# 最新军训心得体会(精选13篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2025-06-03

*心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。军训心得体会篇一今天...*

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**军训心得体会篇一**

今天，当我得知明天要去军训时，我的心情很不安，我很期待。希望时间快点过去，但是又怕军训太苦，心里一直矛盾。

到了那里，谜团解开了，军训的内容也不多。但每个细节都需要精准。随着一声响亮的哨声划破天空，学生们迅速站起来排队。教官很严格。如果一个动作没有做好，他会一直练习，直到合格。其实教官也很替我们难过。班里有一个同学脸色不好，教官马上让他休息。

军训生活真的很苦。在烈日下，我们向前踢腿，排队。训练的时候我们大声的喊，让我们连滚带爬。但我们有时会犯一点小错误。教官对女生很好。当他们犯错误时，他们批评和教育他们。男生犯错的时候，要品尝导师独有的秘密。一共108招。你对男生用五招，他们就死定了。夸大其词。

我印象最深的两个招数是：一个是让犯错的男生拿着兔子在全班跳来跳去，一个是让我们班的黄福军双手双脚抱着扑克牌，嘴里叼着。别提有多好笑了。疲惫的早晨过后，很难吃午饭。但是在食堂，教官不让我们有半点懈怠。晚饭后，我们尽快跑出了餐厅。最后，我可以休息一下，打个盹。下午教官教了几个新动作，和上午的要求一样。

教官让我们站在太阳下，以最好的站姿迎接这些人。经过了一个下午的训练终于到了晚上可以休息了。不知道是怕睡过头，还是太兴奋了大家几乎一个晚上没有睡觉。

到了第二天早上教官让我们把昨天学的歌曲《团结就是力量》复习了几遍。吃完早饭，我们就要走了。我们要走时，我们却吝啬了自己的眼泪，我们默默的走了，连一句谢谢教官，教官再见都没说。但是现在认识到已经晚了，教官们，谢谢了。为了我们，你们喊哑了喉咙；为了我们，你们顶着烈日陪我们一起晒。谢了，教官！我们不会忘记你们！

**军训心得体会篇二**

军训是大学生活中难忘的一部分，对于我来说也是如此。参加完军训后，我深感军训不仅仅是一种体能训练，更是一种磨砺意志、培养团队精神的重要方式。通过军训，我不仅对自己的身体素质有了明显的提升，更明白了团结合作的力量以及严守纪律的重要性。

首先，军训提高了我的体能水平。刚开始的时候，体能训练让我感到十分疲惫且乏力。每天早晨起来，身体还没有恢复过来，就要开始各种体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等。初始的几天里，每一次体能训练都是一种折磨。然而，随着训练的进行，我的体能逐渐增强。我能够跑得更远，做得更多的俯卧撑和仰卧起坐。这不仅让我更加自信，也让我明白了只有通过不断的努力和坚持，才能达到自己的目标和挑战自己的极限。

其次，军训教会了我团队合作的重要性。每天的军训课程都需要我们整齐划一地行动，需要我们相互配合，形成一个紧密的团队。在队伍中，我明白了自己的行动会影响到他人，要想整体达到最好的效果，就需要每个人都发挥自己的优势和努力。在军训中，我学到了如何与他人合作，并领悟到只有团结在一起，才能取得最好的结果。

第三，军训让我树立了严守纪律的观念。军训中的纪律要求严苛，每次上课之前都要做好准备，保持队伍整齐划一，服从指挥和组织。一丝不苟的纪律要求让我更加严肃和自律，并且帮助我养成了良好的习惯。通过遵守纪律，我明白了纪律的重要性，纪律可以让我们更加有组织性，高效率地完成工作，使整个集体更加团结和有力量。

第四，军训让我变得坚韧不拔。军训期间，天气炎热，训练强度大，往往会使人感到身心俱疲。然而，面对这样的挑战，我学会了坚持。无论是被酷热的阳光晒得满头大汗，还是累得腿软步履蹒跚，我都告诉自己，只有坚持下去才能取得更好的成绩。我逐渐明白到，只有在面对困难时坚持不懈，才能克服困难并取得成功。

最后，军训让我明白了自己的潜力。参加军训让我意识到自身的潜力是无限的。通过不断的尝试和挑战，我发现自己的潜力远超过以前的想象。我可以跑更远的距离，做更多的俯卧撑和仰卧起坐。这种意识让我更加自信，也让我对未来充满了期待和信心。

总而言之，军训是一次磨练意志、培养团队精神的宝贵经历。通过军训，我不仅在体能上得到提高，也学会了团队协作的重要性，以及纪律和坚持的重要性。我相信这些经历将对我未来的生活产生积极的影响，让我更加坚韧、自信和成熟。

**军训心得体会篇三**

第一段：军训的初体验

军训是一段难以忘怀的经历，严格的军训生活让我感受到了军人的艰辛和坚韧，也让我明白了身体力行的重要性。初次踏入军训场，我不禁感到紧张，担心自己是否能够适应这样严格的训练。然而，随着漫长的军训时间的推进，我逐渐学会了如何调整自己的心态，接受挑战，并从中获得成长。

第二段：坚韧与毅力的培养

在军训过程中，不论是艰苦的体力训练，还是严格的纪律要求，都考验着我们的毅力和耐力。常常天亮前的晨跑让我们疲惫不堪，但是我们必须坚持下去。在炎炎夏日的烈日下，军训场上温度高达三十多摄氏度，烈日炙烤着我们的身体，汗水湿透了我们的衣服，但我们依然要坚持训练。通过这样的锻炼，我逐渐培养了坚韧的品质，学会了在逆境中不屈不挠地前行。

第三段：团队精神的重要性

军训中最重要的课程之一就是团队训练。在战术训练中，我们需要密切合作，互相配合，共同完成任务。每个人的角色都非常重要，一个小小的失误都可能导致整个团队的失败。通过与队友们的相互配合，我明白了团队精神的重要性。团队协作不仅仅是为了取得好的战斗成果，更重要的是在困难时能够相互支持，共同面对。

第四段：自律与责任心的涵养

军人的训练是艰苦严苛的，而军训正是锻炼我们的自律和责任心的良好机会。在军训中，我们要严格遵守纪律，按时完成各项任务，保持良好的军人形象。这种强烈的规则意识对我们的自律和责任心提出了极高的要求。通过军训，我逐渐养成了严格约束自己的习惯，学会了为自己的行为负责。

第五段：军训的收获与感悟

军训结束时，我回首往事，感慨万分。军训不仅使我体会到了军人的艰辛，也让我感受到了团结协作的力量。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，也培养了坚强的意志。我明白了严格自律与责任心的重要性，也认识到了团队精神对于成功的重要性。这些都是我在军训中得到的宝贵财富，将伴随我一生。

总结：

军训让我经历了身心的全面锻炼，使我从一个稚嫩的学生成长为一个有着坚韧毅力、团队精神和自律责任心的人。虽然军训带来了辛苦和痛苦，但我却觉得这是一段难得的宝贵经历。我相信，在未来的生活和学习中，这些与军训相关的品质将会起到重要的作用，帮助我克服困难，取得更多的成就。

**军训心得体会篇四**

两周的军训的日子，让我内心一种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有过放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，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，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树;雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹;溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

初一军训心得体会600字(二)

**军训心得体会篇五**

“谁能告诉我军姿的要领！”“报告！三挺两收一上顶！”“你叫什么！”“秦逸！”“好！放松站！”绿茵场上，我们全副武装的新警正头顶烈日，脚踩“焦土”练军姿。教官眨着鹰隼般的目光正灼灼地扫视着每一个新兵蛋子，确保我们体验到最原汁原味的军训。

“你叫什么！”“报告！黄章才！”“有进步！放松站！”又一个小伙伴可以放松站了，大家都卯足了劲让自己变成真正的树，希望教官经过的时候能撂下一句“放松站”。终于，我也被许可了，内心一阵欢呼过后反而有一股力量让我站得更正了。偷偷瞄了瞄其他被表扬的伙计，他们依然在跟大树较劲。好，那咱就继续沐浴最高处的阳光吧。

“细节决定成败”这一理论已被教官落实得淋漓尽致。作为一名十多年的老兵，他对每一个动作要领都如数家珍，更对我们每一个新警的小心思一清二楚。既看整体，又细看个人。任何人胆敢有些许小动作都逃不过他长在背后的“眼睛”，也甭想期许教官会“法外开恩”。犯错一定有罚，认真一定有赏。从手型到腰带，再从脚掌到肩膀，甚至眼神、嘴型等，我们每个人都在他的精雕细琢下脱胎换骨，威武雄壮。

时刻咬紧牙，锻炼的是毅力，成就的是意志，钢铁般的意志，属于人民警察的意志。

**军训心得体会篇六**

军训是大学生活中至关重要的一部分。作为一名大一新生，从我进入大学的第一天开始就开始了为期一个月的军训。通过这段时间的锻炼，我收获了许多宝贵的经验和体会。首先，军训教会了我坚持不懈的精神。其次，军训让我明白了团队合作的重要性。然后，军训加强了我自律自强的意识。最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。通过这一段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。

首先，军训教会了我坚持不懈的精神。在军训中，我们要经过严格的体能训练和军事技能的学习。这些训练项目非常艰苦，让我多次想要放弃。然而，我明白了只有坚持下去才能取得进步。每一次的汗水和疲劳都是我成长的经验，让我变得更加坚强。在军训结束时，我已经不再是一个软弱的新生，而是一个具备坚韧精神的大学生。

其次，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训中，我们每天都要进行集体训练和集合队列，要求我们相互配合和默契配合。每个人都有自己的任务和责任，只有合作才能完成任务。我记得有一次，在队列训练时，我没有按时抬头，结果引起了整队的不整齐。这让我认识到自己的错误不仅会影响自己，还会影响整个团队。从那以后，我更加注重与队友的配合，在团队中发挥自己的作用。

然后，军训加强了我自律自强的意识。在军训中，我们不仅要遵守军事纪律，还要按时参加各项训练和活动。只有准时完成任务，才能得到指导员的认可和肯定。这让我明白了时间的宝贵和规律性的重要性。因此，我开始制定计划和目标，严格按照计划执行。我学会了自律和自强，这对我以后的学习和生活都有很大的帮助。

最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。在军训期间，我了解到军人的辛苦和付出。他们无私的奉献和对国家的忠诚让我深受感动。在军训中，军官们严格要求我们，但他们也是我们的榜样和引导者。我从中学到了优秀军人的操守和品质，对他们有了更深层次的尊重和敬佩。

通过这段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。军训让我成长为一个更加坚强、自律和有责任心的人。我相信这些品质将在将来的学习和工作中发挥重要作用。我也更加理解和尊重军人职业，对他们的奉献和付出表示敬意。军训经历让我受益匪浅，我将牢记所学，努力成为一个对社会有用的人。我相信，通过军训，我在大学生活的起点上迈出了坚实的步伐。

**军训心得体会篇七**

军训是大学生活中的重要组成部分，不仅可以锻炼身体，提高身体素质，还能培养纪律意识和团队合作能力。三个星期的jl军训让我受益匪浅，获得了很多宝贵的经验和收获。以下是我个人对jl军训的心得体会。

第一段：初到军训场

我记得当我第一天到达军训场时，一种强烈的紧张感充盈全身。我担心自己会不习惯军事化的训练，担心自己不能适应军事人员的严格纪律。然而，当我进入军训场，见到一群和我一样紧张又充满期待的新生时，我的紧张感也渐渐消失了。我们一起参与各种集体训练，学习军姿军礼，虽然艰辛但也充满乐趣。我意识到军训不仅是为了锻炼身体，更是培养我们的纪律性和集体意识。

第二段：严格的训练

jl军训的训练内容非常严格，包括晨跑、军事训练、体能训练等。这些训练都夹杂着紧张的口令和教官严肃的表情，我的身体迅速变得酸痛起来，每一次跑步都让我感到无比疲惫。然而，我始终没有退缩。训练的期间，我表现出良好的毅力与耐心，并与队友们互相鼓励，共同努力。通过长时间的锻炼，我的体能和耐力有了极大的提升，也体会到了团队协作的重要性。

第三段：纪律的培养

jl军训强调纪律的培养，每一天的训练都离不开严格的纪律规定。从早晨的集合到晚上的解散，我们要遵循军人的行动规范，严格要求自己按时到达指定地点，并按照教官的口令和队列的号子有序行动。训练期间，我们不允许随便交谈、随地乱扔垃圾，这让我认识到了纪律对于集体的作用，学会了严格要求自己，形成了保持纪律的习惯。

第四段：团队合作的重要性

在jl军训中，一个人的力量是微不足道的，只有在团队中才能发挥自己的潜力。我们要团结合作，相互支持，共同完成任务。例如，在队列训练中，我们需要默契地配合，保持整齐划一，这需要大家共同努力，齐心协力。通过军训，我懂得了集体的力量，学会了倾听和尊重他人的意见，同时也培养了自己的领导能力和团队意识。

第五段：收获与感悟

经过三周的jl军训，我的身体得到了锻炼，身体素质得到了提高，但更重要的是，我在军训中收获了珍贵的经验和感悟。我明白了纪律性的重要性，学会了坚持和奉献，体会到了团队合作的力量。军训让我更加从容地面对困难和挑战，在今后的学习和生活中，我将把军训所培养的品质继续发扬光大。

总结：

通过jl军训，我在身体上得到了锻炼，更重要的是在心理上得到了成长。军训期间，我充分认识到纪律和团队合作的重要性，并学会了坚持和奉献。这三周的军训给我留下了深刻的印象，成为我大学生活中的重要经历。我相信，通过这次军训，我将能够更加从容地面对未来的挑战，实现自己的梦想。

**军训心得体会篇八**

当军训渐成回忆，当时光继续流淌，那些人，那些事，都会成为过往。

而这份记忆却渐渐愈发地香醇起来，动人而绮丽。

当教官连长一次次提醒教官排长们是不是又忘了吹哨子安排上下课时，小伙伴们都会忍俊不禁，原本白杨一般的军姿在骄阳下前俯后仰。

当副排长们用他们独特的嗓门来吃力喊着口号时，尽管已经听了许多许多遍，但还是忍不住想调侃他们的口号口音十分具有“特色”。

当副连在各种集队前装出一副严厉的样子时，我们都会默默地念叨着“放下水壶”，然后紧接着就是喜闻乐见的饭前连队番号练习，喊得卖力或不卖力，我总会看到副连的嘴角挂着一丝微笑，然后放我们去吃饭。

才刚走了一半，副连紧接着又卖了一个震惊的神色，“等等，下午要2点40集合!都记住了!”

当指导员和副指导员在训话的时候，原本作为女性柔情的脸庞硬生生地摆出一副生气的模样，让我们看了也不禁内心惭愧。

随即仿佛是被我们的样子逗乐了，她们总会适时地露出灿烂如花的笑容，把小伙伴们又逗得爽朗大笑。

我已然开始怀念，训练归来时叫“教官好”时东张西望看看教官在哪。

我已然开始怀念，合唱训练时那动人的古筝与笛子合奏多么让人心动。

我已然开始怀念，踢正步时那值得我们嘲笑的风一般的速度，以及脚板底的酸痛。

我已然开始怀念，劈枪方阵练习时多少次被枪砸到脸蛋，砸到腿的疼痛与肩枪前进的自豪感。

教官们有时会像小孩子一样，像我们的苏排长总是会找副排长和其他同学来聊天消遣解闷。

他们凌厉的眼神透露出来的是军人的坚毅以及许多许多的不舍，有时如刀子般尖锐，有时却如月光般柔和。

副连、指导员和副指导员他们更像是我们军训中的导航者，作为学长和老师，他们教会了我们团结协作，教会了我们无私奉献，更教会了我们正视规则。

而与我们共同奋斗的时光，也必将是军训中我们二连最美好的回忆。

同志们是互相之间生活的调剂，是互相间精神的依托。

在训练中，一个相视的眼神让我们备受鼓舞，一次卖力的拉歌让我们更加团结，一起放声地歌唱让我们享受快乐……我们互相之间的友谊更是军训中不可缺少的一个环节。

回忆让我们富有，思念却让我们贫穷。

我们渴望长大，却总在长大中怀念过往中的人与事。

军训终将成为回忆，当军训渐成回忆，也许明天，你们会继续陪我度过，潮起潮落。

军训，定会让我更加挺直腰背，活的更加潇洒!

**军训心得体会篇九**

x月xx日星期x，我们全体四年级的同学去军训了，每个人都带着自己的生活物品，如：袜子、衣服、牙刷、牙膏等等。我们四年级的人都凑齐之后，我们开始认识教官，我们的教官姓陈，我们叫他x教官。

我们坐公交车去军训基地，到了之后x教官叫我们下车，我们就到了军训基地，之后教官说：“我们有上操场和下操场，没有经过教官的允许，都不可以从上操场和直接下操场去玩，我们的宿舍在上操场，男生在一楼，分别是xxx、xxx。女生在二三楼。食堂在下操场”。之后教官教我们立正、稍息、向前队正、坐姿、蹲姿等等。

军训要求我们每天6：20准时起床，起床之后立刻刷牙、洗脸、穿衣服，之后，就开始站队等教官来，教官来了之后我们就去训练，训完练之后我们就去吃早餐，吃饭的时候，只有教官说吃我们才能吃。吃完早餐之后我们开始训练。

训练到中午，由该我们去吃饭了，我们站好队，进入了饭堂，吃完午餐之后，我们把水装满，之后我们就去午休了。

晚上，9：08准时熄灯，每个人都不许说话，不然的话被教官发现了要出去罚站的。

最后我们每个人都恋恋不舍地离开了军训基地，每个人的脸上都满怀着留恋，等待着下一次军训的到来。

**军训心得体会篇十**

第一段：

军训是人生中的一次重要经历，我所在高校的军训时间为21天。这意味着21天的体能训练、军事素养培养和现实适应，也同时意味着21天的体验、挑战和成长。在这21天中，我经历了许多，学习了许多，也感悟到了许多。尤其是那在军训中得到的宝贵经验和体会，是我宝贵的财富。

第二段：

在训练中，最令我印象深刻的是那残酷的体能训练。在酷热的太阳下，整开一天的训练似乎永远不会结束。而全程要抓紧训练的任何一秒钟，只是为了下一秒钟多休息一秒钟，希望那永远贪求的时间可以稍微停一下。然而，这种贪图的想法只是幻想，所以我开始适应。通过这种过程，我明白了自己的耐力极限和内在实力。

第三段：

除了身体上的锻炼，我也在军事素养方面得到了很多的提高。在军训中，我们接触到了许多军事基础知识、作战原理和武器装备等相关知识，也从中体会到了同志情谊的意义。此外，通过军事训练，我明白了团队的重要性和紧密配合的意义以及个人精神状况和心理承受力的重要性。

第四段：

除了军训所带来的提高和收获，我也从中发现了一些不足。如：对心理素质和对身体的健康重视不够、疏忽了制度等等。这些不足之处我将汲取教训，在以后的学习和工作中不断克服。

第五段：

总的来说，这次军训让我受益匪浅。我经历了心理和身体的磨练，强化了自己，同时也认识到了自己的不足之处。我将积极地调整好自己，努力攀登成长路，尽力将军训中得到的收获和体会变为我人生的一笔不竭的财富，为铸就自己更坚实的根基，奠定更广阔的发展空间。

**军训心得体会篇十一**

第一段：军训是一次重要的体验

军训是大学生活中难得的一次机会。在大学里，我们几乎没有机会接触军事训练，而这个机会让我们感受到了严谨和纪律。初次接触军训时，我感到兴奋和激动。我想通过这次军训，锻炼自己的意志力和集体精神。经历过军训后，我深刻地体会到了军事训练的严肃性和重要性。

第二段：军训锻炼了我的意志力

军事训练不仅仅是身体上的锻炼，更是对我们意志力的考验。在烈日下，我们进行长时间的军事操练，身体逐渐疲惫，但我坚持完成每一个动作。这种锻炼让我明白了坚持不懈的重要性，只有坚持下去，才能取得好的成绩。在军训中，我学会了克服困难，保持积极的心态。这些都是我在日常生活中所需要的品质，对我以后的成长有着积极的影响。

第三段：军训加强了我的团队合作意识

军训不仅是个人的修炼，更是一个集体的训练。在军训中，我们需要协作完成各种任务，如搭建帐篷、进行排练等。这些任务需要我们相互配合，协同努力。在这个过程中，我学会了团队合作和沟通的重要性。只有与队友紧密合作、相互支持，才能够取得优异的成绩。通过军训，我感受到了团队的力量，也学会了与人合作的能力。

第四段：军训塑造了我坚韧不拔的品质

军事训练的严谨性和重复性对我们的毅力提出了很高的要求。每一次的操练都要求我们按照规定正确而坚定地完成。而这种毅力训练，对我以后的学习和工作都具有重要的意义。在军训中，我学会了不怕困难、勇往直前的精神，这对我以后的人生道路有着深远的影响。

第五段：军训带给我美好的回忆和启示

军事训练是我大学生活中的一段美好回忆。在军训中，我结识了很多优秀的同学，并与他们一起度过了难忘的时光。他们的勇敢和坚持，给我带来了很大的启发。这段经历让我明白，只有勇于迎接挑战，才能够不断成长和进步。

总结：

军训是一次充实而难忘的经历。通过军训，我锻炼了意志力，增强了团队合作意识，塑造了坚韧不拔的品质。这次军事训练不仅仅是为了增强我们的体魄，更是为了培养我们的综合素质和培养我们的坚忍耐力、协作能力和团队精神。军训的经历将成为我大学生活中一笔宝贵的财富，我将会将其中的所学应用于今后的生活和学习中，并与他人分享这些宝贵的体验。

**军训心得体会篇十二**

换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫明的向往。

军训终于开始了！

我的天！淋漓的汗水洗去了曾经的兴奋，疲软的手脚，谋划着酸痛的阴谋。懒惰的后羿呀！当初为什么不把这第十个太阳一并射下？现在它正得意洋洋地狞笑在我们的头顶上，用它恶毒的热量，将我们晾成新鲜的木乃伊。

接下来发生的事我知道却又不知道，经历过又像没有经历过，到现在写本文时，摸着摔伤的手才猛然醒悟：噢，原来我有了有生以来第一次晕倒！

军训苦不苦？苦！军训累不累？累！不军训好吗？不好！

如今的我们都是一把把雏剑，只有用军训的磨刀石才能将我们磨成锋利的宝剑。

砂石刺痛河蚌，河蚌将它变为明珠，只要我们努力，军训的艰苦生活也会大放异彩。

蔡嫄：今天是我参加军训的第一天。一直对军训充满期待的我以为军训只是像平时上体育课那样简单轻松，可是看似简简单单的军姿却把我弄得连膝盖都直不起来，来来去去都还是重复那个动作，虽然觉得有些无聊，但是要做好它却不是一件易事。事实上，我已经尽了我最大的努力来完成今天的训练了，我想我的同学也是，但效果还是不怎么样，我这才知道我们平时是多么的懒散。

今天的太阳也比前几天的更加烈。站在太阳下，不一会儿，汗水就一滴滴地从额头渗出来，顺着我的鼻梁，慢慢流到鼻尖，最后落在嘴唇上。今天我第一次尝到了汗水的味道。辛苦是有的，但我相信这6天后，我的身体会棒棒的。

经过了今天一天的训练，我已经渐渐意识到我必须做一个有纪律，不怕苦的人，这样对个人而言，无论是以后的学习、生活、工作都会带来益处。

**军训心得体会篇十三**

8月25日，我跨进了地质中学的校门，我是0712班的，在这里，迎来了军训生活的第一天。一开始，我还怀着轻松的态度去看待它，没想到，它不好惹。

“稍息，立正，向右转，向后转……”这些简单的口令就像遥控器一样，全方位地操控着我们，弄得我像个芭蕾舞演员，转得找不着北。天气炎热得像个烤炉，汗水像断了线的珠子，一刻也不休息，我不断地做着这些乏味的动作，相信我渐渐要从亚洲人转化为非洲人了。再看看别的同学，也是各个“汗”无止尽。但，说实在的，只有教官最热，还戴着帽子，穿着长裤、皮鞋，衣服不湿透才怪。军训的第一天，让我激动，让我紧张，更让我快乐，突然感觉自己学到了好多，好多……不仅仅只是一些乏味的动作……辛苦过后竟感觉有种莫名的喜悦，也许是先苦后甜，又也许是应证了了那句话：痛并快乐着。

接下来的几天，我们学了敬礼、正步走、齐步走，汗水都可以装一桶了，每一次流汗，都是一个难熬的过程；每一次流汗就像许多条小虫子，从头爬到脚，痒痒的；每一次流汗，都在向的成功迈了一小步……让汗水流吧！下吧！撒吧！只要能在汗水中看到成功的影子，我们任你摆布。

团结是成功不可缺少的佐料。无论何时，一句鼓励，一份安慰都会让他（她）欣然微笑，记得老师在比赛之前说过：“现在不是展现个人英雄主义的时候！”我学习齐步走，动作做的总是前不着村，后不着店的，哪一只脚走歪了，身子就整个不协调，就会因为我一个人，而影响了整个班，正可谓；牵一发，动全身哪！

多少付出等于多少成功。会操过后，宣布成绩，我们0712班获得了2等奖。之后，教官们给我们展现了精彩的表演，每一个动作都让我心潮澎湃。

原来当一名合格的军人是多么不容易呀！

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