# 军训后心得体会 军训心得体会(优秀14篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2025-05-27

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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，我们一起来看一看吧。军训后...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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，我们一起来看一看吧。

**军训后心得体会篇一**

这几天以来，我们一直在长清素质教育基地，与另外七所学校的同学们一起学习、一起探究。

虽然这五天时间不长，但让我们学会了很多很多的东西。

迷宫让我们懂得耐心、不放弃和坚持。走钢丝让我们懂得勇气、团结和齐心协力永不放弃。天象课让我们知道了牛郎和织女的故事。创意手工和陶艺是让我们细心、手巧灵活。消防课我知道了遇到火灾不要慌张，要有序排队迅速的逃离火场。交通课知道了不要酒后驾驶，也不要劳累驾驶。走云梯让我们保持平衡力。劳动课让我们学会摘菜和如何制作面点。多米诺骨牌让我们学会团结，齐心协力，遇到困难，永不放弃。航模让我知道了飞机是由哪些部分组成的。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。

在我看来小学军训和中学军训或高中军训是不一样的，小学军训就是玩，中学军训或高中军训都是“稍息”“立正”“一二一”“齐步走”“跑步走”之类的，根本不像小学一样这么轻松，而是很累很累的。

也许，这五天是微不足道的，是它给我们留下了印象是无比深刻的。它让我们学会独立、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制的暖巢，勇敢地站出来。

这短暂的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动更别样的精彩！

**军训后心得体会篇二**

作为一名大学新生，军训是每个人不可避免的经历。在这段时间里，我们从“飞天鱼”到“扛步枪”，从“拍板凳”到“爬墙绳”，经历了各种训练，收获了不少成长和启示。在退役的时候，回首同样走过来的路，心中有无数的感慨和思考。下面是我对军训的几个心得体会。

第一段：军训是决定基础的训练。

军训不是亲兵特训，更不是让我们成为“小兵种”的训练，而是为大家提供一个打好基础的平台。军训打好的基础，不仅仅是指体能，也是建立自信心和忍耐力的过程。虽然在训练中我们遇到过很多困难和挑战，但正是因为这些练习，我们才更加了解自己，找到自己的优点和不足之处。通过在军训中积累的经验，我相信自己可以面对更为艰难的考验和挑战。

第二段：团结就是力量的源泉。

通过军训，我感受到了团结的重要性。在没有被划分为任何一个团体之前，我们都是孤立无援的，但只要我们团结起来，那么我们就可以达到我们想要的任何目标。队友们在训练中互相照应，互帮互助，互相鼓励，让我深深感受到了团队力量的强大。我们会为了同一个目标而付出，也许在过程中会磨合，会有摩擦，但最终结果却是令人瞩目的。通过军训，我认识到团结不仅让自己受益匪浅，更能够让大团队得到更好的结果。

第三段：军训教给我们的是自律。

军训是对我们纪律和规矩的考验。在军训的过程中，我们必须严格遵守各种规则，比如不迟到、不早退、准时参加训练等等。军训不允许我们拖胖子，像拿起决定成功的钥匙一样，自律成为了我们唯一的选择。起初遵循规定不易，但是慢慢地，“自觉做事，认真对待”这句话在我的生命中发扬光大。通过军训，我学会了自律，意味着我可以主动地掌握自己的时间和自己的计划。这可不仅是在队列前排队拍照那么简单。

第四段：所有的付出都不会终将被忘记。

虽然这场军训只有十几天的时间，但我相信这段经历会成为我人生中宝贵的回忆。军训是我从没经历过的一项体验，在这里我结识了很多可信和信任的朋友。我会记得过去的训练，那些为了达成目的愿意忍受痛苦的场景。同样，我也不会忘记许多见到的优秀官兵和战士们的榜样。在一切变得模糊之前，我会铭记在心的是自己所经历过的一切，因为这些是不会被时间抹去的。

第五段：军训让我们总结。

虽然我们面对挑战和困难的情况经常出现，但十几天的军训是如此的令人难忘，因为它不仅带来了许多珍贵的人生经验，也让我们在落幕之前反思自己。对于军训中的悲喜交加，成功和失败，我都从中受到了深刻的启发。军训是一次对个人和团队的考验，我们从中得到了不同意义的经验和收获，没有人会因其受到的伤势而被打垮，因为我们在一起，在每个人的成功中分享乐趣，在每个困难中互相扶持。在回到校园的时候，我们内心仍在影响着军训的点滴，从而更加努力向前。

**军训后心得体会篇三**

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！

**军训后心得体会篇四**

军训是一段难以忘怀的经历，严格的军训生活让我感受到了军人的艰辛和坚韧，也让我明白了身体力行的重要性。初次踏入军训场，我不禁感到紧张，担心自己是否能够适应这样严格的训练。然而，随着漫长的军训时间的推进，我逐渐学会了如何调整自己的心态，接受挑战，并从中获得成长。

第二段：坚韧与毅力的培养。

在军训过程中，不论是艰苦的体力训练，还是严格的纪律要求，都考验着我们的毅力和耐力。常常天亮前的晨跑让我们疲惫不堪，但是我们必须坚持下去。在炎炎夏日的烈日下，军训场上温度高达三十多摄氏度，烈日炙烤着我们的身体，汗水湿透了我们的衣服，但我们依然要坚持训练。通过这样的锻炼，我逐渐培养了坚韧的品质，学会了在逆境中不屈不挠地前行。

第三段：团队精神的重要性。

军训中最重要的课程之一就是团队训练。在战术训练中，我们需要密切合作，互相配合，共同完成任务。每个人的角色都非常重要，一个小小的失误都可能导致整个团队的失败。通过与队友们的相互配合，我明白了团队精神的重要性。团队协作不仅仅是为了取得好的战斗成果，更重要的是在困难时能够相互支持，共同面对。

第四段：自律与责任心的涵养。

军人的训练是艰苦严苛的，而军训正是锻炼我们的自律和责任心的良好机会。在军训中，我们要严格遵守纪律，按时完成各项任务，保持良好的军人形象。这种强烈的规则意识对我们的自律和责任心提出了极高的要求。通过军训，我逐渐养成了严格约束自己的习惯，学会了为自己的行为负责。

第五段：军训的收获与感悟。

军训结束时，我回首往事，感慨万分。军训不仅使我体会到了军人的艰辛，也让我感受到了团结协作的力量。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，也培养了坚强的意志。我明白了严格自律与责任心的重要性，也认识到了团队精神对于成功的重要性。这些都是我在军训中得到的宝贵财富，将伴随我一生。

总结：

军训让我经历了身心的全面锻炼，使我从一个稚嫩的学生成长为一个有着坚韧毅力、团队精神和自律责任心的人。虽然军训带来了辛苦和痛苦，但我却觉得这是一段难得的宝贵经历。我相信，在未来的生活和学习中，这些与军训相关的品质将会起到重要的作用，帮助我克服困难，取得更多的成就。

**军训后心得体会篇五**

星期一，五（1）班里面传出一声欢呼声，怎么了，原来他们要去园山基地军训三天呢！

到了星期三，随着汽车声，同学们都上了车，在前往园山基地的路上，1分钟、2分钟、10分钟、20分钟，不知过了多久，我们来到了园山基地。

终于做了，我来给大家介绍一下我们制作的战甲吧！这副战甲的名字叫s战警，这是由我和机甲组合的战斗“魔将”披风、导弹、护腕、红龙导弹剑、护甲样样少不了。这帅气的铠甲，不禁响起了同学们的掌声，突然，我们都感觉到很自豪。

我们不仅用了报纸做活动，而且也用了木板来承担了一次责任，我们班都以为很轻松，可一听到有人要爬过，双人组合的木板上，我们都惊呆了，活动开始了，我和另外一个同学组合，每当有人爬过的时候，我的肩都感觉到剧烈的疼痛，特别是我们班主任爬上去的时候。活动结束之后，我看一下肩膀，啊，都红了，从没承受过责任，今天承受起来，可真辛苦。

最后，我要告诉大家，一定要做一个承受责任的人，这样，大家才会信你、爱戴你。最后，我也要说：这次的社会实践活动可真有意义！

**军训后心得体会篇六**

第一段：引言（100字）。

每年的开学季，军训都是学生们必经的一道坎。军训不仅能让我们锻炼身体，还能培养我们的集体荣誉感和责任心。在这个过程中，我们也可以学到很多知识和技能。我在这次军训中收获颇丰，下面我将分享我自己的心得体会。

第二段：锻炼身体（300字）。

军训最显著的优点就是能锻炼身体。在这段时间里，我每天都被训练得筋疲力尽，但是我也能感受到自己身体的变化。我比之前更健康、更强壮，并且跑步的速度和耐力都有很大的提高。除了常规的体能训练，我们还学习了一些简单的自卫技能和队形操练。这些训练让我们养成了良好的运动习惯，也让我们对身体健康更加重视。

第三段：锻炼集体意识和责任心（300字）。

军训还让我意识到了集体意识和责任心的重要性。在这个过程中，我们必须服从指挥、精诚团结，没有个人英雄主义和个人感情，只有合作才能完成任务。在集体中，我们学会了互相扶持、互相关怀和互相提醒，这大大提升了我们的集体荣誉感。同时，我们也明白了自己的责任，我们必须在集体中扮演好自己的角色，为集体的荣誉和发展做出贡献。

第四段：学习知识和技能（300字）。

军训不仅是锻炼身体和培养集体意识，还能让我们学习到很多知识和技能。我们学习了军体拳、步枪射击、灭火器使用、急救技能等，这些知识和技能对我们的日常生活和工作都有很大的帮助。我们也学习了一些珍贵的军事历史和传统，让我们更加了解我们的国家和人民军队的奋斗历程。

第五段：总结（200字）。

通过这次军训，我不仅锻炼了身体，也变得更加坚强和自信。我发现集体意识和责任心的重要性，并且也学习了很多知识和技能。我相信这些经验对我的日常生活和未来的工作都会有宝贵的帮助。最后，我想感谢我的教官和同学们，感谢他们给我带来的美好记忆和难忘的经历。我会一直珍惜这段时光，并且把军训的精神贯彻到我未来的生活和工作中。

**军训后心得体会篇七**

第一段：引言（100字）。

军训是每位大学新生都要经历的重要环节，对于许多人来说，这是一次难忘的经历，不仅锻炼了身体，也深刻地影响了心灵。在这段军训生活中，我们体会到了许多意义深远的经历和感悟，这对我们的成长和未来都有着重要的作用。在这篇文章中，我将分享我在军训中的心得体会，希望能给读者带来一些启示和帮助。

第二段：心态决定一切（200字）。

作为一名大学新生，我一直充满了好奇心和兴奋感，但同时也很害怕挑战和陌生环境。在军训的第一天，当我看到严肃的教官和紧张的军队队列时，我感到了一丝恐惧。但很快，我意识到只有积极地调整自己的心态，才能克服这些困难。在接下来的训练中，我努力保持镇静，时刻保持一种积极向上的态度，相信自己一定会有所成长。通过这种心态的调整，我不仅在军训中有所进步，也影响到日常生活中的学习和社交。

第三段：集体荣誉感的培养（300字）。

军训的另一个重要特点是强调集体荣誉感。在军训过程中，我们需要学会合作、坚韧、顽强和意志力。在不断的排练过程中，我们逐渐培养了团队精神，相互帮助和支持。在训练场上，因为自己的不小心或者互相之间的不和谐，会让训练过程出现问题，这让我们明白了团队合作的重要性。一旦达成目标，我们不仅以个人得到满足感，更因为自己的努力被团队接受和赞扬，使我们真正理解了集体意识的重要性。

第四段：放弃的力量（300字）。

在生活和学习中，每个人都会遇到一些困难和挑战，有时候我们会感到力不足和失望。但是，在军训中，我们不得不放弃一些不重要的习惯和快乐，去适应严格而疲劳的训练模式。直到最后，我们才意识到在困难中放弃是培养毅力的关键。通过训练，我们学会了克服痛苦和挑战的能力，以及坚持和努力工作的意志力。这些学习成果能够帮助我们在以后的人生中克服困难和挑战。

第五段：总结（200字）。

在军训的过程中，我学到了很多东西，包括合作、坚持和努力工作。我相信这些经验和体验能够帮助我们在未来的人生道路中有所收获。对我而言，重要的是要掌握自己的心态，保持积极的态度，对于组织的良好合作和坚持会有所回报。最终，要感谢军训让我们成长和学习，让我们更加自信和勇敢，以应对未来的挑战和困难。

**军训后心得体会篇八**

心中那自由的世界，如此地清澈高远。

盛开着永不凋零、蓝莲花。

——《蓝莲花》

那个夏夜的凌晨四点，在西溪湿地淡淡地轻轻地飘着一股凉意。

月亮悄悄隐去了一颗星星，一张笑脸转为调皮。

但她不取笑我们，只是安分地守在原地，大概是发现了我们的疲惫，于是留一束清光照亮我们不落的眼眉。

之后，她不见了影子，红霞开始布满天际。

——日出的味道，像矿泉水，你说不出感受，却很是新鲜，像是灵魂在河里涤荡，而肉体随风飘扬。

我总是很喜欢每个时期开端的日子，彷佛一觉醒来，尽管惺忪朦胧，但却有用不完的活力——一切欢乐都昭示着未来的幸运，一切苦累都铺垫着以后的坚持。

我喜欢在初次见面时藏起自己，然后再慢慢地一点一点地告诉人们我的样子;我喜欢军训时那种筋疲力尽的感觉，透支着体力，燃烧着生命，宣告生命的意义;我喜欢在每天大约五点四十分的时候，站在丹青三四舍间的二楼走廊看太阳慢慢升起——它不说话，它只是慢慢变大，红彤彤到金灿灿，发出万丈光芒。

我们，立正时无言如它;我们，半月后将蜕变成它。

人的生命就该在这些壮美的时刻中度过，在所有的不平凡与挑战中坚持。

我总是在或静静行进或默默坐立的时候想，何为军训的意义。

或许，这个问题没有答案。

任何人所冠的或冠冕堂皇或不上格调或真切实意的理由都可能是对的，也都可能是错的——这就如生命的意义一般，谁也无法给它一个正解，我们总是在永恒的追逐中寻找，在不断的迷失中坚持，大概会有一天，当生命沉寂，我们终于在走过的路上发现了属于自己的与众不同的脚印，才知道人生不是为了既定的意义，而是创造属于自己的不同生命。

——军训也如此，它俨然是一个过程，两个星期，任何一个特写都无法将它完整代替。

我们也许只能认真地摆好每一个姿势，简单不做作，一看便知是自己，这样一帧一帧地连接在一起，跳动出我们内心最纯真最美好的旋律。

——这样，我们便有了属于自己的军训，亲自赋予它独特的意义。

为自己的军训而狂，想对得起这难得的青葱岁月，为了年少才有的梦，让自己在这个世界占据一角，悄悄地开出火红的花朵，发出幽蓝的光。

**军训后心得体会篇九**

随着一声嘹亮的哨响，为期12天的新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们感受到了一股莫名的感动。离别稍瞬即逝，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，在掌声当中变得看不清，我看到了一些泪光在同学们的眼里闪烁，心中甚是感动过和说不出的滋味，回想那时候刚刚军训的时候。

训练场上异常齐整的队伍，熟悉的步伐和形体。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自己，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间；曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆；以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切；曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望；用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

**军训后心得体会篇十**

在自己的想象之中，军训很苦很累，但是没有真的感受过的话，还是对那种”苦“报以无所谓的态度。我曾经住在空军部队的平房里，所以并不担心自己能否适应部队生活，同时，也不好奇军营里面的一切。

我踏进了我并不陌生的军营，开始了一段崭新、充实的生活。

刚刚踏入军营，我并没有什么感觉，我似乎已经做好了足够的心理准备面对接下来8天的生活。我们先到了宿舍，这个宿舍建于1980年，这么有年头的宿舍必然在我们眼前显得破烂不堪。我们10个人被分到了三层的宿舍，里面尘土飞扬，木床板翘着，钉子还突了出来，我们这几个没有拿褥子的学生都质疑着到底能不能睡人的时候，几床军绿色的褥子解救了我们。中午的午休，我们这些新室友几乎都没睡，玩起了”真心话大冒险“，我们这才有了集体生活的感觉。

上午1个小时的早训，再训练4个小时，下午3个小时，还有2个小时的晚训。就这样，如此充实的军训生活开始了，每天如此循环。我几乎从未过过如此有规律的生活，哨音就是命令，哨音一响所有人洗漱、集合、保持安静、熄灯。我们每个人听到哨音，一开始都是紧张慌乱的，后来渐渐熟悉时间规律，也就自觉的做好准备。前些天，每天训练的内容都是站军姿、练起步、正步、跑步。虽然那几天天气还算凉爽，但是总会出一身的汗，晚上我们便要跟”下饺子“一样冲进大众浴池，5个人一个水洒的勉强冲一冲。每次洗澡都像是都打了一场仗，现在我都有些恐惧去浴池洗澡了。

之后几天，我们的任务就是准备最后一天的阅兵式。我们年级组起了四个方队，真的像迷你国庆阅兵式一样。我非常荣幸以我身高的原因被选为方阵的领队。我的任务说简单也简单，我不需要和格斗方阵一起上场打格斗，可说难也难，我们需要敬礼、需要喊口号，错一步，整个方队就乱了。身为领队最大的福利就是有”加餐“。吃饭时我碰巧坐在领队的教官旁边，他总是用”命令“的口吻让我吃西瓜、喝奶。待遇真真儿的不错。训练之中令我最苦恼的就是中途换行进音乐，我总是不自觉的捣步子，乱了整个方阵。我们另一名领队商量了半天，分好了工，每人负责自己不会出错的部分，如果拿不准就说”一、二“之后一起下口令。我们便比之前的默契多了许多。一遍遍阳光的炙烤把我俩都晒伤了，我俩换了长裤仍坚持着。虽然最后的演出还是存在不足，但是我很庆幸有了这次的经历。

军训让我们学到了很多。我们不依赖家长，自己洗衣物;安排好自己的时间，不再慌乱;面对辛苦的训练，没有退缩，仍然坚持……我们每个人都有自己委屈的原因，但我们没有哭泣，继续在人生的沙场上顽强拼搏。

**军训后心得体会篇十一**

如今，军训已经成为许多高校的必修课程，也是磨练学生意志力和锻炼体魄的重要途径。在这短暂的一周里，我收获了很多，除了烈日下的汗水和不期而至的疲惫，更多的是对生活的认识和对自己的了解。接下来，我将分享一些我在军训期间所体会到的心得。

第二段：认识到自身的不足。

其实，在参加军训之前，我一直认为自己身体素质良好，但是在军训的第一天，我就发现了自己的局限性——我跑步的速度并不理想，同时，在站立军姿的时候，我也感到脚踝有些麻痹。之后，我谨慎地观察了其他同学的表现，以此为动力不断地调整和突破自己的局限，不断提升自我，最终达到了我想要的效果。

第三段：锻炼意志力和坚持不懈。

军训期间，我们在烈日和高温的情况下进行了长达四个小时的训练，而且每天都有这样的任务。在这个过程中，我逐渐明白了什么叫做坚持不懈和战胜困难。虽然四个小时的时间很长很难熬，但是我们必须始终保持警惕和精力充沛，训练才能更加有效。

第四段：加强集体合作精神。

在军训中，我们与队友密切合作，完成任务，克服困难。这个过程给了我一个更好的理解：在团队，“我们是一体的”，每个小任务的成功都依赖于全体队员的支持和协助。因此，在平时的生活中，我会更加重视与他人的合作，遵循团队精神，将协作和配合推向一个新的高度。

第五段：结语。

军训虽然短暂，但是对我而言，它是一次对自己的体验和提升，帮助我更加全面地认识自己，也让我更加理解和接受社会各种不同的生活体验。在日后的学习和生活中，我将更加努力地发扬军训所传递的精神，成为一个更加优秀的人。

**军训后心得体会篇十二**

军训心得体会(大全)

我们心里有一些收获后，好好地写一份心得体会，这样我们就可以提高对思维的训练。你想好怎么写心得体会了吗？以下是小编精心整理的军训心得体会(大全)，欢迎阅读与收藏。

带着好奇、幻想与迷茫，我们走进了初中，迎接我们的是为期六天的军训。我们知道，军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨练！如火如荼的六天军训似一阵风，眨眼间就过去了。在这短暂的六天内，我体会到了各种酸甜苦辣，也学会了坚持就是胜利，团结就是力量。不是有那么一句歌词：不经历风雨，怎么见彩虹？相信我们这些新生，经历过军训的风雨，会变得更加坚强，更加无惧。

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站军姿。看电视上，那些威武的士兵站的很轻松，很简单，但是有些人却不知道，他们付出了多少汗与泪。站军姿的要领是：头要正；颈要直；口要闭；两臂自然下垂；五指并拢，中指贴于裤缝；两脚分开为八字形，分开度数约为六十度。在烈日灸烤的塑胶操场上，我们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的`汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿。”

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。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。山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

回味军训，相信每个人都别有一番滋味在心头，而对于我来说，军训已成为我人生中一段宝贵的经历，写进初中生活美好的记忆当中。军训很苦，炙热的烈日、滚烫的操场、严厉的教官，几度让我们心有余悸，被阳光暴晒的脸上，已经分不清哪是汗水，哪是泪水。

军人的风采，是在阵阵军号声的冲锋中。号声一响，迈着整齐的步伐，吼着嘹亮的番号，迎着朝阳，迎着新时光。是猛虎，就要声震山谷；是雄鹰，就要搏击长空。

未来的学习生活中，也不会是一帆风顺的，需要坚持，需要努力。

**军训后心得体会篇十三**

第一段：军训的意义和重要性（介绍）。

军训作为大学生活的一部分，不仅锻炼了身体和意志力，也培养了团队合作和忍耐力。通过严格的训练和纪律要求，我们走出了舒适区，面对了困难和挑战，并逐渐形成了坚韧的品质和自信的人生态度。

第二段：坚持锻炼的重要性（个人体会）。

在军训中，每天早晨的晨跑、众多的体能项目和艰苦的训练让我意识到身体锻炼的重要性。坚持锻炼不仅能增强身体素质，还能提高学习和生活的品质。通过军训，我深刻理解到只有拥有强壮的体魄才能更好地应对生活中的各种困难和挑战。

第三段：团队合作的重要性（集体体会）。

军训强调团队精神，无论是站队、队列训练还是战术演练，都需要有高度的配合和默契。只有在团队中互相信任、协作一致，我们才能取得最好的训练效果。通过与队友的互动，我意识到团队合作的力量是不可忽视的，只有团结一心，才能战胜困难，取得更好的成绩。

第四段：锻炼意志力的重要性（个人体会）。

军训中坚持不懈、毫不动摇的精神给了我很大的启示。在遇到困难和痛苦时，我学会了坚持，学会了不轻易放弃。我意识到，只要下定决心，勇敢面对并克服困难，我们就能战胜自己，找到内心的力量。这种锻炼不仅对于军训有益，对于日常生活和未来的工作同样重要。

第五段：军训对个人成长的影响（总结）。

军训对我个人的成长产生了积极的影响。它不仅让我学会了坚持、团队合作和锻炼意志力，还培养了我对自己和他人的责任心和担当精神。在这个过程中，我懂得了服从和纪律的重要性，更明白了困难和痛苦背后所蕴含的价值。军训不仅带给了我宝贵的经验，也让我对未来充满了信心。

通过这次军训，我不仅锻炼了身体，还充实了内心。从每一次训练中，我懂得了努力的意义，明白了无论何时何地，我都需要坚持不懈地追求自己的目标。军训也教会了我坚韧不拔的精神，让我相信只要积极面对困难，勇于克服，就没有克服不了的困难。这次军训成为了我大学生活的重要一部分，它不仅给了我健康和活力，还带给了我一份宝贵的财富——坚定不移的精神信念。我相信这些宝贵的经历将伴随我一生，在未来的人生道路上不断激励我前行。

**军训后心得体会篇十四**

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”。

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