# 2024年军训体验感悟 体验军训心得体会(优秀18篇)

作者：雾中迷失 更新时间：2024-03-02

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得感悟，如此就可以提升我们写作能力了。那么你知道心得感悟如何写吗？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。军训体验感悟篇一参加大学军训是我人生中的一次难忘经历。刚开始的时候，我有些紧*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得感悟，如此就可以提升我们写作能力了。那么你知道心得感悟如何写吗？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

**军训体验感悟篇一**

参加大学军训是我人生中的一次难忘经历。刚开始的时候，我有些紧张和焦虑，不知道自己能否适应这种严格的军事训练。然而，随着时间的推移，我逐渐发现军训给我带来的不仅仅是疲劳和艰辛，更多的是锻炼和成长。

第二段：坚定意志力的培养

在军训中，我们每天都要参加长时间的军事训练，这对我们的意志力是一次很大的考验。在逐渐习惯了高强度的训练后，我意识到只有坚定的意志力才能够支撑我坚持下去。军训让我学会了迎难而上，克服困难，并且在艰苦环境中保持积极乐观的态度。

第三段：团队合作精神的培养

在军训中，我们与许多陌生同学一同生活、训练，这给我一种强烈的团队向心力和集体荣誉感。在集体中，我们互相帮助，团结合作，共同克服困难，完成任务。正是因为有了团队合作精神的培养，我才能够在时间有限、条件艰苦的情况下，与队友们高效地协作。

第四段：自我约束力的提高

军训迫使我们遵循严格的纪律和规定，要求我们准时起床、集合、吃饭，并且保持整洁和秩序。通过这些，我逐渐养成了良好的生活习惯和自我约束力。这些习惯对我今后的学习和生活都有着积极的影响。

第五段：磨练意志、增强信心

军训不仅是一个身体素质的锻炼，更是一次心理素质的磨练。在集训的过程中，我经历了各种艰辛和疲劳，但是每一次坚持下来，都会让我对自己充满信心。通过军训，我明白了只有经历过困难，才能真正获得成长和进步。

总结：

通过体验军训，我收获了很多，不仅仅是身体素质的提高，更是对自身潜力的认识和信心的增强。军训让我学会了坚定的意志力和团队合作精神，提高了自我约束力，也为我今后的学习和工作奠定了坚实的基础。我相信，这次军训将会对我的未来产生积极的影响，让我更加自信和勇敢地面对生活中的各种挑战。

**军训体验感悟篇二**

军训体验是每一个大学生都必须经历的一段历练生涯。在这段过程中，我们会感受到军人的训练模式，体验训练的紧张与严谨，而且在这个过程中也能够锻炼自己的意志力和毅力。作为一名大学生，军训体验也让我更加深刻的认识到了纪律、组织、协作等方面的重要性。

第二段：军训中的不良体验

随着军训开始，我们不可避免地会遇到种种不易啊的体验。早上起床时，射击训练时的耳边嗡嗡的声音，累到腿软的长跑训练等等。在这些训练中，常出现缺氧、疲劳、肌肉酸痛等不舒服的体验，让我们常常感到体力不支，精神疲惫。

第三段：军训中的积极体验

但是，军训并不仅仅是种种不愉快的体验，还有许多积极向上的体验。如缺氧下的瞬间清醒、射击中的开心和自豪、累到腿软后的自我超越等等。这些训练让我爆发出内心深处的能量和毅力，让我更加感到自己的强大，同时也让我与同学们之间建立了更加紧密的情感。

第四段：军训带给我的收获

一次次的训练和磨炼，让我懂得了备战与应战，让我理解了一个人的力量有限，而集体的力量是无限的。军训让我明白了一个人若想更加出色的发挥，就不能放弃自己，必须要通过系统训练才能获得成功。

第五段：结论

军训不仅磨炼了我的身体，也让我拥有更强的意志力和决心。在经历失败和崛起过程中，我明白了一些中肯的道理：一个人如果想长久地自律、不断突破，就必须具备强大的内心力量、自我积累。军训不仅给予我们体力上的磨炼，也是精神层面上的挑战。在军训中，我学会了想要胜利需要与自己做斗争，需要为自己的目标和梦想而不断拼搏。军训是我成长的起点，也是我自我实现的坚强支柱。

**军训体验感悟篇三**

军训是每个大学生都要经历的一段时光，它不仅是学校对学生进行锻炼的重要方式，更是一种特殊的体验。回顾这段经历，我深感军训给我带来了许多宝贵的收获和体会，让我在成长的道路上迈出了坚实的一步。在军训中，我学会了坚强的意志，锻炼了身体素质，培养了团队合作的能力，并且更加深刻地认识到了自己的责任和担当。以下是我对这次军训的心得体会。

首先，军训让我学会了坚强的意志。军训过程中，每天早起操，奔跑训练，紧张而繁重的课程安排让我感到异常的疲惫和压力。然而，我却始终坚持下来了。在训练时，当身体已经到达极限时，我依然告诉自己要坚持下去，不能轻易放弃。经过多次的挑战和考验，我给自己树立起了一个信念：只要下定决心，就能战胜任何困难。这种坚强的意志在军训期间不仅帮助我度过了困难，也让我在以后的学习和生活中有了更强的韧劲和毅力。

其次，军训锻炼了我的身体素质。在军训中，每天的训练都是身体的一次挑战和突破。晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等一系列的训练项目，让我们的肌肉疼痛、大汗淋漓。久而久之，我发现自己的身体变得越来越强壮，身体素质也有了明显的提高。无论是体力上的疲劳还是精神上的困扰，都被锻炼中的快乐和成就感所取代。我意识到，只有拥有一个健康的身体，才能更好地投入到学习和工作中，实现自己的梦想。

再次，军训培养了我的团队合作能力。在军训中，每个人都有不同的任务和责任，只有团结合作才能完成训练任务。我记得有一次我们进行障碍训练，团队合作非常重要。在一次次的传递和协作中，我们渐渐找到了默契和配合的方式，最终成功地完成了任务。这次经历不仅让我体会到了团队的力量，也让我明白只有人人齐心协力，才能取得更大的成功。这种团队合作的能力在今后的工作和生活中无疑将成为我独一无二的优势。

最后，军训让我更加深刻地认识到了自己的责任和担当。作为一名大学生，我深知自己肩负着家庭和社会的期望，需要以积极阳光的态度投入到学习和工作中。而在军训中，我发现只有担当起自己的责任，才能更好地完成任务。每次训练结束后，我们还要整理宿舍，清洁营地，这些琐碎的事情需要我们用心去做。通过这些经历，我明白了责任的重要性，相信只有肩负起责任，才能在未来的道路上越走越远。

总而言之，体验军训给我带来了诸多的收获和体会。它不仅锻炼了我的意志，提高了身体素质，还培养了团队合作能力，让我更加明白了自己的责任和担当。这次军训的经历，让我迈出了成长的坚实一步，也让我更加坚信当我们拥有了意志、身体和责任担当时，我们一定能够在未来的道路上越走越远。

**军训体验感悟篇四**

上个星期，教官来我们学校为我们5年级开展了一次军训，时间为一星期。当\"接到通知\"时，男生们欢呼雀跃，女生们则是一副垂头丧气之相，我也不例外。因为一提起军训，我就想起电视里头那些\"魔鬼训练营\"，一想心里就直发毛，双腿直打颤，心里\"咚咚\"直打鼓。下午一二点钟左右吧，教官来了，我们丝毫不敢怠慢，立马出去排队。

一行队伍浩浩荡荡地来到操场，军官为我们作了简略的自我介绍，随后便是一次次艰苦的训练。教官教我们学习了一些基本动作，有站立，稍息，四面转法，等......似乎是一些很简单的动作，可到真的作起来的时候，我才发现原来要作好真的很难，特别是一些交通指挥手势，有些复杂的动作做好之后就忘记了，所以让我很费脑筋。

仅仅是5天的训练，却让我们明白了许多道理：原来做一件事是很简单的，可做好一件事却是非常困难。那些表面上看起来很简单的事，其实做起来却是困难重重。但是，军训这么艰苦，同学们还是一个都没有退缩，这就是一种不怕困难，坚持与困难对抗到底的精神。而正是这种精神，使我们付出的艰辛与汗水都没有白费，使我们在这次军训中又收获了很多丰硕的果实......对于这次军训我想了很多军训要结束了，我们依依不舍地与教官照了一张合影作为留念。合影啊合影，请作为我们这次军训的见证吧！

**军训体验感悟篇五**

成人军训对于我们来说是一次具有挑战和磨砺的经历。在这个快节奏的现代社会，成人们往往忽视了体能的锻炼和军事素养的培养。因此，为了提升健康素质和增强军事知识，我报名参加了成人军训。这一经历给了我很多意想不到的感悟与收获。

第二段：体能的挑战

成人军训首先对我们的体能提出了巨大的挑战。作为上班族的我们，长时间坐办公室，生活的重心更多地放在思考和工作上，很少有机会锻炼身体。在军训期间，每天早上的晨跑、瑜伽、体能训练都让我感到身体的疲惫和不适。然而，慢慢地我渐渐适应了这种锻炼强度，并且体验到了体能的逐步提升。这让我深刻认识到身体锻炼的重要性，也坚定了我坚持锻炼的决心。

第三段：团队协作的重要性

成人军训中，团队协作是必不可少的一部分。我们分为不同的小组，每个小组有一个团队长带领我们完成各种任务。在个人锻炼的过程中，我逐渐认识到除了自身的努力，与团队的密切配合才是成功的关键。无论是在擒敌拳训练中互相搏击，还是在定点射击时互相指引，每个人的贡献都是极为重要的。通过团队合作，我体验到了团结互助的力量，也学到了团队协作的重要性。

第四段：纪律的严厉

军训是按照严格的纪律进行的。我们每天早早起床，按时完成各个训练项目，服从指挥，严守纪律。尤其是在军事理论的学习中，我们了解到军队需要严格的纪律来保持战斗力和士气。这让我深刻认识到了纪律的重要性。纪律是一个团队的保证，是个人发展的基础。只有在严厉的纪律约束下，我们才能更加高效地工作和生活。

第五段：对军事素养的提升

通过成人军训，我不仅仅锻炼了身体，还提高了自己的军事素养。在普通人眼中，军事知识显得遥远而陌生。通过学习和实践，我意识到军事素养的重要性和丰富多样的内容。我学习了基本的军体拳和擒敌拳，并亲身体验到了不同的武器的使用和性能。这让我对军事有了更深刻的了解，也增强了我国防教育的重要性。

总结

通过成人军训，我不仅仅锻炼了身体，提升了健康素质，还学到了团队合作、纪律严明以及军事知识等方面的重要性。这次经历让我对军队的辛苦和付出有了更深刻的认识，也让我明白了军人是如何通过严格的训练和纪律来保卫国家和民众的。成人军训让我体会到了不同于平时生活的军旅感觉，它不仅仅是一种锻炼，更是一种磨砺和美好的人生体验。

**军训体验感悟篇六**

作为一名年轻的男孩子，军训是必经之路。军训期间的体验并不是每一个人都一样的，今天我想分享我在男孩军训中的体验心得和感悟。首先，军训的经历带给我了认知上的提升和磨练。其次，身体上的锻炼和挑战让我有了更强壮、坚韧的体魄。其三，面对压力和挑战时的自我调节能力在训练中也有所增强。最后，军训还让我学会了正确的态度和价值观，这对我日后的成长有非常重要的意义。

**军训体验感悟篇七**

成人军训是一种特殊的体验，对于那些从未有过军旅生涯的成年人来说，参加军训可以是对自我挑战的一次机会。军训不仅是一种锻炼身体的方式，更是一种磨砺意志、培养纪律和团队意识的过程。通过体验成人军训，我明白了军人训练的辛苦和重要性，对自己的职业生涯以及生活态度产生了新的认识。

第二段：军人的纪律和团队意识

军训中最深刻的体验莫过于感受到军人具备的纪律和团队意识。在军营里，时间观念被严格执行，迟到者将受到严厉的惩罚。每一次集合完细分队列的过程，我们都要按照规定的动作、姿势和口令行动，这个过程中每个人都起着不可或缺的作用。我不再只关注自己的表现，而是要时刻与队友保持一致，共同完成任务。这种团队意识的培养是个人成长中必不可少的一部分。

第三段：团队合作和沟通能力

与他人配合，分工合作是军训中的重要内容，也是培养团队合作和沟通能力的一种方式。在我所经历的军训中，我们必须分工协作来完成训练任务，只有和队友们保持紧密的联系，才能达到预定的训练目标。通过与队友们的交流和协商，我学会了如何在团队中分享任务，互相支持和帮助。这种团队合作和沟通能力的培养不仅对日后的工作生活中有帮助，也对个人的自我成长有积极的影响。

第四段：坚持与毅力

成人军训需要身体和意志上的坚持与毅力。军事训练的严厉环境旨在磨练我们的意志力，挑战我们的极限。在长时间的训练中，我经历了体力和心理上的疲惫，但我知道只有坚持下去才能取得更好的结果。没有任何借口可以让我们停下来，每一次磨砺都使我更加强大。通过军训，我学会了面对困难时的坚持与毅力，这对于日后的人生道路上也是非常重要的品质。

第五段：成人军训对我的启示

通过体验成人军训，我获得了许多宝贵的经验和启示。军人的纪律性让我明白了选择合适的时机与态度去完成目标的重要，团队合作的培养使我学到了与他人协作的重要性，坚持与毅力让我明白了面对挫折要坚韧不拔。这些都将有助于我在日后的职业生涯和生活中更好的发展。同时，这次成人军训也让我感受到了军人的伟大和牺牲精神，我深深敬佩他们的付出和奉献。

总结：

成人军训让我深刻体会到军人的艰辛与付出，培养了我纪律性和团队合作精神，提升了我的沟通能力和坚持毅力。这次经历对我个人的成长与发展产生了深远的影响，也让我对生活和职业生涯有了更多的认识与思考。从这次军训中，我明白了责任和使命的重要性，相信自己在未来的道路上一定能够以更加出色的表现回报社会、回报国家。

**军训体验感悟篇八**

这周是军训的一周，今天已经进行到了第二天。说起军训我们这一年级的人起码也是经历过两次了，所以对军训并不算陌生。无非就是站军姿、齐步走、跑步走、四面转发，但每年军训起来还是挺累的。

记得，初一时第一次军训让同学们倍感新鲜，对于军训时的辛苦早已被兴奋、新奇掩盖了，好像还取得了不错的成绩。当时好像还有一张军训留念，可惜现在不知道放到哪里了。想起那时仍是记忆犹新。那个时候整个军训的一周是阳光耀眼，地面反热，汗是一颗接着一颗，有组织有纪律地往下淌。仿佛是那时太小不懂事，也不知道什么时候偷个懒，站得笔直，一动不动，就这样我也愣是没有被选上优秀标兵，不过在心里我早就是标兵了。

再看初二，那位教官真是整体能力很强，对我们挺好的，所以那一周我们过得还算轻松，最后得了一个二等奖，超出想象。倒是也有像现在遇上的下雨天，我们在教室里同样是学军歌，后来第二天训练我完毕之后，我们班还是一边唱着一边去食堂呢！同样也有一张纪念照片，上面除了班主任和教官外，同学们的变化可不算小，明显是更加成熟了一些，那张相片是我照相以来笑得最灿烂的一次，照片为证，确实很开心，那个时候。

现在是初三了，这回的军训最为坎坷，真正体现出训练的困难。不过想想看，我们现在的训练不过只是真正的军人训练的皮毛，在他们那里大概已经是家常便饭了吧。还有很多的高难度动作和难以想象的大量的拉练，我们大概是不能体会到了。如果站军姿30分钟都会晕倒的话，我想军人这个职业还是不太适合我们的。

可见军人的生活有时会是艰苦困难的，但也有他们的娱乐潇洒的时候。军人们把他们的部分生活带给了我们初中生，但他们分享给我们的大部分是轻松愉快的部分。军人的快乐令人向往，军人的艰苦又令人望而生畏。向伟大的军人致敬！

2下一页

@\_@我是分割线@\_@

**军训体验感悟篇九**

军训接近尾声了，总体的感觉可以用三个字来描述：累、忙、乐。

累是军训的主旋律！我们每天清早出来早操，然后上午下午都要训练，中间只有短暂的休息时间，开始还好，之后一天比一天难熬，身上酸痛是正常的，从脚后跟逐渐蔓延到大腿、小腿、胯骨、腰、背、胳膊……可教官这时总会说一句：“天空飘来五个字！那都不是事！咬咬牙就过去了！”

忙是我们大一新生的专属体验，在军训时，我们的一分一秒都是有规划的，绝对不会有多余的时光，你要训练、拿书、参加各种招新活动，结束后洗澡，洗衣服，倒头就睡……这样充实的生活是我们从来没有体验过的。

乐趣，来源于我们与教官，与同学之间的相互了解产生的友谊，大家一起训练，一起休息，一起唱歌，一起欢笑，又一起成长……军训让我们比任何时候都团结。

有了军训，才有大学生活最美好的开端。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

军训过去了一大半，我们一个个疲惫不堪。不得不承认，这是由于我们平时缺乏锻炼。每当早起跑操的时候，我都有一种想法：“跟老师请假吧。”“大家跑在前面，我在后面跟着走就好了。”诸如此类偷懒的小想法其实在我心里早就埋藏了很久，可至今还没有实施。

因为每当我看见比我娇小瘦弱的女生仍在坚持的时候，我就想：“为什么别人可以我不可，从我眼前飘过，我一直特别崇拜心中有坚定信念的人们，他们的存在是由于信念的支撑，而这些别人的激励也许就是我心中小小的信念，一直伴随着我的晨跑，并即将伴随着我的军训直到尾声。

军训的路很短，我走的却很执着，未来的日子里等着我一天天去磨练。大学生活才刚刚起步，大学里还有很多值得我学习的学长学姐，学习的路也未走多远。我相信，只要我们认真专心，积极热情，带着一颗赤子之心，勇于思考，勇于创新，那么前途必定是一片光明。

时间如梭，转眼间军训已经过大半，我想他留给我们的将会是一段永恒的记忆。尽管有过辛酸，苦辣，但我们痛并快乐着。在这短短的十多天里，很高兴自己结识了那么多又好可爱的同学和酷酷的教官们。我想纵使军训结束，它并不意味着句号。相反，它是我们大学生活的开始，需要我们努力的日子还很长，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。

每一天，灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浃背的学生笔直地站着，构成了校园中一道别致的风景线。在这些军训的日子里，我们明白了吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下了无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风和敢于战胜困难的勇气。

我感觉军训已经把我们这些十八九岁的人锻炼成了真正的大学生，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，并让我们学会了如何独立，怎样面对生活，面对困难，以及怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。

我的军训，我懂得！

**军训体验感悟篇十**

前几天，我们来到江夏军训。刚到那里的时候，就看到哥哥姐姐们在操场上军训，看上去很可怕，他们在炽热的太阳底下训练，教官说这就是军人的生活。于是我下定决心，要不怕烈日，不怕苦，不怕累，好好军训。

刚开始，我还吃不消，很不习惯，在场上站着的时候，我觉得好累，脚很痛，全身上下都很热，到了晚上，没有家人在身边，还得自己洗衣服，洗碗什么的，这些我很不习惯。

可是，我渐渐的习惯了，因为我始终记着一句话：要不怕苦，不怕累。这是我许下的诺言，我必须坚持到底。再说了校长要我们来军训的目的就是为了让我们学会独立生活，培养团体精神，要吃得苦，要把这些精神带进校园，带进学习中。

在那里，我们每天的军训生活过得很苦。但也有开心快乐的时候，在我们离开的前一天晚上，总教官为我们开了一个晚会，他逗我们开心，他说军人就是这样，在军营里，有苦的时候，也有轻松的时候。他还说，他们是军人，既然当了军人，就要为国家做出贡献，要不怕牺牲，不怕苦。对啊，一个人要想做到不平凡，必须为国家做出贡献，把自己的一生交给祖国，军人就能够做到。

在那里，我体会到了什么才是真正的军人。那是我们洒过汗水，曾经微笑晴朗的地方，那时曾是我们共患难，共同努力过的地方，如今也是如此，永不改变，我要把这种精神带到学习上去，我想对我们教官说一声：“谢谢！”，谢谢他让我们学会坚强，学会拼搏。

这就是我们的军训生活。

2下一页

@\_@我是分割线@\_@

**军训体验感悟篇十一**

在人的成长过程中，军训是一项必不可少的经历。对于男孩来说，军训不仅能够锻炼身体，还能培养纪律性，增强团队意识。作为一名经历过军训的男孩，我深深感受到了军训对我的成长带来的深远影响。在这篇文章中，我将分享我的军训体验、心得和感受。

第二段：军训体验

军训期间，我们每天需要早起晨练，训练中还经常会出现肌肉酸痛和身体不适等问题。然而，正是这些训练，让我逐步加强了体能，变得更加坚韧和有毅力。在训练中，我们还学习了各种军事技能和纪律，包括军姿、服装整理、队列、防空、防毒等方面的知识。这些知识的掌握可以培养我们的纪律性和人际沟通能力，加强了团队协作意识。

第三段：心得体会

在军训过程中，我深刻体会到了团队合作的重要性。在队列训练和防空演练中，我们需要按照指挥官的指示和队长的带领，形成整齐有序的队列，紧密协作，才能完成任务。这让我领悟到一个团队的强大之处，每一个人都很重要，只有我们的力量汇聚在一起，我们才能做到更多。

此外，军训期间还遇到了很多困难。例如，有时天气太热会晕倒，有时还要承受无数次的叱责和惩罚。但是，这些困难让我变得更加坚强，也让我明白到只有在困难中挑战自己才能成长。在这些困难中，我切身感受到了一个人的力量有限，只有依靠团队和师长的帮助，才能克服困难，迈向胜利。

第四段：思想感悟

通过军训，我领悟到了许多关于自己以及这个世界的思想。对于自己来说，我更加明白了自己的优缺点，知道自己应该在哪方面加强努力并改善自己的不足。我也发现了自己更多的潜力，并探索着如何发挥自己的潜力。

对于这个世界来说，我认识到了生命是何等的宝贵，我们应该珍惜每一个机会，为了自己和他人的未来而付出。在同学们中，我发现了不同的性格和特点，更加了解了同龄人的生活，在心灵层面获得了成长。

第五段：结语

综上所述，男孩军训对我来说非常有价值，它不仅提高了我在体能上的能力，而且培养了我的纪律性和团队精神，让我在精神层面获得了成长。我相信，这些体验将会对我的未来成长道路上大有裨益。

**军训体验感悟篇十二**

星期三到星期五，我们在温岭素质教育基地举行了云健小学20xx年的军训活动，其中有3件事让我最为难忘。

第一件事情是内务整理。第一天晚上，教官在食堂里教我们整理内务。你瞧，教官正在教铺床单，叠被子，放枕头和摆放自己的物品呢！我们听得都很认真，一回到寝室就迫不及待地开始整理。看，我们正在叠被子呢！先把被子平均叠成三份，接着从“长方形”的两条“宽”向里折，中间留出了一部分，然后把空的那一部分突起来，就像一个小拱桥，再把它们对折起来，最后修整一下，一个“豆腐块”就完成啦。在我们大家的共同努力下，寝室不一会儿就被整理得干干净净。

第二件事情是会操。经过了三天的艰苦训练，我们迎来了会操比赛。听，我们响亮又整齐的拍腿声。看，我们那自信的步伐。正是这三天的汗水所播种的结果！

第三件事情是颁奖，我们在会操表演中，取得了优异的成绩，获得了优秀班级这个荣誉称号，不仅获得了荣誉证书，还有一个篮球和一个闪闪发光的奖杯呢！它沉甸甸的，里在装着一颗颗豆大豆大的汗水，也装着我们获奖时的喜悦！一份付出，一份收获。

通过本次军训活动，我们学到了许多东西。我相信，我们班的同学们回到学校时，一定会变成一个名副其实的\'小军人，成为学校最亮丽的风景。自强不息，勇于超越是我们的标语！

**军训体验感悟篇十三**

这周我度过了一个非常精彩的五天，在这五天中我收获了很多也了解很多。那就是军训。

周一我们五年级的.所有学生背着行李来到了学校，准备向军校出发。到了军校大家都兴奋不已。

放下行李穿上军服，我们就是小军人了。这时一位男子走进我们的寝室，原来他就是我们的教官啊！

军训的第一天，也不算太累，只是去西溪湿地拉练挺吃力的。我们整整绕着西溪湿地走了一大圈，中途还不准休息，这怎么吃的消啊！有很多同学累的趴下了。

第二天清晨，我们早早到起了床准备早锻炼，我们的教官让我们跑接力，跑了很多次我们都是第三。

早锻炼刚结束，我们就要吃早饭了，可惜啊在部队了连吃一顿早饭也吃不安宁，吃饭是不得发出讲话声只有碗和勺子的碰撞声。如果中途有人说话的话就要站起来，站几分钟再吃饭。

吃完饭我们就整理内务，当一切都做好了，我们就要接受列队训练。让大家顶着烈日做训练。我们这些温室里的花朵怎么能经这样的风吹雨打呢？不久就有两位男生发烧了。

我们就每天这样的事情反复做，终于到了最后一天，这一天可是最让人激动的一天啊，因为今天的会操，就是我们前几天的血汗的成果啊！我们是第一个出场的，大家虽然有点紧张但是结果出乎于我们大家的意料之中我们得了优胜奖，大家的努力没有白费啊！我们尝到了胜利果实的甜美。

当我们还在喜悦之中时，我们也要离开这里了，在五天的训练中我们已经不是温室里的花朵了，我相信在日后的日子中我们一定回茁壮成长的。

**军训体验感悟篇十四**

进入幼儿园参加军训，是我第一次接触到如此严格的训练，也是我人生中一次宝贵的经历。一进入大门，整齐划一的队形和军事化的训练场景立刻给我留下了深刻的印象。通过一天紧张而充实的军训生活，我深深感受到了“纪律是力量”的真谛。纪律不仅是对自己的要求，更是对整体团队的要求，只有一个团结有序的集体，才能在生活和学习中更好地发挥自己的力量。

第二段：培养自律和坚韧的品质

军训期间我们经历了各种各样的体能训练和军事技能的学习。在长时间的跑步、俯卧撑和绳子爬援等训练中，我曾一度感到身体的各个部位都在发出抗议，但是，在严肃的训练氛围中，我通过坚持不懈和毅力渐渐克服了身体上的困难。军训让我学会了如何克服困难和疲劳，通过相互帮助和鼓励，坚持到最后，让我对自己有了更深的认识。军训锻炼了我的自律和坚韧的品质，这将在我日后的学习和生活中发挥重要作用。

第三段：培养团队合作和协作的能力

在军训期间，我们经常会进行小组训练和集体活动，这要求我们必须相互配合，紧密合作。通过反复的各类集体操、队列运动和军事技能的练习，我渐渐地明白了团队合作和协作的重要性。只有充分信任队友，相互协作，才能达到最好的效果。每次集体操和队列运动结束后，我感到自豪和满足，因为我们的配合已经达到了近乎完美的程度。这次军训经历让我深刻体会到，一个团队的成功离不开每一个队员的努力和配合。

第四段：锻炼自我保护和自我救护的能力

军事体能训练不仅让我们锻炼了身体，还教会了我们在危险时如何保护自己和救助他人。通过灭火器使用、急救知识的学习和模拟演练，我学会了如何正确使用灭火器，并能应对突发状况下的自救和救助他人。这些知识和技能将在今后的生活中有着重要的意义，我相信这次军训的经历将使我具备更强大的自我保护和自我救护能力。

第五段：思考军训给我的启示

通过这次幼儿园军训的体验，我深刻体会到了团队合作和纪律训练的重要性，也明白了自律、坚韧和协作的价值。军训不仅是锻炼身体的过程，更是锻炼意志的过程。在日后的学习和生活中，我会时刻铭记军训给我的启示，保持积极向上的态度，坚持努力，勇往直前。我相信，这次经历将给我未来的成长和发展带来无穷的力量和动力。

**军训体验感悟篇十五**

七月已经悄悄地走远了，八月在无声的消逝，九月也已经热情洋溢地向我们张开了怀抱。

今天上午，我们大家心情忐忑地来到了操场，开始第一次军训。

刚开始我还满不在乎：不就是军训吗，有什么难的？可经历了这短短的一天后，我就不这么想了。

一开始，教官先教了我们向右（左）看齐、立正、稍息等简单的动作。过程中还要求我们双手贴着裤缝，挺起腰板，站直。刚开始我们还有模有样地站好，可没过一会儿，我们就坚持不住了：天气太热，热得我们脸上，脖子上，手心上面都是汗，再加上旁边有一些蚊子，小虫子什么的使我们的手总是不受控制。好在教官说如果实在忍不住，可以说声“报告！”教官回复：“动！”后才可挠一挠。虽然我痒，很想挠一下，但是耳朵里有个声音“再痒再累也要忍，不能半途而废！”就是这个声音，使我一天都没挠一下，没喊报告。说来也怪，以前我站上5分钟就要挠一下这，挠一下那，动个不停。可我却一天没动一下！

以后训练的时候，我也要向今天一样，再苦再累也要忍着。

从这次训练中，我真正体会到了“坚持就是胜利”这句话的意义，也体会到了“胜利”的快乐。

**军训体验感悟篇十六**

近年来，幼儿园军训成为越来越多幼儿园的新特色活动。多数幼儿在此经历中收获了成长和锻炼的机会，也体验了军人生活的一部分。我有幸参与了幼儿园军训活动，这次经历让我深感受益匪浅。

第二段：认识集体

在军训中，我有幸结识了一群来自不同幼儿园的小伙伴们。我们一起穿着统一的军装，站在队列前，通过严格的军事训练和队列整齐的训练，我们学会了集体行动的重要性。只有团结一心，互相支持，才能完成训练任务。通过与小伙伴们的相互学习和观摩，我明白了只有团队的力量才能让我们变得更加强大。

第三段：培养纪律意识

在军训中，我们接受了严格的纪律要求。每天早晨，我们要按时起床，按时进行集体活动；军训课上，同学们要按照教官的指示做出各种动作和动作。这让我深刻认识到纪律对于一个团队的重要性，只有守纪律才能保证团队的有序进行，否则就会引起混乱和错乱。

第四段：锻炼身体

军训是对我们身体的一种很好的锻炼方式。每天的体能训练包括晨跑、俯卧撑等，让我们的身体得到全面锻炼。尽管训练过程中会觉得辛苦，但每一次的坚持都会让我们的身体得到提升。通过军训锻炼，我的体能水平得到了明显的提高，不仅增强了体力，还培养了坚持不懈的毅力。

第五段：培养意志力

在军训中，教官对我们要求严格，有时候会进行长时间连续训练。这时候，我们需要调动自己的意志力，坚持下去。在这个过程中，我学会了如何尽力完成任务，不轻易放弃。通过和小伙伴们一起面对困难和挑战，我的意志力得到了有效的锻炼，我相信这对将来的成长有着积极的影响。

总结：

通过幼儿园军训活动，我体验了集体生活和纪律要求的重要性，增强了自己的体能和意志力。这些都是我们在成长过程中必不可少的品质。我深知，只有通过不断的努力和锻炼，才能更好地适应社会的竞争和生活。幼儿园军训为我们提供了独特的成长经历，我将会铭记在心，并运用于日常生活中。

**军训体验感悟篇十七**

光阴似箭，日月如梭。转眼间六年的时光过去了，我升到了初中，也迎来了初中生活的第一站——军训。

短短的五天军训，却让我的记忆中留下深深的烙印。如果说人生是一场戏，那么军训就是这场戏中最精彩的一幕。军训能够培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志，锻练我们的身体。

军训对我们来说是一种考验，是一种人生的体验。军训让我们知道了什么是命令，什么是该做的，什么是不该做的，在中学生训练基地，我们必须绝对服从教官的命令，听从教官的按排，也知道了什么是团结。军训是一个磨砺自我的过程，我们绝不能因为受一点苦就放弃，更不能因为教官的严厉就半途而废。我们必须用一颗顽强的心去战斗，去拼撙，去取得最后的胜利。

在操场上站军姿是痛苦的事，但是我们必须坚持下来。一遍又一遍枯燥乏味的动作。一句又一句不得反抗的命令，这一切都不能使我退缩，我要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

在这几天中，我学会了如何做到这三个字——快、静、齐，也学会了我在家里学不到的东西，懂得了珍惜时间。

再过半天就回家了，其实我还是有点舍不得这里，因为这里冲满这我与同学。教官们的笑声。欢乐声与团结的那种精神。

生命中有自己真挚的东西，我在短暂的军训生活中，让我们体会到了军人的坚强意志，我愿意记住这刻骨铭心的记忆，这些记忆是我生命中的珍宝。在这里，我要跟班主任。领导与教官说一声谢谢，谢谢您们关心我们照顾我们。

军训心得体验4

**军训体验感悟篇十八**

“青春多军旅”是我们国家的一句名言，军人的形象一直被人们所崇尚和敬佩。然而，对于很多普通的年轻人，真正了解军队、了解严格的军制纪律与军人精神却并不多。为了帮助我国的未来建设者更好地了解军人的日常生活和精神力量，所以，对于一些国家需要的时候，这些年轻人也能够更好地了解军旅。因此，许多学校在国庆、寒假等时间会安排一些由路队组织的训练活动，力求帮助年轻人体验最真实的军营生活，吸取相应的军营精神。本文将重点介绍一下笔者参加的军训心得体会吧！

第二段：营地生活

营地是整个军训最为重要的地方，营地的生活习惯和规矩也是参加军训的学生应该了解和遵循的。所谓军营，细则多，作为学生，进入营地后，第一项任务便是改变个人生活习惯。在大多数情况下，收到训练要求的学生在整个军训过程中要遵循早起，早吃早睡的规矩，有规律的生活和保持健康饮食的优势。此外，学生们还应该遵守严格的规章制度，从称呼和礼仪方面体现军人的种种优点。不久，学生们放下平常心态，更好地生活和养成实用的生活习惯，更好地迎接高标准的军事训练。

第三段：体验军事训练

在军地生活适应之后，学习生活更多地转向了高强度的军事训练，这是一个以锻炼体能及智慧、修身养性为目标的阶段。学生们有机会亲身体验体能训练、军事战术训练、枪械训练等严格的军事训练，更深入地了解军队的各种武器装备及其使用技巧和注意事项等专业知识，为自己接受未来的军事训练做好准备。这样，学生们可以在清晰的专业知识基础上更好地完成本职工作，同时也更好地适应实际情况，为未来发展打下坚实的基础。

第四段：学习军事素养

军事素养在军训过程中很关键，它是军训过程中最重要的部分。 经过长时间的军训，学生们对军事生活和军人精神有了更全面地认识，更深刻地了解了作为军人该有的职业精神。谈到军人精神，涉及的内容还非常广泛，包括：爱国主义、革命英勇、忠诚可靠、独立自主、纪律严明、尊师重教、团结合作等方面。这里，学生们通过军训正式接触到各种优良的军人素质，领悟到作为一名入伍战士应该有的品质和能力。这些素质的学习有助于提高学生的独立自主和随时应对变化的能力，同时也对未来帮助极大。

第五段：总结

总的来说，通过参加军训，学生们能够更好地了解军营生活，更深入地了解军事训练和军人精神，还可以不断提高自己的能力，同时也为自己未来的发展和成就打下坚实的基础。这些军训经历相信对于参加军训的学生都会是非常有意义的。我们国家是一个非常需要军人的国家，未来的发展也需要一批才华横溢，有足够经验，有勇气担当的优秀军人，在这样的情况下，参加军训是千载难逢的机会，希望更多的学生参加到军训中来，更好地锤炼自己，锻炼自己，为未来的发展做出重要的贡献。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com