# 最新中学生军训心得体会(汇总15篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2025-07-28

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**中学生军训心得体会篇一**

当我们备受启迪时，写心得体会是一个不错的选择，这样有利于不断提升自我。那么心得体会到底应该怎么写呢？以下小编在这给大家整理了一些中学生军训心得体会，希望对大家有帮助！

怀揣着儿时的梦想，终于飞进了四中的天堂；拥抱着青春的考验，我们踏进了军旅的征程。

一青松挺且直。

军训的头两天，训练的科目是站军姿。炽热的太阳无情的射向我们。面对眼前严峻的挑战，同学们没有向困难低头，顽强的站在烈日下，头顶着毒辣的太阳，身上被晒的滚烫。军人的使命是永不服输。在阳光下，我们如一棵青松顽强的挺立着。在烈日的暴晒下，留下了我们迸射出顽强的绿。我们是青松，屹立不倒。从不向军训中的困难低头。

二万水千山只等闲。

说到军训生活，最令我难忘也最令我痛苦的莫过于拉炼了。巨龙一般的队伍，浩浩荡荡的走在大街上，在城市的外环游荡。公路上，时而驶来巨型大卡车，时而响起拖拉机巨大的噪声。风烟四起，吹得同学们睁不开眼睛。路漫漫，同学们的心却急急。我们央求教官：“一路向北何时回，路上可否停一停？”教官面不改色，丝毫没有同情我们的意思，说：“永不言弃方可回，到达目的是真理。”我们面无血色，只有跟着队伍，步履蹒跚的前往传说中的森警大队。

三沙场秋点兵。

军训的最后一天，我们举行了会操表演。同学们整齐的站在操场上，等待着学校领导的检阅。我们步伐整齐、抬头挺胸、目视前方、动作敏捷，把教官所传授的发挥的淋漓尽致。仿佛自己是一名真正的军人，在开国大典上，昂首挺胸的走过主席台。最后，我们用今天优异的成绩，作别军训的生活。

军训的生活既是苦的，又是甜的。它是同学们用汗水与泪水凝结成的一片花瓣，珍藏在我们的记忆中。我们用艰苦的军训生活，磨练了毅力，风发了意气和精神。我们是阳光下舞动的绿。

军训的日子里，一张张充满朝气的脸一起哭着、笑着也闹着。只因为经历过十几天的风雨与考验，坚强开始挤去脆弱的空间，团结成为一切的主角。在这浅浅的秋光里，该开的花在开着，什么也没改变，但谁也不曾想到就这十几天的时光会给我们这一群年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华！

经历了多少风雨的折磨；体验了多少紧张的时刻；承担了多少困难的考验。我们终于迈进了大学的门槛。本以为大学之路是轻松的；本以为大学之路是渺茫的；本以为大学之路是自由的。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，原来那些都只是幻想。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个月的，这也标志着大学生活开始了！自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰；无数汗水的浇灌；无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是苦和累的表现。

在军训期间，发生了许许多多感人的故事。这些感人的举动也都表现出了一颗颗坚定的心；一份份坚强的勇气；一种种值人学习的精神。在大学中、社会上也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。没有规矩，不成方圆。这也正是军训中，我们所明白的。如果一个人在生活中放放荡荡的地，那么这个人将被称为疯子；如果一个家庭在生活中争吵不息，那么他很快四分五裂；如果一个国家总产生内战，那么最后只能走进灭亡这一恶门。因此，我也深深地懂得了只有团结、友爱、奋斗、坚强才能在这个世界上生存。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信阳光总在风雨后这句话，这也是为今后的生活奠定了一个坚实的基础。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真正的一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

在我的人生年华中，最让我兴奋又难忘的一件事————军训，“金戈铁马，气吞万里如虎”，正说如此，这样好的装备，当然能锐不可挡。只要努力，没有事情不能成功，这对我是极大的考验，对我的意志力的训练，无论再苦，我也要坚持住。

在一个晴朗的早上，我怀着愉快的心情来到教室，面对着同学，我就有一丝兴奋。我发现几位同学正在进行交流、讨论，我觉得好奇，便凑进去看个究竟，有一位同学说：“我发现在某地方有好多迷彩服，特别好看。”另一位同学说：“这个大热天的，在外面训练的话，不是中暑，就是累得不行。”有几位同学开始害怕了，但是我还是有一种渴望的心理，也就不管他们说什么了。

范老师给我们每个讲了一些军训时的规矩，还让我们每个班派出一个代表来谈谈自己的感受。

我们要开始训练了，我只觉得我们是军人，军人就应该有军人的样子。在篮球场上我们看见四位强壮的教官，而我看见教我们班的教官衣服上写着“空军”二字，我心想他们一定是很有经验的，我的信心越来越足。我们的教官既不胖，也不瘦的中等男教官，他十分严肃，教我们一些基本动作时，只要一错，就会被他发现，所以我们不敢乱动，不过有时，我会擦擦之类的，被教官责罚，我想：“这是应该的，错的就应该改过来。”

最让我难忘的是走路，别看他很平常，但是在训练就很特殊，要把脚抬高，手也别晃动，有几位同学做的不好，就被老师用“单独训练法”来治治，我有些害怕起来，后来老师让我们学了一些别的。

在这次比赛中，我们胜利了、我们成功了。有了付出，就会有成果。汗水不知流了多少，“问渠哪得清如许，唯有源头活水来”，只要不断的训练，活水不可能成为死水，这次难忘的军训我永远忘不了。

初中生活已经结束了，面对战斗般的高中生活对我们来说无疑是一种挑战，一种超越自我的挑战。为了更好的适应高中生活，我们迎来了战斗前的演习：军训。

在父母的万般叮嘱中我们踏上了军训的旅程。我们的目的地是丰南军事训练基地。一进门，第一种感觉是严肃，谁也不知道迎接我们的会是怎样的训练？我心里也在不停地问自己是否做了充分的准备，尤其是吃苦的准备。

什么是吃苦？军训中的苦又要怎么吃？然而，当我看见教官的时候，我放松了很多。那是个很和蔼的教官，很爱笑但又不缺少军人气质的教官！安排完一切，已经很晚了，怀着一种好奇的心情迎来了充实的军训生活！第一天，大家起来地都很早，我迫不及待地穿上了我一直渴望的军服，走在军营里，一种自信、自豪的感觉围绕在我周围。第一项集合站队做早操。吃完早饭后，开始了一天的军训。

首先学战军姿、转体等一些基本的东西。训练很枯燥但是我们的训练并不像我想象的那么苦。教官很善解人意，我们也很配合，提高做事效率的结果便是换取了更多休息的时间，总的来说训练并不是很苦。然而就在这个过程中一股很强烈的凝聚力逐渐地来到了我们这个新的集体。

一天下午，我们举行了第一次军训汇报演出，我们一上场便赢得了教官、老师们的掌声。我们的口号喊得出奇的洪亮，当时我心里很激动，每一个动作、每一个眼神、每一个口号都尽量做到最好。当宣布结果：高一特1班第二名的时候，除了教官高兴地喊了一句“好”，其他人没有一个人出声。我第一感觉觉得挺好笑也挺为教官感觉尴尬的，但猛然间意识到我们这个集体中的目标是多么的一致，我们的目标都是拿第一，因此没有一个人欢呼，没有一个人为现在的成绩而感到高兴！就这样，我们结束了第一阶段的训练。

第二阶段我们连齐步、正步、变步走。这个阶段更要求人心齐，只有心齐才能步伐齐！休息的时候教官教我们拉歌，喊出我们的气势，唱出我们的自信！就这样七天的军训生活很快就结束了。在最后的汇报演出中我们给学校，给家长，给教官，更给自己交上了一份满意的答卷！这里有我们的汗水，有我们的欢笑，更培养了我们今后在高中生活中所要用到的那种吃苦的精神！

军训结束了，结束意味着新的开始，真正的挑战的警钟此时响彻在心中！

在这烈日炎炎、骄阳似火的9月，为期4天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在4天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

是的，从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，也体会了奋进的快乐，当我们班经过4天的训练，我们感受到集体的温暖。。在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们最美好的回忆！

那一位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精；然而却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

这5天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做？”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

**中学生军训心得体会篇二**

军训是我生命中的一次历练，这让我感到很有成就感和收获。学校安排的7天军训生涯让我们的身体和意志力都得到了锻炼，同时也让我们学到了很多为人处世的道理。

军训教育是一种独特的教育方式。作为一名女同学，我严重低估了自己的能力，但是在军训中，通过自身的努力我发现了自己的潜力。这个过程让我认识到，因为我自己的错误估计而产生的困难可以通过努力和坚韧不拔的精神来克服。

一、身体上的锻炼。

在军训中，每天的晨练就是对我们的考验。我们要热身操、跑步、俯卧撑和仰卧起坐，这些都需要我们有很好的耐力和体力。而在行进和正保形式展开的练习则需要我们有很好的身体协调性。这个过程让我明白了一个真理，也就是身体健康是万事之本。我们必须时刻珍惜自己的身体，加强锻炼和养生，给生命加油，才能让自己有更好的状态去迎接未来的挑战。

二、团队协作的意义。

军训中的团队协作是个非常重要的课题。我们必须时刻保持队列整齐，保证军姿、礼仪的规范性，否则就会被教官批评。这个过程让我明白了一个团队的真谛，每个人的贡献都是很重要的，都应该得到别人的尊重和认可。不论是在军训中还是在以后的人生中，如果我们可以学会团结合作，我们就可以变得更加强大。

三、学会忍耐和坚持。

在生活中每个人都会遇到困难和挫折，而我们在军训中也是如此。由于练习的时间比较长，加上炎热的天气，我们很容易感到疲惫和没劲。但是，我们也不能放弃。我们必须坚持到底，即使我们已经到了极限，也要再拼搏一下。这让我明白了一个道理，就是在生活中我们不应该轻易地放弃。只有坚持不懈，才能战胜一切困难，取得最后的胜利。

四、加强自我管理意识。

在军训中，严格的军纪和课程表排程，让我们学到了很好的自我管理意识。我们要遵守纪律，按时起床、按时完成任务等等。这让我认识到一个道理，那就是自我管理是很重要的，只有自律才能让自己在未来获得更多的成功。而在军训中，我们也应该时刻注意自己的形象和廉洁自律，做一名合格的公民。

五、弘扬军人精神。

军训让我们感受到军人精神的彰显，这是一种勇敢和坚强的精神品质。因为他们需要守卫国家安全和民众安宁，需要付出很多的汗水和努力。这让我认识到，在生活中我们也应该怀有一份勇敢和坚强的心态，对待生活中的一切。我们应该有一种主动的进取精神，将每一个机会当作一种新的契机，才能够在未来中获得更加美好的生活。

总之，中学生军训教育，让我学到了很多的道理和智慧。这也让我清楚了自己的不足之处，同时也让我有更多的进取心和干劲。我会时刻牢记军训的经历，努力做个更好的自己。

**中学生军训心得体会篇三**

社会实践活动在学校隆重的开展了。这是我们学校少有的集体性活动，把教室搬到外面去，用另一种角度去学习。这是我小学校长的一句话，居然在班主任老师口中说出了。这次活动选期中考试前几天，一般我们都在紧张的“备战”呢！可见刘校长下的决心是多么大！

盼望着，盼望着，这次社会实践活动终于来了，以前我去的时候没有一种享受的神情，而这次我却抱着去享受的心情，可是是因为参加的人数更多吧！

我的内心翻江倒海，一股股热流冲向头脑，就像随时都要爆发一样，这就使我撑不了多久就蹲下了。我的内心平静了下来。一个下午，我升华成了队长，我离曾经的梦想又近了一步可是我还是放弃了它。

终于，苍天不负有心人，我们奇迹般的成功了，大家拍着手，我不经唱起了战歌。

结营的时候，我们都穿着帅气的军装，就像教官一样威风堂堂。我放松了心情，自然地，帅气的，光荣的从各位领导老师和同学们的面前走过。这次活动，我就好像是越过了那道‘山海关’，不再迷茫，不再任性了。

**中学生军训心得体会篇四**

军训，对于每一位中学生来说都是一次特殊而难忘的经历。通过参加军训，我们能够锻炼意志，培养纪律观念，同时还能增强体质。在这次军训中，我收获了很多，下面我将从自我管理、集体协作、纪律意识、团队精神以及坚持不懈五个方面，谈一下我的体会。

首先是自我管理。军训过程中，我们每天都要按时起床，进行晨跑和晨练，稍有迟到就会受到惩罚。这要求我们要时刻按照规定时间起床，养成良好的作息习惯。而在训练时，我们要严格要求自己的行动，不允许随意走动或喧哗。这需要我们自觉遵守，自我约束。通过这次军训，我意识到自己做事情不能拖拉，要养成良好的自我管理习惯。

其次是集体协作。在军训中，每人都有自己的责任和任务，都要完成指定的训练内容。在集体操练中，我们需要密切合作，互相配合，才能顺利完成动作。如果有一个人出了差错，就会影响整个队伍。通过集体协作，我明白了团队精神的重要性，懂得了合作中的责任和担当。

第三是纪律意识。军训是一次严格的训练，要求我们严守纪律。我们必须服从军训的规定，听从教官的指挥，按时参加各种训练和课程。而且，我们不能随意离开军训场地，必须保持整齐、严肃的队列。在我参加军训的这段时间里，我深深体会到了纪律的重要性，懂得了纪律对人的约束和规范。

第四是团队精神。军训中每个人都处在同样的环境中，面临同样的困难和挑战。大家共同努力，互相帮助，才能克服困难，完成任务。当我们身体疲惫，意志消沉时，队友的鼓励和支持成为了我们坚持下去的动力。而且，在军训中我们还要参加各种比赛，这时候团队合作就显得尤为重要了。只有大家同心协力，不计较个人得失，才能取得好成绩。

最后是坚持不懈。军训是一次长期而艰苦的过程，需要持续的努力和坚持。在晨跑时，我们要坚持不懈地跑下去；在训练时，我们要克服困难，不怕受苦。而且，军训期间还会有一些紧张和较长时间的课程，我们需要保持专注，耐心学习。通过这次军训，我明白了只有坚持不懈，才能取得成功。

总之，军训让我懂得了很多，如自我管理、集体协作、纪律意识、团队精神以及坚持不懈。这次军训不仅是对我们意志的考验，也是对我们个人能力的锻炼。通过这次军训，我相信我能够克服各种困难，取得更大的成长和进步。

**中学生军训心得体会篇五**

读书心得同数学札记相近;体会是指将学习的东西运用到实践中去，读书心得要通过实践反思学习内容，并记录下来的文字，怎样写军训心得体会?下面小编给大家带来军训心得体会5篇,仅供参考,希望大家喜欢!

军训的七天一晃就过去了。还记得七天前我们都十分害怕这里的生活。但是七天后我们又十分地不舍，怀念这里的一草一木，想念教官的严厉，教官一句句骂我们的话现在都回响在我的耳畔。

军训最能磨练人的毅力，锻炼人的胆识。我想，这些不都是我们所需要的吗?以前在家那些活都不需要我干，现在到了这里我们都要互相协助，互相配合，而且最棘手的是被子————要求叠到豆腐块!我们哪有那么大的本事啊。一开始老是被扯掉重来。后来技术娴熟了许多，我们都被评为了优秀宿舍。这是我们最开心的事。因为我们都是第一次能够这么倾心尽力地做好自己的事。呵呵，真的很有成就感啊!在平时的训练中，但苦中有乐，非常开心。平时在电视中看阅兵和升旗，军人的表现多么威武啊。正步走得多好啊。我现在忽然觉得自己是最厉害的，最帅的一个，我们可以承担上战场的义务和责任了。

这七天很快过去了，虽然只有七天，但它使我改变。我变得越来越干练，十分有胆量，与同学间的友谊更进了一步。教官们也十分可爱，他们永远板着脸，但掩盖不了他火热的心。军训激发了我的爱国热情，我有能力也有义务保家卫国。

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期八天的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多：那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号……无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的天军训，教会我们的恐怕不只是那立正稍息的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

记得八天前，我们刚着军装，一个个都还是新兵蛋子。但我们一个个都以饱满的热情接受着太阳的洗礼。烈日下，汗水流出坚强的河!记得几天前，姚教官一个个帮我们纠正军姿;一遍遍帮我们重复口号;一排排帮我们训练齐步跑。让我们明白什么是真正的军人!x天军训教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿;那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

那汇报表演上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们\_\_颗紧紧相连的心。团结的动力使我们胜利的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

短短的x天军训结束了，这x天让我收获了很多，让我明白了什么是友情，什么是努力，什么是坚强，什么是团结。更让我懂得了这几天的汗水没白流。

军训终于还是来了，这是避免不了的事。军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。在军训的过程中，我们每个人都锻炼着自我，无疑，也发生了许许多多的事。

一、苦。

烈日炎炎之下，我们汗流浃背的站着，忍受着酷暑。皮肤被太阳的暴晒下变得黑黝黝的，但是，我们却不能休息。这就是军训!因为个别同学的缘故，我们班常常是不间断的练习着。我的脚底开始发麻，腿也感觉快断了，于是，我便趁老师没有看我的时候，不自觉的动几下。但是，尽管这样，我还是在接连着几个小时的严酷训练后，全身发酸，却又得忍着，真难熬啊!但，我很快想到：

军训就是一种挑战，是磨练我们的意志的，你要是这样也坚持不了，以后成功路上的艰辛，你有怎受得了?这样想着，我便挺直了腰板。

二、辣。

军训，是磨练我们的意志的，对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种自我挑战。军训是辣，是吐着舌头掉着眼泪的辣，同时也是刺激的辣。军训时，我们也许会因为辛苦而掉眼泪，也许会因为军训时磨练出来的意志而感到刺激。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是辣，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。

三、酸。

在最后的大会上，领导宣布了军训的成果的果实获得优秀小军人荣誉称号的同学。其中没有我的名字，这很正常，有可能是因为我的坚持没有被老师看到(我唯一一次在训练时偷懒的样子却被老师看到了)，有可能是我做的还不够好。但是，令我感觉不满的是，班级里那些在军训时不停讨论，被教官不停指责的矮个子女生中的几个，却当上了优秀小军人!想起我在军训时笔直的身姿，想起那些扰乱纪律的同学，我不由的失落了。

军训时，流淌的汗水，酸痛的四肢，给我们留下了深刻的回忆。在艰辛背后，是我们的努力。这几天，我们似乎学到了什么，也学会了什么。在战胜困难后，我们获得了勇气，坚持和毅力。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。想到这些，笑容边浮现在了我的脸上。

收获，使我们感到了快乐与欣慰。军训，让我懂得了很多，也收获了很多：谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者!

刚刚结束的大学的军训，这次军训让我获益良多。对此次军训有如下总结：

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，这些都体现了他们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。但是，虽然训练场上，骄阳烈日，但他们并没有畏惧，处处展示出了军人的飒爽英姿。在五天的军训中，同学们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。比如倪莉同学晕倒了，稍作休息，立即归队，罗啸晨带病坚持训练，拉练过程中没有一个退缩。队伍集合，动作敏捷;站立军姿，满身大汗，纹丝不动;队列操练，步伐规范;训练场外，又能互相帮助，关心照顾，团结友爱。

对这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战，一种自我挑战。在这短短的军训期间，她们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

军训是以后紧张的学习生活的起点，通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。通过军训，增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

军训教会了学生对别人的关爱，它加深了同学们的责任心，它告诉他们面对困难应有的态度。军训后他们不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，他们知道面对高峰，必须自己去搭造阶梯;遇到山崖，要自己去连结绳索。

这五天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。

军训是开学后必不可少的项目。军训的目的不仅仅是对我们身体的锻炼，更多的是对我们进行意志上的磨练。

开学后的周二下午我们就拉开了军训的序幕。首先训练的是上下楼梯，同学按照前后顺序整齐列队，不发出任何杂乱的声音。周三我们开始了正式的军训，军训最重要的是口令“稍息”“立正”“向右看齐”想要练好这些动作，必须做到快!静!齐!班级所有人动作一致，这样看着才好看。周四，我们班换了一位教官，新教官也很尽职责。带领我们用一天的时间把会操的全部过程演练了很多遍。为周五的会操做准备。通过军训，我感受到了团结的重要。在队列里只要有一人和其他人动作不一样，就会显出特别不好看。全班同学只有团结一心，集中精力才能表现的更好。

在家里我们都是养尊处优的宝贝，缺乏锻炼，军训不仅能培养我们吃苦耐劳的能力，更能把我们从父母的溺爱中拉出来。军训中我们练的汗流浃背，但仍然坚持继续训练，没有一人屈服掉队，直到练到没有一点毛病为止。站军姿时纹丝不动、踏步时整齐有力。通过短暂的军训我们真正体会到军人的令行禁止。通过三天的军训，我学到到了严谨的时间意识和坚韧不拔的意志。在训练场上，我们无数次的重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的伟大。每个人都可以做到强大，只要你承受了中间的考验，不放弃，坚持到底，总会得到一个美丽的答案。放弃很容易坚持却往往要吃尽苦头。谁都知道先苦后甜，忍受住诱惑才能做到强大。

经过这次短暂艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依靠，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前。同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

**中学生军训心得体会篇六**

怀揣着儿时的梦想，终于飞进了四中的天堂；拥抱着青春的考验，我们踏进了军旅的征程。

一青松挺且直

军训的头两天，训练的科目是站军姿。炽热的太阳无情的射向我们。面对眼前严峻的挑战，同学们没有向困难低头，顽强的站在烈日下，头顶着毒辣的太阳，身上被晒的滚烫。军人的使命是永不服输。在阳光下，我们如一棵青松顽强的挺立着。在烈日的暴晒下，留下了我们迸射出顽强的绿。我们是青松，屹立不倒。从不向军训中的困难低头。

二万水千山只等闲

说到军训生活，最令我难忘也最令我痛苦的莫过于拉炼了。巨龙一般的队伍，浩浩荡荡的走在大街上，在城市的外环游荡。公路上，时而驶来巨型大卡车，时而响起拖拉机巨大的噪声。风烟四起，吹得同学们睁不开眼睛。路漫漫，同学们的心却急急。我们央求教官：“一路向北何时回，路上可否停一停？”教官面不改色，丝毫没有同情我们的意思，说：“永不言弃方可回，到达目的是真理。”我们面无血色，只有跟着队伍，步履蹒跚的前往传说中的森警大队。

三沙场秋点兵

军训的最后一天，我们举行了会操表演。同学们整齐的站在操场上，等待着学校领导的检阅。我们步伐整齐、抬头挺胸、目视前方、动作敏捷，把教官所传授的发挥的淋漓尽致。仿佛自己是一名真正的军人，在开国大典上，昂首挺胸的走过主席台。最后，我们用今天优异的成绩，作别军训的生活。

军训的生活既是苦的，又是甜的。它是同学们用汗水与泪水凝结成的一片花瓣，珍藏在我们的记忆中。我们用艰苦的军训生活，磨练了毅力，风发了意气和精神。我们是阳光下舞动的绿。

**中学生军训心得体会篇七**

我们参加军训已经七天了。七天中的每一天都带给我们不同的`感受。我们尽力体验军人的生活，渴望拥有他们无畏的气质。这个过程虽然酸、苦、累，但也伴随着唱、笑。我们在训练中成长，在逆境中坚强。军训一定会让我们受益终生。

在过去，我们是父母的掌上明珠，从未吃过任何苦，也无法理解这个世界的艰辛。然而我们已经踏上了人生的下一段旅程，进入大学后一切都靠自己。随着想象中的大学成为现实中学习和生活的地方，我们可能会感到一些不适应，难以融入大学生活，自我意识和社会适应性较差。这个时候，我们需要有足够的体力和耐力去挖掘自己的潜力，以促进自己的全面发展，在未来的生活中赢得更多的机会，创造更美好的生活。

军训是一种生活训练，是一种有效而必要的方式。它不仅提高了我们的身体素质，还帮助我们调整心态、言行和性格，使我们变得坚强和富有活力，也使我们的班级更加团结和友好，更加全面和有竞争力。所以军训不仅对个人很重要，对整个班级，年级，甚至整个学校，整个社会都很重要。社会需要有能力、有水平、有修养、有文化的人才，祖国的未来取决于我们大学生的发展和创新。

所以，让我们停止抱怨，开始投身军训吧。不要浪费这个提升自己能力的宝贵机会，为了我们更充实更美好的明天，我们相信“苦也是乐”，“不经历风雨怎么见彩虹”。

美丽的金秋，我们迎来了收获的季节。为了追求青春的理想，为了实现人生的价值，我们愿意付出无限的智慧和努力。因为我们相信明天会更好，我们的未来会更光明！

最后，衷心感谢学校和教官为我们安排这次军训。我们会尽全力完成任务，等你来检查我们的军训成绩！

**中学生军训心得体会篇八**

近期，我校开展了一次精彩而难忘的中学生军训活动。通过这次军训，我不仅学到了许多军事知识和技能，更收获了人生中的宝贵经验和体会。

首先，军训让我深刻体会到了纪律的重要性。在军事训练中，纪律是最基本的要求。每天清晨，晨曦尚未露出，我便被教官的嘶喊声和呼啸声唤醒。整装待发、整队行进、军容严整……我跟随着教官的指挥，一丝不苟地严格要求自己。尽管在炎炎夏日的高温下，汗水已经浸透衣衫，但我们没有解散队伍，始终保持整齐划一的队形。这段经历让我明白纪律的重要性，只有以一种认真负责的态度对待纪律，才能够将其内化于心。

其次，军训让我领悟到了坚持的力量。在军训的过程中，由于训练内容较为繁琐，个别项目可能会导致我们感到困惑和枯燥。但是，我们从未向困难低头，而是以积极向上的态度，一步一个脚印地坚持下去。曾经，有一次训练中，我感到非常压力山大，几乎不想再继续下去了。然而，最终我还是咬牙坚持了下来，并且取得了一定的成绩。这段经历让我明白，坚持是成功的关键。

再次，军训让我认识到了集体的力量。在整个军训过程中，我们被分为不同的班级，共同完成各项任务。每当面临困难和挑战时，我们一起商量解决办法，互相鼓励，共同前进。我记得有一次，我们进行军体拳训练，在训练过程中，我感到非常累了，几乎没有力气继续下去。然而，身边的同学纷纷鼓励我，让我振作起来。最终，我们一起完成了训练任务。这段经历让我明白，只有凝聚人心，形成集体的力量，才能够取得更大的成就。

最后，军训让我明白了团队合作的重要性。军训中，我扮演过不同的角色，有时是队长，有时是队员。在担任队长时，我要领导队员完成各项任务，维持队伍的纪律和秩序，并且与其他队伍展开角逐。这其中涉及到与队员的沟通和协作，每个人都需要充分发挥自己的潜力，才能取得好成绩。而在担任队员时，我要遵循队长的指挥，配合队友的行动，达到整体配合的效果。这段经历让我明白，团队合作是成功的关键，只有当每个人都为团队贡献自己的力量，才能达到最好的结果。

总之，这次中学生军训是我独一无二的人生经验，使我受益匪浅。通过纪律、坚持、集体和团队合作的实践，我不仅学到了知识和技能，更培养了自己的意志品质和团队精神。我相信，这段经历将对我未来的成长和发展产生深远的影响。我将倍加珍惜这次军训所带来的体验和收获，将其转化为我人生成长的动力，不断追求进步。

**中学生军训心得体会篇九**

当我们有一些感想时，好好地写一份心得体会，这样可以记录思想活动.那么要如何写呢？以下小编在这给大家整理了一些中学生军训心得体会，希望对大家有帮助！

这是我第一次参加军训，也是我做过最累的一次运动项目了，之前我就不是很喜欢运动，而且体育成绩也是不太好，虽然不是很胖，但是其实体能是很差的，刚开始站军姿的时候，我就没有坚持下去，而是举手报告了，当时我也感觉很丢脸，但是真的感觉自己要垮了，当教官同意后，我整个人都彻底的累垮在地上了，仿佛这整具身体都不是我的了。虽然同学们都没有笑我，但我自己却还是很羞愧，在后续的军训当中，我带着这种懊恼的心情，尽量的坚持，而且同学们也是帮了我很多，一些动作做得不是很标准，做得好的同学就在休息的时候来指导我，来帮助我，告诉我怎么做。到了宿舍之后也是告诉我坚持下就好了，而且我有什么疑问也是积极的回到我，帮助我去解决。

在军训里，我虽然开始做得不够坚持，也不够好，但是在同学们的积极帮助下，我也渐渐有了很多的收获，动作能做得标准了，能坚持下去了，这让我感受到了团结的一种力量，感受到了一个人可能很难，但是一个集体去努力，很多事情其实就简单了，后面的站军姿，我看着其他同学那挺拔的身躯，仿佛感受到了他们给予我的鼓励，感受到了我也有了一种力量，而不是以前那个害怕困难，不能坚持的我了。在做动作的时候，我也能坚持下去，和同学们一样做的标准，做的整齐，我们的脚步保持一致，我们的呐喊是同一个声音，我们的努力最终也是在会操中得到了好的名次。

以前我是不敢想我能完成军训的，但是真的完成的那一刻，我真的特别的激动，因为这个困难我居然克服了，我从没想过这个困难居然可以克服，而且这么让我畏惧的军训也是让我改变了很多，我懂得了在一个集体里，借助大家的力量，是可以做到很多事情的，明白了坚持下去，最后的收获会让你意想不到，改变了我以前畏惧困难，害怕运动的坏习惯，以后我也要经常的去参加一些运动，让自己的体质变得更好，同时也是让自己去多一些挑战，培养自己面对困难的勇气。

火热的军训生活结束了。五天的风风雨雨，五天的摸索，增强了体质，磨练了意志。在这烈日下，我们向前踢，在广场上排好队，快速行进；在这个充满激情的训练场，我们欢呼着，喊着。在军营生活中，我们觉得苦难中有悲欢，觉得当兵必须吃苦。

人生如此短暂，我们每个人都在翻滚、攀爬、跳动的过程中慢慢成长；如此短暂的经历让我们每个人都汗流浃背。军训是每个人都读不完的一课。它改变一个人从点到面，从铺床到走路，到强身健体，强化意志，磨砺心智。这一课将终生难忘，终生受用。有一个哲学故事：每个人都有惰性，我们每天都被惰性包围着。惯性就像稻草，一根根压在我们身上。一开始你感觉不到它的引力，但是当它越积越多的时候，总有一天，你只需要再加上最后一根稻草，你就坚持不住了！最终会被它碾压。人在用惰性的稻草压迫我们的过程中，坚持着无知和无意识，这是一种精神斗争。

我们面对的是一个年轻善良的教官。他姓霍，我们叫他霍教头。是他带领我们度过了五个艰难的日子，起伏的训练，操场上毒日的煎熬，踢着前进，在广场上排队，急行军。每次训练都是对身心的考验。但其中，我们也有拼搏、坚强、争当第一的心。十家公司中，我们第二家公司有过辉煌的时候，也有过失误。为了弥补我们的错误，我们加强了全队的训练。整顿队列纪律，我们站成警察姿势，广场不平，我们延长训练时间。面对烈日，我们有坚强的意志。每一个积极的步骤都应该被听到，每一个开始都应该有序进行。虽然这些都很无聊很累，甚至有些人昏了头，但是渐渐的我们开始变得和谐团结，大家心中的战斗的想法，“第一个属于我们”。

就是这样的努力，让我忘记了来的时候的不喜欢，忘记了对饭菜的抱怨，但是我觉得每一顿饭都很好吃。军训的时候，我们阵阵脚步声震得像地震一样。频繁的口号声如雷，整个炮兵学校都能听到。树木的生长是为了开花。短短五天，我们终于兑现了承诺。全公司的同学听到第二家公司的第一次，我们都沸腾了，因为那是我们40多个人努力的结晶，里面蕴藏着我们无尽的汗水，那是我们最幸福的时刻。

这就是我们如何在苦难后找到成功的喜悦中成长，翅膀逐渐变硬，翱翔蓝天。

今天我们上了一节特别的课，就是军训。——年级组四个班聚集在操场，老师请了三个解放军叔叔指导我们军训。

老师把我们四个班分成三个大班，解放军的三个叔叔当我们的教官，其中我们-(3)班和-(4)班的一小部分组成了一个大班，教我们班的那个大概是1。7米，黑脸宠，强pla大叔，他一脸严肃盯着我们，“立正，向右看，向前看，稍息！”密码喊的好大声，在他的指挥下，我们像山中的小虎一样按密码行动。然而，我们队就是受不了，头晃得不整齐。我们连立正和放松的动作都做不出来，就反复练习了几次。

虽然现在是秋天，但今天中午我们晒太阳真的很热。经过短暂的训练，我们感到累了。其实解放军叔叔很照顾我们。训练一段时间后，我们坐下来休息。

军训是一种强身健体，磨练意志，增强集体观念的训练。这课军训很有意义。我认为：军训后，我们流下的汗水可以洗掉过去的女性气质和不良习惯，获得强健的体魄和坚强的意志。

“听见新征程号角吹响，强军目标和召唤在前方，国要强，我们就要担当……”操场上响起铿锵有力的歌声，这便是我们最开心的时候，要教官和我们一起唱，情感更浓了，夜更深了。

这是军训的第二天，军训前特别期待，每次在电视上看着《火蓝刀锋》里的军人训练的时，感觉当军人真辛苦，必须得有担当，因为我们的国家要强，电视里的军人那手势、那军姿，真是整齐的不得了，原来做好一件事真不简单。不知道为什么？我们总是惹教官生气，也怪我们自己不争气，十八个班，我们是一班，一字带头，便是龙头，我们的眼中是第一，一班不夺冠就丢人了。

军训真累，一切的一切让我不适应，丈二和尚摸不着头脑，住在六楼用水不方便，吃的也不怎么样，一直到军训的第二天饭也吃不下，第一天军训结束军姿，一天训练下来太累，累到肩膀抬不起，烈日炎炎下，让我想到了很多，成长路上很多，教官的军姿让我见识了军人的风采。同学之间最需要的默契和团结。来到这儿，流的汗是我平时三个月的汗，站军姿的时候，差一点坚持不住，我对自己说：加油，你是最棒的。“稍息立正向后转……开始了”。

“军训”是一块磨石，来磨炼我们的意志，快坚持不住的时候，对自己说：加油，这点苦不算苦，教官更辛苦，要为自己打气。

我曾向往鹰击长空的磅礴气势，我曾留恋蝶舞花间的自在浪漫，我曾追求彩虹当空的绚烂美妙。然而，“荏苒春冬逝”，我却发现梦想并不是触手可得，它更像是海上卷起的泡沫，当你想抓住它时，霎时间，它便消失得无影无踪。

今日是军训开营的第一天，我便深深的领会到了其中的“苦”。火辣辣的骄阳下不时传来几声蝉噪，扰得人心烦意乱，操场上的我们仿佛一只只“烤羊”，被无情的紫外线狠狠的侵蚀着。

此刻的时光似乎也格外漫长，平时眨眼便过的20分钟，此刻竞像一个世纪，汗珠像一个个调皮的孩子，仿佛把我的衣服当成了滑梯，在我的每一寸肌肤上肆意流淌，顺着衣领，沿着脚踝，汇成了“涓涓细流”。我的浑身仿佛被组装起来，一边是不能动弹，一边是腰酸背痛，身体仿佛随时会坏掉似的，瘫软下来，感觉有点像是提线木偶。可是，紧绷的神经提醒我，不能松懈。

一分钟，十分钟……，我咬紧嘴唇，告诉自我——坚持就是胜利!最终，时间熬到了尽头，我一下子瘫坐在了地上，虽然已是浑身酸痛，但心里却格外明媚，头顶上的蓝天加上点点飘飞的白云，正是我此时心境的写照!

我深知未来的路上崎岖坎坷，必须比此刻更加艰险。但如同“良药苦口利于病，忠言逆耳利于行”，前行的路上，我仅有“吃得苦中苦”，才能赢得最终的胜利;仅有坚持，才能不让梦的彩虹变色，年轻的梦想之花才不会在现实的风吹雨打中凋零，我才能拨开前方的烟蒙迷雾，找回正确的方向!

威风拂过脸颊，我们走进郑中。

今天是我们升入郑中的第二天，同样也是我们军训的第一天。

早饭后，我们回到教室。班主任叮嘱我们军训时的情况，后来让我们等待军训开训仪式。

在差不多八点的时候，我们去外面集合，在八点二十左右，校领导及军队领导开始讲话。烈日下，同学们掌声阵阵响起。我想，我们就是郑中有一界的希望吧。

会后，我们班的军训教官开始带着我们军训，他带领我们来到我们军训的场地。一个树荫阴凉的好地方。

我们可能有的同学做梦都希望能有这样的好地方军训，结果梦想成为现实，大家都很高兴。

班主任也鼓励我们，一定要对得起这份幸运，搞好军训完成军训任务。

开始军训，教官先教给我们练站姿，还有稍息立正；才刚练了一会，我就觉得腿酸了。可我想起老师的话，我觉得我可以再坚持坚持。其实看得出，大家都是在坚持。不久，一位女同学因为实在肚子疼，坚持不住了，去休息了。

我们因此也休息了一会。再次训练时，我旁边的一位女士忽然晕倒了，我们连忙通知教官和老师，老师把这位同学安排好，我们继续训练。

太阳很热，照得我们都流汗了。教官说“如果需要擦汗，或者不舒服，直接打报告就可以”但是我们没有一个同学打报告，没有一个同学擦汗；或许这就是我们这些年轻人的一种坚持一种精神吧，这将是我们16班的风采！

将近中午时分，教官在班里拿着同学提供的被子做示范，教给我们叠方块被。教官教得很认真，我们学得也很认真，后面的同学因为看不清，都站起来看，这时也忘记了军训的劳累了吧。

下午，午睡后，我们照着回忆中教官的方法，开始叠被子，每一个同学都很认真，生怕自己叠得不合格，差不多两点半，我们出去集合，继续训练。上午因为身体原因没有参加军训的同学都回来到了队伍里，我们一起继续训练。在四点左右天空下起了雨，我们先在外面避了会雨，然后雨越下越大，我们就都跑回了教室。教官和班主任交流以后，开始给我们讲教官的军队生活，他的训练，他的艰苦奋斗，这些深深地感染了我们，我们也体会到班主任对我们的教导，我们要感恩这些解放军的流血流汗，感恩他们对我们和平的幸福生活做出的贡献，也让我们下定决心，一定要圆满完成军训任务。

雨停了以后，我们又继续训练了。

最后快吃饭了，教官给我们做了军训总评，教官说了我们的优点和缺点吗，最后班主任也做了补充，我们这一天的军训，就这样结束了。

虽然累，但是收获很多，也很充实。

我们还有四天半的军训，我想我们会改正那些缺点，做最棒的16班！

今天是我军训的第一天。新生们在广场上集合，太阳火辣辣地炙烤着大地，周围一丝风都没有，我背上湿透，身上像有无数条小虫在爬，可谓度秒如年。再看看教官，他们那笔直的腰身，昂扬的气势，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯丝毫未动的双腿，让我为之震撼，他们告诉我什么是军人的风范。

紧接着，我们来到树阴下练站军姿。“挺胸抬头收腹，两眼正视前方，中指紧贴裤缝，身体微向前倾……”教官一口气说了一大堆，不一会儿我便腰酸背痛。“立正，向右看齐……”我们不断重复这枯燥的动作，每个人筋疲力尽，但我们没有放松，因为教官铿锵有力的声音不断在耳边回响。教官们又何尝不是日复一日顶着骄阳进行枯燥而艰苦的训练，我们这点困难又算得了什么呢？军训不但锻炼了身体，还磨练了我们的意志，这也是我们在军训中收获的一笔宝贵财富。

今天的军训让我明白，这是一个磨练自我的过程，不能轻易放弃。在接下去的训练，我会继续坚持拼搏，努力战胜自我！

**中学生军训心得体会篇十**

军训，对于许多中学生而言，是一段既期待又畏惧的时光。作为一名即将步入高中的新生，我也不例外。然而，当第一天的军训正式开始时，我才意识到，这是一次我将永远难忘的经历。以下是我在中学生军训第一天所获得的心得体会。

首先，军训的第一天给我留下了深刻的印象。当我们列队等待时，一位严肃的教官走上前来，直截了当地向我们传达了训练的目的和要求。他严厉的口吻和坚定的表情让我感到敬畏，同时也激发了我全力以赴的决心。

其次，我体会到了军训所带来的严格要求。在训练开始后的第一次晨跑中，我就不禁感叹自己体能的不足。每个身体部位仿佛都在传达着痛苦的信息，我的呼吸急促，腿脚仿佛失去了力量。然而，正是这种严格的要求，让我深刻认识到了自己的不足，并激发出了我突破极限的潜力。

再次，我体验到了团队力量的意义。在教官的严厉指挥下，我们要按部就班地完成各种军事动作和队形变换。初时，大家还各自为战，不协调的动作和杂乱的队形说明了我们的无组织性。然而，随着时间的推移，我们逐渐明白了团队的力量。我们在训练中互相帮助，互相鼓励，共同克服困难。当我们在集体训练中完成一套完美的动作时，我不禁感叹一个团结的集体所能产生的力量之巨大。

除此之外，我还收获了对自我纪律的理解。当教官在严肃的语气中告诉我们违反纪律的后果时，我深深地感受到了纪律的重要性。与平时相比，我在军训中的言行举止更加规范，也更加注重细节。这种严格的纪律要求让我明白了自我约束的价值，并教会了我在日常生活中保持良好习惯的重要性。

最后，军训第一天给我带来了一种新的自信。当我在训练中完成一次又一次的挑战时，我逐渐感受到自己的进步。这种对自我能力的认知让我更加自信，也更加坚定地相信只要付出努力，就能取得成功。军训中培养的坚毅和自信将伴随我一生，并为我未来的成长奠定坚实的基础。

在中学生军训第一天的经历中，我感受到了军训的严格，也感受到了团队的力量和自我纪律的重要。这一天对我而言是非常有意义的，它为我日后的学习和生活打下了伟大的基石。虽然军训困难重重，但我相信通过这段特殊的经历，我将变得更加强大、自信，并为自己的未来做好充分准备。

**中学生军训心得体会篇十一**

军训是中学生学习生活中的一项重要经历，它不仅能够增强体质，培养团队合作精神，还能够磨练意志，塑造健康的心态。通过我参加的中学生军训，我深刻地体会到了许多重要的道理，也收获了很多宝贵的体会。

首先，军训让我明白了努力的重要性。军训是一项艰苦而充实的活动，很多时候我们需要面对烈日、高温和忍受艰苦的体能训练。在这个过程中，我发现只有付出更多的努力才能够顺利完成训练任务。这让我明白了没有付出就没有回报的道理，也让我懂得了成功背后的辛苦和努力。

其次，军训培养了我团队合作精神。在军训中，每个人都需要在集体中发挥自己的作用，正因为如此，我意识到一个人的力量是有限的，只有团队的力量才是无穷的。我们在训练中互相鼓励、互相帮助，并协同配合完成任务。通过这样的团队训练，我学会了倾听他人的意见，乐于与他人合作，这对于我今后进入社会工作和生活中也是非常重要的。

再次，军训磨练了我的意志品质。军训是一项需要坚韧意志的活动，有时候我们需要长时间集中注意力进行训练，有时候我们面临风雨和困难。在这些情况下，只有意志坚定才能够克服困难并坚持下去。通过军训，我的意志得到了锻炼，我变得更加坚强和勇敢，也更加自信地面对生活中的各种挑战。

最后，军训让我学会了正确对待失败和挫折。在军训过程中，我也曾经失败过，也曾经遇到了各种挫折。但是我明白，失败和挫折只是暂时的，只要我保持坚持和努力，就一定能取得成功。通过军训，我学会了积极面对失败和挫折，从中吸取教训并激励自己继续前行。这种正确对待失败和挫折的态度在我之后的学习生活中也帮助了我。

总之，中学生军训是一项非常有意义的活动，它能够让我们从中收获到很多宝贵的体会。通过军训，我明白了努力的重要性，培养了团队合作精神，磨练了意志品质，学会了正确对待失败和挫折。这些都是我一辈子受益的财富，也是我成长道路上的重要支持。我希望每一个中学生都能够充分利用中学生军训这个平台，汲取其中的智慧和经验，不断提升自己，成为更好的自己。

**中学生军训心得体会篇十二**

谓的\"拉练\"其实就是走路，经过这次\"拉练\"，我的体会很深。

我们的\"拉练\"开始了，从学校出发，将近绕了湾沚镇一周，我们都累得精疲力尽，回到学校时，我们个个不得不趴在桌子上休息，也不顾自己的形象了，歪着的、斜着的都有。在休息时，我想了想自己走了多长的路，这么长的路在平时，不管如何，我也不会去走的，而今天，我却把它走完了。说实话，我走完了这么长的路，连我自己也感到惊奇。想想途中，走得脚迈不动了，还继续走，汗珠挂在了脸上，也继续走，尽管路不平，也坚持把它走完。等到走完了全程，一种成功的喜悦充满在心中。

人生的路其实也是如此，是曲折的，是凹凸不平的，也有石头，影响我们向前走。但是，只要你肯坚持，就一定会见到光明。

这次军训给了我很大的启发，我更加期待明天的军训了。

**中学生军训心得体会篇十三**

军训是一种锻炼意志、锤炼毅力的特殊经历，对学生的身心素质有着深远的影响。作为一名即将进入高中的中学生，我参加了为期两周的军训活动。第一天，我充满好奇和憧憬地走进了军事训练场。与平时课堂上的学习不同，军训让我体验到了一种全新的学习方式。在这一天的军训中，我有了一些深刻的体会。

第一节军事素质训练课，我们进行了一系列的体能训练。我站在队列中，感到既紧张又兴奋。教官通过冷峻的目光和铮铮的口令，让我们保持良好的纪律和动作规范。在跑步训练中，我意识到自己的体能需要得到提高，同时也明白了集体合作的重要性。在一个个辛苦的训练动作中，我和同伴们一起奋力拼搏，感受到了彼此之间的团结和力量。这种感觉是十分珍贵的。

第二节队列训练课中，教官传授了我们站军姿的技巧。军姿是军人最基本的动作，也是一种严肃的军事礼仪。教官告诉我们姿势要挺直、气质要端庄，要以一种自信的姿态出现在众人面前。在多次的练习中，我深刻感受到了军姿所要求的端正仪态和坚定自信的内在力量。这让我明白了一个人的形象不仅仅体现在外表，更是一种内心的修炼。

第三节步操训练课是一门需要大家高度协作的课程。步操训练的动作繁多，需要我们密切配合，保持统一的步伐和动作。而这正是团队合作的重要性。通过反复的练习，我们渐渐掌握了步操的技巧，也懂得了要准确地传递信号和配合队友。这种团队协作的能力不仅在军事训练中发挥作用，也会在今后的学习和生活中受益匪浅。

第四节射击训练课给我留下了深刻的印象。在场地上，我紧握着瞄准板，呼吸平稳地瞄准目标。这是我第一次接触射击训练，我体验到了射击的刺激，更感受到了枪声所蕴含的力量。在射击的瞬间，我把平时累积的能量和决心全部释放出来。当看到自己准确命中目标的那一刻，我心中涌起了一阵自豪和成就感。

第五节战术训练课中，教官为我们讲解了一些基本的战术理论和应对策略。通过模拟战斗的训练，我学会了如何与队友配合，如何迅速做出反应和决策。这不仅加强了我对知识的理解，更培养了我的判断力和应变能力。在军训的这一天中，我感受到自己在思维和智慧上的成长，领悟到了战术训练的重要性。

第一天的军训让我受益匪浅。我明白了军训不仅仅是一种身体的锻炼，更是一种意志的考验和素质的提高。通过与队友的合作，我感受到了团队的力量和凝聚力。通过训练，我懂得了军纪的严酷和坚持的重要性。这一天的军训让我明白了军人的形象所包含的担当和责任，也让我在将来的生活中更加坚定了自己的目标和信念。军训的第一天，充满了汗水和收获，我将会倍加珍惜这段特殊经历，为自己的成长而努力。

**中学生军训心得体会篇十四**

为期三天的军训终于结束，在汗水的洗礼下，在阳光的照耀下，我们站得笔直，走得挺拔，动作由原来的生疏变为整齐划一，日光之下，像是锋利的刀锋一闪而过。

这样的军事化管理生活渐渐磨去了我们在家里的娇气，军训是什么，是站军姿!是走起步!是走正步!每个动作，都要标准流畅，我们每个人最开始站的时候歪歪扭扭，似乎马上就要倒了一样，接下来的时间，我们每个人都投入到练习中，即使汗水划过脸颊，也无暇擦去，专注地听着的教官的指令，随时准备下一个动作。

这样的军训，必然是艰苦疲累的，但是我们也收获了很多欢笑，看着我们偶尔踏错的步伐，听着教官说的搞笑的话，我们哄堂大笑，把那些苦那些累都扔开了。

我们顶着烈日挥汗如雨。军训时很热、很累，但是我们没有听到一个同学埋怨，相反却能时时看到我们挂在脸上的笑容。当我们为一件事付出很多时，无论如何，我们都会快乐，因为我们付出了、努力了、尽力了。

回到家看着晒得黑黑的脸庞和手臂，不禁一声苦笑，既有结束军训的欢喜，也有对军训那几天的怀念。军训到底给我们带来了什么?后来我明白了，军训是在磨练我们的意识：一种坚持的意识、一种拼搏的意识、一种吃苦的意识、一种团结的意识太多太多，足够让我们用接下来的高中生活甚至是一生来体会。

军训三天，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了自己，有了敢于迎难而上的勇气。对待困难，我们要先定好目标，再凭借不怕苦不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地坚持下去，只要坚持就会成功!

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

我终于体会到一名军人的辛苦，那威武挺拔的姿态不是一朝一夕才练成的，而是日日练，月月练，年年练，用汗水换来的。所以，军训是对我们心灵的一次鞭策和鼓励。

对于我，军训已经超过原来的意义，军训不只是强身健体，还是国家对我们寄托的希望、我们对未来积极的态度、我们对困难不是逃避而是迎头直上的坚定决心。

加油吧!迎着初升的太阳，前进!

**中学生军训心得体会篇十五**

军训是中学生活中一次特殊的经历，让我深深地感受到了军人的辛苦和付出。虽然军训只持续了两周，但是那段时间对我而言却是如此珍贵和难忘。刚开始的时候，我对军训充满了期待和紧张。站在训练场上，我感受到了严肃的氛围和强烈的纪律要求。教官的一声令下，我们步伐整齐地开始了军姿训练。刻苦的训练让我感到身体的极限，但是我坚持下来了。通过这段经历，我学到了许多宝贵的东西。

第二段：培养团队合作意识。

在军训期间，我们不再是个别的个体，而是一个整体。每个人都有自己的任务和责任，需要通过默契和配合完成。在操场上，我们一起排成队列，齐声高呼，展示出了团结一心的力量。无论是翻越高墙、跨越沟壑还是进行队列操练，只有大家携手合作，才能完成任务，取得成功。这让我明白，团队合作的重要性，并在之后的生活中懂得更好地与他人合作。

第三段：锻炼意志力和坚韧性格。

军训期间的训练非常艰苦，尤其是体能训练。每天早晨，在教官的指导下，我们进行跑步训练、基本运动训练等。经常出汗、长时间的劳累让我感到疲惫，但是我不断坚持着。我时刻告诉自己：“只有坚持下去，才能提高自己的体质和意志力。”慢慢地，我发现自己的体力不再那么容易消耗，坚持训练的毅力也得到了提升。这段经历让我明白，只有坚持不懈地努力，才能取得更好的成果。

第四段：加强纪律意识。

军训期间，我们时刻要求自己遵守军事纪律和训练规定。早晨的起床、按时吃饭、保持整洁、服从命令等，都需要我们严格遵守。违反规定将受到相应的处罚。通过遵守纪律，我们更好地培养了守纪律、守规矩的习惯，在之后的学习和生活中也更加规范自己的行为。

第五段：提升自信心。

军训期间，我参加了士兵突击、射击等项目的竞赛。一开始，我感到很紧张，不敢尝试新的技能。但在教官的鼓励下和同伴的支持下，我渐渐地克服了自己的担忧。尽管成绩不是最好，但是我收获了更多的是对自己的信心和勇气。我明白，只有勇于尝试，才能真正成长。

军训的经历让我收获颇多，不仅锻炼了身体，还培养了团队合作、意志力和纪律意识。这段经历让我更加自信，面对挑战会更加坚定和勇敢。我相信，这些宝贵的经验将对我的未来产生积极的影响。军训，不仅仅是一次体验，更是一次成长的契机。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找