

军训心得体会一段话 军训心得体会 高(优质10篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

军训心得体会一段话篇一

第一段：介绍军训的背景和重要性（200字）

军训是大学生生活中一项重要的体验，也是培养学生纪律性、团队合作能力和磨炼意志的重要途径。通过军训，我们可以锻炼身体，提高身体素质，培养团队精神，锤炼毅力，增强自信心。在这个过程中，我们学会了严格要求自己，坚持克服困难，深刻体会到了团结、拼搏和奋斗的重要性。

第二段：关于军训的体能训练（300字）

军训期间，每天都要进行体能训练。起初，我们由于长时间没有进行高强度的体育锻炼，很多同学都感到身体吃不消。但是，通过坚持不懈的努力，我们的体能逐渐提高了。每次的晨跑，体能训练和障碍训练都让我们感到很辛苦，但也为我们带来了健康和成长。身体的不适和疲劳让我们更加体会到了持之以恒的力量，让我们更加珍惜身体的健康。

第三段：关于军事教育（300字）

军训期间，我们接受了严格的军事教育。在教官的指导下，我们学习了各种军事技能，如站军姿、行军列队、操纵步枪

等。通过实践和训练，我们了解了军事纪律的重要性，学会了集体荣誉感和纪律性。军事教育不仅仅是为了培养我们成为合格的军人，更重要的是培养了我们的团队合作意识，让我们明白了合作的力量。

第四段：关于心理调适（200字）

军训期间，面对高强度的训练和严格的规定，一些同学可能会遇到心理调适困难。有时候，我们可能会感到力不从心，甚至出现挫折感和压力。然而，通过同学们之间的互相鼓励和教官们的引导，我们发现了内心的力量。我们逐渐学会了自我安慰，调整心态，积极面对困难。这些经历让我们更加坚强，更加自信，更加勇敢面对生活中的挑战。

第五段：总结军训的收获和体会（200字）

经过一段时间的军训，我们不仅仅是简单地锻炼了身体和学习了技能，更重要的是，我们在这个过程中得到了心灵上的成长和提升。我们学会了适应团队环境，体验了团队合作的重要性，培养了坚持不懈的毅力并提高了自己的领导能力。我们不再畏惧困难，而是敢于挑战自己，勇往直前。通过军训，我们获得了成长，也收获了宝贵的经验。

总结：军训是一个锻炼身体和心理的过程，通过这段经历，我们能够对自己有更加清晰的认识，增强自信心和适应能力。军事训练和团队精神将伴随我们的生活，让我们更好地适应社会的发展。通过舍小家为大家，我们不仅培养了个人的能力，更重要的是培养团队的凝聚力，发展出一种崇高的责任感。军训是一个独特而宝贵的经历，对我们的成长产生了积极而深远的影响。

军训心得体会一段话篇二

时间飞逝，转眼间八天的军训时光已经过去。军训是我们人

生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每天的'军事训练内容非常简单，不过是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来非常简单，而现在做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，但是大家没有一个人退缩，都坚持到了最后。其深深体会到了坚持就是胜利。

通过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自己，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自己心理的极限，可以说是一次难得的经历。通过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。使我明白，没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

我很感谢能通过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会面对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在此，我真心的感谢公司组织的这次活动，也感谢我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的公司明天更辉煌、更美好！

我听姐姐说：军讯非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，

虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但

也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

中午，同学们肚子饿了，劲也不知上哪儿去了，叫苦连天，忍不住双腿的酸痛，对军训有一点灰心丧气。有个别的同学脚下被石头一绊，险些栽了跟头，还好反应机敏，手上只是擦破了一点皮肉，腿也无意间磕在石头上。唉，这才尝到军训的不易呀。休息后，个个前俯后仰，双腿又软又酸，浑身没劲，真想退回去，可又于心不忍，只好像一条条虫子一样在床上蠕动，各自诉说着辛酸史。但身上无数条血管里的血液仿佛在急剧滴血，似乎在劝说不要委屈了自己。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每上步都是那样的泥泞、

那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪漫的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不需要靠父母扶着走，我觉得我所走过的每条路，都留下自己的足迹。因为我们已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。这样我们的路会愈走愈宽，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。否则，我们的前途是暗淡的，理想是遥远的。我相信终有一天，我们的这一代能够有出息，会有出人头地的那一天。

军训心得体会一段话篇三

艰苦·坚持

军训生活对于我们来说无疑是艰苦的。第一天，我顶着烈日，拖着大大的行李箱来到这里时，心中免不了有些忐忑。心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练……心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但是我依旧对它有着深深的期待。换上迷彩服，我仿佛成了一名真正的军人。在烈日下，每一名同学都严阵以待，努力完成教官发布的命令，汗珠顺着脸颊流下，湿透了每个人的衣服，但是却没有一个人叫累。有的同学尽管身体有所不适，仍然坚持训练。在阳光下，汗水闪闪发亮，映出了两个字：坚持。

宿舍·友爱

结束训练后，当我们拖着疲惫的身躯，走进宿舍时，心中总是有一片温暖。午饭后，大家走进宿舍，回到属于我们自己的小天地时，心情总是格外的放松。在这里，我们成为了好友，共同度过艰苦的军训；在这里，我们互相说笑，为闲暇时光增添一抹亮丽的颜色；在这里，我们欢聚一堂，欢声笑语……平时的宿舍生活，同学们也会互相帮助。今天她有些不舒服了，便为她打来饭菜；谁少带了生活用品，相互借用一下。同学们互相帮助，共同努力，同时，我也意识到了军训生活中友谊的重要性。同学间的互相帮助，也是一种坚持的力量。

成功·团结

时间过得飞快，我还记得在最后一天，军训汇报表演时，大雨倾盆而至，让每个人都措手不及，但是同学们都没有退缩，顶着大雨，团结一心，迈着整齐的步伐，坚定的向前走去。雨水打在脸上，眼睛里，但是却没有一个人去擦，每位同学

都在为班级的荣誉而努力着，忍耐着。踢好正步，高喊口号，大步向前。表演格斗式时，每位同学都严阵以待，步伐整齐，声音响亮，认真表演每一招每一式。在这一刻，我突然意识到了团结的力量，只有团结，才能走好分裂式，只有团结，才能表演好拳术，团结，正是一个集体所需要的力量！

军训已经结束，我们即将步入高一，而在以后的日子里，我也将会继续坚持，努力。延续军训的精神！

军训心得体会一段话篇四

在小学的时候，我们军训了3次，还有一次是住在基地的，所以我自以为我能做的不错。但事实证明中学的军训和我们小学的程度是完全不一样的。

在我们到来第一天的开营式上，老师们就强调了很多军训的精神，如：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。最突出强调的就是“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”了，在之后的军训里，也证明了要求的高。这五天下过雨，其余时候太阳很毒，军训真的很辛苦。

但是在我回家的时候，我发现我收获了很多，例如走路的时候都会挺直腰板，平常有精神了许多。我就突然想到军训时足球门上挂的“军训一阵子，受益一辈子”这句话，此刻想来确实是这样。和班上的同学同宿舍，让我们更亲近，大家此刻想必很想念那段同宿的日子吧！

在这次军训我的想法还有意想不到的改变。在又一次我在吃早餐的时候，教官很关心我们，还问我能不能吃饱，要不要去加一点。在休息时光，教官就像我们的朋友一样，叫大家来表演节目。我明白了教官不是一向个性严肃，其实也是很温和的普通人。

这次军训磨练了我们的意志，让那个我们体会到了团结的精

神，以后的生活会有什么变化呢，我期盼着！

军训心得体会一段话篇五

军训是大学生生活中一个特殊而难忘的经历。通过军训，我们不仅锻炼了身体，增强了意志力，更感受到了集体的力量和团结的力量。在这个过程中，我收获了许多宝贵的经验和体会。

首先，军训让我们明白了团结的重要性。军训中的每一个环节都需要团队合作才能完成。在集体行进的过程中，我们必须保持整齐划一的队形，同时保持与周围人的步伐一致。这就要求我们要相互配合，要做到信任、尊重，并协调好个人行动与整体大局之间的关系。只有团结一致，我们才能顺利完成任务。通过军训，我深深体会到了集体的力量，只有在集体中，我们才能真正成长。

其次，军训培养了我们的耐心和毅力。在军训中，我们要面对外界环境的变化、身体的疲惫与各种困难。在高强度的锻炼中，我们不得不学会忍耐和坚持。无论是炎热的太阳下，还是泥泞的操场上，我们都要咬紧牙关，坚持下去。只有坚持才能克服困难，只有持之以恒才能达到目标。通过军训，我明白了只有脚踏实地、一切从最基础的不断努力才能取得成功。

再次，军训提高了我们的组织和领导能力。在军训中，我们组成了各种组织和小组，每个小组都有对应的组长，负责组织行动和指挥任务。作为组长，我们要懂得协调、管理和带领团队。当我担任小组组长时，我要了解每个人的特长，根据每个人的优势来分配任务，以达到最好的效果。同时，还要给予团队成员鼓励和指导，使每个人都能充分发挥自己的能力。通过组织和领导团队，我的组织和领导能力得到了很大的提高。

此外，军训丰富了我们的社交经历。在军训中，我结识了来自不同专业和背景的同学，我们一起吃饭、一起训练、一起度过了一个个难忘的时刻。我们相互帮助、相互鼓励，在交流中互相了解、共同成长。我的交际能力得到了增强，我懂得了与不同年龄、不同性格的人相处的技巧，也能更好地与人沟通和合作。

综上所述，军训是一次宝贵的经历和机会，让我收获了许多宝贵的经验和体会。通过军训，我明白了团结的重要性，培养了耐心和毅力，提高了组织和领导能力，丰富了社交经历。军训不仅让我们更好地了解了自己，也让我们更好地了解了集体。我相信，通过军训的锻炼和培养，我们将能够更好地面对未来的挑战。

军训心得体会一段话篇六

军训班是每个大学新生都必须经历的环节，旨在通过军事化训练来培养学生的纪律观念、团队意识和坚强意志。军训班的训练科目包括体能训练、军事基础知识和军事技能，它们不仅有助于提高我们的身体素质，还能够培养我们的领导能力和集体荣誉感。通过这段军训经历，我深刻体会到了军训班对我们的意义和目标。

第二段：对于身体素质的重视

军训班紧紧围绕着提高我们的身体素质展开，每天早晨的晨跑和各种体能训练让我感到疲惫却乐在其中。通过这段时间的努力，我感到自己的身体得到了明显的提升，体能测试时的成绩也远超过了自己的预期。不仅如此，体育训练也增强了我的耐力、意志力和对身体健康的重视。我深刻认识到，只有拥有良好的身体素质，我们才能更好地面对挑战 and 困难。

第三段：领导能力和团队意识的培养

在军训班中，每个人都要经历队列训练和集体动作的学习，这要求我们必须相互配合，保持良好的团队意识。我发现只有当每个人都积极参与时，整个队伍才能够有力量。在集体行进和集体动作的过程中，我们不仅培养了团队合作精神，还锻炼了我们的领导能力。在这个过程中，我明白了一个人的作用是有限的，只有团队的力量才是无穷的。

第四段：严格纪律的约束和教育

军训班对我们的管理十分严格，这是为了培养我们的纪律观念和组织纪律。我们要遵守规定的时间、地点和方式，保持整齐划一的队形和服装。这严格的纪律约束让我明白了纪律对一个集体以及每个个体的重要性。纪律是一种规范，它能够让我们有序地生活和工作。在军训班中，我们的教官不仅带领我们训练，更是给予了我们榜样式的教育，通过他们的言传身教，我们更加坚定了自己要成为一个守纪律、遵守规则的人的决心。

第五段：军训班的收获和体会

通过军训班的经历，我收获了很多。我在这段时间中不仅学到了军事知识和技能，还培养了自己的自信心、毅力和坚韧性格。我明白了每个人的成长都需要经历一些磨难和锻炼，而军训班正是给予我们这种机会的。除此之外，军训班还让我与许多优秀的同学结交，我们一起经历了困苦和挑战，彼此间建立了深厚的友谊。这段军训班经历无疑是我大学生活中宝贵的财富，它将继续激励我在未来的学习和生活中更加努力和坚韧地前行。

总结：

通过军训班的经历，我意识到了军训班对我们的意义和目标。不仅提高了我们的身体素质，培养了领导能力和团队意识，也约束了我们的行为和纪律。我们通过军训班的训练和锻炼，

收获了很多实际的技能和经验，也明白了每个人都需要付出努力才能成长。这段军训班经历让我受益匪浅，将成为我大学生活中宝贵的记忆和财富。

军训心得体会一段话篇七

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的'一次难得的考验和磨砺，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，唯有一句话让我感触最深，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。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，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。作为男生最多的工学院的我们，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、踏步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做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的十多天里，我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，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。

军训即将结束，大一的生活也即将结束。在去的大一，或者以军训为结束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，为以后的大学生活奠定基础，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。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗！相信幸福之神正向我一步步接近！

xx届的学生军训是在部队里。对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨砺，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。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。也算是最大的体会吧。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、踏步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做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大汗。在这些天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉。我们的鞋也穿了洞。但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有利益的冲突。大家讲的更多的是来自哪里。分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

离开部队的那天我们几个都哭了，随着时间的流逝，大家虽然慢慢的失去了联系。但那份感动一直留在心底！

军训心得体会一段话篇八

为期三天的军训，在公司领导的重视，相关部门的周密安排下，在全体学员的共同努力下，安全、顺利、圆满的结束了。

我们在这三天的军训中，主要是练习立正、稍息、转体以及三大步伐。

这些在以有看上去并不难的动作，但在这次军训中却感觉到了它的不易，因为教官强调的是步伐一致，整齐划一，队列中一个成员的步伐错误会影响队列的整齐，同样的道理，企业当中的一名员的失误也会影响一个部门及全公司的效能，因此不论是一支军队，还是一个企业，都需要个人与集体的统一，这让我对团结协作有了更深的理解和认识。

这期军训有29名学员，教官把我们分成了二个班，让我们二个班上相竞争，看谁表现得好，这大大激发了我们的集体荣誉感，大家都非常认真，争取表现得更好，休息的时候大家

都会想想指导动作，坚决不让一个人出错，良好的集体荣誉感让我们得到了教官的表扬。

在军训汇操的最后，教官说我们在训练中很努力，充分发扬团队精神，吃苦耐劳精神。

军训心得体会一段话篇九

第一段：介绍军训的背景和重要性（200字）

军训是每个大学生都要经历的一段特殊经历，它是大学生活的一部分，也是独特的人生阅历。通过军训，学生们能够锻炼自己的意志力、纪律意识和团队合作精神，同时也能培养他们的体魄和心理素质。军训让学生们深切体会到了军人的艰辛和坚韧，不仅使他们更加坚强，也培养了他们的爱国情怀和责任感。

第二段：强调军训对心理素质的影响（250字）

军训在培养大学生的心理素质方面起到了重要的作用。从适应军事生活到面对困难和挑战，军训能够锻炼学生们的思维能力和应变能力，并增强他们的抗压能力。例如在军训中，学生们往往要克服早起、长时间站立、严格的纪律等困难，这些都对他们的心理素质提出了很高的要求。而通过坚持和克服这些困难，学生们能够增强自己的意志和毅力，为以后面对各种挫折和困难打下坚实的基础。

第三段：阐述军训对体魄的塑造（250字）

军训在培养大学生的体魄方面也起到了重要的作用。在军训中，学生们通常要进行长时间的体能训练，如跑步、俯卧撑等，以增强自己的身体素质。这些训练不仅可以提高学生们的耐力和体力，还可以增强他们的协调能力和灵活性。同时，通过军事训练，学生们也能够培养出对自己身体的关注和保

护意识，养成良好的生活习惯，如按时作息、合理饮食等。这些习惯不仅能够增强学生们身体的抵抗力，还可以提高他们的学习和工作效率。

第四段：探讨军训对团队合作精神的培养（250字）

军训对培养大学生的团队合作精神起到了重要的作用。在军事训练中，学生们往往需要与队友相互配合，共同完成任务。这要求他们互相信任、相互合作，要能够在压力下保持良好的沟通和协调能力。通过团队合作，学生们不仅能够提高自己的合作能力，还能够学到如何与不同的人合作、如何在团队中发挥自己的作用等重要的团队合作技能。这些技能不仅对学生们未来的工作和生活有着重要的影响，也为他们成为出色的团队成员打下了基础。

第五段：总结对军训的体会和收获（250字）

总结来说，军训在培养大学生的心理素质、体魄和团队合作精神方面都起到了重要的作用。通过军训，学生们能够锻炼自己的意志力和纪律观念，在面对困难和挫折时能够坚持和乐观面对。军训还能够增强学生们的体力和耐力，提高他们的协调和灵活能力。最重要的是，军训让学生们体验到团队合作的重要性，学会了如何更好地与他人合作，从而为将来的学习和工作打下了坚实的基础。综上所述，通过军训，我们学到了许多宝贵的经验和知识，为我们的未来奠定了良好的基础。

军训心得体会一段话篇十

在人生的旅途中，我们有许多经历和体验，而其中参加军训无疑是最难忘的一次，因为它挑战了我们的身体和意志，也深刻地影响了我们的成长和思考。但是，在有些情况下，由于种种原因，我们不得不想办法逃避军训。而针对这一话题，我希望借此机会，分享我在逃避军训中所获得的心得体

会。

段落二：初试牛刀

最开始，我并没有想过要逃避军训。相反，我为此做好了充分的准备，从每天早晨的晨跑到晚上的俯卧撑，不断地迭加着自己的要求，以期取得好成绩。然而，当听说训练会被加强时，我开始感到了害怕和焦虑，因为我担心自己无法承受过度的锻炼和训练。于是，我开始寻找逃避的方法。

段落三：逃避的艰辛

刚开始的时候，我选择了假装生病。于是，在训练的第一天，我独自一人办理了请假手续，然后躲在房间里摆弄手机和电脑，避免和训练有任何关系。但是，这种做法带给我的不是安心和轻松，而是心虚和内疚。我感到自己对不起父母和老师，也对不起自己的良心和责任感。而且，我开始迷失了方向和目标，不知道自己到底想要什么，是否承担了应该承担的责任。

段落四：重新审视

在逃避军训的过程中，我开始反思自己的行为 and 想法。我开始重新审视自己的价值和使命，以及自己能够承载的责任和义务。我明白了，逃避并不是解决问题的方法，也不是实现自己梦想的途径。相反，只有勇敢地面对挑战，才能够升华自己的内在和外在外在，成为一个真正的强者和有价值的人。

段落五：收获和展望

最后，我结束了逃避的行为，重新融入到训练中，尽全力完成每一个任务和挑战。但是，和原来不同的是，我不再计较成绩和名次，也不会逞强和排斥别人。相反，我愿意去欣赏和学习别人的优点和长处，也愿意接纳和超越自己的不足和

缺点。因此，在整个军训过程中，我获得了物质和精神上的多方面收益，也感受到了成长和改变的力量。我深信，无论遇到什么困难和挑战，只要心有所系，行动有所依，我们就一定能够迎难而上，赢得自己历史进程中的胜利和荣耀。