# 5天军训心得600字5篇范文

来源：网络 作者：雨声轻语 更新时间：2024-01-15

*辛苦疲惫的军训平淡无趣，却着实艰苦，“不积小流，无以成江海;不积硅步，无以至千里。”每一个军训的动作都教会了我华夏民族不灭的信念，我身为龙的传人所拥有的坚持!下面就是小编给大家带来的5天军训心得，希望能帮助到大家!5天军训心得18月22日，...*

辛苦疲惫的军训平淡无趣，却着实艰苦，“不积小流，无以成江海;不积硅步，无以至千里。”每一个军训的动作都教会了我华夏民族不灭的信念，我身为龙的传人所拥有的坚持!下面就是小编给大家带来的5天军训心得，希望能帮助到大家!

**5天军训心得1**

8月22日，我们迎来了中学生涯中的第一次军训。

俗话说：“贵人出门遇风雨。”我们这趟出门雨可真不小，一个个都被淋成了落汤鸡。经过近一个小时的车程，怀着几分紧张、几分兴奋和几分不安，我们到了深圳市园山青少年活动基地。

我们的教官姓张，身材高大，是所有教官中最壮最白的，看上去面慈心善，实际上，他也不是很凶，对我们还是挺好的。只要我们认真地学、认真地做，教官就会让我们休息，因此，我们得到了很多休息时间。

军训的训练并不十分辛苦，没什么体力活，只是站站军姿，练练踏步。不过，这也不是件简单轻松的活儿。光是站军姿，里面就大有文章：脚跟并拢，脚尖分开60度，双腿挺直，两臂自然下垂，大拇指贴在食指第二节，中指紧贴裤缝线;头要正，颈要直，口要闭;两眼瞪大，目视前方，重心放在前脚掌上……如果所有动作都做标准，站十分钟军姿，就会汗流浃背了。

正步这一项是最难的、最重要的、也是最累的，脚要踢得很高，刚开始学的时候，教官要我们把脚抬起来，然后站着不许动，要把脚抬高，单只脚又站不稳，一开始总是摇摇晃晃的，后来练多几遍，渐渐适应了，就站稳了。光是练踢脚，就练了一上午，双腿都快要麻了。

不训不知道，一训吓一跳。通过这次军训才知道自己的体质有多差，才第一天我们班就有人倒下去，可能那天有些同学没吃早餐，才在操场上站了一会儿，就体力不支晕倒了，接连几天几乎每天都有人不舒服，吓得我总是担心自己会不会也倒下去。幸好，最后我挺过去了。

五天的时间，说长不长，说短不短。这次军训磨练了我们的意志，加强了同学们之间的合作性，也加固了大家的友谊。

**5天军训心得2**

军训是大学的第一堂课，在这堂课上有严明的纪律、有紧张、有欢笑......火热的阳光炙烤着大地和我们的身躯，这几天对我来说就像是几个世纪一样的难熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”我的思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去抗，又有好多的义务等我们去尽。大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不建康的。

军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，人是在不断的磨练中长大的。军人钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样：“还铁还硬比钢还强”。在军训中我了解了。不少军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任。教官说：“当兵后悔二年，不当兵会后悔一辈子”。军人的奉献精神和大公无私深深的打动我们每个人，我们的新生班主任给我们讲解生活中要注意的事项，为我们今后的学习生活做准备，辅导员教师像大哥哥一样照看着我们。在这里有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，这些就像不灭的音符跳动不已，我们是充实的，我们是快乐的。

**5天军训心得3**

今天是军训的第四天，明天，军训就要结束了，有的同学兴奋极了，但我却有点留恋，因为过了明天，我就离开了这两位敬爱的教官，就要离开了这可爱的七五七基地，可能永远都不会再会到这儿了。

今天上午，下了一场大雨，但我们还没有操练好。教官本来都想让我们避雨休息，但大家充满着奋进向上的欲望，请求教官让我们继续操练，因为我们每一个人都深知：明天就要比赛了，我们一定不能输给别的班，一定要在走之前做出成绩，这次比赛我们只可胜，不可败!教官被我们的精神打动了，答应了我们。

于是，我们在风雨中训练起来了。其它班都在暴雨中退缩了，但我们越练越有劲，冒着倾盆大雨，仍然踏着整齐的步伐，昂首挺胸，在风雨中奋斗着……

吃完午饭后，李教官把我们集合起来，他对我们说：“明天我们就要比赛了，我相信你们能行。给点信心自己吧，拿点实力出来，向所以人展示你们这几天的学习成果，让所以人知道，三班是行的!”听了这番振奋人心的话，大家士气大振，整齐而有力地回答：“是!”着雄亮的声音更加显得我们万众一心。

今天时间似乎过得特别快，转眼间又到了吃晚饭的时间。长时间的训练使大家累得筋疲力尽，连肚子也在闹“空城计”。大家大口大口地吃，从他们吃的样子来看，这次是他们吃得最痛快的一次!

到了晚上，教官组织我们去看影片。这部影片拍摄了通信兵、侦察兵、雷达兵、装甲兵的生活和工作。他们不畏艰难困苦，一心为国家贡献自己的一切，为人民默默地奉献着，奋斗着……看完着部影片，我们深受感受，那些英勇的军兵不怕困难，不怕挫折的精神感染了我们，我同时也被他们那无私奉献的精神所感动着。

今天，是我们班最团结的一天，是使我们难忘、骄傲的一天。我希望我的人生的每一天都能像今天一样精彩，那我的人生将是一曲辉煌的篇章!

**5天军训心得4**

暑假终于过去了，盼望已久的大学生活也随之而来，在开始大学生活的同时，首先要迎来大学军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，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。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的。只要我有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在大学军训过程中，我欢笑过，流泪过。今天，我经历风雨，承受磨练。
明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的甜。累，我体验到超出体力极限的快感。军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。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。

在自己的人生路上，也应该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!
能够顺利的在高考中突出重围走进大学的校门我无比兴奋。

90后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求,托枪时手和肩膀被压得酸痛，我仍咬牙坚持，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

**5天军训心得5**

5天的军训已经结束。在这5天中，我的生活习惯.性格.形体姿态等都发生了很大的变化。
在家中的我，是个养尊处优的“公主”。一天都睡觉十几个小时，在家里机械地度过吃.睡.玩的日子。

而我在军训时，每天5：30分就要起床准备了。由于部队的生活很艰苦，不得迟到，所以我时刻都保持着紧张的状态。起床后出操.吃早饭。然后训练。训练是非常辛苦的。在烈日下，重复地练习着那一个个动作，教官不厌其烦地一遍遍演示着……骄阳晒红了我们的脸，汗水渗透衣服，这一切，都是如此艰苦，也正以为如此，才锻炼出我的毅力。在这样极限的运动后，我必须吃下那难吃的饭菜，那绝不是山珍海味，我们就像教官说的：像吃药一样把它们吃掉。晚上洗澡时特别拥挤，简直令人窒息，这是我第一次有这样的体验：洗澡如同作战!在夜深人静时，我睡不着觉，想到了妈妈，在军训的日子里，妈妈是我的精神支柱。
我从小就很依赖妈妈，有什么事都向妈妈倾诉。在这段日子里，没有妈妈可以依靠，做任何事都要自己亲力亲为。有时我坚持不下去，就想起了妈妈，再看看周围的同学，坚定了自己的信念，告诉自己：坚持就是胜利。现在，我可以大声地说：“我成长了，我坚强了。”
训练期间，我经常被教官批评，但并不是因为我不认真，而是我走路有问题。我努力地走，我生怕拖累大家…我很内疚。一切的努力没有白费，我进步了，得到了教官的肯定。
军训中还举办了很多活动，像拉歌，拔河，晚会等，都给了我极大的快乐。并且通过这些活动，更加团结了我们班，锻炼了我的勇气，是非常有意义的。

汗水，泪水，雨水，欢声，笑语，我都曾经拥有，它们带给我无穷的财富。军训让我懂得什么是知足常乐，我今后会更加珍惜身边的一切，时时提醒自己：我很幸福。
军人是伟大的，也是平凡的，我会永远记住这些，最可爱的人。

5天军训心得600字5篇

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！