# 2024年军训的心得体会50字 开学军训的心得体会(13篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-08-18

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么你知道心得体会如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。军训的心得体会50字 开学军训的心...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么你知道心得体会如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇一**

第二天的上午的训练和昨天一样，主要是为了复习昨天学过的内容。可是不知是怎么的，有些同学睡了一觉却像是重置了一样，明明已经练好的动作却又出现了错误!为了重新训练好，我们又花了不少的时间。但是在这段时间中，并没有人抱怨，反而是很多周围的同学再给他们指导和鼓励。

在努力过后，终于我们又回到了昨天的状态，不过食堂现在也开饭了，教官只能就此作罢，让我们先去补充肚子里的存货。

在食堂中，我又发现了自己的另一个变化。虽然之前没有发现，我在食堂吃饭的时候都没剩下了!过往的我总是会留下不少剩菜，不知是因为身上这身军服的责任感，还是因为实在是饿的狠了，总之，这确实是一个好方向的转变。

下午的军训中，我们虽然学会了新的动作，但是疲劳也相对的增加了。而且在训练的过程中，我们队伍的配合能力也越发的强大，新动作的达标率越来越高，连教官想拿我们找乐子都机会都少了。这个变化无无疑是伟大的!至少让我们看到成长之后，训练起来也更加的有劲了!

晚上，我们回到了宿舍，疲惫的脱下了厚重的军训服，回想着这一天的训练。虽然苦累，但是也渐渐的体会到了军训中的真谛。听着周围同学的抱怨声，都开始觉得安心起来。就算是在一起抱怨军训，这也是给我们了一个共同的话题，让我们能在交流中加强了联系。希望在今后的军训中，少一些劳累，多一些趣味。但是我们都知道，现在的这些苦难，到了最后，都会成为我们离开军训时的不舍。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇二**

暑假终于过去了，盼望已久的大学生活也随之而来，在开始大学生活的同时，首先要迎来军训。在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良机。

心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的。只要我有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在军训过程中，我欢笑过，流泪过。今天，我经历风雨，承受磨练。明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的甜。累，我体验到超出体力极限的快感。军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无穷的毅力。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。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去摸索、去行进!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇三**

结束了十余载的寒窗苦读，迎来了一段全新的人生征程。轻挥衣袖，和大学的青葱岁月挥手告别，褪去那份无知与茫然。收拾好行囊，收拾好心情，带上梦想，登上南下的列车，我们走进步步高的大门。新的旅程，从军训开始…

为期5天的军训，有痛苦更有欢笑。每天最痛苦的是上楼要双手扶着楼梯，每天最不想听到的是集合训练的哨音，每天最期待的是午饭前的那一声“杀”。但每当汗水湿透全身，内心就多了一份坚强。每当团队进行活动，就多了一份欢声笑语。每当想到别的团队在努力，就多了一份不服输的团队精神。具体说来，本次军训有以下收获：

一.自身素质得到提高

1.组织纪律性。军训中必须严格遵守各项纪律，听从指挥，统一行动。每天固定的作息时间;听到哨音的第一反应是不自觉地起身、站好军姿;站军姿过程中不允许有一丝的小动作，每一个动作都做到完全到位;训练过程出现错误立即大声报告，即使汗水流进眼睛，即使眼镜要点到地上，即使双腿已经麻木，如果没有得到教官的允许，就不能擅自调整。这样的严明纪律，对于以后的工作有很大的帮助。

2.坚强与忍耐。“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”，军训就是这样一个过程，站军姿5分钟可能腿就累了，10分钟肩膀酸了，15分钟全身都累了，但坚持下去就是胜利。正步训练中，单腿金鸡独立练习踢腿，提到脚抽筋，脚底起泡。但最终终于将正步踢好。每一项都是一个坚持的过程。工作中也许经常遇到困难，只要将军训的心态带到工作中，坚持下来，就没有解决不了的问题。

二.团队建设基本完成

1.队员之间互相达成默契。团队成员之间的默契程度直接影响一个团队的战斗能力。在军训中，团队中的每个成员配合的越来越好，默契程度越来越高。从第一项稍息、立正到向左转、向右转再到最后的三大步伐，每一个内容都是团体作业，要求整个团队的动作整齐划一，10个人做出的动作听到的是一个声音。在训练之初，大家默契不够，经常出项队伍脱节，靠步不齐等现象，用教官的话说就是：像赶鸭子下河，噼里啪啦的。到后面大家互相配合，有意识的和别人的动作达到一致，最终各个动作都完成的很整齐。

2.团队凝聚力升华。这一点可以通过几个细节体现出来，第一，喊口号中，本来队伍的口号喊的不是很响亮，大家没太在意，后来另外一个队伍在边上喊了一次，然后再喊，声音响彻云霄，一直到最后，我们队伍的口号都是最响亮的。我想在喊口号那一刻，大家心里都在想，一定要超过他们!这种爆发出来的力量是无穷的。第二，休息的过程，都会有一些小活动。每当其他队伍试图到本队伍进行“破坏”活动，本队队员都会集体出动，抵御外敌!第三，在最后的会操开始前，10人的团队在操场上把手握在一起，大喊：“一二三，加油!”还有某位同志从队伍第一个到最后一个挨个强调了一遍：“士气!”这是其他任何一个团队不曾做到的，我想正是这种集体的凝聚力，让我们更加有战斗力。

3.批评与自我批评。在训练过程中，团队每名成员都会出项各种各样的问题。大家能够无所顾忌，首先认识到自己的不足然后改进，其次可以大胆的将其他人的问题提出来，这样就可以再改正。比如在正步训练中，每个人走完都要到队伍前面进行总结，说出自己的问题，再提出其他人或者是整个队伍的问题。这样一轮下来，被提出问题的同事也虚心接受，每个人都看到自己的问题并加以改正。最终越走越好。

4.团队气氛更加融合。第一天，休息时大家都还不够放得开，气氛不够活跃。在第二天上午进行总结时，提出了这个问题。在下午的活动中，每个人都尽的努力去改进，连平时最不爱说话的同事都开口唱了歌曲，在这样的带动下，大家的积极性越来越高，以致到后面，刚一休息，大家就围起来喊着：“快，开始唱歌!始做游戏!”这样的团队气氛更有助于团队凝聚力的提升，更有助于工作的开展。

最后，军训结束了，但三个月的培训生活才刚刚开始，在接先来的三个月中，这个团队的成员还要一起去共同奋斗、去共同拼搏。这次军训，让这个团队每个成员找准定位，找到共同的目标，让整个团队充满斗志，朝气蓬勃。相信在接下来的培训中，我们会做得更好!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇四**

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，糟糕的天气，这些对我们这群娇生惯养的小孩来说还真有一点儿耐不住。

军训，是一种考验、磨练成熟性的活动。儿时的军训，纯粹就是游戏罢了;初一的第一次军训，仅不过是一种锻炼，而这次军训截然不同，性质也得以升华。长达五天的军训，让我明白了太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深：一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到他的内涵。

当我们如一棵棵松树军姿站立时，无人不是在心中默喊：“好累啊!”当我们不断地重复枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有着一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累考验我们的意志，仍然没有人打退堂鼓。

在这几天的军训中，我们学习了站军姿、稍息、立正、跨立、四面转法、蹲下、齐步和跑步，每一项动作都练了好久，因为不仅要求了个人动作的标准，还要求团队动作整齐一致，我觉得这是最难的，因为每个人都是不同的，就算可以通过训练提高默契，但那也需要长久时间的磨合，在短短的五天内，我们又怎能做到?但事实证明大家都做到了，虽然并不完美，但已经足够了。我们不仅在这次军训中收获了友谊，而且在会操比赛中获得了第二名。正如我们曾教官所说，并不要求完美，考的是我们的团队意识是我们对他人的适应与团结，只要做到这一点，就ok了。

在军训中，我接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的教官，同时我也惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官充满朝气，又不失军人的威风，他以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中有“冷酷”只有满腔热情，教官以他的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩，我毫不怀疑我们将与教官成为真诚的朋友。

那一排排的队伍犹如大树一般的伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个芊芊学子当中，口令变了，队形也变了，这就是军训，一种考验与磨练，一次有组织性的活动。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇五**

从前，或许太过在意向前奔跑，匆匆地结束了一天，便头也不回地走入了明天。当自己被空调的冷气冻醒时，掩好被角，愉快地回忆着昨天是如何将疲乏用洗澡水冲走，空调是如何躲过了被关的命运，与那场难忘的试绳经历，在黑暗的昨天中闪亮着。只看到光明的时候，那些未被照亮的阴暗又算得了什么?

格式化的一天中，我期待那条承载我失败与成长的绳子的到来，我渴慕它再次点亮我生活的生机。但再次见到那根折磨得变形的绳子时，我却没有勇气走上前去，去紧握住绳子的一端。当绳子被摊开时，我似乎又看见了两端的失败与成功。它们肆无忌惮地笑着，指了指我，又指向了失败。我正在惊愕之际，左右的同学早已四散而去，走向了成功的一端。我在绳子的一旁，默默地望着成功的那端，真诚地祈祷。

哨声响起，四周喊杀声震天。那一声声加油助威声，似乎附着在了每位队员身上，点燃了心中最深处的勇气，唤醒了遗失的斗志，沸腾了全身的热血。想象之中，脚边的空气也旋转了，伴着地面上的沙粒，徘徊在场地四周。连周围的树，似乎也被这股杀气席卷，身处那无形的漩涡中，摇摆起来。霎时，天空被乌云笼罩，一声巨雷，撕裂了浓密的乌云，和着远方的无数声雷鸣，噩梦般的黑暗与猖獗肆虐早已表露无遗。无形的失败与成功已被幻象摧毁，我却能够听见它们在内心深处的笑声。我低下了头，明白它们用这种方式嘲笑我的胆怯与懦弱。失败用阴暗紧紧拥抱我，成功则为每名勇敢拾起绳子的同学欢呼喝彩。我知道，自己所缺少的，不仅仅是加入队伍的决心，而是承担责任的勇气。每位同学，无论如何瘦小，都将自己的所有力气寄托在了这根绳子上。

此情此景，无论他们双腿拼尽全力向后蹬的动作如何令人发笑，青筋暴起的手臂如何无望地向后拉扯，即使他们这一切，就如被西门庆按住头的武大郎挥舞拳脚那般令人发笑，我却无论如何也感受不到笑的冲动。他们为了集体，不顾被划破的手，忘记了摔倒的疼痛。我的沉默，才是真正可笑的弱小。望着满脸涨红的同学，一种莫名的冲动挣出口中，化作了一声声呐喊。那种激动，让我有了自己也身在场上的幻觉。当越来越多的人加入进来，那股不可抑制的力量终于迸发出来，永远的封印在历史的这一刻。当绳子被拉过线的那一刻，喷涌而出的喜悦使炽热的心降温，感受着胜利最真实的祝福。

时光机将我传送到了下午的决赛。看着那一顶顶帽子，似乎可以想象它们的主人离开时的神情。深深的祝福与期待无法抑制，我竟又一次乘坐着时光机来到了未来，看到了我们是如何卖力地加油，队员们是如何努力地拔回那将要过线的绳子。我希求能看到同学们凯旋而归的喜悦，但绳子不可逆转的逃开了我们，走向了另一边。

那一瞬间，我完全释然了。我们在乎的，不是拔河的附加值，换得的荣耀如果不能印在奖状上，便成为了过眼云烟。但它的本质，给予我们的喜悦、感动与历练，完好的储存在记忆的收藏夹中，可以随时取来，细细回味那一刻的感受。也许，当我们的记忆被一次次刷新后，那些留下的片段会编织成灿烂的早霞，陪着我们走过人生的灿烂，走向旭日东升的。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇六**

坐上公交车，离开陆军学院军营。n天的军队训练结束了。我望着车窗外飞驰而过的景色，不自觉地会想起我n天的经历。我的心情也跟着那凹凸不平的路面上下起伏。我付出了这么多艰辛与劳累，得到的又是什么呢?

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。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。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。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。n天的时间太短了，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。

人类只有在苦难中，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于长处。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。

若一个人经受住了军队生活的考验之后，便再也没有什么困难能够达到这个人了;虽然当兵很苦，但对于人生来说，将是意义重大的。“虽然，我参加的只是n天的军训，或许以后体验军人生活的机会也不多了，但是我要说，我理解父亲的用意，理解他对我的期望。

离开军营的前一天，便是中国传统节日元宵。那天我们训练完毕，教官和一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，我肃然起敬。他们已不再年轻，他们已经将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的，是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。这些都深深的震撼了我，让我难以忘怀。经历了这次军训，我比原来更加了解自己，也更加了解我周围的人。他让我懂得什么是幸福，什么是快乐，也让我更加珍惜拥有。

汇报完学生人数后，我们精神抖擞地从主席台前走过，会操表演开始了。第一个动作是稍息立正，第二个动作是跨立立正，第三个是立正踏步，第四个是停指间转法和提正步，第六个是摆臂踏步走。

在已经走到军训的半途了，转眼间军训的日子已如流星般逝去一半了，现在对于军训剩下的日子，真的是”又爱又憎“,既期待它快点过去，又希望它慢点走，因为军训中我们也有太多的不舍，多少会有点留恋，感觉自己是长大了不少。军训让我懂得了许多，同时也让我对自己以后的人生更加有信心，更有勇气走下去。

落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归……”,今天下午我们进行实弹射击，心理想着当时的心情，打靶时那心情真的是太紧张了，我的手一碰枪，五发子弹就全完了，我还傻傻地以为我的枪坏了，太晕了。

顶着太阳站军姿，是看你的耐力，我的皮肤变黑了，食堂的饭菜太难吃了，虽然不象传言中-抢，但是同学门争的吃，不染就没有吃的东西，在军营我学会打背包，但是我打的不太好，速度没有那么快。

可以说是军训让我认识了自己，也可以说是军训完善了我。无论怎样，我坚信，通过自己的努力，我一定会成为国家的有用之才!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇七**

八月二十六日，我们开始了为期五天的军训生活。这五天里，欢乐与汗水并存，更让我变得坚强勇敢，成为一名不怕苦、不服输的青少年。

谈训练

军训生活对于我们这些还未真正成长的孩子无疑是一种锻炼，但是头顶着火辣辣的太阳，流着汗仍然要一动不动的滋味确实不好受。所以刚开始训练时，陆陆续续有几名同学坚持不住倒下了。太阳就像一个大火炉，似乎要把地面烤焦。尤其是口喝时，大家似乎置身于撒哈拉沙漠，喉咙里好像一座又一座火山正在不停地喷发。我仍印象深刻地记得第四天，因为大家打军体拳时声音不够响亮而被教官全班罚做十个俯卧撑的情景，当时的地面完全被太阳晒焦了，大家根本不敢将手放到地面上，但是军令如山，不得不服从，大家做好俯卧撑姿势，但有几名女同学因为受不了炎热的天气，差点倒下了。开始做俯卧撑，每做一个俯卧撑我都感觉自己背着一座大山，快要顶不住了。但是一想到自己不应该这么软弱，于是咬紧牙关挺了过去。从这以后大家再也不敢不听教官的话了，不然俯卧撑伺候。

谈午饭

中午吃饭时间是同学们最为兴奋的时刻，因为消耗了那么久的精力终于能在这时补充回来。学校的饭菜固然没有家里的好吃，因此有些同学不吃学校的饭，买几个面包当午餐。食堂里经常有“抢午饭”，“抢汤”的一幕，有些同学为了能吃到更好的饭菜排成一列长长的队伍，更多时候是为了一碗汤或汤里有点肉。因为对于口喝了而自己带去的水又喝完了的同学而言，汤无疑就成了他们的救命稻草。

谈阅兵

我们的军训生活到了第五天，也就是军训的最后一天。这一天我们有一个结营仪式，主要是检阅我们这几天的训练成果。仪式就要开始了，首先出场的同学们穿着蓝白校服，井然有序地走在红色跑道上，格外引人注目，而我们女子方阵是压轴出场，一出场就吸引了大家的注意力，整齐的步伐，不一样的气势使得老师为我们鼓掌。不一会儿，同学们又开始挥舞起太极拳、军体拳。很快，阅兵仪式结束了，军训生活也已完毕。

这几天的军训生活，我经历了前所未有的辛苦，也体会了中学生活不一样的压力。这几天的军训不只是一次普通的军训，更是一次提升自我锻炼的一种体育运动!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇八**

军训，能锻炼我们的身心，强健我们的体魄，更能带给我们许多耐人寻味的启示。

上午训练时，明明阴凉的地方很多，教官却带着我们径直走向了“地狱”般的太阳地，接受阳光的洗礼。

教练这么做是为了什么呢?

他是为了让我们的身体素质变得过硬：因为我们零零后这一代人，平时娇生惯养的，身体素质普遍比较差，为了让我们能尽快适应军训的强度，教官这个举动看似无情，却实际上是用心良苦啊!

“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”!就算再苦再累，也要咬紧牙关坚持下来，毕竟现在一时的辛苦能让后面的训练变得轻松，这是军训带给我的第一个启示。

军训中--“蹲”是最具迷惑性的一个动作，适量做几个，能带来一小会儿的舒适感。但如果把它当成一种惩罚手段，换来的只有一双“坏死”的腿。

这不，下午正是炎热时刻，由于排面不整齐而被罚的我们垂头丧气地蹲在太阳地里，一开始还没觉得累，时间一长，阳光炙烤加上自身的重量，右腿渐渐支撑不住了，身体也渐渐透支，不时会左右摇晃，10分钟……15分钟……20分钟……右腿早已从酸酸的化为痛痛的，再变麻，最后变成毫无知觉。总感觉有一种力量在拽我的腿，让我向右倾斜，对“蹲”这个动作，我们感觉真是辛苦啊!

还有，当别的班都在休息时，我们却常常在加练，看着别人休息时那种悠然自得的样子，我们真是由衷的羡慕、嫉妒、恨啊!恨不得立刻躺地上享受难得的休息。

后来我才明白，教官让我们顶着太阳加练的用心良苦：我班有的同学走队列时出现了顺拐，为了突破这个难题，只能加强练习;还有我们的排面不齐，只能通过多走多练来增加彼此的默契。加练，果然效果非凡!今天的会操展示，我们征服了评委，获得了特等奖!

不经历风雨，怎能见彩虹?这也是军训带给我的启示。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇九**

话说虽然在初中的时候就已经军训一回了，但这次的军训也让我有很多感慨。首先，一到军营里我就特别不能适应那的伙食，就是抱着一种不生病就行的态度吃饭的。可是慢慢的因为训练的辛苦，就适应了哪的伙食了。一想到部队里的哥哥姐姐叔叔阿姨们要天天吃这样的饭，训练还要比我们苦一百倍一千倍，就为他们的坚持感到敬佩!其次，军训也锻炼了我的独立生活能力，在家不怎么干家务的我，早上要把被子叠得整整齐齐，还要打扫宿舍和水房的卫生，还要轮到我们打饭收拾餐桌，一开始这真是对我不小的挑战。让我影响最深的是又一次因为一次一次的没有达到教官的要求，集合了三次。这些的军事化管理可能会影响到我的一生。

不过还是有快乐的，忘不了晚上男女生拉歌，整体女生扯着脖子大喊，有一种巾帼不让须眉的气势。忘不了宿舍的团结，忘不了回来前一天的晚会。这一切的一切回想起来都是那么美好!

能看出来胡亚美的背有多疼，可是他还在坚持，能接着训练就一直在训练!

唐雨楠帮助腿疼的张蕊抹药，而且也主动抢着干打扫卫生的活，值得我们学习!

最后的内几天张蕊腿疼的都快走不了路了，但是她还坚持走方队!

军训是我高中生活的开始，我一定会记住这次难忘的经历。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇十**

带着幻想，新奇与迷茫，我们走进了初中生活，迎来了为期五天军训生活。我知道，军训不仅是对身体上的锻炼，更是对我人生意志力的磨练。

虽然现在军训生活已经结束，但是那些永不磨灭的画面已经深刻的印在我的脑海之中。

军训生活的艰辛是我所预料不到的，一天大部分的时间都在操场上度过。操场上只有嘹亮的口号声“蛟龙，蛟龙”服从命令，吃苦耐劳，自强不息，勇于拼搏。整齐一致的步伐，一次又一次重复的动作，让我充分体会到铁棒磨成针的辛苦。

记得我们做的最多的动作就是站军姿，在烈日炙烤的大地上，我们抬头挺胸，一动不动地站立着。比较庆幸的是我们班的同学站在阴凉处，相比之下，对于天天在空调屋里的人来说，这己经够热的了，热气不断的从地面往上透，脚底又酸又痛，动弹不得。脸颊上的汗珠一滴一滴渗透下来，我们不敢去擦汗，因为移动一下，就会影响全体同学罚站10分钟，为了集体荣誉而坚持。心里说不出的委屈，在烈日的暴晒下，皮肤也晒黑了，但是想到集体的荣誉，这何尝不是为一种快乐呢?

日复一日的锻炼中，我学会了坚强，学会了忍耐，学会了自律，也深深的体会到了军训生活的艰苦和朴素。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了一份娇气，多了一份坚强，少了一份依赖，多了一份自强，少了一份怨天尤人，多了一份勇敢直前。同时也懂得了自强，自立和自息，也做到了流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队的可贵精神。

这只是短暂的新一步，让我们的脚下的路更很远，一起继续努力，加油!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇十一**

\_\_中学新生为期\_天的军训胜利结束了。这次军训工作所以获得了圆满成功，是与全体教官的精心指导，学校所有领导、教师认真负责以及同学们自身的努力分不开的。在此，请允许我代表武装部向全体教官和老师们表示衷心的感谢并致以崇高的敬意! 向参加军训的全体新同学表示热烈的祝贺。

学生军训，是我国提高全民国防意识和加强国防后备力量建设的重要环节，是全民国防教育的基础。\_天以来，教官们按照军营的统一要求，认真施训，尽职尽责。以坚定的政治信念、出色的组织能力、严明的组织纪律和过硬的军事素质，展示了人民子弟兵文明之师、威武之师的良好形象，教育了刚刚跨入高中校门的莘莘学子，为他们上好了至关重要的第一堂课。在训练中，教官们言传身教，教得认真、细致、耐心，对每一个动作都一丝不苟地做好示范，不厌其烦地指导、纠正，受到了同学和老师们的称赞和爱戴，成为全体新同学学习的榜样。

在军训期间，同学们头顶烈日，练习站军姿、转体、齐步走、正步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在滚烫的水泥地上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢紧贴裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。随着内容增加，难度增大，同学们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。在“流血、流汗、不流泪”的口号下，从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，努力达到最好。在军训期间，涌现了许多感人的事情，如：张如意同学晚上走楼梯不小心扭伤了脚，肿的比较厉害，但是她轻伤不下火线，坚持训练。张冲、蒋祯等学生身体有点不舒服，老师让他休息，但是他们都说没事，我能坚持。有的学生在日记中写到，在训练中有时身体真的有点支撑不住了，但看到周围的同学一个个精神抖擞地顽强地坚持着，所以也坚持了下来。

军训结束了，但它的影响是深远的。在以后紧张的学习生活中，希望同学们以这次军训为起点，做到以下几点：

一、要树立远大理想，培养科学的世界观、人生观和价值观，积极参加社会主义道德建设，把“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、吃苦耐劳”这二十个字作为我们的行动指南。

二、继承和发扬军队的优良传统和作风，严于律己，遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，同学之间礼让谦和，言谈举止文明礼貌，积极参加社会实践活动和校内外各项集体活动，树立集体观念，做文明学生，创文明寝室，争文明班级，建文明校园。

三、要珍惜三年的学习生活，珍惜青春的黄金时期，努力拼博、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己，把自己培养成为一名合格的中学生。

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇十二**

20xx年x月xx日，这是一个特殊的日子，我们，来自祖国各地的x届x学院大一新生，终于要开始军训了!

在这一天，我们见到了即将陪伴我们度过两个星期军训时光的李教官。在这一天，艰苦却又令人向往的军训生活正式拉开了序幕。

苦!累!

相信这是所有人刚开始军训的第一感觉吧。昏暗的天空下，一个个绿色的身影整齐的排列着。身日不得不僵硬的挺直，墨绿色的迷彩服随风摆动，淡淡的汗水味儿混杂这压抑的气息散发而出……我承认，军训第一天上午我是有些不满甚至有过逃避不参加军训的念头。

然而，越是训练，我越能体会到军旅生活中团队精神的重要性。个人的行为时刻影响这集体的形象，而集体的形象有无时无刻不在折射着个人的行为。这二者实在是无法分开来讨论，就像是独木不能成林，单丝无法成线，个体这个微小的水滴无法冲破坚硬的岩石，单片雪花终究不能带来来年的大丰收……集体的力量因个人而强大无匹，而这些本已人尽皆知的真理，更是随着运动场上震耳欲聋的吼声回荡在祖国的天空之上。

立正、稍息、正步、军体拳……各色各样的训练项目层出不穷，各连的教官都极其认真负责地带领这大家训练。虽然过程很辛苦，几乎每次军训结束后腿都不听使唤了，然而现在我已没有当初的不满与愤懑了;相反，还有了些留恋，尤其是在集体休息时各连的拉歌环节，这极大的拉近了同学们之间的感情，也使我们体会到军旅生活中的快乐。我觉得自己真正融入了这个大集体，相信今后的训练日子里不管多辛苦，我也会坚持到底的!因为军训不仅让我明白了集体的重要性，更让我知道，唯有具有坚忍不拔的意志与坚定不移的信念，我们才能在铺满艰苦的人生道路上披荆斩棘，让理想之花尽情盛开!

**军训的心得体会50字 开学军训的心得体会篇十三**

在这烈日炎炎、骄阳似火的9月，为期4天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在4天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，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。

是的，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，也体会了奋进的快乐，当我们班经过4天的训练，我们感受到集体的温暖。。在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们最美好的回忆!

那一位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精;然而却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

这5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，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎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!

也许军训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但“稍息、立正、站好、向左看”这些口令将永远回荡在我的耳边，久久不消散。

军训，总是让我们这么地怀念。

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