# 2025年军训心得体会200字 军训心得体会800字通用(九篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-04-12

*军训心得体会200字 军训心得体会800字一所谓军训，就是像军人一样练习。作为一名军人，必须非常严格。接下来几天不人道的做法也正确地向我们解释了这种“严格”。军事训练持续了五天，从9月1日到5日。第一天的练习是立正、放松等。看似简单，但真正...*

**军训心得体会200字 军训心得体会800字一**

所谓军训，就是像军人一样练习。作为一名军人，必须非常严格。接下来几天不人道的做法也正确地向我们解释了这种“严格”。

军事训练持续了五天，从9月1日到5日。第一天的练习是立正、放松等。看似简单，但真正做起来感觉很难。因为和我们体育课上的注意力不一样，这里的注意力非常规范，要求很高。教官，让我们在烈日下立正，别动，就算有蚊子虫子咬你，我们也动不了。

在烈日的亲吻下，我们咬紧牙关立正站着，汗水不停地往下流，每一块皮肤都被太阳晒得很糟糕。真的很不舒服，头晕，浑身无力，想摔倒。但是，我心里有一个声音一直在告诉我：你一定要有毅力，而不是倒下，因为坚持就是胜利。如果这个小困难无法克服，那之后的生活中各种挫折该如何解决？坚持这些话.

“五天”原本是一个很短的概念，但在五天的军训中，它似乎很长，几乎有几年那么长。我们熬夜到第三天。这一天的练习是最难最难的，——，也就是循序渐进。

走。因为人数多的原因吧!真的很难齐步走，不是你快，就是我慢，总是不能整整洁齐地走，急死人了。

练了很久很久，练得灰尘飞扬，练得成了“大花猫”，练得筋皮力尽，练得……最后还是分批练，才有了点好转。唉!真的不是一般累，而且又晒，我看我从小到大晒的太阳，都不比现在晒得多，真的让我难以忘怀。不过，虽然很苦，但也有快乐的时候。比如，和教官一起唱歌，一起欢笑，一起拉别班的歌，真的特好玩，苦中作乐嘛!

艰辛的五天一天一天地流失，该学的我们都学会了。我们把辛辛劳苦练习的结果，展现在第五天下午的汇演中。每个班都精神焕发地表现着，等待着评委的评价……虽然我们班不得奖，但是我们并不悲伤，因为我们学到了很多……

让人难忘的军训，让人辛酸的军训，让人磨练的军训，让人回忆的军训……

**军训心得体会200字 军训心得体会800字二**

告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。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。然而军训对我们这些娇生惯养的小孩也是有好处的。有人说：为什么要军训?军训有什么好处呢?军训能使我们养成不畏困难的精神;使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人;也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打退堂鼓了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗?于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

x月x日，是我开始走进新集体的第一天，也是我军训的第一天，这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，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，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。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。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。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由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，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。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么?不是说先苦后甜么?不是说没有最好只有更好的么?所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

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。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训!

**军训心得体会200字 军训心得体会800字三**

古之成大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。本次军训虽然只有十四天，但太阳每一天给足了理工学子的面子，独得太阳恩宠，而雨天只是短暂的爱了我一下就再也没出现。军训中同学们经历风雨的洗礼，身体得到了锤炼，意志得到了磨砺。

我常常在想，军训的意义到底是什么?

当看到我们服从一切命令时，我明白了;当看到礼仪礼貌被接受时鞠躬说谢谢时，我明白了;当同学们为了集体荣誉坚强拼搏时，我明白。军训是苦的，但更是塑造人格自信的一次重要机会。军训，正如我在漆黑的夜中为我们照亮道路，让我们摸索前行的一盏明灯;是我们筑建万丈高楼的重要基底;是能使我们在天空自由翱翔，飞出无尽深渊的圣洁翅膀。军训，让我们新迎来的大一生活丰富而充实，同时也帮助我们调理我们的休息作息和日常行为规范以及生活习惯，反观那.些每日浑浑噩噩，糜烂潦倒的人们，他们才是沉陷自己的漆黑，混沌深远的可悲之人。一次次的\'小碎步，跺地踏出的声响,我觉得并不简单的是整齐划一的声音,而是如同沉寂于古刹的斑驳古钟发出的悠悠钟鸣，在我心房重重的沉击，让我从攀比亦或是其它在这个年纪所有的其，它的负面情绪之中逃脱出来，让其心更加明亮。-次次的踢正步，大腿所带来的酸痛感，脚跟所带来的触地感,如同一丝丝电流刺进我的脑海之中，在我脑海之中掀起一-阵阵波涛汹涌，猛烈的拍打撞击着我被禁锢的脑海，让我新的想法从腐朽的牢笼之中脱离,让其思想更加出尘。这也便是军训的必要性，它能将我们托向更.高更远的精神境地和梦想所在的彼岸。

教官说一个连队要相互依靠我们每个人都是连队的骄傲；教官说完成动作不能将就将过且过的生活只会越将越就；教官说过他参军没有理由愿做螺丝钉做国家的中心轴；教官说过他会一直都在无论什么事情都在没有意外。在军训成果展示准备前，教官总是问我:“笑啥呢?这么开心?”为啥他不懂，我们是在用微笑掩饰悲伤。昨天还滴着汗水的迷彩服，今天却已被我整齐地放在衣柜里了如果我每天都把生活的当作军训，其中真正的严谨和认真，美好的回忆，相信在不久的将来我会回忆起一群白富美高富帅变成黑煤球的时光。

正所谓少年智则国智，少年强则国强，此番军训中的坚定和刚毅将永伴我们左右，带着对梦想的执著，开启大学新生活。祝愿20xx届小萌新来日方长，前途似锦，不负青春，不负韶华，不负时代，不负你我，便不负这段时光。

**军训心得体会200字 军训心得体会800字四**

军训以一种最不引人注目的方式悄悄离开了我的生活。好像习惯了每天五点四十，七点，九点睡觉的军训生活。我的精神说，这个世界还深陷军训生活。我还是每天早上五点半醒来，摸着以为还在床边的迷彩服。

然而，在这样的一天，这样的一个早晨，你已经和我说再见了。我想知道，如果没有这段艰难的时光，我是否会像以前一样经受不住一场小小的风暴。

我也这么认为在此之前，我是一个很脆弱的人。每当有人批评我的时候，我都会不自觉的脸红，却不知道自己做错了什么。每当做一件事遇到挫折，我都会考虑要不要放弃，但从来没有想过坚持下去会有多伟大。感谢军训，感谢四天的辛苦。

在这短短的四天军训中，我改变了很多。我变得坚强、懂事、勇敢、勤奋、活泼、有活力。虽然当时很苦很累，但是教会了我们很多，磨练了我们顽强的意志，锻炼了我们的毅力，锻炼了我们强健的体魄。

很快我们将在一个新的环境中学习和生活。这次军训为我们在中学的学习打下了良好的基础。随着初中科目的增加和难度的增加，我们会面临越来越多的难点，这无疑会给我们增加很多压力。然而，如何克服这些困难是我们入学培训的关键之一。面对学习中的各种困难和压力，要以军人的顽强意志和勇气去面对和解决，不要被困难吓倒。

军训不仅培养了我们的吃苦耐劳精神，也培养了我们坚强的意志。这次军训教会了我很多书本上学不到的知识，相信一定会让我受益终身。

**军训心得体会200字 军训心得体会800字五**

军训进入了第五天，晚上将进行预演分列式，明天将进行全校的军训汇报演出。教官对大家的要求也显得比前几天严格得多，同学们都有明显的进步，但也明显比较疲劳，有些同学有些吃不消了。

先是有几个男生因为训练动作出错而被教官罚做俯卧撑，我就在想：教官对男生的要求比较严，可能是顾忌到女生脸皮比较薄，但是要是男生会不会觉得不公平呢，要班方阵表现好只抓男生可不行;军训可以避免体罚吗?

不出所料，教官在一次动作训练中发现，一名叫xxxx的女生精力不集中，而且有明显的错误。教官在短暂犹豫之后，还是让xxxx做了二十个下蹲。xxxx做完下蹲后，在大家面前低着头，头发遮住了脸，尽管看得出她在极力克制，但肩膀还是抖动了起来……我在心里叹了一口气，得与她进行必要的沟通了。

把xxxx喊到操场边，她一开始就把脸别向一边不开口，好像受委屈的孩子见了家长，比开始抽泣得更厉害了。我开始怀疑自己是否不应该找她，找她是否适得其反，小题大做。但，开弓没有回头箭。

我问她：“你觉得这事儿有那么严重，值得哭吗?”

她轻轻摇头，我觉得这就好办了，咱们先大事化小。

我故作严肃地对她说：“军训是为了让我们体验军营的生活，感受军人的苦与乐，磨砺我们的意志;恭喜你，有了今天这件小事，会让你的军训变得更有意义，你的军训心得体会有好素材了!”

她的眼神在这时有些发亮，也不再哭了。

我打铁趁热地继续说：“我们的教官是职业军人，性子急又直，只让你做二十个下蹲真的是发了善心的，脚都不会酸，人家男生都是做俯卧撑，你得感谢他对你的善意提醒!当然，我知道你主要是面子上过不去，觉得大家都会笑话你，其实是不存在的，谁没有个犯错的时候?我们要发扬掉皮掉泪不掉队的军人精神，做一个坚强的人!……”

通过一番对峙、晓之以情、动之以理后，她终于开口说：“老师，我从小就喜欢哭!我不哭了!”我不禁莞尔，拍怕她的肩膀说：“那就好，归队吧!”

她踌躇着，终于鼓起勇气在方队外大声喊了出来：“报告教官，请求归队!”

……在接下来的课间休息中，xxxx被教官和班上的同学围在中间，我看得见他们都是在安慰她、鼓励她，这个爱哭的xxxx又哭了，不过我想那肯定是感动的泪水!

**军训心得体会200字 军训心得体会800字六**

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的。

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；心目中的军训更是无常地响起集合的口哨声；心目中的军训时光成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

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，一份完善自我的信心。

我满怀信心地开始了真正的训练。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歌。

站军姿的身体，给了你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。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。

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，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！参加军训后让我明白自己处于社会中，已经不再是娇生惯养的小公主，小皇帝了，没有人可以去依赖，只有靠自己。

一个月的军训生活，既枯燥乏味，又丰富多彩，尽管我很疲倦，但我明白了很多很多……

**军训心得体会200字 军训心得体会800字七**

一周的时间就这样匆匆的过去了，一个星期的时间说长不长说短不短。在这个星期里我经历了许多许多。一个星期生活让我觉得是如此的刻苦铭心，从一开始的懒散到今天的纪律严明，我们为此不知道抛下来多少无言的汗水，无论是在烈日的照射之下，还是在星点的雨滴中，我们都坚强的挺了过来。为此我感到无限的自豪。

世人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌，可真正能够做到集体团结的又有多少呢？早我的脑海之中，依稀清楚的记得早我刚刚开始军训的时候，那些散漫的态度，可如今再看看，报告厅前那些一排排的身影。那一声声充满斗志的怒吼，很难得想象这样一个星期之前连站队都站不齐的我们会有这样整齐的表现。而这一切都是大家不断努力后的成功。看看如今这一切，心里一中满足充满了脑腔，我知道我们的努力成就了现在的成果。

一个星期的军训，让我们感受到了许多，也让我更加的领悟到了集体的重要性。无论个人表现怎么优秀，如果没有好的队友配合，那么始终无法获得最后的成功，从我们来到这个学校的第一天，在我们刚开始穿上军服的那一刻，在我们刚踏入操场的那一刻，在我们刚踏进操场的那一刹，这一切的一切都预示着我们将要被紧紧的联系在一起，直到今天，直到此刻，我们还依旧不断的努力着，配合着，适应着，将我们从这一开始的个人世界观里发展到了今天的集体之中。

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；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，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。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

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，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？

军训的生活匆匆的闯进了我的生活，而如今也即将离我而去，从一开始的抗拒，到最后的服从。这样之间的转变，不知在何时已悄悄的进行，虽然又是短暂的一个星期。但是我明白，这一个星期的时光已经牢牢的占据了我记忆的一角。或许在未来的某一天里，这一个星期的回忆起现在的时光，我想，那将不会在另外一番滋味吧！没有绝对的痛苦，也没有什么绝对的快乐，细细的咀嚼生活的点点滴滴，你会发现，原来人生的道路是如此多彩。

**军训心得体会200字 军训心得体会800字八**

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧——训中的一颗亮星。

——题记

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种。种的考验。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到的一丝不苟。

高中的第一堂课—军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜

**军训心得体会200字 军训心得体会800字九**

今天在不知不觉中结束，那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。这短短的几天军训，教会我们不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

教会我们什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿：那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志，他们这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

军训真的很辛苦，苦在站军姿时累酸的腰，苦在摆臂时累酸的胳膊，累到你想好好的睡一觉都不愿提前醒来。军训也很美，美到你觉得它很充实，一整天都排的满满当当。

军歌很豪迈，很有气势，使人听了后很激动。今天学了一首军歌，《送你一枚小弹壳》，战士的生活是什么样子的，就像一枚小弹壳一样，经历过风雨的洗礼，会在祖国需要的时候喷涌出一腔烈火。战士的本色就是在战斗中惊天动地，在胜利后保持沉默，无私奉献报效祖国。

我们没有理由放弃，虽然我们不像军人一样保家卫国，但也要为了自己的身体，我们一直身体不好，家里还担心我能不能坚持过去，现在我觉得我能坚持过去，军训也没有军人战士那样的苦，坚持一下、再忍一下它就过去了。它过去了最难熬的开始，接下来的十几天应该没那么难了，坚持一下就好了。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn