# 军训第五天心得体会(实用8篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2025-03-17

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？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。军训第五天心得体会篇一儿童军训...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？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。

**军训第五天心得体会篇一**

儿童军训，是每一个孩子成长的必经之路。在这几天的训练中，我深刻感受到了军训对我成长的影响，更明确了自己接下来要努力的方向。在第五天的军训中，我体验了更加严格的训练，也得出了许多宝贵的体验和感受。

第二段：挑战自我

第五天的军训，是我体验到最为严格的一次。教官让我们进行了全天的长跑和步枪训练。长跑比以往更加激烈，我们要在有限的时间内完成更多的圈数。步枪训练更是要在高温下完成，枪支的重量也小小地让我们有些吃力。但是，这些训练也让我明白，只有超越自己才能更好地成长，才能让自己在未来的路上更好地挑战自我。

第三段：团结合作

在军训中，团结合作是最重要的。第五天中，我与伙伴们在长跑的坚持中相互鼓励，互相带动，使得我们跑得更快、更久。在步枪训练中，我更加体会到团结的力量。在高温下，我们互相擦拭汗水，互相分担步枪的重量，让整个训练变得更加有序。团结合作是每个人成长的必备条件，只有同舟共济，我们才能在未来的生活中创造更大的价值。

第四段：坚定信念

在军训的过程中，我们不可避免地会遇到各种各样的困难和挑战。这时，只有坚定自己的信念，才能勇往直前。在第五天的军训中，我遇到了长跑的疲惫和枪支的重量，但我并没有放弃。我告诉自己，只要坚持下去，一定会取得好的成绩，也一定能成为更好的自己。坚定自己的信念，是每个人必须要具备的素质，它能够让我们在未来的道路上坚定前行。

第五段：总结

通过第五天的军训，我深刻感受到了军训对我的成长的影响。我明白了只有挑战自我，才能培养自己的勇气和决心；只有团结合作，才能创造更大的价值；只有坚定信念，才能让自己在未来的道路上更加坚定前行。我相信，在未来的成长中，军训带给我的宝贵体验和感受，会成为我迈向成功的不竭动力。

**军训第五天心得体会篇二**

第五天军训比赛终于结束了，这一天我们所有人都期待已久，也经历了长达四天的备战和紧张的比赛日程。在这场比赛中，我们学会了许多，也收获了很多，接下来我想分享一下我的心得和体会。

第二段：赛前准备

在赛前的准备中，我得到了许多帮助和启示。首先，我们必须有一个明确的目标和出色的策略，这一点非常重要。其次，我们要做好充足的准备工作，包括强化训练、团队配合和技战术练习，这样才能发挥出自己的最佳水平。最后，我们也要注意养成健康生活习惯，早睡早起、充足的睡眠和合理的饮食是必不可少的。

第三段：比赛中的经验

在比赛中，我还需要自己补充许多知识。首先，我需要更多地了解对手的情况，包括他们的技战术和团队协作能力，这可以提高我们的反应速度和应变能力。其次，我们还要注意自己的安全和健康，例如保持适当的体力消耗和正常的饮食和水分补给。最后，我们需要发挥自己的优势，比如运用自己的技巧和战斗力，以及充分发挥团队的力量，这些都可以让我们在比赛中获得胜利。

第四段：成果总结

经过这一次比赛，我发现自己还有很多不足和需要补充的地方。同时，我也意识到了团队协作的重要性。良好的团队合作可以带来更多的优势和发挥空间。通过比赛，我们也认识到了自己的长处和短处，以及如何发挥长处，进一步提升自己的能力和技巧。

第五段：展望未来

最后，我想说的是：赛后并不是结束，我们应该总结经验和教训，反思自己，进一步提高自己的技能和能力。贯穿整个比赛过程中，我们的素质和修养、学习和实践的能力、组织和协调的能力等等都得到了锻炼和提升。未来，我们应该将这些提升和优势运用到学习和工作中，为将来的发展打下更坚实的基础。

以上就是我在第五天军训比赛中的心得和体会，希望能给以后的训练和比赛带来一些帮助和指导。

**军训第五天心得体会篇三**

在我的记忆的星空中，有无数亮闪闪的小星星，它们记录着我每一天的生活，我摘下最亮的一颗和大家说一说。

军训结束了，通过这次军训锻炼了我们的意志，培养了我吃苦耐劳的`品格、以及集体荣誉感，同时也学习到一些国防知识，还体会到当一名好兵其实真的不容易啊！

**军训第五天心得体会篇四**

第一天报到的时候，我对军训充满了期待和兴奋。然而，随着时间的推移，军训的严格训练让我感到疲惫和压力。但是，经过五天的锻炼，我逐渐意识到军训的意义和价值，收获了很多。

第一段，我开始适应军训的严格。一到军训场地，我们就被教官严厉的口吻吓了一跳。他们严格要求我们的动作，逼着我们一遍又一遍地进行重复训练。起初，我觉得这样的训练太过繁重和枯燥。然而，随着时间的推移，我意识到这种严格要求是为了培养我们的纪律性和团队精神。只有经过反复地锤炼，我们的动作才能更加标准、整齐，并与团队的协作一致。这种严格要求让我明白了军训的目的，也让我学会了面对挑战时要保持冷静和耐心。

第二段，在军训中锻炼了我的意志力和耐力。军训的训练项目非常多样且相对较为艰辛。每天早晨我们就要进行长时间的晨跑和体能训练，中午还要完成战壕挖掘和篝火搭建等实践项目。刚开始的几天，我感到非常疲惫和劳累，时常想要放弃。然而，教官的言行举止让我深深地感受到他们坚定不移的态度和决心。他们用坚韧不拔的毅力和顽强的精神鼓舞着我们，使我意识到放弃并不是一个选择。慢慢地，我发现自己的意志力和耐力在军训中得到了巨大的提高，能够坚持不懈地完成各项任务。

第三段，军训过程中让我体会到了合作的重要性。军训不仅要求个人的努力，更强调团队的合作精神。在战术训练中，我们需要紧密配合，共同完成各项任务。我发现，只有团结合作，才能在有限的时间内完成任务，否则就会导致失败。通过这种合作，我明白了一个人的力量是有限的，只有凝聚多人的智慧和力量，才能取得更好的结果。团队的合作让我体会到了集体的力量，也体现了团队协作的重要性。

第四段，军训加深了我对纪律的认识。军训中严格的时间管理和制度，让我深刻地认识到纪律的重要性。在军训中，我们每天都要按时起床、按时集合，坚守军事规章制度。这种训练让我明白了纪律是保持军事组织和团队运行的基石。只有遵守纪律，才能保证团队的协调性和高效运转。军训加强了我对纪律的重视，让我明白了纪律在生活中的重要性，并塑造了我遵守纪律的习惯。

第五段，军训让我体验到了军人的责任和担当。军训期间，我亲身感受到了军人们严苛的训练和无私的奉献精神。他们不仅要保卫国家的安全，而且要承担起维护社会稳定和人民生活的责任。军训使我明白了作为一名军人所要承担的责任，也让我认识到作为一名普通公民，我们也应该积极履行自己的责任和义务，为国家和社会的发展贡献自己的一份力量。

总之，在军训第五天，我意识到军训不仅是锻炼身体，更是培养意志力、团队合作和纪律意识的过程。通过军训，我收获了许多，也成长了很多。带着对军训的留恋，我相信这段经历会成为我一生难忘的记忆。

**军训第五天心得体会篇五**

今天是我们军训的第五天，既忙碌又快乐。

我们的教官是一个年轻的小伙子。他待我们很好。训练的时候一丝不苟，休息的时候教我们唱歌。他很细心，走在路上，会提醒我们小心台阶；接热水，会提醒我们别烫着。每天从早到晚，他陪着我们训练，不停喊着一个个口令，耐心纠正我们一个个动作，嗓子哑了也没有一点不耐烦，或许这就是军人的气概和修养。

我们班的同学也很友好。训练时，大家步调一致，虽然有时候配合不够默契，但每个人都尽力磨合，努力做到最好。当有同学身体不适时，其余的同学都会来问候或者提供帮助。虽然我们五天前还素不相识，但现在已经形如故友。

我们班主任也和蔼可亲。我们在炎炎烈日下训练，他就在训练场边默默陪伴。我们齐步走、零距离跑，不管走多远似乎都走不出他关切的视线。休息时还询问我们吃住的情况，为我们加油鼓劲。有他，我相信我们11班一定会越来越好。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我们只有经历过艰苦的训练才能蜕变成更棒的自己，从衣来伸手饭来张口的公主、少爷变成独立自主的大人。

我要牢记这次军训，让这几天的.辛苦积淀成未来成长的动力，三年后，以优异的高考成绩回报父母、老师，这也是送给自己最好的成人礼！

**军训第五天心得体会篇六**

不知不觉军训已经五天，其中有晴天，汗水浸透了绿军装；也有雨天，雨水打湿了红肩章。回望过去的军训生活，让我们体验到什么才是真正的军事化训练与生活。一路汗水洒过，一路疲惫留过，而我们依然不曾轻言放弃，不曾向困难低头，难道烈阳、风雨能够阻挡我们坚持前进的脚步吗？当然不。现在的我们既然身穿整齐的绿色军装就应该以一个军人的姿态来规范自己，提醒自己。咬一咬牙，就可以直起身体。提一下眉，就可以神采熠熠。再多坚持一分钟或半分钟，甚至是一秒，胜利的旗帜就会向你飘扬。亦或是少错一步，少动一下就可以为整个集体出力，增光。

四天这样重复着：走向同一个地点；见证太阳的起落；听着响亮的口令。作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。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。

宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。

大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

“听党指挥，能打胜仗，作风优良”，“忠诚于党，热爱人民，报效国家，献身使命，崇尚荣誉”，“铁血材化，奋勇向前，百炼成钢，所向披靡”。一字字，一句句，喊出了我们心中的爱国之情，也喊出了我们多彩的飞扬青春。

**军训第五天心得体会篇七**

第一段：“军训第五天心得体会开头语”的重要意义。

在整个军训期间，我们每天都尽力去适应军事化的生活，锻炼自己的体能和意志，同时也尝试去理解军人生活中的东西。第五天的军训，也是我们每个人进行最后冲刺的机会。此时，我们已经积累了四天的经验，积累了对军训的认识和体会，因此，我们需要在第五天将所有东西总结在一起，让自己更好的适应军事化生活。

第二段：我在军训中得到的体验和成长。

经过了四天的军训，我感觉我的体能和意志力都得到了显著的提高。此外，在军训中我还学会了如何团结同学，相互关心和帮助。这样的经验和体会使我更加完善了个人的素质，更加健康，更加自信，也更加坚韧。

第三段：军事训练教给我的新知识和技能。

在军训中，我们接受了各种各样的训练，比如行军、射击、擒敌、战场急救等等。在这些训练中，我不仅学到了新的知识和技能，也了解到了军人生活和工作中的艰辛和挑战。这让我更加认识到一个人在军事生活中的责任和担当。

第四段：军训中体悟到的团队合作和领导力。

在进行各种军事训练时，我们不仅要个人努力，更要学会与他人合作。团队合作和领导力都是非常重要的。军训中，我们必须学会如何在团队中发挥自己的优势，同时又要协调团队中其他人的优势，这就要求我们必须有领导力和团队意识。

第五段：结尾：军训中得到了什么？我们将如何继续前进？

在整个军训过程中，我们得到了各种各样的锻炼和挑战，从而变得更加强大和自信。在我们未来生活和工作中，这些经验、知识、技能和体验必将起到举足轻重的作用。我们也将继续努力，在学习和锻炼中，把我们得到的所有东西都真正地融入生活并持久地贯彻到自己的行为中去。并且，我们也将始终保持团队荣誉感和自我规划能力，让自己不断变得更好。

**军训第五天心得体会篇八**

军训结束了，我学会了服从，更学会了履行自己的责任。因为我是在部队的训练中成长起来的，我就是一个兵，一个让祖国骄傲的兵，在此分享心得体会第五天。下面是本站小编为大家收集整理的

军训心得体会

第五天，欢迎大家阅读。

新高一的军训正式拉开了帷幕。大家站成有序的方队，在烈日的照射下，开始了新的征程。

军训是一种意志上的磨练。在军训中我们懂得了坚持，学会了专注，更明白了团结真正的含义。我们如同小鹰在被丢下悬崖的霎那学会了飞翔，就如丑小鸭在颠沛流离中变成了白天鹅，我们长大了。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那英勇挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。每一件事情要成功都不是那么容易的，要成功就要付出汗水，要成功就要经受住一次又一次的考验。不轻言放弃，这是一个军人拥有的品质，也是我们应有的品质。

还记得同学说，我正在用我的汗水给花草浇水呢!是的，我相信这些花草在我们的汗水的灌溉下一定会长的更加强壮，更加经得起风吹雨打。

说起军训，我十分感谢学校学校能够给我们高一学生这样一个感受部队生活的舞台。是我们流下了辛苦的汗水，付出了艰苦的奋斗，收获了人生那美好而有难忘的回忆。

踏入部队，一种庄严的气息感染了我们，悄悄的在我们心里留下了难以忘记的烙印。在部队，一切的一切都在跟时间赛跑，哨声就是命令。有人快了，心里还想着要更快，有人慢了，心里还想这要快点。在部队，每个人每时每刻都在准备着，每时每刻都处在一种随时候命的状态。

每天对哦偶重复着训练，虽然有些枯燥，有些无味，但是每次一道拉歌时间，大家都尽情的歌唱，努力的发泄自己。正如教官们所说的，部队的生活并不是像你们想像的那样单调，无味。他们也会创造快乐，学会快乐。

在军训的过程中，我想过退缩，想过放弃。火辣辣样阳光照在我们的身上，汗干了又流，流了又干。地板就像一个大蒸炉，而我们却在这样一个大蒸炉里面训练，这样的训练条件让我想到退缩，想到放弃。但是看到同学们依然在那里训练，没说半句话，看到同学们在训练结束后，相互帮忙，不管是认识的还是不认识的，大家都在一起交流，因为我们都知道，是部队让我们团结在一起，是部队让我们感受到了我们是一个集体，而这个集体的组成就是由我们大家在一起组成的。每每想到这些，我原本的想放弃的念头没有了，取而代之的是一种自豪，一种骄傲，因为我们是一个集体，我就是这个集体中的一份子，集体离不开我，我也离不开集体。

军训结束了，我学会了服从，更学会了履行自己的责任。因为我是在部队的训练中成长起来的，我就是一个兵，一个让祖国骄傲的兵。

远离喧嚣的城市，离开舒适的温床，我们高一新生来到军区，共同完成了七天紧张、严格、艰苦的军训。

七天，在漫漫的人生中只不过是匆匆的一瞬间。但在军营中度过的七天，绝对是不平凡的七天。

七天的军训中，包含着我们的酸甜苦辣。站军姿，起步走，跑步，正步走，我们一遍又一遍地重复着枯燥的动作;唱歌喊口令，我们用全身的力气吼叫，却总不能让教官满意。腰酸了，必须撑着;背疼了，还要挺直;喊哑了嗓子，喉咙还依然忍痛嘶叫。铁一样的纪律无时不刻地约束着我们。在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立，有我们酸痛的手脚重复着动作。严肃的教官，艰苦的生活……所有的一切，我们必须坚强地面对。在艰苦的训练中，我学会了忍受疼痛，学会了坚持，再坚持。军营赋予了我坚强的品质，顽强的作风。我少了份骄气，多了份拼搏到底的精神和奋斗、永往直前的意志。同甘共苦中，看看周围不言放弃的同学，我怎能轻易低头;在互相帮助中，我们慢慢的成长了，从骄生惯养到独立生活。军营教会了我们——团结就是力量：军营教会我们——严守纪律，服从命令是天职。

七天的军训，一个又一个的考验。我们只有经历它，才能够磨砺自己，使自己更加坚韧。我们只有战胜困难，承受风雨，才能更加从容地面对今后的人生。军训是我们成长所必需的;更是通往成功的必经之路。军训的滋味如同五味瓶夹杂在一起，我们品尝了;但它不能够只是一刻的味觉。我们要保留着其中的精华，让军营中学到的优秀品质伴随着我们，以军人的姿态迎接即将到来的高中生活，以至于整个人生。

军训已经一周多了，在这一周里我们付出了汗水与辛苦，也收获了许多。

“立正、稍息……”听着这些已经熟悉的口令，我们都已经被融进了军营的那种氛围中了。小时候向往军营，向往那和平绿，总是梦想着长大后有一天自己也能穿上绿军装成为他们其中一员。

渐渐长大后，明白了一些事，也懂得了一些道理，不再像孩提时的幼稚，多了几分现实，没有理想的生活是空洞的，迷茫的，可是空有理想的生活也是浮浅的。

高中时的军训只是一周，那时的我们在花季雨季徘徊，无知，迷茫是我们脸上的表情，一周的军训收获甚少，只是知道军训苦，让人受不了，脸上晒的掉了一层皮，在也不想当军人，这时高中，青涩的季节，让我们匆匆走过了那段青涩的年龄。

而今，我们都已长大，成了人们所谓的成年人，从走进大学的那一天，大家期盼着，等待着军训，可是一年过去了，大家的热情消减了不少，军训的时间到了，可是因为自治区的大庆，给学校下达了政治任务，男生参加大庆表演训练，女生回家等待下一年军训，这是一个令人失望又高兴的消息。大家可以回家了，可是明年当大家的激情都退却的时候我们依然逃不过啊!

真正军训的时间到了，有人欢喜，有人悲啊!可是不管怎样总是逃不过去了。大家无一例外穿上了迷彩装。从教官来后一直反复着乏味训练。但军训也不是想象中那样痛苦，欢声笑语，歌声也在其中，大家还是都很积极的。这也许就是团结的力量吧!

还有一周的时间按，我们相信，没有逃兵，大家一定都会坚持下去，将军训进行到底，取得一个好成绩。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！