

# 最新军训活动个人心得体会 高中个人军训心得体会(汇总20篇)

通过写学习心得可以提高对所学内容的理解和掌握。以下是一些读书心得样例，它们涵盖了不同类型和题材的书籍，希望能给大家带来一些新的思考。

## 军训活动个人心得体会篇一

高中个人军训是学校为加强学生体魄、培养毅力和习惯集体生活而进行的一项重要教育活动。通常在开学前一个月左右进行，持续3至4周时间。军训期间，学生须按规定时间到达训练场地，进行各种体能训练和军事基础训练。目的是通过体能锻炼和军事训练，提高学生的身体素质和心理素质，培养学生团结协作精神和自我管理能力。

### 第二段：体能锻炼的重要意义

军训期间，体能锻炼是一个不可避免的环节。通过晨跑、短跑、俯卧撑、仰卧起坐等方式进行锻炼，可以有效增强身体素质，提高心肺功能和耐力。而这些对平时的学习和生活非常重要。在学习上，良好的体能可以增强学生的精力和专注力，让学生更加积极主动地面对学习任务。在生活上，体能好的学生可以更好地保护自己，预防疾病，提高生活质量。

### 第三段：军事训练的影响

吃苦耐劳、自我管理、团队合作等是每个人都需要具备的素质。在军事训练中，学生需要很好地掌握这些素质，才能完成任务。而培养这些素质，对于学生的将来也有着可观的推动作用。对于学生自己而言，这些素质将成为其人生发展的坚实基础。另外，团队合作、集体荣誉感等精神将潜移默化地影响学生的社会行为，使其更能适应现代社会的发展和长

期的竞争。

#### 第四段：军训过程中的心理变化

军训过程中，由于训练内容相对紧张、训练环境相对单一，因此会影响到每个学生的心理状态。一开始，许多学生会觉得艰难，甚至有些学生会想要放弃。但是经过教官们的耐心引导和同学们的互相鼓励，学生们逐渐适应了军训的节奏，并得到了满足和成长。这种体验，不仅能够让学生更加了解自己，同时也能在今后面对社会的挑战时有更为坚定的勇气和决心。

#### 第五段：结语

总之，高中个人军训是一个非常重要的教育环节。通过体能锻炼和军事训练，学生们也可以在各方面得到实践锻炼和提高。而这些提高，将会有力地推动学生自身的未来发展。在这个过程中，每个学生都能够体验到军训的精神和意义，吸取其中的精华，取长补短，努力成为更加优秀的人。

## 军训活动个人心得体会篇二

在人生的道路上，有许多令人难忘的经历。而在高中时光中的一段时间里，我有幸参加了一场军训。这不仅让我深刻认识到自己的不足，更锻炼了我的毅力和坚韧不拔的意志。今天，我想与大家分享一下我在这场军训中所体会到的心得和感悟。

#### 第二段：提高自我素质

在这次军训中，最大的体会便是个人素质的提高。军训时每天的起床、晨跑、政治课、军事课、整理宿舍等等，都让我更加规律的生活习惯。此外，每次长跑、集体战术演练、消防演练等都挑战着我的身体极限。虽然有时会疲惫不堪，但

我仍然相信：每一次的艰难付出，都会换来更大的收获和成长！

### 第三段：增进团队合作

除了个人素质的提高，这次军训还进一步增进了我的团队精神。在举行小组活动时，每个人都有自己的不同想法和意见。这让我们经历了一些分歧与摩擦。但是，通过相互尊重、互相理解和协商，我们最终制定出了完美的方案。这个期间，我更加意识到团队合作的重要性。有了他人的帮助与支持，我们才能更好的完成共同的目标。

### 第四段：锤炼坚韧不拔的意志

心灵有多坚强，才能走多久的路。在这次军训中，最让我感受到的便是“再累也要坚持下去”的坚韧。漫长的训练让人体力透支，但是只要我们不放弃、坚韧不拔，就能走到最后。这样的坚韧不拔的意志，不仅在军训中 useful，在以后的生活中也必不可少。而且只有通过深入的体验和实践，才能真正的将其内化于心，从而理解到“坚持不懈”的关键意义。

### 第五段：总结

在这次军训中，我有许多收获。最大的体会是在痛苦中锻炼、在努力中成长。当我回首自己的成功时，我会更知道需要自己付出的代价是什么。在未来的道路上，我会更加坚定、勤奋、富有礼貌并充满青春朝气。因为我相信：只要你愿意努力，你一定会有一个强大而又充满色彩的未来！

## 军训活动个人心得体会篇三

光阴似箭，岁月如梭。这话说得真不错。五天时间转瞬即逝，记忆仿佛还停留在18号那天。我们怀着对军训的期待，对新环境的憧憬来到攸县一中。

烈日炎炎，耳边充斥着聒噪的蝉鸣，我们在操场上站着较为标准的军姿，大粒的汗珠从额上滑落。这是我们这几日军训的常态。“累”与“热”似乎也成为了军训的代名词。但，所幸的是，我们有一位可爱的教官。“立正！稍息！立正！换右脚！”每当我们站了一段时间军姿后，他就会用这种方式来让我们放松。他还特别喜欢带着我们唱军歌，据说，还总是因此被批评。李教，您总说自己唱歌跑调，不过，我觉得您唱得特别好听。

李教对我们比较温柔，但是，总教官就确如想象中那般严厉了。刚开始训练，他就给了我们一个下马威。那恐怕是我人生中最痛苦的一次蹲下了，即使总教官称之为休息。但随着时间的推移，我慢慢发现他对我们要求严格，也是认为我们能做得更好。正如他所说的那样，“我不喜欢挑刺，批评你们只能说明还不够好。”

这次军训使我懂得了许多。处于集体中的我们要有团队意识。目标或是口号要落实到行动上，不要做口头上的巨人。还有李教使我明白学习或是工作都应劳逸结合。总教官也教会我遇到批评、指责，先从自身找原因。

朋友昨天忽然对我说：“我有点儿希望军训能继续下去。”我不解地看着她。她接着说道：“虽然军训确实又苦又累，但是，比起这些，我更不能接受的是匆匆的相聚与别离。”

我能够理解她的不舍，但我觉得我们的人生就像一次旅行。在前往目的地的路上，与一些人相遇，与有的人告别。但无论怎样，他们都会在我们生命中留下美好的回忆，使我们成长。而我们应该学会珍惜每一段时光，同时，感恩那些令我们变得更好的人。感恩，高于怀念。

感恩教官的悉心教导，怀念这段有苦有乐的军训时光。

## 军训活动个人心得体会篇四

炎炎的夏日在我心上种下了一颗炙热的种子。终于，我怀揣着一个青春的梦，手捧着一颗充满热情挑战的心开始了我的军训之旅。骄阳似火，迷彩如歌。

此刻坐在火红枫叶的窗前迎面吹来飒爽的秋风，脑海里却清晰的浮现出军训那一幕幕难忘的场景，那些深切的感动一次次在心湖中荡漾，滋生出难以割舍的情愫。

一直以来，我对军训都是充满热切期待和挑战征服的，即使是如此明确的知道它是艰苦磨人的。我崇尚军纪，崇拜军人，视军队为神圣，更追崇那种坚毅的精神品质，一种象征深深烙印在心里，刻骨铭心。

军训一开始便展现了它的强势。严明的纪律，苛刻的要求让我们都感到吃力。酷热骄阳下一身纹丝不动的绿色迷彩。站累了不能动，走痛了不能停，任何时候都要保持一个真正的军人风范。记忆犹新的最开始的军姿，看着那些一个个倒下的身影，感受着汗水流过背脊的难耐，我只是在心里不停的重复一句话：“坚持到下一刻就好！”看着自己一天暴晒就变得黝黑的皮肤，看着周围一脸苦状的同学和身边不断传来的抱怨的言语，我忽然觉得军训给我们的必将是一次刻骨铭心的记忆，一场有苦有泪的洗礼。我们可以喊苦喊累，可以流汗流泪，我们却不可以放弃，决不可以的放弃。突然想到我们排，我们连的所以女兵，从开始到结束，我们没有一个倒下，没有一个喊停。顶着烈日，戴着军帽，我们坚持到了最后。在那结束的那一刻，我们都感觉自己不仅收获了这场军训，我们还收获了整个的夏日和我们狂盛的青春。

站在骄阳下的，又何止始终坚持的我们，我们永远不会忘记走在前面带领我们，站在身后支持我们的教官们。每天下楼集合，他们已经着装整齐的站在那儿等着我们；每天结束训练，他们务必要把我们送到宿舍楼下才会离开；而在烈日炎炎下，

他们同样拖着疲惫的身躯一遍一遍演示动作，一次又一次纠正我们；豆大的汗珠同样肆无忌惮地从他们脸颊滑落，最后没入地下不见。而钢铁般的他们依旧用嘶哑的嗓子喊出嘹亮的口号，铿锵有力。一种由心底油然而生的崇敬在训练场地上生出共鸣，最后汇聚成我们一声声铁硬钢强般的口号，声势浩大。犹记得那个在艳阳下朝我们微笑的腼腆的教官，他总会很不好意思的听我们夸他的帅气英俊，下一刻又会突然严肃的对我们说：“整队集合”、“保持安静，调整军姿！”而集合休息的时间，我们可爱、帅气的教官便会出场教大家唱那些曾在寂寞冷夜温暖过他们无数次的军旅之歌，阳刚的声音中透着缓缓柔情。时而豪气冲天，战气飞扬，时而柔情似水，温情款款，这是一个军人的心声，我们内心感动不已。军训为我们带来一次有缘的相遇，二十几天的朝夕相处让我们相知，我们似师生，我们又似朋友，这情谊绝不会随分别相离而淡忘，而是历久珍藏，愈发香醇。

军训中说起最难忘的，不得不提起我们的第一次拉练，也将是最后一次拉练吧。那半日的旅程像一次人生旅程的缩写，充满苦乐，充满新的体验，充满坚持与执着。背着一路旅途所需和一颗雀跃的心启程。盘旋的山路看不到尽头，却能看到同伴们坚持的意志，教官脸上和煦的微笑以及路途中那偶遇的怡人风景。我们忘记自己走了多久，也没有计算接下来还有多久，只是彼此扶持，彼此鼓励，彼此沉醉旅途的一切。看得见的是烈日下那一张张淌这汗滴的笑脸，看不见的是大家那一颗颗不谋而合的执着的心。当我们拖着疲惫的身体，踏着疼痛麻木的脚步重新回到训练场地，突然觉得我们不仅是跨越了一座高山，而是跨越了一个自己。现在想起来，对当时的我们，那些一个个张扬个性，青春飞扬的我们充满了佩服。而那些装满坚持与执着的我们和充满耐心与爱心的教官们一起在这座大山上写下了谁也无法磨灭的足迹，永久保存。

在这个激情的七月，我们绿色的迷彩是如此鲜艳张扬。回看那二十几天，军训不仅仅是一种经历与记忆，它在我们年轻

的心里留下了不可磨灭的烙印。在教官的言传身教下，无论是骄阳烈日，还是风雨飘摇，整齐矫健的身影，嘹亮高亢的口号成为我们永久的标志，在汗流浹背中锤炼的坚强意志会一直留在我们生命中，伴随我们克服一个个难关。于我而言，这一份难以言表的经历和感受，已经超越了它本身的目的与意义，我想在将来的日子里，它会不断自发的跳出来，给我前进的动力，给我生命的力量和支撑，支撑着我在风雨中始终屹立不倒。

最终，二十多天的军训迎来了华丽的尾声，回想那结局前的高潮，我想这不仅是在检验这二十天的成果，也是为我们即将离开的付出辛劳心力的教官们送上的一份最完美的践行礼吧。整齐的绿色方队昂首迈步，施展军威的军体拳尽显男儿本色，还有巾帼不让的我们女兵用手用心的一场手语操礼赞。那雷鸣的掌声让我们心生无憾，充满感动。二十天的艰辛在这一刻得到完美升华，那种难以言喻的感情充斥全身，却又在大家眼中不言而喻。这不是结局，我们的故事仍在继续。

操场上那嘹亮的歌声，高亢的口号声，那一阵阵爽朗的欢笑声依然在我耳边回荡，走过那刻印着我们脚印的训练场，那些隐藏在草地永远无法磨灭的足迹，记载着我们的辛酸，我们的欢乐，我们生命的财富，在风雨里轻轻述说着这个独一无二的夏天里属于我们青春的故事。

## 军训活动个人心得体会篇五

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严。多少娇弱的女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景。我骄傲我是其中的一员。

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头；跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤。我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们牢记“流汗流血不流泪”。

蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害集体受罚。军训中我们懂得团结，我们铭记“团结就是力量”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏。军训中我们学会坚持，我们深信“坚持就是胜利”。

“寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”同学们唱着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训。军训中，我们正在长大。

军训是艰苦的，我们是快乐的。

## 军训活动个人心得体会篇六

第一段：介绍军训的背景和重要性（200字）

军训作为大学生生活中的一项重要活动，旨在培养学生的集体意识、纪律观念和责任感。每年军训期间，学生们脱离了舒适的校园环境，投入到了严格的军事训练中。这不仅可以提高他们的身体素质，更重要的是塑造他们积极向上的品质和坚韧不拔的意志，为他们未来的人生道路奠定了坚实的基础。

第二段：描述个人参加军训的具体经历和收获（300字）

在军训期间，我充分感受到了严格的纪律和集体的力量。每天早晨我们早早起床，立正整齐地排好队伍，迈着整齐划一的步伐，开始了一天的训练。我学会了服从命令、按时完成任务，并且养成了良好的作息习惯。在军训期间，我还参加了一系列激烈的体能训练，包括长跑、俯卧撑等。这些训练不仅增强了我的体力，也让我意识到自己的潜力和坚持不懈的重要性。



### 第三段：展示个人在军训中的优秀表现和突破（300字）

在军训中，我努力做到最好，不断突破自己的极限。严格要求自己的纪律，我积极参与集体活动，与队友紧密合作，完成各种任务。同时，我也克服了许多困难，比如与枯燥的军事理论、艰苦的户外操练等。通过这些经历，我深刻理解到团结合作、不畏艰难的重要性，这些品质也将成为我未来的宝贵财富。

### 第四段：总结军训的意义和对个人的影响（200字）

参加军训不仅培养了我的意志，锻炼了我的体魄，更重要的是，让我明白了团结合作、严守纪律的重要性。在军训期间，我不仅和队友们建立了深厚的友谊，还锻炼了自己的领导能力和团队合作精神。这些经历对我个人的成长和发展都起到了积极的推动作用，我相信这些宝贵的经历将会在我未来的工作和生活中派上用场。

### 第五段：展望未来的发展和个人成长（200字）

通过参加军训，我不仅获得了身体上的锻炼，更重要的是锤炼了意志和品质。我将永远记住这段特殊的经历，并将其内化为自己一生坚持不懈的力量。我相信，将来无论面临什么样的困难和挑战，我都能坚持下去并取得成功。军训不仅仅是一种经历，更是一种经验，一种对未来的启迪，我将用这份特殊的经历走向更加辉煌的未来。

以上就是关于“军训优秀个人心得体会范文”的五段式文章，希望能对你有所帮助。

## 军训活动个人心得体会篇七

随着新时代的到来，军训已经成为大学生生活中不可或缺的一部分。军训是大学生入学后的第一次集体活动，对于新生来

说是一次相当重要的经历。通过军训，我们感受到了纪律、团结和坚韧的力量。作为一名参与军训的新生，我深刻体会到了军训给我带来的成长与收获。

首先，军训培养了我严格遵守纪律的能力。军训生活严格要求我们按时按点完成各项任务，不允许无故迟到、早退，更不允许懈怠和逃避。在我以往的生活中，我常常因为满足自己的个人需求而忽视了纪律，现在军训让我深刻地认识到，严格遵守纪律是一种责任，是一种品质。只有通过遵守纪律，我们才能让自己的行为符合组织的要求，更好地融入团队。

其次，军训增强了我与他人的沟通与合作能力。军训是一个集体活动，要求我们配合其他队员完成各项任务。在与队友们相处的过程中，我学会了倾听、尊重和合作。在训练的过程中，我们要通过口令协调行动，而在操场上练习时，我们则需要相互帮助才能完成各项动作。通过这样的合作，我发现集体的力量是无穷的，只有团队中每个人都充分发挥自己的潜力，才能取得更好的成绩。

第三，军训让我明白了困难与坚持的重要性。军训是一项极为辛苦的训练，早起、长时间的体能训练、高强度的操练都考验着我们的意志力。每当我感到疲惫力竭的时候，我告诫自己坚持下去，因为成功就在不远处。通过坚持不懈的努力，我最终超越了自己的极限，也体验到了付出努力后的成功与喜悦。军训给了我一个宝贵的教训，即只要坚持不懈地努力，就一定能够战胜困难，取得成功。

第四，军训让我培养了对集体荣誉的珍视。在军训中，我们不仅代表着自己，还代表着学校、班级和父母。一切的努力都是为了争取更好的成绩，为了给我们的集体增光添彩。在这个过程中，我逐渐明白了个人的成绩与集体的荣誉密不可分，只有每个人都为了集体荣誉而努力，才能使整个团队变得更加强大和光荣。

最后，军训激发了我爱国情感。军训期间，我们参观了革命烈士陵园，并且参加了升国旗仪式。这些活动让我对祖国的历史和英雄们的牺牲有了更加深刻的认识。我深深地感受到，作为新时代的大学生，我们应该有责任和义务去继承和发扬这份爱国精神，在自己的岗位上为祖国繁荣富强贡献自己的力量。

总之，军训是一次难忘的经历，它不仅培养了我们严格遵守纪律的能力，增强了与他人的沟通与合作能力，也让我们明白了困难与坚持的重要性，以及集体荣誉和爱国情感的珍贵。通过这次军训，我不但锻炼了身体，还获得了很多宝贵的心得体会，这将对我未来的学习和生活产生积极的影响。希望每位参与军训的同学都能珍惜这次机会，汲取更多的成长和收获。

## 军训活动个人心得体会篇八

军训是高中生活中不可避免的一部分，通过军训的锻炼，不仅可以增强身体素质，也可以提高学生们的纪律性和团队合作能力。在这个过程中，有些同学能够表现出色，成为优秀个人。今天，我想分享我在军训中的一些心得体会，希望能够给大家带来一些启发和帮助。

### 第二段：坚持与付出是成为优秀个人的前提

在我的军训班级中，有一位同学表现非常优秀，他的动作规范且稳健，始终保持着军人的端庄和刻苦训练的精神。我问他有何秘诀，他就告诉我，其实训练并没有什么神奇的方法，只是坚持了日复一日，付出了比别人更多，这才有了今天的成就。因此，我们也必须认识到，成为优秀个人的前提是坚持和付出，只有每天都有所进步，才能在训练中获得更大的提升。

### 第三段：沉着冷静是优秀个人的重要品质

在训练中，有时会遇到一些紧急情况，如误入火场、迷路等，此时我们需要展现出沉着冷静的品质。在我的军训经历中，有一个同学被假想的“毒气”所“伤”，他并没有慌乱，而是迅速地采取了正确的应对措施，并且耐心的安慰身边的同学。这种品质不仅在训练中十分重要，在我们日常生活中也能体现出来。

#### 第四段：团结协作是完成任务的关键

在军训中，每个人都有各自的任务，但这并不意味着个人能力就足以完成所有任务。团结协作是完成任务的关键。在我的训练班级中，我们有一次进行了搬运训练，每个人都是在同一竿上爬，同样是在同一竿上下落，必须协作，保持平衡，才能够完成任务。这体现出我们每个人都要在紧要关头时，给予团队支持和合作以求成功。

#### 第五段：成为优秀个人不仅限于对训练的表现

虽然更快、更高、更强是奥林匹克精神的魂魄，但是成为优秀个人不仅限于对训练的表现，我们在训练之外的小细节，如追忆、上课认真等都可展现自己优秀的素质。在我的军训班级中，就有一位同学除了在训练时表现出色之外，她还积极地参与班级各项活动，听取老师讲的课程更是认真地做笔记，这种细致入微的精神，更是值得我们学习和积累。

总结：军训不仅是一次锻炼身体的机会，也是一次塑造品质的过程。希望在未来的拼搏中，大家都能保持军训时的认真态度，并且在各个方面都成为优秀的个人。

### 军训活动个人心得体会篇九

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

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，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，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。

无论是在生活中还是在学习中我们都会有自己的心得体会，把自己在一段时间内做的事总结一下，内化成自己的经验是在工作和学习中很重要的事情。

轻轻的，高中生活过去了，不留一丝痕迹，只留下惆怅的我憧憬着神秘的大学生活。

云中谁寄锦书来？精美的入学通知书姗姗来迟，带着我盼望已

久的通知书和我对大学的憧憬静静地跨入了这个美丽的校园，大学生生活正紧锣密鼓地进行着，而军训正是这美妙生活的序幕，15号军训悄悄地拉开了帷幕。

军训让人痛苦，立正、稍息、跨立整得我们这些温室中的花朵苦不堪言，尤其是站军姿，它真的让人欢喜让人忧，腿绷得老直，教官仍在一边叫嚣：“有的同学又在偷懒，拿出点毅力！”没办法，大家只好抛下十二分的不愿，挺直双腿任他雨打风吹皆不弯，大腿好痛，手臂手酸！

军训让人坚强，李阳曾说过“pain past is pleasure(咬牙冲过去的痛苦就是快乐)”，是的，困难其实并不可怕，敢咬牙克服困难的才是真的英雄，只有面对任何痛苦都能一笑置之，才是真的快乐之人。绿色军营令多少华夏青年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦？是军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择！

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

七天的军训生活过去闻，我终于彻底明白谁是最可爱的人，是我们的兵，是军人，是他们用手用肩膀扛起了中国，他们是我们的骄傲，是最可爱的人！

## 军训活动个人心得体会篇十

如果说初中生活是一本丰富多彩的`画册，那么军训无疑是这本画册的精美封面。一转眼，六天如火如荼的军训时光结束了，我也颇有感触。

照照镜子，我并不难发现自己的皮肤变黑了，甚至晒伤了，但是我得到的远比失去的多，我收获了一笔宝贵的精神财富。

在这短暂的六天中，我尽情地磨练自己，挑战自己，严格要求自己。

每天我在火辣辣的骄阳下，挥洒汗水。每天早晨安排的跑圈对于缺乏运动的我来说，简直令人发愁，但是我从不逃避，每天调整好心态去面对，我发现我咬咬牙，就做到了。每天的日常训练更是高难度、高强度，但是我保持着一份责任感在完成一个又一个的不可能。即使病了，我也丝毫不懈怠，咬紧牙关继续训练会让我有一种成就感。我的身体素质也在不断提高中。

军训给我的改变更侧重于心理的变化，我从一开始极度想家，到后来觉得学校也是个温馨的大家庭，这一切源于老师、教官、宿管阿姨对我的关爱和谆谆教导。

军训是很苦但我很快乐。烈烈炎日下，操场上的同学们身穿迷彩服，站着挺拔的军姿，排着整齐的方阵，走着整齐的步伐，喊着嘹亮的口号，在整个操场上形成了一道靓丽的风景线，为校园增添了无限活力。

俗话说“军训一阵子，受益一辈子”，六天的军训生活给了我思想上很大的触动，让我懂得了如何克服困难、如何与同学互帮互助，如何更好的开始我初次离开父母后独立的学习和生活，在今后的学习生活中，我将积极发扬军训中那种不畏困难，吃苦耐劳的精神，克服想家的思想障碍，用积极向

上的心态翻开我人生画册的每一页。

## 军训活动个人心得体会篇十一

### 第一段：引言（200字）

军训是一种特殊的训练形式，它不仅锻炼了我们的体魄，培养了我们的纪律意识，还锻炼了我们的意志品质。在这次军训中，我深刻感受到了“铁的纪律、铁的队伍、铁的意志”的力量。通过这次军训，我学到了许多宝贵的东西，下面我将就军训中的一些心得体会向大家分享。

### 第二段：纪律意识的培养（200字）

在军训中，最重要的一点就是培养纪律意识。作为一个个体，要服从整体，服从组织的安排。只有在执行任务和服从指挥的过程中，才能体会到纪律的重要性。纪律是团结的纽带，只有有纪律，我们才能形成强大的力量，才能更好地完成任务。在军训中，我们每天早晨的起床、集结、训练、吃饭等，都需要按时按点完成。通过严格的纪律要求，我养成了准时觉醒的习惯，更加明白了纪律对于个人和集体的重要性。

### 第三段：合作意识的培养（200字）

军训之所以被称为“铁的队伍”，是因为在军训中，我们学会了合作。团队合作意识的培养不仅仅体现在集体训练中，更体现在生活方方面面。在集体活动中，我们相互之间互帮互助、共同进步，体现了集体的力量。在军训生活中，我们还学会了分工合作、互相配合，这让我深刻认识到了“一个人的力量是有限的，一个团队的力量是无穷的”。

### 第四段：意志品质的锤炼（200字）

军训中的艰苦训练，严酷环境，锤炼了我的意志品质。训练



内容的枯燥乏味，时间的紧张，体能的透支，都考验着我们的毅力和坚持不懈。在面对困难和挫折时，我学会了坚持，没有轻易放弃。通过不断坚持和努力，我逐渐克服了困难，提高了自己的身体素质。在这个过程中，我也明白了付出必有回报的道理，只要坚持，就一定能够达到目标。

### 第五段：反思与收获（200字）

通过这次军训，我收获了很多，也有值得反思的地方。首先，我认识到了自身的不足之处，比如体能需要进一步提高，纪律意识需要更加严谨。其次，在与其他同学的交流中，我学到了许多宝贵的经验和技巧，这对于我个人的成长是非常有帮助的。最后，通过军训，我重新审视了自己的职业选择。军训让我对军队这个专业更加感兴趣，我决定未来要加入军队，为国家服务。

### 总结：

通过这次军训，我明白了纪律的重要性，体会到了合作的力量，锤炼了意志品质，明确了自己的职业选择。军训给予我很多，也让我付出了很多，但这些都是值得的。我相信，这次军训经历将会一直陪伴着我，给我带来更多的收获和启示。

## 军训活动个人心得体会篇十二

踏入绚丽多彩的初中校园，迎来的是崭新的一切，我们也迎来了军训！

我从没体验过军训，听同学们说很苦很累。我天真的想：军训有什么可怕的？但这一想法却随着第一天的训练，真的改变了我对军训的看法。

军训第一天，烈日当头，伴随着我们的是严厉的教官。第一个，也是十分重要的训练就是站军姿了。教官对我们的动作

十分严格，要求我们站姿端正，五指并拢，手贴紧裤缝线站的笔直，身体住前倾，这样就不会感到头晕眼花了。双脚60度分开，后脚跟紧靠，要在阳光下一直保持这个姿势，刚开始我不觉得时间很长，但是，慢慢地，站久了，双脚已经快没有力气了，身体轻飘飘的，真想倒下，但是我们的这些小苦小累对于军人们的顽强意志和打不垮的精神都太微不足道了，想到这些，我一次又一次的坚持了下来！

接着，教官领着我们，开始了其它的训练。在训练中，无论是稍息、立正，或是踏少、转身等动作，都是按照军人的要求训练，大家十分刻苦，都以军人们、教官们为榜样，并以军人的作风要求自己，行动一致，听从指挥。

过去我在电视上看到过“站如松，坐如钟，卧如弓，走如风”的军人作风，今天，我又亲身感受到了“纪律严明，不怕困难，吃苦耐劳，奋勇向前”的军人品质。

我们正努力成为一支充满朝气，团结奋进的队伍，像真正的军人一样前进，前进，再前进！

## 军训活动个人心得体会篇十三

20\_\_年\_\_月\_\_日是我军训的第一天，虽然军训只有七天时间但对于我来说既漫长又辛苦日子。一个阳光明媚的早晨我急忙带着行装来到我未来将要学习的高中学校门口，然后听从老师指挥放好行装听从按穿军服和认识教官便开始了军训。虽然天气很热但我还是准时参加。我们在热辣辣的天气里站军姿，太阳从我们头顶照下来汗从我们身上流下。有时我几乎想倒下但最后还是战胜了自己续坚持下去，接着每天教官教我们不同容连续了两天我终于感受到什么叫苦。

每天训练太阳如滚烫的开水一般肆无忌惮地泼向我们，豆大的汗珠如同雨后春笋般地从额头上一颗颗的冒出。汗水肆虐地冲刷着脸庞。有时我的身子已经麻木了，只有脚底才有一

种火烧炙热的感觉，但我还是坚着那怕在苦在累坚持下去。我们的教官不是严厉但却有一张天使般的面孔也有另一张魔鬼般的面孔。他随时让你放松随时让你害怕起来，这样的训练我们都要十分小心。

最后经过我们努力在军训比赛取得第一名，这是通过全体同学的努力我们取得最后成功。也要谢谢教官对我们训练和老师对我们的支持谢谢你们让我在军训的期间里学到很多东西包括执着的信念和坚持奋进的精神。

## 军训活动个人心得体会篇十四

军训是每个高中生都要经历的，我也不例外。这段时间里，在我身上发生了很多事情，让我受益匪浅。在这里，我想分享我的军训心得体会。

### 第一段：准备工作

军训之前，我做了很多准备工作，例如准备好军训装备、保护好身体等。这使我有足够自信和准备迎接军训的挑战。然而，要在军事训练中脱颖而出，仅依靠良好的身体和准备是不够的，而需要更优秀的思维和行动。

### 第二段：团结合作

在军训过程中我更深刻的体会到，团结合作的重要性。班里有一个同学不会折叠床被，我和同学们一起耐心地教他，最终他掌握了技巧，我也从中学到了团队合作的重要性。只有所有人团结一致，共同进退，我们才能在军事训练中做得更好。

### 第三段：尊重和纪律

在军训中，我也深深体会到了尊重和纪律的重要性。训练开

始前，教官向我们宣布了训练规则及军事礼仪，每个人都必须遵守。这样才能保证训练顺利进行。同时，我也明白了尊重他人，不仅是对他人的认可和尊重，更是对自己的尊重。

#### 第四段：耐心和毅力

军事训练是一项要求极高的体育锻炼，对身体和意志都是一个巨大的挑战。最开始，我感到非常的困难和不能承受，但在听取教官的指导下，我慢慢地习惯了并树立了不放弃的精神。通过这种坚持不懈的努力，我变得更加坚定和有信心。

#### 第五段：感谢和收益

总而言之，军事训练使我真正感受到团结合作、尊重和纪律，还激发出了我内心的耐心和毅力。通过这个过程，我也学到了感恩和表达感谢之情，感谢自己的家人、教练和同学们对我在军事训练中的陪伴和鼓励。在经历了军事训练后，我相信这些经验在未来的学习和生活中将会给我很大的帮助。

总之，军训过程虽然痛苦，但也是值得的，因为这段时间里我学到了很多。最重要的是，这个过程带给了我成长的机会。在未来的路上，我会用这些经验和心得去迎接更多的挑战。

## 军训活动个人心得体会篇十五

在我的高中生活中，军训是一场难忘而珍贵的经历。在这个过程中，我学会了许多东西，不仅提高了身体素质，还培养了自己的团队协作、自律和坚韧精神。在这篇文章中，我会分享我在军训中获得的体验和收获。

### 1. 体能训练

军训的第一阶段主要是体能训练。一开始，我就被新的体能

训练方式和难度吓到了。然而，经过几天的坚持，我的体能开始得到了改善，并且我逐渐意识到，强健的身体是非常重要的。我们通过早起跑步、集体操等方式训练身体，每天都在不断地提高自己的水平。这使我逐渐意识到，良好的体能训练不仅可以帮助我们更好地完成训练任务，还可以在日常生活朝气蓬勃、精神饱满。通过身体的训练，我养成了每天运动的好习惯，也让我认识到自己的潜能和能力。

## 2. 团队合作

军训要求学生以班级为单位进行集体训练，并要求大家齐心协力完成每天的训练任务。在这个过程中，我逐渐认识了班级里的每一个人，了解了他们的优点和缺点，更多地感受到集体的力量和意义。我们在彼此之间建立了更紧密的联系，互相扶持，互相鼓励。我从中学到了许多团队协作的优秀精神，如相互帮助、尊重别人、分享经验、协同解决问题等等。这些都是我在之后的人生中不可或缺的能力和素质。

## 3. 节俭生活

在军训中，我们进行的许多活动、运动和打扫都是在保证节约的情况下进行的。我们每天饮食都在班级末端，每个人都要拿出自己饭菜所在的盒子进行集中清洗。这让我深刻感受到一个人的生活可以过得十分简单，通过很好的节约，我们可以让生活更加丰富。在军训后的生活中，我更加注意节约用水，票据和避免食物浪费，并且努力让自己更加坚定、勤奋和节省。

## 4. 规矩意识

在军训期间，我们需要严格遵守军训的各项规定和规定。它们如同“铁规”一样，要求我们成年人的高贵品质，尊重他人，遵守规则。我很快成为了一个有规矩和质量的人，并尊重他人，尽量遵守规则。在日常生活中，我尽可能地遵守这些基

本规则，让自己成为一个真正的好公民。

## 5. 坚韧不屈

在军训中，最令人难忘的是在最艰难的活动中的振奋自己的勇气和毅力。当我们面临大大小小的困难时，我们不屈不挠地坚持自己的努力，迎难而上，不断进步。在军训中，我们不仅锻炼了身体，也锻炼了心灵。我们应该怀抱自己的坚毅、勇气和信心，不断提高自己的修为。

在回首这段难忘的军训经历时，我感到万分激动。这个过程让我成长为一个更有能力、有纪律和自律的人。通过军训，我学会了良好的体能、团队合作、节俭财务、规矩意识和坚韧不屈的精神面貌，这些都将成为我未来人生的精神支柱。军训的过程虽然困难，但我用充满信心和信仰的态度去迎接它，一路走来，不仅提升了自己的修为，还赢得了班级和朋友的尊重，真正领悟了共生共成长的生命真谛。现在我能担当更多的社会责任，并为自己设定更高的目标。

## 军训活动个人心得体会篇十六

我告别了那个令我回味无穷的中专生活，迎来了这个多姿多彩的大学生活，整个暑假我的心情都难以平静，对这个陌生的环境我充满了太多的好奇与满心的期待，时间飞逝，金秋的九月我进入了大学的校园，心中充满着激动和欣喜，结交了一群新的好友，迎来了大学的第一课：军训。军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的莘莘学子来说，也是一个新的挑战！

“军训”，多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感，然而军训对于我们这种娇生惯养的小孩也是很有好处的，我记得当我领到军训服装的时候心情无比激动，回到宾馆就迫不及待的试穿，系上腰带，带上军帽，站在镜

子面前真不敢相信那就是我，身穿军装，感觉很神奇，自己就像一名勇敢的战士，所有的困难在我面前顿时都变成了浮云，于是我下定决心要好好地听从指挥完成这次军训，以后的每天我都服从指挥，和同学，老师，还有教官走完了短短七天的军训时光，欢送教官的那天晚上，我们都落泪了，因为满心的不舍顿时油然而生。

回想那短短的七天的军训时光，不得不承认：军训是辛苦的，但却辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀，军训虽然很苦，但我们是幸运的，教官是可敬的，同学是可爱的，班主任是美丽的，辅导员是可亲的，一切都是那么的美好。在训练时，我们和教官在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，尤其是第一天我们站军姿，让我们真正体会到了什么是苦和累，但我们无需抱怨苦和累，因为教官面朝太阳比我们背朝太阳还要辛苦，军训时的辛苦和劳累，是在磨练我们的意志，一种不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹，没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”这军训的过程教会了我们如何面对生活中的苦难与挫折，无情的烈日晒伤了我们的皮肤，却是我们滚烫的心变得更加坚强，汗水浸湿了我们的衣衫，却留下了许许多多难以言表的东西，休息时，我们面对面坐着，在辅导员和教官的引领下，我们每个人脸上都带着微笑，着微笑的力量感动了周围的一切，其实幸福与快乐时刻都在伴随着我们，只要我们用心去体会，用心去感受，所有的苦和累顿时都化为须有。此外在军训的活动中，老师还为我们增添了许多丰富多彩的活动，如：组织我们看电影，听讲座等等，这些活动丰富了我们的军训生活，也提高了我们的团队意识和个人的综合素质。

军训结束了，我们高昂的口号声依然荡漾在操场上，军训结束了，可敬的教官的面孔也依然清晰的印刻在我们的脑海，军训结束了，我们都很舍不得那段时光，因为这七天我们拥有了很多美好的回忆，这将使我终生受益匪浅，是我一辈子

的财富。

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透；我们为了把动作练整齐，反反复复地练；知道全身酸痛；我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。



人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

在军训这段日子里，过的是不如家里舒服，吃的也没有家里饭菜那样合口味，衣服也不会有父母来洗，饭来张口，衣来伸手的生活，再也享受不到了！但是我认为那种生活是属于童年的，属于一个长不大的孩子的。我们21世纪的青年，是自立的、自强的，也是经得起考验的。

军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训既乐意让我们感受生活的来之不易，也可以亲身体会军人生活的那种俭朴，那种不怕苦，不怕累的精神。在他们心里只有我们能否吃的饱，能否休息好，能否把我们教好，但是他们就忘记了疲劳，忘记了休息，那种置之以为的精神，还有谁能做得到？记得我们曾经学过一篇文章《谁是最可爱的人》直到现在我才体会到就是他们——这些军人们！

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，

我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

## 军训活动个人心得体会篇十七

军训是每个大学生新生入学时必须经历的一段时期，它不仅锻炼了身体，还培养了学生的吃苦耐劳和团队精神。经历了军训，我深深地感受到了军事训练所蕴含的种种体验和收获。以下，我将就我的军训体验谈一谈。

首先，军训让我领略到了军人的严格要求和纪律意识。在军训期间，每天早上五点起床，以整齐的队列排列起来，完成固定的早操、拉伸操和军体拳。这些锻炼不仅要求动作要准确，但更重要的是，纪律要求每个人必须集中精力、严守队列，保持队形严整、行动统一。通过长时间的行军和训练，我逐渐养成了严格遵守纪律的习惯，这将使我在今后的学习和生活中受益匪浅。

其次，军训使我明白了团队合作的重要性。在军事训练中，几十名士兵必须协调一致、团结一心，才能完成任务。例如，在团操和阵列训练中，每个人的动作必须精确，并且与队友的步伐同步。这需要默契和合作，不能有任何差错。当一个人出现问题时，整个队列都会受到影响。因此，我通过与队友的沟通和合作，逐渐明白了团队中每个成员的重要性，感受到了齐心协力的力量。

第三，军训让我意识到了自己的潜力和能力。在高强度的运动和训练中，我不得不忍受疲劳和痛苦，但坚持下来后，发现自己的体力和耐力超出了自己的想象。在攀登难度较大的障碍物时，我曾一度想放弃，但在队友的鼓励和教官的帮助下，我终于克服了困难，成功完成了任务。这让我更加相信，只要努力，没有什么是不能做到的。

第四，军训丰富了我的生活阅历。军营中的生活和平时的大学生活有着很大的不同。我学会了快速而整齐地洗漱，有条不紊地收拾个人物品，还学会了穿军装、折叠衣物等军营生活的各种技巧。此外，我还有机会接触到一些军事知识和技能，比如旅长半局的教官向我们讲解了实弹射击、军事战术等内容，让我了解了军队的训练和作战体系。这一系列的经历对于我来说无疑是极为珍贵的，也将在今后的生活中给予我更多思考和借鉴的机会。

总结起来，军训是一段充满负重前行和自我突破的时光。通过军事训练，我不仅锻炼了身体，培养了吃苦耐劳精神和团队合作精神，也增强了自己的自信和意志品质。在未来的学习和生活中，我将以此为鞭策，坚持不懈，追求更高更强的自己。

## 军训活动个人心得体会篇十八

“立正、稍息……”听着这些已经熟悉的口令，我们都已经被融进了军营的那种氛围中了。小时候向往军营，向往那和平绿，总是梦想着长大后有一天自己也能穿上绿军装成为他们其中一员。

渐渐长大后，明白了一些事，也懂得了一些道理，不再像孩提时的幼稚，多了几分现实，没有理想的生活是空洞的，迷茫的，可是空有理想的生活也是浮浅的。

高中时的军训只是一周，那时的我们在花季雨季徘徊，无知，迷茫是我们脸上的表情，一周的军训收获甚少，只是知道军训苦，让人受不了，脸上晒的掉了一层皮，在也不想当军人，这时高中，青涩的季节，让我们匆匆走过了那段青涩的年龄。

我始终不能理解军训，而以前的军训留给我的印象无非就是苦与累，甚至有些无聊。而这次，或许是人长大了，抑或是所处环境不同，面对人群不同，我竟慢慢读懂了它。是的，

就这样，懂了。军训是辛苦的，但它却辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀！

的确，军姿站得人双肩酸痛，双腿麻木，但勿需抱怨它的磨难，它的辛苦，因为那种（坚挺向上就像是在向上生长的树，不折不挠。不！更应该说是一种尊严，一种力量，绝不向任何权势卑躬。人生苦短，哪里会没有曲折没有辛苦？如果不管遇到什么挫折，都能以这样的精神面貌去对待，那么所谓的困难也就不是困难了。

而今，我们都已长大，成了人们所谓的成年人，从走进大学的那一天，大家期盼着，等待着军训，可是一年过去了，大家的热情消减了不少，军训的时间到了，可是因为自治区的大庆，给学校下达了政治任务，男生参加大庆表演训练，女生回家等待下一年军训，这是一个令人失望又高兴的消息。大家可以回家了，可是明年当大家的激情都退却的时候我们依然逃不过啊！

真正军训的时间到了，有人欢喜，有人悲啊！可是不管怎样总是逃不过去了。大家无一例外穿上了迷彩装。从教官来后一直反复着乏味训练。但军训也不是想象中那样痛苦，欢声笑语，歌声也在其中，大家还是都很积极的。这也许就是团结的力量吧！

还有一周的时间按，我们相信，没有逃兵，大家一定都会坚持下去，将军训进行到底，取得一个好成绩。

## 军训活动个人心得体会篇十九

军训是每位大学生即将步入校园生活之前必经的一道“必修课”，它不仅锻炼了我们的体魄，更磨炼了我们的意志力和团队协作能力。个人心得体会是我们对于军训经历的总结和反思，是对自己成长和进步的认识。如何写一篇完整连贯的文章来表达个人心得体会呢？下面我将以五段式来为大家一

一阐述。

## 第一段：介绍自己对军训的初步印象

在军训开始之初，我对军训充满了期待和好奇。我没有参加过这样规模的集体活动，所以对于整个过程和教官的要求都是一片模糊。然而，随着军训第一声号令的响起，整个队伍开始有条不紊地进行训练，我被秩序和纪律感深深吸引了。通过一番了解和自我调整之后，我开始顺应军训的节奏，逐渐适应并享受其中。

## 第二段：描述个人在军训中面临的难题和解决方法

在整个军训过程中，我遇到了许多困难和挑战，比如体力上的不适应、对训练动作的陌生、心理上的压力等。然而，我意识到这些困难是必然存在的，只有不断面对和解决，才能够不断进步。我在找到一位经验丰富的同学引导下，积极寻找并学习正确的训练方法和技巧，并坚持反复练习，逐渐克服了体能上的不足。同时，我还参加了心理素质拓展训练，通过团队协作来缓解压力和提升自己的信心。

## 第三段：谈谈个人在军训中的进步和收获

通过这段时间的军训，我对自己有了更深刻的了解和认识。我发现自己的耐力和毅力在面对困难时有了明显的提升，无论是长时间的跑步还是复杂的演练动作，我都能坚持下来并完成任务。此外，与同学们一起训练也让我学会了团队合作和相互关心，在共同完成训练任务的过程中，我们建立了深厚的友谊和信任。

## 第四段：对军训的建议和反思

回顾整个军训的经历，我深刻认识到自己在某些方面还需要进一步提高和完善。首先，我需要对军事理论知识的学习更

加重视，这不仅可以加深我对军队的了解，也可以提高自己的整体素质。其次，在遇到困难和挫折时，我需要更加坚定信心和积极应对，不断克服自己的弱点。最后，在训练中，我应该更加注重自身的细节和规范，做到每一个动作都规范准确。

## 第五段：总结军训对个人的意义和影响

军训是大学生生活中一段独特且难忘的经历，它给予了我很多珍贵的体验和成长的机会。通过军训，我不仅变得更加强壮和健康，更重要的是锻炼了自己的意志力和毅力。我学会了坚持不懈，不畏困难，始终保持积极向上的心态。这些品质将伴随我度过大学生生活中的各种挑战，为我未来的发展打下坚实的基础。

总的来说，写一篇关于军训完个人心得体会的文章，需要先介绍个人的初步印象，接着描述个人面临的问题和解决方法，然后谈谈个人在军训中的进步和收获，提出对军训的建议和反思，最后总结军训对个人的意义和影响。通过这样的五段式结构，可以使文章内容更加丰满和连贯，有助于读者更好地理解 and 接受。

## 军训活动个人心得体会篇二十

20xx年7月4号，大学军训开始了，这是我盼望已久的时刻。下面我想以流水账的方式记录下我的军训生活，为了记下，为了留下。

军训没有想象中那么严肃，所谓的严肃就是在队列中不要动而已，这对我来说很容易做到，对别人则不，曾经就一男同学懂了一下被带到讲台上自动50下。从始至终我都觉得教官对我们太好了，怕我们苦怕我们累所以很多东西都不让我们做，最严酷的站蹲姿军训十几天来就总共十几分钟，站军姿更是少了，就第一天有那么个十来分钟，说实话，大学生比

高中生娇嫩多了，我高中的军训站军姿都不知道站了多久，虽说没有正规军队训练那样站到脚发抖的地步，但是，绝对弄得每个人心里叫苦不迭。

军训开始的第二天就下起了大暴雨，我在丽江快一年了，第一次见到这么大的雨，我们不能训练了，改到室内开会去，教官们给我们讲了些消防知识，大家听得昏昏欲睡，很多人都在帽檐下很周公约会去了，我稍微仔细听了一下，呵呵，那个二级士官口才是挺不错了，只是也很全面，就是内容不太吸引人。

接下来就是常规训练，什么稍息立正，停止间转法，正步，齐步，齐正步互换…最精彩也最短暂的就是实弹，说起这个实弹射击，还真有的说的呢！射击的前一天，教官才给我们讲了关于枪的一些结构构造，原理知识，当然也是我们训练这么多天来第一次见到枪，教官说是个什么五六式来的，我就不懂什么56式，看了电视就知道个什么八一杆，九五狙，后来我还问了我们的教官，说为什么我们打的不是九五啊，他说，九五？我摸都没有摸过！呵呵，我还真不知道。射击那天，天又下起了大暴雨，下起了热带式的大暴雨，听说我们学校军训这么多年来，每次到射击那天都下大雨，有点宿命的味道！我们是到教官们的训练场进行射击的，一开始我看到一些破败的小屋，还以为是教官们的‘宿舍，我还感叹了现在中国还有这么设备落后的部队啊！

后来才知道那是训练场。还没有轮到我们射击时，雨就下大了，我们都撑起了伞，但是一点都不管用，我们都都浑身湿透了，还不容易挨到我们了，我趴到了满是黄泥水的垫子上，准备瞄准，没有想到一旁的教官弄了弄，由于我是超级近视眼，我还问了他，说我看不到靶子在那里，他就直接说，扣扳机！我一愣，说我还没有瞄准呢！他说没什么，扣就行了，我就乖乖一扣，后坐力震得我肩膀很痛，我又扣了一次，教官说我可以走了，我无奈地离开脏垫子。唉，其他同学至少都有3次机会啊！教官不仅只给我两次机会，连个纪念品都没

有。虽说部队明确规定不能给学生什么纪念品，但是很多同学有了，我只有感慨！幸运的是，我们连的教官在我的苦苦哀求在终于赏了我一颗，想想也是的，我们学生好不容易才摸了一下枪，留个纪念也是合情合理的事情！毕竟我们这辈子都不再有机会军训了，当然，特殊例子除外。

我的军训还有个小小的插曲。本来我是被我们教官抽去当领队的，由于某种原因，我被别的连的教官亲口推下来了，我很不服气，后来我找了那个推我下来的教官，说真的，我没有想过通过这种方式来重新做回领队，我就想知道原因，我到底哪里出问题了，后来我们教官找了我，我着就哭，真的觉得好委屈，最终我也没有当回领队，我明白了些事情！虽说在军训的最后一天，我仍然被评为优秀学员，但是，有些事情人真的要放聪明点，不要自己挖洞摔死自己。

最让我伤心的事情就是我们原来的教官被调到别的连队去了，留下一个比我们全体成员年龄都小的第一年兵带我们，不可否认他没有任何，我们一下子陷入混乱之中，彩排那天我们从主席台前经过，总教官就问了，这是那个连队，乱到这种地步，接下来的几次我们都没有成功，在大家灰心丧气之余，是区队长夸奖了我们，说这个连队没有问题，我们顿时信心倍增，同时，我感慨要是有个像区队长这样的人来训我们就好了，不仅听他讲话是一种享受，而且他相当有经验，很能够把握我们的心里。他是个二期士官，据我所知，在陆军里，能够留到二期是不容易的，当然，我也不是说我们小教官有什么不好，就是嫩了一点，没有经验。

军训这么多天，我坚持天天写，我想记录下这段时间，我也不知道这到底有什么意义，或许知道它很快就结束吧！我热爱军队，我也知道有些东西没有想象中美好，但是，我真的想毕业后成为一名军人。穿上军装，剪掉长发，没有了自由，但是有了期望。