# 军训感悟字(精选14篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2025-04-19

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。军训感悟字篇一第一次看五星...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

**军训感悟字篇一**

第一次看五星红旗冉冉升起，是和咱们的教官一起，和一群不知道日后会有多铁的伙伴一起。记得第一天我们还没拿上军训服，在走向升旗台的路上，柔柔的阳光淡淡地照在慵懒的身体上，我们不时揉着惺忪的睡眼，像温顺的小猫享受着来自清晨的问候。然而，一列整齐的队伍打扰了这个原本安静的世界。“一，二，三，四，一二三四”，炸裂般的声音划过天际，一个身着海军军官服的白色方队出现在升旗台下。挺拔的身姿，英俊的相貌，据说都是某某海军派来的教官。那时，我们肃然起敬。

当我们领了军装穿上的那一刻，一种说不出的使命感油然而生，一股热血在胸腔涌动，心想着终于可以再锻炼自己一次了。但让谁也没想到的是，从前轻松欢快的军训生活在海大这个地方变得严肃起来。没有表情挂在脸上，总摆出一副雄赳赳气昂昂的姿态，我们的教官就是如此，像极了电视剧里边那些从不给人好脸色的霸道总裁，我让你扎马步你就得扎马步，不扎给我滚蛋。然而军训场上的我们就像塞住嘴了的被吊打的囚犯，再痛再累也不能吭一声。更让人不能理解的是休息你还得给我坐直了，真是撞到鬼子窝里了。一开始我还真就是这样想的。

“我受够了等待，你所谓的安排，说查内务到底多久才来”，还有个事情真让人受不了，军训前几天只要一待在宿舍就是叠被子，我记得我们宿舍4个人的被子都差不多要被叠哭了。如果说叠一床被子可以救助一个人的话，我们15新生都不知喂饱了几个国家的人口。总之那时候的我总感觉整理内务就跟猫捉老鼠似的，在宿舍里像打地道战，时刻观察敌方动静，一有情报，马上动手。

但是我们的内心里总有那么一股精神，一股不服输的精神，在灵魂的旗帜上飘扬。所以在一个个鸡还未打鸣的清晨，太阳还赖在床上，一列列迷彩军团早已挺拔了身姿等待即将到来的考验。之前的抱怨和一切不愿意都如烟飘散，我慢慢感受到心中那一股热血，在胸膛里面迂回流动，等待喷薄。黝黑的面孔，坚定的眼神，流汗了我们不敢擦，站累了我们不敢动，此刻的我们已觉自己是一名军人，应该拿出军人的气魄，站出军人的风采。

军练一天天进行着，似乎快到白热化的阶段。我们仍然顶着骄阳，踏着绿草地，但不同的是我们不再是只会走齐步的娃娃兵，我们是表演方队，我们练的是擒敌拳，我们有着别人从未有过的洒满热血的使命感。那一天天，我们对抗，我们跌倒，我们展现着一个新兵蛋子应该有的气势与热情；那一天天，我们冲拳，我们呐喊，我们喊出属于15级新生自己的气魄和激情。那一天天，我逐渐明白军训的意义，军训只不过后悔14天，不军训必然要后悔一辈子。

在苦累的日子里，我们大家也有欢乐，教官教我们唱歌，我们学会了一首超级萌萌哒的教官之歌:“教官教官，帅气的教官，你是我们的好教官！”当然，最令我们笑破底线的就是我们的拉歌比赛，尽管嗓子喊得跟含着唾沫的鸭子似的，仍然是笑得不亦乐乎。还有咱方队的每个战友都蛮热心，互相帮忙整理着装，在烈日下挥洒出一幅其乐融融的迷彩色画卷。

当象征着出战的大鼓擂起来，我们擒敌拳方队像汹涌的波涛滚滚而出。不为任何人而战，我们从第一次冲拳到最后一次呐喊都是为自己而战，为荣誉而战，为咱们大家共同的努力而战。也就是在那一刻，世界安静了，我心中的那一股热血燃烧了，沸腾了，我找到了人生继续精彩地走下去的理由。不为自己，也为这个精彩的世界。

惆怅，但青春终归是美好的，它在开头给我们开了一个玩笑，却又在结尾给了我们一个荡气回肠的吻。最美好的年华献给最珍贵的行程，永远羡慕那14天的汗水，永远铭记那几张负责任的嘴。无论他们是蓝天碧海上英勇无畏的海军，还是中国海洋大学里一名合格的学长，他们都是我们的好教官。“教官教官，帅气的教官，你是我们的好教官！”

当我脱下脱下这身军装，不舍难忘或感伤，仍面向前方。

**军训感悟字篇二**

在大学的军训中，我初次体验到了军人的生活和军事训练的严苛程度。军训的一大特点是高强度的训练，我几乎每天都要进行长时间的体能训练，而且无论是在酷暑还是严寒的天气下，都要坚持训练。这给我带来了身体上的疲劳和不适，但同时也让我感受到了挑战和超越自我的快乐。通过军训，我明白了坚持和毅力的重要性，也更加深刻地意识到自身的身体素质和潜力。

第二段：军训培养军人的品质与责任心

军训不仅是对体能的锻炼，更是对军人品质的培养。在军训中，我们要严格遵循纪律，服从上级指挥，这要求我们要具备严谨的态度和严密的组织能力。军训也培养了我们的团队合作和协作能力，只有全体一起努力，才能完成各种任务。同时，军训也让我更加明白了责任的重要性。无论是作为一个小组的成员，还是作为全队的一份子，我们都要为集体的荣誉和任务的完成负责，这对于培养我们的责任心是至关重要的。

第三段：军训中真实的军事教育与国防意识的觉醒

军训不仅仅是体育锻炼和纪律养成，更是一种真实的军事教育。在军训中，我们学习了基本的军事知识和技能，如军容军姿、队列列队等，更重要的是我们学习到了一定的战术和战略战术。通过理论与实践相结合的方式，我们增强了战斗力和应变能力。军训也让我更加深刻地意识到我们身处的和平环境并不意味着消极和惰性，我们每一个人都有责任参与到国家的安全建设中去，培养了我对国家和军队的感恩之心。

第四段：军训对个人成长的重要影响

军训不仅仅是对个人体能、纪律和军事素质的培养，更影响了我个人的成长和自信心的建立。军训是一次对个人意志力的考验和锻炼。尽管在训练中经历了无数的辛苦和痛苦，但我体验到了坚持和超越个人极限的快乐，这让我更加自信和坚韧。军训也培养了我在面对挑战和困难时的勇气和决心，让我更加积极地面对和解决问题。

第五段：军训的意义与价值

通过军训，我明白了训练的重要性和自身的潜力，也体会到了团队合作和责任心的重要性。军训不仅是对个人成长和培养，更是对国家安全和集体荣誉的一种贡献。通过军训，我对国家和军队的事业有了更深一层的了解和认同，也明白了作为公民的责任和担当。军训让我更加坚强和自信地面对生活和未来的挑战，成为一个更加有担当和责任的人。

以上是关于“心得体会感悟军训”的一篇1200字的五段式文章，通过描述在军训中的艰辛与快乐、品质与责任心的培养、军事教育与国防意识的觉醒、个人成长的影响以及军训的意义与价值，展示了军训对于个人成长和对国家的贡献的重要性。

**军训感悟字篇三**

星期一的早晨，当我刚刚睁开朦胧的睡眼时，一阵阵鸟鸣就在我的耳边回荡。推开窗帘，一缕阳光照在我的被子上，让我感到万分惬意。但是，我身子上的大脑马上又变得兴奋起来，因为，我得去参加军训了！

军训意味着什么？吃苦、磨砺品格、增强独立能力。我打了一个哈欠，一个鲤鱼打滚立刻就翻身起床。七点半时，我背着沉重的旅行包，站在家的门口，准备迎接五天的训练。走之前，我望了望我的书房、电脑房、餐厅等等，毕竟，我有五天要跟它们再见了！不过，一看到妈妈和爸爸，我的心里就一阵麻木，好似有什么东西堵住了似的，一句话都说不出来。我唯一能做的，就是向爸爸妈妈投来我那带着一丝忧伤的表情，嘴里挤出几个字眼：”再……见！“身后的电梯打开门了，我也不想走进去，只想留在家中，不想离开。好半天才走出家门。

但是一到学校，那种低调的心情马上就激动起来。看到同学们一个个笑容满面的样子，还有同学们搞恶作剧的场面，我的情绪也从悲不由自主地变到了喜。吃着丰富的早餐，我忽然感觉面包显得无味，天空飘过几片洁白的孤云。哦！原来我的心已经飞到了西丽麻磡，准备在军训中大干一场了。啊哈！我准备在军训中摇身一变，变成一名训练有素的小军人。

听到上课铃，我们立刻就紧张起来。一个个坐得笔直，尽量将旅行包缩小一些，好坐得更好。忽然，一位穿着浅绿色军服的军人走了进来，当初我们的脑子似乎像被什么东西挨了一拳一般，吓得一时喘不过气。这是一位长得很帅的教官，他戴着一顶不算很高的军帽，浓浓的眉毛下有一对炯炯有神的眼睛。他的眉头经常向内收缩，并皱起眉头。手和脚都像是尺子一般，笔直笔直，挑不出任何毛病。他的胳膊肘下边夹着一本花名册，是专门用来核对我们的名字或进行其他活动所需。他手里的哨子总是一圈一圈地在空中甩动着。他，就是我们为期五天军训时的教官——李教官。

当我们的大巴发出”嘟“的停车声时，就表明我们已经来到了军训基地。这是一个不算太大的基地。它被群山和树木围绕在一起，隐隐约约地摆在我们的眼前，好似一块小型的森林。中间有一块和我们学校差不多的深绿色操场，踩上去软软的。而饭堂里的`饭桌和碗勺也都是整整齐齐地列在一排，上面还摆着许多貌似”手榴弹“的水壶，它们经常漏水，弄得你的裤子或上衣湿答答的。宿舍则是一个简易的木板房。里面的床分上铺和小铺，两个人睡一个床，一点都不会觉得挤。床上的床单被拉得像墙壁一样光滑，而军被的每一条边则需要像刀切了一般。操场上的同学们一个个都像树木一样，一动不动。真可用”草木皆兵“来形容！

在军训基地里，我们需要适应许多第一次：第一次离开家、第一次洗衣服、第一次体验军人的生活……而我们在这几天里，学会了军体拳：震撼人心的口号、规范的动作及有力的进攻。我们的马步似乎比以前更低了，时间也坚持地更久了；我们的拳头仿佛有一股力量一般，把以前软绵绵的手臂变成了坚硬的拳头；抬腿时坚持的时间也更长了，平衡能力也更强了。我们会自己洗衣服、叠军被等一系列的自理生活，让爸爸妈妈可以少费一点心。我们不会像以前那样，在家里充当”小皇帝“、”小公主“。而是用我们坚强的意志，去变成一个个小军人。我们那烦心的嘴巴闭上了、我们那好动的身体定住了。在任何场合下，我们都变得像一个个绅士和淑女一般，有着美好的品德与素质。

军训回来之后，我想告诉各位：我们长大了！

**军训感悟字篇四**

回过头看身上的军装，那份骄傲感和自信让人不禁感叹，那是一段难忘的回忆。在我的四年大学生活中，有着一件难以忘记的事情——军训。军训不仅锻炼了我们的身体素质，还提高了我们的纪律意识和组织协调能力。在这段时间，我也深刻地体会到了什么是团队精神，感悟着什么叫做责任担当。

第二段：向团队精神致敬

在走上军训这条路之前，我很少觉得自己缺乏团队精神。但是，随着军训的逐渐深入，我逐渐认识到一个人的力量是有限的，而团队的力量是无穷的。我们每个人都穿上了同样的军装，超越了肤色和社会阶层上的差异。在地上爬行或者忍受着训练的酸痛中，我们互相鼓励，互相扶持。每个人，在心中都有一个团队意识，我们彼此间相信，这种信任促进了团队的凝聚力，使我们更加团结，一起创造着美好的成绩。

第三段：责任担当的重要

除了团队精神的重要性，军训还让我认识到了责任担当的重要性。在没有指导的情况下，我们必须担负起自己的责任，自己分析问题，自己解决问题。在军训中，一个人的过失不仅会影响自己的表现，还会影响整个团队的成果。因此，我们必须保持注意力，并把自己的角色发挥好。通过这种经验，我学会了承担责任，感受了成功和失败的酸甜苦辣。

第四段：锻炼身体素质的重要

军训除了对我们的团队精神和责任担当有着很大的帮助，也对我们的身体素质提高有着很大的帮助。在训练中，我们每个人都经受了不少的磨练。无论是长跑、爬高墙、还是其他各种训练，都让我们的身体不断得到锻炼和提高。每当我们在训练后感到疲惫不堪时，在大家一起完成任务后的收获感觉是那么的愉悦和享受。这个经验为我们今后的工作和生活奠定了坚实的基础。

第五段：总结回顾

四年的大学生活中，军训对我们都有着很大的影响。通过这段时间，我们体会到了团队合作的精彩，学会了承担责任的重要，也锻炼了身体。这些经验并不是仅仅发生在大学的草地上，在今后的人生道路中，都会为我们奠定坚实的基础。我们应该从军训中汲取灵感，不断进步，把所学到的经验融入到今后的工作和生活当中。

**军训感悟字篇五**

军训是每个大学生活的一部分，它不仅是一种严肃而难忘的经历，也是人生中的一次难得的锻炼机会。在这段时间里，我不仅收获了军事知识和技能，还体会到了许多关于自我、团队和责任的重要观念。下面，我将结合自己的经历，分享一些关于军训的心得体会或感悟。

首先，在军训中，我深刻体会到了纪律的重要性。纪律是军训的灵魂，也是培养大学生严谨态度和高效工作能力的基础。在军训中，我们每天都要遵守严格的时间表，按时起床、吃饭、上课、休息。违反纪律的后果是严重的，无论是被罚站、被罚俯卧撑还是被扣分，都是对我们个人的惩罚。通过这样的惩罚，我明白了只有遵守纪律，才能保证团队的顺利进行，也才能更好地完成自己的任务。

其次，军训中锻炼了我的意志力和耐力。军事训练对身体和意志的要求很高，包括长时间的站立、奔跑和承受高强度的训练。在开始军训的时候，大部分同学并没有足够的体力和耐力。然而，经过几周的训练，我们的体力明显提高了，而且也能够坚持更长时间的训练。这不仅是因为我们的肌肉适应了训练，更重要的是我们的意志力得到了提升。在军训中，没有放弃的念头，只有坚持的信念。通过这样的锻炼，我学会了面对困难时咬紧牙关坚持下去的精神，这对我以后的学习和工作生活都有着重要的意义。

同时，军训让我理解到了集体的力量。在军训之前，我往往习惯以个人为中心，做事情往往在自己掌握能力范围内为好。然而，在集体宿舍、集体操场和集体训练中，我发现单打独斗是没有用的。只有紧密团结，相互配合，我们才能更好地完成任务。在军训中，指导员教会我们如何相互合作，配合动作。在集体训练中，一个人的错误常常影响整个队伍，因此我们必须保持高度的集体意识和责任感。通过与战友的相互帮助和鼓励，我逐渐明白了集体的力量是无穷的，只有团结一心，才能战胜困难，取得成功。

最后，军训教给我责任与担当。在军训中，每个人都有自己的职责和任务。作为旅队干部，我不仅要带领战友完成各项训练，还要负责各类队务和组织工作。面对团队的期望和自己的责任，我感到压力很大，但我也理解了责任是一个人成长和进步的重要动力。只有担当起责任，才能更好地发挥自己的能力和价值。通过军训的历练，我深刻体会到责任对于人生的意义，以及每个人都应该为集体和社会承担应有的责任。

总之，军训是一次难得的锻炼机会，它教会了我们纪律、意志力、团队合作和责任担当。通过这段经历，我真切体会到了军人的辛苦和坚韧不拔的精神。我相信，无论将来面对什么困难和挑战，我都能借鉴军训中学到的经验和理念，坚持不懈地追求自己的目标，努力成为一个有信念、有责任感的人。

**军训感悟字篇六**

第一段：回顾军训的两周时间，收获颇丰。刚开始，我们面对炎炎夏日的高温，挥洒着汗水，积极训练着。而在这个过程中，我们不仅锻炼了身体，更重要的是培养了坚强的意志和集体荣誉感。经过这段时间的锻炼，我深深感受到了军训对我个人以及集体的积极影响。

第二段：军训让我明白，团结协作的重要性。在军训中，每一项训练都要求我们团队合作，凝聚力、纪律性以及互相信赖。只有每一个人都积极参与、发挥自己的特长，我们才能取得优异的成果。在集体的力量中，我意识到整体的力量要远大于个人的力量。

第三段：军训鼓励了我克服困难和挑战。在高强度的训练下，我们体验到了各种成长的痛苦。但是，每一次的挫折和困难都是我们成长的机会。我坚信，只要坚持不懈，克服困难，就一定能够取得成功。军训让我学会了坚持、勇敢以及永不言败。

第四段：军训还教会了我严格自律和自我约束的重要性。军训的严格纪律制度让我明白，只有自律和自我约束才能帮助我更好地完成任务。例如，每天起床、睡觉、饮食等都有规定的时间和流程，这让我学会了按时行动，提高了效率。

第五段：军训锻炼了我的沟通和组织能力。在军事训练过程中，指挥官的命令必须准确地传达到每个人的耳朵里。而我们每个人也要学会听从指挥，做到一个人受伤，全队共感。同时，每个人都要对自己所在的小组有清晰的认识，并且相互合作，协同完成任务。在这个过程中，我学会了如何与团队顺畅地沟通和协作，提高了我的组织能力。

最后一段：在军训中，我不仅锻炼了身体，还培养了坚毅的意志和集体荣誉感。军训也使我明白了团结协作、克服困难、严格自律以及沟通组织的重要性。军训让我成长了很多，我相信这些收获将会对我未来的生活起到积极的影响，让我能够更好地面对各种困难和挑战。

**军训感悟字篇七**

军训对于大学生而言是一段难得的经历，它不仅是体验军事化管理，锻炼身体的机会，更是培养集体荣誉感和纪律意识的重要环节。通过参加军训，我们开拓眼界，感受到了军人的坚毅与勇敢，同时也体验了一种排除杂念，全身心投入的力量。军训的目的不仅是为了提高我们的体质素养，更重要的是培养我们的坚韧、团结和坚强的意志力。

第二段：体验军训的苦与乐

军训不仅让我们享受到军人的荣耀，还经历了许多辛苦和煎熬。在炎炎夏日的训练场上，我们每天挥汗如雨，从晨练到黄昏，甚至连喘息的时间都几乎没有。然而，正是这样的考验，让我们逐渐克服了对疲劳和困难的恐惧，也锻炼了我们的意志力和毅力。而且，军训中严格的纪律要求，让我们深刻体会到了集体意识和自律的重要性。在团结合作中，我们也找到了军人之间相互扶持、团结协作的乐趣。

第三段：学会管理自己

在军训中，我们从学校和军人身上学到了很多，其中最重要的一点就是自我管理的能力。每天要准时起床、整理床铺、保持卫生，按时出勤，服从命令等，这些都是对我们自我管理能力的严苛考验。通过军训，我们学会了规划时间，合理安排自己的生活和学习，养成了良好的生活习惯和工作方法。这将对我们今后的学习和工作产生积极的影响。

第四段：感悟到的军人精神

参加军训，我们还深刻感悟到了军人的精神。军人是无畏的战士，他们总是以责任和使命感为前提，始终保持着良好的状态。军人精神包括了对国家、对人民的忠诚与担当，面对困难与挫折从不退缩，勇往直前的品质。军人始终保持着饱满的热情和极高的精气神，这点值得我们借鉴和学习。无论在学习或工作中，都要坚持不懈，不怕困难和失败，始终追求卓越。

第五段：军训的收获与启示

通过这段军训，我们不仅在体能上得到提高，更重要的是在意志和心理上受到磨练和锤炼。通过参加军训，我们明白了勤奋与付出的重要性，更加明白了团队合作和集体荣誉感的力量。此外，还培养了我们的纪律性和自律性，为我们今后的学习和工作奠定了坚实的基础。军训的经历对于我们每个人来说都是一段宝贵的体验，它不仅是对我们个人成长的锻炼，更是为我们的未来打下了坚实的基础。

总结：

通过军训，我们明白了军人精神的重要性，体验了军人的辛勤和伟大。我们收获了许多，锻炼了意志和身体，学会了自我管理和自律。这段经历不仅是一种历练，更是对我们个人价值观和人生态度的一个重要检验。军训的成功举行，不仅离不开相关人员的付出和努力，更离不开我们每一个参加军训的学生的积极配合和坚持不懈的努力。希望每一位参加军训的学生都能从中吸取到宝贵的经验和教训，为自己的人生奠定坚实的基础。

**军训感悟字篇八**

第一段：介绍背景和目的（200字）

军训是每个大学生都会经历的一段难忘经历，它不仅是锻炼意志、增强体力的好机会，还是增进同学之间交流的重要方式。本文旨在探讨在军训过程中，同学们通过交流获得的感悟和体会，以及这对个人成长和团队凝聚力的积极作用。

第二段：交流促进团队合作（200字）

军训期间，同学们来自不同的地方、不同的专业，刚刚相识。由于同样受到严格的训练要求和压力，大家会自然而然地组成小团体。通过交流，大家可以互相了解对方的优点和特长，并且互相帮助，共同进步。在共同面对困难和挑战时，交流帮助大家更好地协调行动，提高团队的配合度和出色完成任务的能力。

第三段：交流促进心理成长（200字）

军训期间，大家会经历各种各样的困难和痛苦。这个时候，交流成为了释放压力、排解悲伤的重要途径。同学们可以通过分享自己的感受和观点来减轻内心的负担，获得精神上的慰藉和安慰。同时，通过倾听他人的经历和见解，大家可以得到更加全面的思考和理解，从而提高自己的思维水平和逻辑能力。这种心灵的交流不仅促进个人的成长，也为人际关系的建立和维护提供了平台。

第四段：交流成为友谊的纽带（200字）

军训期间，大家在相互交流的过程中建立起了真挚的友谊。在军训活动中，每个人都扮演着不同的角色，有的充当领导者，有的担任协调人，有的发挥创造力。通过交流，同学们不仅了解到彼此的优点和能力，更懂得欣赏和尊重对方。这样的友谊在之后的学习和生活中也能够持续发展，激励和支持彼此成长。

第五段：总结感悟和体会（400字）

在军训结束后，大家纷纷表示通过交流获得了很多宝贵的经验和体会。首先，交流让我们不再感到孤单，因为可以倾诉自己的困惑和烦恼；其次，交流促进了我们的个人成长，在倾听他人的同时，我们也提高了思考和解决问题的能力；最重要的是，交流增进了我们之间的友谊，使我们更加团结和互相信任。通过这次军训的交流经历，我们也明白了交流的重要性，将在今后的学习和工作中继续发扬交流的精神，与他人交流，共同进步。

总结：

通过交流，同学们在军训中获得了团队合作的能力、心理成长的机会以及真挚友谊的纽带。这些终身受益的经验和体会将为同学们之后的学习和工作提供坚实的基础。因此，我们应该继续发扬交流的精神，在今后的人际交往中，多与他人沟通分享，共同进步。

**军训感悟字篇九**

军训是每一个大学新生的必修课，作为一名刚刚步入大学校园的新生，我对于军训一直充满了期待和好奇。当我踏上军训训练场时，一片整齐划一的方阵迎面而来，纪律严明的军姿和铿锵有力的口号声让我感到震撼。通过一系列的磨砺，我逐渐明白了军训的初衷，而自己则融入了集体中。军训让我在大学开启了一段新的人生篇章。

二、锻炼意志力和纪律性

军训不仅仅是一项体能训练，更是对意志力和纪律性的磨砺。在连续的训练中，每个动作都要精确到位，每个口号都要饱满而悠扬。面对高强度的训练和艰苦的生活环境，起初我曾一度感到疲惫。然而经过一段时间的坚持，我逐渐发现，只有克服困难，才能达到自己的目标，只有坚守原则，才能在队伍中发挥自己的作用。通过不断地努力，我的意志力和纪律性得到了锻炼和提高，我变得更加坚强和勇敢。

三、培养团结合作精神

军训是一个集体训练的过程，每个人都要和自己的战友们紧密配合。在排练每个动作的过程中，我们要做到齐心协力、默契配合，任何一个细节的不到位都会影响整个队伍的形象。正是通过与战友们的密切合作，我逐渐明白了团结合作的重要性。只有在团结中，我们才能发挥自己最大的潜力，战胜困难，取得更好的成绩。通过与战友们的共同努力，我体会到了团结合作的力量，这对我以后的人际关系和团队合作能力的培养都起到了积极的作用。

四、锤炼坚持和忍耐力

军训是一个长时间持续强度较大的训练过程，往往在高温或严寒下进行。这对于我们的体力和耐力都是一种巨大的考验。在训练的过程中，每个人都要保持良好的身体姿态，而不是随意放松。这也要求我们培养坚持和忍耐力，只有坚持下去才能不断进步。通过军训的历练，我发现自己的体力得到了增强，对于困难和挫折也有了更好的抵抗力。这让我相信，只要持之以恒，对于任何事情都能够获得成功。

五、提升综合素质

在军训的过程中，我们不仅仅是锻炼了身体，更是提升了自己的综合素质。军事素养、纪律规范、礼仪意识等方面的培养，都对于我们今后的发展都具有重要意义。军人的品质和素养，不仅仅是身体的锻炼，更是内心的修炼。通过军训，我学会了尊重他人，学会了严守纪律，学会了团结合作。这些对于今后的学习和工作都具有重要的影响，也将成为我人生中宝贵的财富。

总结：

通过军训，我不仅仅培养了自己的纪律性、意志力和团队合作能力，更重要的是，我从军训中汲取了宝贵的思想感悟和人生观。军训不仅对自己的成长有着深远的影响，也为今后的学习工作打下了坚实的基础。我相信，在今后的学习和工作中，我将继续发挥军训所培养的优良品质，努力去追求更好的自己。

**军训感悟字篇十**

军训感悟

军训感悟（一）：

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，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

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此刻我的脑海，闪此刻我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

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营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也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，更体现了群众主义的伟大。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，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也就应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！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

军训感悟（二）：

军训不仅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，劳其筋苦，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。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页；如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕；如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依靠，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人以前说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才明白其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨日，我们一齐欢笑，流泪。这天，我们一齐历经风雨，承受磨练。明天，我们一齐迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一齐珍惜此刻的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

军训感悟（三）：

《军训感悟》

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是这本书中最美丽的章节；如果说人生是一出戏，那么，军训的生活便是这出戏中最精彩的一幕。

军训对于不同的人会有不同的感受，而这些感受又都是不能言传的。只有自己亲自尝过的人才有可能知晓其中的蕴味，然后，和有同样经历的人相对一笑，让共同的感受在彼此间传递、分享。

9月15日，我们开始为期一周的军训生活。一身迷彩军装，让每一位大学生都多了一份英姿，也多了一份职责。应对炙热的太阳，我们将迈起铿锵有力的脚步。我们要像军人那样，锤炼铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。

站军姿，练转身，走正步，练队形。无数次重复的口令以前让教官的嗓音沙哑，无数回对动作的纠正也曾让教官眉头紧皱，一遍遍的动作示范让教官的额头布满汗滴。但是，沙哑的嗓音掩盖不了教官的严谨，微皱的眉头黯淡不了教官的关心，布满额头的汗滴冲淡不了教官的尽职。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。

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”。

军训的第四天，由于“韦帕”的到来，下了一场大雨，但是这场大雨并没有阻挡我们军训的步伐。所有的同学都依然整装待发。穿上雨衣，走过泥泞，跨过水滩，体验长征的艰难路程。目的地越远，我们的就斗志越昂扬。我们唱着歌，喊着口号，潇潇洒洒地前进。路旁树木向我们招手，路上的行人也朝我们挥手喝彩。这是一条征路，无论多苦，我们用我们自己不屈的意志在走。

军训虽然苦，但它让我们更加懂得了要珍惜此刻的幸福生活；军训虽然累，但它让我们体验到了超出体力极限快感；军训虽然严，但它让我们更加地严格要求自己。大雨洗礼后的天空会有满斗的星星，我们也相信，军训后，我们会拥有一个更加绚烂的星空，会有一个更加完美的明天。明天，我们的灵魂得到升华。

透过被晒的黝黑的皮肤感受到血液的沸腾，军训，就如梦一样，匆匆地向我跑来，又在我没有细细品味那份感觉的时候又悄然而逝，剩下的疲劳在肩头隐隐告诉我：少份娇气，多份坚强；少份依靠，多份自强；少份怨天尤人，多份勇往直前。

不要惆怅时光如流水逝去，因为这段记忆将成为生命中不可抹去的一部分，它会在我们遇到困难时给我们动力，支撑着人生旅途的各种风雨中飘摇的心灵。这种信念将迎来一个新的起点，引领着我们一步步走向社会，让我们更加成熟。

你的军训呢？

军训感悟（四）：

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。阳光照进来，落在堆在角落的军训服上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。军训究竟带给了我什么，有吗？唉，军训，真像一场梦啊！记忆已经在疲劳的压迫下变得愈发模糊，对于军训，我能说什么，是从崇高的为保卫祖国而刻苦训练来说，还是充斥在这期间的铁骨柔情。当然，这些都是值得回忆和怀念的，但是否还有更重要的呢？其实我觉得军训几天，我们学到的不仅仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的好处，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最完美的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊！

军训感悟（五）：

《青春激扬，军训感悟》

在这个烈日炎炎的季节里，我们相约一齐来到了环境优美的科创校园。在那里，我们将开始自己的求学之路；在那里，我们将谱写自己人生中的每一个精彩的乐章。

古人云：“人贵有志，当志存高远。”每个人都有一份属于自己的志向，也许远大，也许平凡，而要实现志向就要不懈奋斗，勇往直前，脚踏实地的走好每一步。20天的军训生活培养了我们顽强拼搏，用心向上的良好作风，铸就了我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。还记得《我是特种兵》里，军人们应对国旗许下的誓言“如果需要我将为国捐躯，如果必要请将最后一颗子弹留给我。”让我不禁佩服作为一名军人的胆量和钢强。军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去应对生活，怎样去应对困难，怎样去承担职责，怎样去赢得荣誉。

踏着雄赳赳，气昂昂的步伐，让我领略到了那一身绿装下的钢强军魂！军训，在某种程度上已经成为了我们的一种精神财富，并刻进了我们的记忆中。它已经成了一种力量，激励我们在今后的日子里自强不息，奋发向上。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”！让军训的苦于累，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴我们在最后的几天训练里发扬流血流汗不流泪的精神，坚强刻苦，永不言弃！

同学们，我们的青春因为有了这一段军旅生活而变得激扬奋发；我们的青春因为有了汗水的洗礼而变得坚韧不拔！我们的青春犹如那军中绿花般贞洁美丽。

最后，让我们高喊科创校训：修身强体，博学感恩！

军训感悟（六）：

凡是参加过军训的人，一般都对跑步有比较深刻的印象。因为这是军训中技术含量较高的项目，过程相对来说比较烦琐。果不其然，光一个立定，就让原本整齐的班变得参差不齐。于是教官决定分排作业。

这天的太阳格外明媚，阳光肆无忌惮地晒着我们的皮肤。不一会工夫，大家就都汗流浃背口干舌燥。“跑步――走！121！121……”“立-定！1234”我扯起嗓子尽力让每人都听到，大家一遍一遍地在操场上来回奔驰。紧遵教官“前不露肘后不露手”“准备时身体向前倾”的教诲，从一开始跑得乱七八糟，到整个排面渐渐成了一条直线。

但是立定之后，总是有几个人不是停快了就是跟慢了。看着一旁的男生停得远比我们好。不少人开始着急起来。训练成绩仿佛又回到了起点。作为本排负责人的我，一下子不知如何是好。突然想起团结就是力量，如果我一乱大家只会更乱。于是我镇定下来提高了声音，加紧练习，互相打气。最后练好了立定。

想想其实很多事都是这样：欲速则不达。军训不仅仅让我领略到军人本色也让我从实践中体会出做人得道理。

军训感悟（七）：

这直多天里的军训场上，几乎是一成不变的风景: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.一切都是似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我我懂得了许多.

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的职责心.看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦.一个部队那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的.

军训，让我深受真诚待人的感动，录你走方阵踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句\"没关系\"时，当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时;当你学不会一个动作，别人耐心教会你时...这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力.

军训，让我懂得的，太多，太多...

军训感悟（八）：

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

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。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，因为我明白教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己就应做得更好，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。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就务必做得更好。选人的时候，教官证明不想训练的能够立刻提出离开，但是我没有提出，我认为我能够坚持，必须要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在那里想说一声：教官，辛苦了！

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运坚强的人敞开的，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代留意翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力能够征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

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；他注定人务必从苦到乐，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，我们必须要不怕苦不怕累，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，所以我们必须要努力付出，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。

军训感悟（九）：

带着愉快的情绪和满心的期盼，我们迎来了军训。从明白军训的那一刻起，我就个性高兴，因为以前军训都是在学校，难得这次是集中在外住宿，所以早就期盼军训的到来，期望体验一下与众不同的军训生活。

这一天，是9月3日，早晨同学们早早来到了学校，期盼着前往武汉和平国防教育基地的旅途。大概等了一个小时车，又坐了一个多小时车，最后在大家的期盼下来到了基地。很快，辅导员带我们换好了衣服吃完了中餐，之后又回到寝室休息，到了两点多钟，辅导员来到寝室，跟我们整好了队，带领我们到操场上参加开训仪式。就这样，正式的军训开始了。教官首先教我们准备凳子放凳子，稍息立正，蹲下起立，三面转法，敬礼礼毕。这些资料都比较简单，只用了一下午的时间大家就基本掌握了。吃过晚饭，基地组织看了一场电影，里面都讲军人的一些严格的训练，看着电影里的场面，我们的心中不禁泛起一阵感动，那些军人真的好苦，不管是在烈日下还是在风雨中他们都要一向训练，然而虽苦，他们却没有丝毫放下的意思，()一向迈着整齐的步伐，抬头挺胸向前走着。他们有着丝毫不动摇，坚持不懈，努力拼搏的精神，这就应就是军人最伟大的地方，同时也是最值得我们学习的地方。

很快，第一天的生活结束了。第二天，教官教我们练习齐步走，正步走，看似很简单的步伐，走整齐走好却不容易。为了让我们走的更好，接连下来的几天也一向在练习。然而就在这几天才让我真正体验到军训的辛苦。站在操场上被无情的太阳照着，有时练得大汗淋漓，腰也酸，退也疼，即使有时会休息，但过不了多久，又要之后练。所以大家每一天都会很累，本来很期盼那里的生活，经过几天艰苦的训练后，大家开始厌倦那里的生活了。

转眼间到了9月6日。下午，我们对这几天的学习做了一个巩固，进行了阅兵式，分列式的演练，为9月7日上午正式表演做准备。在教官和基地领导的指挥下，同学们都很努力，一次比一次做得好。吃完晚饭，晚会开始了，每个班的节目都很精彩，同学们也很热情，对每个节目都表现出赞赏和欢呼。基地还放起了烟火，五彩的烟花绽放在夜空中，显得夜空十分美丽，直到晚会结束的那一刻，大家也仍沉浸在欢笑和喜悦之中，激动的情绪也难以平息，因为这是庆祝我们的最后一晚。

这一天，是9月7日，是我们结训的日子，经过前几天的艰苦训练，在教官的指挥和我们的努力下，功夫不负有心人，最后被评为“优秀中队”。这时大家的脸上都露出了会心的微笑，因为我们明白：这几天的辛苦没有白费，最后取得优秀的成果也是值得的。最后，校长宣布军训结束，同学们纷纷脱下军服，吃过午饭，耐心地等待汽车的到来，等了许久，到了一点多钟，车最之后了。我们和教官、辅导员告别后，带着不舍的情绪离开了基地。

就这样，五天的军训结束了，我们虽然很苦很累，但我们也有欢笑，在那里过得很开心，教官人很好，对工作十分负责，总是带我们练了一遍又一遍，即使喉咙疼，也很少用口哨，总是大声为我们喊口令，我们虽累，但他却比我们更累，有时脸上的汗珠直往下掉。这次军训，他为我们付出了不少，休息时还教我们唱军歌，唱得可好了！辅导员也一样，军训时没有一刻离开过我们，对我们很严格，有时也会说说心里话。临走前，还为我们唱了一首歌，虽然声音很小听不太清楚，但我认为这是这次军训最美妙的声音。最后，我们和教官、辅导员合影，作为这次军训最好的纪念。

经过这五天的军训，我受到了很深的教育，以后的生活我将勇敢去应对，我会坚持不懈，努力做好每一件事，学习军人那股自强不息的精神，因为只有这样，我才会成功，“不经历风雨，怎能见彩虹”。只有经历了风吹雨打，未来的天空才会更美，我会永远记住这次军训，它给了我人生不少的启迪，我将会带着这次军训的经验和收获，迎向我未来的人生！

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕；如果说人生是一首歌，那么，军训的生活便是诗中最优美的旋律。

军训感悟（十）：

转眼间，假期即将画上圆满的句号。时光飞逝，把我们带到高中的课堂。据教育部门规定，高中的第一课是军训。一个国家最重要的武器就是团结力和向心力，只有团结才能战胜一切，打败一切的腐朽。正如军歌《团结就是力量》中的“这力量是铁，这力量是钢”，带领中国这个大团队的凝聚，团结，和平与期望。

我们的教官，是来自黑河好八连的官兵。黑河好八连，是一个团结用心的军队，也是守在北国边疆最勇敢和艰辛的军队，北国的气温有时可达零下50多摄氏度，可他们依然守在这一条件艰苦的岗位上，作为一个军人，他们的职责是保卫祖国，不受侵犯，也正因为这些铁骨铮铮的硬汉们，让边防人民得到稳定和谐的生活。

军训分为七天训练，一共分为四个科目。一：立正稍息跨立。二：停止间转法。三：齐步走。四：零距离跑。教官的严谨认真，学生的配合默契，让高中生涯在这次具有威严与智慧的训练中绽开花朵。都说军人是神圣的，军人是艰苦的，正因为这些困难，才能让普通人感到新中国成立以来这些年的艰辛和磨砺。军训，是要让学生明白一个人并不是代表的是自己，而是一个团队，只有团结拼搏，才能严于利己，在队伍中发挥力量，勇攀高峰。我们也应学习军人的勇敢，他们常在人民和国家感到最危难的时刻立即挺身而出，不管献出生命，也要保护国家的安危。“军人之命，与国同殇”，他们代表的并不是自己，而是中国。

透过这次高中军训，我们感到的不就应是累，而是一次锻炼的机会，我们付出的，比做军人付出的只是大海中的一滴水滴，军训要体现出学生勇于赶超，团结拼搏的观念，在未来的道路上才不会迷惘，不知所措。军训折射出来的就是人性的光芒，在任何其概况下都要迎难而上才能再创辉煌。虽然军训已经结束，但这是高中生活中的一堂必修课，要我们懂得“团结才能有所巨大的力量”！在未来的道路上才能更加辉煌。

最后祝大家在三年后的高考上，再创佳绩。明天不再迷茫！

军训感悟（十一）：

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好但是的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练资料，换了谁都会疲惫、都会厌倦。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。从军训的第一天开始，我便努力去适应那里的生活、那里的生活方式。n天的时间太短了，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。

人类只有在苦难中，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于长处。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；当这个人应对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

若一个人经受住了军队生活的考验之后，便再也没有什么困难能够到达这个人了；虽然当兵很苦，但对于人生来说，将是好处重大的。“虽然，我参加的只是n天的军训，或许以后体验军人生活的机会也不多了，但是我要说，我理解父亲的用意，理解他对我的期望。

离开军营的前一天，便是中国传统节日元宵。那天我们训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，我肃然起敬。他们已不再年轻，他们已经将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的，是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。这些都深深的震撼了我，让我难以忘怀。经历了这次军训，我比原先更加了解自己，也更加了解我周围的人。他让我懂得什么是幸福，什么是快乐，也让我更加珍惜拥有。

汇报完学生人数后，我们精神抖擞地从主席台前走过，会操表演开始了。第一个动作是稍息立正，第二个动作是跨立立正，第三个是立正踏步，第四个是停指间转法和提正步，第六个是摆臂踏步走。

在已经走到军训的半途了，转眼间军训的日子已如流星般逝去一半了，此刻对于军训剩下的日子，真的是”又爱又憎“，既期盼它快点过去，又期望它慢点走，因为军训中我们也有太多的不舍，多少会有点留恋，感觉自己是长大了不少。军训让我懂得了许多，同时也让我对自己以后的人生更加有信心，更有勇气走下去。

落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归……”，这天下午我们进行实弹射击，心理想着当时的情绪，打靶时那情绪真的是太紧张了，我的手一碰枪，五发子弹就全完了，我还傻傻地以为我的枪坏了，太晕了。

顶着太阳站军姿，是看你的耐力，我的皮肤变黑了，食堂的饭菜太难吃了，虽然不象传言中-抢，但是同学门争的吃，不染就没有吃的东西，在军营我学会打背包，但是我打的不太好，速度没有那么快。

能够说是军训让我认识了自己，也能够说是军训完善了我。无论怎样，我坚信，透过自己的努力，我必须会成为国家的有用之才！

军训感悟（十二）：

长达三个多月的暑假生活最后敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己最后能够摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

一向以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我以前幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每一天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊！”以为这十天能够简单玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到那里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“群众”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不明白群众荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。但是此刻，当总是因为个人犯错而群众被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，但是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们持续同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，但是，就算不喜欢还是务必要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还能够，要是时间长了，腿都麻了。但是，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的！”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能到达目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗话都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”.因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在应对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢？当然不是啦！我们每一天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦！在休息时，教官们会让我们坐在一齐，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前！

**军训感悟字篇十一**

军训是每个大学生命中必经的一段时光，不仅是通过体能训练提高体质，同时也是培养纪律性和集体意识的重要过程。在军训的这段时间里，我不仅学到了很多军事知识和基本训练技能，还收获了许多宝贵的经验和感悟。

首先，在军训中我深刻体会到了集体的力量和纪律的重要性。军人的力量来自于团结一致的集体，只有大家一起协作，才能完成各项任务。在晨练、队伍训练等过程中，每个人都要严格遵守纪律，执行指挥，这需要我们具备高度的集体意识和纪律性。我清楚记得一次晨练时，我遇到了困难，本来想要退缩，但是看着身边队友们坚定的眼神和坚持不挠的姿态，我明白了集体的力量是无穷的。从那以后，我下定决心坚持到底，最终取得了出人意料的进步。

其次，军训锻炼了我的意志力和毅力。军训的过程中，身体的疲劳和训练的强度给我们带来了巨大的压力。但是，面对这些挑战，我们不能退缩，只有坚持下来，才能取得进步。我还记得有一次操场训练，大家已经完全筋疲力尽了，此时教官突然下令再来一组俯卧撑，看似简单的动作对我们来说却无比艰辛。但是，我没有放弃，我告诉自己，只有坚持下来，才能战胜困难。最终，我成功完成了这组俯卧撑，不仅锻炼了身体，更增强了我战胜困难的意志力。

再次，军训教会了我如何与他人合作。在军事训练中，团队的配合是至关重要的。每个人都要尽自己的最大努力，为了整个团队的利益而奋斗。在我所在的班级中，每次训练中，教官都会强调团队的重要性，并且进行集体协作训练，比如分组抬杠铃或者长跑接力。通过这些训练，我学会了与他人协作，放下个人的私心，只有团队共同努力，才能达到最好的效果。我发现，只有与他人合作，才能真正发挥出自己的潜力，取得更好的成绩。

最后，军训还启发了我对于生活的思考。军人的生活有着严格的规定和极高的纪律性，这让我意识到在日常生活中要保持条理和自律，不仅对于自身的成长有益，也对于周围的人产生积极的影响。我回到平时的学习生活中，建立了良好的时间管理制度，合理安排学习和休息时间，提高了效率。同时，在与他人相处时，我也更加注重礼貌和谦和，懂得关心他人，尊重他人的权益。这些改变不仅让我更好地适应了大学的环境，也提高了我的交际能力和人际关系。

综上所述，军训是一次宝贵的经历，通过这段时间的训练，我不仅增强了体质，也收获了许多心得和感悟。集体的力量和纪律的重要性，意志力和毅力的培养，与他人合作的意义，以及对生活的思考，这些都是我从军训中学到的重要经验。我相信这些经验将对我未来的学习和生活产生积极的影响。

**军训感悟字篇十二**

军训是大学生活中的一个重要环节，通过严格的军事训练，我们不仅强健了身体，培养了坚强的意志和顽强的毅力，还感受到了集体的力量和自己的成长。在军训过程中，我深刻体会到了团结合作、服从命令、坚持到底的重要性。下面我将结合个人经历和思考，分享我在军训中的心得体会和所得到的思想感悟。

第一段：迎难而上

军训的首日，我们迎来了紧张而充满期待的开始。那天，我们站在烈日下等待队列点名，脑海中回荡着辅导员严厉的声音，大家都能感受到这次军训的严肃性。紧接着，我们便开始接受严格的训练，包括站姿、走姿、军姿等基本动作的练习。虽然一开始感到吃力，但我依然努力保持着自己的坚持。痛苦的运动和汗水的滚落，让我更加明白了只有在艰难的环境中磨练才能更进一步。同时，我也意识到自己要适应集体生活，学会与他人合作，这无论对于个人的成长还是未来的工作都至关重要。

第二段：服从命令

军训期间，解放军的教官严格要求我们服从命令，这是最基本的要求。每个动作都需要按照教官的示范进行，没有丝毫的马虎。刚开始，我常常出现失误。然而，严格要求很快让我认识到自己的不足，并且改正错误。我开始更加注重细节，并且不再忽视教官的细致指导。通过几天的反复训练，我终于顺利通过了教官的检阅，这是一次对自己坚持的肯定。我明白了服从是军人的根本品质，也是我们每个大学生要具备的品格。

第三段：坚持到底

军训不仅考验体力，也考验毅力。在炎炎烈日下，我们做着苦力活，挥洒着汗水。但正是这种磨炼，让我看到了自己的潜力和坚持的重要性。我坚信只要付出努力，就会获得收获。由于坚持不放弃，我不仅提高了体能水平，也收获了同学们的认可和支持。这让我更加坚定了自己朝着目标前行的决心。

第四段：集体的力量

军训让我深刻感受到了集体的力量。大家都是毫不犹豫地听从教官的命令，团结合作，互帮互助。在队伍中，我们由一群陌生人逐渐变成了互相信任和依赖的战友。争取表现好的人会被大家称为“班荣”，我们彼此鼓励着，竞争着。这种集体意识让我更加明白团队合作的重要性，只有通力合作，才能取得更好的成果。

第五段：个人成长和未来

军训锻炼了我的身体，也培养了我的毅力和坚持到底的精神。我发现自己比以前更加勇敢和坚强，也更加明白自己在面临挑战时有能力应对。同时，通过军训我也认识到了军人们的辛苦与付出，这让我更加珍惜生活。我相信这次军训经历将会影响我未来的职业发展，无论是面对工作困难还是挫折，我都会坚持并勇敢面对。

通过军训，我明白了坚持的重要性，学会了服从命令和集体合作，并收获了个人成长和新的朋友。军训期间的辛苦和磨练是我大学生涯中宝贵的财富，也成为了我未来人生道路上的坚实支撑。正如我在军训结束时所想，这段经历将会激励我在以后的生活和工作中不怕困难，勇往直前。

**军训感悟字篇十三**

军训是大学生活中难得的经历，它不仅让我们学到了军事知识和技能，还让我们收获了很多感悟和体会。在参加军训的这段时间里，我深切感受到了集体的力量和纪律的重要性。在训练中，我们经历了无数的辛劳和困苦，但每一次的坚持和付出，都让我更加坚定了信念，也让我明白了团队合作的重要性。

第二段：个人自律的重要性和意义

军训中最让我印象深刻的是个人自律的训练。在这个过程中，我明白了自律的重要性和意义。只有自律，才能更好地约束自己，保持良好的行为和品质；只有自律，才能更好地掌控自己的学习和生活，提高效率和品质。在军训中，只有自律，我们才能更好地完成任务，保持高度的集中注意力，提高忍耐力和耐力，形成良好的习惯。

第三段：团队合作的重要性和意义

军训中的团队合作是我此生难忘的经历。在军队的世界里，个人的力量微不足道，只有集体的力量才是强大的源泉。团队合作不仅需要互相信任和支持，还要有良好的沟通和协作能力。在训练中，我明白了每个人都有自己的专长和优势，只有在团队中充分发挥这些优势，才能取得更好的结果。只有团队合作，才能完成各种任务和挑战，实现个人和团队的成长。

第四段：坚持与奉献的价值观

军训中的坚持和奉献是我感悟到的另外两个重要的价值观。在军训中，每一次的站军姿、跑操、跨越障碍等训练任务都需要我们坚持下去，并且付出更多的努力。而且，在训练中，我们还要互相帮助和照顾，彼此奉献。这种坚持和奉献的精神不仅让我们更加坚强和勇敢，还让我们明白了只有坚持和奉献才能克服困难，取得成功。

第五段：军训对我未来的影响

参加军训不仅仅是为了锻炼身体和学习技能，更重要的是为了培养我们健康向上的人生态度和价值观。军训让我了解到了困难和挑战，并学会了如何面对和克服它们。这对我未来的发展和成长有着重要的影响。不论是在学习还是工作中，我都能够坚持和奉献，发扬团队合作的精神。同时，自律和军训中形成的品质和习惯也将伴随我一生，帮助我取得更多的成就。

总结：

通过军训，我不仅学到了军事知识和技能，还培养了自律、团队合作、坚持和奉献等一系列重要的品质和价值观。这些收获对我未来的发展和成长有着重要的影响。军训让我明白了团队的力量和纪律的重要性，也让我更加坚定了信念，明白了困难和挑战的重要性。军训的感悟和体会将伴随我一生，帮助我在学习和工作中取得更多的成就。

**军训感悟字篇十四**

军训是大学生活中的一段特殊经历，旨在提升学生的纪律意识、团队协作能力和身体素质。通过军训，我深刻体会到了军队中的严谨和纪律，明白了团结合作的重要性。在这个过程中，我逐渐认识到自己的不足和需要改进的地方，也明确了自己未来的目标。

第二段：军训中的挑战和困难

军训不仅是对自律能力的一次考验，也是对体力和心理素质的一种锻炼。起早贪黑、个人隐私的收束和十分严格的军事训练都给我带来了很多挑战和困难。但正是这些困难，让我变得更加坚强和有耐心。我学会了习惯艰苦的生活，尽管很辛苦，却让我在挑战中找到快乐和成就感。

第三段：军训中的成长和收获

通过军训，我意识到自己的潜力和能力远超过自己想象的那样。在集体的激励和鞭策下，我逐渐克服了自己的困难，提高了自己的毅力和学习能力。军训让我学会了坚持不懈，勇敢面对困难，并形成了独立思考和独立解决问题的能力。这些收获将对我未来的人生发展起到积极的影响。

第四段：军训中的友谊和团队合作

军训是团队合作的一大熔炉，我们相互扶持、团结协作，共同度过了困难和挑战。军训期间，我结交了许多志同道合的朋友，他们在我困难的时候给予了我鼓励和支持。这些友谊将伴随我一生，并成为我人生的宝贵财富。军训也让我认识到一个人的力量有限，只有团队的力量才是无穷的，只有团结合作，才能完成更加艰巨的任务。

第五段：军训对个人的影响和反思

通过军训，我深刻认识到自身的不足和问题，以及未来需要改进和提高的方面。我意识到纪律和自律对个人的重要性，同时也明白了团队合作的重要性。在军训中，我不仅学到了军事知识和技能，更学到了团结互助和相互支持的道理。军训让我改变了自己的思维方式和行为习惯，让我更加坚强和自信地面对生活中的种种困难和挑战。

总结：

通过军训，我收获了许多，不仅提高了纪律和自律的意识，也培养了团队合作和领导能力。军训是一段让我成长的经历，它让我懂得了什么是坚持和努力，让我更加明白了自己未来的方向和目标。带着这些收获和心得，我将更加坚定地走向未来，迎接各种挑战和机遇。

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