# 2024年个人军训心得体会总结简短(4篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-06-22

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。个人军训心得体会总结简短篇一这是我第二次军...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

**个人军训心得体会总结简短篇一**

这是我第二次军训，第一次是初一那会儿。时间一晃，我又要以新生的身份来参与训练了。

我排在班级的队伍中，向看台下张望，等着我们的教官。

他是个幽默又不乏责任感的人，在这三天里，他一步步教导我们。什么动作该怎么做，什么站位该怎么站，他都耐心地向我们示范，在休息时还会陪我们说笑。

军训是苦的，苦在坚持。那些动作其实不难，可要坚持做这么久，还是会有些累。炽热的阳光照射下来，更是为同学们增添了一份苦闷的的心情。

由于第四天还要进行会操比赛，为了不给班级和教官丢脸，同学们都卯足了劲去训练，很少听到有人在抱怨。

会操比赛是分几个内容进行的，我们就依照那几项内容来训练，争取把每个动作都做到最好。

我们站过两次军姿，每次者在极力忍耐毒辣的阳光和身体的酸痛。但没有人倒下，不管是站几分钟，都维持着，一个正在军训的人该有的身姿。

我们先练习的是稍息立正这些简单的动作，最难的是齐步和踏步。但因为要走出整齐感。

练习量多的也是这两项，每次次教官都会花很多时间来对我们进行讲解和调整。手臂的摆放暂时不太计较，重要的是步伐要准确，好要努力跟上旁边的人。

经过这三天的磨练，大家的身体素质都比原先好了一点，和其他同学的关系也更密切。

短暂的军训生活最终定格在一张大合上，所有的人都将铭记这段时间带给大家的辛苦与快乐。

**个人军训心得体会总结简短篇二**

一周的军训生活结束了。本周的时间既不长也不短。所有的学生都以极大的热情投身于军训生活，并期待着另一种生活。

我们班虽然分了几个班，插了其他班，但是一点也不影响学生的积极性，都积极配合导师。都说军训最重要的是教官。我们的教官被大家评为最帅的教官，也是如此。他是教官之一，长得像黄晓明。总之，他给我们留下了深刻的第一印象。

然而，当他接触到他时，发现他原来是一个非常害羞的人。他的声音很小，脸红了。他笑起来有两个浅浅的酒窝。真的很可爱。但是作为教官和军人，这样的羞涩真的让我们很担心。看到其他班的同学训练，和教官聊天唱歌，真的很压抑，但是我们这边就是这么低调。

其实大家都知道，教官其实是一个很优秀的人。虽然他话不多，但是我们心里都知道他处处为我们着想。培训总是不厌其烦地做示范。为了怕我们总会在阳光下找个荫凉，我们总是哭着教我们唱歌，总是因为我们被骂却还保持笑脸。虽然你不说，但我们都知道我们真的知道。

其实教官你唱的真的很好。我们都觉得可以去艺术团。尤其是，你会弹吉他。当你说的时候，我们都怀疑，但是当你真正拿起吉他的时候，我们都震惊了。虽然我不是很了解，但是从你的指法可以看出你的水平不一般。相处几天，大家都已经很熟悉了，要么是因为熟悉，要么是因为很久没碰吉他了。当你专注于演奏和歌唱时，我想那才是真正的你，如此自由，如此自信。

说了这么多军事教官，也要说说我在军事训练上的收获。

其实这个军训和高中军训没有本质的区别。主要训练是稍息立正，停跨班法，急行军，跑步，走路……这些内容的训练让我们身体接触到了军训。在这次训练中，我们还增加了对军歌的学习。教官利用休息时间教我们唱军歌。这是我第一次学这么多军歌，有些甚至没听过。

可能是因为我是一个很感性的人。每当我听教练唱歌，我的眼睛就不自觉地充满了泪水。有的歌慷慨激昂，歌颂军人的雄心壮志;有的歌抒情，唱进战士心里。每当我看着教官的眼睛，似乎都能透过它看到他们的家乡。

集训后军训正式结束。操场上，每一个班都在竭尽全力发挥水平，为丰富的军训生活画上完美的句号。

军训虽然结束了，教官们都回部队了，但是他们给我们留下了美好的回忆，将军们的风采，我们给了他们美好的祝愿。也许我们再也没有机会见面了，但这种感觉会一直珍藏在心里。

**个人军训心得体会总结简短篇三**

上周周二，是我第一天去参加军训。因为上上周末发烧所以周一在家休息了一天，第二天才被送到我梦寐以求的军事基地。

刚到军训基地时，我感觉到了一股“杀气”。遇见我们教官时，我觉得他很和蔼可亲，而在训练时，他又很严厉。教官先把我领到了女生宿舍，我们班同学见到我都很惊讶。问道：“你这么来了?”还特意警告我军训比我们想象中的要苦。

我们的教官姓袁，名字叫袁长方。在训练时，他时时刻刻要我们做到“整齐”和“纪律”在二个字。谁没做到，都会被受罚。真是悲惨啊!

再吃早、中、晚饭时，我们也要保持安静不能讲话。我也发现我们每天吃的饭菜都差不多一样，很多人都吃腻了!在接下来的各种过程中，我都体验到了当军人的辛苦。

周三、周四、周五晚上都有活动，让我影响最深刻的是周三晚上的烧烤!我们每人在烧烤过程中只能吃一只鸡腿、二根火腿肠、还有白馒头。在烧烤当中，我们体验到了快乐!晚上，我们都会想起自己的爸爸、妈妈，也很后悔自己为什么会来到军事基地，甚至有些女生都哭了。

我也挺想自己的父母，有时也想哭，但是还是强忍着。我在军训基地时，学会了的交警指挥操和军体拳都会回去表演给父母看的。在军训期间，我学会到了不抛弃、不放弃的这个目标。

这次，在军训基地时，我知道了军人是怎样生活的，让我们变得更加坚强，更加勇敢!

**个人军训心得体会总结简短篇四**

今天是我们虽然只训练了一个上午，但是我的收获却很多。

一开始，教官带领我们复习之前学过的内容。由于昨天自己注意力不集中，没有掌握好跑步走立定时的动作要领，因此，当快要复习到这个动作时，我心里既紧张又害怕，唯恐自己做错了，与周围同学的动作格格不入，不协调，并且还会被教官批评。想着想着，终于，这个时刻到了。当教官下命令说，接下来我们复习跑步走的时候，我感到自己仿佛面临着“世界末日”，腿不住地打颤，手心里全都是汗。当“跑步走”这三个字从教官嘴里说出后，由于自己一直在想“该怎么办”，所以反应慢了半拍，手没有及时贴紧腰际，导致差点儿跟不上步伐。在跑的过程中，我心里一边直呼“好险”，一边拼命想接下来的立定动作该如何做。

“立定!”教官的口令一出，同学们马上反应过来，接着将这个动作完成得干净利落。而我因为没有将这个动作掌握熟练，一个踉跄，差点摔倒。好在自己马上稳住身体，立定站好，这才没有扑到前面同学身上。此时，我都能够清楚听到自己的心跳声。当教官下令“向右看齐”的时候，我发现裤缝有些潮湿，原来是手心里的汗水太多了，浸湿了裤缝。

几遍练习过后，教官发现还需要重新演示一番。于是，教官又把这个动作再次演示讲解了一番。这时的我，像抓到了救命稻草一般，仔细观察，用心去记教官的步伐，并在脑海里一遍遍地复习。当教官让我们再做一遍这个动作时，我便按照自己的记忆去做，终于比原来做得熟练了。

一遍一遍地练习，一遍一遍地重复相同的动作……经过不知道几次的立定练习后，自己虽然练得腿也疼，脚也麻，但是这些都被学会立定这个动作的喜悦所替代。在最后一遍的练习时，我终于能将这个动作做得干净利落，不再生疏。

接下来我们学习的是正步走。这次我吸取了上次的教训，努力让自己注意力集中，不受别人的影响，没有再次走神，把教官所讲的动作要领记得一清二楚。进行操练时，我的动作达到了教官的要求。休息的时候，我也反复在脑海中重复着教官的标准动作，不让自己有一丝的松懈。再次进行操练的时候，我的动作已经很熟练了。

这两个动作的练习，让我想了很多：只要多观察，用心去记动作，同时多加练习，那么就能把动作做得达到教官的要求。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找