

# 最新冬军训心得体会(汇总16篇)

撰写实习心得可以记录下自己的成长轨迹和进步点。以下是小编为大家收集的军训心得范文，仅供参考，希望能给大家提供一些思路和灵感。

## 冬军训心得体会篇一

### 第一段：引言（100字）

军训是大学生生活中必不可少的一部分，它不仅帮助我们培养意志力和团队合作精神，更能锻炼身体和磨练性格。经历了几个星期的军训，我体会到了许多人生的道理，也收获了一些宝贵的心得体会。

### 第二段：军训的磨砺（200字）

军训是一次对大学新生进行全面锻炼的机会。艰苦的生活环境、严格的纪律要求以及繁重的体能训练，让我们逐渐适应了严苛的大学生活，并且养成了良好的生活习惯。我们要在规定的时间内完成各项任务，这极大地培养了我们的临机应变能力和团队合作精神。经过军训，我意识到早起的重要性，也体会到了坚持不懈的力量。

### 第三段：军训的意义（300字）

军训让我认识到军人的辛苦和牺牲精神，进而增强了我对国家和社会责任的认识。军训中，我们不仅要完成严格的体能训练，更要学习军事理论、军事礼仪等。通过学习和模仿军人的一举一动，我们深刻领悟到对他人的关心和尊重的重要性。我们要学会与人合作，互相帮助，在团队中找到属于自己的位置。同时，军训也让我们认识到自己身上的不足，进而激发出更大的潜力和动力。

#### 第四段：军训的收获（300字）

军训中，我不仅增强了体质，也锻炼了坚韧不拔的毅力和自律的精神。通过反复的操练和穿越长途行军，我学会了不怕困难和挫折。在炎热的夏日，我感受到了自己的身体能够适应各种环境。我不再害怕挑战和困难，而是愿意主动面对并努力克服。军训让我明白了什么是真正的团队合作，大家一起克服困难，齐心协力完成任务，这种感觉令人难忘。

#### 第五段：心得体会与展望（300字）

通过军训，我学会了坚持和团队精神。坚持不仅是坚持到底的意志力，也是保持积极心态和良好习惯的表现。军训中，坚持不仅让我们更好地适应军事训练，也对我们今后的学业和工作生活有很大的帮助。在未来的大学生活中，我将更加注重锻炼身体，保持健康的生活习惯。我还将继续保持坚持和团队精神，与同学们共同进步。

通过军训，我收获了很多，不仅仅是体力上的锻炼，更是精神上的成长。我相信，这种成长将对我的大学生活和未来产生积极的影响。

#### 总结（100字）

军训是大学生活中的一次重要经历，它帮助我们锻炼身体，培养意志力和团队合作精神。通过军训，我学会了坚持和团队精神，也对国家和社会责任有了更深的认识。在未来的生活中，我将继续保持良好的生活习惯和坚持不懈的精神，迎接更大的挑战。

## 冬军训心得体会篇二

今天，我们和昨天一样，起了个大早，同时也是军训的第二天。

真是累得很呀！站军姿十分钟，就像过了一个小时、一天，总觉得已经等了很长时间一样，可教官说才几分钟就很泄气，也很纳闷，但在下午军训时，有了一件非常可笑的事件：

虽然，军训很累，很烦躁，但总是充满欢笑。

加油！迎接美好的`明天！

## 冬军训心得体会篇三

军训团是大学生生活中的一段特殊经历，它是思想的洗礼、品质的磨砺和团队合作的锻炼。我作为一名新生，有幸参加了学校军训团的训练，深刻地感受到了军训团所带给我的收获。通过军训团的训练，我不仅学到了军事知识和基本技能，还体会到了团队的力量和人生的意义。

### 第二段：舍小家为大家，培养了集体观念

在军训团的训练中，我意识到个人利益和集体利益的转变。尽管军训团的训练内容辛苦，但我在这里培养了舍小家为大家的观念。在训练中，我们需要互相帮助、互相支持，这使得我明白了个人的力量是有限的，只有团结才能取得更好的成果。这样的观念在平时的学习和生活中同样适用，它让我明白个人的成长离不开集体的支持和帮助。

### 第三段：纪律严明，培养了自律能力

军训团的训练强调纪律，纪律严明是军事训练的重要特点之一。在军训团的训练中，我们需要遵守各种规章制度和纪律要求，从起床、锻炼到睡觉都有明确的时间安排和要求。这样的训练培养了我们严格遵守纪律的能力，让我们养成了良好的自律习惯。只有将纪律严明和自律能力贯穿于日常生活和学习，我们才能更好地完成各项任务和目标。

#### 第四段：锻炼身心，提高抗压能力

军事训练是一项既考验身体素质又考验心理素质的训练。在军训团的训练中，我们需要进行长时间的体能训练、军事技能训练和心理素质训练。这样的训练锻炼了我们的身体素质，提高了我们的体能水平。同时，面对高强度的训练和严格的要求，我们也逐渐培养了坚强的意志和抗挫折的能力。这样的锻炼使我更加坚韧，能够在面对困难和挑战时保持冷静和勇敢。

#### 第五段：培养团队合作，重视集体荣誉

军训团的训练更加注重团队合作和集体荣誉。在训练中，我们需要互相配合、团结一致地完成各种任务。只有通过团队合作才能更好地完成训练目标。军训团还特别注重集体荣誉的培养，让我们意识到集体的荣誉就是个人的荣誉，个人的努力和付出会为集体争光。这样的团队合作和集体荣誉观念在以后的学习和工作中同样适用，让我明白团队的力量和集体的重要性。

#### 总结：

参加军训团的训练，是我大学生活中的一段宝贵经历。通过军训团的训练，我学到了很多，不仅仅是军事知识和技能，更是思想品质的培养和团队合作的锻炼。军训团培养了我们的集体观念和自律能力，提高了我们的身心素质和抗压能力。更重要的是，军训团让我们明白了集体的力量和集体荣誉的重要性。我相信，这段特殊经历将成为我人生中宝贵的财富，对我未来的发展起到积极的推动作用。

### 冬军训心得体会篇四

参加军训已经有7天了，7天中每天的军训都带给我们不一样的感想，我们努力体验着军人的`生活，渴望拥有他们那种无

所畏惧的气质。尽管在这一过程中有酸有苦有疲惫，但同样也伴随着歌声和欢笑。我们在磨练中成长，在逆境中坚强，军训定将使我们受益终身。

以前的我们是父母的掌上明珠，从没吃过什么苦，也体会不到世事的艰辛。可是我们已经踏上了人生下一个旅程，进入大学后一切都靠我们自己。随着想象中的大学变成了现实中的学习、生活之地，我们可能会感到有一些不适应，难以融入大学生活，自我认识能力、社会适应能力都比较差，这时就需要我们有足够的体力和耐力来挖掘自己的潜力，从而促进自己的全面发展，在以后的生活中赢得更多的机会，开创更美好的人生。

军训就是一次人生的磨练，它是一种有效而且必要的方式。不仅提高我们的身体素质，更加有助于我们调整好心态、言行及个性，让我们坚强有力，让我们朝气蓬勃，同样的，也让我们这个班集体更加团结友爱，更加具有综合能力、竞争力。因此，军训不仅对个人，对整个班级、年级、甚至是全校、全社会都是至关重要的。社会需要有能力、有水平、有素养、有文化的人才，祖国的未来靠我们这样的大学生来开拓创新。

因此，让我们停止抱怨，开始全身心的投入军训。不要浪费这个提高自己能力的宝贵机会，为了我们的明天更加充实更加美好，染故我们相信“吃苦也是一种乐趣”、“不经历风雨，怎见彩虹”。

美好的金秋，我们迎来了收获的季节。为了追求青春理想，实现人生价值，我们愿意付出无穷智慧和辛勤汗水。因为我们相信明天一定会更美好，我们的前途将一片光明！

最后由衷的感谢学校，感谢教官为我们安排的这次军训。我们会尽全力完成任务，等着你们来验收我们的军训成果！

## 冬军训心得体会篇五

军训团是大学生生活中的一道独特风景线，它不仅能锻炼学生的意志，增强体质，更能培养学生的团队合作意识。回顾这段紧张刺激的军训经历，我深受感悟与启发，收获颇多。以下是我对军训团的心得体会。

军训团之所以能够如此有效地影响每个学生，树立了许多高贵的爱国主义思想和高尚的道德情操。在军训过程中，我们亲眼目睹了真实而庄重的军姿，感受到了背后付出的艰辛和牺牲。教官们不仅传授技能，更是用自己的言传身教教育我们，使我们始终保持一种高尚的道德品质。军训团让我明白了要有责任心和担当精神，要尊重规则，遵守纪律。这些品质不仅仅在军事训练中能够体现，更是我们平时生活中必不可少的一部分。

军训团还培养了我艰苦奋斗的精神。每天早晨五点的晨训，让我真切地感受到了时间的宝贵和充实。在训练中，体力和精力都会受到巨大的消耗，但是我们不能放弃，必须坚持下去。这样的艰苦锻炼让我意识到只有付出才有收获，只有经历过辛苦，才能感受到胜利的喜悦。在那些压力山大的瞬间，我学会了冷静思考，合理安排时间，增强了自己的应变能力。我也深深明白了“不经历风雨，怎么见彩虹”，只有克服困难，才能迈向成功。

军训团让我更加了解团队合作的力量。在训练过程中，每个人都承担着自己的责任，只有团结一致，互帮互助，才能完成任务。面对深夜的练习和严格的要求，我们相互激励，相互鼓励，一同努力，实现个人与集体的共同进步。而且，军训团也强调了集体荣誉感，在比赛中为团队争光的同时，也增强了我们的集体荣誉感与凝聚力。团队合作的经验在我们之后的学习生活和工作都能够发挥重要作用。

最后，军训团让我学会了奉献。这段训练生活，我们受益匪

浅，但也离不开教官们的辛勤指导和付出。他们默默无闻的辛苦工作，是这片土地上一道亮丽的风景。每一次训练结束，我都能看到教官们满脸的汗水和疲惫，但他们始终保持着微笑和耐心，给予我们最专业的指导和指正。他们的辛苦让我意识到在以后的工作和生活中，我们要时刻保持一颗感恩之心，珍惜每一次付出和智慧的传递。

军训团是一段艰辛而充实的经历，无论是身体上的锻炼，还是心理上的成长，都给予我们极大的帮助。通过这段训练，我明白了“力量来自于团结，勇敢来自于坚持”，更明确了自己的目标和方向。我将用学到的军训团的精神，为自己的梦想努力奋斗。“军训团心得体会”不仅是一篇文章，更是一种奋斗的信仰和生活态度。

## 冬军训心得体会篇六

### 第一段：引入（100字）

每年暑假，大学新生都要经历为期几周的军训。军训是一种特殊的体验，它不仅是培养学生纪律意识和集体观念的机会，也是锻炼身体和意志的一种途径。通过军训，学生们不仅能够学到军事知识和技能，还能从中获取很多宝贵的体验和心得，深刻感受到自我的成长和变化。

### 第二段：锻炼意志（250字）

军训是一次对意志力的强力训练。在严格的训练下，学生们经受着长时间站立、军姿站立以及持续高强度的体能课程。在面对酷暑、忍受身体的疲劳和挫折时，我们必须调动自己的毅力和坚持。这种锻炼教会了我们如何坚持不懈地追求目标，以及如何面对生活中的困难与挑战。通过军训，我们不仅体会到了军人的辛苦和责任感，也收获了坚强意志的成长。

### 第三段：培养纪律意识（250字）

军训是培养学生纪律意识的绝佳机会。在军事训练中，我们必须遵守严蹲站、军容整齐等规定纪律。违反纪律将受到严厉的惩罚，警醒了我们不得不遵守规则的现实。通过军训，我们深刻认识到纪律对于个人和集体的重要性。从此，我们养成了保持环境卫生、班级纪律良好、遵守校规校纪的好习惯，为以后的生活打下了坚实的基础。

#### 第四段：感受集体观念（300字）

军训是一次塑造集体观念的过程。在集体生活和训练中，我们与同学们共同面对困难，相互鼓励和帮助。在这个过程中，我们逐渐建立了深厚的友谊和团队精神。同时，军训也教会了我们如何站在集体的角度思考问题，如何服从集体的决策。通过军训，我们深刻体会到集体的力量和集体荣誉感，理解到只有团结一致、相互支持，才能取得更大的成就。

#### 第五段：总结并展望（200字）

通过参加军训，我们不仅锻炼了意志力，培养了纪律意识，还感受到了集体观念的重要性。我们在军训中结交了新朋友，提高了自身的能力和素质。同时，我们最重要的体会是军训给予我们的成长和变化。接下来的大学生活里，我们将会继续保持这种积极向上的学习态度，将军训中学到的品质应用于学业和生活中。相信拥有这些优秀的品质和素养，我们可以更好地面对未来的挑战，迎接人生的新篇章。

#### 总结（550字）

通过军训，我们不仅锻炼了意志力和体能，培养了纪律意识和集体观念，还体会到了成长和变化。军训是一种特殊的体验，它赋予了我们许多宝贵的体验和心得。在军训中，我们学到了军事知识和技能，感受到了军人的辛劳和责任感。在面对困难和挑战时，我们不怕艰苦，勇往直前。通过锻炼意志和坚持不懈的努力，我们获得了带给我们坚韧意志的成长



机会。

通过军训，我们培养了纪律意识。在军事训练中，我们必须遵守军队的规定和纪律，尊重上级，服从指挥。我们深刻认识到纪律对于个人和集体的重要性。通过军训，我们养成了遵守规则，保持环境卫生和班级纪律良好的好习惯。通过集体生活和训练，我们与同学们共同面对困难，相互鼓励和帮助。在这个过程中，我们建立了深厚的友谊和团队精神。同时，军训也教会了我们如何站在集体的角度思考问题，如何服从集体的决策。相信只有团结一致，相互支持，我们才能取得更大的成就。

通过参加军训，我们获取了丰富的体验和收获。我们结交了新朋友，提高了自身的能力和素质。最重要的是，我们通过军训的成长和变化。在未来的大学生活中，我们将保持这种积极向上的学习态度，将军训中学到的品质应用于学业和生活中，迎接人生的新篇章。相信通过这次军训，我们将能够更好地面对未来的挑战，并取得更大的成就。

在接下来的生活和学习中，我们应该紧紧抓住这个机会，进一步完善自己的品质和素养。我们应该时刻保持积极向上的学习态度和向前的动力。相信只有这样，我们才能取得更大的成就，迎接人生的新挑战。军训给予我们的不仅是技能的培训，更是一种思想的改变和素质的提升，我们将一直保持军训中的信念和毅力，为自己的未来奋斗，为社会做出更大的贡献。

## 冬军训心得体会篇七

军训使个人的体魄及心理素质得到锻炼，也在无形当中加强了团体凝聚力，十五天的风雨同舟，团结一心，我们也更为紧密地联系在一起。（……省略事例）期间，经历的最难忘的莫过于那次整改，原本七个排整合成三个排。我在整改中差点就被编到其他方阵，在不安的等待中，三排往昔的欢乐时

光在脑海中不断浮现，我害怕离开这个集体。然而，我明白：军人以服从命令为天职。不管在哪一个方阵，我都要做好，因为我是一名战士，我仍是江南大学集团军中的一员。牢记使命，崇尚荣誉。此外，在去年频频曝光的“大学军训放水事件”的背景下，我们有必要用行动向社会证明当代大学生不是温室里的花朵，而是敢于面对风雨挑战的栋梁。

## 冬军训心得体会篇八

浙江杭州，在中国计量学院，20\_\_新生正在操练“匕首操”。这是该校首次在军训中引入“匕首操”，相比往年学生军训中常见的站军姿、踢正步等传统项目，“匕首操”既丰富学生军训内容，还能培养学生坚韧不拔、勇敢顽强的战斗作风与尚武精神。

9月18日，浙江杭州，在中国计量学院，20\_\_新生正在操练“匕首操”。这是该校首次在军训中引入“匕首操”，相比往年学生军训中常见的站军姿、踢正步等传统项目，“匕首操”既丰富学生军训内容，还能培养学生坚韧不拔、勇敢顽强的战斗作风与尚武精神。

身穿迷彩服，手持约10厘米长的匕首，做着各种进攻和防身的动作……这是现代快报记者日前从南京金肯职业技术学院大一新生军训总结表彰大会上看到的一幕。据悉，今年金肯学院新生军训中，教官们将女生单独拉出来，教大家“匕首操”，以备不时之需。

一位教官告诉现代快报记者，这套“匕首操”是他们在实战演练中总结出来的。“过去大学生军训，我们主要教大家怎么正步走、如何站军姿，那是为了训练大家吃苦耐劳的品质。而今年增加了‘匕首操’，特别教给女生们，是希望她们今后万一遇到危险时能勇敢应对，保护好自己。”

除了匕首操，现场还有刺杀操、军体拳等表演。一位新生告

诉记者，军训虽然很辛苦，但她学到了不少新本领。“感觉能用得上，自己以后没那么容易被欺负了。”

## 冬军训心得体会篇九

军训是每个大学新生生活中的一个重要部分，它不仅磨炼了我们的意志力和毅力，也让我们懂得了团结和合作的重要性。在这次军训中，我收获了许多宝贵的经验和体会，让我对自己和未来有了更深刻的认识。以下是我对军训的心得体会。

首先，军训让我意识到了生活的自律和规律的重要性。在军训中，我们的时间表被严格规定，每天早上准时起床，按时吃饭，按时参加各种训练和活动。这样的生活让我养成了良好的作息习惯，并让我意识到时间的珍贵。在以后的生活中，我将更加注重时间的管理，合理安排自己的学习和工作，使生活更加有序和高效。

其次，军训让我懂得了团结合作的重要性。在军训中，我们和其他学院的同学一起生活，一起训练，也一起面对各种困难和挑战。在共同的目标之下，我们学会了相互帮助，互相支持。每天的晨跑、集合和队列训练，需要我们紧密配合，相互支持，只有团结合作，才能完成任务。这次军训让我意识到，只有团结合作，才能在困难面前取得胜利。在未来的生活和工作中，我将积极与他人合作，携手共进，实现更大的成就。

再次，军训也让我更加认识到了自己的潜力和能力。刚开始的时候，我觉得军训无比辛苦，每天的体能训练让我感到筋疲力尽。但是随着时间的推移，我渐渐意识到自己的潜力，我可以做得更好，我可以坚持下去。每一次的进步和突破都让我充满了自信，让我相信只要努力，就能够战胜任何困难和挑战。这次军训让我明白了“胜者为王，败者为寇”的道理，以及努力和坚持所能带来的成功和成就感。

最后，军训也让我懂得了军人的艰辛和奉献。在这短短的一个月里，我们只是体验了军人训练生活的冰山一角，但是我们可以想象到，军人们每天所经历的辛苦和压力。他们为了国家和人民的安全，放弃了太多，包括家庭团聚、个人自由和安全。军训让我意识到军人的职责和使命，也让我对他们的付出和牺牲心生敬意。

综上所述，军训是一次艰苦而有意义的经历。通过这次军训，我不仅学会了自律和规律，懂得了团结和合作的重要性，也更加认识到了自己的潜力和能力，以及军人的艰辛和奉献。这些宝贵的经验和体会将伴随我一生，让我在未来的生活和工作中更加勇敢、坚强和坚持。军训，让我成长，让我变得更好。

## 冬军训心得体会篇十

按照培训班的安排，我在武装部民兵训练基参加了为期一周的军事训练。这期间，我认真按照军训的要求，端正态度，转换角色，遵守纪律，勤学苦练，认真锤炼自己的思想和作风，较好地完成了军训任务。同时，经过短短一周时间的军训锻炼，使我感受颇深，具体有以下几点：

一、顽强拼搏，勤奋实干，是取得成绩的前提。这次军训，是为了加强后备干部的国防教育、增强国防观念，对我们锤炼作风、磨练意志、增强体魄、提高综合素质、培养大局意识、团队精神、提高办事效率而进行的一次练习。

在整个军训期间，我按照任务要求，始终把自己当作一名普通战士，严格要求，进行了认真的学习和刻苦的练习。军训使我知道了部队的终极目标是“打得赢，不变质”，一切训练和工作都围绕此目标展开，不允许空谈，只有实干，必须付出血和汗的代价才能取得成绩。令我感触较深的是，现在机关上已经不再鼓励“带病坚持工作”，稍有不适便可请假，

而部队仍在提倡“挺一挺”的精神，不准随意请假。

军人的理念是：平时都不能咬牙坚持，还何谈战时的流血牺牲、为民奉献。我们参训刚开始的几天，春寒料峭，气温忽高忽低，昼夜温差大，是感冒多发季节，加上训练强度很大，拉伤韧带的有之，感冒生病者有之。

参训的都是各单位的负责人，很少有这样的经历，但面对困难，没有一个人愿意退出，因为这是勇气和意志的较量，谁也不愿当懦夫。

通过军训期间的锻炼，您现在阅览的是谢谢您的支持和鼓励!!!增强了求实、拼搏的意识和不惧困难的勇气，使我体会到：只有顽强拼搏，勤奋实干，才能取得良好成绩命;失败只有一种，那就是放弃努力!苏轼曾言：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”

这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。位列全球四大金融公司之一的美国摩根斯坦利公司，每年新招聘的员工都要参加海军陆战队的.残酷的体能训练，结业的时候教官说：“从今天开始，我相信你们能够承受未来将要发生的一切。”

时下中国正处于一场剧烈的社会转型过程,价值体系多元,各种利益格局消长、变化。在人文化浪潮方兴未艾、高涨不已的今天，人们总会时时面对激动与困惑，进取和消沉，艰难与忧患等极具冲击性的矛盾情绪。我们在工作和生活中也经常面临着许多新情况新问题，通过这次军训之旅，我将以此自励，面对挑战，履行好自己的职责。

战斗力”。这是对作风纪律重要性的深刻诠释。军队讲求集中统一，不讲等价交换，以服从命令为天职，对上级的命令，绝无讨价还价的余地，必须无条件坚持执行。纪律严明、令行禁止，是军人的第一要义，是军队的生命所系。秩序，是

理性的选择，是一个社会健康发展的保障。法治社会、和谐社会强调的都是一种秩序。军歌是良好作风的展现形势，也是军人核心价值观的凝练表达，它可以起到统一思想、鼓舞士气、抒发感情等等作用。在军训的日子里，我们每天都要唱好几遍的军歌，喊“番号”就不计其数了，嗓子哑了只能自己解决，但绝对不允许出工不出力，这样一来，南郭先生无所遁形，滥竽充数销声匿迹。军队的思想和行为具有高度的指向性和确定性，要求每个人都为了一个共同的目标而努力的态度和由此表现出来的勇往直前的精神，而且这种行为的驱动力普遍是出于一种自觉、一种需求。追求真理也应该有这样的精神，我们作为共产党员、单位负责人，也应有这种精神，才能真正做到情为民所系，权全为民所用，利为民所谋。

通过这五天的军训让我深深感受到要做一名合格的军人是那么艰难，作为一名军人最重要的三点是服从命令，一定服从命令，坚决服从命令。红星基地这个守卫深严的基地，在这里每项军训的东西都是非常艰难的也是非常累的，尽管是那么的苦，那么的累，但是我非常的高兴。因为在这里我该掉了许多坏毛病，比如说坐姿，以前做作业没有注意，要做直写，导致背有点驼，但在这五天的军训中让我那小老头的背重新具有男子个性的背。

我们如果不把在军训中所学的知识运用到学习和生活当中，那我们这五天的军训都等于了零，如果还有机会我一定还会去那守卫深严的基地。作为一名军人，当我们走过主席台时那那种伟大是难以说出的，是最难以忘记的，在人生的喜悦中又多了一份色彩，让人生多了一份坚强。我相信我带着这份记忆，以后的路上一定会越来越棒。

在这里，我学会了坚强，学会了以集体为中心，在人生途中是一中难以消失和磨灭的。

## 冬军训心得体会篇十一

“咚咚咚……”闹钟响个不停，“快出去集合，不然教官要惩罚了！”这就是从军训宿舍里传出的急促说话声。

4月12日，我们大家期待已久的军训终于来到了。那天一早，我怀着激动的心情向妈妈道别，快步走向班里。不久，一位身材魁梧的教官很神气地走了进来，并简短地做了自我介绍后，就把我们带出去乘坐大巴到军训地点，就这样，我们五天的“魔鬼训练”开始了！

这五天里最让我难忘的有两件事。

一天早晨，我在睡梦中模糊听见“哗……哗……”的哨响，我立刻想：这是叫起床的声音，我要马上起床了，要不就别想回家了。想到这，我立马从床上弹了起来，只见其他同学还在睡着。于是，我就着急地扯着嗓子大声催促：“快起床了！”他们听到喊声才睡眼朦胧地坐了起来，有一个同学还在懒洋洋地说：“好困啊，昨晚都没怎么睡着。”有的说：“昨天半夜有谁谁谁还说梦话还哭呢！”

“哈哈，别说了，赶紧叠被子吧！”我说着就麻利地行动起来。等我们大家都做完的时候，再看看张音昱，他不但没有做完，而且被子、床单都皱巴巴的。我正想过去帮他一把，突然教官进来了，他一看那床，就指着张音昱严厉地吼道：“谁敢帮这个人，我就扣谁的分！”当时我很纳闷：因为平时妈妈总是告诉我要乐于助人，要互相帮助。而此时我就在想为什么教官不准我们去帮他，我真是百思不得其解，只好眼睁睁地看他被教官骂。但后来几天，我们几个同学还是尽量去帮助他，最后他还是勉强过关了，我很开心。

到了最后一天，我从早到晚都很兴奋，因为我们准备返回学校了，要向全学校师生表演军营中学到的“真功夫”。一大早，教官就开始了有条不紊的魔鬼式训练：蹲下与起立、交

警指挥操、广播操强化训练……一切都做得有板有眼，整齐划一，连拍手的节奏都是统一的，简直就像真正的军人一样，场面很壮观，令人振奋。这时我就在偷偷地想：为什么今天我们都能做得如此好呢？真希望将来做广播体操都是这样有精神，这样整齐！

下午，我们坐着大巴回到了学校，那感觉比去的时候还开心。到了学校，我们立刻开始了表演，在表演过程中我们收获了热烈的掌声。我们展示了想象不到的效果，我很高兴！

## 冬军训心得体会篇十二

军训心得：军训“词典”

军训心得：军训“词典”

令人难忘的军训就如同一本记录我们成长足迹的特别的词典，内容丰富多彩。

关键词1：苦并快乐着

我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了第一天军训，我才体会到：军训何只是一个“苦”能描述？那要求严格却和蔼可亲的教官；那经过多次艰苦训练而取得的进步；那飘荡在校园内的洪亮的歌声……这些不都是快乐的痕迹吗？军训固然辛苦，它就像攀登高峰，那“苦”是路上的荆棘，但更多的是快乐——那沿途的风景。

关键词2：教官

在军训中，我第一次接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的教官。我却惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官年轻而充满朝气，又不失军人的威风。他们以严



格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中的“冷酷”只有满腔热情，教官们以他们的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩。我毫不怀疑我们将与教官们将成为真诚的朋友！

关键词3：坚持

炎炎夏日，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是“汗流如注”；当我们不断得重复着枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。有的同学的身体不适的情况下经休息又重新踏上了这没有硝烟的战场。一中的新同学可以自豪地宣告：“坚持”成为了我们军训的主旋律！

这本特殊的“词典”才拉开序幕，相信在今后的日子里还会出现更多的精彩。让我们用热情和信心来迎接新挑战吧！

军训“词典”（2）

关键词4：教训

关键词5：军歌

我们的军训从不死气沉沉，因为那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在一中的校园里。学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光。教官们铿锵有力的领唱声中流露出了他们对当军人的自豪。这情怀感染着每一位同学，大家都尽了最大的努力唱出了最响亮的军歌。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”也许是教官期望我们能团结一致克服困难吧，无论如何，这嘹亮的军歌将激励着我们努力圆满地完成军训。

精彩还在继续，明天在这军训“词典”里又会增添哪些词呢？

## 冬军训心得体会篇十三

军训是每个大学生的必修课，是锻炼意志和体魄的重要途径。我校军训给予了我无尽的惊喜和收获，让我明白了纪律的重要性，坚定了我为人民服务的信念。在这个军训心得体会屋中，我想分享一下我的心得与体会。

### 第二段：纪律之道

参加军训让我深刻体会到了纪律的重要性。每天早晨，当军号声响起，我们整齐划一地列队，随着教官的指令一举一动都如一台精密的机器运转般无可挑剔。彼此间的默契，每个动作的准确和一致，都是纪律的体现。这种纪律严明的环境让我明白了纪律对于一个集体的重要性。无论是在军队还是在社会生活中，纪律都是一种保证，是团结和效率的基石。我从军训中学会了遵守规则，严守纪律，更加珍惜时间，有条不紊地完成每一项任务。

### 第三段：团队合作精神

军训让我深入体会到了团队合作的力量。在军事训练中，每一个动作都需要全体成员的协作配合才能达到最佳效果。无论是站队排练，还是进行操练训练，都需要我们紧密合作，密切配合。而这种团队合作需要相互信任、相互支持和相互鼓励。我发现，只有当团队中的每个成员都能把个人利益放在整体利益之后，发扬团结互助的精神，才能取得有力的成效。通过军训，我明白了团队合作的重要性，并坚信只有在团队中发扬团队合作精神，才能更好地完成每一项任务。

### 第四段：坚定的信仰

在军训中，我体悟到了为人民服务的宗旨，加深了我为人民的信仰。军训教官经常告诉我们，我们是这个民族未来的希望，是国家的栋梁之材，我们的一举一动都关系到国家和集

体的荣誉。每一次繁重的操练和训练，都是为了能够更好地保卫祖国，为我们的人民贡献自己的力量。在身临其境的感受中，我逐渐明白了作为一个大学生的责任和担当。作为一名大学生，我们应该不仅仅关注个人的成长和发展，更加要为人民的幸福和福祉负责。军训让我更加坚定了我为人民服务的信念，决心将来能够更好地为人民的利益而努力。

## 第五段：总结

通过军训，我从多个方面得到了成长和收获。我学到了遵守纪律的重要性，体验了团队合作的力量，加深了为人民的信仰。这些经历让我深刻认识到了自身的不足，也增强了我改正错误，积极进取的决心。军训心得体会是我思考和总结这段经历的过程，通过分享，我希望能够给同学们带来启发和思考，共同成长。军训是我大学生活的重要一笔，我相信，通过这段经历，我将会更加坚定地走上成长的道路。

## 冬军训心得体会篇十四

近日，我校迎来了一年一度的军训，作为一名大学生，我深有体会地表现出我校军训的重要性。在这段时间里，我收获了许多，不仅锻炼了身体，还培养了团队合作精神，增强了自律能力。下面我将从“军训前的期望”、“训练内容与体验”、“磨砺意志力与坚毅精神”、“团队合作与友谊”、“军训收获与展望”五个方面回顾我的军训经历。

首先，回忆起军训前的期望，我满怀憧憬地期待着能够在军训中锻炼身体，提升自己的素质。我知道，军训并不仅仅是关于纪律和军事技能的学习，更重要的是要培养我们铮铮铁骨的品质。我期待着能够在军训中学会严守纪律、服从指挥、团结协作，这些对我未来的发展都将起到重要的作用。

接下来，我要说说军训中的训练内容与体验。在军训的日子里，每天早晨我们都不要在操场上列队，进行晨练。我们从不

同的军委教官那里接受了队列训练、军体拳、军歌等各种严格的训练。我记得第一次站军姿时，我的脚都已经酸软了，但是为了完成教官的要求，我坚持着，直到训练结束。通过严格的锻炼，我的体力得到了提高，我变得更加健壮。同时，我还学到了团队协作的重要性，因为只有团结协作，我们才能更好地完成训练任务。

在军训中，磨砺意志力与坚毅精神是我最深刻的体会之一。在高温下进行训练，每天需要训练到极限，这对于我来说是一次巨大的挑战。但是我没有退缩，我告诉自己要坚持下去，因为只有经过痛苦的训练，才能成为一个真正的战士。通过这些训练，我学会了如何克服困难和挑战，培养了不怕困难，永不放弃的意志力和坚韧精神。

军训中的团队合作与友谊也让我受益匪浅。在训练的过程中，我和我的同学们相互鼓励，互相帮助，分享着艰苦训练中的辛酸和喜悦。每个人都在努力地向同一个目标迈进，这使我们的友谊更加深厚。在训练之余，我们组织了一些团队活动，增进了彼此之间的了解和信任。这种友谊的建立将伴随我们的一生，让我们更加珍惜周围的人和事。

最后，我想说说我的收获与展望。军训让我成长了许多，不仅学到了如何服从纪律、遵守规章制度，还明白了一个人的力量是有限的，只有团队合作才能实现更大的目标。在未来的日子里，我将继续保持对军事训练的热爱，不断锻炼自己，提升自己的素质。同时，我也希望能够将军训中学到的团队协作精神和坚韧精神应用到生活中的各个方面，为实现个人的梦想而努力。

通过这次军训，我深刻地体会到了军人的辛苦和付出，他们用自己的实际行动告诉我们，只有通过不懈努力和坚持不懈的训练，我们才能成为一个真正的战士。军训不仅让我明白了思想上、体力上的锻炼的重要性，更培养了我的纪律观念和品质。我相信这次军训对我们每个人来说都是一次宝贵的

经历，它将伴随我们一生，并在我们的成长中起到重要的作用。

## 冬军训心得体会篇十五

### 第一段：军训的初衷和目的（200字）

军训是大学生生活中一次独特而难忘的经历。作为大学生的我们，在这段时间里接受严格的军事训练，旨在培养纪律、团队合作和集体荣誉感等重要的品质。通过军训，我们可以锻炼意志力，学习如何应对困难和挫折，培养坚毅的精神。此外，军训还能增强团队精神，增进同学之间的友谊和互助。因此，对于我们来说，军训并非仅是为了应付一学期的课程，更是一次全面发展的机会。

### 第二段：军训给予我的收获（250字）

在军训中，我受益良多。首先，我明白了纪律的重要性。军训时，我们必须严格遵守规章制度，按时到场，服从命令。这让我意识到纪律是一种生活态度，是一种对他人负责、对自己负责的态度。其次，我体会到了团队的力量。在训练中，我们需要相互配合、相互支持，才能完成各项任务。这让我明白了一个人的力量是有限的，只有与他人合作，我们才能取得更大的成就。此外，军训还让我学会了坚持。在训练过程中，尤其是体能训练时，我往往感到身心疲惫，但我明白只有坚持下去，才能获得进步。

### 第三段：军训中的困难与挑战（250字）

军训不仅给予我收获，也带来了一些困难与挑战。首先是体能上的挑战。长时间的高强度训练会让我们感到疲惫不堪，但我们必须坚持下去。其次是心理上的压力。在训练中，一不小心就可能受到队友或教官的批评，这会对我们的自信心造成打击。此外，军训期间的严格的人员排列和口令规定也

是一项挑战。在这个过程中，我需要时刻保持警觉，严格遵守规定。

#### 第四段：克服困难的方法和经验（250字）

在面对困难和挑战时，我通过一些方法和经验去克服。首先，我培养了积极的思维方式。无论遇到什么困难，我都会相信自己能够克服，告诉自己这只是一种暂时的痛苦，胜利在前方。其次，我注重调节身心。合理的学习和休息安排可以帮助我保持良好的状态。我会注意合理饮食和适量的锻炼，保持身体的健康。此外，我也会与同学们互助。当我遇到困难时，我会向同学们寻求帮助和鼓励。我相信团队的力量可以帮助我们共同度过难关。

#### 第五段：军训对我未来的影响（250字）

军训对我的未来产生了积极的影响。首先，通过军训，我培养了自律的品质。在大学生活和工作中，我可以更好地管理时间和资源，高效地完成任务。其次，军训让我学会了团队合作。无论是在学校还是在职场上，合作是取得成功的关键。通过与同学们合作训练，我学会了如何与他人合作，如何充分发挥团队的力量。此外，军训还激发了我的潜力。面对各种挑战和压力，我能勇敢面对，并不断超越自己。

总结：军训是一次难忘而富有收获的经历，通过军训，我学会了纪律、团队合作和坚持的重要性。军训中的困难和挑战让我成长，我通过积极的思维方式、调节身心和与同学互助来克服困难。军训对我的未来产生了积极的影响，让我成为更加自律和团队合作的人，激发我的潜力。愿这段经历永远铭记在心，并在未来的道路上继续指引我前进。

## 冬军训心得体会篇十六

嗯，经历了为期两周的军训，我对这个过程有了更深的体会。

军训是大学生入学后必不可少的一项活动，其目的在于锻炼学生们的纪律性、集体意识和团队合作能力。通过军事化的训练方式，我们可以更好地适应大学生活，培养正确的价值观和人生观，为未来的发展打下坚实的基础。

## 第二段：忍耐力和毅力的培养

在军训中，我意识到了忍耐力和毅力对于生活和学习的重要性。当时每天早晨5点钟的操场集合，对于一个习惯晚睡的我来说是一种巨大的考验，但我懂得不能懈怠，必须按时到场。在高强度的体能训练中，我学会了坚持不懈，时刻保持积极的态度。逐渐地，我的体力和耐力得到了提高，我对困难的抵抗力也有了更深的认识。

## 第三段：集体意识和团队合作的重要性

在军训期间，我们被分配到了一个小组，每个人都要尽自己最大的努力去完成任务。通过训练，我明白了集体意识和团队合作的重要性。在每一次操练中，我们需要密切配合，共同完成动作，这要求我们相互信任和互相支持。只有在团队中每个人发挥自己的作用，才能达到最佳的效果。而这种合作精神也在我们的生活中散发出光芒，使我们更加懂得团结和互助。

## 第四段：纪律性的培养

军训是在军队的组织和纪律下进行的，这给了我们机会去接触和学习军人的高度纪律性。在军训期间，我们必须遵守训练规定，保持严谨的作风，按时完成任务。这种纪律性的培养不仅仅是为了军训，更是为了我们今后的人生。遵守规章制度、自律和守时成为了我生活中的一部分，帮助我更好地规划时间和组织自己的生活。

## 第五段：心态调整和成长

通过军训的磨练，我的心态发生了一定的变化。面对困难和挫折，我变得更加乐观和积极，学会了用一种成熟和冷静的心态去应对。同时，军训也帮助我认识到自己的潜力和能力，敢于迎接挑战。这段经历让我在心理和思维上得到了成长。

总结：

通过军训，我体会到了集体意识、团队合作、忍耐力、毅力和纪律性的重要性。这段经历不仅帮助我更好地适应大学生活，也对我今后的发展产生了积极的影响。军训给我上了一堂宝贵的人生课程，我将用这些宝贵的经验和能力去成长和面对未来的挑战。