# 单位组织军训心得体会(十一篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-10-12

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。单位组织军训心得体会篇...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**单位组织军训心得体会篇一**

明赏罚

“你叫什么!”“报告!黄章才!”“有进步!放松站!”又一个小伙伴可以放松站了，大家都卯足了劲让自己变成真正的树，希望教官经过的时候能撂下一句“放松站”。终于，我也被许可了，内心一阵欢呼过后反而有一股力量让我站得更正了。偷偷瞄了瞄其他被表扬的伙计，他们依然在跟大树较劲。好，那咱就继续沐浴最高处的阳光吧。

抠细节

“细节决定成败”这一理论已被教官落实得淋漓尽致。作为一名十多年的老兵，他对每一个动作要领都如数家珍，更对我们每一个新警的小心思一清二楚。既看整体，又细看个人。任何人胆敢有些许小动作都逃不过他长在背后的“眼睛”，也甭想期许教官会“法外开恩”。犯错一定有罚，认真一定有赏。从手型到腰带，再从脚掌到肩膀，甚至眼神、嘴型等，我们每个人都在他的精雕细琢下脱胎换骨，威武雄壮。

咬紧牙

跟着教官训练，身处纪律部队的自豪感便油然而生。纪律的形成更多的是靠自律，而自律则需超常的毅力。军姿训练更可以说是毅力的考验。只有时刻咬紧牙，才能在脚掌灼热的时候依然前倾;只有咬紧牙，才能在脸上发痒甚至虫咬的时候面不改色……

时刻咬紧牙，锻炼的是毅力，成就的是意志，钢铁般的意志，属于人民警察的意志。

**单位组织军训心得体会篇二**

不知不觉间为期六天的军训生活结束了，在这六天的训练中教官向我们诠释了什么是责任，什么是团结。这六天的军训生活把我们这一群十五六岁的孩子锻炼成了真正的高中生。我们深刻地懂得了怎样面对生活，怎样面对困难，怎样坚持不懈，怎样承担责任…

军训让我学会了坚持，在军训的几天里我一直在担心自己是否能够坚持下去，那炙热的阳光总是追随着我们，那脚底的伤痛总是挥之不去，那讨厌的汗水总是到处流动，然而我并没有向它们屈服，这些困难不仅没有成功的阻碍我前进的步伐，反而使我更加坚强，使我时刻提醒着自己要坚持下去。

军训让我学会了团结，还记得我们在训练完休息的时候，教官带着我们拉歌，拉歌给我们的影响很深刻，看着别的班向我们挑衅，一股无名的怒火竟在心中升起，我们同样扯开嗓子与他们对峙，那个时候每个人都很卖力，似乎忘记了四肢的胀痛，喉咙的疼痛，只想着保护这个集体，不希望这个集体受到一点损伤。

军训让我学会了承担，这种承担不仅仅是要对自己的所作所为而付出代价，更是对这个集体负责。在六天的训练中我们每个人都犯过错误，一开始我们都不愿承认，然而换来的却是大家一起受罚，记得最清楚的就是有一次，在喝完水摆放瓶子的时候，有一个同学没有摆放整齐，在教官多次的提醒下并没有一个人出来承担。在我们集体受罚的时候，有一个同学突然站了出来，他告诉教官那个瓶子是他的，他甘愿自己受罚，可是我们心里都清楚那不是他的，那时我们都感到很羞愧，我们班22个男生却只有他一个站了出来，就在这时，又有好几个同学站出来一起承担，最后全班都站出来替那位同学受罚。这时候我们都觉得承担不仅仅是一种惩罚，而是一种凝聚一种团结。

军训的时光虽然很短暂，可是却让我们学会了很多，懂得了很多，让我们成功的从那懵懂的少年蜕变成了有责任和担当的人。军训让我们品尝到了烈日炎炎，汗流浃背的滋味;体会到了四肢发麻，浑身乏力的感觉;让我们面临了汗与泪的洗礼，坚持和放弃的考验。

这短暂而又美好的时光让我受益匪浅，刻骨铭心!

**单位组织军训心得体会篇三**

在夏日，燥热的日子里，我们开始了军训的第三天。

仍旧是纯净的天空，却又肆意地放纵着烈日，让它毫无忌惮地覆盖整个大地。只是在校内的小路上，留下一片绿荫。

每一天，我们都从这片小路上静静走过，看着一个个熟悉或者陌生的面孔，我突然感觉到自己的渺小，无数的精英在这里汇聚，在往后的日子里，竞争无处不在。我想，不论是在学习上，还是军训中，我们这些莘莘学子，都应该不断地去超越，去迎接新的挑战。军训，更是给了我们一个很好的展现自己的舞台

在这一条小路上，我们曾经开始了军训的第一天，在这条小路上，我们挥洒了我们在一中的第一份汗水，付出了我们在一中的第一次努力。我们的努力，随着这条悠长的小路，慢慢延续。

第三天，我们来到了操场。

满眼的绿色。天空仍然是那么的纯净，纯净地看不到一丝云朵，只有那蓝蓝的天空。

军训时，静静地站在广阔的操场上，只觉得一张张渐渐熟悉的面孔，在我的身边纹丝不动地站立，我只是他们其中的一员。

炎热的天气，丝毫不能动摇我们坚定的信念，我们在心中默念，坚持下去，永不言弃!

我们站立着，烈日不能催垮我们的意志，因为现在，我们都是一中人。

坚持不懈，这就是一中人应有的信念!

在烈日中，我们挺立着，九百五十个身影，在操场上刻下了一个个大写的人!

我们是一道风景

昨晚突降的暴雨并没有驱散丝毫暑气，今天仍然是烈日当空，但火热的天气丝毫不能减退我们更加火热的热情。

毫无疑问，此时在每个人的内心中，军训就是意志的考验和磨练。因为这是一场对手是自己的战斗，所以我们都有不能输的理由，能够坚持，那么你就是胜者。宽阔的操场成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道风景。

整齐的队列，笔挺的身姿，是我们用意志描绘的风景。我们磨炼的是非凡的毅力，较量的是超常的体力，拼搏的是出类拔萃的耐力。听!耳畔拂过的清风在为我们喝彩。看!似火的骄阳在为我们加油。时间伴着汗水从指间滑落，这是意志的考验，每一个身影，充满着执著和坚定。

震天的呐喊，嘹亮的歌声，是我们用声音描绘的风景。“一，二，三，四——”洪亮的番号声在操场上空此起彼伏，久久回荡。那声音仿佛能穿透的云层，用我们的豪气和热情感染头顶的烈日。愉快的歌声缓解了军训紧张而严肃的气氛，我们认真的学习平时并不熟悉的军旅歌曲，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。

勇敢地挑战自我吧，挥洒汗水的同学们!炎炎烈日下，广阔天地间，时间早已见证了我们坚定的意志。只要我们坚持到最后，我们就是胜者，就是这道美丽的风景。

**单位组织军训心得体会篇四**

当汽车驶向光福的时候，军训的神秘性无时不刻吸引着我，心中的激动与开心的，至少在到达光福之前是不易被打破的。但随着时间、地点的转移，原本蔚蓝的天空，却已变得乌云密布，一下子“晴天”变成了“雨日”。肩上的包袱也突然变得更加沉重，不经意地，从我肩上慢慢滑落下来。我当时在想，那是一种说放弃的感觉吗?我立刻提醒自己，如果不战而退，那不是连我自己的战场和舞台都没有了吗?即使那是一条很长很远的路，我也要坚持不懈，持之以恒。

从来没有如此:一个人离开亲人，到一个陌生的地方，和一群才认识没有多少天的人，面对一场艰苦的训练。刚到光福的第一天，我几乎要被眼前这环境给吓傻了:踏进宿舍的刹那，我们就被破烂的席子、拥挤的宿舍、晃荡的床板、脏乱的地板惊呆了。太阳在高空如此毫不留情地照射着，空旷的场地上没有一丝阴凉，而我，居然要在这个地方待上七天。我心里面充满着无奈，可我又是这般的不得已要去面对。

当天下午，我们就开始训练了。那时侯，痛苦，孤独和无助塞满了我整个躯壳。每天，我们都在烈日下暴晒，饭菜也是如此地不合口味，到晚上还不能好好地洗澡。而且在这里，我没有什么人可以诉苦。没有什么方式允许我发泄，更不可能立刻停止眼前这被我视为“悲剧”的生活。我们每一个人，都过着度日如年的生活。再一想到，我竟然要在这样的环境里过上七天，心里的难受就来了。脑海里时不时地开始闪现画面。那刻，我想到了在家中视我为宝的父母。我的心开始纠结，有一股想哭的冲动在那刹那涌到眼眶，似乎此刻，视线也开始模糊不清。可是最终，我没有哭。这是生平第一次，我的眼泪眼看快流出来，却又被强忍了回去。就在这军训的前几天，这样的事情发生了一次又一次，我想哭，却又忍了回去。听着教官的指令，我们好像都成了一个兵，有一种身临其境，情于其中的感觉。虽然开始人有些倦怠，队伍也不整齐，但在教官的调教下，我们的军姿颇有起色，当体恤我们的教官安排我们到阴凉的小操场训练时，大家好像是飞出笼子的小鸟又恢复了原样，教官的叹息声声声击打着我们的耳膜，那一瞬我们的灵魂开始苏醒，我们来此的目的?我们的个人情操?我们的班级荣誉?错了就改正，跌到了再爬起，我们重整旗鼓，再拾信心，认真做好每一个动作。稍息、跨立、蹲下、起立等都一天比一天好，一些外在障碍和心理障碍也慢慢被我们克服了。白天炙热阳光底下的我们，内心是清凉的，那种心情就像是一阵阵的海浪，直往身上扑来。我明白那或许是我的错觉，可是我宁愿相信那百分之零点零一的错觉夜幕降临，在月光操场下唱军歌，个个都慷慨激昂，那一刻我军训感想们卸下了白日的疲惫，完全置身于自己的舞台。歌声中的霸气，激励着我们的斗志与勇气。我甚至不知道，这七天里，我在坚强什么，脑子里的想念，又是如何强压下去的。

后来，慢慢地，我开始适应了这样的部队生活，除了临走时的一丝不舍之情，会让我有点小小的难过，再也没有想哭的时候了，一脸的笑容。而这七天里，我适应的，也不单单只是部队的生活，更多的是，我适应了孤独，适应了痛苦，学会了苦中作乐，虽然，我们被罚站过，被罚蹲过，被训过，受过伤，酸痛过。可高兴的是，我没有被艰难压倒过，我流过汗，而没流过泪。从刚开始，我一个人抱者最未知的心态，去面对最未知的未来。到现在，七天下来，周围的朋友熟悉了，环境熟悉了，心情也开朗了许多。

当汽车驶离光福的时候，心情是恬淡从容的，七天的军训虽然很短，但对于年轻的我们却是宝贵的财富。

一切的一切都是毅力在坚持吧!一切的一切都是身体在茁壮吧!一切的一切都是精神在恢复吧!世界无限广阔，生活如此绵长，唯有修身砺学，恒而不懈。

**单位组织军训心得体会篇五**

从小学到大学，我先后经历了三次军训，这次是为期最长、影响最大的。为何这样说?因为，虽然这次军训为期九天，但它教会我的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我的意志得到了淋浴，精神得到了洗礼。

在这次军训中，我体会到了往次没体会到的东西。比如说军人的气势，教官们整齐有序的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保家卫国的战士和哨兵。正是他们不怕风吹雨打日晒、年复一日的工作，才有了我们此刻的天伦之乐，想到这些，我们的头抬得更高了，胸也挺得更直了。

军训中，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样20分钟站立不动，在教官的法眼注视下，想动一下都很难。就在我们都快坚持不住的时候，教官说了句让我感到惊讶的话，他说他们当兵是最爱喜欢最享受站军姿。惊讶之余，他告诉了我们，因为他们当兵时站军姿是最简单的。是啊，军官们如此，我们为何不能学学他们，何不换种享受的表情去理解军姿呢?

军训期间，我还体会到了团结的力量，你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳;你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那“一二一”嘹亮的口号，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，他让我在训练中坚持了下来，更让我懂得了群众的荣誉感。

军训，虽然简简单单的动作别我们反复的重复了很多遍，但这反复的过程，磨练了我们的意志，教会了我们坚持。备受关注的会操中、看到主席台上学校领导们满意和赞许的表情、听到同学们那一声声激烈的掌声，那种情绪那种感受真的能够用妙不可言来形容了。

军训就这样不知不觉的结束了，虽仅仅九天微不足道，但让我体会良多，给我留下了不可磨灭的印象。在那里，还得提提我们连的一个同学，因为是他用他乐观的心态感染了我，让我坚持了这么多天，他是站在我旁边的徐剑华同学，他是一个真真实实的、身残志坚的人，他本能够不用参加军训的，但他却能够坚持到军训的最后一天，期间教官叫他休息下时，他都是笑着说：“教官、没事我能够”，他尚能如此，我们这些身体完完整整的人还怎样好意思以种种理由拒绝军训呢?他残疾，但他的执着、他的坦然、他的乐观已深深的感染了我，在那里我真诚的感谢他给我的良多感触和自信。

最后总结一下，军训不仅仅让我们学会了自立自强、自尊自爱，还让我们懂得的团结，树立群众荣誉感，最重要的是在军训中我们懂得了如何做人，做怎样样的人，此所谓“我军训着、所以我成长”。

我相信，军训后的我们必须会踏着稳定的步伐、带着自信的笑容迈向完美的明天。

**单位组织军训心得体会篇六**

告别军训，告别陪伴了我十几年的长发。

为期六天的军训结束了，返校后，下了营车，揪着脑后短了一长截的发，心中不禁感慨：这次军训，让我皮肤晒黑了，头发也短了不少啊!虽然这样想着，但对军训仍旧有些恋恋不舍。近一个星期的军营生活体验是高中生活的第一课，他让我认识了很多新朋友，能够更加从容地去面对这个原本陌生的大集体，也使我自身得到了很好的锻炼。

远不同于初中在校内组织的军训，这次我穿上了迷彩的军装，带上军帽，与同学们一同乘上营车，直奔我梦寐了一个假期的军营。但与其说是“乘”不如说是在教官的拖拽下，手脚并用，连滚带爬上了车。

与预想中的情况有不小的偏差，光是这闷热的营车就让我着实吃了一惊，我们五十多人和无数行李挤在并不宽敞的车厢里，簇拥着，不一会儿便汗流浃背。再加上车子行驶过程中停停走走，我们在车厢中晃来晃去，稍不留神就会跌倒，或是踩到同学的脚。“天哪，一开始就这样，还有六天怎么过啊?”下车后，我支着被晃得晕晕乎乎的脑袋嘟囔道。

像是示威般，当天的太阳格外猛烈，我们整整一个团的同学，哦不，应该说是战友，端端正正地坐在训练场上，接受着太阳的炙烤，鞋都感觉都要被高温熔化了。后几天居然要站军姿，且站的时间呈递增式。觉得我们就像一群被放在热锅上的蚂蚁，但实际上我们远没有他们那么自由，汗水渗出来，没得到批准绝不能伸手去擦拭，只得眼睁睁地任汗水在脸上，身上肆意奔流，痒也只能绷紧着全身自我安慰，全神贯注地听台上领导的讲话，转移注意力。

第二天稍稍舒服了些，阴凉的天气使我们免受了太阳的炙烤。

第三天清晨却突然下起了阵雨，来势之迅猛，我们甚至还没察觉出来，晾在外的衣服已经被突如其来的大雨淋得透湿。只有一套衣服，没得多的可以替换，没办法，湿的也要穿啊!穿着湿湿的衣服，一阵凉风吹过都能让人打个寒战。

但是这天气就像变脸一样，下午居然拨开乌云见到太阳了。于是刚刚接受过暴风雨洗礼的我们再一次的享受到了日光浴的高级待遇。只一个下午，我们的手臂就晒的黑红黑红，脖子也晒伤了，一碰就有种灼烧感，久久不能散去。

后三天的天气就不佳了。虽然没出太阳，但阴雨绵绵，雨不大却足以将衣沾湿，时不时飘来的凉风从身边拂过，够起一身鸡皮疙瘩的。

吃饭是得站着的。为啥?没凳子。没错，训练了半天的我们到了吃饭时仍然得拖着疲惫的身体站着吃饭!有的桌子还是配有凳子，但大多数“享受”不到这种待遇。我们曾向教官申请过去拿凳子坐，结果是：被教官一口回绝了。理由是站着吃饭有助于消化。言外之意是这都受不了怎么当个合格的兵!

晚上去浴室洗澡，这种“盛大”场面我还是头一次见到!这儿也是个人挤人的地儿。还没开始洗澡就先在外蒸了个桑拿，挥汗如雨啊。而且洗澡的时间也不像在家那样充裕了。在家想洗多久就洗多久，但这里一个人的洗澡时间平均只能有5分钟!只好拿出赶飞机的那股劲头，快点，快点，再快点!

真是处处有竞争。不光是训练，赶稿，还是吃饭，洗澡，到处都有竞争。营与营竞争，连与连竞争，个人与个人之间同样不乏竞争的存在。

但竞争之余，我们也很团结。不管平时开玩笑有多么不正经，到关键时刻，我们仍会拧成一股绳。

拔河比赛时，我们的对手很强大，可尽管如此，我们还是严阵以待，用心挑战，我们站在统一战线上，拔的同学使尽全力，加油助威的同学喊得地动山摇。输，不过是一个结果，但我们从这过程中体会到了团结一致，永不服输的精神;晚上团组织两个营互相拉歌，同样体会到团队的力量。正如那首歌《团结就是力量》!

经常在4、5点时就起床来赶稿，中午休息的也不多，睁着惺忪的睡眼，披着星光，顶着晨曦，不管平日里有多累，还是腾出一些时间写日记，撰稿子，希望自己的文章能被选上，为班级添光加彩。

拉练是本次军训中一次清晨户外活动。为了不迟到，4：30就起床准备集合。出门时，天空还是夜晚时的深蓝。跟着部队时而小跑，时而快步走前进。仰望空中若隐若现的星辰，心想，这时家人一定还在睡梦中吧，而这时的我们已经早在拉练的途中了。对家的想念在一瞬间如潮水般涌上岸来。

不管是训练时的劳累，吃饭时的疲惫，排队洗澡时的拥挤，还是清晨赶稿时的辛苦，拉练时对家的想念，都让我对军营生活发生了巨大的改观。本以为这里的教官总是神情严肃，不苟言笑，但真正相处时才发现，他们就是一群比我们不大多少的大哥哥，休息时也会和我们开开玩笑，谈论动漫，吹吹牛皮，把我们当作弟弟妹妹们体贴，爱护。军营里的饭菜也如家里一般可口。开始对这里严格训练的不适应，会腿疼，腰酸，但时间长了也能够慢慢适应，不再抱怨。

褪去了稚嫩的躯壳，我们的臂膀更加坚挺，羽翼更加丰满，我们不再是爸妈怀抱里的瓷娃娃，我们能够在风雨中屹立不倒，坚定不移。

**单位组织军训心得体会篇七**

随着闹钟的铃声响起，习惯性的翻身，如果没有被子的保护，恐怕早已掉下床了，才想到这是学校的宿舍里，也开始了我高中生活的第一天。

终于踏入这个梦寐以求的学府，巍巍红楼，莘莘学子，心中感慨万千。高中的生活首先要进行军训，以培养我们有吃苦耐劳的作风。虽然着不是我第一次军训，可是我依然很期待。伴随着洪亮严厉的哨声，迈着欢快的而有力的步伐，开始我们的军训生活。

军训有苦，每天早上六点半起床，从起点一直训练到十一点。烈日当空，汗流下来了，不能擦。烈日灼背，不能抓。”一二一，向右看，正步走，腿抬高些，绷直点……”每天都重复着这单一又枯燥的步伐

军训有收获，每天起床的时候，在宿舍里为了那有棱有角的被子而手忙脚乱的时，看到自己的成果而欣慰时，也感叹到叠被子这样一件小事，也可以锻炼我们的毅力与耐心。而这一切正是我们所缺少的。

军训有乐。休息时，各班之间的拉歌，雄伟的军歌为我们增添了力量，听教官说军营里有趣的事情扫除了身体的疲惫。辛苦的收获是加倍的快乐。现在我才深深体会到了。

经过这次短暂，艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强，少了份幼稚，多了份成熟。

”团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”

**单位组织军训心得体会篇八**

今天是军训的第五天，离结束还有七天。今天练习最多的依然是正步，如果是在大树底下树影婆娑，清爽怡人，但是在阳光下那就别有一番滋味了。

“抬头挺胸，身体微向前倾，重心放在脚尖上。”这是教官教我们站军姿时要注意的细节，我们都挺直腰杆，精神抖擞。

周围只听得见其他连训练的声音。微风徐徐，扶起了我们身体的每一个活细胞，我似乎还听到不远处落叶轻轻的叹息，他们感叹生命的终结，然而却为来年春天做充分的准备——落红不是无情物，化作春泥更护花。

落叶尚有情，我们应该懂得感恩和珍惜。正如教官所说，既然来了就要对自己负责，给自己生活谱写优美的篇章，充实自己，提高自己。

古人云：以铜为镜，可以正衣冠;以人为镜，可以知得失;以史为镜，可以知兴衰。是的，通过照镜子可以整理着装，体现军人的风采;通过与人相处，我们可以认识到自身的不足，借此改变自己实现自我价值;通过回忆过去，我们可以更好地展望未来，给自己一个崭新的开始。

生如夏花之灿烂，死如秋叶之静美。这样的人生乃是我们真正向往和追求的。我相信这十多天的军训生活一定会给我的大学生涯添上动听的旋律，大学之歌即将奏响，我们期待着。

**单位组织军训心得体会篇九**

传说中的军训，无非就是进行“地狱式”训练。很不幸，“时间”这个调皮的小家伙，故意从中作梗，让我乘着时光机来到了这“可怕”的军训时间。

哨声一响，大家都被瞬间定格，动弹不得。唯有听见“集合”的口令，集体才刷刷地飞奔而去。接着就是站军姿了，个个身着迷彩服，在烈日炎炎下，站着那讨厌又不得不做的军姿。周围的树叶，个个都点头哈腰，耷拉着脑袋；而我们，却抬着头，挺着胸，慢慢地熬过这一秒，一秒，又一秒。啊！军训，真是个可怕的“大苦瓜”。

所谓，“先甜后苦”。相反，军训的生活却是“先苦后甜”。站完了军姿，个个都是汗流浃背，却没有满口怨言。众所周知，教官必定是“魔鬼教官”，而我们的教官却是幽默风趣，平易近人的可爱教官。

在休息期间，教官经常和同学们打成一片。他用他那独特的教法，教会了我们一些基本的要领，让我们劳逸结合。啊！军训，真是有甜有辣。

但是，好景不长，昔日的可爱教官一夜之间，性格发生了一点微小的转变。不是劳逸结合，而是刻苦训练；不是面带笑容，而是一脸严肃；不是可爱教官，而是七十二变的教官……我们知道，那是教官的一番苦心，他只是想让我们在最后一天表现得更加出色。啊！军训，真是既酸又甜。

酸、甜、苦、辣组成了这个多姿多彩的军训。这个军训，让我尝尽了苦头，又尝了甜头。不管怎样，都是因为有了教官的栽培，指导员的汗水，才有这个多姿多彩的军训。

酸、甜、苦、辣这就是军训的滋味！

**单位组织军训心得体会篇十**

当我走进中学学校后，迎接我的第一件事便是军训了。三天的军训给我留下了难忘的印象。早晨，当我穿上运动服事，心境万分激动因为这是我人生中的第一次军训。

我们的体育教师便带我们开始了第一天的军训。军训是枯燥无味的。“立正、挺胸、收腹、稍息、向后、向左、向右转、等等。我们都练的很认真。动作虽然不难，可一站就是一上午，我们都有点支持不住了。我自我也腰酸背疼，脚都抬不起来了……

最终到了十一点半了，能够回家吃饭，舒舒服服的睡一觉了。

第二天我们训练的是齐步走，一开始，我们走得稀稀拉拉，一点也不整齐，之后

在体育教师的耐心指导下：要把手抬得高一点，大腿抬得高一点，步子小一点，要精神抖擞的，不要懒洋洋的……经过我们反复地训练，最终走整齐了。

第三天，也就是军训的最终一天了，每一个班级举行个人才艺展示，我们班的才艺展示是：画国画，跳牛仔舞，吹长笛，唱流行歌曲……

这三天的军训，给我的感触很深，军训不仅仅增强了我们的体质，锻炼了我们的意志，还培养了我们的作风。更使我懂得了不少道理，做任何事情，只要付出辛勤的汗水，就必须会有收获。这次军训将成为我人生中最难忘的回忆。

**单位组织军训心得体会篇十一**

时光流逝，转眼间，初中三年也已成为了过去，我们将迈入高中的大门，去感受与众不同的生活。为期七天的军训成为了我们进入高一学习的第一课。

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，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，我们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。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇与欣喜，对即将迎来的集体生活也充满了无限的渴望与憧憬。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都说明了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。 在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热。我们顶着炎炎的烈日，在训练场上进行严格的训练：稍息与立正、蹲下与起立、正步走、跑步走……每一个动作都教官都要求我们做好、做到位。等到我们较熟练后，教官便会按军人的要求严格规范我们。每天上午两小时下午四小时的训练足以让我们累得全身散架，晚上还要学习军体拳的打法，每一个动作都要做的强而有力才能过关!

就这样，我们每天重复着同样的动作，尽管不时会学习新的姿势，但对于我们来说都是枯燥无味的。每天的训练时间是一天中最热的时候，汗水湿透了衣衫，浑身上下都被烈日晒得十分不舒服，可是没有一个同学退出，即使是生病，也会带病继续练习……

也许是同学们认真的态度吧，我们收获到的显而易见：军姿纹丝不动，跨步整齐有力，口号清晰响亮……七天下来，同学们晒黑了，但却磨练了意志，提高了自己的身体素质。同学之间有了默契，学会了团结与鼓励，更懂得了坚持的真正意义……军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。我们体味的真真切切…。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力是无比巨大的!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，谁才是战胜了自我的强者。

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