# 最新军训军训心得体会(模板9篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2025-01-23

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。军训军训心得体会篇一每个人都有一段难忘...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**军训军训心得体会篇一**

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。

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。

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。

**军训军训心得体会篇二**

在大学生涯的开端，军训是一次极为重要的经历。这不仅是对于我们个人的体能素质和心理素质的锻炼，同时也代表着我们要担负起未来国家的重任。在这次军训中，我深刻地感受到思想观念和自律能力对于一个人的成长以及未来的发展有多么的重要。

第二段：团结协作的意义。

一个班级内能否形成良好的团结合作关系，对于一次军训来说显得极为重要。在这段时间里，我亲身体验到了这一点。我们班内凭借团结协作的精神，共同面对身体、精神上的挑战。彼此之间互相帮助，共同度过这段艰苦的时刻。这一重要意义，在未来的学习和生活中，同样会被我们所需要。

第三段：自律敬业的品质。

军训期间的生活自然而然地强制了我们内心中的自律能力。每天的高强度体育训练、军事理论学习等紧张的时间安排，给我们带来的是无尽的体力和精神上的负担。但是不得不承认，这些对于我们未来的成长和发展是必不可少的。自律这一美德贯穿在我们平日的学习和工作中，学会及时完成工作任务，遵守规矩法律等意识，使得我们能够更好地适应环境并表现出更好的职业素质。

第四段：艰苦环境下的坚持和恒心。

军训时期，为了能够完成每天的训练和学习计划，我们班的每一个成员都需要不断地坚持和努力。在训练过程中，由于环境因素的限制，我们可能会经历许多艰难的挑战。但是这样的艰辛却锻炼了我们的毅力和恒心，使我们的心理承受能力更强。我们必须要有一个长远的目标，信心和勇气要满怀，始终坚信自己能够克服困难、取得最后胜利，这种恒心是未来职场中的必要品质。

第五段：总结。

通过这次军训，我意识到一个人的成长与未来的发展与思想观念和自律能力息息相关。军训不仅锻炼了我们的体能素质和心理素质，同时也让我们在自我约束、团队合作、规划目标、相互鼓励等方面有了更深刻的认识和理解。希望这次军训成为我未来发展道路中的一份重要经历，让我能够在未来的人生道路上更加自信、坚定和勇敢。

**军训军训心得体会篇三**

大学军训是每一位大学生都必须经历的一段历程。对于我而言，这是一段充实而难忘的经历。刚进入大学，第一堂课就是军训，紧张、拘束、负重的日子开始了。经过三个星期的军训，我认为我已经有资格写下自己的军训心得体会了。

第二段：军训的收获。

军训严格纪律，教给了我对生活的认真与积极。每天早起，排队、操场晨跑，一天的课程有不少于6个小时，即使在休息时间，你也只能走路，不能坐在地上、靠在墙边；你既不能打哈欠，也不能做出吸烟、酗酒等不良的举动。在军训中，我们不仅锻炼体魄，还训练了精神面貌，摆正了态度、彰显了自身的精神风貌。

第三段：团队合作精神。

在军训中，我充分体会到了团队合作的重要性，如果没有一个默契的团队，我们不可能完成各种严格的训练项目。我们必须互相帮助，相互照顾，在这个过程中我们不会被个人主义所干扰，我们要讲求团队利益，这样才能获得团队的进步。我深刻认识到，团队中的每一个人都很重要，每一个人所做的贡献都会给团队带来很大的提升。

第四段：坚韧与毅力。

在军训中，我也体会到了坚韧和毅力的重要性。每当我觉得累得想要放弃时，我会看看旁边的战友，看看他们依然坚定的跑在前面，顿时心中便长出了一股勇气，也许我们跑得慢了一些，但是我们一定会坚持下去，克服自己的疲惫。这也让我明白，生活中，面对困难，我们只有坚持下去，才能抵御生活的压力，在挫折中成长。

第五段：总结。

军训是大学开学的第一个任务，我很庆幸自己有机会参加这样的训练，尽管经历过严格的纪律训练和疲惫的身体痛苦，但我收获了勇气、毅力、自律和团队精神。这次军训成为我人生中难忘的经历，是我成长和进步的一块重要的砖头。我相信，在今后的生活中，这些学到的经历和精神，会继续陪伴着我，让我更好地投身于未来的工作和生活中。

**军训军训心得体会篇四**

军训，是每个大学生必须经历的一个环节。这段时间的军训不仅锻炼了身体，也丰富了人生阅历，磨炼了心智，是人生最难忘的经历之一。在这段时间里，我深深体会到了军训带给我的种种感悟和收获。接下来，我将从身体、心理、纪律、团队、责任这五个方面，简述我的感悟和心得。

段二：身体。

身体是革命的本钱，这是毛主席的名言。在军训中，我们每天早上七点半开始晨跑，每天下午四点到六点进行训练，一天下来真是精疲力尽。但是，我们深深认识到了训练的重要性和健康的珍贵。不少同学由于忽视身体，而在训练中受伤或者感冒，导致病痛缠身，甚至出现意外事故。从而导致了训练计划的打乱，我们也懂得了身体才是最重要的。

段三：心理。

心理素质是很重要的。有一个成语叫做志不强者智不达，我们今天在军训中的过程中，也深刻感受到了这一点。每当心态低落时，总有教官的话语激励我们，让我们明白勇气和忍耐的意义。同时，我们还学会了调整自己的心态，只有积极向上的心态才能让我们获得更多的成长和进步。

段四：纪律和团队。

军训最重要的两个因素就是纪律和团队，而这两者也相辅相成。没有纪律，不可能有团队，同样，没有团队也不可能有纪律。我们在军训中每天训练，同学之间用目光和动作互相扶持，我们都感到了那种默契和温暖。军训中的纪律严格，但也让我们养成了好习惯，做事更加专注和有条不紊。团队协作让我们感受到了友情和集体荣誉的重要性，也更深刻地认识到了人与人之间的意义和价值。

段五：责任。

一系列的严格训练，就是为了培养我们的责任心。在军事训练中，负责一件小事不重要，重要的是能够切实有力的把这件事情干好，把每一项任务都详细的执行到位。不仅要考虑自己，还需要考虑整个团队的利益。在军训中，我们每个人都明白了自己的责任在哪里，学会了承担责任，同时也领悟到了立志、努力、拼搏的人生态度。

段六：结语。

通过这次军训体验，我们的思想、人格、形象等方方面面都得到了极大的提高。此次军训结束了，接下来我们将重新投入到学习和生活中，带着我们在军训中收获的成果，继续前行。感谢军训中给予我们指导和帮助的教官，我们一定会继续保持这样的信念、奋斗和努力，成为更加优秀的人。军训时光虽短暂，但是我们从中学到的东西却是深深的印在了心里。

**军训军训心得体会篇五**

时光匆匆，转眼间我们已经是初二的学生了。我甚至还清楚的记得刚刚入学的情景。

于是，我们华丽丽的迎来了 初二以及军训

来训我们的是一个姓邓的教官，人嘛可以说长得比较帅气，教官自己评价为“高富帅”

我可以很骄傲的告诉你，我们教官是最棒的。

每天先要站一会儿军姿的，教官说军姿是基础 ，若连这个也搞不好 就更不要说别的了。 于是我们顶着烈阳，训练着。比较有趣的是教官，和我们嬉戏打闹 带给了我们不少乐趣·教官总乱起外号，最有趣的是那个死胖子和小个儿。(而且私下里不少同学都挺羡慕我们有这个教官的 哈哈)

时间如水徐缓而过,短短的四天军训最终落下了帷幕。回想这些日子的点点滴滴，心中竟对这些日子有了些许不舍，仿佛一切都是刚刚发生的一样。

军训这些天总怀着许多期待。期待自己得到表扬，期待自己班级的训练得到赞赏，期待我们在比赛中名列前茅。在这里，没有虚华无实的炫耀，更没有官场上的尔虞我诈，勾心斗角，有的只是朴实的感情。集体为上，团结合作，坚持不懈，这是王道。

离别总是伴有些许伤感的，我们和教官许诺 也许 他毕业后会回来看我们·

其实，教官并没有比我们大几岁，然而，他们却过着与我们迥然不同的生活，经历过我们无法想象的艰难困苦，有着我们无法比拟的坚韧和担当。

军人，他们没有明星们镁光灯下的闪耀，没有诗人们浪漫的情怀，没有商人们精明的头脑，有的只是最朴实的品质，最真挚的感情，最坚毅的性格，最忠贞的信念。他们就像这片土地一样，朴实无华，但却沉重，深厚…..

忘不了烈日下他们为我们训练的身影，忘不了他们用沙哑的嗓子喊出的口号，忘不了他们朴实的笑容，矫健的身姿，忘不了他们对我们的关怀与教导……也许从今天起我们将混迹在茫茫人海不再相遇，也许数年后他们的面容会在我的脑海中变得模糊，但我永远不会忘记这些日子。

教官是严厉的，也是可爱可敬的。

**军训军训心得体会篇六**

军训，是高校为了提高学生组织纪律性、体育素质和心理素质所进行的一种集体活动。军训的目的不仅仅是为了让我们学会军事技能，更为重要的是要培养我们团队合作精神、顽强拼搏意志和对国家的深厚情感。在这期间，我们每一个学生都会接受训练，体验杀伐决断的气氛，感受强者的芬芳，增强了自己的勇气和毅力，也能够以积极、阳光、向上、自信的心态面对挑战和困难。

第二段：谈谈自己在军训中获得的收获。

在这短短的一个多月的军训中，我获得了很多收获。首先是团队合作精神的提升。在军训过程中，大家和自己平时不一样，每个人都变得更加勇敢、果断、严谨、执着，这也让自己逐渐地感到了来自队友的信任和支持。其次是身体素质的增强。军训期间，每天都要进行不间断的训练，逐渐地感觉到自己身体的适应性变强，也能够在身体疲劳时坚持下来。最后，是心理素质的提高。在军训中，有些课目和训练可能会让人感到十分艰辛和辛苦，也意味着我们需要挑战自己、超越自己。军训练得你能够更加理智、镇定、稳重地面对问题。

第三段：写一下军训过程中遇到的困难和解决方案。

在军训过程中，碰到的最大的困难就是时间的限制和体力的透支。不过我们在面对困难时取得了很好的解决方案。我们互相之间手拉手，用彼此的力量来一起对抗困难。当我们在困难的时候，队友的鼓励和支持感动了我，也让自己更加坚定了信心和决心。我们在遭遇一些挫折时，也会通力合作、积极寻找解决办法，这也增加了相互的友谊，促进了相互之间的关系。

第四段：写自己在军训中学到的一些道理。

在这个军训中，我意识到要想取得成功或者克服困难，靠的绝不仅仅是一个人的力量，而是团队合作的力量。只有我们齐心协力才能达到目标。在训练过程中也是如此，之前很多课目都不会，但是在团队合作下是完全有可能克服的。当然，坚持不懈也很重要，只有你自己坚持了，别人的鼓励才会变得有意义。同时，我也学到了在与人相处中尊重他人，以及思考每一件事的同时要做到谅解和包容。

第五段：总结和表达对军训的感谢之情。

通过这次军训，我虽然很累，但也意识到自己收获了很多。这期间收获的不仅是技能和知识，更是人生的经验和感悟。我要感谢军训中陪伴在我左右的每一天每一刻，因为有了你们，我才变得更加勇敢，也因为有了你们的支持鼓励，才能够在面对困难的时候不放弃，勇往直前！我会在未来的日子里，将这些军训的经验融入到自己的生活中，不断追求自己的目标！

**军训军训心得体会篇七**

20xx年我考了六百多分，但没能上高中。就是因为五百块钱。我哭就能上得起高中了吗？哭是没有用的。八方队绝对不差的，我相信你们的实力。”营长的一席话，让大家感动不已，一直以为营长是黑面铁汉，可他竟这样理解大家。我们突然觉得这里不论是教官还是连长营长，都是无悔地为我们付出，真心的关心我们。

之后的训练，大家更认真了，也比以前更加团结。我们不停调整，不断进步，盼望着最后的一鸣惊人。同时在宿舍中，大家熬夜，打手电，给教官写留言。大家写得最多的就是“少抽烟，多吃饭，保护嗓子，注意身体。”每个人，每句话，每个字，都是我们对教官的敬爱和留恋。联欢会上，我们给教官献草，八方队全体成员在下面齐声喊着：“志鹏！志鹏！志鹏！志鹏......”

在一起的日子不多了，要珍惜。

最后的分裂式我们走得很漂亮，教官很开心，说我们表现的非常好。离开军营之前，我们齐声喊出：“教官您辛苦了。”我们把这几天一直传阅着写的留言本送给他，我们看得出他的激动和感动。队列里又出现了抽泣声，我们，就要走了。

坐在车上，我往外看。教官们，连长们，营长，站成一排，敬着军礼，送别我们的车队。眼泪顿时涌出。这些日子你们辛苦了，我们走了，可能再也不会回来。这些教官、连长、营长，也许一辈子再也见不到了。这些只比我们大几岁的哥哥们，未来所要承受的，是我们无法想象的生命之重。

祝他们未来一切都好。

结束了。

别了。

**军训军训心得体会篇八**

军训是国民教育的重要组成部分，它目的在于增强青少年的体魄与意志，提高其遇到困难时的应对能力和毅力。随着社会对人才素质的不断提高和军队现代化建设的进一步深入，军训课程也得到了更高的要求和重视。课堂之外，我们更要用心去领悟其中的意义，不断梳理出军训词语的内在价值，为自己今后的成长打下坚实基础。

第二段：军训词语的内涵。

军训中的很多词语，如“坚强”、“勇敢”、“拼搏”等，是被用于体现人类的精神面貌，是起点和归宿。这些词语渗透到我们的生活中，并激励着我们的心灵，鼓舞我们积极面对任何困难和挑战。每个人在军训中，都要坚持往前走，要勇敢去闯，要拼搏到底。这些坚定信念的词语，成为了我们战胜自己、勇往直前的重要推手，是我们前进的力量源泉。

第三段：军训词语的感悟。

军训词语，不仅仅只是字面意义上的训练口号，更是各种情感和思想的内涵，其深层次的意义远胜于表面文字。例如，“坚强”这个词，当我们在训练中遇到了困难，也许会产生想要退出的念头，但是当我们“坚强”起来，努力适应新的环境和规则，将会取得更多的收获。同样，“拼搏”这个词语也是如此。军训是对人体各方面素质的考验，唯有拼搏，才能更好地发挥自己的能力，增强自身实力。

第四段：提高素质的想法。

除了在训练中感悟和理解军训词语的内涵，更重要的是将其转化为自己实际的行动，提高自己的素质和能力。这需要我们用“勤奋”、“拼搏”、“认真学习”等词语，从自己的一点一滴开始，脚踏实地、一步一个脚印地努力。比如，军训中的体能训练，可以引导我们养成勤跑步、提高体育锻炼习惯。精神方面的训练，则可以使我们学会乐观看待生活，自信勇敢地迎接挑战。

第五段：总结。

军训词语作为一种思想上的号召，通过文字表达出实践经验中蕴藏的精华，深刻地体现着军人的精神品质。在军训中，我们要把这些词语融入到自己的行动和思想中，让其在我们的常规生活中为我们打开新的成长之路。我们要时刻让“坚强”“勇敢”“拼搏”的精神贯穿在日常生活中，使之成为我们自己的追求目标和心灵寄托，早日成为一名英勇的战士，为祖国的繁荣与崛起贡献自己的力量。

**军训军训心得体会篇九**

在经历小学六年的风霜雨露后，我将进入一个新的学堂--初中.在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训.在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落.这对我来说，简直是一种煎熬.因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸.这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我.我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人.经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑.看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的.它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

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。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找