

# 军训心得体会(通用5篇)

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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

## 军训心得体会篇一

工培训。静心细数着两个月的学习生活，着实收获良多，不由从心中默默感谢公司给予我的这次培训机会，感谢培训老师们将知识倾囊相授，感谢同学们和我一起走过这段难忘时光。

只有善于总结过去的经验，才能更好地展望未来。下面我就总结一下五十天的培训经历。

开学的日子伴随到来的是严格的军训。军训时间为期七天，七天不是很长，但却是我们第一次展示自我的机会。教官是位年轻的士官，身材并不高大，年龄也比我们绝大多数学员都要小，但从他那稚气未脱的脸上却写满了严肃、认真与负责。在训练中，对于我们不规范的动作与姿势，陈教官会一而再，再而三的示范给我们看，不厌其烦，严格要求。

军训是辛苦的，但是收获是快乐的。在那短短的七天里，我们这些来自全国五湖四海的新员工从互不认识、腼腆羞涩道到彼此相熟，可谓同志情深。当然，更重要的是，军训让我们学会了吃苦耐劳，让我们理解到纪律的重要性，认识到个人与集体荣誉的联系。在军训中，我们从中收获良好的习惯，每天按时出操，每天叠豆腐块，每样生活用品摆放整齐。这些都在考验着我们的意志，促进我们成长，使我们从懒散自

由的社会生活重新恢复了青春、阳光、紧张的校园节奏，以便今后更好的投入到工作当中。

如果说军训锻炼了我们坚强的意志和良好的作风，那么随后老师的授课则教会了我们职业生涯中必备的安全知识、技术知识以及终生学习的态度。

专业知识方面，老师没有教条式的讲解理论知识，更多的都是将大家在将来的实际工作中会遇到的运行设备和实际工况与所用到的理论知识相融合，进行讲解。期间，还会共享一下音视频等材料来丰富课堂生活。这种生动的联系实际的理论课程不仅端正了我对知识的态度，也让我对实际工作中将要面临的问题有了一个基础性的了解，培养了我怀疑的态度，工作中一定要多将学到的理论知识与现场相结合，全面的看待问题。

在现场真实地操作的感觉深深的吸引着我。记忆最深刻的就是继电保护和变电运维。

通过对电力系统故障分析的学习，对电力系统正常运行有了深刻的理解，对电力系统常见故障有了全面的认识，在对各种故障的特点进行总结后，我发现了故障的规律性，以及继电保护在这些故障的针对性。然后是通过对各种故障的特点进行总结分类，讲述了保护的构成原理，以及各种原理的保护的使用范围，优点和缺点，以及系统中各种保护的配合使用问题。分为控制回路、测量回路、信号回路、调节回路、继电保护和自动装置回路以及操作电源系统的二次回路是我们设计保护的重点。

们可以观察现象，然后进行分析，总结就可以学到很多，形成面得知识，而不是单个独立的. 知识点。继电保护要求的是快速，准确和精确，不能出一点差错，这就要求我们在以后的工作当中认真的对待，仔细在仔细，小心在小心，一点点疏忽都可能让整个电网受到巨大的伤害，让企业受到巨大的

损失。

变电运维仿真实训室，主要操作九洲站仿真系统，大概有100多台仿真机。九洲仿真实训包括了常规倒闸操作、断路器故障实训、母线故障实训、线路故障实训、变压器故障实训等几个模块。实际操作的过程中总会遇到形形色色的各种问题，每一个问题或易或难老师都会不厌其烦的为我们解答，在与老师们的交流中让我对现在应用普遍化的自动化变电站的构造、内部情况、操作方法都有了明确的认识和思路。

的指导和推动作用。职业道德和法律法规的学习让我们有了做人做事的准则，让我们明白了每个人心中必须有个底线，必须对社会对企业负责。之后的团队合作与拓展训练，则让我明白实际工作中没有任何一项工作是个人能够独立完成的，大家要通过良好的沟通协调配合，激发工作的积极性，提高工作效率，才能产生1+1远远大于2的效应，为企业创造更多的价值。

学院还专门为我们开设了安全基本技能培训，掌握着一门安全技能就有可能挽救以为触电同事的生命，也许你掌握着一门安全技能就有可能将一场大火消灭于无形之中。通过短短几天的培训，这两项安全技能我们均已基本掌握。

另外，留给我印象最深的一项活动就是素质拓展实训。短短一天的训练，不仅仅是把妙趣横生的游戏同人生、事业、伙伴联系在了一起，更重要的是给我们信心、勇气和思索，引起了心灵的强烈震撼和共鸣！每个项目的侧重点不同，但都会给人带来深刻的思考和启示，使我们受益匪浅。素质拓展的实训虽然短暂，它却给我们留下了珍贵的体验。活动中挑战自我成功之后的笑颜，对自己队友的信任和责任，团队力量带来的震撼等将会一直印在我们心里，在以后的人生道路上永远激励我们。让我们共同努力将国家电网的团队建设成为一个个团结、诚信、果敢的大家庭。

课、晚自习做到不迟到、不早退、不旷课。培训期间采取了封闭式，全过程，半军事化管理，这就要求我们学员在学习和生活纪律上都要严格要求自己，适应从职工到学员的转变，从平时工作散漫的生活向节奏紧张的学习生活转变。良好的纪律也是我们取得好成绩的保证。

两个月的培训时光愉快而充实，我不仅收获了知识，锻炼了技能，同时也收获了友谊。通过此次培训，我总结出以下几点心得：

一是放低姿态，从零开始。刚刚涉入职场的我们还是个婴儿，就必须以“归零”思维来面对一切，正处在从爬到走的成长阶段，有太多的知识和经验需要我们去不断的学习和积累，抱着学习的态度去适应环境、接受挑战。只有这样，我们才能不断的丰富和充实自己，才可以完成自己职业生涯的正确规划与全面超越。

二是虚心请教，努力学习。现代社会知识更新的速度很快，我们只有不断地学习，更新自己的知识库，才能适应时间和环境的变化。尤其我们刚踏上新的工作岗位，不懂的东西太多，必须多向师傅和同事们请教，多听取他们的意见。只有通过向他们请教，我们才能在工作中做到驾轻就熟。还应该学习一些与自己岗位相关的其他岗位的知识，这样才能做到全面发展。

三是找准位置，确立目标。刚刚进入单位，重要的是要从工作中汲取到有价值的营养，让自己慢慢成长起来。毕业后几年里的迷茫，会造成10年后的恐慌，20年后的挣扎，甚至一辈子的平庸。给自己一个明确的定位，为自己定下一个短期和中长期的目标，让自己慢慢在工作中实现自己的人生价值。

## 军训心得体会篇二

军训是每一位大学新生都需要经历的经历，对于大多数人来

说，这是一次全新的体验。我们从不同的地方来到同一个校园，穿上军装，开始了为期一个月的军训生活。在这个过程中，我们不仅仅学习了军事知识和技能，更重要的是，我们在心理上也得到了很大的成长和帮助。

## 第二段：军训的重要性

在军训中，我们不仅仅学会了站军姿、走军步、做俯卧撑等基本动作，更重要的是，我们学会了怎样团结协作，怎样尊重和信任队友，怎样面对挫折和困难。在这个过程中，我们逐渐学会了自律和自我管理能力，提高了我们的意志力和毅力。这些能力不仅仅在军训中 useful，我们日后的学习和工作中也会发挥出极大的作用。

## 第三段：军训中的团队合作

在军训中，我们不是一个人在学习，而是一个团队。在这个团队中，我们互相支持、互相帮助，制定计划和目标，一起完成任务。这种团队合作精神让我们得到了很好的锻炼，同时也加强了我们的团队意识和责任感，这对我们日后的团队合作和领导能力的提升都有很大的帮助。

## 第四段：军训中的思考

在军训中，我们每天都很忙碌，但同时也有很多时间进行个人思考。这个过程中，我们发现了自己的优点和不足，在这个过程中，我们认识到了自己的不足，并且思考着怎样去克服。这种自我意识的提升是很重要的，它让我们学会了如何反思和总结，如何成为更好的自己。

## 第五段：军训带给我们的成长

经过了一个月的军训，我们变得更强大了，在训练中，我们习得了许多实用技能和做人处世的方法。我们深切地体会到

了军队严格的纪律和生活方式，这种方式不仅使我们的习惯性动作更加规范、精准，更从长远角度塑造了我们的人生素养和人生观念。军训既是磨练，又是升华，让我们变得更加自信，更加坚强，更加有自我约束和自律精神。

结论：

在军训中，我们得到的不仅仅是军事知识和训练技能，更是一种精神品质的提升。通过军训，我们得到了很多的收获，在接下来的学习和工作中，我们会将这些收获应用到实际中，成为更优秀的自己。

### 军训心得体会篇三

时光之羽，掠过时间的河，抚过一片浩瀚星海。

我在不知不觉中逐渐成长，偶然间停下脚步，回头看看来时走过的路，才猛然发现，我已踏入高中的校园，就连令我苦恼的军训生活也进入了尾声，军训生活并没有我想象中那样全是痛苦，其中也穿插了我们的欢声笑语。

军训的开始同样象征着高中的开始，记得在军训的开营大会结束后，我刚见到教官时，教官就给我们打了预防针。我记得他说，军训的这几天，前期你们会小腿疼，中期会大腿疼，而到了最后就会一身轻松。听到这话我心想完了，就我的这么差身体素质算是死定了，但随着时间的流逝，我好像已经习惯了军训的生活，感觉军训的生活快乐且充实，没有过重的学习压力，军训生活然我感到了不同于放假在家的轻松。

这十几天的军训很奇妙，刚开始的时候我觉得军训是很漫长的，在训练的时候我觉得时间很慢，这大概是因为我们在训练的时候总重复这一个动作，一遍不过就再来一遍，这是对我们毅力和耐力的考验。军训给我的感觉很奇妙，一开始的累，到现在累的充实，累的幸福，这十几天的接触我喜欢

这种感觉，我觉得大家在一起训练就是最美好的时光，大家一起朝着一个目标去努力，我们开始慢慢的磨合，慢慢的了解、熟悉，这让我感觉到我们从刚入学每个人都是一独立个体，慢慢走向了一个团结集体。

也许对于真正的训练来说，我们的训练是微不足道的，但这十几天我们的收获也是不少的。十几天，让我知道了集体和团结的重要性。我们学会了坚韧不拔，今后我们也有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累。

军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们受益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。这次军训15天，360小时，21600分钟，1296000秒。军训将要结束了，但我们的高中生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等待我们，我将时刻记住军训让我学会的坚韧不拔的精神，并运用到生活的各个细节中。此后，我将会不惧困难勇往直前。

时光匆匆流去，我将朝着更美好的未来走去，同时希望在将来我的理想会绽放出最美好的样子。

## 军训心得体会篇四

军事训练是每个大学生必经的一门课程，它不仅锻炼了我们坚强的体魄，更培养了我们坚强的意志和良好的纪律意识。初步接触军事训练，我受益匪浅，积累了许多宝贵的经验和体会。在这篇文章中，我将分享我在军训中的心得体会。

首先，军训教会了我团队合作的重要性。在军事训练中，个人的力量显得微不足道，只有团队合作才能打造出强大的军事力量。我记得有一次，在操场上进行队列训练时，我和我的队友一直不能保持整齐的队形，队列一直松散下来。随后，教官安排我们进行小组训练，要求我们共同努力保持整齐的队列。经过大家的努力，我们终于练出了漂亮的队形。这个经历让我明白到，只有团队的力量才能克服困难，取得更大

的成就。

其次，军训让我明白到纪律的重要性。在军队中，纪律是必不可少的，它是维护军事训练顺利进行和保证士兵生活秩序的基石。在军训中，我们每天都要按时起床，按时集合，服从教官的命令。一次，我迟到了几分钟，结果被教官严厉地批评了一番。从那以后，我深深体会到了纪律的重要性，决心从此以后严格要求自己，时刻保持良好的纪律意识。

再次，军训让我明白到坚持的力量。军事训练虽然艰苦，但只有坚持下来，才能收获成果。记得有一次，我们进行高强度的体能训练，我感到非常疲惫，真的想要放弃。然而，当我看到我的队友一个个坚持下来时，我感到不甘心，决定坚持到底。最终，我成功完成了训练，感到一种莫大的成就感。这次经历让我明白到，只有坚持不懈，才能克服困难，取得成功。

最后，军训让我明白到自我管理的重要性。在军训中，我们每天都要按时完成任务，自律能力是非常重要的。在军事训练中，我逐渐养成了良好的自我管理习惯，能够合理安排时间，充分利用每一刻。这不仅帮助我在军训中取得了好成绩，也影响到我在学习生活中的表现。军训让我学会了如何更好地管理自己，这是我觉得最宝贵的收获。

军事训练是锻炼意志和锻炼团队合作精神的最好场所。通过军事训练，我明白了团队合作的重要性，纪律的重要性，坚持的力量以及自我管理的重要性。这些经验和感悟将伴随我一生，并在我将来的工作和生活中发挥重要作用。我相信，只要我在接下来的日子里保持上述心得，我一定能取得更大的成就。

## 军训心得体会篇五

我初中学校毕业就来到了这所所谓的大学——河源职业技术

学院，一所成就广大学生教师梦的大学。先来介绍介绍我们学校，她是老隆师范学校的前身，培养了千千万万的国家栋梁，是我们的骄傲。

但其实我一开始并不喜欢这所学校，是我的家人非常期待非常期望我能来这所学校念书，她们都说五年后出来当老师很好，女孩子日后也并不容易找工作，教师这份工作比较稳定，而我却很是抵触这被安排好的生活。可胳膊拗不过大腿，我最终还是来到了这里。在这里生活了几天之后，我，喜欢上了这里。

开学第一课——军训。进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。这是我第一次军训，也是我最后一次军训，感触颇多。十二天的军训，师兄师姐们告诉我们：坚持，坚持，再坚持，坚持就是胜利！忍忍就过去了。嗯，对，没错！坚持！看到一个个穿上军训服装的我们，我仿佛看到了无数个军人的面孔站在我身边，阳光、自信、帅气。

第一次见到我们的教官——何教官，感觉他很严肃，板着一张脸，特别是他教我们站军姿的时候，他都不允许我们动一下，非常严格。“抬头，挺胸，微收小腹……”站军姿看似非常简单，但真正做起来却也是很困难的，站几分钟就会觉得脚底发烫发麻小腿发酸，但是为了班级的荣誉，我们只能选择坚持。但熟话说：严师出高徒，正是因为他的严格，才将我们班一贯的懒散转变为团结，教会了我们团结就是力量：这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强，只要万众一心，就没有战胜不了的敌人，没有克服不了的困难。不过在休息的时候何教官倒跟我们很是合群，与我们打成一片，有时也会哈哈大笑，他还会教我们唱军歌，虽然有点走调，但是他跟搞训练时的那个样子完全不同，让我很是“喜欢”这个教官。

何教官教了我们站军姿、立正稍息跨立、蹲下起立、停止间

转法、敬礼放下、踏步齐步跑步正步走。在训练正步走时，由于各种原因，我们训练了很长时间，刚开始时，有人踢得高，有人踢得低，大家都没踢到一块儿，经过教官的训斥和指导，我们才找到感觉，最终取得成功。

十二天的军训已经告一段落了，如果要问同学们，这次军训最大的感受是什么，我想应该就是累了。平常在家里，父母拿我们当宝贝，不舍得让我们受苦受累，可是这次军训，我们在烈日下训练，在独立中成长，在交流中收获。面对前所未有的训练量，当然会让我们有些吃不消，但坚持了几天下来，我们还是适应了，这不仅提高了我们的身体体质，而且还锻炼了我们的毅力。军训期间，学校还给我们安排了各种讲座，大概是怕我们觉得军训生活太单调吧，师兄师姐的用心交流，老师们的谆谆教诲，都是为了让我们更加迅速的适应大学生活。

十二天，不长也不短，我们却在这几天中收获了许多。我们学会了团结，学会了自信，学会了奋进；锻炼了意志，锻炼了身体，锻炼了耐心；以健康、潇洒、精神、自信的资彩迎接人生中新的一页。

军训，不后悔！