# 2025年军训心得简单(通用9篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-06-07

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。军训心得简单篇一记得在军训之前，我认为军训是一...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**军训心得简单篇一**

记得在军训之前，我认为军训是一件不仅苦而且乏味的事。可没想到的是，军训其实是一件非常有意义的事。它教会了我们许多书本上没有的知识，使我在军训后一下子成长了好多。

在8月15日的早晨`，我们怀着激动的心情以及对军训的好奇与憧憬来到了位于固安的军训基地。在这里，我们认识了要与我们共同军训7天的陈教管。

在这7天里，我们知道了什么是服从命令、听从指挥、刻苦训练、迎难而上、挑战自我等等。军训的第一天我们学习了拔军姿，在这之前，对于没军训过的我来说，认为拔军姿是一件很简单的事，我想：“不就是立正么，肯定很简单的!”可是，当我真正体验到了拔军姿的威力后，我不禁心头一震。

拔军姿首先要立正，抬头挺胸，两眼目视前方，然后大拇指要贴于食指第二节，两手必须紧紧地扣在裤子上，中指要紧贴裤缝线，腿一定要挺直，不能有弯曲的趋势。

其实，光是这些还不算什么，重要的是要保持这样的姿势站立很长时间，即使身体上的哪些部位痒痒或是有虫子之类的生物在身边飞也不能动弹。

拔军姿真的很锻炼人，它教会了我们什么叫毅力，什么叫坚持，更告诉了我们部队有铁的纪律，不能因为自己的小动作而影响了整体。

在这里，我想到了那些战士们，他们是国家的护卫军，更是勇敢、无私的象征。多少个佳节他们只得在远方默默地思念着亲人，孤独地在夜空下站岗执勤。我不禁对他们产生了崇敬。

学完军姿，我们又学习了起步走和正步走。其中，给我印象最深的是正步走。当我们迈着整齐的步伐，听着脚落地的整齐的“啪啪”的声音时，我感受到了集体的团结。因为只有团结才能使我们的心合在一起，才能使我们踏出那么整齐的正步。当我们踏着正步走过主席台时，我真的很激动，同时我也感受到了身为中国人的那种自豪。

此外，我还学习了女子防身术，通过这次学习，我从一个柔弱的女生蜕变成了一个坚强的人。当我们喊着口号用力打出漂亮的一拳时，真的很有气势，这种气势足以使在场的每个人为之一振。

军训生活除了训练，还有吃饭和睡觉等等，没有军训过的人可能会笑：“吃饭和睡觉有什么好说的?”可是我要说，在这里的日常生活个家里的完全不一样。每天早上听命令起床，绝不能晚。吃饭前要喊番号，晚上要按时熄灯等等。在这里，一切的一切都要军事化管理，不能有丝毫的马虎。

这里的条件虽然艰苦，但也教会了我们许多：吃苦的上上境界不是忍，而是甘之如饴。

虽然军训只有7天，但是这7天足以使我们懂得了生活的真谛。我永远不会我忘记我得知第一次军训。我相信，在今后的日子里，我会珍惜资源，严格要求自己，努力做一名优秀的高中生!

**军训心得简单篇二**

自从有了计划生育政策，好多学生就没有经历过家长的目送自己走进学校，然后回到家已是一个小成年人的情景。这一点，让我们更多地意识到了自己的成长，和对自己的责任。而军训，也因此成为了一个必不可少的环节。刚开始的时候，总是感到很难熬，各种器材和动作不熟练，比如单腿欠身、哑铃卧推等，都是让我们头疼不已。但是当你坚持下来，通过磨炼，你会意识到：军训真的是最简单的事情。

第二段：军训的意义

首先，它让你纪律性得到了提升。每天的行为举止都有规定，要按时起床、按时上课、按时吃饭等等，一旦无法遵照执行，就会遭到责罚。其次，军训让我们的团队精神有了很大的提升，我们不再是一个人在战斗，而是和一群人一起冲锋陷阵。最后，军训也提高了我们的体质，练习的步伐可以增加气量，做俯卧撑可以增加胳膊力气，头领出汗时也会诱发新陈代谢。随着锻炼的不断推进，我们的身体也逐渐变得强壮。

第三段：克服困难的心态

在军训的过程中，我们经历了许多困难。有时候练习时繁多的动作让人眼花缭乱，有时候难以适应严格的纪律，有时候也会产生丧失动力的情绪。然而多少天来，我们的动作变得越来越流畅，纪律也更加规范，这些是我们自身的成长。总之，军训行动其实就是一种克服困难的过程，在里面做的每个步骤，都是一次成长，都是我们实现自我的过程。

第四段：与同学关系的改善

有一件事是让我们不得不去尝试学习如何去处理关系的，那就是在与同学之间的关系上。我们在以前很少有机会来接触一些不同的人，而军训也让我们有了机会接触到其他的学生，而这些人的性格、习惯、爱好都与我们不一样。通过互相尊重、互相理解，我们的关系会变得更加和谐，这也是军训所带来的意义之一。

第五段：结束语

在每年的军训训练中，学生们都会有很多的感受。总的来说，军训不仅是一个体能训练的机会，也是一个人品素质的净化器，在其中学到的纪律和规矩都可以延续到以后的生活中去，让我们的人生更加完整。从这个层面来说，军训简单的心得体会就是对生活本身的认识与领悟，实际上学到了更多的是一种生活方式，它在训练中迎面而来，成长中绽放，无论面对困难还是面对未来，都可以轻松地迎接。

**军训心得简单篇三**

人们都说军训是一个艰苦的历程，它可以使一个白皮肤的人变成黑皮肤，可以使一个精气十足的人变成疲惫不堪，也可以使许多人对它退避三舍。但是，经过这次军训后，我认为以上的说法都是片面的，并没有真正明白军训的好处。

我觉得，一个人的意志是否坚定，可以从军训中体现出来。比如说站军姿的时候，假如你站了一会儿就觉得不舒服，然后东张西望，违反了站军姿的要求;假如你意志坚定，知道站军姿要求我们在队里一动不动，无论外界有任何动静，你都要熟视无睹。

一个集体是否团结，有集体荣誉感等，也可以从军训中体现出来。就像我们在会操中得第一名一样，靠的就是同学们的团结一致，有高度的集体荣誉感。正因为这样，同学们才取得了优异的成绩。

军训，使我明白做人要坚强，遇事不退缩，团结就是力量。只要大家齐心协力，我们班级的明天会更好。

简单的军训心得体会5

**军训心得简单篇四**

军训生活已经过去3天了，但每当走过操场便会想起那教官给我们示范的动作;那同学们在烈日炎炎下汗流浃背的身姿。

回想几天前，我们还在操场上练习，仔细的听着教官的话，生怕落下一句话。几天后，我们还在这里只是没有了那教官严厉的话语。

我的学习生涯就像一个沙滩，我们生活中发生的事就像沙滩上的贝壳。每个贝壳里都有声音，有的声音是甜美的，有的是阴郁的.;有的是开朗的……在这些美丽的贝壳里，有很多难忘的贝壳，正如这几天的军训一样，永远在我的心中，永不忘记。

**军训心得简单篇五**

八月的天气十分炎热，知了不停地在树上叫，令人烦躁。放个暑假，应该舒舒服服的呆在家里的，可偏偏进入中学大门前的“门槛”——军训又偏偏降临。

我们最先练习的是站军姿，抬头、挺胸、两眼平视前方，两只脚呈60°……虽然是站在树荫下训练，可还是热的满头大汗。一股股热浪不断涌来，没有丝毫的凉意，大家的衣服都被汗水浸湿了。

下午我们练习的是原地踏步，教官要求我们必须先踏左脚，不可以弄错，而且脚要抬高。为了让动作更标准，教官还特意用了十几分钟，让我们一个动作一个动作地练。我们长时间抬起一只脚，很难掌握平衡，同学们都东倒西歪的。

第一天的训练让人腰酸背疼，大家都暗自叫苦连天，可是谁也没有放弃，第二天的军训都准时到达。

第二天的军训如期而至，操场上毒日的煎熬，热气不断地从地里往上透;脚跟因为不断踏步，站军姿而弄得生疼，脚板又酸又疼。但我仍撑了下来。

这五天的军训虽然很苦，很累，但这些哭和累，是成长的催化剂，是在磨练我们橡树一样坚挺向上，不屈不饶。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗话说：不经一番寒刺骨，哪得梅花扑鼻香?军训，它教会我们今后该怎样面对人生的挫折，教会了我们一种宝贵的精神——坚持!

简单的军训心得体会3

**军训心得简单篇六**

今天是开始军训的第四天，在这几天的军训过程中我感受颇深。军训给我的感觉一直是严肃的，是专注的。虽说是学生军训，但是教官们都拿出了100%的责任心。教官严肃的面孔，沙哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服。一切似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我懂得了许多。

军训的这几天，让我内心深处感受到真诚待人、团结一心的重要性，当方队里一人犯错全队受罚时，让我深知我们是一个集体不能因为自己的过失而连累所有人。所以大家面对训练时都很认真。踢正步时需要的是所有人节奏统一，步伐整齐。并且难度是最大的，我们一遍又一遍地踢着正步。磨炼我们动作的同时也在磨炼着我们的意志。这让我们变得更加坚强，更加团结。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层。

**军训心得简单篇七**

早上的微雨天气带来了凉爽的气氛，迎来了快乐的心情和第二天的军训。由于下雨的关系，上午并没有训练，只是简单的学了一首军歌，看了看书而已!

眼看着“美梦”就要成真了，只是好景不长——下午雨停了，我们开始训练。原以为还是像昨天一样，简单做几个动作，便草草了事。谁知，教官又增加了难度——练习蹲。山外有山，楼外有楼，这个动作完全打垮了我们的自信心，原来以前只是简单的认识军训而已，是希望我们不要在第一天就气馁。一声声惊叹从心中冒出，不想坚持的想法浮上心头，但是最终战胜困难的决心变成了力量，替代了不靠谱的想法。

“骐骥一跃，不能十步;驽马十驾，功在不舍”，其实军训很简单，关键看我们是否有正确的态度，是否有设立目标，是否坚持。“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”，为所想而所做——不累;“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，为所求而所动——不苦;“锲而舍之，朽木不折;锲而不舍，金石可镂”，为所需而所持——不馁!

**军训心得简单篇八**

第五天，对于四营来说，是军训以来最煎熬的一天。早晨的烈日伴着高强度的训练凝结成了我们滴落得汗水。这汗水，蕴含了我们的坚持的努力，更是我们团结的证明。

队列训练，看似简单的动作却很难协调，每一个人如同一个不同的音符，只有在排列整齐的时候才会奏响关于团结的悠扬乐曲。

战术训练，难度最大的是不是匍匐的姿势，而是同学们的心能否同时也匍匐下去，压低姿态，低调行事，谦虚受教。尽然全身沾满野草与泥土，不变的是那颗坚持升华的心。

拳击训练，挥出去的拳，踏出的步，带出来的风，这是制敌之术，也是进退之术。人生亦是打拳，有没有防，一进一退之间，恍惚一世道理，为人处事，学习工作，有进退灵活，擒敌之法手到即来。

认真，是对一件事或一个人的尊重，既是这不能成为负担，但若还存有年轻人的朝气，就不应苟延残喘，似暮年驼，只知长叹。青春日子如江猛逝，何不趁风而行，载着梦想的船，遨游在这条江水之中，船必归岸，莫使愧空。拿出令人羡煞的精力与热情，自由自在的飞翔吧。

青春如火，超越自我，放眼天下，志在千里!

**军训心得简单篇九**

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。

给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，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。这可是我第一次与军人接触。

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