# 2024年军训后心得体会300字(15篇)

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-09-21

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。军训后心得体会300字篇一基地里，撕心裂...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**军训后心得体会300字篇一**

基地里，撕心裂肺的呐喊声，整齐有力的踏步声种.种声音恒常萦绕在我的耳旁;从广袤无垠的蓝天上望下，迷彩服似乎不再难看，相反，在众多的人穿着迷彩服的场面恰似一个调皮的娃娃用各种色彩勾勒出一副美丽的水彩画。颇含艺术之风!

记得有一次，我曾问过母亲，为何学校宁可牺牲我们的学习时间，而让我们去基地实践?那时，妈妈是这样回答我的——孩子，单凭书面上的知识是不够的，主要还是靠实践!学校之所以要牺牲五天的宝贵时间来给你们实践，是为了让你们体验一下离开父母的生活，让你们学会独立，领悟自立、自强、自爱的真谛!同时让你们缓解一下学习压力，起到劳逸结合的作用。这，是妈妈的原话。

的确，如果一个人除了读书还是读书，忽略了实践这一技能，那么，他将会成为一个名副其实的书呆子!因此，学校以这样极特别的方法放松我们是最好的方法。

经过五天的一番苦训，使我们的会操得了第一。颁奖时，我望了望那张集体奖状，又望了望正灿烂着的蓝天，顿时恍然大悟——上帝只会青睬有为目标而奋斗过的人;而幸运只会降临在团结友爱的人身上，因为人人都是平等的。同时，我也真真正正的理解了“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”的含义!

冲吧!似一匹骏马，一只雄鹰驰骋在绿茵地上，翱翔在蓝天上永不停歇!地上的坚石，天上的狂风将磨砺你;无尽的幻想将引你误入歧途但你必须得像一位英勇无畏的战士如利剑勇往直前，穿过重重危机，进入光明的核心!

军训，令人难忘!回来后，我忆苦思甜，我相信，在几天过后，甚至几年、几十年，军训所经历的一点一滳都将会是一场美梦，一场既深奥又甜美的梦!都会似一朵云般浮现在我的眼前。

**军训后心得体会300字篇二**

军训是我们每个人人生中的一段乐章，虽然短暂，但却是最美、最精彩的一幕。细细品味，它留给我们的是一段珍贵的回忆。

早上走出门外，晨雾缭绕在整个城市里，还刮起轻柔的东南风。“谢天谢地，今天总算不热了。”

天上的太阳还隐隐约约看的见，它正在天上散发淡黄的光芒。

到学校后，我套上上衣，再穿上口袋似的裤子，系上皮带，戴好帽子。到操场上接受军训的考验。头一次军训，我们就给教官留下了深刻的印象。别人班站得整齐划一而我们班站的歪歪扭扭。太阳在雾帷背后闪烁着炽白的光芒，云散了，太阳更大了。我们叫苦连天。“早上还那么凉爽，怎么一到下午就这么热啊。”我擦了擦汗抱怨着。

“你动啥?”我……我擦汗”一旁的同学胆怯的说道，“擦汗也要打报告，打十声报告。”报告、

报告、报告、报告、报告。“大声点”他扯着嗓门喊到“报告，报告”我咽了一口唾沫想到“幸好我刚才擦汗时没被老师发现。

八点、九点、十点、太阳更大了栖息在树上的蝉也呻吟着，豆大的汗珠如雨落下，滴湿了两颊和后背，就连穿在身上的迷彩服也湿透了。

许多同学坚持不住，这时汪念脸色苍白，身子摇摇晃晃的。她旁边的同学告诉了教官，教官连忙走过来，扶着她到树荫下脱下她的军帽，王老师用帽子给她扇风。

过了一会儿，王老师来到太阳下，为我们打水，这一刻深深触动了我们的心弦，我们心中燃这一团火这就是感动的烈火，心中的声音呼喊着，让烈日来的更猛烈些吧!打完水后，我们发现王老师的背后已经湿透一片，教官让我们喝点水，这水中夹杂着深切的关怀，渴在嘴里甜在心里。

一周过去了，听说教官要走了，我们心里依依不舍，”天下无不散的宴席“。有相聚就有分离，陈教官一走，心里似乎少了一点什么。

如果说人生是一本最有内涵的书，那么军训必然是其中最美丽的篇章;如果说人生是一段旅程，那么军训必然是必不可少的风景;如果说人生是一场舞台剧，那么军训必然是最精彩纷呈的一幕……回忆起教官伴随的点点滴滴，纵使流过眼泪又如何?

**军训后心得体会300字篇三**

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。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。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。这些都体现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。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

高中的第一堂课—军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!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，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

由于初中组织过的军训是在校内，所以这次到校外的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励。六日的军训生活，感觉收获很多，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理：一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾!我相信这些不止只会成为我们一段美好的回忆，而是在将来的人生道路上都用得着。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为被班长\_\_\_教官带领的我们\_\_中学高一(\_)班，在这次的军训中也应该是最艰苦的了。每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、齐步、正步等这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，\_教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要双手抱头做蹲跳(很无奈…)，只是可怜我们的大腿了。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，\_教官心里也是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任的…在这艰苦的六天的军训里，我们每天都利用休息的时间(一般都是开饭前，本来肚子就打鼓了嘛~)和\_教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的六天里，我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。在这短短的六天里，我们不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的(是最后两天给晒得，老天啊~~)，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

军训结束，而我们也将正式步入高中的生活。高一学习以军训结束为开始的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。

军训的生活总是悄悄然然地来，匆匆忙忙地过似乎并不让人回味，但，总有余香!

**军训后心得体会300字篇四**

在雄赳赳气昂昂的总阅兵结束后，我们这为期一周的军训就宣告结束了，在这次军训中我们有过欢笑，有过泪水，每个人身上的衣服都经历过被汗水濡湿又晒干的过程，留下了一块块不规则的白色汗渍。这些是我们经历过军训，吃过苦头，磨练过意志的证明。

再送教官上车离开的时候，我们连队不少人都哭了出来，虽然在军训的时候不断地嫌弃教官太过于严苛，但是真正分别的时候才发现我们之间早就已经结下了深厚的友谊。教官也在同学们的热情呼唤下湿润了眼眶，不住地跟我们挥手道别，这样子跟我们第一次见面时真是天差地别，但又格外的真实而令人感动。

还记得我们刚刚见面的时候，我们怀揣着对军训的惧怕和畏难，看到那个穿着整齐军装的严肃青年走到我们的队伍前，对我们开始了第一次训话。那时，我就对教官印象不是很好，因为我觉得教官太凶，说话太重，对于后面一个星期的军训生活抱着悲观的看法。

果不其然，在教官的严厉要求下，我们开始了充满困难的军训，在烈日的焦灼下咬牙坚持。这时候教官就会在我们的连队身边环绕，就像是一直鹰环绕着一群稚嫩的羊群，随时准备从我们中抓出不规范的学生训斥，让我们又怕又恨。

但是教官也会在环绕的时候给我们讲一些部队里的故事，讲一些英雄人物的伟业，将他们吃苦耐劳的精神，给我们提气、鼓劲。虽然很老套，但我们还是不自觉的将自己跟那些英雄人物相比，想要做得更好一些跟他们比肩，从而不自觉的将胸膛挺得更好，将背站得更直，幻想自己就是一颗教官口中的白杨树，不管面对风吹雨打还是烈日酷暑都从容而坚定的应对。

这样的训练虽然辛苦，但是没两天我们的连队风气就焕然一新，充满了朝气和坚定，心中满是荣誉感，既是对自己的荣誉感，也是对连队这个集体的荣誉感。

这时候，我们才发现我们已经超过了周围的连队很多了，教官也舒缓了表情，在一次晚上训练的时候聊天中对我们的表现予以肯定，我们也知道了教官的良苦用心。

在随后的日子里，我们高歌猛进，不论是齐步走还是正步都是整整齐齐，惹得旁人侧目，几十人转向行动如同一人，响亮的军号好军歌喊得整个校园都能听到。最终，凭借着这样优秀的表现，我们夺得了总阅兵的第一名，让我们这段时间的辛苦没有白费，成功获得了这来之不易的荣誉。

虽然现在军训依旧结束了，教官也已经回到了部队之中，我们也脱下了军服，换上舒适的校服在课堂中朗诵学习着知识。但是我们在军训中学到的知识却永远也不会忘记，我们会始终记得在训练中学到的知识和精神，以此来激励我们在学习的路上也如同训练时那样迈着正步，一步一脚印的快速前进。

**军训后心得体会300字篇五**

回顾军训的那些日子，一切都如影片般在脑中回放，历历在目。那来时路上的深深脚印，证明着我们曾经的努力与汗水。

仍记得开学的那一天，几十双陌生而又兴奋的双眼互相凝望，我们各自来到这个我们一直向往却又陌生的环境，站在新的起跑线上，我们整装待发，朝着我们的目标，我们的未来迈进。也许当时的我们还太过稚嫩，但我们从不畏惧暴风雨下的磨练，或许我们的羽毛还未丰满，但我们都相信我们所练就的一双双坚硬的翅膀，会在蔚蓝的天空中飞得很高很高

如今，东方绿舟短暂的生活带给我们的不仅是精神意志的磨砺，更是我们人生中所要面对的一个重要挑战，同学们在五天中互相帮助，互相关心，收获了别样的温情，别样的感动，这将是我们人生中难忘的一个片段。我们高一年级全体师生用自己的热情与勇敢圆满地完成了军训任务，带了一份特殊的人生体验，归来了。那特殊学习生活的一幕幕，那独特训练场所的一处处，在我们的头脑中定格，成为学生时代一个永恒的记忆。

在军营中也许最令我们头疼的就是内务整理，床单、被子……甚至连枕头的花色，我们都尽量做到了整齐划一。就是因为我们的精益求精，因为我们想要在东方绿洲留下我们曾努力过的痕迹。因而这给平时在家中饭来张口，衣来伸手的我们带来了不少难度，但是在大家互帮互助彼此关照之下，我们创造了东方绿洲的奇迹，顺理成章地被评为文明公寓。

阳光下的男生女生不断在拓展训练、铁人三项……等活动中将青春的旋律谱写，掌声，加油声，呐喊声鼓励着正顽强拼搏的我们，正因为有这样的勇气，有这样的精神，在定向越野的比赛中我们获得了优胜。每一次的成功都凝聚着队员们的智慧和力量;每一个荣誉都闪耀着我们创新的火花，更激励着每一个队员不断进步。我们品味着付出后所获取的成功，我们更快乐地创建着一个个新的成功。

静谧的夜晚，有虫鸣声，有灿烂的星空，更有一阵阵雷动的掌声，此时，在绿洲剧场的舞台上，演讲比赛的帷幕随呼喊声慢慢拉开，当我们的郤悦同学站在绿洲剧场的舞台上，此时此刻，周围的空气似乎凝固了，我们静静地聆听着，心中却总有些许忐忑与不安……直到比赛结果的揭晓，第一名的荣誉属于我们，骄傲的接受周围的掌声与羡慕，按耐不住心中的喜悦我们用响彻世界的呐喊声为自己加油，为学校自豪。那一晚，不知何时才带着甜甜的笑容进入梦乡……

然而，我们仍用百分之百的精神投入第二天的学习中。搭帐蓬是团结协作的证明，是毅力的比拼，体力的角逐，是我们在尝试别样学习生活之时所获得的不一样的体验，从中我们感受到的是一种团结的力量。即使从我们初识到现在仅有短短的一个多月，而我们却看到了所有同学为了集体，为了学校的努力与付出。在学习包扎的过程中，既让我们学会了一种技能，又体会了战场上战友们的情谊。军事课时的操作设备和模拟战斗，让同学们大开眼界，兴奋不已。军训即将接近尾声，我们带着些许留恋与不舍，然而我们仍严格要求自己，在会操表演中，同学们稚嫩的脸上肃穆的表情，让我们看到了一种责任，这是我们应有的坚持。

即使在军训演习中，大部分的同学都充当了看客的角色，然而我们也不停地为场上正艰难前进的战友们加油，看着烟雾弥漫着四周，听着广播中的实况报道，似乎这一切是那样的真实。看到所有人的努力与付出时，我们也倍受鼓舞，这些都是人生的体验，在体验中认识自我，完善自我，我想这也就是军训的目的了!当我们举起对方的旗帜时，当我们用嘶哑的声音呼喊时，当我们用灿烂的微笑来结束这几天军训生活时，我们想说，在这里，这个巨大的舞台有我们的梦想，有我们的拼搏，在这个富有意义的时刻里给跨世纪的我们留下的是一个省略号，一个句号，最后是一个大大的感叹号!

黄昏中，金色的阳光透过车窗，折射进每个角落，玻璃上斑驳的是那些青春的片段，画面总是在这样的环境中静止。就在这样的环境我们引以为傲，我们为命运之神让我们相聚在一起而感到庆幸。

昨天的辉煌已是过眼云烟，今天的我们更加意气奋发，属于我们的篇章并未写下句号，我们的成功刚刚只是一个小小的开端，我们的明天将辉煌依旧。在即将临近的期中考试中，我们应坦然面对，在过程中付出汗水和心血，那么我们可以毫不愧疚地交一份让自己满意的答卷。正如我们从军训中学到的拼搏的精神与用心的把握，精细的付出，我们的成功依赖于我们的用心把握。回顾往昔，我们无怨无悔。展望未来，我们信心十足。任前方荆棘丛生，我们将持之以恒，用我们的智慧和勇气扬起理想的风帆，用我们的青春和生命奏响时代的强音。

如今，我们展翅欲飞，向理想的天空奋进是我们共同的目标。

**军训后心得体会300字篇六**

提起军训，又意味着三年的过去，新的三年到来。

8月22日--8月26日。这为期5天4晚住宿的军训生活。这一切对我们这些高一新生来说，以为是多么新鲜的事。5天的军营生活，会是什么样子呢?

第一天

从来没住宿的我，稀里糊涂的拿着东西在学校摸索。陌生的职业学校，陌生的老师，陌生的同学，陌生的路，还有将会发生的陌生的事。去到生活楼，八床一室的住所207号，感觉还行，因为有5个同学都是我以前初中同学，也在2楼，不用那么辛苦地爬楼，可是课室却天都摸得着，顶层5楼，上学可麻烦啰!!

认识着欧老师、冯教官、还有熟同学，觉得挺好的一个班集体。原来得知是升大班。欣慰地来到这个班。

第二天

穿着军装在跑道上练军姿，太阳毫无留情面，对着我们狂射，汗流浃背，真正地体验了这味道。看到了教官们以前的顶烈日、冒严寒、勤劳作的日日夜夜。“稍息”“立正”“向右转”都是学习的内容。感觉没有什么好练。还以为高中会比初中不同，拿着枪“啪啪啪”，可惜没有，与初中一样，军训也不过如此。

第五天

第四晚的联欢晚会高兴了起来。消除了一点疲劳，第二天的模拟军训，在烈日中一遍一遍地练习。“跑步——走!” “齐步——走!”

教官雄浑的声音在空中回荡，听出了教官的沙哑。

这天“结营”评比的日子，大家紧张起来，加强了训练。 下午，结营仪式开始了，我们会计101班先表演。“跑步——走!”“1、2、3、4”步伐的一致。声音的尖锐，同学们的紧张表情，教官的用心良苦，主席台的眼睛，注视着我们的训练成果。“齐步——走!”“1、2、1”“立定”。整齐的声音。整齐的步伐……

17个班，我们拿到了总分第一，开心极了，这是我们的成果。高中的第一张集体奖状，“一等奖” ，老师的开心，同学们的解放心情，教官的欣慰，因为这一张奖状得到了回报。

五天结束了，人变黑了，但，知道了军中生活是值得的一次生活经验。他们的为人民服务的精神，我崇敬!!!

为5天，为老师，为教官，为学校，为国家，为大家，敬礼!!!

**军训后心得体会300字篇七**

一年一度的新高一军训生活结束了，在六六一零五部队的大力支持、帮助下，在校领导的强烈重视下，经过我们全体学员的顽强拼搏，最终取得圆满成功。

本次为期五天的军训生活，是提高了集体观念和国防意识，培养了我们的能吃苦、不抗拒、拼搏向上的精神。在军训期间，学校的领导深入练场检验、查看，教官们也抓好训练工作，极大的鼓舞了同学们的热情。我们第一次穿上了迷彩服，第一次感受到了作为军人的内涵和职责。通过部队的领导给我们上了一堂国防知识的课程，我们也掌握了相关的知识和技能，也增强了国防意识。同时，也认识到我们不仅要好好学习，担负起建设祖国的重担;也要努力拼搏，肩负去保卫祖国的重担。

军训是苦的。回想一下，苦在脚上磨出了泡，苦的是站军姿，苦的是跑步。军训如此苦，当然我也有想退缩的时候，但是我也慢慢坚持下来。军训是一个过程，在这过程中，考验自我，培养坚强的意志，在心里默念着“半途而废是耻辱。”

军训是快乐的。从大家的整齐的步伐，高昂的口号声，我也体会到了团结的快乐，奋进的快乐。为期五天的训练，我们在这里留下大声的欢呼、大声的笑，留下了最美好、最幸福的回忆!

教官们的喉咙已沙哑，但仍然有力喊着“稍息”“立正”“一二一”“齐步走”“跑步走。”训练的时候他们严厉，重视纪律，然而又多了一些细心，对每位同学的关心与关爱;休息的时候，他们让大家觉得像朋友一般的轻松舒适，无话不谈。

“不经历风雨，怎能见彩虹”生命不息，奋斗不止，所以我要坚持，我要胜利!也许军训的时光是短暂的，也许这样的时光一去不复返，但“稍息”“立正”“站好”“向右看”……这样的口令将永远回荡在我耳边。

郑教官、黄教官，我们会想念你们的!在今后的日子里，回想起来真是“别是一番滋味在心头!”

**军训后心得体会300字篇八**

夏日的蝉鸣，板着炽热的光，连续的高温让人觉得似乎夏天永远都不会结束了。教官们在耐心的教我们那些动作“向左转—”“1—2—”。哨声，口号声此起彼伏。空气里绷着平缓而又舒畅的节奏。阳光在午后变得透明，蜿蜒向所有它可以到达的地方。

透着夏天腥辣的热气，附着知了叫声而变得无比漫长的下午，充满了格斗操的动作。我们反复的做这些动作，反复的蹲着马步，直到手脚麻木。那的休息时间是我们又恢复到了原来爱玩的本性，于是乎该聊天的聊天，该打闹的打闹，该玩的玩，好像我们很久没有玩过的那样。

夏天的天空总是黑的比较晚，可是一旦黑下来却特别的快。一分钟内，彼此就看不清楚面容了。某个人一张嘴，空气中荡开一圈一圈的热气。还是那些的动作，却因为晚上的练习而变得有趣，大家的脸上都潜藏着笑容。

也许是累，很累，可是，当坐在那儿看军官们示范时，每一个动作都是那么到位，听着他们用沙哑的嗓子喊着口令时，不禁联想起他们曾经也是像我们一样，什么都不懂，但经过岁月的磨合，风雨的洗礼，不知他们下过多大的劲。心中的钦佩油然而生。我发现，原来只有身临其境地经历过，才能够明白其中的痛楚。军训的几天中，寝室中的我们从陌生到熟悉，渐渐的，也几乎有了一种默契。大家互相帮忙，帮忙打水，洗饭盒。虽是小事，却点滴在心头，温暖人心。

军训是无情的，他可以不管我们脚后跟的巨痛，不管我们咬牙切齿地在背后怪罪着刘教官让我们在三十五六度的高温下纹丝不动地拔军姿。军训又是有情的，刘教官那不标准的普通话竟变成了我们竟相模仿的对象。军人们那一首首简单而又刚劲的军歌，那一次次热火朝天的“拉歌”比赛，更使我们感受到了铁的气质，钢的坚硬和山的气概，这里没有世俗的污染，有的只是那最朴实无华的绿色，有的只是我们对军人的敬佩，有的只是一种发自内心的超脱的期望。还有对他们发自内心的敬佩，敬佩他们的勇气，敬佩他们的耐力，更敬佩他们的自信。无论什么样的训练，成功的背后所付出的心血都是巨大的，正应验了那句“台上一分钟，台下十年功”的智理名言。

忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候又悄然而逝，六天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。有点痛，酸酸的感觉。阳光照进来，落在堆在角落的军装上，军训的记忆一股脑全翻了出来。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，成为不可磨灭的那分记忆……

**军训后心得体会300字篇九**

一个阳光明媚的清晨，穿上绿色的军装。走向了军训的时光……

墨绿

操场上，空气仿佛变的严肃起来，眼前一片的墨绿。我的身体抗拒着，但还是只能在烈日的照耀下站着。一分钟，两分钟……不知从何时起一滴调皮的，晶莹剔透的汗珠落了下来，烈日照着，我感觉脸上火辣辣的，但是不能动，汗珠落在身体上非常的难受。但不能动，“立正、向左看。”教官雄浑的男高音喊着。回答的只有整齐有力的脚步声。我的脚有一点软，头感到很重。我的眼睛忽然看到了一旁和我们一起顶着烈日的绿草，头一转又看见认真坚持的同学们还有满地的汗珠。我的心颤动了一下，似乎想到了什么，马上就又笔直站着。

这一刻我懂得，绿是坚持!

翠绿

餐厅里，同学们熙熙攘攘的来往着，一片喧哗，吵闹，所有的声响都交织在一起，人声鼎沸，你一言我一语……我小心翼翼的端着饭碗，走向了座位，坐了下来，我贪婪的享受着，难得的片刻放松，但是正当我拿起勺子，准备享用午餐的时候……“安静，立正。站十分钟再吃饭。”我依依不舍的放下勺子，含情脉脉的望着美食，非常不情愿的站了起来。十分钟，异常的慢，饭的香、菜的诱惑使我难忍，但是“军人以服从命令为天职”我们也得等着吃饭。渐渐的我的脚有些麻木了，终于漫长的十分钟过去了。坐了下来，我狼吞虎咽的吃着，今天的饭如此的香。菜格外的好吃。

这一刻我懂得了，绿是服从!

浓绿

体育馆里，我们穿着神圣的绿色的军装，微风吹佛着我们的衣袂。当熟悉的音律响起，不约而同全体起立，肃然起敬的凝望着徐徐升起的国旗。表演开始了，我们踏着整齐的步伐，走向了舞台。我心里想着：左—右—左，千万别走错了。但是因为太紧张了，我的脚步踏错了，和大部队形成了鲜明的反差，我非常的忐忑不安。这时有一双眼睛像我看来。他对我微微的一笑。仿佛像是在对我说：“没关系得，加油!要跟上步伐哦”。

这一刻我懂得了，绿是包容!

淡青

“再见”教官大声和我们挥手道别。我的眼眶有一些模糊。我不想让同学们看见我流泪，就用手轻轻擦去。我在心里默默的说：“再见”最后看着教官渐行渐远的背影。想起了军训的点点滴滴，教官对我们的关怀，教官对我们的用心，我仿佛感觉我们目送的不是一支教官团队，而是一支真正的兵。绿色是军的品质、绿色是军的代表，绿色是国家的栋梁。

我终于懂得了绿是精神、气质、责任、像草一样的顽强，军人亦是如此，军训亦是让我们学习那精神。

茫茫的天空，下起了霏霏的细雨。在雨中墨绿、翠绿、浓绿、淡青都融化在水灵灵的嫩绿之中，绿的耀眼，绿得透明。这清新的绿色仿佛在雨雾中流动，流进我的眼睛，流进我的心胸，使我难以忘怀。

**军训后心得体会300字篇十**

军训以后人明显黑了一圈瘦了一圈，站在太阳底下暴晒的滋味真的不好受…

第一天，兴高采烈的登上东方绿洲的专车，心中满是兴奋之情。到了绿洲基地，换上迷彩服，在外形上开始像军人靠拢。整理完内务后来到罗马公寓集结。在认识了教官之后，第一天的训练开始。教我们班的教官胖胖的，不怎么凶，感觉上也挺可爱的，这一点也是我至今为止感到比较幸运的。第一天训练主要都是拓展训练为主，所以并不感到非常的累。

一日三餐觉得那里的汤很好喝，其它的都一般，特别是最后那天吃的方腿肉，红的那么诡异…

宿舍生活也是相当有趣的，特别是像我们这种21人的大宿舍，而且臭烘烘的，有点像…

第二天，新鲜感已经消磨的差不多了，开始抱怨像集中营般的澡堂子，进水的鞋子等等。这天的定向越野比较累，最终成绩虽然够不上破纪录，不过也算一个佳绩了。搭帐篷时班级分了2组，我们一组一开始搭了一个比较搞笑的帐篷，后来经过老师的指导后终于像个帐篷样了。当天晚上的绿洲晚会那么多的学校聚在一起很好玩，节目的质量也比较高，在这方面，反而是我们学校的节目比较逊色一点。在第二天我碰巧遇到了4年未见的小学同学，我们都变了不少，但见到时还是非常的亲热，就像小时候一样。

最后一天，按照规定准时起床，洗梳完毕后开始将一些物品整理进包里。这一天的野外训练是在山坡上，所以时常会发生蚯蚓和我们一起爬坡的事。下午的军事演习蛮有劲的，还算有一点震撼力。离别的时候总会有点依依不舍，虽说不至于抱头痛哭，但心头总会有一丝的悲伤。

三天的军训有点短，但我们受益匪浅，迟到恐怕发生的几率会小很多了。

这三天的军训生活将会在我的人生中留下不可磨灭的记忆!

**军训后心得体会300字篇十一**

提起军训，又意味着三年的过去，新的三年到来。

8月22日--8月26日。这为期5天4晚住宿的军训生活。这一切对我们这些高一新生来说，以为是多么新鲜的事。5天的军营生活，会是什么样子呢?

第一天

从来没住宿的我，稀里糊涂的拿着东西在学校摸索。陌生的职业学校，陌生的老师，陌生的同学，陌生的路，还有将会发生的陌生的事。去到生活楼，八床一室的住所207号，感觉还行，因为有5个同学都是我以前初中同学，也在2楼，不用那么辛苦地爬楼，可是课室却天都摸得着，顶层5楼，上学可麻烦啰!!

认识着欧老师、冯教官、还有熟同学，觉得挺好的一个班集体。原来得知是升大班。欣慰地来到这个班。

第二天

穿着军装在跑道上练军姿，太阳毫无留情面，对着我们狂射，汗流浃背，真正地体验了这味道。看到了教官们以前的顶烈日、冒严寒、勤劳作的日日夜夜。“稍息”“立正”“向右转”都是学习的内容。感觉没有什么好练。还以为高中会比初中不同，拿着枪“啪啪啪”，可惜没有，与初中一样，军训也不过如此。

第五天

第四晚的联欢晚会高兴了起来。消除了一点疲劳，第二天的模拟军训，在烈日中一遍一遍地练习。“跑步——走!” “齐步——走!”

教官雄浑的声音在空中回荡，听出了教官的沙哑。

这天“结营”评比的日子，大家紧张起来，加强了训练。 下午，结营仪式开始了，我们会计101班先表演。“跑步——走!”“1、2、3、4”步伐的一致。声音的尖锐，同学们的紧张表情，教官的用心良苦，主席台的眼睛，注视着我们的训练成果。“齐步——走!”“1、2、1”“立定”。整齐的声音。整齐的步伐……

17个班，我们拿到了总分第一，开心极了，这是我们的成果。高中的第一张集体奖状，“一等奖” ，老师的开心，同学们的解放心情，教官的欣慰，因为这一张奖状得到了回报。

五天结束了，人变黑了，但，知道了军中生活是值得的一次生活经验。他们的为人民服务的精神，我崇敬!!!

为5天，为老师，为教官，为学校，为国家，为大家，敬礼!!!

**军训后心得体会300字篇十二**

老天还算挺帮忙的，这两天凉爽多了，同学们渐渐的也习惯了军训生活，你看，这正步踢得多好呀!这离不开边防站\_位教官的辛勤指导，也离不开\_位临时班主任的全天候陪同。

有的时候，时间真的流逝得很慢，最起码，今天的我的确深有体会。

军训的苦也乐在其中。站在操场上的我，觉得自己很伟大，从未想过，自己也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢?在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊!

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆!

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是公平的了。

一道刺眼的阳光开始了我们的军训生涯。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训\_，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

**军训后心得体会300字篇十三**

一个月的暑假生活过后，伴着盛夏的炎炎烈日和开学的兴奋与激动，开始了四天半有雄心，有壮志，有激情，有汗水的军训。

在开幕式庄严的升旗后，全校师生怀着对军人的敬畏之心，心里澎湃着无限的热情，这份热情似万丈高波，好像马上就要穿透云霄，蓝天和大地都为之震动。

同学们不止热情、激动，更有团结、奋勇和向上的精神，不仅为了磨炼个人意志，更为了集体的荣誉。看!那边正在站军姿的班级，一个个昂首挺胸，英姿飒爽，朝气蓬勃。过了很长时间，仍旧巍然屹立，纹丝不动。听见那震动天地的口号声了吗?那边正在练习齐步走的班级，他们整齐划一的步伐，坚毅的眼神，及紧握住的双手，不仅是几个人的付出，更是集体的努力和团结进取，奋勇争先的态度，使前路的困难像尘埃般被一扫而除。

在训练过程中的内务训练也让人难以忘怀。虽不像室外训练那样消耗体力，可叠出“方块被”并不简单，教官在示范时，同学们屏息凝神，目不转睛的观看教官示范。示范过后，同学们便开始模仿起来，掐角、拽平，样样通，每当同学们看见自己的“小杰作”，总是不禁会心一笑。

在最后的汇操表演时，同学们以蓬勃的朝气，响彻云霄的口号，整齐划一的步伐，展现了玉林学子奋勇争先，敢于拼搏，勇追求、乐探索的积极精神。

这次军训，同学们在劳累中体会到了军人的勇毅，在汗水中寻到了拼搏的喜悦，在整齐的步伐中挖到了团结的欢心，更会在今后的学习中体会这些伟人的精神，我相信，在不久的将来，这些孩子们一定会为我华夏这一泱泱大国做出巨大贡献。

**军训后心得体会300字篇十四**

古人言：“吃得苦中苦，方为人上人。”这句话让我们明白，想要获得成功，就必须经历苦难，付出汗水。而军训就是如此。

大学的军训应该是人生中最后一次军训了吧，因此它显得那么弥足珍贵。我们的李教官是我们的连长，在平时的训练过程中，我能感受到他是个出色的教官。所以今天我想就我的教官写些东西。

严厉的教官：这是他留给我的第一印象，因为他不怎么笑。特别在第一天的训练中，他的严格被落实到了最实处。由于部分同学做动作不是非常标准，有的同手同脚、有的东倒西歪，惹得很多同学放声笑了出来。

这一笑招来的是教官的处罚：有两位同学因此而被罚俯卧撑，有一位同学因此而被罚半蹲。有了这些“先例”之后，同学们一下子“安份”了许多，没有人敢笑出声来了，在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。

和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。接下来的日子里，教官再也没有罚过任何人，大家普遍都能够很自觉地遵守训练场的纪律。气氛渐渐变得轻松了，但是这并不影响我们排的训练质量。于是渐渐的我发现教官的可爱之处。

可爱的教官：我知道自己在很多方面属于“后知后觉”型，这回也不例外。在军训开始后很多天我才发现在教官严格要求的背后还透着一股“可爱”的味道。或许是和我们渐渐熟悉的缘故，每当我们表现出色时，教官总会想方设法给我们找点“乐子”。

他应该很喜欢散打，因为他常常在我们面前讲起全国散打大赛的盛况，特别是决赛的那一场，教官很忘我的讲了两遍，最后还忍不住示范了一下后鞭腿360公斤的威力。教官讲得“出神入化”，我们听得“不亦乐乎”，大家都有点“意犹未尽”。

有时候教官也会让我们做一些脑筋急转弯，但并不影响我们开怀大笑一番。这样的“娱乐”活动让我们的训练变得不再枯燥，我们在真正训练的时候也更加卖力了，好多次感觉到这样子的训练效果甚至要比在相对严肃的情况下的训练效果要好一些。

好学的教官：教官的这个特点是我在他来我们寝室检查内务的时候发现的。在检查完毕后，教官向我们“请教”计算机方面的问题。或许是因为教官在现实生活中的特殊身份，使他对计算机不是非常了解。

面对教官提出的疑问，室友们尽自己所能进行解答。教官能够这样子放下教官的架子同我们进行计算机方面的交流是非常难能可贵的，这绝对不是单一的“好奇心”的表现，我觉得这更像一种学习。

与之相对应的，在我们的生活中，不懂装懂的人太多了，特别是在网络变得铺天盖地的现在，一句话似乎能够描述如今人们对知识的态度：“知之为知之，不知搜索之”。那些热切渴望知识、主动追求知识的人们实在太少了。虽然教官的学历没有我们高，但是从他的身上表现出来的这种品质正是我们当中的多数大学生所急需的。

大学的军训是非常难忘的，一张张充满朝气的脸一起哭着、笑着也闹着。只因为经历过十几天的风雨与考验，坚强开始挤去脆弱的空间，团结成为一切的主角。

在这浅浅的秋光里，该开的花在开着，什么也没改变，但谁也不曾想到就这十几天的时光会给我们这一群年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华!我很享受这个过程。

我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

总而言之，这次军训让我受益匪浅。

**军训后心得体会300字篇十五**

长达三个多月的暑假生活终于敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

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。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，可是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们保持同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，可是，就算不喜欢还是必须要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

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。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢?当然不是啦!我们每天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦!

在休息时，教官们会让我们坐在一起，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

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!

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