# 2025年开学秋季军训心得体会(优质8篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-04-14

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**开学秋季军训心得体会篇一**

我早早地就起了床，兴奋不已。因为——今天要军训了!

让我印象最深刻的，还是“乒乓球接力”了!这是下午的拓展游戏，全班同学按照性别分成两组进行比赛。游戏规则是：每人拿一截从横截面一分为二的塑料圆管(直径比乒乓球稍大)，每组成员将手中的圆管首尾相连组成一根长管，然后将一个乒乓球从最前端的`管子开始往后依次滚过，最终滚落到纸杯里。在同一时间里进球最多的一组获胜。

比赛开始前，我们男生便齐心协力，将手中的管子紧紧地挨在一起，组成了一根长长的管子。可是由于人不够多，我们离目标纸杯还比较远，所以我们商量好前面的人在乒乓球经过自己手上的圆管后马上跑到后面去接力，直至乒乓球落入杯中。

“三、二、一，开始!”随着教练的一声令下，球便开始在管子里滚动起来。终于通过了我手中的管子，我马上往后跑，排到最后一个同学后面，眼看乒乓球第二次快要来到我的管子上，我前面的同学可能是太紧张，他的管子解体了!球也“啪”的一声掉到了地上，第一球宣告失败!那名同学满脸沮丧，一副惭愧的神情。不过大家都没有埋怨他，反而都安慰他。就这样，我们互帮互助，终于完成了任务，最终以一个球的微弱优势取得了比赛的胜利。

这个游戏极大地提高了同学们的凝聚力，让我们懂得在游戏中必须要团结一致，拧成一股绳，才能取得最终的胜利。

这次军训让我受益多多!

**开学秋季军训心得体会篇二**

一谈起军训，想必少不了“苦”这字了。要我说，这军训可是酸甜苦辣咸，五味俱全呀。

五天的高中军训让我们成长，让我们成熟，吃不饱，睡不好，就连个洗澡的好地方都没有，我想，这大概就是磨练人的地方吧。俗话说:“吃得苦中苦，方为人上人”，的确如此。

烈日下，我们汗流浃背，却丝毫不动。一首《严守纪律歌》唱出了军人的作风，唱出了我们坚强的意志;一次靠几滴水洗完的经历，洗出了军人的珍惜，洗出了我们对水的节约;一次拔河比赛，拔出了军人的团结，拔出了我们集体的精神。训练中，坚持乃我们心中的标志，千言万语，只为“坚持就是胜利”。

之前的我们是饭来张口，衣来伸手的小皇帝小公主，永远是呆在温室里的花朵。而如今，五天的军训将我们改变了，再也不依赖了，坚强，我们变得坚强了，变成石缝中顽强的野花，尽管环境多么恶劣，也能在其中锻炼自己，成长自己，正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，没有风雨，怎能见彩虹，没有苦的衬托，怎能显示甘的美丽。

于是，成长，蜕变，我们懂得了集体的力量，向往着集体带来的喜悦，记住“步调一致得胜利”，不再害怕五天里的日子。

落日将我们带到了x月--日下午，这一刻，真的好不舍。仰望，天好蓝好蓝，任白云自由地飘;俯视，水好绿好绿，任鱼儿自在地游。踏出了这里，告别了五天的军训，也许，泪珠早已在眼眶里打转，但我不让它落下，因为，在这里，我要坚强。

尝尽了酸甜苦辣咸，军训，就是这样，好似一瓶打翻的五味瓶。

**开学秋季军训心得体会篇三**

在短短几天的军训生活中，每天我们都必须接受三四个小时的军事训练，接着还要为国庆活动而练习……这对于我们这些怕苦怕累的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

就在军训的第一天，教官就先给我门来了个下马威……站军姿三十分钟。虽说只是三十分钟，但在烈日当空下，同学们都一个个地倒下了。还好，教官们也是会体贴的把身体不好的同学扶到树阴下，让他们休息。可是，当教官们转过头来，看见有同学动的话，那就要被狠狠的批评。大家都只好坚持着一动不动，心里却暗自抱怨教官的冷酷无情。

当然，教官们也是会说笑的。当大家休息时，教官就会教我们唱军歌，为我们表演节目。他们精彩的演出博得了同学们热烈的掌声。有时，他们还与我们聊聊部队的生活。每当我听到他们讲部队生活时，我都会感到敬佩。原来，教官们比我们年龄大不了多少，也就大一两岁，可是，他们的生活和我们可是天壤之别。他们作为军人，每天艰苦的锻炼，只为保卫祖国，保卫人民。我想，我们今天的幸福生活和他们的努力是分不开的。他们流了那么多的汗水，而我们有时却在玩中难以自拔虚度光阴，不禁有些自责，也同时对教官们肃然起敬。

有一天，教官所喊出的口号声不同以往，响亮之中夹杂了一种声嘶力竭的疲惫的感觉。原来，为了给我们做出表率，教官喊哑了嗓子。此刻，我们几个喊口号时不愿意张口的同学惭愧的底下了头。那一天，我们班的口号声出奇的洪亮，因为也许，这是我们为了表达对教官的感谢而唯一能做的。

几天之中，教官与我们结下了深厚的感情。渐渐的，休息时我们之间也会开些小玩笑调节气氛，但在训练中却是说一不二，因为教官告诉我们：服从命令是军人的天职。在最后一天，大家都感觉到了一丝悲伤，这是我们与教官相处的最后一天了，我们与教官合影留念。告别时，心里酸酸的不是滋味。

是这些年轻的教官他们身上所表现出来的军人的精神，感动了我们，让我们铭记了这难忘的一次经历，铭记了他们。

**开学秋季军训心得体会篇四**

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!

文档为doc格式

**开学秋季军训心得体会篇五**

在军营生活的几天，我才真正感受到水，人的生命之源，是那么的重要。如果没有水该怎么办?以前在家，我可是从来就没想过这种事。在军营中，缺水、断水是每天晚上必演的好戏。想想在家里曾经浪费了多少宝贵的水啊，我真是惭愧万分。在这里，我还有许多一起来军训的同学们都应该好好的反思和检讨，我们应该节约用水，保护水资源是我们每一个人应尽的责任与义务!还有，我也明白了团结的重要。在军营中，团结应该是一个特点吧。想想，我们有困难时是谁向我们伸出援手?不就是那些每天陪伴在我们身边，在我们伤心和孤独时安慰我们，在我们快乐时陪伴在我们身边和我们一起分享快乐的朋友吗?我深深体会到团结的力量!我想，如果我们这一代更加地团结，更加友爱的话，中国必定更加繁荣和昌盛!还记得一句话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。没错，时间的最宝贵的\'，这种感叹是我在军训即将结束时发出的。记得我们每天早上起床和晚上睡觉时的情景，真的像打仗一样，好像动作不快点就会被敌人抓住。现在想起来就想笑。不过时间确实是很宝贵的。每天如果有些事不快点的话，到时候睡不够也是自己的事，每天我都会想，如果时间再多一点就好了。可时间老人一直在往前跑，任我怎样追都没有回天之力了。我们真的应该好好地珍惜时间了。

十天军训生活虽然结束了，但军训的好习惯还是被我带回了学校。十天的生活让我学会了爱。爱同学，老师，父母更爱生活!也让我懂得了珍惜现在的美好时光。感谢学校给予我们这么好的锻炼机会，我想对老师和教官说：“辛苦了!谢谢你们让我明白了许多道理。”开学秋季军训心得体会范文三军训十天回来后，我发觉自己成长了很多，也认识了很多。我想，人每经历一件事都会有一些改变吧。虽然说，军训很苦，但也是值得的。

以前，我总认为军训只是像旅游一样，随便玩玩，像在家一样，想怎样就怎样。但是，我来到这里后终于发现，我错了!军训根本不是所谓的“旅游”军训，而是要我们养成良好的生活习惯，体验军人的生活。就像青翠的松树，如果没有寒冬的磨练与酷暑的挑战，只有温和的雨露与阳光，那么，小松树又如何能长成挺拔的翠松呢?可能永远也只是一棵一阵狂风便能括倒的小松树吧!我相信，现在在军营中的辛苦与劳累，最终会变成我成长道路上一座结实的桥梁!重要的是，在短短的军营生活中，我不仅仅只是认识到军训的意义，而且还认识了很多事。

在军训的最后一天里，我和室友们总结出许多事。我发现，平时在家中母亲天天唠叨的事情，在这里却是那么的重要，那么亲切!

**开学秋季军训心得体会篇六**

在不经意间，为期十五天的大学军训生涯结束了。来不及回首，就这样悄然而逝。离别是伤心的，教官走了，但我不会哭，因为我们都长大了，不会像小时候那样把分离当成失去心爱的礼物一般苦恼，我会将这次军训看做是我人生中最难忘的回忆。在这短短的几天里，我学到了很多很多。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。军训后睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着艳阳高照的窗外，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，就好像徐志摩说：悄悄地我走了，正如我悄悄的来，我挥一挥衣袖，不带走一片云彩。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。

军训，相信经历过的对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳。这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。以自己能亲身经历，并且坚持下来而骄傲，也许是这样说，再苦再累，能坚持下来就是强者!不是有句话叫“不到长城非好汉”，这军训好比爬长城，坚持下来的能望长城的美景，而军训坚持下来的才能以后生活中遇到困难时坚持下来!人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们小心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要的是一种勇气，一种信心，更是一种坚持!

生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵，开起我人生中的大学时代。

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。。。。

**开学秋季军训心得体会篇七**

军训十天回来后，我发觉自己成长了很多，也认识了很多。我想，人每经历一件事都会有一些改变吧。虽然说，军训很苦，但也是值得的。

以前，我总认为军训只是像旅游一样，随便玩玩，像在家一样，想怎样就怎样。但是，我来到这里后终于发现，我错了!军训根本不是所谓的“旅游”军训，而是要我们养成良好的生活习惯，体验军人的生活。就像青翠的松树，如果没有寒冬的磨练与酷暑的挑战，只有温和的雨露与阳光，那么，小松树又如何能长成挺拔的翠松呢?可能永远也只是一棵一阵狂风便能括倒的小松树吧!我相信，现在在军营中的辛苦与劳累，最终会变成我成长道路上一座结实的桥梁!

重要的是，在短短的军营生活中，我不仅仅只是认识到军训的意义，而且还认识了很多事。

在军训的最后一天里，我和室友们总结出许多事。我发现，平时在家中母亲天天唠叨的事情，在这里却是那么的重要，那么亲切!

2025年开学秋季军训心得体会范文4

军训进入到第三天，原本煎熬的日子也是而今开始慢慢变得可以适应了，这一天的军训结束，不再是像之前那么的煎熬，虽然站军姿依旧是很痛苦的，但是这种痛苦却是更能坚持下来，而三天的军训也是让我感受到，的确坚持下来，很多以前觉得不可能的事情，还是可以做到的，同时也是在这份团结里面收获了友谊，体会到集体是多么的强大，更让我对于以后的军训有了更多的期待。

三天，对于大学我们的军训来说，才是刚刚的开始，可能初高中也是过半了，但是大学的军训，我们却是有半个月的时间，才过去不过五分之一，也是让我明白，还有很多的坚持要继续的下去，而这日子虽然有痛苦，有炎热的天气，但是有同学们陪伴，有教官的监督也是让我感受到自身的巨大进步，身体也是比以前更加的能坚持，同时自己也是可以感触到的确大学的军训还是有很多的不一样，和同学们相处也是结识了很多的朋友，大家相互聊天了解彼此，让大家也是熟悉了，有了一些默契，齐步走的时候，都懂得去配合，去相互的鼓励来做好，一个集体，大家都不想去拖后腿，都不想放弃彼此，这种精神也是让我很感动，让我知道，这就是团结。

每次结束训练，我们更加的懂得教官教我们的休息方式，不再像之前那样，只想就躺下了，什么都不干，而是懂得走动，懂得补充，从而让自己能有更好的精力去面对接下来的训练，军训教会我的，不但是这些，更多的是让我明白，坚持不是光靠意志力的，也是要有方法，有技巧才行的，同时通过这三天，面对以后的挑战，我也是相信自己可以去做好，不管是多么艰难，又是有哪些新的项目，我都是能做好的，和同学们一起努力，为集体来争光去拿到名次。教官除了平时训练的严厉，也是教我们唱歌，给我们讲军营里面的故事，让我知道我们的训练其实并不是强度那么的大，同时也是可以看到自身其实还有很多地方要去进步和锻炼的。

经过了三天的训练，我也是对于军训，有了更多的期待，要在之后的军训里面做得更好一些，同时也是和同学们一起，去把军训做得出色，得到肯定，在军训之中去锻炼，去提升去培养自己的意志力。

**开学秋季军训心得体会篇八**

没有悬崖峭壁的山就谈不上险峻，没有惊涛骇浪的海就谈不上壮阔，没有蜿蜒曲折的河就谈不上壮美，没有挫折磨难的人生就谈不上坚强，眨眼之间为期6天的哈尔滨

军训

结束了，留我们留下的是酸、甜、苦、辣和不可磨灭的记忆。

酸-每天天不亮的时候，就要带着惺忪的睡眼昏昏沉沉的做早操，无比的饥饿，再加上3公里的越野构成了一天早晨的主旋律。看着同学们一个个干裂的嘴唇喊着响亮的

口号

，即使喉咙干了、腿也酸了，却一直坚持在操场上训练。此刻，我明白了：永不言败的精神是可以甜拉歌的。每天最甜的时候就是拉歌的时候，每天休息时，大家一遍一遍的唱着《团结就是力量》，欢快的歌声似乎可以洗去一天的疲惫和幸苦，让我们倍感欣慰。军训很苦。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。太阳灼热的炙烤着大地，也炙烤着我们，在炎炎烈日下，我们纹丝不动的站着军姿，若大的操场在阳光下一点点的熔化，缩小，直到把我们吞噬。哪怕是一个简单的原地三转，我们也需要一丝不苟地训练无数遍。虽然每天训练很辛苦，但是这也是一种收获，我们收获的是耐力，是坚毅，是面对困难百折不挠的精神。

哈尔滨军训是与困难挑战，是与自由散漫作斗争，是不断的战胜自我，完善自我，是磨练意志，不断战胜各种艰难险阻，走向胜利。没有艰苦的训练就不可能磨练出钢铁般的意志，没有坚持不懈的努力，就不可能取得最终的胜利。

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