# 最新军训心得 体会(五篇)

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-06-15

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。军训心得 体会篇一一直...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**军训心得 体会篇一**

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊!”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的!”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗话都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”.因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

也许对于真正的训练来说，我们的军训是微不足道的，但这十天我们的收获也是不少的。十天，让我知道集体的感念，知道团结的重要性。当然，今后，我们也要记得要有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累……

军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前!

**军训心得 体会篇二**

从军训生活的军体拳训练、感悟企业的做人做事

魔鬼训练的节奏随着课程的深入越显紧凑，当严格的队列训练刚刚结束时，我们又迎来了拳术训练。在训练前期教官告诉我们，今天的军体拳是陆军的必训科目，也是我们魔鬼训练营学员的重点内容，它是由擒拿和格斗组成，平时训练可以强身健体，长期坚持可以防身防爆，塑造一个人良好的精气神，我们摩拳擦掌、跃跃欲试!

就几招简单的拳法，我们硬是学了一上午，在刚开始的时候，经常出现站立不稳、出拳无力、四肢不协调的情况，教官严格而又仔细的给我们纠正，经过不断的磨合和练习，终于在教官的认可下结束训练，从上午的拳术训练我有以下几点体会：

首先，凡事摆正自己的心态，任何事情只有亲自体验了才有发言权：

刚刚来到企业，往往眼高手低，对于上级的安排我们阳奉阴违，总是感觉做领导简单而做实事难，领导在公司只是动动嘴，实际业绩还是要靠我们员工来完成。可是看见教官的打拳流利而又标准，我们总是打了上栋忘记下栋，对于教官的提醒我们又“恍然大悟”，这时我们才发现作为一名合格指挥官是那么的不容易，既要会做也要会讲。事后才知道教官为了达到今天的标准，也是经过无数次的训练和流汗的结果，看到领导在传达任务时就简单几句话，但是这几话是经过不断的思考、推敲的结果，如果严格按照这几句话去执行，不但可以提高公司的效益，而且还能提高我们的做事情效率，让我们少走弯路。

再者，做事情既要有结果，也要有标准，高标准才是好结果：

无论是在企业还是在社会上，严格要求自己是基础，高标准做事是发展的前提，没有标准就没有效果，没有效果就谈不上进步。军体拳刚开始训练时，面对着炎炎烈日，我们总是盼望着早点学会带回，可是好不容易学会了，就因为标准不过关而不断的重复演练，这时内心对教官的讨厌不比那天上的太阳，可是渐渐地我们适应了这天气、慢慢的感觉自己在进步、慢慢的体会到了进步所带来的乐趣，当最后的拳术会操得到教官的高度肯定时，我们内心既充满了激动、也有深深的自豪感，感觉辛苦没有白费。在企业也是一样，没有标准的结果即使是成功了，也不会有丝毫的乐趣可言，反而有得过且过的生活态度，大的喜悦和长的坚持永远是成正比的!

最后，方法大过努力、方向重于速度：

这个世界不缺乏努力的人，但幸运之神往往很少光顾他，那是因为他们的精力都集中那些、刻苦而又懂得思考的人身上了。虽然军体拳的动作很简单，每招最多只有两栋组成，可是对于缺乏运动细胞的我们来说，无疑是件艰难的事情。这时教官告诉了我们一个小技巧，理解军体拳的每栋含义，这样，当再次听到名字后，脑海中就会有个大概的印象，我们尝试了一下，果然如此。这也让我想到了在企业的某些同事，明明可以高效率的完成，但他们不勤加思考，按着经验去做，在外人眼里是步步为营，其实是一种懒惰的体现，因为脑力比体力困难多了!

学习是件快乐的事情，因为学习是进步的关键，只有抱着学以致用的态度投入到学习的氛围里，学习的效率才会提高，学习的知识才会灵活有效，看来处处留心皆学问，人情练达即文章，只要用心，魔鬼训练营的小小拳术也会让人获益匪浅。

**军训心得 体会篇三**

脱下军装，我们的军训已经结束!这是我学业生涯中的第二次军训，也算是最后一次了吧!教官离开，我们的军训生活也已经完结。

本以为“魔鬼”训练是漫漫无绝期，但是他却这样快速地流过，都不给人留恋的机会。

不会有人叫我们站军姿了，不会有人再叫着口令让我们训练了，不会有人在我们看电影时拍我们的脊背了，不会再有人教我们整理内务，不会有人再教我叠被子了，不会有人教我们坐在滚烫的地上唱歌了，不会有这样的机会全班在一起玩游戏了，再也不会有这样的日子了……这样的军训日子一去不复返，累并快乐的军训生活再也不会有了!

我会记住这十天，十天都给人不同的感受。

曾经以为我们在这么热的天气军训会很辛苦会很累，但是我们很开心，因为有一个善良的教官，有一群可爱的同学!教官说他不会忘记这十天和我们度过的日子，他最快乐的一段时间;我说我们也不会忘记，因为有你，我们过得很开心。

那些场景一直在我的脑海里浮现：有训练的，有休息的，有唱歌的，有吃饭的，有玩游戏的，有看电影的，有整理内务的，有叠被子的……那些感情复杂的场景都给我留下了深刻的印象，我不会忘记这些场景，这些我们在一起的日子。

军训教会我们成长，教会我们如何成为有纪律的人，它提升我们的人格尊严。感谢军训，感谢教官，感谢学校给了我们这次训练的机会!

军训这十天，应该要永生不忘!这样的日子，让我们在以后的生活中去回忆吧!

**军训心得 体会篇四**

前几天，我参加了一次军训。在我小时，我就知道小学升初中的时候会有一次军训，我一接到军训的通知，就吓出了一身冷汗。因为，我害怕军训。

军训的第一天，老师先点名分组，校长讲话，军训就正式开始了。教官先教我们站军姿，然后又教我们稍息和立正。下午，我们发了军服，有衣服和帽子，还有帽徽和皮带，我的衣服有点大，也能穿，就穿着军服去参加军训，我们先学了跨立，然后是向后转，向左传和向右转，回到家，都6点半了。第一天的军训，我认为军训没有想象的那么苦，上午三个半小时，要休息三次，每次差不多半小时。

军训的第二天，我六点半起床，可是下雷震雨，雷打的特大，上午我就在家呆着，很无聊，一个人在家，我希望雨快点停。下午雨真停了，我去参加军训，这次练的是齐步走，齐步走不算太难，一下午的时间，我们把它练得差不多了。

军训的第三天，我六点半起床，去参加军训。上午我们仍然练的是练齐步走，下午我们练走正步。正步很难，我们练了一个下午才刚刚入门。

军训的第四天，上午，我们仍然练正步，不知为什么这天的状态没前两天的好，顺拐了两次，我找到了问题，是手的摆动出了问题，我马上纠正过来，果然感觉好多了。

这几天的军训，我有很多的感受，做什么事都要团结，军训中这是必不可少的，如果没有团结，正步就会走不好。作什么事都要认真，要不然正步就走不好，平时也要多锻炼身体。这样才能成为一个合格的现代化人才

军训心得体会范文

我们进入中学校门后，参加了为期七天的军训。有人说军训生活非常艰苦，有人说军训生活非常有趣，也有人说军训生活一定很难忘，但我觉着军训生活是对我们的一次考验，它能让我们变得坚强，能让我们变得守纪律，能锻炼我们的适应能力。

9月11日一大早，同学们全部在学校操场集合，大家统一着装，上午，简短的开营仪式后，我们便正式开始了训练。在参加军训前我就知道军训肯定苦，但是真正的军训比我的想象还要苦。我们第一天上午接受的训练就是练习站军姿，在炎炎烈日下，教官让我们一动不动。一开始还好，过了一会儿汗就留下来了，汗珠就像一个个调皮的小精灵在我的脸上打转，弄得我脸痒痒的，很难受，我真想擦一把，但是想起教官的话，我还是忍住了。一天训练结束后，我晚上躺在床上，浑身酸痛，心想军训真是苦呀!

我们每天上午训练三小时、下午三小时，表面看十分单调，可是短短的几天里我们学会了许多东西，如稍息、立正、跨立、分列式等许多军事动作。在这几天里我们把自己懒散的习惯修炼成有组织有纪律，从站没站相、坐没坐相修炼成挺拔的身姿，从小皇帝、小公主修炼成二十一世纪的好少年。

最后一天学校组织了会操比赛。比赛开始了，首先出场的是五班、六班，他们精神抖擞，声音十分洪亮，脚步声也很整齐，啪、啪、啪其它班响起了热烈的掌声，接着是我们三班、四班了，我非常紧张，走到操场上，我们声音比他们的大好几倍，脚步声也相当整齐、有力，我们精彩的表演使台下响起了一阵又一阵的掌声。

短短的军训生活让我们从陌生变得熟悉，每天朝夕相处留下了许多美好的回忆，每次摔倒都有同学把你扶起，每次被表扬都有同学和你一起高兴，在这里让我们感受到家的温暖和集体的力量，难忘的军训生活将会是我们一辈子的记忆。

军训前，我曾是满腔热血，迫不及待地想亲身体验军队的生活。军训后，我仍是满腔热血：军训有苦也有乐，是我一生中最宝贵的财富。

**军训心得 体会篇五**

“雪狼，雪狼，陆地之王，王者风范，唯我五连，唯我五连，”这口号代表我们五班全体同学的那一份精神，当这口号回荡在脑海之中，不知不觉便回想起在园山军训的这几天，在炎炎的夏日中沐浴阳光，深深的感受到什么是苦尽甘来，什么是团结友爱。

在军训这几天中我们白天在阳光的照耀下汗流浃背，以坚强的精神和顽强的意志对太阳进行抗日斗争，不服输，不放弃，绝对不对太阳说：“认输”，结果，我们的努力并没有白费，我们这几天的抗日斗争终于胜利了，在整个过程之中我们没有倒下，没有害怕阳光，我们手牵手一起走到最后，绝不丢下任何一个人，放弃任何一个人。在我们脑海中一直都有一种声音在回荡，“坚持就是胜利，我们会坚持走到最后，我们会以汗水把土地铺平”。

晚上，一个个人回到宿舍，大家排着队伍去洗澡，洗完澡，看着同学们一个个疲倦的样子，可以让人知道他们此时此刻心中是开心的，能和同学一起拼搏，一起分享苦后的甘甜，那种感觉是无法用言语来表达的。

这几天以来我们虽然从表面看起来是无比的疲倦，给人感觉很痛苦，仿佛在人间地狱一般，虽身体受到了很大的创伤，但我们每个人的心灵却是乐滋滋的，有一种苦尽甘来的感觉。

这次军训最大的感觉不在于结营时受到的荣耀，而在于整个过程，这个过程也必将成为我们人生道路上的一个重要的关卡。

军训心得体会450字二：

军训是严厉的，是刻苦的，是需要坚持的。也许，你根本无法想象出军人训练时的场景，可是，我不仅见过那样的画面，还体验过军训。暑假中，我参加了学校组织的七彩夏日军旅夏令营活动，到73016部队亲身体验了军训的艰辛，感受了军人的风采。你们想不想和我一起去军训?

军训no.1军姿：军人训练时，首先得站好军姿。什么?你问军姿是什么?军姿有以下几点要求：

1.五指并拢，大拇指贴在食指第二节，中指贴在裤缝上。

2.抬起下颚，眼睛平视前方，身体微微向前倾。

3.两脚脚尖分开，脚跟靠拢，脚呈八字状。

我刚开始时，身体往前倾太多跌倒了。后来我又试了几次，结果和第一次一样。教官说：“你身体往前倾得太多了。只要微微向前倾就行了。”我照教官说的去做，一次就成功了。

军训no.2: 就是稍息/立正。

稍息就是在军姿的基础上身体不前倾，右脚伸出一个脚的距离。而立正就只是在军姿的基础上身体不向前倾。这很简单，我一次就成功。可是教官还是让我们一遍又一遍地练。我问教官：“我已经练得很好了，为什么还要练?”教官只回答：“没有最好，只有更好。”我明白了。只有反复的练习才能不断提升呀!于是，我一遍又一遍地练习着。

当然，军训的内容不止这些，还有好多好多。我每当想到军人们忍着炎热在军训，我的敬佩之情就油然而生。我长大以后也要做一名出色的军人，为国家献出自己的一份力!

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