# 军训拉练心得体会6篇(汇总)

作者：逝水流年 更新时间：2025-02-26

*军训拉练心得军训拉练心得体会一军训是一个磨练意志的活动。军训拉练是对人意志的一种磨练,是增强军队官兵体质及加强战斗力的一种训练。下面是本站带来的军训拉练心得作文，欢迎大家阅读。11月11日绥德县职教中心在龙湾生态区展开为期一天的野外远足军事...*

**军训拉练心得军训拉练心得体会一**

军训是一个磨练意志的活动。军训拉练是对人意志的一种磨练,是增强军队官兵体质及加强战斗力的一种训练。下面是本站带来的军训拉练心得作文，欢迎大家阅读。

11月11日绥德县职教中心在龙湾生态区展开为期一天的野外远足军事拉练项目。军训拉练队伍好似绿色长龙，穿行于风景旖旎的生态区中;各班的旗帜是苍龙的装饰，在风中猎猎招展。

学校通过本次拉练活动，旨在强健学生体魄，旺盛学生精力，坚强学生意志;通过实践、体验，进一步培养团结、合作、友爱的精神，增强同学之间的凝聚力;历练同学们永不服输、永不放弃的精神，培养真正意义上的坚强的人。

11月11日清晨7时50分，所有参加拉练队伍在府州餐饮楼前集合完毕。在经过教官的整队之后，每一位同学都英姿勃发。在石巨涛副校长、军训教官分别做动员讲话之后，军训拉练队伍蓄势待发，各连排用最响亮的声音喊出口号。此时此刻，同学们热情高涨，只待出发命令下达。

8时，伴随着石巨涛副校长一声令下，军训队伍在教官的带领下陆续走出校园，向目的地龙湾生态区进发，政教处、总务处、保卫科、各班主任身着军装，全程跟随参加拉练的同学，做好后勤和安全工作。

拉练队伍途径龙凤桥，亚洲第一石狮，龙湾生态大道，最后到达休整地。时节正值秋末，清晨的露水挂在枝头，还有未被秋风扫落的枫叶染红山头，煞是美丽。同学们放慢脚步，静静感受晚秋的魅力。午饭时间，学校有序的给同学们发放提前准备好的自热米饭，让学生更加深切的体验到部队生活的艰辛。饭后，教官、老师组织同学们进行拔河、踩气球等比赛，输了的一方出演节目，拔河踩气球等比赛热火朝天的进行，文艺表演让这空旷的山野活了起来。

休整后，队伍沿着试验场返回学校集合。石巨涛副校长对本次野外军事拉练做出总结，充分肯定了参加拉练的学生以及工作人员吃苦耐劳的精神，并表示这样的拉练意义深远，对于所有人来说必将是一生的财富，一段难忘的回忆。

军训拉练是学校军训后又一磨砺，也是让学生开阔眼界的绝好机会。我们相信，同学们会从这次特殊经历中收获许多。

今年学生进行军训的时候，举行了一次野外拉练活动，路程为10公里。野外拉练可并非那么简单，有别于之前的模式，他们能挺得住吗?会不会产生一些不良反应呢?隐约之中，一份忧虑与担心凝结于心头。但是，当面对学生那种蓄势待发的模样，誓不罢休的豪言壮语时，我放心了。也许，他们早已暗暗坚定心中的信念。最终，所有学生和教师都坚持到了终点，虽然路途上曾出现个别学生身体不适的情况，但没有一个选择退出，同学们那种顽强拼搏的精神状态历历在目，让我记忆犹新。

活动之前有老师提前确定了整个行进路线，并相继踩好了各个站点，便于队伍在行进中正确定位。在确认路线的时候，基本上是在7公里左右，而最后整个长度延长到了10公里。可以说，路程的延长意味着更多精力、体力的消耗。面对这样的修改，学生能吃得消吗?经过老师们与教官的商定，觉得学生在经受住了前几天的军训之后，体能上应该没有问题。关键在于后勤保障工作的跟上，并能及时、快速地为学生排忧解难，这样的话，应该不会有任何意外发生。于是，学校特地安排了两辆中巴车尾随队伍后面，车上配备教师、医生与常用药品，以备急需。所有工作准备就绪，拉练活动只待一声令下。此时此刻，所有参与者都卯足了劲，准备大干一场。

“啾”的一声哨响，野外拉练活动拉开了帷幕。学生以四路纵队出发，排头一名男生负责领队、举旗，而醒目的红底黄字的大旗彰显着一种气势与恢弘，上面的“山东外事翻译学院军训团”更是表明着我们的身份，让每一个参与者都感受着一种默默的自豪感与亲切感。而教官与教师则分别部署在整个队伍的外围，以确保学生时刻处于被关注与被保护状态，避免任何的意外发生。在确保学生安全的同时，更要让学生懂得自我防范，树立正确的安全意识。

从学校到黄河大坝母亲公园的路上，出现两个十字路口，学生都安然通过。这离不开教官与教师的通力合作，当时，教官与部分教师在路中央借助哨子进行短暂的道路疏导，快速、及时地让学生顺利通过。这也让学生深深感到，教官、教师是他们值得信赖与依靠的伙伴。而在接下来的行进过程中，却并非那么一马平川、易如反掌了。

在走过二环高架路时，学生队伍慢慢显得凌乱起来。虽然显得十分吃力，脸上的汗水也在不停地往下流，但没有哪个学生喊“不行”的。而此时，老师与教官时不时的要求学生靠边行进确保安全，因为路上会有汽车经过。

在路途中，有三名女生分别出现晕眩感、胸闷的情况，老师及时给学生使用了风油精，症状得到了有效控制。随后，老师及时安排了学生一旁扶助，并不时的安慰、引导。学生也很能吃苦耐劳，自我调整着自己的状态，情况渐渐开始好转。这期间，整个队伍继续行进，甚至在老师问到“能不能坚持，累不累”的时候，学生响亮的回答道，“能坚持，不累”。可见，学生的自信与顽强没有被击垮，而是被夯实，愈加弥坚。到达目的地时，负责后勤保障的老师与中巴车已经早早地守候在那里，于是，我们让身体不适的几名女生上了车子，作及时的调整，避免出现过度的肢体损伤，而男生没有一个愿意上车的，并不是不想坐，而是选择成为一个真正的男人，敢于战胜自我的人。当然，女生的表现也是值得我们为她们竖大拇指的。我想说的是——不管男生还是女生，你们好样的!

自从8月25日到西安城市建设职业学院报到以来，我就深深的爱上了这个集体，26日我们就参加了军训，军训留给了我有很多难忘的回忆，像电影一样，一帧一帧的历历在目。细雨中，我们军姿站的笔直，纹丝不动;骄阳下，我们齐步走的步伐整齐，动作一致;歌唱比赛上，我们歌声响亮，这些都是军训给我留下的宝贵回忆，让我永远铭记。

20xx年9月22日，对我来讲是一个难忘的日子，经过了二十几天的军训，我们迎来了盼望已久的军训拉练。出发前，我们学院的李院长作了动员讲话，李院长说：拉练是军训的一个重要的训练科目，旨在磨练学生刚毅顽强的好品质，增强团队凝聚力，同时也是我们城建学子展示风采的平台。要求大家好好珍惜这次难得的机会，锻炼身体素质，提升素养。为了确保我们学生的安全，所有教官指导员全部跟队，保卫处和医务工作人员也都跟队随行，就连东大派出所也派出了警车为我们开道。

一路上我们迎着晨曦，踏着有力的步伐，喊着响亮的口号，从学院西门出发，途经东大零街，绕至学校南门，徒步行进4公里。中途休息时间，大家围坐一团，相声、唱歌等即兴表演迎来了学生们的阵阵掌声，欢歌笑语不断。上午10点30分，我们从南门进入学校，结束了拉练。这次拉练，我觉得很有意义。有很多身体素质不好的学生，尤其是女生不舒服但依然坚持走完全程，贵在坚持的精神值得我们学习。虽然拉练只有一次，但是我们终身难忘，在以后的学习生活中，我们一定会克服种种困难，争取早日成才，报效祖国。

**军训拉练心得军训拉练心得体会二**

军训第一天，听说要去西溪湿地集训。大家都很激动，我也不例外。但是在兴奋中，我有点担心。突然下雨怎么办？脚扭伤了怎么办？一千。很快，我们就要聚在一起旅游了，所以我不得不带着如此复杂的心情上路。

到了西溪湿地，我很快就忘记了那些问题，因为迷人的\'风景深深吸引着我：清澈的小溪，碧绿的草地，远处低地的白云，让人陶醉。

但是，走了一段时间，美景吸引不了我。这是因为我再也走不动了，我的脚疼得好像灌满了铅，举不起来。这时我才明白，军训不是为了玩耍和放松，而是为了吃苦。我想再发一次脾气，没有离开，但转念一想，我想到了那两句话：“我要训练，我要吃苦，我要成为人才！”“流血流汗，不哭，掉皮掉肉，不掉队！”没错，解放军叔叔一定比我们吃的苦，但是他们都没有放弃。他们都坚持下来了。都是汗流浃背的男人！

于是，我咬紧牙关，跟上了队伍。虽然脚还是酸痛，但没感觉；虽然我的脚还是抬不起来，但我不这么认为！

最后我们走回军校，大家都累得说不出话来。虽然很累，但是很开心。我觉得我大了，我能吃苦，我能承担一些责任！

这次军训很难忘，但最让我印象深刻的是去西溪湿地训练。

**军训拉练心得军训拉练心得体会三**

九月的艳阳天，火热热的太阳照耀着大地，地面蒸起一团团热气，和着干燥的冬风，无情地扑向我们。就是在这种的九月，我们开始了维持十二天的军训生活。这只是我们学校生活伊始的第一堂必修课。

就在二十八日傍晚，为期十二天短暂而又艰辛的军训结束了，回想十二天历程，酸甜苦辣，五味杂除，晒黑了得同时，心灵受到了磨炼，灵魂得到了磨练，那一排排的队伍如同树木般矗立在草地上，那一声声口令响亮的响彻在每一个个莘莘学生当中。口令变了，队伍随着变了，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，被晒黑得黝黑的面庞上，绽放的是丰收后欣喜而优雅的微笑！就在这十二天的高中军训中，让我们知道了很多太多人生感悟，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。

然而经历过军训的人不仅反应苦，累之外，相信都会另外一番体验，我就是这种。

在军训中早已看腻的当掉的迷彩服仍然是一个天性的装扮师，染污么苍白而略显腼腆的身上无形中充满了一些英式，我在想大学拉练心得，天蓝地绿的配色是否过度单调了，如果我们无法多增加一些迷彩，是否又会多一份精彩呢？生活也有极其吧？在军训中，我们学会了勇敢，学会了懦弱，学会了勇气，学会了坚强……当大学嘶哑了喉咙在放声唱歌这一刻，我深深地理想了哪些叫做哦真正的团结，什么叫做真正的集体荣誉感。冰心曾说过：一朵孤芳自赏的花也是美好，一片互相依偎着而绽放的锦绣才会灿烂。我们生活在一个集体里，唯有团结进取，才能为团队增光，为自己添彩，才能推动灿烂的锦绣。只要我们手牵着手，心连着心，任凭骄阳如何猛烈，我们都能一同坚持到最终。不论是孟夫子的“天时不如地利，地利不如人和”，还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作。在集体中，我们学会了相互宽容，彼此谅解，学会了妥协，我们也在团体中真正推动了自我价值。

**军训拉练心得军训拉练心得体会四**

学生军训后个人感想体会

个人军训经历后感想体会

个人参与军训后感受心得

军训心得体会感想

个人集体军训心得与体会

个人参加军训后心得和体会

参加军训后个人心得体会

20\_年个人军训心得体会总结

**军训拉练心得军训拉练心得体会五**

今年学生进行军训的时候，举行了一次野外拉练活动，路程为10公里。野外拉练可并非那么简单，有别于之前的模式，他们能挺得住吗?会不会产生一些不良反应呢?隐约之中，一份忧虑与担心凝结于心头。但是，当面对学生那种蓄势待发的模样，誓不罢休的豪言壮语时，我放心了。也许，他们早已暗暗坚定心中的信念。最终，所有学生和教师都坚持到了终点，虽然路途上曾出现个别学生身体不适的情况，但没有一个选择退出，同学们那种顽强拼搏的精神状态历历在目，让我记忆犹新。

活动之前有老师提前确定了整个行进路线，并相继踩好了各个站点，便于队伍在行进中正确定位。在确认路线的时候，基本上是在7公里左右，而最后整个长度延长到了10公里。可以说，路程的延长意味着更多精力、体力的消耗。面对这样的修改，学生能吃得消吗?经过老师们与教官的商定，觉得学生在经受住了前几天的军训之后，体能上应该没有问题。关键在于后勤保障工作的跟上，并能及时、快速地为学生排忧解难，这样的话，应该不会有任何意外发生。于是，学校特地安排了两辆中巴车尾随队伍后面，车上配备教师、医生与常用药品，以备急需。所有工作准备就绪，拉练活动只待一声令下。此时此刻，所有参与者都卯足了劲，准备大干一场。

“啾”的一声哨响，野外拉练活动拉开了帷幕。学生以四路纵队出发，排头一名男生负责领队、举旗，而醒目的红底黄字的大旗彰显着一种气势与恢弘，上面的“山东外事翻译学院军训团”更是表明着我们的身份，让每一个参与者都感受着一种默默的自豪感与亲切感。而教官与教师则分别部署在整个队伍的外围，以确保学生时刻处于被关注与被保护状态，避免任何的意外发生。在确保学生安全的同时，更要让学生懂得自我防范，树立正确的安全意识。

从学校到黄河大坝母亲公园的路上，出现两个十字路口，学生都安然通过。这离不开教官与教师的通力合作，当时，教官与部分教师在路中央借助哨子进行短暂的道路疏导，快速、及时地让学生顺利通过。这也让学生深深感到，教官、教师是他们值得信赖与依靠的伙伴。而在接下来的行进过程中，却并非那么一马平川、易如反掌了。

在走过二环高架路时，学生队伍慢慢显得凌乱起来。虽然显得十分吃力，脸上的汗水也在不停地往下流，但没有哪个学生喊“不行”的。而此时，老师与教官时不时的要求学生靠边行进确保安全，因为路上会有汽车经过。

在路途中，有三名女生分别出现晕眩感、胸闷的情况，老师及时给学生使用了风油精，症状得到了有效控制。随后，老师及时安排了学生一旁扶助，并不时的安慰、引导。学生也很能吃苦耐劳，自我调整着自己的状态，情况渐渐开始好转。这期间，整个队伍继续行进，甚至在老师问到“能不能坚持，累不累”的时候，学生响亮的回答道，“能坚持，不累”。可见，学生的自信与顽强没有被击垮，而是被夯实，愈加弥坚。到达目的地时，负责后勤保障的老师与中巴车已经早早地守候在那里，于是，我们让身体不适的几名女生上了车子，作及时的调整，避免出现过度的肢体损伤，而男生没有一个愿意上车的，并不是不想坐，而是选择成为一个真正的男人，敢于战胜自我的人。当然，女生的表现也是值得我们为她们竖大拇指的。我想说的是——不管男生还是女生，你们好样的!

**军训拉练心得军训拉练心得体会六**

说到大学后的这次军训，无论是军训之前或是军训已经开始的前几天，我的内心都是极不愿意的。因为初一、高一的两次军训已经是绝对的刻骨铭心，刻骨铭心的艰辛疲惫，而大一的军训早就耳闻其无聊至极。因此，我是不抱有任何期待开始本次军训的，态度也并非百分百的认真。

“站军姿是最基本的，是其它一切动作的基础。”教官说道。但是这最基本的站军姿，对我来说，却是最难的。由此我清楚自己必须纠正自己的态度，用端正的认真的态度来面对军训，并从军训中提升自己，无论是站军姿、队列训练还是锻炼耐心、意志、坚忍、团队精神等，用学习的积极的态度认真参与军训的每一项训练。

军训开始后才发现，其实军训并非如师兄师姐们所说那么轻松或无聊，虽然没有像初中、高中军训时那样站在烈日下曝晒，没有那么大的训练量，虽然练习的动作都很简单，但要让那么多人行动要像一个人一样的确定是件不易的事。

一天军训下来，还是挺累的，特别是夏日炎炎，太阳好像要用全部的光和热融化这个世界，整个场地好像一个蒸笼，我们在这样的环境下纹丝不动站军姿，不厌其烦练枯燥而烦琐的动作，汗水像决堤的洪流，顺势直下，怎一个“挥汗如雨”了得!我们的衣服湿了又干，干了又湿，留下一圈又一圈的痕迹。

尽管有点辛苦有点枯燥有点累有点烦，但每天还是过得挺开心的。在训练过程中，总有同学闹笑话，大家笑成一团。一到休息时间，同学们一起聊天、开玩笑、唱歌，或者教官跟我们谈起他的军营生活，这些都是我们的快乐时光。

其实，我们的教官人很幽默，他不仅讲笑话给我们听，玩脑筋急转弯，而且还教我们唱歌，这使军训生活变得丰富精彩。教官不会那他的身份压我们，感觉还是挺可亲可爱可敬的!教官身上的好奇心、好学心也是值得我们学习的，总会好奇的摆弄单反相机，这些时候总会觉得他离我们很近，感觉不到一点架子。很庆幸也很感谢，谭教官挑了我们这个连并带领我们一起渡过15天的军训，谢谢!

通过军训，我们同学之间的友情更加深厚了，以前没有很多机会大家一起接触相处，在这个军训期间，我们分享身边的趣事，分享喜欢的书、电影，分享烦恼，分享各自的家乡话，一起吵吵闹闹，好像回到了少年时代。

军训拉练心得（篇4）

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