# 军训心得演讲稿400字作文

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-12-24

*军训心得演讲稿400字作文9篇军训心得的撰写课要依据自身的经历和感受，细致入微地描写那些对自己有重要影响的事件和经历。需要着重分析自己的军事素养和对国家和军队的认识和理解，及时反思自身存在的问题并提出解决办法。现在随着小编一起往下看看军训心...*

军训心得演讲稿400字作文9篇

军训心得的撰写课要依据自身的经历和感受，细致入微地描写那些对自己有重要影响的事件和经历。需要着重分析自己的军事素养和对国家和军队的认识和理解，及时反思自身存在的问题并提出解决办法。现在随着小编一起往下看看军训心得演讲稿400字作文，希望你喜欢。

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇1）**

今天，军训快要结束了，这四天半的努力军训我想只可以用“苦”这个字来形容。

军训的日子可真苦。尤其是到了后面这几天的日子，太阳火辣辣的照在我身上，心里有说不出的酸甜苦辣，但我不敢有丝毫的放松，因为我知道这次军训是我初中的第一次体验，是站胜自我、锻炼意志的最佳良机。

军训中，教官一遍遍耐心的指导，使我们在训练场上不仅有整齐的步伐，也有阵阵洪亮的口号，更有我们那嘹亮的军营歌曲。训练的每一个动作，都让我深深体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。

四天半的军训快结束了，几乎每一个经历过军训的日子都会感到军训太苦太累，但当我感到苦和累的同时，我更明白了，在汗水中磨练坚韧更能造就成功。只要我们有坚韧的意志，坚定的信念，就一定能战胜自我，挑战自我。

这次军训使我学会了许多学校学不到的知识。我相信，我会用部队军人严谨的作风、顽强的意志、艰苦耐劳的精神来感染自己，鼓舞自己，好好学习，铸就成功。

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇2）**

迎着灿烂的阳光，喊着响亮的口号(1234)，排着整齐的队伍，走着整齐的步伐，这就是我们的军训。

军训是艰苦的，但军训是有意义的，他能磨炼人的意志，锻炼人的吃苦耐劳精神，更能增进同学之间的友谊，让我学会互帮互助。但是短短五天的军训结束了，我们怀念训练，更怀念我们的教官，但是时间总会过的，这又能有什么办法呢，只恨时间过的匆匆。如果再慢走一小时那该多好啊!

去的尽管去了，但军训让我们获得的人身道理是永远不会走的，在这次军训中我获得了不少人生道理。——人只要有坚强的意志，就能打败任何困难，无论困难有多难，有多么艰巨，因为意志就是困难的天敌。我有一个典型的例子——在军训的第4天沈总教官让我们站军姿20分钟，我愿以为很简单，但是不站不知道一站可是吓一跳。不到5分钟我就全身酸痛，因为站军姿与普通站立可不一样站军姿是一动不能动，而且要站得十分的挺拔，昂首挺胸，所以不到5分钟我就累了。但是将不下令，兵不卸甲，军队有铁一般的纪律并不是想动就动的所以我要坚持，咬了咬牙对自己鼓鼓士气最终我以我坚强的意志坚持了下来。

这就是我的军训!

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇3）**

因为学校的组织，我再次参加了军训，然而我是真的受不了我们的那个教官，不是因为他的严厉，而是他的不讲理……

所有的教官都很严厉，我上五年级军训时就体会到了，我十分理解，军人面对我们这群小孩子不严厉是不可能的，但是这次我们的教官却是十分的蛮不讲理，在阅兵式的排练时，我们和其他2个班因为排面的问题被留了下来，别的教官都在仔细地教他们的学生，有的还在鼓励，然而我们的教官却送给我们一顿批评，告诉我们如果你们做好了就不会被留下来了和一大堆让人听着就烦的话，我真想堵住耳朵往宿舍跑。我一直在想：如果你再这么说下去，恐怕我们就会跟你说bye了，经过20多分钟的多余训练，我们终于如愿以偿地回到了宿舍，真不容易，受不了那个教官……

我再也不想军训了，不是因为苦……

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇4）**

7月3号我们去军训了，在蟠龙湖。军训完了之后我才知道了军人是多么辛苦!!!

到哪里之后，已经是上午10点多了，我们换上绿色的营服就吃午饭去了。我们在那里站着吃饭，而教官和老师却可以坐着吃……午睡的时候我和刘若怡、丁思蕾、郑一诺睡不着，那很臭，我们喷了花露水才好多了。下午，我才见识了什么叫残酷。下午站军姿站的我们腰酸背痛。不过古教练很幽默，经常把我们逗的哈哈大笑，还不许我们笑，所以免不了做俯卧撑了。

第2天上午练了好多东西，很累。下午就玩游戏高空断桥，我是第3个跳的，一下就跳过去了，一个下午都在玩很快就过去了，教练也没管我们，太好了!

第3天上午练站军姿，还玩了偷天陷阱，很好玩!下午突然肚子疼，没有玩盲人方阵，不过没什么关系啦。第4天上午玩了2个游戏，然后练学过的东西，下午给老师检阅，就往回走了。

我觉得当兵很辛苦，教练很严格，他有一次问我们教师和教练有什么区别?有人说教练是男的，教师是女的，太好玩了。

如果下次组织军训的话，我还要去，因为这样可以让我的意志变的更坚强!

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇5）**

今天是少有的阴天，下着毛毛雨，冷风把我们吹得很好。同时，由于天气原因，我们在下了一阵雨后更换了场地。从田径场到食堂前面都在下雨。虽然下着雨，但没有太阳，很凉爽。我希望以后的每一天都是这样的天气。

今天我们一起练了敬礼、蹲、走、摆臂，都是非常考验耐力的，因为做这些动作要停下来，教练会调整姿势，让教练调整我们的姿势。保持这个姿势一段时间，让我们逐渐形成肌肉记忆，每次坚持一个动作，全身酸痛，但最痛的还是右臂和脚，每次都觉得自己一直坚持到了极限，尤其是行礼的时候，整个手掌都在颤抖，真希望能够放松下来，但正如我们教官说的，“军训就是要吃点苦！”虽然怕累是真的，但是既然参加了，那么做这个肯定是有意义的，所以我们吃点苦是很正常的，不过还是希望军训能更开心一点。

比起上午，我还是很期待下午的，因为下午可以和其他人一起玩游戏。虽然训练很辛苦，很累，但至少还有一段时间可以让我们发笑。但同时，比起上午和下午的时间，我还是更期待晚上的时间，因为我们不仅晚上不需要进行体能训练，而且在休息时间还可以享受免费的篮球比赛。但是晚上训练结束后的时间还是很拥挤。如果训练能在8点30分完成就好了。

今天又是充实又快乐的一天！

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇6）**

军训，可想而知就是像军人那样训练。所以一定很辛苦。但是，如果换一个角度去想，把这次的训练当作是磨练自己的意志，只要坚持到底，那就是胜利，这样就不觉得辛苦了。反而会好好珍惜这次的机会。

军训三天以来，我受益匪浅，不仅学会了坚持，还培养了我的集体荣誉感。

“坚持就是胜利”这句名言在这三天的训练中表现得淋漓尽致。每当站军姿时，我的汗就不停地冒出来。我面对着太阳，汗也一滴一滴地落下来，我真的很想伸出手去擦擦，但是这是站军姿，想想看，如果每个人都动来动去的，那这个队伍将成什么样啊？所以，我忍着，等教官说放松一下我再擦。

每次的训练，我都是抱着会操一定要拿好成绩的信念，认真地做好每一个动作，为了班级荣誉而努力。

以前我也军训过，但是这次的体会最深刻，收获也最大，这所有的付出都是值得的。

虽然这次的会操比赛我们没有拿到名次，但是从中我吸取了一个经验：要想取得成功，个人的努力是不能少的，但是最重要的是团结，因为团结的力量是巨大的。

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇7）**

步入了新的校区，新的班级，我们有一个小学生，变成了一个初中生，为了锻炼我们的体质，学校给每个班级，教官帮我们训练

在第一天的军训中，首先领导们要介绍各班的教官，我们的教官姓郭，是一位年轻的教官，接下来郭教官，把我们带到了操场上，开始上第一节课。

郭教官在我们做动作的时候一直在提醒我们，给我们讲解，接下来他还我们一排排的做，每一排做的不好的同学，郭教官都会耐心的教，耐心的做，耐心的练，直到我们做下一个动作。

我们在这五天的军训中，每天辛苦的军训。功夫不负有心人，在最后一天的综合演练评奖中，我们得到第二名的好成绩。这成功的背后，和我们的教官是离不开的，别的班训练时，我们在训练，别的班在休息时，我们还在训练，每天辛苦的训练，郭教官的嗓子都喊哑了，这成功的背后，是离不开郭教练的。

除此之外 ，五天的军训的生活，使我成长 ，它使我懂得了一个道理，这样会在我以后的学习生活中，走向社会起到很大的作用

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇8）**

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了以前安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。但是，在这炎炎的烈日下有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是，在这片绿茵上，有我们洒下的汗水，相信在以后，必将开放出鲜艳的花朵。

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，群众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

军训告诉了我们要坚持不懈。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂!

**军训心得演讲稿400字作文（精选篇9）**

今天，军训快要结束了，这四天半的努力军训我想只可以用“苦”这个字来形容。

军训的日子可真苦。尤其是到了后面这几天的日子，太阳火辣辣的照在我身上，心里有说不出的酸甜苦辣，但我不敢有丝毫的放松，因为我知道这次军训是我初中的第一次体验，是站胜自我、锻炼意志的最佳良机。

军训中，教官一遍遍耐心的指导，使我们在训练场上不仅有整齐的步伐，也有阵阵洪亮的口号，更有我们那嘹亮的军营歌曲。训练的每一个动作，都让我深深体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。

四天半的军训快结束了，几乎每一个经历过军训的日子都会感到军训太苦太累，但当我感到苦和累的同时，我更明白了，在汗水中磨练坚韧更能造就成功。只要我们有坚韧的意志，坚定的信念，就一定能战胜自我，挑战自我。

这次军训使我学会了许多学校学不到的知识。我相信，我会用部队军人严谨的作风、顽强的意志、艰苦耐劳的精神来感染自己，鼓舞自己，好好学习，铸就成功。

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