

2023年军训心得格式 军训心得体会格式 落款(大全12篇)

通过工作心得的总结，我们可以发现自己在工作中的不足之处，以便在今后的工作中更好地改进和完善。以下是小编为大家收集的学习心得范文，希望能够给大家提供一些写作灵感和参考。

军训心得格式篇一

军训是每年大学新生必须经历的一段时间，它不仅是对身体的锻炼，更是一次性格、意志的磨炼。此次军训，我除了收获丰富的体能训练和步伐训练外，更学到了许多宝贵的心得，让我从中获得许多感悟。

第二段：学会团队协作

在军训期间，我们学习了很多团队协作的方法。由于军训需要统一步伐，我们必须时刻与队友保持同步，如果一人踏错了，就会影响整个小队的队形。经过多次练习，我们逐渐学会了相互间协商和配合，变得更加默契。与此同时，我们也意识到具有良好协作能力的团队能够在竞争中胜出，在未来的人生路上，也需要时刻注重与他人的交流和协作。

第三段：独立思考能力的提升

军训中还有许多需要个人进行自主思考和判断的情况。例如在遇到难度较高的障碍赛时，老师会要求我们自己找出最佳通过方式，而不是直接给出正解。这让我们不断思考，不断尝试，最终培养了我们更加独立和专注的思考能力。

第四段：坚定毅力和斗志

军训是极富挑战性的，我们不仅需要克服身体的疲惫，更需要时刻保持坚定的毅力和斗志。在一次次长跑之中，我们身体不断地告诉我们已经无能为力，但在自己的意志和团队合力的帮助下，我们总是能够鼓起勇气坚持到最后。更多的时候，在人生道路上获得成功，并不靠天赋，而是通过不断地磨炼和锤炼，保持着毅力与斗志。

第五段：结尾总结及感悟

总之，军训给予我的远远不仅仅是一段普通的训练，它承载着我们锤炼自己意志力和自觉性的过程。在这期间，我们不仅能够体察到集体的重要性，更能够明确自己内心的力量所在。军训让我明白了“不断挑战、不断前进”才是人生的真正法则，因为唯有不断在努力中前进，每个人都能收获更多，取得更多的成功。

军训心得格式篇二

在我们的大学生活中，军训也是必不可少的一部分。通过军训，我们不仅可以加强身体素质，还可以锤炼意志、增强纪律性。今天，我想与大家分享一下我的军训心得体会，希望能够对大家有所启示。

第二段：身体素质的提升

在军训过程中，每天的体能训练相信对于大多数人来说都是最辛苦的。但是，经过坚持不懈的锻炼，我的身体素质得到了显著的提升。在往返跑、仰卧起坐、引体向上等项目中，我的成绩也有了很大的改善。我想告诉大家，只要你坚持下去，就一定能收获健康的身体和更好的成绩。

第三段：意志品质的锤炼

在军训过程中，我最大的感受就是通过严格的纪律和规定，

我的意志得到了锻炼。无论是排队还是待命，在没有听到“解散”的指令前，我们必须始终保持军姿。这种长时间的高度集中的力量和精神需要自己一直强力自控和调和。在这个过程中，我明白了自我控制的重要性，也更加坚定了自己的意志。

第四段：团队合作的重要性

军训中的许多项目都需要团队合作才能完成。我们需要协作完成搬运道具、床铺摆放等任务，还需要在训练课程中同一寝室内互相协作帮助。在这个过程中，我也深刻认识到了团队合作的重要性。只有团队合作，才能够发挥更好的力量，并且相互之间的信任与帮助也是军训的重要课程之一。

第五段：结语

在我的军训过程中，我学到了很多很多。我也坚信，只要你用心去体验军训，你会收获更多的收获——每个人都会得到无法用语言表达的感悟。在这里，我想向我的教官以及和我在一起训练的同学们表达我最真诚的感谢，同时也鼓励大家，坚持不懈地参与军训，不仅仅是锻炼身体，也是锻炼自我。

军训心得格式篇三

在雄赳赳气昂昂的总阅兵结束后，我们这为期__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__名，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。

军训心得格式篇四

尊敬的部队首长，尊敬的各位领导，承训部队官兵，老师们，同学们：

大家好，西安思源学院20__级计信统1,2班学生为期15天的军训就要结束了，虽然时间有些短，但是却取得了显着的成绩，达到了预期的目标。

这次军训，由于部队教官严格要求，认真进行各项科目的训练；同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训学生都能积极的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和集体主义，以及革命英雄主义观念，培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学业和两年后的走向工作岗位无疑是十分有益的。

同学们，军训是每一位大学生在就学期间一门重要的必修课。这次军训的1000多名同学经过军训技能考核评比，均取得优异成绩。按照教育部和学校的有关规定，都将在军事科目的学习上获得相应的学分，并且颁发国家统一印制的高等学校“军事训练合格证书”。

十多天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带病带伤坚持训练，从不叫苦叫累。我营二班的郑

玉龙同学虽然在不久以前曾经因为在家乡打篮球的时候不慎将脚摔伤，但是他依旧坚持表示参加军训，再苦再累也不能耽误训练，用他自己的话说：“我不要做一个逃兵！”在训练中，他没有主动喊过一次报告或请求休息，每次都是忍住疼痛，坚持与大家一起训练，同学都看在眼里，佩服在心里。我班的雷宇同学平时给同学们表演节目，他训练刻苦、动作认真，每天一身汗，功夫不负有心人，他的表演受到教官的肯定同时，他还在业余时间热心为班集体为同学们服务。他说，军训不仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的友谊和集体荣誉感。

在同学们身上真正体现了当代大学生的崇高品质和奋发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了西安思源学院学生军训工作的新篇章。

这次军训得到了西安警官学院领导和教官以及学校参训教师的高度重视，在军训中对学生表现出极大的爱心和责任心，参训的教师从军训开始一直到现在始终没离开学校，没离开参训学生。一大批刚参加工作的青年教师，从接到参训工作的光荣使命，穿上威武的军装的那一刻起，就严格要求自己，时刻以一名准军人的标准规范自己，用自己的模范行动影响和带动参训学生，以昂然的斗志和饱满的精神投入到军训中去。我班带队教官谭瑞华，在带队期间由于伙食不谨慎而导致身体有些透支，但是他仍旧坚持和同学们一道战斗在第一条线。晚上还深入到学生当中，了解学生的困难和思想情况，发现问题及时采取措施解决，保证了军训计划和各项工作顺利地落实。在带队教师队伍中还有我们营的营长，自接受参训工作后，就兢兢业业全身心的投入到军训工作中，认真负责并以严于律己的精神给参训青年教师和参训学生树立了优秀的榜样。正是由于参训教师的积极工作，我们的军训工作得以顺利的完成。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保今年学生军训工作的顺利进行，校党委及时调整和充实了军训领导小组

成员，并且开展了多种形式的教育和宣传鼓动工作以及活跃的文体活动，在紧张的军训中，各营、连利用业余时间，开展了丰富多彩的文体活动，学校艺术团还对各校区作训教官和参训学生进行了演出慰问。

在整个军训中没有发生安全事故，这也是有赖于学校领导十分重视和十分关注的结果，通过我们全体参训教师和作训部队官兵的共同努力下，仔细操作，杜绝了各类事故的发生，从而保证了训练任务的圆满完成。

同学们，短短的两周军训今天就即将结束了，但是作为一名预备役军官的责任将落在每一个人身上。军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好的精神，好的作风，把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。

21天，短暂而又有意义的21天，已赶着匆匆的脚步，带着我们目送教官是的那一行行泪水远去了。这段军训的日子，是我们这一生都难以忘怀的日子，因为缘分将我们从五湖四海中捞出来聚到了一起，我们一起吃苦，一起欢笑，一起歌唱……我们从陌生到熟悉，从熟悉到朋友，同时我们在学习生活上的提高，在思想道德上的进步，也都是军训赋予我们的。

从军训的第一天起，一张张陌生的脸开始渐渐熟悉，我们也一天天地体验到了做一名合格的军人是多么的不容易。站军姿站到两脚发颤，全身酸软；走正步走到脚掌发麻，脖子抽筋。可是我们大家都坚持了下来，我们用意志力战胜了身体的伤痛。有的同学是第一次离开家，第一次自己独立生活，对他们来说，军训不仅是一次对生活的体验，更是对自己意志力的考验。军训当中，大家同学不怕苦、不怕累，发扬了吃苦耐劳、艰苦奋斗和互帮互助的优良传统。

(图片)我们同学不仅在白天认真坚持训练，晚上回寝之后，对于有些难度大的动作，继续训练，直到标准为止。还有在

拉练的时候，我们走路没有了平整的广场，吃饭没有了温馨的食堂，在野外就靠着自带的食物来补给身体，对于好多同学而言，这都是难得的体验，或许这一生也不会再有几回。野餐时，我们进行了愉快的拉歌活动，大家都把包里的食物和同学一起分享，一幕幕苦中作乐的情景。在途中，一些体力好的同学帮着其他同学背包，拿衣服；有同学身体弱，累了走不动了，我们就搀扶着并排走，最终，我们顺利成功地完成了拉练。军训中的这些，都构成了一幅幅值得纪念的记忆图片。

军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务：如何叠军被，如何使我们天天生活的寝室更加整洁、舒适。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，好的习惯能为日后的学习生活节约更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。

我们的军训之所以收获那么多，我们的胡教官功不可没，在训练中，对我们一直是实行铁的纪律，而在休息时，又和大家打成一片，我们是兵与官的关系，又是朋友关系，我们一起接受烈日的灼射，一起聊天，一起游戏，一起唱歌……从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大，他们拥有健壮的体魄，更有高尚的灵魂，他们有着铁一般的纪律，更有一颗乐于奉献的爱心，他们将自己的青春年华交给了祖国，担起的是保卫国家的重任。

军人身上有我们要学习的太多东西，他们是我们心目中最可爱的人！

特别的21天，让我们在科技广场的骄阳下考验了自己的意志，在汗水的洗礼下锻炼了自己的坚韧。军训所得已刻入了我们脑海，我们会带着它走过这辉煌的四年，我们会带着它一步一步攀上更高的山峰。

大学军训心得日记格式

军训心得格式篇五

军训是每个大学生必不可少的经历，它不仅是一次锻炼身体
的机会，更是一次历练心智的机遇。在军训中，我们不仅能够
收获到健康的体魄，更能够感悟到各种人生的道理。在结束
了为期两个月的军训之后，我不禁有很多感想和体会，在此
与大家分享。

【正文第一段】

军训锻炼了我的意志。很多人都会对不拘小节、随性所欲的
大学生进行诟病和嘲笑，但是，在军训的过程中，我发现，
即使是懒散的大学生也有可能变得非常刻苦。记得在参加军
训的最初几天，由于没有习惯早起，我迟到了，而军教导员
要求惩罚我为班级刷厕所一次，当时我的内心有一种坐井观
天般的自由主义想法，我觉得这样的惩罚有点可笑，但是，
后来，我发现，自己居然开始愿意去刷厕所，看起来再无聊
的事情也成了一种乐趣。这让我想起了伟大的雷锋同志所说
的一句话“做好每一件小事，事事都有态度，处处做得
好。”在军训中，每一件小事都是考验我们意志力的细节，
因此，军训锤炼了我们的意志力，让我们变得更加坚定从容。

【正文第二段】

军训增强了我的自信。在军训中，每个人都是平等的，没有
官高职大的人，也没有低人一等的人。这种平等让我感到特
别舒适，军训的头三天，我们接受军教官严格的训练，每天
都有集体训练和个人训练，想必大家都会有一些腰疼肌疼，
然而，我们都要忍着，咬牙挺过去，要知道我们只有短短
的两个月军训时间，这期间发生的所有事情都会在毕业时成
为我们美好回忆的一部分。在军训期间，我学会了自我鼓励，
自我调整。曾经有过一次的体能课上我的手臂受伤，但是，
我没有因此退缩，我在心里告诉自己“我一定能坚持下去”，
果然，我坚持了下去。由于多次的坚持，我的自信得到了很

大的提升。

【正文第三段】

军训培养了我的团队意识。我们在军训期间是由班级组成的一个小集体，这个集体中有不同职能不同能力的同学，因此，我们必须努力协调各个人的身体条件和个体能力，才能够保证整个集体的战斗力。在军训中，我们的团队意识越来越强，不仅在集体训练、体能训练和专项训练中表现出色，而且在日常生活中，我们表现得也越来越团结。我想这样的经历让我们珍惜集体，让我们在以后的人生中更多地关注整体利益，考虑别人的感受。

【结论段】

总的来说，军训期间是一段令人难忘的时光，在没有电子设备和网络的国度，我们重新学会了珍惜时间、感恩奋斗。在这里，我也要感谢班级里一直帮助我的各位小伙伴、军教官们和班级里的每一个人。我们团结一心，击闪着耀眼的光芒，向着更高的目标前进。希望在以后的生活、学习中，我们能够一直保持这样的状态，不断进步、不断创新！落款□XXX
(□作者名字)

军训心得格式篇六

军训是我大学生涯中最为难忘的一段经历。通过近一个月的艰苦训练，我深刻体会到了军训的重要性和意义。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，提高了自身素质，更学到了许多真知灼见和生活哲理。以下是我对军训心得的总结和思考。

首先，军训使我认识到了身体的重要性。在军训期间，我们每天进行各种体能训练，不论是烈日下的晨跑还是高强度的操练，都考验着我们的耐力和毅力。通过这些训练，我明白了只有身体强健才能更好地应对各种挑战。而且，一个健康

的身体是实现自己理想和目标的基础。因此，军训让我意识到要时刻关注自己的健康，保持良好的生活习惯。

其次，军训培养了我与人相处的能力。在军训时，我们不仅是个体，更是一个团队。互相帮助、团结协作是取得最佳训练效果的不可或缺的条件。我与队友之间的交流和合作，让我明白了沟通的重要性。在解决问题的过程中，互相倾听和理解是必不可少的能力。而且，通过军训，我也意识到了集体利益高于个人利益，只有放弃个人的小利益才能达到整体的大利益。团队精神也需要我们在日常生活中时刻保持，这样才能取得更好的成绩。

再次，军训锤炼了我的意志力和忍耐力。军训中遇到的种种困难和不适让我明白了要面对困难时要坚持。尽管很多时候我们已经筋疲力尽，但即使再累再苦我也坚持不懈，因为只有这样才能坚持到最后。军训更是磨砺了我内心的坚强意志，让我学会逆境中求生存和求发展。在以后的学习和工作中，我也会时刻铭记军训经历，坚定自己的意志力和忍耐力。

最后，军训让我深刻认识到自己的不足和需要改进的地方。在军训的过程中，教官们严格的要求和批评使我深刻认识到自己在各方面的不足。例如，自控能力差、思维不够敏捷等等。通过这次军训心得，我意识到在以后的学习和工作中需要加强自我管理和自我要求，克服和改正自己的不足。只有通过不断进步，才能更好地适应社会的需求，实现自己的人生价值。

总之，军训是我大学生涯中一次宝贵的经历。通过军训，我不仅增强了自身的身体素质，培养了团队合作精神，锤炼了意志力和忍耐力，更深刻认识到了自身的不足。这段经历不仅让我发现了自己的潜能和能力，更让我懂得了自律和自强的重要性。这些心得和体会将会对我今后的学习和工作产生深远的影响。我相信通过这次军训的历练，我必将迎接更多的挑战，并不断前进。

军训心得格式篇七

公司组织了为期三天的集体军训，虽然时间短暂，训练的项目也很有限，但是在本次的军训生活中我收获良多。军训中说不可不累是不现实的也是不真实的。夏日酷暑，长时间的曝晒以及高强度的训练让我们汗流浹背。不过在不止一点上，我觉得教官是可爱的。且不说我们训练的强度比起真正的部队还差了很远，“日光浴”的时间也很有限，教官还多才多艺，经常给我们带来欢乐。怎奈何，天气太过炎热，增加了不少我们训练的辛苦。可我，还是感受到了军训的乐趣和意义，因为只有在这样的环境下才能真正磨砺我们的意志，提高综合素质，培养大局意识与团队精神，进而提高效率。并要求在训练面前不讲条件，不找借口，不怕吃苦，雷厉风行，令行禁止。看似简单的要求却在一次次的转体间，一次次的行进与停止间，一次次的集合与拉练间，使我清楚地认识到自身的差距与不足。但在精神力量的鼓舞与教官的鞭策下，为集体的声誉还是尽力做好每一个动作，完成每一个项目。看似短暂的军训，而它的意义之大，影响深远。

我记得军队里有这么一句话，“流血、流汗、不流泪，掉皮、掉肉、不掉队”。这句话无形中成了我的动力而铭记在心，始终激励着我，鼓舞着我。

军训的每一个动作，每一项内容，都让我深深地体会到团队的精神，合作的力量尤其重要。当然比赛只是手段会有输赢，可是在比赛的背后却隐藏着一股巨大的力量，一种团结的精神。就如歌里唱的那样：“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢。比铁还硬，比钢还强。”嘹亮的歌声直冲云霄，响彻整个演练场地。短暂的军训生活在豪情壮志的歌声中落下了帷幕，这必将永远激励着我的人生。

军训短暂而难以割舍，工作漫长而持之以恒，部队里的团结合作，顾全大局，坚忍不拔，吃苦耐劳，乐于奉献的精神都应该有意识或无意识地融入到现实的工作中去，从而提高工

作办事效率。只有这样，我们才能给自己的军训生活交上一份满意的答卷。我深信，它将使我受益终身，无论是在那个岗位上！

军训心得格式篇八

喧闹的城市踏入宁静的校园，为期__天的大一军训如火如荼地拉开了帷幕。

这几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻__经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。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。可我们只能在心中低声地叫一声累。

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

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。__时间或许太过短暂了，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与长处。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。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，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。

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，当我们队列经过一整天的训练，最终受到领导的表扬时，我自豪地笑了，当我们班一同唱歌时，我感受到集体的温暖。

__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。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么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！

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

军训心得格式篇九

八月二十三日，军训持续到第三天。

今天的天气仍然炎热，至今还没下过一场雷阵雨，我们的军训生活也还在继续。

早上，按照往常的，一起在训练场集合，等候着教官的到来。今天所不同的是，我们的班长自主整理了队伍，整齐地坐在地上等教官。

教官一来，我们马上起立，听候教官的指挥。头等大事当然是站军姿，六个排的队员一起站，又是一道美丽风景线。站军姿的过程就不必重复了，都是那种硬汉的样子。我们每个人都是硬汉，我们都很勇敢，坚持到最后！

站完军姿，就是接着复习、练习……我们想休息的时候，但是教官不允许，大家也没有办法。我们从昨天的影片中学来：第一是服从，第二是完全服从，第三是绝对服从！所以，我们只能服从命令！

今天的训练时间更长，场地也没有更改，看着阳光一步一步向我们靠近，我们也只能无动于衷，至死至终。虽然只是普通的操练，但也总能充满着热情，洋溢着喜悦，或许这就是炎热并快乐的日子吧！

今天半天都在阳光下“炙烤”，不过我们都坚持下来了，当听到解散的时候，那心情真是超级不错！半天，也就是这样开始和结束的。

下午，整理内务。

教官来宿舍检查，将我们的寝室一一检查过去，说了存在的缺陷，要我们整改，他可真细心啊！难道军人就出不得一点错误吗？我想真的是吧！

然后，他又来亲自教我们叠被子，那阵势真是厉害，随便怎样的被子都能变成方方正正的，敬佩！本来说要我们学着叠，但都不舍得将他的弄乱，就摆放在那里当模型了。

时间流逝，半天也就照样过去！晚上，我们继续加油！

来到晚上了，站军姿是首件事。然而在站军姿过后，出现了让我们喜悦的事。

我们排好队列，看着我们的教官练习，那个叫整齐也叫铿锵有力啊！他们真不愧为铁骨铮铮的军人，热烈鼓掌声响彻师院上空。

接着的便来了个有影响力的，二连的连长来教训了我们一通，也说对了啦，我们都做不来有什么资格笑别人。他又用军人纪律教育了我们一番，我们只能听从命令。

接下来又是队列训练了一段时间，起步走，一直训练着。等着训练结束，我们呢，又是席地而歌了。

今天，他竟然让我们一列列的唱了，真有新花招！不过我们照旧唱得激情昂扬，让我们仍很兴奋，感觉先前的训练都不为足道。

最后，我们唱歌累的时候，他来和我们说了该如何拉歌，听得我们更加激动了！真想立刻去拉歌，可是时间有限，只能等到明天了。希望我们明天的拉歌取得巨大胜利！

军训心得格式篇十

八月二十二日，军训第二天，炎热。

早上七点钟集合，每人领了一罐水记上标签，摆放得整齐在场地地上，连水都站军姿了。

等教官来，意料之中的，第一件事就是站军姿。

那时，我们在阴凉处，有几个班就是在太阳底下的，还好，我们教官算仁慈，没让大家去太阳底下。一段时间的军姿站完后，脚是酸痛得要命了，这也太痛苦了，好像当中有人吃

不消了，还好我拼命坚持下来了，不然真的很抱歉。

接着复习了一些动作，又教了跨立和敬礼两大动作，和昨天不同的是，我们晒了好一会儿的太阳。

晒完太阳后，又回到昨天的阵地，坐下休息，接着训练，类似这样，持续到十点钟的时候，咱教官竟然去拿了歌词来教我们唱昨天他遗留的军歌《军号嘹亮》。

这是一件可喜的事，一遍又一遍的跟唱，一遍又一遍的合唱，我们学会了这首歌。半天的军训时间也伴随着《军号嘹亮》而结束！

下午的日子，听起来是不错——在空调房里看电影，可是亲自去了才会知道，看电影并不是一件很轻松的事。

两个排选了一部军训电影《冲出亚马逊》，这部电影，我从小就开始看了，而且几乎每年都有看，也就少了点兴趣。

不过剧情还是次要的，最主要是坐姿。有教官在，就会让我们有军人的纪律。他说女孩子要文雅，要有端正的身形……我们呢？坐在那里就累死了，坐军姿看电影，真有点吃不消。

于是，就和教官打起了“游击战”，他走了就稍微放松一点，他来了就立马坐正来，这样一直维持到影片结束。唉，终于解放了！

紧接着就是我们去参观教官的宿舍了。他要我们排着整齐的队伍去，时刻牢记军人的纪律，他真是一名优秀的军人。

来到他的寝室，我们就看到了豆腐块似的被子，让人心生羡慕啊，想想我们何时能叠出这样的被子！

整齐的床铺让我惭愧，我的床铺可是有很乱很乱的时候，而

且是一个女孩子，怎么会这么懒？他们当军人的，也真不容易。

而后，他就拿出被子，开始叠了，我摄像了一段，竟然要两分多钟，那我们这些不会叠的人要几分钟啊？平常叠被子几秒钟就好了，而这个竟要这么长，真是难为人啊！

离开了教官的宿舍，我们半天的军事理论教育就完成了，等待着晚上的叠被子练习。

到了晚上，我拿着席子往训练场赶，看到别人也有带被子，想着这任务应该不会取消。但是，世事难料，到后来活动就被取消了，害我白白地带了被子。

晚上的练习和前一天都一样，先站半小时军姿，这是最痛苦的。然后就是复习所学动作，来回地练习，争取得到步调一致。

几段如常的练习过后，我们坐在地上休息，唱起了歌。《团结就是力量》、《咱当兵的人》等等，我们跟着教官唱，也常常爆笑，真是很好玩。其他排的队员，也开始唱歌了，校园里响着一阵阵嘹亮、浑厚的军歌声。

湖州师范的夏夜，因有了歌声而不炎热！

一天军训，再一次在歌声中结束！

军训心得格式篇十一

第一段：引入介绍军训的目的和意义

军训是指为了提高学生的纪律性、团队协作能力和身体素质等而进行的一种体验式教育活动。军训旨在培养学生的爱国主义精神，强化他们的纪律观念和责任意识。在这个过程中，学生们接受严格的训练，锻炼自己的意志力和坚韧性，使身

心得到了全面的锻炼和提升。下面，我将分享我在军训中的体会和收获。

第二段：军训中的困难与挑战

军训过程中，我经历了许多困难和挑战。首先是体能训练，我们每天早晨都要进行长时间的晨跑，而且晨跑的难度逐渐递增，让我们被迫超越自己的极限。其次是训练项目，我们学习了军事动作、军体拳等，这些项目的动作要求严格，需要时间和精力投入来不断练习和完善。最后是军事知识的学习，我们要了解各种武器装备的基本知识，这对于平日对军事一无所知的我们来说是一项巨大的挑战。

第三段：从军训中获得的成长与收获

虽然军训过程中充满了困难和挑战，但它也给我带来了许多成长和收获。首先是意志力的提升。军训要求我们保持积极向上的精神状态，面对困难要坚持不懈，这使得我变得更加坚强和坚定。其次是团队协作能力的提高。在军训中，我们要与队友密切合作，相互帮助，这培养了我们的团队合作意识和配合能力。最后是纪律观念和责任意识的加强。军训要求我们按时起床、保持整齐划一的仪容仪表等，这培养了我们的自律能力和责任感。

第四段：军训体会对我日后的影响

军训不仅是锻炼身体的机会，更是培养良好行为习惯和品质的机会。这些在军训中形成的好习惯和素质将对我日后的学习和生活产生积极的影响。在学习方面，我将更加专注和坚持，不断超越自己，提升自己的学术水平；在生活方面，我将保持良好的生活习惯和健康的生活方式，更好地照顾自己和他人。

第五段：总结

通过军训，我不仅提高了自己的身体素质和意志力，更锻炼了自我约束的能力和团队合作精神。军训不仅将军事教育融入到课堂之外，更带给我们宝贵的人生经验和成长机会。我将永远铭记这段军训经历，并将其融入到今后的学习和生活中，为自己的未来发展打下坚实的基础。

军训心得格式篇十二

军训让我收获颇丰，时光匆匆，一周的军训如同一场刻骨铭心的磨炼。在这段时间里，我体验到了军人的严格要求、团队合作的重要性以及坚持不懈的精神，收获了很多宝贵的体会。

首先，军训让我深刻地感受到了军人的严格要求。军营的纪律严明，每天早晨的整理床铺、统一着装、整齐列队，都要做到毫无瑕疵。训练时的规定动作、严格的口令，更需要我们严格遵守。每一次出错都会受到教官的批评和训斥，这使我认识到了自己在训练上的不足之处，也让我意识到了军人要求的高标准，这对我以后的学习和工作都有很大的启发。

其次，军训强调团队合作的重要性。在军训中，每个人都有自己的分工和责任，只有所有人团结一心、共同努力，我们才能完成训练任务。例如，在操场上进行长时间集中训练时，需要彼此默契配合，互相支持鼓励。这样的团队合作让我明白了一个人的力量是有限的，只有与他人紧密合作，才能取得更好的成绩。这不仅在军训中 useful，也将对我未来的学习和工作产生积极的影响。

再次，军训锤炼了我的坚持不懈的精神。军训期间的早晨，常常是行军打卡响起的最初时刻，也是最寒冷的时刻。天还没亮，我们就得起床整理被褥，做基本的卫生，准备好早饭和自己的行装。而且，即使在遇到突发情况和严寒的雨雪天气，我们也要坚持完成任务。在这些艰苦的训练中，我学会了坚持不懈、不轻易放弃的品质。这将对我的未来产生长期

影响，使我有信心面对困难和失败，不断提高自己，追求更高的目标。

此外，军训也加深了我对军人的敬意和对国家的热爱。军人的训练任务非常艰辛，每天都要进行长时间的体力训练、枪械操作等。而我们只是进行了一周的军训，就已经感到了辛苦。军人们为了国家和人民的安全，付出着更多的努力和牺牲，这让我深深敬佩。同时，军训也加深了我对祖国的热爱，使我明白了保家卫国的责任和使命，让我更加珍惜和热爱我们的祖国。

总之，军训是一次宝贵的经历，它让我感受到了军人的严格要求、团队合作的重要性、坚持不懈的精神以及对军人和国家的敬意和热爱。这段时间的磨炼不仅让我成长了许多，也让我明白了做一个优秀的人需要付出艰辛的努力和利用团队的力量。相信这些经历和体会将对我今后的学习和工作产生积极的影响。