

最新军训心得军训心得(优秀10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

军训心得军训心得篇一

在不断快速发展的今天，身为中国公民，维护国家安全和团结都是我们应该尽到的义务和责任。因此，网上购票回到学校参加为期一个月的军训，成为我人生中难忘的一段经历。在这个艰苦的时期，我深刻认识到拳法对军训体能和精神状态的重要性，认真落实军训拳法成为我此次军训的乐趣所在，并获得了满满的收获。

第二段：军训体会

每天早上六点起床，叫号搭被，早晨热身操，不停的军区演训，身体虽然逐渐适应了军训的生活，但是体能仍然无法达到最佳状态，这时我想起了拳法的一些应用，开始坚持做一些简单的太极、气功等运动，支持我坚持每天的训练，保持健康的身体状态。

第三段：军训拳法

是的，在这段时光里，我和我的队友们学习了各种基本拳式的运用，诸如直拳、钩拳、勾拳等等。在漫长的军区演习中，有时我们都耐心不足，情绪低落，这时拳法在给我们提供一种积极的能量，通过运动调节身体状态和保持精神的饱满。

第四段：军训拳法的意义

我们在漫长的军训过程中，掌握拳法的不断深入，也让我们明白，这不仅仅是一种技能，还是孕育着我们连续坚持预料的深刻意义。无论是日后参军入伍，还是在生活中面对挫折，这些武术练习的经验和积极的心态都是宝贵的财富，军训是我们成长过程中不可或缺的一部分。

第五段：总结

参加了一个月的军训之后，我回到了常态生活，身体和精神都因为这段时间的锻炼而变得更加强盛。我通过拳法充分理解到，每一次坚持都会变成一种美好的回忆，而拳法则是坚持的不竭动力。健康的身体、坚定的意志和积极的情绪，在这个特殊时期特别显得重要，而拳法无疑是最好的帮助和伙伴。

军训心得军训心得篇二

每个人都有一段难忘的军训回忆，那是一段可以让人品尝到辛酸的磨砺与锤炼的经历，也是一段可以带给自己收获和成长的经验。作为一名大学新生，我在入学初经历了一次激烈而难忘的军训，其中最让我难忘的体验便是通过学习军训拳，锻炼了我不仅身体，还有心灵。在此，我想谈论一下我个人的军训心得体会和军训拳的益处。

第二段：军训拳的起源与特点

军训拳，是一种普及在军队和学生中的体育锻炼方式。它是由武术和健身操练所演进而来的，以其短小利攻的特点和训练效果，不仅在军训中广为传播，也逐渐在其他行业和领域中得到普及。军训拳训练包含肢体上的各项运动和动作，如伸展、转动、踢腿、蹲跳等，不仅可以锻炼肌肉力量，增进体质，还可以增强身体的灵活性和协调性，对于塑造好的身形也有明显效果。

第三段：军训拳的优势

军训拳不仅是一种运动方式，更重要的是它在学生军训中的意义——培养阳刚之气，增强意志力和自信心。在军训中，我们面对的不仅仅是体力上的考验，更主要的是心理上的压力与挑战。我们不止锻炼了身体，还从中学会了如何自我调节、坚定信念并克服困难。在学习军训拳的过程中，我们改变了原有的体态和姿态，培养新的习惯和健康的观念，得到了身体和心灵的双重满足和提升。这些优势不仅体现在训练时期，同时也会在日常生活中成为我们的一份宝贵财富。

第四段：军训拳的实践与应用

不仅在军训过程中，军训拳也被引入了很多的工作场所和普通人的日常生活。它不仅只是一种体能和心理方面的锻炼方式，同时也可以消除疲劳，改善压力和情绪，保持体态和心情健康。现如今，随着健康理念的普及，越来越多的人对于锻炼身体和心灵有了更高的要求，因此军训拳有着广泛的应用场景和实践价值，它也是一个可以推广的文化与价值。

第五段：总结

通过军训拳的学习和实践，我不仅增进了身体的素质，还锻炼了自己的意志，提升了自己的自信心，磨炼了自己的性格。军训拳让我明白了付出就有收获，只有通过不断地努力和坚持，才能够创造出更好、更美好的未来。让我们把军训拳这种科学的健身方式和学习经验，运用到我们今后的生活和工作中，不断地塑造自己、提高自己，迎接未来的各种挑战。

军训心得军训心得篇三

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！

军训心得军训心得篇四

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。

军训心得军训心得篇五

军训是每个大学新生必经的一项训练，虽然只有短短的一个月，但是对于我们的意义却是非同小可。通过参加军训，我们不仅锻炼了身体，更重要的是培养了军人的素质，如团结协作、服从命令、担当责任等，同时也使我们了解更多有关军队的知识和文化。在这次军训中，我特别体验到了军训拳的魅力，下面将为大家分享一下我的军训心得体会。

第一段：认识军训

此次我参加的军训拳是基于体能训练和军事训练的基础课程，旨在提高我们的体能能力和意志品质。在开始的时候，我们需要排队按照身高站成一排，在教官的指示下跑步、跳跃、

掷球、俯卧撑等课程中逐渐熟悉了这个团队。同时，教官们用他们的实际行动启发我们要做一个自律严谨的人，平时也注重自我锻炼，不断增强自己的体质。

第二段：体验军训拳

在接下来的课程中，教官为我们传授了一些简单的军训拳动作，例如直拳、勾拳、上勾拳等。这些动作即动作简单又实用，在提高身体素质的同时，也能充分培养我们的意志品质。于是我开始认真练习军训拳，每天都会抽出一定的时间进行练习。慢慢地，我不仅感受到身体的变化，更重要的是我的意志方面也得到了提升。

第三段：军训拳的意义

在军训拳的训练中，我逐渐明白了军训拳的意义。首先，军训拳能提高我们的体能能力，使我们更加强壮健康；其次，军训拳能培养我们的意志品质，让我们有更高的自律能力；最后，军训拳也能让我们掌握一些实用的防身技巧，这些技巧在危险时可以帮助我们保护自己。

第四段：军训拳的收获

在整个军训过程中，我不仅学到了军训拳的动作，还学到了如何与他人合作、如何保持一个良好的心态。在每次练习中，我和我的队友们都很认真地进行着训练。我们互相鼓励着、帮助着对方，从而更好地完成课程。在这个过程中，我真切地感受到了团队的力量，也获得了非常珍贵的收获。

第五段：军训拳的启示

在军训拳的训练中，我学会了如何通过决心与毅力来克服困难。同时，军训拳也告诫我，无论何时何地，保持一个好的身体素质都是非常重要的。我相信，在未来的学习、工作生

活中，这些启示会帮助我取得更好的成就。

总之，整个军训过程给我的收获是丰厚而深刻的。在接下来的学习与生活中，我将继续坚持锻炼，时刻保持一个优秀的身体素质。同时，我相信我也会继续用到下一年度的军训拳，将其化为我身体素质和意志品质不断提高的动力，让我成为更好的自己！

军训心得军训心得篇六

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强！……”这首歌是军人们嘴边时常唱的，同时，这也是我在军训中的精神支柱。

我带着新奇、幻想与迷茫，走进了xx学校，迎接三天的军训生活。我知道军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨炼。

在三天的军训中，我们学到了许多东西。记得，我们在和树儿比谁站得直，站的好。在烈日炙热的跑道上，我们抬头挺胸，一动不动地站着，似钢铁般坚不可摧。热气不断地从地里往上冒；脚底像踩着沸水般烫得不得了；豆大的汗珠不断地顺着我的脸颊流下来，我们都忍住不擦，坚持站立着，甚至有好几次我都坚持不住，昏昏沉沉，想打“退堂鼓”，但是我知道“团结就是力量”只要有一个人倒下，整个班级就会乱得一团糟。

到了最后一天军训了，学校要举行跑操比赛。最为一班，我们是第一个出场的，我们也相信自己，永争第一！

“一二一，一二一，一二一，一——二——三——四……”我们班的口号响彻云霄，步伐整齐一致，队伍的排列更是风靡全校！那时，我知道，团结就是力量，我们把班级荣誉放在了心尖上，想的只有教官和老师的谆谆教导。尽管累得腰

酸腿疼，热得汗流满面，但是，我们依旧坚持不懈。

由于我们班的表现突出，成功被评为“军训标兵班级”。这个响亮的称号，是老师，是教官，是同学们用汗水换来的，这这所有的汗水无非是我们脑中一股坚强的信念所支撑的，这句信念之语就是“团结就是力量”。正是这种力量，是我们坚强勇敢，不屈不挠！

当跑操比赛结束时，当老师开始颁奖时，当班长走向领奖台时，我那首精神支柱之歌又在我的耳畔油然而生：“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强！……”

军训心得军训心得篇七

军训作为大学生生活中必不可少的经历，在锻炼我们身体素质的同时也锻炼了我们的意志和纪律。而军训负责人更是在军训期间承担着许多重要的职责和使命。本文将聚焦在军训负责人身上，探讨他们对军训的体会和心得。

第二段：军训负责人的角色

军训负责人是在军训期间担任着组织、指挥、协调、管理等多项工作的重要角色。他们需要协调教官和学生之间的关系，安排训练计划并且监督训练落实。同时，他们还要处理学生军训期间可能出现的各种问题。军训负责人的角色如此繁重，需要他们具备良好的组织技能、沟通能力和领导能力。

第三段：军训负责人的困难

军训负责人在担任职责的同时也面临着许多困难和挑战。军训活动通常在炎热的夏季进行，这对于负责人们的体力和精神状态都是一个考验。同时，组织一支学生队伍也需要他们具备一定的组织管理能力和协调能力，这对于没有相关经验

的学生而言是一项相对困难的任务。

第四段：军训负责人的体会与收获

尽管军训负责人工作相对于其他学生而言较为繁重，他们仍然会在军训期间收获许多体会和收获。通过担任军训负责人，他们可以提升自己的领导能力，了解如何在一个团队中协调和管理人员。此外，通过与学生们互动和交流，他们也会更加深入的了解学生的需求和心理。军训期间就像是一个大熔炉，大家并肩作战、互相支持，军训负责人也会收获这样一种团队合作的体验。

第五段：总结

在军训期间，军训负责人是承担着沉重职责的学生之一，尽管他们面临许多困难和挑战，但他们最终将得到丰富的体验和知识。通过学生的支持和他们的努力，整个军训过程顺利进行并且达到良好的成果。同时，我们也期待更多的学生可以接触到这样一种锻炼形式，体会到军训所带来的收获与价值。

军训心得军训心得篇八

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？

军训心得军训心得篇九

军训阶段个人心得体会模板

个人军训阶段心得体会模板

军训个人心得体会模板

2021军训经历个人心得体会

学生军训后个人感想体会

个人参与军训心得与体会

个人参加集体军训心得体会

个人集体军训心得与体会

军训每日心得体会

军训心得军训心得篇十

作为一名军训负责人，我有幸带领着一群青年学子度过了一段充满挑战与收获的军训时光。在这段时期中，我深刻感受

到了军训所带给我和学生们的影响与改变。在这篇文章中，我想分享一下我在军训中得到的一些心得和体会。

段落二：军训中的良好习惯

在军训中，我们强调了良好的习惯养成。我们严格遵守整点起床、早操、晚自习等规定，养成了时间观念，形成了积极向上的生活态度。此外，军训还加强了卫生意识与个人修养，我们从早餐、午餐、晚餐、宵夜等方面入手，指导学生德艺双馨，培养了他们的自律能力。

段落三：军训中的团队意识

军训的场景中，团队意识是必不可少的。比如在队列训练中，队员之间需要保持一直步速，如果有一个人步伐不齐，则整个队伍的训练效果都会降低。此外，在体能训练中，在学生们的体力消耗殆尽之时，互相鼓励凌晨的队友成为支持他们前行的动力。军训的场景中，每个人都要顾及到整个团队的利益，并为了团队目标而拼搏。

段落四：军训中的坚韧精神

军训也考验个人的意志品质。在晨训之时，天还未亮，身体已经开始疲惫。如果此时半途放弃，恢复身体体力的时间也就荒废了。此时，我们要喊出口号，鼓励自己，坚持下去。在训练中，有些体力较差的学生，经过坚持不懈的练习，突然开始起色，而最终成为了训练的佼佼者。这给我和学生们的带来了极大的鼓舞。

段落五：军训中的成长与收获

在军训中，我不仅学到了团队协作的重要性，更能够体会到每个人的意志品质和努力的意义所在。学生们不再是刚进入学校那个羞涩的年龄段，他们已经变得更加成熟，懂得了如

何用坚韧去迎接未来。这是收获，也是成长。在未来的日子里，我相信，这些军训的经历会成为他们创造更加杰出的人生的起点。

结论：

总结起来，军训中养成了良好的习惯，加强了团队意识，培养了坚韧的意志品质。这一切都对每个学生的成长和未来都有着极大的影响。作为军训负责人，我很庆幸能够带领这些学生走过这段特殊的时光。因为在此期间，我也从这些学生中得到了不少关于人生的启示和动力。