# 最新军训心得体会自我鉴定(五篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-09-17

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？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。军训心得体会自我鉴定篇一这20天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻20天已经过去，我忽然发现，我...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？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。

**军训心得体会自我鉴定篇一**

这20天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻20天已经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浃背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。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，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步!

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

都说集体的利益高于一切。我看此话在我们班最适合了。起先大家训练还有些松松垮垮。但当大家得知军训最后将要进行会操并评选优秀集体时，个个显得精神抖擞。再苦再累的训练也硬撑着。我十分高兴我班这么有凝聚力。当时便想那奖状一定属于我们了。会操了，当我们踏着整齐的步伐经过主席台时，我更坚定了我的想法。校长宣读完优秀集体名单时，我们个个舒了一口气。欢呼……

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，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。20天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的;当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，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，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。

从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，当我们队列经过一整天的训练，最终受到领导的表扬时，我自豪地笑了，当我们班一同唱歌时，我感受到集体的温暖……

20天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做?”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么会有属于自己的精彩天地!生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利!

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

个人自荐信军训心得体会4[\_TAG\_h3]军训心得体会自我鉴定篇二

我去年没有来军训，看到很多地方还觉得很新奇，到了食堂，就听见他一本正经的说：“我要听见你们屁股砸在凳子上的声音。”然后我们就开始了没完没了的坐下，起立，坐下，再起立。在食堂另一半边的同学和我说，每次吃饭看你们坐下起立坐下起立好逗啊。

李教官讲话很好玩，人也很好玩。踢正步的时候，在我后面的男生一脚踩在了我的鞋子上，我赶紧停了下来。我们还没怎么样呢，他一个人在旁边笑的直抖，不停的说踢正步还能踩掉鞋，我后面的男生是人才。

训练的时候总是很开心——至少在训练的时候是这么想的。不训练的时候我很讨厌他。先不提吃饭前的坐下与起立——有一回我们整整做了十遍——，第一天晚上，大家还不是很熟悉流程，匆匆忙忙洗完澡回来排队洗衣服。正在手忙脚乱的时候他通知：“五班的九点半下楼集合。”我们听到以后真是又气又急。赶紧跑下楼以后，他冷着脸说：“蹲下!”我们莫名其妙的蹲了下来。他说：“团结就是力量，预备，唱。”惊讶不已的我们默默的开始唱。“声音太小，再唱一遍。”再唱。“再来!”再唱。终于，在我们响亮的练习了“明白!懂了!到!”以后，终于在九点五十上楼了——十点熄灯。这个噩梦开始循环播放，除了有一天晚上集体看电影以外，我们每天晚上九点半下楼集合。

就是那次晚上看电影，因为澡提前洗完了，所以所有人都从头到尾在那看。不停的有学生坐不住出去上厕所顺便透个气。我和班里一个女生商议回宿舍拿水，我们走出礼堂，外面有一个守着的教官看了我们一眼没说什么，算是默许了。我们往宿舍方向走了好远突然听到后面一个熟悉的声音大喊：“你们两个回来!”礼堂那么黑，人那么多，我到现在都不知道他在哪儿看到我们出来了的。

这几天学农都下着小雨。拉练走12km那天我还在想，情深深雨蒙蒙，在山上竹海边打着伞走着路多美好，然后就听见他说：“五班的伞都给我收起来!”虽然雨很小，但是密密的，我的刘海干了湿湿了干。往上看，前面有的班打着伞的，队形已经歪了。再到后来，我们班连戴帽子的都没了，大概是有觉悟了。

拔草的那个上午，每个班都分配了负责的地方。一声令下我们就蹲下来开始拔草。无论是锯齿草还是扎根很深怎么都拔不出来的草，还是爬来爬去的蚯蚓和肉虫，甚至还有被不小心捅开了的蚂蚁窝。我手上满是土，袖子“哧”的滑了下来都没有手把它撸上去。我们班整整拔了三块地，他督促我们不准偷懒——别的班还会休息休息，我们都没有。后来听到别的教官说我们班拔草拔的好，一开心，我连手上被锯齿草割的口子都一直到晚上才发现。

在集合的时候让我们班蹲下的是我们教官，看电影前说再有声音就蹲结果真的蹲了的是我们教官，下雨那天教所有学生唱歌的是我们教官，集合不许打伞拉练不许打伞的是我们教官，汇演那天踢正步踢的最慢最好的班的教官是我们教官，因为在树底下风一吹会有雨下来就让我们换个地方的是我们教官，晚上有一回专门集合郑重其事说别用冷水洗澡的是我们教官。

因为我们教官，这次的学农军训很让人怀念。临走的那天我们一个个上车，他在车门口送我们上去。过了一会儿等前面车启动了我们车也开了。我们迫不及待在窗口想跟他挥手说再见。

可是他已经走了。

个人自荐信军训心得体会2[\_TAG\_h3]军训心得体会自我鉴定篇三

不妨设想一下， 一个宿舍内10个女生，有7个是原高一一个班的，还有1个是本来就认识的，你会有什么样的感想?没错，这是我和其他6个女生在这次军训期间共同面对的问题——记名字。

趁着训练休息的间隙，还能问问邻近同学的名字，但也屈指可数。最后一天，我甚至跑到隔壁宿舍对着门上的名字一个一个地认人。

好啦，这些都是后话了，时间轴缓缓倒转，让我们重温这短暂的五天……

8-15上午9时许，我们在操场上进行最后一次表演，成功与否，值得与否，关键在于我们的速度与力量，即正步的速度和声音的力量。李教官把我们女生比作箭，或者箭，或者钉子?男生比作锤子或斧子或弓。箭在弦上的千钧一发之时，弓要拉满，箭头要足够锋利，为此，女生们被罚了蹲姿。

8-13(雨)临时调整了计划，拉练延期，改成了听讲座，最后的两场(ps：之前的一场汤老师的讲座非常成功，据不完全统计，约获得三十多次掌声，可谓精彩至极)。下午，我们进行了最后的分列式训练。听到教官的这句话，我还暗自慨叹时间的流速之快。

8-14(又雨)拉练又被迫调至下午，上午我们去拔草。和想象中的完全不一样，没有镰刀，没有指导，没有天时地利人和……只有成堆的杂草，跳跃的虫子，无意挖掘的蚂蚁窝，沾有黄泥的双手……下午，拉练按计划进行着，我们也在霏霏细雨中学会了坚持与忍耐。

8-12上午开始的正步走训练要比去年轻松得多，有部分原因得益于教官，还有部分原因是去年我们的基础还在。不过，思考口号是一件挺费脑细胞的事。四句话，既要铿锵有力，又要就、押韵，并且押韵的字不能重复，略显严苛的要求把我打败了。最后采用的是改进后的男生版口号;迎风展羽，翱翔苍穹，携手共进，气势如虹。

8-11可怜的行李箱在烈日下曝晒了约2小时，幸运的我们坐在开着空调的导弹馆里——听“讲座”：曹主任并未做长篇大论，提出的要求也很现实，这给本次军训开了一个好头。

个人自荐信军训心得体会3[\_TAG\_h3]军训心得体会自我鉴定篇四

20\_\_年8月12日是一个很值得忘怀的日子……因为这一天是我等来了梦寐以求军训的军训生活。

这天一大早，老师领着我们走进了一个会堂，部队的教官和我们学校的领导在台上讲话，我们都在台下认真的听着......

仪式结束后就到了我们住宿的地方，我们是8个人一个寝室，通过这几天的训练，我们几个人已经成为了要好的朋友，我们寝室的同学们都很有组织，有纪律。我们 8个人都非常团结，因为我的床距离门口最近，所以寝室的同学们选举我成为我们1218寝室的寝室长。我敢说，这几天我没有辜负同学们和教官的期望，也对得起我这个寝室长的称号，我把我的工作做的很努力。

到了吃饭的时候我们都 是先站在楼下，一路一路的同学往食堂跑去。还必须得拐直角，到了食堂，必须军姿站好，站在饭桌边上。等到教官说坐，才可以坐下，教官再说开饭才可以动筷子。其实在这几天我没一顿吃饱饭的，我挑食，那些菜都不爱吃，不过，我回家之后可不再那么挑食拉，我知道了饿的感觉，是那样的不好受哇!

几天中最累的就是训练了，真的是魔鬼般的啊，每个动作都要做到位，一停下来就要军姿站好，不可以随便乱晃。我们的教官给我们立了一个班规，就是“蹲姿”!每当我们听到这个词的时候心里都微微一颤，突然间充满力量，不敢懈怠。教官一 遍一遍喊着口号，我们一遍一遍训练着,真的好累.有一次我们去看电影《唐山大地震》结束的时候，我们到外面站排，我抬头望见天空很美很美，真有种星空的感觉，我还看到了北斗七星呐!我们都很兴奋，叫着喊着，很怕别人看不到这美景。回到寝室楼下，我们的教官很生气，让我们在楼下站了足足快有一个点，我坚持了好久，终于，流出了眼泪。我实在受不了了，身体都很酸。但是我还是一动没动，心里默念，并期待着可以回到寝室的床上。

这次军训，还有一个小插曲，就是晚上不知道是谁把我们寝室的灯打开了，结果等我们回去的时候屋子里全都是各种各样的虫子，有蛾子，有蚊子，有蜈蚣，还有一种我们叫它“会飞的蟑螂”。我们打了报告，教官来到我们寝室，突然我发觉我脸上好像有什么东西，用手一摸，原来是那蟑螂，“啊”!天哪，真的当时吓死我了，我能感觉到它一直在爬，本文来自吓坏我了。不一会，我们寝室的人几乎都一起哭了起来。教官看到我们的样子，并安慰我们说，别害怕，我来给你们一个一个消灭掉。终于在教官们的齐心协力下，我们寝室的“昆虫展”终于结束了!折腾了一天的我们也都累了，迅速地进入了梦乡......

我们每天都起的特别的早，每天4：00就得起来，不然5：20吹起床哨再起来，洗漱的时间就不够了...我们真的是“睡的比平时早，起得比鸡早啊”!

这几天之内我们洗了一次澡，去了2次服务社，还有教官晚上教我们唱军歌。虽然很累，不过也挺有趣的!

我们这几天的努力都是为了最后一天的会操和分列式，到了最后一天我们都精神饱满的迎接军训闭幕式，和军训表演，当我们走向主席台的那一刻，我看到领导、老师、和教官们满意的眼神与微笑，我们明白，我们这几天的努力都没有白费。 我们在这次军训中成长了自己，同时也锻炼了自己能吃苦耐劳的精神，让我们在今后走向社会，走向未来的实践中获得锻炼。这就是我们来此的真正目的。

虽然很辛苦，但是教官和老师更辛苦，可以听见，每一位教官的嗓子都是沙哑的。老师则是陪伴在我们训练的时候，要是谁驼背了，老师给直;谁生病了，老师嘘寒问暖;谁晕倒了，老师去扶;谁胃疼，老师给接热水。原来我本以为，教官 就是爱折腾我们，可是经过这几天的本文来自相处，我知道，这只是教官的工作，他们只想让我们知道什么叫做军事化，什么叫做部队。虽然短短六天的训练时间不能改变我们什么，不能让我们在生活中也像在那里的时候那样做，但能够让我们明白什么是集体的力量，什么是自力更生，让我们从中成长起来。让我们明白“风雨之后，彩虹依旧”!

感谢你，我们的教官，感谢您，我们的老师!

个人自荐信军训心得体会5[\_TAG\_h3]军训心得体会自我鉴定篇五

军训20天回来后，我发觉自己成长了很多，也认识了很多。我想，人每经历一件事都会有一些改变吧。虽然说，军训很苦，但也是值得的。

以前，我总认为军训只是像旅游一样，随便玩玩，像在家一样，想怎样就怎样。但是，我来到这里后终于发现，我错了!军训根本不是所谓的“旅游”军训，而是要我们养成良好的生活习惯，体验军人的生活。就像青翠的松树，如果没有寒冬的磨练与酷暑的挑战，只有温和的雨露与阳光，那么，小松树又如何能长成挺拔的翠松呢?可能永远也只是一棵一阵狂风便能括倒的小松树吧!我相信，现在在军营中的辛苦与劳累，最终会变成我成长道路上一座结实的桥梁!

重要的是，在短短的军营生活中，我不仅仅只是认识到军训的意义，而且还认识了很多事。

在军训的最后一天里，我和室友们总结出许多事。我发现，平时在家中母亲天天唠叨的事情，在这里却是那么的重要，那么亲切!

在军营生活的20天，我才真正感受到水——人的生命之源，是那么的重要。如果没有水该怎么办?以前在家，我可是从来就没想过这种事。在军营中，缺水、断水是每天晚上必演的好戏。想想在家里曾经浪费了多少宝贵的水啊，我真是惭愧万分。在这里，我还有许多一起来军训的同学们都应该好好的反思和检讨，我们应该节约用水，保护水资源是我们每一个人应尽的责任与义务!还有，我也明白了团结的重要。在军营中，团结应该是一个特点吧。

想想，我们有困难时是谁向我们抻出援手?不就是那些每天陪伴在我们身边，在我们伤心和孤独时安慰我们，在我们快乐时陪伴在我们身边和我们一起分享快乐的朋友吗?我深深体会到团结的力量!我想，如果我们这一代更加地团结，更加友爱的话，中国必定更加繁荣和昌盛!还记得一句话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。没错，时间的最宝贵的，这种感叹是我在军训即将结束时发出的。记得我们每天早上起床和晚上睡觉时的情景，真的像打仗一样，好像动作不快点就会被敌人抓住。

现在想起来就想笑。不过时间确实是很宝贵的。每天如果有些事不快点的话，到时候睡不够也是自己的事，每天我都会想，如果时间再多一点就好了。可时间老人一直在往前跑，任我怎样追都没有回天之力了。我们真的应该好好地珍惜时间了。

20天军训生活虽然结束了，但军训的好习惯还是被我带回了家。20天的生活让我学会了爱。爱同学，老师，父母更爱生活!也让我懂得了珍惜现在的美好时光。感谢学校给予我们这么好的锻炼机会，我想对老师和教官说：“辛苦了!谢谢你们让我明白了许多道理。”

军训个人体会相关文章：

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