# 军训心得体会格式范文7篇

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2025-05-18

*心得体会是我们对所经历的事物或情况的独特见解和理解，让我们更加深入地思考问题的本质和意义，无论我们内心产生了什么样的情感，都可以通过心得体会去记录，下面是小编为您分享的军训心得体会格式范文7篇，感谢您的参阅。一段新的历程总是有一个不一样的开...*

心得体会是我们对所经历的事物或情况的独特见解和理解，让我们更加深入地思考问题的本质和意义，无论我们内心产生了什么样的情感，都可以通过心得体会去记录，下面是小编为您分享的军训心得体会格式范文7篇，感谢您的参阅。

一段新的历程总是有一个不一样的开端，大学的开始就是军训，告诉我们的是努力，是坚持，是刻苦，因为学无止境，要在浩瀚的学海中学到知识就一定要具备努力坚持，刻苦，才能够登上我们的彼岸。

已经经历过军训了，对于大学的军训我也不怎么在意，因为军训都非常短，但是当我们军训的时候，知道军训至少半个月时，感觉心里哇凉哇凉的，感觉黑暗的人生即将到来。

大学的军训和我以前经历的军训都不同，我能够感受到军训的严厉，能够感受到军训的苦于累，但是和却是我大学必须要经历的一道难关，没办法逃避，既然不能逃避那就面对。一直抱怨军训的不公，一直感慨军训的严厉这样只会让自己在军训的时候过的越来越困难，我知道这一点也明白这一点，我试着去接受军训，不在排斥军训，因为在开始一段时间怀着这样的心情太难受了。

改变了自己的心态之后，突然发现并没有自己想象中的那么难那么苦，只要努力就一定有所成功，我把训练当成一种游戏，把每天的活动当成挑战，勇敢的去面对，勇敢的去接受感觉军训对我的帮助非常大，让我原本虚弱的身体，变得渐渐有力起来，也更加强壮，没有了以前的阴柔之气，反而有了阳刚之气。

军训并不可怕也并不是很难，难的是过自己心中的那一道坎，改变也非常容易只要学会融入到其中，去切身的感受其中快乐就不会有多么难过，每次训练都会非常疲惫，每次早起都想赖床，这是我们正常的表现，我在军训中也常常有这样的感觉想法，其他同学也和我一般。

考验是需要我们自己去接受的，我知道一直在爸妈的照顾下，没有怎么受过苦的我在军训中体验到了军训的苦，从而能够切身的明白了爸妈的辛苦，我也知道了生活的不易，我能够来到大学是爸妈的努力帮助，是他们保护让我能够一直在良好的环境下生活，我总是会长大的，总有面对未来的一天，人生的挑战，困难都将要让我面对，是军训让我知道了生活的不易，是军训让我有了足够的准备去面对未来的那一天到来，雏鸟总有飞出巢穴的时刻，我已经是大学生了已经到了羽翼丰满的时候了这时候的我也是需要飞出巢穴了。

军训的一次次失败，一次次受挫，让我知道了努力，坚持，刻苦，他将是我人生的宝藏，是我生命中最精彩的片段。

军训结束之后我才猛然发觉，这段苦涩的日子已经过去了，迎面而来的，是另一段不确定的岁月。军训的结束其实也是在告诉我，今后的路还有很长，我们现在所经历的一切都只是将来人生里的一个小片段，所以不用过度留念，也不要总是恋恋不舍，路在脚下，眼看前方。只有这样，我们在能在稳妥之中前行，少走一些弯路，尽快抵达光明。

还记得刚刚开始军训的时候，我是很不习惯的，因为我不习惯集体宿舍，我也从来没有住过集体宿舍。虽然说我们宿舍算是学校比较好的宿舍了，但是四个人住我还是第一次，并且军训期间我们都非常的疲惫，有时候回去洗澡也成了一个很大的问题，几乎每天都是需要排队的，加上我们这四个人刚刚在一起，还没有怎么去磨合，所以矛盾也是有一些的。所以一开始，其实生活过的不顺利，军训进行的也很艰难，那段时间真的很考验我们的内心和定力。我想，这才是我们大学真正的开始吧，充满了未知、挫折和挑战。

在军训当中，其实我们每个人都经历了一次内心世界的挣扎和翻越。以前我们没有吃过苦，也体会不到要坚持不懈的那种意志力，在这次军训当中，我是真真实实的认识到了坚持的魅力，那一种魅力是无穷无尽的，更是不可被替代的。还记得一开始的时候站军姿，我五分钟也站不了，站了五分钟之后，我的脚的开始麻了，踩在滚烫的地上，感觉自己就是蒸笼里的包子，再烤下去迟早都会烤熟了。后来慢慢的，当自己的意志力变得更加坚强的时候，就会发现其实外在条件根本不会成为动摇我们内心的凶器，有时候反而是锻炼我们内心的一把利器。所以学会坚持，往往也是通向成功的一条道路。

经历了这两周的军训之后，其实自己的改变是非常多的。首先就是精神上面，是改变了不少的，以前我很不独立，交朋友也比较的被动。但是在这次军训当中，我慢慢的变得越来越主动一些了，性格也变得更加开朗了。其实每一位军人就像是一个太阳，他即使不说话，我们也能感受到他身上的阳光。我想我一定也是受这样的阳光的影响，自己也变得越来越乐观了、积极和向上了。

我是从心底里享受这一次军训的，它拉进了我和同学们之间的距离，也将我真正的带入了这个大学当中。未来或许有更多和军训一样的挑战在等待着我，但是我觉得自己有了一颗坚决的心，就一定可以打败所有的难关的!

回想起军训结束的昨天似乎令整个人的心情都变得惆怅不少，虽然说自己还处于军训之中的时候整天盼望着结束的那一天能够正式到来，但是当自己习惯其中的生活以后还是对已经结束的军训感到有些不舍和遗憾，想起今后的大学学习生活还是不禁对即将到来的一系列挑战感到有些迷茫，但是只要想到军训期间教官的教导便能够让迷茫的内心因为那些共同奋斗的记忆而重新坚定起来。

还记得军训初期的时候我们带着内心的不满跟随着教官一起训练，毕竟对于一群娇生惯养的年轻人来说军训的初期往往都是很难度过的，但是不知道为什么即便在军训中这样疲惫都没有一个找借口逃避的人，似乎伴随着教官的指令能够使得整个人的精神都变得奋发向上起来，而且每次难得的休息时光也让我们的心情随之变得愉快起来，或许到了这个时候我们才能够真正将自己的目光放到自己的眼前进行观察，即便是普普通通的水都能够让口渴难耐的我们感受到其中的甘甜，看来正是这次的军训才让自以为处于云端的我们看清了周围平凡的一切。

当军训步入正轨以后即便没有教官的训斥也能让大家自觉组织起来，尤其是大家相处的时间久了以后总会忍不住想要与隔壁班分个高低，正是这短短的时间内让原本互不相识的大家最终凝聚成了一个团结的队伍，再加上军训时暗自进行的较量都能够使得原本乏味的生活变得有趣许多，似乎在军训这场友谊赛中即便是多做一个仰卧起坐或者多跑一个圈都能够让我们的内心产生一丝得意，实际上这种看似“幼稚”的行为才意味着我们能够从平凡的生活中感受到真实的美。

在这个秋高气爽、金桂飘香的九月，怀着期待又紧张的复杂心情，我们的军训第一天就这样开始了。在这个难忘的第一天里，我看到的这些身影，将被我珍藏在属于自己的记忆宝箱。

1、教官们的飒爽英姿

一直以来就十分欣赏与敬佩军人的意志，他们身上散发出来的魅力也是独一无二的。而我们军训的目的，就是要学习教官们的钢铁意志与团队精神。

我们的葛教官是位年轻帅气的小伙，也十分有亲和力。一次次的示范，一声声的命令，都体现出他作为一个军人的风范。教官们是严厉的，同时也是善解人意的。这些飒爽英姿是这十多天军训时光里的一道最美风景。

2、认真负责的助班

从踏入校园开始，我们的助班就陪伴着我们，为我们排忧解难，尽心尽力不求回报。

陪我们早起，引导我们适应大学生活，伴我们军训……是他们，让我们在这个陌生的校园感到温暖，他们是我们的导师，更是我们的朋友，能相遇便是缘，助班们活跃在校园各个角落的忙碌身影，难道不美吗?

3、精神饱满的同学

从高考完到大学开学的假期三个月里，大部分同学都放松了对自己的要求，作息规律也有了改变。

刚开始军训难免不适应，但我看到的是精神饱满活力四射的我们，是动作整齐划一的我们，是口号响亮的我们……一个方阵就是一个团队而方阵中的每一位同学都在为团队的优秀而努力!而我们军训的主角，无疑是湖理最美风景吧!

从开学到军训开始，这段日子里我也慢慢了解了湖理。我知道，这将是我生活四年的一个家，也是我梦想开始的地方，军训，只是进入大学的第一步，而我们，也已整装待发准备好接受考验了!

为期十天的军训已经结束了，不管是苦也好，累也好，我们也都坚持下来了。今天上午的阅兵式已经展现了同学们的训练成果。

回过头来想，军训虽然很枯燥乏味，但这无论是在身体还是在意志上对我们来说都是一种磨砺，真的是为我们即将开始的大学四年学习生活奠定基础。其实这句话表面上来看挺俗的，但如果我们静下心来好好理解一下，就会发现这句话的内在意义。我们大学四年的学习生活又何尝不是一次军训呢？军训生活枯燥乏味，但会对我们的大学生活带来好处，而四年的大学生活难道不也是在为我们以后的生活打好基础么？

上大学之前，总会听到别人说大学四年生活是多姿多彩的，但其实并不完全是这样的，在学习的过程中肯定会感到枯燥，而这种枯燥要远比军训中的要难受的多。但我们是放弃还是坚持，就要看我们的意志是否坚定了。来到学校已经十天了，已经感受到了来自不同角度的新鲜气息了，而这种新鲜气息已经有点让我透不过起气来了，但我觉得不管怎样都要记住自己来大学的目的，不能让新鲜事务迷失了自己，不能忘了自己是干什么的，这一点非常重要。

我来这的目的如果是学习，那么我就应该安下心来，踏踏实实的做我该做的事，把习学明白了就比什么都强。

大学四年的学习生活其实很快就过去了，我们既然来到这个学校，有这个学习的机会了，我们就应该把握住。无论是军训还是学习，要成功都不是一件容易的事。今天阅兵式的成功也是同学们这十天来努力的结果。我们如果想在大学毕业那天也将取得成功，就必须去努力，去争取，成功是争取来的，没有人能随随便便成功。在通往成功的路上我们不仅要时时刻刻督促自己，更要耐的住寂寞。学习的生活不仅是艰苦的，更是寂寞的，所以一定要不断提醒自己，要耐的住寂寞。

如今随着播音专业越来越火，我们就业的难度也就随之增大，以后要想在这个行业上有所作为就必须把专业学精，这样才会在将来的竞争中有立足之地。记得一位老师和我说过一句话：“别人做不到你做到了，这就是成功；别人做到了你也做到了，这是平庸；别人做到了你做不到，这就要被淘汰。”现实就是这样残酷，竞争是无处不在的。就像我们军训中选标兵一样，他们为什么会被选为标兵？就是因为他们做到了别人所没有做到的，所以他们成功了。

军训虽然过去了，但我们不能忘记在军训中所学到的东西，生活就是一个不断学习的过程，只有我们记住每一次的积累，才能不断的完善自己，也希望我自己能在接下来的四年学习生活里，能去不断的努力去争取成功。

总想离开家，去领略大千世界的奥妙与精彩，幻想着绚烂多姿的美妙生活，直到在军营里，我才真正体会到生活的酸甜苦辣。

“正步、跑步、起步走！一二一，一二一。立正！”口号一遍遍响起，我们腿脚麻木，表情僵化。这是我向往的生活吗？没有自由，没有思想，没有个性，像木偶一样被命令控制。

我原以为太阳是最勤快的。可早晨六点，太阳还没睡醒，哨子却醒了。紧接着，小木偶们“爬”向训练场……眼睛迷迷蒙蒙，头脑恍恍惚惚，手脚酥酥软软。可还得强撑着站军姿，站如松，好难！到了太阳睡醒，时间变得更加漫长难熬，身上的每块肌肉都受到压迫。心口堵得慌，双腿沉甸甸，支撑着全身的双脚，似乎负荷着整个地球，只觉得天地都在晃，晃得人失去重心，却又无法倒下。没有人反抗，在这里除了服从，只有服从。我的身体最终背叛了意愿，像兵马俑一样矗立着。

下午三点的烈日，“杀”声振天的训练场，整齐的方队，教官洪亮的吼声。汗珠儿从绿色小兵的额头滚到眼角，滑到脸颊，溜进脖子，在身上抓呀抓，挠呀挠。衣裤一次次浸透，又一次次被晒干。每个人都在经受着毒日的“烤”验。有人蹲下休息，可我不能。所谓团队精神，就是齐心协力，同舟共济。军营是个大家庭，我们都是兄弟姐妹。

晚上，有人哭了，而我没有，我不愿让这可怜的泪水淹没自己的意志。吃苦的日子才刚开始！我会坚持到底！“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”

就这样，坚持到最后一个半小时的汇报表演，我们苦训十天的检验。当矫健的步伐齐刷刷地走过主席台时，一阵阵热烈的掌声却催人泪下。虽然很短暂，但是我们得到了回报。

一

印象中的军训，不是很苦，算是轻松的一类。阴凉的环境，充足的休息，还有嬉闹的欢乐。初二的军训，我学了军队的一些纪律和军人一般要做的动作。而初三的军训，我学会了\"擒敌拳\"一到八动分解动作，有种爽快和充实的感觉。毕竟是一些陌生的东西，对于好奇的少年，是很吸引的。

我们辛苦，我们快乐，这就是我印象中的军训。

二

我一直都有个愿望：在大雨中，用身体去迎接雨水的冲击，洗去身上的污垢。而今天，我终于如愿以尝了，只是想不到在这种情况下。

八月的太阳，充满了无限的能量。真的可谓\"炎炎夏日\"。而我们，就是要用自己的弱小身躯去承接强烈的紫外线。汗水如湍急的流水一直一直往下流。咸咸的，有点苦涩，流多了之后，就变得甘涩，味道真不好。虽然不好喝，但我却喝了很多。唉......

神总是很喜戏弄他的人民――两天连续的过云雨。衣服湿了又干，干了又湿。粘腻粘腻的，怪难受的。何况，我还分不清是汗水还是雨水，总之就是\"湿透\"了。

你觉得倒下容易吗?

三

一直以来，我都很坚韧的。而经过这次的军训，我的坚韧可以说是刚强了。

三天的训练差不多都站着，并且一动都不行。脚底如火烧，两腿发软，头重脚轻。很多同学都倒下了，而我也到了极限，但我坚持了下来。\"我一定行的，信就行，不信就不行。\"我一遍一遍在心里默诵，结果我胜利了。虽然很很难受，但战胜自我的感觉很痛快。

我是不是有点逞强?

四

让我咀丧的是——无论我多么努力，动作总是做不好。如\"立正\"，我不是歪着身体就是头歪了，身体还隐隐发抖，被教官骂。

我越来越发觉有些领域，无论我如何尝试，我始终无法走进。但――我会尝试的，这是我唯一可以做的。

五

军训永远的结束了，但我依然留恋。

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！