

2023年集训军训心得体会 军训里的心得体会军训心得体会(模板9篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

集训军训心得体会篇一

还记得……

五天前，我们满怀憧憬与希望，满载目标与方向来到军训场地，陌生的环境，陌生的教官，一切都是那样的陌生，穿上军衣，戴上军帽，一种莫名的惊喜与感动不禁涌上心头，烈日下的我们已不再是往日的初中生了，现在觉得自己是一个严肃的军人，神采奕奕的我们有一种很强的自豪感，这也许就是军人的魅力吧！

五天中，我们训练有速，我终于体会到了军人的格言——流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队的含义了。每天，我们严格训练，训练十分紧张，但在这紧张的同时，教官还不忘给我们“露”一手，向左转向右转搞得我们眼冒金星，晕头转向；摆臂搞得我们的手又酸又麻；站军姿搞得我们“呆若木鸡”，一动也不敢动……但我们坚持一个原则“听从指挥，服从命令”只有压迫才有动力，只有动力才会有精神，只有精神才能体现一个军人的风貌！在这期间，我们吃苦耐劳，遵规守纪，团结友爱，互相帮助，共同努力……凭借着一种团体精神，一种爱国情怀，一种人民军队的光荣传统。室外训练是小事，内务整理是大事，每天面对“豆腐干”，我只得唉声叹气，教官要求我们被子要叠得四四方方，有棱有角，而我们却都成了他的俘虏，没办法，只好整天请教请教再请教，练习练习再练习，终于它被我们管得服服帖帖，虽不能说是

十全十美，但对我们而言，已是完美无缺了。

五天后，我们又乘上了返校车，然而想家的感觉却置之度外，相反一种依依不舍的留恋之情却油然而生。别了，陪伴了我五天的热土；别了，陪伴了我五天的教官；别了……但是军人的精神会永远留在我心中“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”，我耳边又响起了一首经典老歌“我是一个兵，来自老百姓，打败了日本侵略者消灭了将匪军……”

品味军训是一种乐趣，我将把这乐趣深深埋藏……

军训给了我更多的感悟，感谢学校和老师给了我初中学习的第一课！

集训军训心得体会篇二

集训和军训是大学生生活中重要的环节。在这段时光里，我们不仅学到了专业知识和技能，更重要的是学习到了做人的道理和标准。这必须得归功于集训军训。集训让我们持续学习和改进，锻炼自我约束，让我们变得自律，充满了活力和人生经验。

第二段：集训的经历和收获

集训期间，我获得了不少宝贵的经验。我学会了如何同队友合作，如何在无数的需求和目标中制定自己的优先提出方案，学会了如何发挥自己的长处和善于派遣。我相信，在未来的生活里，这些技能将会对我产生深远的影响，并帮助我遇到困难时更好的处理。

此外，在集训时，我们还参加了各种活动，例如口才辩论等。这些活动不仅见到了不少优秀的同学，更加贡献了我们的思想和思考方式。同时，集训也开拓了我们的眼界，感觉到了外界和社会的压力，让我们在有限的环境中了解不同背景、

年龄、经历和文化的同学，增加了同理心和共情能力。

第三段：军训期间的收获和心得

军事化管理和训练是军训最为重要的部分。经过几天的身体训练，我意识到身体的强大和健康对于人生非常重要。同时也让我知道了自己肌肉和体能的不足，认识到一定的训练和锻炼后能够重塑身体，提高健康素质。在军训的过程中，我和我的队友们也建立了深厚的感情，感受到了集体的力量和团结协作的重要性。

第四段：和集训军训相关的小故事

集训和军训期间有许多趣事。例如在个人表演环节，我和我的同学们一起为舞台抓紧每一分钟和每一秒钟，精确地制定策略和表达方式，让观众们在期待之内，收获了专业和精神上的奖赏。

在军训期间，我们遇到了各种意想不到的挑战。例如，在一次长跑训练中，我被队友拉了一路，最终完成了比赛，但仍然无法忘记我当时的惊恐和疲惫。在此事件中，我学会了不放弃，坚持到底的重要性。

第五段：总结归纳军训和集训的重要性

集训和军训不仅能够帮助我们锻炼身体和提高素质，更重要的是，通过集体的舞台、军事化管理和训练，我们可以了解困难和挑战，学会如何合理分配时间和资源，学习新的知识和经验，并获得自我锻炼的机会。这将对我们的未来学习、工作和人生产生深远的影响，让我们更加注重和珍视这段期间的意义。感谢集训和军训，我们早已不再是原来稚嫩的自己，而是充满自信和勇气的青年。

集训军训心得体会篇三

集训和军训，是许多学生的青春记忆，也是他们成长的必经之路。集训和军训不仅是锻炼身体、提高技能的机会，更是磨练意志、增强毅力的机会。在这个过程中，我们收获了很多，也体验了很多，下面我来分享一下我的心得体会。

第二段：锻炼身体，提高技能

集训和军训对于锻炼身体和提高技能来说是非常重要的。在集训中，我们每天会进行体能训练、技能培训、竞技训练等，不仅提高了我们的身体素质，更加强了我们班级的团结和合作能力。军训中，我们在体能训练和警卫岗训练中，逐渐找到了自己的方向。我的身体素质和技能都得到了明显的提升。

第三段：磨练意志，增强毅力

集训和军训中，除了锻炼身体，还对我们的意志产生了极大的考验。早上起床、坚持训练、规律作息等督促了我们的自律特质。在集训中，由于每天都是紧张、高强度的训练和课程，很多人都出现了厌倦和懈怠的情况。但是，在老师的引导和同学的陪伴下，我们通过相互支持、相互鼓励，坚持了下来。这种体验让我明白了“自强不息、厚德载物”的重要性。

第四段：班级团结，情感升温

集训和军训不仅锻炼了我们的身体和意志，也促进了我们班级之间的情感升温。每一个训练和任务，班级都在一起完成，强烈的合作和共同经历，让我们对班级和集体有了更加深刻的认识和理解。通过集体奋斗，班级成员之间的友情也得到了进一步加强。

第五段：结语

总体来说，集训和军训的经历让我感受到了一种特殊的乐趣，强化了我的沟通感知和自主思考的意识。它不仅培养了我对团队和集体的重视，提高了我的执行能力，也为我树立了一个准确切实的自我形象，让我对未来有了更加清晰明确的规划和目标。我相信，在今后的成长征程中，集训和军训的这些收获将一直伴随着我，成为我成长路上不可缺少的宝贵财富。

集训军训心得体会篇四

星期一，我怀着愉悦的心情来到学校，方老师领着我们上了班车，来到山青世界。

在广场上站好队，教官给我们分好连，就往公寓里带，教官在门口给我们发好被单，叫我们去整理内务。整理完内务，教官让我们拿好饭盒在广场上站队去食堂吃饭。

吃完饭就要上课了。我最喜欢的课是勇敢者之路，是什么样的路呢？这是一条搭在一铁丝网上的桥，网下面是一条湍急的河流，人走上去桥会很抖，随着人在桥上站立得不稳，脚下的桥也随之不稳，有几名男生闭着眼睛就往前冲，但也不是全都能冲过去，有的人冲到一半就重重地摔在网上，我可不是往前冲的那种，我是一路摇晃着过桥的。

在军训的过程中，我学会了叠被子，自己料理自己的日常生活，不像在家时被家长催促着干着干那的。

而且大家那么多人住一个宿舍的感觉也很新鲜。

五天的时间过得飞快，我们就要和山青说再见了，大家都去找教官要签名，然后坐上了回家的班车。我们带着留恋的泪水离开了教官，再见了山青，再见了教官。

集训军训心得体会篇五

今天是我首次离开父母出远门的日子，虽说是初中生，逐渐走向自立，但总会有那么一份的不舍得，这也是我向往的锻炼自我的好机会。

我与七十多位小学生一同参加了有“五邑小记者协会”举办的军训活动，训练地点是广州市黄埔区的风水宝地——长沙岛上的“黄埔青少年军校”。

在车上大家有说有笑，有个胖子还总爱抢麦克风，可总是抢了又不会作答，使我记住了他——胖子。

到了军校，我被分到第二排第四班。在军校，哨声就是命令，我们必须服从。

午饭时，我们学到了军人进食的步骤，大概是初来报到，大家都很不习惯，不过在教官一再批评后，大家都进入状态了。那些菜就当然没有家里的好吃，但是你不吃就得挨饿，大家当然是硬着头皮吃啦。

午休后，我们到军校内训练。我们先乘座了水陆两栖坦克。看大家都挺愉快的，可没想到后面是多么的“可怕”。

之后我们开始操练，学习军人的立正、转身、敬礼……你别以为这是件容易的事情，不断反复地操练，真是挺辛苦的。可这，这是“可怕”的开始。

晚饭后，我们要洗澡、洗衣服，这可是件苦差事。洗澡是小菜一碟，可说到洗衣服，呵呵，别说他们，连我这个初中生都被弄得手忙脚乱。这是我首次独自洗衣服，洗刷后的衣服确实不怎么干净，可经过这次“实战”，相信明天将有所进步。

最后就是整理内务，在教官的精心指导下，大家开始自己动手，分工合作，完成内务工作，这不正是自立与团队精神的表现吗。

原本、是一个晴空万里的早晨。但在我心中，就像是晴天霹雳。

初一军训心得体会600字(四)

集训军训心得体会篇六

第一段：引言（包括军训目的和重要性）

交警军训集训是一种重要的训练活动，旨在提高交警队员的整体素质和专业能力，培养他们良好的纪律性和团队合作精神。经过集训，交警队员可以更好地适应和应对各种紧急情况 and 突发事件，保障道路的安全与畅通，为社会治安和人民生活提供更加坚实的保障。

第二段：体能训练

集训的第一阶段是体能训练，其中包括晨跑和障碍训练等项目。晨跑锻炼了队员们的耐力和毅力，使他们养成坚持锻炼的好习惯。障碍训练则培养了队员们的协调能力和勇敢精神，使他们在面对困难和险情时能够迅速应对和解决。

第三段：警务技能训练

集训的第二阶段是警务技能训练，其中包括交通法规的学习和执法模拟等项目。通过学习交通法规，队员们掌握了正确的交通规则和执法方式，能够更好地引导行车，维护道路交通的秩序。执法模拟则通过实战演练，让队员们能够在真实

的场景中应对各种复杂情况，提高了他们的处置能力和判断力。

第四段：心理素质训练

集训的第三阶段是心理素质训练，其中包括心理咨询和团队合作等项目。心理咨询帮助队员们减轻心理压力，调整心态，保持良好的心理状态。团队合作项目锻炼了队员们的团队精神和沟通能力，使他们能够更好地协同作战，应对突发情况。

第五段：收获与感悟

通过这次交警军训集训，我深刻体会到了军训对于队员们成长的重要作用。通过体能训练，我意识到了坚持运动的重要性，锻炼了身体，并培养了不怕困难的勇气。通过警务技能训练，我熟悉了交通法规，提高了自己的执法能力，在今后的工作中将更加严格执行交通法规，为社会提供更好的服务。通过心理素质训练，我学会了正确的应对压力的方式，并体会到了团队合作的重要性。在集训中，我结交了一群志同道合的朋友，我们共同面对困难，互相鼓励和帮助，使我更加懂得了团队的力量和坚持的重要性。

总结：交警军训集训是一次宝贵的成长经历，通过这次集训，我不仅提高了自己的专业能力，锻炼了身心，更深刻体会到了团队合作和坚持的重要性。在今后的工作和生活中，我将时刻铭记这次集训的经历，不断提高自己，为社会交通的安全与畅通贡献自己的力量。

集训军训心得体会篇七

近日，我所在的交警队进行了一次集训，让我对于交警的工作有了更加深刻的了解。通过这次集训，我不仅学到了许多专业知识和技能，还领悟到了人民警察的职责和使命。

第二段：团队精神的重要性

这次集训不仅仅是一次个人的锻炼，更是一次团队的考验。在集训期间，我们被分为若干小组，进行各种任务和演练。每个小组成员的配合和默契是成功完成任务的关键。我们不仅需要相互信任，还需要相互支持，只有充分发挥团队精神，才能使整个小组取得最好的成绩。

第三段：体力和意志的双重锻炼

集训期间，我们一直进行着各种体能训练，从晨跑到俯卧撑，再到长时间的军队瑜伽。这一系列的训练不仅让我们的体能得到了锻炼，也增强了我们的意志力。当我们在极度疲惫的时候，但仍然保持良好的斗志，坚持完成每项任务，这种锻炼不仅在工作中起到了作用，也会在生活中造福。

第四段：法律意识的培养

作为一名交警，具备扎实的法律知识是十分必要的。在集训期间，我们接受了各种法律法规和交规的培训，对于交通法律和交通安全问题有了更加深入的了解。了解了交通法律的底线和原则后，我们才能够更好地维护法律的尊严，保障交通秩序的正常进行。

第五段：职业荣誉感的培养

集训期间，我们接触了许多优秀的交警，并从他们身上学到了许多。他们不仅在工作中认真负责，还时刻保持积极的工作态度。通过和他们的交流，我们逐渐培养了对交警职业的荣誉感。作为交警，我们肩负着保障交通安全、服务人民群众的重要职责，只有充分认识到这一点，才能全身心地投入到工作中，做出更出色的成绩。

总结：

集训是对我们交警的一次全面考验，提升了我们的专业素质和综合素养。通过集训，我们不仅学到了知识和技能，还锻炼了团队协作能力、意志力和法律意识。我们作为交警，要时刻保持职业荣誉感，以更高的标准要求自己，为交通安全做出更大的贡献。只有在不断的锤炼和提升中，我们才能在工作中不断前行，为人民群众的安全出行做出更多贡献。

集训军训心得体会篇八

上午的军训结束了，我饿得饥肠辘辘，本以为餐桌上有很多美味，但却是令我反胃的馒头，这令我食欲大减，为了军训，我皱着头皮吃了一个馒头。

到了下午的军训，才过了一会儿，我的肚子便叫了起来，强烈我在和我抗议，我硬着头皮苦熬了几个小时，终于听到了久违的口令“解散”，听到这口令我变向着校门跑去。

来到校门口，我急切地左看右看，寻找着快餐店，在急切的寻找中，我终于找到了久违的快餐店，但快餐店里以是人山人海，门前已经排起了长队，我失落得差点瘫软在地，在我失望的时候，我看见了曙光！真是山重水复疑无路，柳暗花明又一村呀！是他，他不正是军训时站在我旁边的同学吗？啊，这次晚饭有着落了！我正想去叫他时，可我又想不起他的名字来，我使劲的拍着自己的“猪脑袋”，拼命的想，可我就是想不起来，平时可以记住很多东西的脑袋，现在仿佛好象已经生锈了，什么也记不住。我不在去想他的名字，因为我的肚子在强烈的和我抗议，我在饥饿的驱使下走向了快餐店，真希望他能认出我来。我轻轻地拍了一下他的肩膀，啊，还好，他一下子就人出了我，他看着我以饿得饥肠辘辘，就说：“要不坐下来一起吃饭吧。”在饥饿的驱使下，我顾不得面子，点了点头。

这次军训，我不仅得到了锻炼，还得到了中学里的第一份友情！

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸又烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

集训军训心得体会篇九

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。我以前的同学都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长？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。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇

敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。先是全体七年级同学一起参加一个军训仪式并认识各个班的教官，我们七三班的教官是一个皮肤黑黑的而又是一个表面看起来很和蔼实际挺严格的一个人，随后我们又跟随教官来到操场。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，两手……”

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训最后一天，汇操表演。先是一班的表演，我们看了都感觉我们班的最差劲，那些男生还在说什么我们班肯定是最后一名。不一会儿，就到我们了，我们在一声声的口号中动了起来，我发现此时此刻的同学们都仿佛变了一个人似的，动作快的跟上了，动作慢的也跟上了，大家都在尽心尽力的完成这次的军训表演，我们动作一致，外里如一，精彩的表演博得了一阵喝彩，此时我知道了：现在南溪中学是我们的骄傲，在将来，我们将会是南溪中学的骄傲。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，和团结就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。