# 军训第五天的心得体会 第五天军训结束心得体会(精选15篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-05-27

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。军训第五天的心得体会篇一军训作为学校的必修课，每年都是学生们辛勤训练、努力奋斗的时期。第五天军训结...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**军训第五天的心得体会篇一**

军训作为学校的必修课，每年都是学生们辛勤训练、努力奋斗的时期。第五天军训结束，意味着我们即将结束这段紧张而充实的时期。在这五天的军训中，我深刻认识到了作为一名学生应该具备的品质，并从中收获了许多心得与体会。

第二段：勇气与坚持。

在军训中，经常会有许多让学生感到恐惧的环节，比如游泳、爬绳、跳墙等。而能够克服恐惧并坚持下去的，是勇气和毅力。在这五天的军训中，我切身体会到了勇气和坚持的重要性。在攀爬高墙时，许多同学都曾感到害怕，但是只有那些拥有勇气与坚持的同学们才能成功完成任务。这引导我反思自己应该怎样尝试去克服恐惧，以及怎样巩固自己的毅力。

第三段：团队合作。

作为一名学生，不仅要拥有勇气和坚持，还需要有良好的团队合作精神。在军训中，团队合作尤为重要。在队伍中，每个人有其独特的能力和优势，而通过大家的集体行动，可以实现彼此之间优势的互补，从而取得更好的成绩。在犹豫的时候，队友的支持和鼓励对我是非常重要的。这也告诉我们，一个集体中的每一个人都不可替代，每一个人的力量都是不可或缺的。

第四段：此消彼长。

在军训中，我常常会感到身体疲惫，精神压力巨大。但是，正是这种挑战随时提醒我，生命有限，但创造与贡献的可能是无限的。在人生的阶段性里，有得必有失，此消彼长才是一个长久立足的钥匙。我们必须不断地为每一步的失去努力着地得到，唯有如此，才能持续地朝向更高的方向进发。

第五段：收获与感恩。

军训结束了，我们的身体确定没有战斗新星的力量。然而在这五天中，我们无法用词言将获得的东西量化期。我认识了更多的友谊、学到了很多的知识和技能，而这些都是无价之宝。最后，我感恩这五天中教练和工作人员为我们的付出，以及训练过程中支持和帮助我的同学们。在接下来的日子里，将以更加认真的态度学习，更加珍惜未来的每一分每一秒。

**军训第五天的心得体会篇二**

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。

**军训第五天的心得体会篇三**

第一段：引言（100字）。

解放军的训练一向严格而有效，每天不同主题的训练都给我带来了深刻的体会与启示。而今天是解放军训练的第五天，我们经历了一系列的体能训练和军事技能练习，为自己的坚韧和毅力再次注入了新的力量。今天的心得体会使我更加深刻地认识到了军人的本质和职责，同时也让我明白了团队合作和领导能力的重要性。以下是我对于今天训练的心得体会。

第二段：体能训练的体会（200字）。

今天我们进行了一系列的体能训练，包括长跑、俯卧撑、仰卧起坐等。虽然每天都在进行体能训练，但今天的训练更加强度大、项目多，短时间内要完成大量的训练内容。面对体能的挑战，我意识到只有坚持才能取得进步。通过今天的训练，我认识到坚持的重要性，只有坚持不懈的努力，才能更好地完成各项任务。

第三段：军事技能练习的体会（200字）。

军事技能是每名军人必备的基本素质，今天我们进行了协同作战、射击和装备操作等训练。其中协同作战让我深刻认识到团队合作的重要性，团队的每个成员都要发挥自己的特长和优势，做到有机配合，才能完成任务。射击的训练更加注重细节和精准度，需要我们保持良好的专注力和耐心。而装备操作的训练则锻炼了我们的反应能力和灵敏度。通过这些训练，我更加深刻地认识到了军人的职责和使命。

第四段：团队合作与领导能力的重要性（300字）。

在今天的训练中，我深刻地认识到了团队合作和领导能力的重要性。在协同作战中，只有团队成员之间的密切配合，才能在战场上取得胜利。每个人都要充分发挥自己的能力，同时要倾听和接受他人的建议和指示，形成整体的优势。而在领导能力方面，每个人都有潜力成为一名优秀的领导者。领导者要有明确的目标和计划，能够带领团队顺利完成任务，并且能够在困境中稳定团队的士气。通过今天的训练，我明白了团队合作和领导能力的重要性，这对于我将来的发展至关重要。

第五段：总结与感悟（400字）。

总结这五天的训练，每天的训练主题和内容都各有侧重，但无论是什么训练，都有一个共同的目标，那就是锻炼和培养我们成为一名真正的军人。通过这些天的训练，我学到了坚持、团队合作和领导能力等重要品质。在今后的训练中，我将更加注重团队合作和个人能力的培养，不断提高自己，为国家的安全和发展贡献自己的力量。我相信只要我们坚持不懈、不断追求进步，我们一定能够成为一名优秀的军人。

【总结】以上是关于解放军训练第五天心得体会的五段式文章，通过体能训练和军事技能练习，我意识到坚持的重要性，同时也深刻认识到了团队合作和领导能力的重要性，这对于我将来的发展至关重要。通过这些训练，我得到了锻炼，也明白了成为真正军人的责任和使命。我会不断提高自己，为国家的安全和发展贡献力量。

**军训第五天的心得体会篇四**

今天是军训的第五天，我却感觉在军训中度过了五年的时间。度日如年，是我不曾有过的感触，在大学这第一堂课中，我深刻感受到了。这度日如年不能全归结于军训的苦和累，也可以分属于军训带给我们的收获，因为硕果累累，所以负重前行的我们，感受到了度日如年。

按照教官给我们进行的军训安排，今天是轮到我们去打靶的日子，一大早，我们就带着对打靶的兴奋和好奇来到了操场进行拉练。前几日清晨拉练时的疲惫感也因为对打靶的兴奋和好奇而消失殆尽了，我们一个个用行动向教官证明了我们对打靶的期待。

随着太阳的升起，教官带着我们一行人，从安全的路线出发走向打靶的地方。打靶的地方离我们学校有十公里远，这是我们一开始就在教官的说明下清楚知道的，也许是因为前几天军训给我们带来的变化，我们在去往打靶地的途中，没有一个人被当空的烈日给打败，更没有一个人对教官说一句“报告”，大家流的汗洗净了大家的疲惫，大家吃的苦顽强了大家的身心。当我们顺利到达打靶地时，没有一个人丧失了对打靶的兴趣！

当教官宣布我们一人有三次打靶的机会时，我们全都在心里琢磨着应该如何将这三发子弹打中靶心。然而，当我们真正开始一个接着一个进行正式的打靶时，我们这才意识到教官的枪法是他击中靶心次数的保证，而我们这些只有三次打靶机会的同学，想要击中靶心或许还得依靠我们的运气。

在我第一发子弹因为紧张和害怕而错失了靶心，打到了边缘位置时，我的大汗已经流成了河。教官见我第二发子弹久久不敢发射出去，他又亲自做了一遍示范。本以为教官的示范我记在了心上，第二发子弹应该能够击中靶心时，我又一次将子弹击中了边缘。教官过来敲了一下我的脑袋，又让我准备发射第三颗子弹。

然而，有了两次失败经历的我，却忽然有了一种豁出去的心理，我学着教官的姿势动作，重新调整了自己，在心里倒数了三二一后，我将最后一颗子弹发射了出去，也第一次将子弹击中了靶心！教官以及我旁边的同学都为我鼓起了掌，这让我开心之余感受到用好枪，做一名可以上战场的军人，真是我们难以想象的难。打靶这一天如果真是上战场，我的紧张还会让我击中敌人吗？不好说了。

文档为doc格式。

。

**军训第五天的心得体会篇五**

这五天我一直在进行入学前火热的军训生活，这种训练对于我们这些家中的贵公子、娇小姐们来说是既辛苦又兴奋的，是值得回味的一段日子。

每天训练下来，累得腰酸腿疼。我的教官是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到符合要求为止。其实教官也是心疼我们的，但他更希望能把我们的坚强、毅力练出来。军训生活的甜是一种“苦尽甘来”的甜，是训练场上教官表示肯定的一句话或一个眼神。这种甜是师生之间建立起来的一种深厚的友谊，就像一块朱古力糖，还会有丝丝苦味。真是让人回味无穷。

军训的确很辛苦，但是我相信往后我们一定会怀念这一段既苦又甜的`军训生活。在炎炎烈日下，我们踢正步，排方队；在激昂的训练场上，我们欢呼，呐喊。就是这样一段生活，使每个人在滚爬摔打中慢慢成长；就是这样一段经历，使每个人在汗水中变得坚强。

首先，特殊的军训生活培养了我们的集体观念和纪律观念。在队列中教官非常强调纪律，每当有人在队伍中不打报告便随意乱动时，都会受到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。而队列整齐的要求也增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，而不光只是考虑自己。

其次，军训也培养了我们的身体素质。一开始训练，只要站上5分钟的军姿，就会有人体力不支。现在即使让我们站上15分钟，还是能个个都站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

通过这次军训，军训给了我这样的机会，虽然军训有点儿苦、有点儿累，但我知道更苦更累还在以后的学习、生活之路。我更加体会到在学习上也要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。人生充满艰辛，生活充满坎坷；和此相比，军训的日子又算得了什么呢。军训代表着什么，代表着磨练意志，代表着学会面对挫折的本领，代表着迎难而上的毅力。军训的日子只有短短的五天，和人生相比，只不过是沧海一粟，也许这段日子在几年后会在记忆中消逝，但它留下的绿色诗韵，永远是人生中最亮丽的风景。

其实，军训生活还带给我们很多，相信这次军训生活定会成为我们人生中一段美好的回忆。

**军训第五天的心得体会篇六**

人们都说军训是一个艰苦的历程，它可以使一个白皮肤的人变成黑皮肤，可以使一个精气十足的人变成疲惫不堪，也可以使许多人对它退避三舍。但是，经过这次军训后，我认为以上的说法都是片面的，并没有真正明白军训的好处。

我觉得，一个人的意志是否坚定，可以从军训中体现出来。比如说站军姿的时候，假如你站了一会儿就觉得不舒服，然后东张西望，违反了站军姿的要求;假如你意志坚定，知道站军姿要求我们在队里一动不动，无论外界有任何动静，你都要熟视无睹。

一个集体是否团结，有集体荣誉感等，也可以从军训中体现出来。就像我们在会操中得。

文档为doc格式。

。

**军训第五天的心得体会篇七**

我们\_\_中心校于\_\_年2月23日，举行了体育教师军训活动。目的是各校搞好军校特色，来自\_\_一中、\_\_三所小学的体育教师共计12名体育教师参加军训。我这次有幸参加了这次军训，让我感悟颇深。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。

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现在我的脑海，闪现在我的眼前。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。

其实在自己的人生路上，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!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。

很快的，很快的，我的军训生活即将结束了，不知道自己是喜，还是悲。

军训之前自己还是个老师，记得自己在军训之前说过：“军训反正没什么用的，大伙都是这么说的”。难道不对吗。一直以为军训在委屈我们，即使训练的再多那也不过是短暂的，现在又不是我们上战场打战，既然我们在这里学习，我们就要去做学习该做的，未来假如真有战争的话，那也是轮不到我们的，更何况现在是和平年代呢。一直抱着这个念头很委屈的去参加训练，尽管冒着风雨雪恶劣天气，我还是有话不敢说，因为同事们都在努力坚持着。我放弃了反抗的念头，继续让那崭新的军服湿漉。一天过去了，没什么感觉，那一晚我睡不着，我去体会今天的所思所想，打算去忘记今天的辛苦，可是不知道为什么它在我的脑海里记忆犹新。

如果我们不随时看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。“学然后知不足”，这是前人的经验总结，也应该作为我们不断前进，奋发努力的座右铭。

不论是孟夫子得“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

“流血，流汗，不流泪;掉皮，掉肉，不掉队”。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接工作上更大的挑战，争取做得更好!在这次军训中所学到的知识，教给我的学生们，让他们做到不怕苦、不怕累，让学生们体验军训生活带给他们无限的快乐。

军训感悟。

**军训第五天的心得体会篇八**

军训第五天，相信每个人的心情都有所不同。也许有人已经适应了军训的生活，开始享受训练的过程；也许有人还在挣扎适应，觉得困难重重。无论哪种情况，这都是一个很好的体验自我、锻炼意志力的机会。在这里，我想分享一些我个人的体验和感悟，希望能给正在经历军训的同学一些启示和帮助。

第二段：艰辛的体能训练。

军训的第五天，我们正在经历着一系列体能训练，如跑步、俯卧撑、仰卧起坐等等。这些训练都很艰辛，让我们感受到了体能的不足和疲惫。但是，正是这些训练让我们逐渐变得更强壮、更有耐力。在训练中我发现，当我们感到呼吸变得急促，身体开始疲惫的时候，坚持下去，突破自己的极限，心理上的感觉比身体上更为强烈。我们的身体和意志力都在不断地增强，这是一个值得珍惜和感悟的过程。

第三段：团队协作的重要性。

除了个人的训练，团队协作也是军训中非常重要的一部分。战斗力由团队的协作能力所决定，这个道理在军训中体现得淋漓尽致。在完成一系列任务时，我们必须要密切配合，团结一致，才能够更好地完成任务。我认为，只有抛开个人的利益和情绪，以团队利益为重，才能真正发挥出团队的力量。团队精神是一种信任和默契，并不是一两天就能够建立起来的，它需要靠时间，需要靠训练，需要大家一起努力。

第四段：坚持和毅力。

军训中，我们时常被要求完成各种高难度的任务，这些任务需要我们在疲惫、紧张甚至是害怕的情况下完成。但是，无论多么艰难，我们都要坚持下去，毅力是一种非常宝贵的品质，也是在军训中需要学习和发扬的精神。坚持不懈、不气馁、不放弃，这样的心态在日后的生活和工作中都是至关重要的。我相信，通过军训的训练，我们能够在这方面有所提高。

第五段：总结。

在军训第五天过程中，我学到了很多东西，也认识到了很多自己的不足。在未来的训练中，我会认真思考这些体验和感悟，不断完善自己。在军训中，我们认识到了自己的潜力，学会了珍惜和发挥它，不放弃，不屈服，我们一定能够取得更加优异的成绩。让我们拿出全身心的努力，为实现自己的梦想而不断奋斗！

**军训第五天的心得体会篇九**

。

军训结束了，终于松了一口气。在训练基地，一切都是陌生又崭新的生活。新的同学，新的老师，新的教官和许多新的训练目，一下子令我心慌意乱了起来。

军训是一个枯燥无味而又充满着认真严谨的学习过程，教官一次又一次的鼓励总能坚定我完成每个任务的信心，失败者的惩罚方式又激起我们内心的一团火。

青春也许就是这样迫不及待想要成为焦点，想要成为秀的那一个，可是没有日日夜夜的努力练习，怎样成为秀的那一个呢?为了那的第一，我们需要挥洒比别人多得多的汗水，有些事情只有做了才能知道它其实并不是那么困难。

高中三年更是如此，“吃得苦中苦，方为人上人”。只有足够的努力，才能在三年后收获傲人的高考成绩。接下来的高中三年，我们也许有跌入谷底的时候，但是我们不能放弃既定的目标。训练营的生活让我懂得坚持的意义;挥汗的青春，才是最有意义的。

**军训第五天的心得体会篇十**

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。

**军训第五天的心得体会篇十一**

军训第五天已经过去了，这一天的训练更加严格，让我们充分感受到了军队中的严格纪律和无私奉献的精神。在这紧张而又充实的训练中，我深深地体会到了吃苦耐劳和团队合作的重要性，同时也逐渐适应了军人的训练生活。

第二段：体验部分。

这一天的训练内容主要是关于战术技能的训练。我们在教官的指导下，学习了战斗队形的调整和队员的站位。在执行任务时，我们必须要有一个严密的队形，每个人都要做好自己的工作。经过反复训练，我们逐渐熟悉了各种战斗形式，提高了对战术的理解和应变能力。

第三段：反思部分。

在这一天的训练中，我也发现了自己存在的一些不足。比如，在网络游戏和手机上浪费时间，使自己的身体素质和专注力下降。同时，在队伍中缺乏主观意识和主动性，跟不上整个队伍的步伐。这些问题令我深思，意识到自己需要加强自我控制力、提高对团队意识的认识，从而更好地适应军人的生活。

第四段：改进思路部分。

针对自己的不足，我计划采取以下措施开始调整自己的状态。首先，我会尽量减少浪费时间，把更多精力投入到学习和锻炼中。其次，我会积极参加部队的各项活动，努力融入到集体中，加强自己的团队意识和合作精神。最后，我会不断地自我反省和调整，在接下来的训练中，争取让自己成为一个出色的军人。

第五段：总结。

军训第五天的经历让我收获颇丰，既有锻炼身体和提高技能的收获，更有对人生态度和价值观的启示。我相信，在接下来的军训生涯中，只要坚持下去，不断改进自己，我肯定能够完成自己的军人梦想，在国家需要的时候，为祖国献身。

**军训第五天的心得体会篇十二**

。

新年伊始，我们的学校举行了军训。我们沐浴在珠海的阳光下，按照教官的口令操练，感觉身心都受到了锻炼。当一天的训练结束，躺在床上时，我就会思考军训的意义是什么，对我们的现在，甚至说将来会有什么样的影响?经过多次的思考和总结，我想到了一些东西，更多是年轻的我们，文雅点说，处于“黄金时代”的我们，在情感上、身体上，更多是精神上都有所历练，这些便是我的心得，我把他们记录下来，作为对我这一时期的纪念，希望当我将来看到接下来的文字时，会想起曾经那个“黄金时代”的自己。

军训，用欧阳修的话说，就是：“忧劳可以兴国，逸豫可以亡身”。我们生活在安逸中，便像青蛙住在温水的锅中，生活就像随时变化温度的炉台，随时会给住在安逸区的我们带来各种意想不到的波动，如果缺少坚强的意志、顽强的意念、刚强的性格，我们有时就难以撑过这些突如其来的困难。所幸，军训会教给我们应对困难时应有的态度，当态度拥有，再加上跳出安逸区的勇气，我们的生活也会更丰富多彩，也会活出新的自我。

军训，用孟子的话说，就是：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能”。在生活中，到处都是磨砺与艰辛，它们总被合计称作困难。困难总是伴我们而行的，面对困难，我们只需把它们当做孟子所说的、上天来考验和锻炼我们心志、体肤、意志的一次次机遇，相信“不经历风雨，怎么见彩虹”的真心英雄的誓言，我们便能从中得到我们想要得到的，这也是我们军训的意义，愿每一位同学都能从这次磨砺中学到一些东西，这是我们宝贵的财富，会对我们的一生都有裨益。

对于我们每一个年轻人，有一个名人总结：“你们青年人是八点钟的太阳，我们是十一二点的太阳，世界是我们的，也是你们的，但迟早是你们的”。如今，我们又是新的一轮太阳，随着时间的变化冉冉升起，我愿意作为组成这新一代太阳中的一员，为世界发光发热，同时也来实现属于我自己的人生价值，而支撑我的这份意志便是我通过这次军训学到的，正所谓“不饶点滴，不饶自己”，不负初心，一直前行。

**军训第五天的心得体会篇十三**

军训第五天，对于我们学校的大一新生而言，也是一次非常难忘的经历。作为一个助手，我有幸亲身参与了这一经历，并深深地感受到了这场军训对我们的影响和意义。

第二段：体验。

在这五天的军训中，我们经历了许多挑战和困难，如长时间站立飞快的奔跑，以及执行各种各样的任务。每一次任务都需要我们团队密切合作，尽力发挥自己最大的能力。作为个体，我们的力量是微小的，但是一起配合起来，我们可以创造许多不可能完成的壮举。这让我深刻意识到我们的团队精神和合作能力的重要性。

第三段：锻炼。

在这五天的军训课程中，我们需要长时间站立、行进、奔跑以及进行各式各样的体能训练。虽然非常辛苦，但这种锻炼却让我们的体魄得到了很大的提升。通过这样的训练，我们的耐力和体能也得到了很大的提高，这对我们以后的生活和学习都非常有益。

第四段：学习。

在这五天的军训中，我们还学习了很多关于军队纪律和组织的知识。这些知识不仅可以帮助我们更好地了解军队和军队文化，也可以在今后的生活中帮助我们更好地遵守社会法规和规定，更好地担负起我们的社会责任。

第五段：感受。

在这五天的军训中，我们经历了许多挫折，也取得了许多成就。我们身体上、精神上，乃至于成长上，都经历了很大的变化。这对于我们来说是非常珍贵的经历，也让我们更加珍视青春和生命。我们深刻意识到，只有在不断克服困难和挑战自我中，我们才能够不断成长和进步，才能够更好地实现自我价值和意义。

总之，这五天的军训对我们大学生来说既是一场检验，也是一次锻炼。这不仅让我们提高了自身素质和能力，还让我们体验到了团队合作的魅力和纪律的重要性。这是一次非常有意义的经历，也是一生中将会一直铭记的宝贵记忆。

**军训第五天的心得体会篇十四**

在这几天的军训生活中，让我学会和感悟了许多东西，如叠被子，跑步走等等。

在以前的六年时间里，我还没有一次站五分钟不动的记录，但现在我一口气能站五分钟不动，即使奇痒难忍，也要打报告才能动。

还有军人的豆腐块被子，我在看教官叠的时候，那叫一个目瞪口呆呀。虽然我到现在还不能叠的像教官那么好，但总有一天我会超过教官的。

在开始训练的时候，我觉得教官一点人情味都没有，还经常打我们。现在我觉得反而有点舍不得教官了。回想起来，教官打我们，那只是一时痛而已，又不会痛个十天半个月，教官装作很用力的打我们，其实也只是装模作样罢了，打在身上也只有一两秒就不痛了。马上就要分离了，还真舍不得教官。在这几天的军训生活，让我懂得了许多。张老师说的没错，这将会是我们初中生活中一段难忘的回忆!

**军训第五天的心得体会篇十五**

军训。

的第五天不仅磨练了意志，锻炼了耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。下面是小编为大家收集关于军训第五天。

范文500字，欢迎借鉴参考。

时光如潺潺流水般匆匆逝去。五天的军训转瞬与历史的长河之中，留下的是辛苦劳累，腰酸背痛，饥渴难耐，还有我们永恒不变的美好记忆。

滚烫的大地，似火的骄阳，挥汗成雨的同学们构成了学校别具一格的“画卷”，图意展现了我们蓬勃向上的精神。可是，在席椅炙手的下午，四处蝇虫飞舞，汗水正在滚滚流淌，四肢已全然酸痛麻痹，这一切的一切无时无刻正在摧残着我们的毅力。

在军训的第一天，第一项的基础任务就给了我一个“下马威”――站军姿。在烈日当空的操场上，平日娇生惯养、细皮嫩肉、饭来张口的我们在忍苦耐劳的环境下，无疑是晴天霹雳。虽说是十分钟的军姿，但是，对我们来说确实是有度秒如年的感觉。

经过了一段漫长的十分钟后，每位同学个个七扭八歪。教官见状，依然不让我们休息。有的同学支撑不下去了，纷纷打着病号到了阴凉之处休息去了。看着他们舒服惬意的样子，我的心中也萌生了这个念头，但是很快就打消了。突然教官来到我面前，你会不会装病去休息?我坚决地回答道：“不会!”教官递上一瓶水，露出欣慰的笑容，这水似乎有着坚持的味道。

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!

五天的军训周而复始地结束了，在最后一天的比赛中，每一个“方阵”整齐划一的动作令人啧啧称赞。“团结就是力量，坚持就是胜利!”这句话教官的话还余音绕梁。

白驹过隙，军训已然成为过去，这是一个起点，初中新的起点。在学习中也要用军训的感觉鞭策自己，学行并进，健康发展。

今天是我们军训的第5天，也算的上是这些天来最累的一天了，不光是天气的原因，还因为我们继续学习——正步。

正步走关键就在于身体的平衡能力，首先腿要踢高，要不然就和齐步走没什么区别了，而且还是“一步一动”。现在是初秋酷热难挡，烈日射在脸上非常的刺眼，不一会儿，我们便汗流浃背，随即而来的又是因为平衡不好而引发的支撑脚的酸痛难忍。教官说出“1”我们便伸出左脚，教官说“2”，我们便换成另外一只脚，我们就这样的重复着。刚开始的时候大家都如同醉酒一般，摇摇晃晃，站立不稳。我用余光看了旁边的同学，大家的表情也都很痛苦，大家都在努力的坚持着。我暗暗地对自己说：“坚持住，不能给自己，不能给六班丢脸。”于是，我又咬紧牙关，坚持下去。三十秒过去了……1分钟过去了，教官发出了“2”的指令，大家得以换刚才的支撑脚休息。大约重复了十几遍，大家逐渐掌握住了规律，基本上都不是东倒西歪了。

军训的这五天，大家所经历的是以前从未尝试过的，也许是以后没有的，大家也都非常珍惜，珍惜军训短暂的时光，珍惜初中三年这转瞬即逝的时光。

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象!记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如十，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是个训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。

。

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！