# 军训心得体会两百字(优秀19篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-05-29

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。军训心得体会两百字篇一第一段：军训初体验，意识到军训的重要性（20...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**军训心得体会两百字篇一**

第一段：军训初体验，意识到军训的重要性（200字）。

回忆起刚开始进行军训时的情景，我仿佛又能感受到那份初来乍到的紧张和兴奋。在酷暑中，全体新生被统一穿着军装，站在队列里接受军训教官的指挥。在如此严肃的氛围下，我开始渐渐认识到军训的严肃性和重要性。军训并非只是一次体验，而是为了锻炼我们的纪律意识、团队精神和应变能力。而要达到这些目标，需要经过严格训练。

第二段：从中学习到的纪律和坚持（200字）。

在军训期间，我深刻体会到了纪律和坚持的重要性。每天早晨准时的起床、整齐划一的队列、军号声声激励，这些都在潜移默化中让我养成了良好的习惯。纪律的执行需要一个人的自控，而且同样需要团队的互相配合。在军训中，我学习到让自己更好地与他人配合，提高自己的团队意识。而坚持则是在最困难时仍然能够坚持下去，让我更加懂得人只有坚持努力，才能达到成功。

第三段：军训让我更加了解自己（200字）。

军训过程中，我不仅仅学到了纪律和坚持，还更加深入地了解了自己。在与队友配合完成各种任务的过程中，我逐渐认识到自己的优势与不足。有时候，我可能会自卑或彷徨，但军训使我认识到每个人都有自己的优势，只要找到自己的闪光点，并发挥出来，就能够做到最好。此外，军训中的挑战和压力也使我更加坚强和勇敢，敢于尝试新的事物，并且始终保持一颗积极向上的心态。

第四段：培养团队合作能力（200字）。

在军训中，我们常常被安排进行集体操练和团队任务。这要求我们必须与队友密切配合，互相信任，共同完成任务。通过团队合作，我学会了如何充分发挥每个人的优势，避免个人主义的倾向，像机器齿轮一样相互配合。团队的胜利不仅仅取决于一个人的能力，更需要队员之间相互协助，合力解决问题。这种团队合作的精神在未来的学习和工作中将非常重要，军训为我打下了坚实的基础。

第五段：军训带给我的成长（200字）。

通过一段时间的军训，我不仅收获了纪律、坚持、团队合作的经验，更让自己在各个方面都得到了成长。我学会了坚守规则，不轻言放弃，逐渐培养了内心的自信和勇气。在与队友互助互爱的过程中，我坚信只有不离不弃的友谊才是最珍贵的。而军训所付出的努力和汗水，也都将成为我未来面对困难时的动力和坚强后盾。军训，使我更加成熟、自信，也更加明确自己未来的目标和努力的方向。

总结：

在军训的日子里，我学到了纪律、坚持、团队合作等重要的品质。同时，我更加了解了自己，并且在成长中发现了更多的潜力和可能性。军训不仅仅是一项训练，更是对个人品质和团队观念的磨砺。我将永远铭记这段军训的经历，将其化作我未来走向成功的助力。

**军训心得体会两百字篇二**

长达三个多月的暑假生活终于敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊!”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，可是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们保持同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，可是，就算不喜欢还是必须要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的!”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗话都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”。因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢?当然不是啦!我们每天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦!在休息时，教官们会让我们坐在一起，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前!

#571862

这学期，我们怀着无比兴奋和激动的心情参加了学校组织的军训活动。

一大早，冒着毛毛小雨，三年级所有的学生来到了雏鹰基地。一到基地，放下背包，教官就教我们怎么叠军被和简易被。教官先给我们耐心地做示范，要求我们叠被子的时候要叠的像一块豆腐一样方方正正，经过我们不断地努力终于学会了怎样叠被子。紧接着我们又去操场训练，刚上去的时候我想：这下可以偷偷懒玩一玩了，但训练的时候我看见同学们都在努力认真的学习，很快我也下定决心要做到最好。我们学会了站军姿，知道了要抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝才会显得有精神。为了让我们更认真，教官还陪着我们一起站呢!后来，大家又一起学习了立正，稍息，到向右看齐，再到四面转。学习可不真不简单啊!

训练了一天，终于到了晚上。山上的夜晚真冷呀!我们被子很薄，同学们都和衣而眠。虽然没有暖和的被窝，但是我们都知道：既然来军训，就是来吃苦的，在困难的时候我们更应该学会坚强。

在第二天的训练中，教官看我们很认真就决定带我们去玩丛林探险，大家玩得开心极了!

再见，雏鹰基地!相信终有一天，我们会成长为展翅翱翔的雄鹰!

#571863。

金灿灿的阳光洒了一地，一丝卷云飘逸地浮在空中。我背着行李，拖着被子，向自家的小轿车奔去。“唔，军训结束了!”我猛吸了一口带着阳光的空气。“女儿，回家洗个澡，热水我给你放好了·······晚饭外面吃。”爸爸背着我的行李，笑着说。爸爸对我的宠爱，更使我想起了军训的苦。

自己的碗自己洗，这对我来说还挺能接受。可是，桌长的洗碗职责让我“苦”了好久，到如今还记忆犹新。

“动作怎么这么慢，瞧，我都洗好了!”徐阳挥着手里轻轻的一只碗，对我说着。一叠油腻的碗摆在我眼前。打开水龙头，“哗哗哗”，一股冰凉刺骨的水涌了出来，我赶紧缩回了手。鼓起勇气，我碗排开放在水龙头下边，把水龙头开大，用勺子“唰唰”地搅着。觉得挺好了，就关了。再看，油啧，米粒还粘在碗上。我真想就这么端回去，转念一想;今天我是桌长，难道我就给同学吃用脏碗装的饭吗?我如果真这么端回去，不就是极端的不负责任吗?!想到这儿我又搓了搓手，打开水龙头，一只碗一只碗地洗了起来，还用手擦碗的内壁，直到干干净净了才端回了礼堂。

回宿舍途中，我用纸巾擦着冻得通红的手，并呼着气取暖。回到宿舍，同学们早已安静地午休了，看书的看书，午睡的午睡，再看看自己刚暖和点的手，实在是“悲剧”，在接下去的训练中，更“苦”，但我总会对自己说：“我们是来军训的不是享受!”

**军训心得体会两百字篇三**

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程；年轻是雷，年轻是电，年轻是永不言败，永远向前。年轻的心，年轻的人，在军训中打造年轻的梦想；年轻的你，年轻的我，在军训中筑造年轻的形象。

军训中，我们有一个同样的名字叫团结，我们有一个共同的财富叫做力量。站是一股洪流，坐是一掌脉青松。团结的力量就是因为同一个理念而聚在一起，共同合作，共同协助，共同扶持，共经风雨，共睹彩虹。在军训中，团结的集体打造着同一个舞台上的梦；团结的你们，团结的我们，在军训中合作出美好的梦。

年轻的人因为军训走到一起，组成一个团结的集体。军训将教会我们精诚合作，通力配合。每一个姿势，每一套动作，只有大家协调一致，才能整齐划一。任何脱离群体或不能合作等不和谐音符都将影响集体的荣誉和大家的利益。因此，在集体中充分发挥自我，同时自我又服从于集体，是每一个年轻人的必修课。在军训生活中，怀有年轻的心情，依靠集体的力量，我们就有能力做好一切；我们可以精骛八极，心游万仞；我们可以指点江山，激扬文字；我们可以击楫中流，与时俱进。我们会记住军训中的苦乐酸甜，使记忆留存美好，我们将记住彼此的深情关照，让前程携带信心。军训刚刚开始，我们会鼓起勇气和信心，在军训生活中勃发生命的本色，奔放青春的激情。

年轻的心情，集体的力量。秦皇汉武，唐宗宋祖，文武风骚风流人物，尽在今朝。

**军训心得体会两百字篇四**

这次军训，我感悟颇深。

首先是纪律性。

我的班级原本纪律不太好，但在军训中，我们逐渐养成了良好的纪律性。每天早晨的操练，让我们养成了准时起床的好习惯，不再出现迟到的情况；每天的军事课，让我们学会了自律和集体意识，不再有人苟图个人利益而破坏班级团结；每一次练兵场上的战斗使我们知道了生死存亡之间的关键时刻需要快速决断，协调配合解决问题。纪律性是一种美德，军训是我们习得纪律性的宝贵机会。

其次是忠诚。

忠诚是我们每个人都要有的品德。而通过这次军训，我们更能深入了解忠诚的内涵。在每一次练兵场上，每个人都要拼尽全力完成任务；在每一堂课上，我们要认真聆听教官的讲话；在每一个任务中，我们要完成军官委派的任务，顺利通过考核。这次军训让我们明白了忠诚是为集体、为国家、为人民；忠诚是为了实现共同的目标；忠诚是无私奉献的精神。

最后是拼搏精神。

军训不是简单的活动，而是对于每个学生来说都是一场拼搏。初来乍到时，我们对训练的要求感到十分高难度，可是在教官的带领下，我们开始了一天天的拼搏。为了胜利，我们不怕苦，不怕累，只专注于任务的完成。在这个过程中，我们明白了拼搏激发的力量和拼搏精神的重要性，每次拼搏的过程，我们形成自己的拼搏意识。人生的道路上，也是需要这种“不怕苦，不怕累，只专注于任务完成”的拼搏精神！

总之，军训是对我们非常重要的一次经历，让我们从中得到了成长，并向自身的弱点提出了更高的要求。希望其他同学也能够看到军训的重要性，得到实际效果，懂得拼搏精神，成就自我，为祖国贡献力量！

**军训心得体会两百字篇五**

今天是军训的第二天。军训是苦的，我们在教官的带领下，复习了稍息、立正、跨列和下蹲的基本要领，还学会了四面转法。但军训又是快乐的，它会在酷暑、骄阳之中，让你感受到清风般的慰藉。

先来说说军训的苦吧。一次一次的练习，慢慢消弱的体力……这便是此时此刻阳光下的我们所感受到的，如果用一个词来形容，那真可谓是“筋疲力尽”。不过再艰苦也要挺着，看看身旁的同学们个个都是“站如松”，总不能就我一人喊声报告，到一旁休息吧。时光在训练中悄悄流逝，一上午最热的一股热浪终于向我们逼近了，不知不觉中我的额头上有了汗珠，这一粒粒汗珠，还好像是调皮的故意捉弄我一般，在我的脸颊上缓缓流下，弄得我直痒痒，好像是在考验我的毅力，害得我只得咬着牙，继续保持着站姿。此时的我早已是腰酸背痛，脚底火辣辣的，但是，我现在是一个初中生，这点儿苦算什么，再看我们整个班级依旧是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。下午比早上凉爽的多，但下午练习了四面转法和复习了昨天的课程。在下午最难熬的就是那5分钟的下蹲，那时我真想休息一会，但看着大部分同学能坚持着我也咬咬牙继续坚持蹲着，直到教官下令站起来之后我早已腰酸背痛了。这就是军训的苦。再说说军训的甜吧。今天的军训让我锻炼了意志力，使我学会了坚持，这一点使我非常的高兴，也开始尝到了军训对身体的好处，这就是军训的甜。

总而言之，军训就是苦与乐的交响曲，有苦必有乐，有乐必有苦。这其实与我们今后的学习生活是很相似的，我们既要做好为学习而吃苦的准备，又要在紧张的学习生活中去寻找属于自己的快乐。在明天的军训里我一定会更加的努力。

#488657

在生活老师的催促下，惊醒了睡梦中的我。我赶紧穿上衣服，叠好被子，和室友们以最快速度奔向操常晨曦中，我看见了同学们早已整齐地排好了队，个个精神抖擞。由北大附中组织的军训的序幕就在这里拉开了。

我们的教官姓陈，名军，个子高高的，我对他的印象是---很和蔼。今天的内容是队列训练，训练的是站姿，“头抬高，腰挺直，双手放在大腿两侧”，别看站军姿简单，要是叫你一动不动地站一两个钟头，肯定受不了。

在教官口令中，训练开始了。教官一开始就给我们来了个“下马威”，让我们在原地一动不动地站一个小时。“啊?要这么久。”“再说就再加时间。‘无奈，只好站呗!一开始，同学们个个都非常认真，一会儿大家就显得有点不自在了。只见有的同学再抓痒，有的双手抱着膝盖，直叫腰酸腿疼，反正都是一副懒洋洋的样子。教官看见我们这副模样，吼道：“刚才动了的人马上去做一百个俯卧撑。”“唉1我刚想动一动，但听到教官说的话便不敢再动，可我这也痒，那也痒，只想挠挠，但我也只好忍，忍，忍。时间过的太慢了，我脚和手以有些麻木，但看到被受罚同学的样子，真是”掺不忍睹“，我自然也不敢轻举妄动了。

“好了，可以休息了。”“吔!”在一片欢呼声中，单调枯燥的站军姿终于结束了。“唉/终于重获自由了。”我这时回全身都痛。对教官恨得咬牙切齿，恨他对我们这么严厉，恨他没有人情味儿。他在我脑海中美好的印象全破坏了。

这五天来，我都可以听到都在叫苦连天，但同学们依旧坚持训练。

军训快结束时，北大附中组织了汇报表演。表演过程中，很多学生家长都来观看了表演，但天有不测风云，使得我心情紧张。虽然天下着雨，但同学们依旧动作迅速，专心致志的参加队列表演，受到了部队教官和学校的赞扬，“附中学生--”响亮的口号响彻在训练场上空。

汇报表演完毕，我们便和教官合影。这时，我却觉得对教官们依依不舍，舍不得他对我们的严厉，舍不得他们的笑容。忽然，我脸上滚落下一滴水，不只是雨还是泪!

这样的军队生活好开心，太令人难忘了!

后续。

军训的日子里，我们的意志得到磨练，毅力得到挑战。的确，军训使我长大了许多，我变得更为坚强了。

流逝的军训已成为固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响。我们要牢记军人作风，以铁的纪律约束自己，以钢的意志来支配自己。

军训，是我最难忘的经历。

**军训心得体会两百字篇六**

转眼间，期待已久的五天军训就在今天结束了．在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。回想…军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。

教官的勇气是我们的荣幸.正是在教官的指导下，我们才能获得优秀班集体、优秀内务的荣誉.这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳.对手是最大的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义.

我们虽深感军训苦，但学到很多。它是苦中有乐，苦，是皮肉的，乐，是心灵深处的。通过军训，我们丢弃了那些懒散的习惯，学会了正确的人生观。

最重要的是我们发现乐自己内在的潜力，看似一些做不到的事情只要坚持都能完成。所以我们要了解自己，挑战自己，制定出对自己有挑战性的目标，并充满热情，拿出信心和行动去完成它，我相信，经过奋斗，我们一定会“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。

**军训心得体会两百字篇七**

这次军训是我人生中难忘的一段经历。虽然那段时间非常辛苦，但我从中学到了很多东西。

第一次穿上军装，感觉自己变得格外威武。让我没想到的是，一身军装也给我带来了很多负担。最初的几天，身体各处疼痛难忍。狂风暴雨的军训阵地更是常常将我们的军装、帽子吹乱。但是，我意识到反抗是没有任何作用的。车如流水马如龙，我们必须按照军官的指挥安排行动。这成为了第一次教训。

第二次则是关于团队合作。大家都知道，军队的所有工作都是团队完成的。这并不只是因为一个人完成任务时需要很强的纪律性，还因为同战壕相守的人是你们彼此间的互相依靠。在每次排练和训练中，我意识到团队内的合作不比个人表现更加重要。我们的成功只可能来自于我们团队积极的协作。无论是在集体操训练还是在障碍训练中，我们都需要彼此配合。

第三次教训关于和军官保持良好关系。与军官之间的关系是团队中非常重要的一环。他们带领我们向更高处前进，但有时我们又需要给他们建议。因此，我学会了如何与他们和平相处。

最后，我从这次军训中获得了更多的勇气和自信。在练习射击、攀爬和战术活动的过程中，我感觉到了内心深处的力量，这让我更加对未来充满信心。

就这样，通过这次军训，我不仅感觉到平衡性得到了加强，还掌握了更多新的技能和知识。我相信这些经验和教训将对我未来的生活产生深远的影响。

**军训心得体会两百字篇八**

带着希望，带着梦想，我来到了大学—这个我憧憬了12年的地方。而上大学的第一项挑战就是军训。过惯了衣来伸手，饭来张口的日子，军训对于大一新生来说的确是一个挑战。

心里有些激动，有些害怕，我们出发了。还记得当时我们军训的地点是棋盘山。到达目的地了，不由的心生一股恐惧。因为周围都是山，向远处望去，连城市的影子都看不到。我心想，这回我不是完蛋了么?果不出我所料，第一天我就叫苦连天。住的是30多人的宿舍，窗户前面是一群大猪圈，一个挨着一个。晚上屋里潮呼呼的，还不时的传来猪先生和猪小姐身上的”香水味儿”。好不容易睡着了，又被蚊子给咬醒了，才发现自己没有放蚊帐。免免强强的挨到了第二天。早上醒了，眼睛却睁不开了—被蚊子亲肿了，只能睁成一条小缝，当时我连哭的心都有了。我心想我可能见不到明天的太阳了。吃饭的时候我们一桌子人围着咸菜和馒头发呆，这苦啊，可真是苦到心里了。

今天军训正式开始了。

头顶上是炎炎烈日，脚底下是沙石操场。就那么一遍一遍的练，我是四连的兵，我们的教官才20岁，对此我们佩服的五体投地。教官说我们站十分钟的军姿要比他们站几个小时的军姿轻松的多。

毕竟是20岁的人了，长大了。所以，所有的苦，所有的累，所有的不情愿，能让让别人看见，都要往肚子里咽。这条路是我自己选的，再苦再累都要勇敢的承担。那种感觉就像是吃了最爱的麻辣烫，放了许多喜欢吃的辣椒，辣的张不开嘴，掉眼泪儿，却什么都不能说。不知道当时哪来的壮志豪情，我不断的对自己说，你要坚强，要勇敢，战胜自己，做个强者。莎士比亚说，信念是指引人类前进的灯。就是拥有这样的信念，所以我一直坚持。

累了，就咬咬牙，实在不行，我就想，投胎做人我都挺过来了，这点困难算得了什么呢?别人看来，这样的想法很可笑，但是对于一个出门在外的没离开过父母的孩子来说，确是莫大的精神支柱。

**军训心得体会两百字篇九**

在我们刚踏入初中的第二天，军训活动就一应开始打响了！虽然心情有点激动、兴奋，但也有点无奈和苦闷、兴奋是因为我开始有新的学妹、学弟了！我将和他们一起军训。无奈是因为在太阳下训练的日子也到来了！打响了的军训日子，我们各班分别、分配到场地的各个部分。首先我们开始的就是站军姿，在站军姿的期间，我开始幻想着如果这里有空调就好了，呼呼的冷风过来一阵子就好了，于是我一直一直的幻想着。可是，不知是谁的一下喊声把我从这美妙的幻想拉了出来，可往往现实就是这么的残酷啊！高高的大太阳挂在头顶，同学们还没有站上个十分钟，就已经坚持不住了，于是我们班级的教官无可奈何就叫我们休息了，在我们旁边开始诉说他们以前军训的故事了。

听玩教官的那些故事，我开始知道，我们的军训和教官他们的军训相比根本不值一提，于是，我们同学便开始重镇旗鼓，严峻的接受了只有这仅仅五天的军训任务。我心里知道想要完成军训，必须一定要决心、毅力和坚持，如果没有的话，对不起，那你只能回家休息了！接着，我开始下面的各个项目，比如：垮立、稍息与立正，原地踏步等等。军训过后，同学们哭着喊着：脚痛、腿痛、腰痛。这真是一个魔鬼训练营呀！虽然这是一个焦熬的军训活动，但是毕竟这是一个锻炼我们意志力的好办法，再说了，上一年级的学生也就是这样训练过来的呀！这一天的军训，我刻苦铭心的体会到了：我们的军训虽然很艰苦。劳累但是挺一挺过去的吧！所以我们一定要坚持不懈，不能半途而废。

初二:翟慧慧

军训过程中，最讲究的就是纪律，就连吃饭也不例外。此外，我们每天都要在太阳下晒着，训练着，那里不能有任何的抱怨，更不能说坚持不下去，在那里只能记住的只有10个字，那就是:第一服从，第二完全服从，第三绝对服从!

在阳光下爆晒的我们心中只能有坚持两个字，不管站多久，我们的都要坚持。这是教官对我们说的，同时这也是老师和家长要求我们要做到的，这也是这次学校要我们去军训的目的。只有坚持我们才能看到胜利后的喜悦，同时只有坚持我们才能面对一切的困难都会奋不顾身。当每次时间到了可以去阴凉的地方休息时，我心中都会有种喜悦——甜蜜的感觉。因为我坚持下去了，因为我做到了，这也是我在军训中才能体会到的。

不管是集体迟到，还是某位同学犯错，我们都必须全体受罚，只要一人犯错就全体受罚，因为这样我们都不敢犯错。因为我们怕连累到其他的战友，因为这样的军训培养了我们团结的思想，只有团结我们才能不被处罚，因为这种做法让我们学会了团结。

在军营里不管做什么都是有规矩的，坚持是每个人心中都要有的信念，团结是必须做到的条件，而纪律是那里的原则。

在军训期间虽然苦，虽然累，但我们不能不坚持下去，在坚持中我们也学会了许多，体验了许多我们以前所不能体会的滋味。军训虽然结束了，但我们还有更困难的中考在等着我们，要坚信，军训都能熬何况是这一年都不到的拼搏日子呢?在军训里学到的东西就是以后我们要面对人生的一种信念，一种动力。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的最佳良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

刚开始的几天里，教官由于执行任务耽搁了来给我们指导的行程，我们日日盼望着他们的身影，每次训练完后，我们都会缠着顾主任和辅导员问教官到底什么时候到岗，谁能知道我们在没有教官陪伴的日子里内心是多么地煎熬?只有我们自己知道。

教官来了，我们的神果立马充满了神奇的光彩。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。自然，这时很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。

这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?!站军姿，给了我炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我龙之传人的无穷的毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。歌声团结就是力量，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，而是将人的本性、热情、积极性展露时，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

这次军训是我第一次接触迷彩，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为之装点，于是，生命中又多了一道神奇：军人本色。上天赋予了我们很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗?但是，很值得庆幸的是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

轻轻的，高中生活过去了，不留一丝痕迹，只留下惆怅的我憧憬着神秘的大学生活。

云中谁寄锦书来?精美的入学通知书姗姗来迟，带着我盼望已久的通知书和我对大学的憧憬静静地跨入了这个美丽的校园，大学生活正紧锣密鼓地进行着，而军训正是这美妙生活的序幕，15号军训悄悄地拉开了帷幕。

军训让人痛苦，立正、稍息、跨立整得我们这些温室中的花朵苦不堪言，尤其是站军姿，它真的让人欢喜让人忧，腿绷得老直，教官仍在一边叫嚣：“有的同学又在偷懒，拿出点毅力!”没办法，大家只好抛下十二分的不愿，挺直双腿任他雨打风吹皆不弯，大腿好痛，手臂手酸!

军训让人坚强，李阳曾说过：“pain past is pleasure(咬牙冲过去的痛苦就是快乐)”，是的，困难其实并不可怕，敢咬牙克服困难的才是真的英雄，只有面对任何痛苦都能一笑置之心，才是真的快乐之人。绿色军营令多少华夏青年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的.痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦?是军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择!

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

从最基本的立正，稍息到最后最难的正步走，教官详细地说，生动地演示，帅气的动作让人十分倾佩。接着便轮到我们了，反复地练习，认真地模仿，汗水流呀不停。可是，为啥还是不像?面对同学们的一脸郁闷，教官笑了笑说，慢慢来，练久了好看了。

最痛苦是军姿站立，就站在太阳底下，站着跟一个木头桩子一样，一动也不动，教官说，就是蚊子要你们也不能动。

军训期间的我们每天都腰酸背痛，怨声载道。走路的姿势是僵直的，因为害怕不小心动到神经，会更痛，但训练是就不得不教官说哪样走了，好悲掺的说。

有一次，同学们把年轻气盛的教官惹火了，我们便被罚迈着脚，踩着正步走了400米长的操场4圈。完事后，脚几乎不能走路。同志们这是血的教训，它告诉我们最好不要把教官惹火了，不然最痛苦的会是我们。这天晚上，同学们躺在床骂教官变-态。

五天半的军训总算结束了，我们也将跟教官说再见，尽管在军训中我们和教官有摩擦，但在告别的时候，我们却对他十分不舍，这次的锻炼，将会让我们永远记得。

骄阳如火，夏风如歌。在这美丽、火热的校园里，伴随着响亮的口号，矫健的步伐，整齐的队列，饱满的热情，庄重的气氛，我们的大学第一堂课终于圆满结束了。

对我们这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!军训教会了我们团结，教会了我们吃苦，教会了我们坚强，让我们学到了课本上学不到的东西。让我们切身感到，苦中有甜，累中有乐。烈日下，酷暑中，我们一路高歌，一路欢笑，一路激情，一路奋进，共同走过了一段不凡的人生历程，用汗水和热血演奏了一首青春燃烧的行进曲。“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

军训是以后繁忙的学习生活的起点，通过军训，我觉得自己增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。我相信我们会继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后四年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的母校增光，为个人的生命历程添彩!

军训时总埋怨：时间仿佛“一日如十年”;身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨;教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷……可现在觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。军训是对我们的一次洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战!军训必然要出去训练。但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浃背了。最让人受不了的是太阳幸灾乐祸地泼洒着“她”的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行!任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这大学第一班岗，坚实地踏出这关键一步!就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“大学的第一课”。

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。苏轼有句话：“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。军训是紧张与艰苦的合奏;军训更是无常地响起那集合的哨音，军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得用自己的脚步去丈量、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意每每看到那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，儿时的军训，纯粹是游戏;少年时的军训，仅不过是一种锻炼;大学的军训截然不同，性质也得以升华。大学军训中，让我领悟了太多太多人生的哲理，我想这才是军训的内涵。

七天的军训生活过去后，我终于彻底明白谁是最可爱的人，是我们的兵，是军人，是他们用手用肩膀扛起了中国，他们是我们的骄傲，是最可爱的人!

自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

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。苏轼有句话：“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运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

五天的军训终于在太阳雨的陪伴下结束了。回想着军训刚刚开始不久，我就像个三岁的小宝宝一样哭着喊着要快点结束军训。现在结束了，心中却依依不舍的，我们好舍不得教官。为什么天下要有不散的宴席呀！每当想起这些，眼泪就不争气的往下掉。

军训的时候，天天早上和下午都要在太阳公公的底下站那枯燥乏味的军姿，一站就是二三十分钟，这是我最不喜欢的一个训练了。太阳公公真的好讨厌，阳光总是那么的猛烈照射着我们，晒的我们头上的小汗珠都统统跑出来嬉戏了。或许有些昆虫，它们也来凑热闹，在你面前和你说悄悄话、在你手臂上尽情的跳舞，弄的自己痒痒的，这时，我时常提醒自己，不许动，坚持就是胜利。稍稍动一下，之前的努力就白费了。或者在心里悄悄地当起了秒钟，滴答滴答的一秒、两秒……默数着，真希望一下子就到规定的时间，这样我们就可以休息了。通过这个训练，我学会了忍耐。

我们那么多天的训练，就是为了一个会操。记忆犹新的就是我们二班的齐步走，和停止间转换。是我们最骄傲的训练项目了。齐步走时，我们大家都站在一条线上，好像是事先约好了一样。让人赞叹不已。停止间转换，在转体那一瞬间中扣脚的那声音里，没有丝毫的托音与任何的杂音。在这两个训练项目里，让我懂得了团结的魅力能构造出让人意外的惊喜。

军训那五天的训练，虽然有哭过、有抱怨过、有气馁过，但也有胜利过、高兴过、懂得过。接下来的时间里，我要把在军训里学到的东西好好地利用在课堂上。

韶钢东区实验学校初一:邱蓉

在一个瓜果飘香的秋季，我们告别了母校，迎来了初中的生活。而初中生活的第一课就是军训。

军训这一课是磨炼意志和思想的一课，从站军姿到齐步走，跑步走，都给了我们人生的启示和感想。

第一天我们就学习了站军姿，抬头挺胸，双手紧贴裤缝线，两脚的脚后跟并拢，脚尖分开60度角。一开始我们很兴奋，自然做的也很认真，很正确。可过了一会儿，虽说太阳不太大，但是我们还是一个个动来动去，扭来扭去，像一个个小蚯蚓。教官见我们“新官上任三把火”就赶紧喊起了口令，让我们站好，不许动。站了10分钟的军姿，我们个个都腰酸腿疼，就更别说说话了，有的同学不顾三七二十一一屁股坐了下来，有的同学像豹子一样跑去喝水。一天下来，我们的军姿也站的差不多了，也便一次站的比一次轻松，回家也迫不及待的展示给父母看，仿佛我们都是一个个小军人。

后来我们又学习了稍息立正，停止间转法，齐步走，跑步走……5天我们学习了很多东西，似乎我们真的成了一名既能做好训练，又能守纪律的军人。时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。我们要和与我们一起训练的教官分别了，心里充满了不舍。军训很辛苦，辛苦得有收获，辛苦得有意义，辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘训练时严厉的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，最后依依不舍的分别。

可是我们终于成功的完成了5天的军训，过的快乐而又充实。军训告诉我们：世上无难事，只怕有心人，只要认真对待困难，我们就永远不会倒下。

初一:飘落的樱花

啊!终于放假了，军训的那几天真的好累啊啊!但我们的运气还是比较好的，有那么几天是凉快的。呵呵。在放假的时候，老师给了我们几张试卷。上面有好多都是高一的知识与初三的内容。有一点的陌生了，于是，我和我的老同学商定，在假期的时候一起讨论。

在放假的第一天，我就急匆匆的骑着电瓶车上她家去。要到达她的家的话，我要经过一所大桥。在大桥上有专门供给推车的路道，在以前来她家的时候，我常看见一些人推着自行车上去，我想：我也可以把电瓶车给推上去的吧。再上去的过程中，我可以借助电力，毫不费劲。但在下坡路的时候，发生了重大意外。

我推着车刚下第一步台阶，在下一步，我想把电瓶车给推下来，可是车的前轮子刚下来，车子就向往下冲，我想拉住它，没想到，我却被车子给带了下去，我整个人从台阶上摔了下来。我感觉自己就像是一个陀螺，顺着台阶一路翻滚。再加上，我穿的是拖鞋，脚踝和脚背受到了严重撞击，肘部也有伤。而在我摔下来的时候，我感觉我周围的世界都安静了，耳边只有车子在翻滚的声音。最后，我抓住了栏杆，缓过神来，电瓶车只是摔倒了半路。接着，有两位老人过来说：\'\'孩子，你也太大胆了，在这条路上，连成年人都不敢推着电瓶车走。要推也要两个人才行的。要勒住刹，还要有一个人在后面拉着才行的。’’我很尴尬。一位老人又说：‘‘你刚才的动静可大了。看你的脚好像受伤了，没事吧?’’我微微摇了摇头。两位老人将我的车子推下去，还把我跌落下来的东西捡起来给我。我真的不知道说什么好，只有衷心的感谢。

天开始下起了蒙蒙小雨，我摸索来到了同学家。她竟然在看动画片!向她述说我的痛，她竟然笑!!哎!管她呢。展开问题讨论模式。感觉腰间有一阵阵的痛，掀开衣服一看，腰上的皮肤破了!向同学要了一点碘酒擦了一下。

回家的时候，脚面已经肿了起来。到医院拿了药。只希望在开学前，脚能好。这次的事件告诉我：不要莽撞的去行事。在做任何事之前，都要学会：三思而后行。

**军训心得体会两百字篇十**

军训是每个大学生都必须经历的一段时期，它意味着舒适和自由的生活暂时告一段落，被时间和纪律的枷锁束缚。然而，军训带给我们的不仅仅是身体上的训练，更是一种磨练自我的体验。在这场军训中，我体会到了很多，让我成为了一个更加坚强、有耐心、有毅力的人。

第一段：规律的生活有益身心。

军训的第一件事就是要让我们过规律的生活，即按时起床、按时锻炼、按时吃饭、按时休息。因为生活很是规律，身体也随之发生了改变，变得越来越健康。比如，早上的晨练，让我变得更为精神，上午的训练，让我的体能得到了大大的提升。中午的午休，让我们得以有了更充足的睡眠，精神状态也得到了恢复。晚上的自习，让我们在学术上也有了更好的进步。

第二段：同伴之间的感情更加深厚。

在军训期间，我们和同学们在生活和训练上互相帮助、互相鼓励，催生出一种特别深厚的感情。伴随着互相的挑战，我们相互了解，相互孵化，相互成就，成为了彼此间的敬业伙伴、亲密朋友和共同进退的战友。我们在荧屏下共享着绝佳的岁月，在操场上跑过青葱岁月，在教室里听过争辩我们的未来。所有的经历都会在我们身心中深深刻下烙印，化为美好回忆。

第三段：教官的良苦用心带给我们强大鼓励。

军训中的军官教官不止是雄鹰和脸色冷酷的机器头，他们还是一旁的指路人，军训话筒里的父母般的关怀者。他们清楚地知道我们的困境，耐心地指导我们如何迈过难关，大声地鼓励我们绕过困难，让我们更有魄力，更加对全局有所了解，把那个背井离乡的孩子变成为一个迈着坚定步伐的有志青年。

第四段：要保持健康的心态。

每个人在军训后都会有种积极的激情，散发出一种强劲的能量，动员人们不断超越自我。但是有时候，强烈的情绪变化也可能会给我们心理上带来负担。军训后我们需要及时放松自己，保持健康的心理状态。比如，周末可以约上好友一起出去游玩，看一场电影，听一听音乐，这样可以帮助我们放松自己的神经，缓解自我压力。

第五段：军训带来的力量。

军训，是一次刻骨铭心的体验。在这段时间内，我学会了不怕苦、不怕累、永不放弃、只争朝夕的精神。在将来的日子里，这些都会为我提供无穷的动力。军训让我明白了什么叫做团结、什么叫做在困境中互相帮助。在军训中，我还学到了作为一名年轻学子的责任和担当。我相信，这些都将在以后的人生中带给我更大的支持。

总之，军训所带给我们的不仅仅是体能上的提升，更是一种对生活的认识，一种磨练我们自我的机会。我们从中获得了很多知识和技能，也学会了如何与人相处。我希望我们可以把在军训中得到的这些体验，带到我们今后的人生中，成为更好的自己。

**军训心得体会两百字篇十一**

军训，象征着苦与累;军人，意味着刚毅与顽强。当把这两个名词加到一群新入高中的学生身上，产生的会是什么?是蜕变，不仅使身体上的，更是心灵上的。

漫长的暑假，把我们温养成了懒散的蠕虫。这样的我们，是无法迎接即将到来的三年高中学习生涯的。于是乎，我们便于今日早晨开始了军训。

今天的训练很简单，除了站军姿仅仅只学了几个基本动作的动作要领。虽然说起来简单，但如果不时时刻刻用心的话，根本就无法体现军人的简洁、阳刚之美。教官对我们的要求非常细致：有问题时先打报告，没收到命令不行动，坐时背不能靠着且双手不过膝，双眼不能四处乱看。说实话，要想把这些要求全部做到，很累，很难。因为这和我们平时所做的完全不同，我们必须时刻注意这些。但是，我们的这些和真正的军人需要做到的相比，不过冰山一角。我们所经历的，不过是军营生活的九牛一毛罢了。

在之后的几天训练里，更大的挑战在等着我们，更严厉的训练在等着我们。再难，我们也要迎难而上，誓死不做逃兵，誓死不为班级荣誉抹黑。

**军训心得体会两百字篇十二**

军训体验，似乎成为了每一个大学生生涯中必经的一道坎。对于有些学生来说，他们可能觉得军训是一件痛苦的事情，但对于另一些学生来说，他们却从中找到了乐趣和兴奋。那么，我来分享一下自己的军训心得体会吧。

第一段：对军训的想法。

我一直以来都对军训抱着混混噩噩的心态。然而，大学物理军训的第一天，却让我意识到了自己的想法是多么的错误。即使我对军训充满了抵触情绪，但我仍因其挑战性而感到兴奋和兴致勃勃。

第二段：军训的挑战。

我个人认为，参加军训的最大挑战是集中注意力。在炎炎烈日下，在肆虐的灰尘下，迎面而来的是一个个难以完成的任务，然而，通过自己的努力和冷静思考，我逐渐的掌握了集中注意力的技巧，从而一步步地完成了所分配的任务。这种集中注意力的能力，在以后的生活中也为我带来了许多帮助。

第三段：团队感受。

军训中，每一名学生都得到了同样的训练以及挑战，这就使得大家的沟通和理解能力都很快得到提高。我逐渐意识到，在一个团队中，每一个人的存在都非常的重要，我们需要相互合作才能完成所分配的任务。正是因为这种相互合作，让我们领悟到了相互接纳和关爱的意义，培养出了相互信任和支持的感受。

第四段：自信与勇气。

在军训期间，我们每天都会接受各种各样的训练，有时候甚至感觉有些训练内容是无法完成的。然而，经过一番努力和坚持，我意识到，许多任务只不过是需要我们积极情绪、自信和勇气去完成的。我们无需担心失败，我们只需认真面对和努力去尝试，这不仅带来了巨大的满足感，也磨练了自己的意志。

第五段：总结与反思。

经过这段时间的军训，在身体上、精神上都得到了不少锻炼。我们收获了许多，比如集中注意力、团结合作、自信和勇气。这些都是对我们未来生活的帮助和标志。无论是将来的学习、工作还是人际交往，这些军训所培养的品质和能力对我们都有着无法估量的价值。因此，我认为，军训是一段充满挑战和收获的经历，它让我们懂得了生活的真谛。

**军训心得体会两百字篇十三**

还有很多人抱怨军训服装质量差，穿着不舒服，总开线之类。虽然我也曾有过这样的想法，但回想一下先辈们的艰苦的条件，我便不这样想了，就当忆苦思甜，缅怀先人嘛。

其实这个军训我也不想来，但我既然来了，我就会做好。要么不做，要做，我就要做最棒的!

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，做好本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。我记得在这段时间里，我背诵着《沁园春长沙》，一遍一遍，喜欢这首诗的豪迈与磅礴气势!就这样，时间悄然流逝了，脚酸了，麻了，我认真了....

**军训心得体会两百字篇十四**

军训作为一个大学生活的重要组成部分，无疑是一次难忘的经历。这不仅是对于我们身体的锻炼，更是对于我们内心的磨练。在写这篇文章的时候，我将分享我的军训心得体会。

第二段：对于军训的第一印象。

对于一个不喜欢运动的胖子来说，刚开始的军训不可避免的是极其艰辛的。早晨的晨跑，中午的队列训练，下午的趴下爬行，夜晚的瑜伽课程……每一项都让我抱怨不已。然而，当我意识到每一项训练的意义和对自己的意义时，我才真正的拥抱了军训。

第三段：对于团队作战的认识。

军训不仅锻炼了我们个人的身体素质，也培养了我们的团队合作精神。从排练应急情况到进行实际训练，我们每一个人都知道自己在团队中的角色。我们的团队合作、协作、努力工作的热情，使我们在训练中取得了不小的成就。

第四段：对于坚持的理解。

军训期间，坚持是一项必备品质。我们经常被训练到筋疲力尽，消耗了大量的体力和精力，需要投入更多的时间和精力去恢复。然而，即使在最艰难的时刻，我们不能停下来，必须向前走。这使我明白了，想要成为出色的人才必须要有坚韧不拔的毅力和勇气。

第五段：总结。

总之，军训让我从内心中明白了自己的潜力和不足。通过其严格的训练，我学会了坚韧不拔的勇气和毅力，也使我更享受运动带来的快乐和健康生活方式。我相信，这些经验会在我的成长中有所帮助，让我成为一个成功的人。

**军训心得体会两百字篇十五**

提纲：

第一段：引言，阐述军训的目的和意义。

第二段：个人经历及体验，包括对军训的感悟和收获。

第三段：团队合作，包括小组训练和全体操练的协作意义。

第四段：对于纪律的认识，包括在训练中对自己和他人执行纪律的态度和行为。

第五段：展望，对于军训在日常生活中的应用和对自己未来的影响。

正文：

军训心得体会两百字，是每位在校学生都必须要经历的一次历练。军训的目的不仅仅是为了让学生们学会如何军事化管理自己，更重要的是让学生能够在训练中感受到严格的纪律力量，提高自己的综合素质和意志品质。

在我参加军训的整个过程中，我不止感受到了严格训练的压力，也学到了很多新的东西。在军训中，我们每天需要早起、整理卫生、训练、听讲座、晚自修等等。在这个过程中，我意识到时间可以被很好地利用，并且更加珍惜每一分每一秒。体能训练也让我意识到自己的身体的极限，以及如何更好地调节和保养身体。我的内心也在这个过程中变得更为坚定，学会了承担责任和认真对待自己的事情。

除此之外，在军训中我也更加体会到了团队合作的意义。每一天的小组训练都会让我们彼此之间互相协助，提高团队精神和能力。同时，在整个打操的过程中，我们每位学生也感受到了全体大力操的氛围。这不仅培养了我们协作意识，更让我们懂得了集体的力量，以及团结一心的重要性。这些都不仅仅能在军训上用到，在日常学习和生活中也有着很大的帮助。

在军训中，我们对于纪律的认识也得到了提升。一个人的行动和思考都必须按照一定的规范来执行，这是一种良好的习惯和常规。这种经验也在整个军训过程中得到了很好的加深和锤炼。在与同学们相处的时候，我学会了尊重他人的规则和习惯，对于组织和管理也有了更多的认识。更加积极地对待生活和学习，以及学会对自己和别人都有着很好的执行力和行为。

最后，在军训中不仅仅是学习了那些技能和知识，更是让我更好的认识到了自我和未来。参加军训除了是一种锻炼，更是一种成长的过程。在日常生活和工作中，我们每个人都需要有着坚定的意志、明确的目标、认真的态度以及可以承担责任的勇气。这些品质都是需要在军训中被锻炼和培养的。在未来，这些经验也会更多地为我所用，帮助我更好地完成自己的工作和生活。

总之，军训是学校幸福生活中的一部分，也是每个在校学生必须要经历的一段历练。在这个过程中，我不仅学到了很多知识和技能，更是发现了很多新的力量和方向。这些都将会成为我成长的一部分，帮助我更好地完成自己的目标和生活。

**军训心得体会两百字篇十六**

今天已是军训的第四天,也是最后一天.前三天发生的一切事情还记忆忧新,就好象是刚才发生的事情.现在我已习惯了军训的生活,也习惯了苦和累,记得刚开始军训的时候感觉很辛苦,还有几次晕倒了.可现在我不怕苦不怕累,只有个心愿,就是希望我们班在今天的军训比赛中获得第一.

上午的训练严格来说是比平常更辛苦一些,因为下午就要比赛了,教官只好严格执行了.好在上午是阴天,老天爷给我们创造了一个很好的训练环境,就这样,一大早就是复习前几天训练的内容,中午也就是吃饭睡觉,转眼间就到了下午,就要开始比赛了,我十分紧张,生怕自己在比赛中一不小心做错动作而连累我们班的荣誉,更担心我们班得不到奖.这种忐忑不安的情绪一直延续到比赛开始.

前面几个班的同学表现都很好,可是世上毕竟没有完善美,每个半豆油一些差错.终于轮到我们班表演了,教官的口令,同学们的精神面貌,评委门和其他班的同学门都看得很清楚,依据移动都将会被口风.同学们容光焕发,配合社教官的口令,做出一系列标准的动作,照相机的镜头也对着我们闪光,那时侯真有一种自豪感.不知过了多长时间,终于表演完了,我们昂首挺胸,踏着整齐的步伐回到草地.

这次的表演使我了解到,不管做什么是,只要认真,就会成功!

**军训心得体会两百字篇十七**

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回收者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防。更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人，中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟――21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧!

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。

口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏;少年时的军训，仅不过是一种锻炼;大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

**军训心得体会两百字篇十八**

俗话说人字如山，人生在世就应该，头顶天脚立地。

翻过手机相册在不经意间发现了这张照片，我不免有些错愕然后莞尔一笑。这是一军训汇报表演后的照片。看到它我就想起了军训时的一幕幕。

记得第一次集队时我们就像一帮永远也长不大的小孩，在集会地点两个三个的聚在一起讨论着过去与未来。两天过后，在教官的威逼利诱下，我们的连队变得整齐有序，连队里的队员在教官的带领下也变得熟络起来。在军训过程中也发生了一些小事。

一二一，一二一嘹亮的口号声在校园响起，那是我们在烈日的烘烤下练习着正步，齐步。滴滴汗水顺着脸颊滑落，浸湿了衣衫，滴落在训练场上。骄阳似火，并没有晒僵我们的激情，反倒激发了我们的士气，烈日驱散了心中的软弱，生长出新的希望，只要大家手牵着手，心连着心，任凭骄阳如何猛烈，我们一定能共同坚持到最后!

看着隔壁连队在阴凉的地方休息，虽然心里不是滋味，可我们还是咬咬牙，在心里想想只要我们练好了我们的休息时间会更多。直到休息时没有哪一个队友提前停止训练，虽然肌肉泛着微酸的感觉，虽然双腿沉重的像灌了铅似的，可是我们无怨也无悔。因为我们收获了一份坚持，也收获了一份坚韧。

立正!稍息!立正!静穆的肃立，经过洗礼后一张张带着坚毅的脸庞。那是我们在静静的站着军姿。在烈日的炙烤下有队友禁受不住，轰的一下倒下了。旁边的队友连忙报告教官，然后七手八脚地扶起队友和教官一同到医疗处。我们也担心她，便跟了过去，直到对友没事时才会来。回来时我看到那对友的眼中流露感动和愧疚。

在训练中也有队友受伤的时候。在一次体能训练中有队友不小心用力过猛撞到了网球场铁网上，伤了眼角。缝了三针，因处理得及时，到后来拆线时没留什么后遗症。这些都不是令我感动的，令我感动的是在他受伤后的第三天他来了，我看到了他强烈要求归队时真挚的目光，是多么的`坚定。在军训中我们的连队是病号休息率最低的一个，我钦佩他们的坚持。

在校外拉练时，我因为从小体质差，受不了那么大强度的拉练，从一开始就跟不上队伍。在我以为我就要掉队时，前面的队友速度慢了下来陪着我，鼓励我，跑到了目的地。到了之后我很他们相视一笑，从他们的眼中我看到了这样一句话：我们是一个团队，不抛弃，也不放弃!因为我们是一个集体，团结，才会有力量!

我们的连队的队员在不经意间找到了归属感，找到了家的感觉。一只手指的力量太小，当五只手指握成拳头时才能爆发出最大的力量。我们连队因缘分相聚在一起，因教官而凝聚在一起，我们也取得了在军训中最辉煌的成就：标兵连队!

每每想到那一天我都会热血沸腾，我会把军训中学到的，收获的在今后的学习，生活中延续下去。

**军训心得体会两百字篇十九**

在无数同学的期盼之中，过了这个暑假后，我就是一名中学生了。

开学时，进行为期五天的军训。

刚开始训练，那些教官迈着整齐的步伐走到我们面前。我们被他们的气势所震撼，因此有些期待军训的到来。

“立正!双脚打开约60度，拇指贴于食指第二节，两手贴紧裤缝线，五指自然并拢，就这样，不要动!”教官用洪亮的声音喊道。幸好那天是多云，不下雨，也没太阳。

时间一分一秒过去了，空气仿佛凝滞，终于有同学受不了，想抓一把脸，正准备动手。教官眼神一瞥，把脸拉得老长，这位同学顿时面如土色，神色慌张，瞬时满脸通红，像煮熟的虾一样。

就这样，每天军训虽然很累，但我们每个人都在坚持着，互相鼓励着，通过军训，我和同学们迅速结识，和许多同学交了朋友，我们迈着整齐的步伐，口中喊着“一二一，一二一”嘹亮的口号，响彻操场。

转眼间，五天的军训结束了，为了检测新生军训的结果，学校组织了军训表演，我们都使出全身的力气，吼的声音。我班最后取得了不错的成绩，虽然没得第一名，但是每个同学都很高兴，因为我们付出了，我们也收获了。

虽然军训有点苦、有点累，但通过这次军训我体会到了很多：人生充满艰辛，生活充满坎坷，做任何事都要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。军训的日子虽然只有短短四天，和人生相比，只不过是沧海一粟，但他留下的绿色诗韵，将是人生中最美丽的风景线，成为一段永远难忘的美丽记忆。

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