，百折不挠的意志，它带给了咱们一个庄严，一种力气，一种不向任何权势卑躬的质量。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不阅历风雨，何故见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了咱们怎样去应对往后的波折。歇息时，咱们方队的男女生应对面的坐着，在教官的引领下，咱们每一个人的脸上都浅笑着，这浅笑的力气，感动了周围的全部，细细想想，美好，高兴常常酿制着并泛动在咱们的心中，只需咱们用心去领会，用心去发觉，便能找到瞬间的美好与高兴。

此外，在军训的活动中，还增加可许多五光十色的活动，如

安排咱们看电影，听讲座等等。这些活动，既训练可咱们刚强的意志，吃苦耐劳的精力，培养了咱们的团队认识，增进了咱们之间的联系，前进了咱们营员的交流潜力和凝聚力，又改进可咱们的精力风貌，前进了咱们的归纳本质，团队精力。

白驹过隙，韶光像一条潺潺的小河，好像一眨眼的时刻，五天的军训日子就完毕了。回想五光十色的军训日子，我更多的是慨叹——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。

## 军训心得体会篇七

军训有泪，有欢，有苦，真乃五味俱全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里命令是绝对的服从，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，却有荡气回肠的高歌。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我有一种超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，打击我的信心。如果没有这种训练，我都不知道片刻的休息也会成为一种施舍，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。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里

话”的歌词时，我的眼中蓄满了泪水，我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，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我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我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍，我也应该以军人的姿态展现在世人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长大成熟的我更加渴望保有持久的军训体验。军训磨练了我的意志，使我的精神随之焕然一新，它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。

## 军训心得体会篇八

大家上午好！在今天这个阳光明媚，万里无云的早晨，为期六天的军训终于圆满结束了，这是一堂特别的、与众不同的、远离教室、没有课本的课，有的是“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”，体验着不同往日的生活。这次军训给我们留下了深刻的印象。

记得第一天，我们背着书包，迈着轻快的步伐走进了班级，你看看我，我瞅瞅你，同学之间都很陌生。随着军训生活的开始，彼此之间渐渐地熟悉起来，很快就建立了友谊。同学们互相帮助，热爱班级，团结一心，处处洋溢着和谐友爱、积极向上的气氛。我们会因为其他同学出现的失误而伸出援助之手，也会因为其他同学获得的成绩感到由衷的高兴。

很快懒散了两个多月的我们就在教官的口号声中少了许多娇嫩，多了一些吃苦耐劳；少了一些懒散，多了一些紧张，我们都能按照要求，像个军人一样，做到一切行动听指挥，整队迅速，意志坚强、纪律严明。

在军训期间，我们头顶烈日，练习站军姿、稍息、转体、齐步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在操场上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢贴紧裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。随着内容增加，难度增大，我们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，我们做到了最好。

军训教会我们什么是坚强的意志，也教会我们什么是严明的纪律，军训教会我们乐于吃苦耐劳，也教会我们怎样把握自由与纪律的尺度。还教会了我们正确认识自我，并勇于挑战自我、战胜自我、超越极限。

军训就要结束了，我们的初中生活才刚刚开始，在军训中我们收获了珍贵的友谊、严明的纪律、坚强的意志与宝贵的健康。在今后的生活中，我们要继续保持并发扬军训带给我们的精神力量，不管我们遇见多大的困难与挫折，经历多少的风霜雨雪，我们都会团结一心克服重重困难，战胜自我，取得最后的胜利，决不辜负教官与老师对我们的殷切期望。