# 2025年军训服心得体会总结(精选17篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2025-07-18

*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。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来...*

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。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**军训服心得体会总结篇一**

军训是每个大学生都要经历的一段特殊时光，它不仅能锻炼身体，培养毅力，更重要的是培养学生的纪律观念和团队合作精神。在经历了一段时间的军训后，我深深地感受到了其中蕴含的深刻意义。下面我将从军事素养、团队合作、个人成长、精神力量和友谊的角度，总结我在军训中的心得体会。

首先，在军训中我学到了坚强的军事素养。军训不仅是一种体育锻炼，更是一种军事化训练。通过各种军事训练，我学到了军人应有的军事素养，如站军姿、正步行走、掌握步操等。军队的严格纪律让我学会了坚守规则，严以律己。这种军事素养无论对于日常生活还是将来的职业发展都具有重要的意义。

其次，在军训中我体验到了团队合作的重要性。军训是一个集体活动，我们每个人都需要与他人紧密协作，共同完成任务。团队合作需要大家之间的信任、协调和配合，只有团结一致，才能完成训练目标。通过和队友的亲密合作，我深刻感受到了团队力量的无穷威力，这也让我明白在集体中，个人的力量是渺小的。

第三，军训使我在个人成长中获得了许多。在军训中，我们要在极短的时间内完成授课内容的学习和实践，要快速适应集体生活和作息，尤其对于来自城市的我来说更加具有挑战性。但在这种挑战中，我学会了快速适应环境和压力，不断提高自己的抗压能力和适应能力。同时，我也学会了独立生活，要自己解决日常生活中的问题，同时保持良好的作息和学习习惯。

第四，军训激发了我内心深处的精神力量。在炎热的夏天，面对艰苦的训练环境，我们经历了酷暑、体力透支、心理疲惫等各种困难与挑战。但正是这些困难与挑战，激发了我们内心的顽强毅力和拼搏精神。在与自己拼搏的过程中，我明白了只有克服困难，才能收获成功。

最后，军训中的友情让我终身难忘。在这段时间里，我结识了许多志同道合的伙伴，我们一起学习、一起训练、一起笑，我们用眼神默契、用动作配合传递着友情的温暖。在军训结束之后，这些朋友们将成为我生命中重要的回忆和未来的盟友。

总结一下，军训让我受益匪浅。通过锻炼军事素养，我学到了严守纪律的重要性；通过团队合作，我体验到了团队力量的强大；通过个人成长，我提升了适应能力和自我管理能力；通过精神力量，我激发了内心的坚毅；通过友情，我收获了珍贵的友谊。军训是青春成长中一次难能可贵的经历，我将铭记这段经历并将其发扬光大。

**军训服心得体会总结篇二**

随着新学期的开始，军训成为了每位大学新生必经的过程。参加军训不仅加强了体能，培养了团队合作的能力，更让我深刻体会到了军人的优秀品质和崇高精神。在这段军训的日子里，我收获颇多，也有了许多感受和体会。

首先，军训让我充分认识到了团队合作的重要性。在军训中，我们通过集体操、擒敌拳等项目的训练，不断磨合配合，增强了集体意识。每当集体完成一个动作或任务时，成就感油然而生，让我真正体会到了团队的力量。而个人的一举一动也会影响到整个集体的表现，这让我更加明白了个人与集体的关系，明白了只有团结合作，才能更好地完成团队的目标。

其次，军训让我养成了良好的生活习惯和自律能力。军训期间，严格的时间要求和作息规律让我每天都过得井井有条。早起、早锻炼、按时就寝，这些规矩不仅帮助我养成了良好的生活习惯，更培养了我的自律能力。我明白了只有自己严格要求自己，才能更好地完成学业和工作，只有自律，才能更好地成为一个优秀的人。

再次，军训让我认识到了军人的优秀品质和崇高精神。在军训过程中，我们学习了尊重、纪律、奉献等军人的核心价值观。每次军乐队奏响，悠扬的旋律为我们注入了力量，激励着我们奋勇前行。军人在战场上勇往直前，为国家和人民奉献了生命，这种奉献精神值得我们敬佩和学习。在以后的学习和工作中，我将时刻铭记这种精神，秉持着军人的优秀品质，为自己的目标努力，为社会做出贡献。

最后，军训让我更加明白了专注和坚持的重要性。在炎炎夏日的高温下，坚持不懈地锻炼并不容易。但是，只有坚持下去，才能达到预期的效果。军训中的种种困难和挑战考验了我们的耐心和毅力，也让我们更加懂得专注于目标的重要性。只有专注，才能在人生的道路上越走越远，才能超越自我，取得更大的成就。

通过这段军训的日子，我不仅收获了健康和形体的提升，更重要的是收获了许多宝贵的思想和精神财富。军训让我体会到了团队合作的力量，充实了自己的生活和锻炼了自律能力，让我认识了军人的优秀品质和崇高精神。同时，军训也深深地感悟到了专注和坚持的重要性。这段军训的经历无疑是我大学生活中一段宝贵的财富，对我今后的学习和生活起到了积极的影响，我相信这段宝贵的经历将成为我一生中不可磨灭的一部分。

**军训服心得体会总结篇三**

我听姐姐说：军讯非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

**军训服心得体会总结篇四**

早上八点钟，我们这批同学去参加未成年人素质教育校外实践。在去实践基地的途中，我们还参观了鳄鱼谷。在进鳄鱼谷的门口，我们遇见了来迎接我们的教官。他们来自炮兵部队。我们被分为第五中队，教官姓李，大家都亲切的叫他：李教官。

我们由李教官带领参观鳄鱼谷。同学们在学校都很随便，现在还讲个不停，李教官一吼，没有一个人敢说话了，教官果然名不虚传——非常凶。我们继续向前参观，途中看到了很多的：鸭、鸡、鹅……当我们来到鳄鱼池前，池里的鳄鱼一个也不动，好像在和我们玩木头人的游戏。不知不觉中，我们走出了鳄鱼谷。

李教官带我们乘车来到了基地。还没放下书包，就要开始学习内务和队列，看着教官们表演队列和内务的时候，才感觉自己的知识是那样的少。

就这样，军训的生涯开始了!

五月五日军训第二天。

当我还在梦乡的时候，就被宿舍的吵闹声惊醒了。原来是：胡校宇……我一看手表，才五点钟，我真佩服这些同学!

我刚洗好脸，“嘟——”的哨声就响了起来，我们赶忙出去集合。教官给每个中队分配任务，我们是做航模，我们来到艺术室。老师说：“先找到第一块上的第三小块，拼到第四个部分上……”经过一节课的努力，很多人都有了自己努力的来得果实，，可有些人却两手空空。看来，做什么事都要有耐心，没耐心必定什么事都做不好。

我们的中餐是自己做烧烤和混沌，我的心情特别激动。在烧烤中，我把馒头给烤糊了;在包混沌时，我们包的混沌奇形怪状：有的像地雷;有的像元宝;有的像飞机……在我们的共同努力下，我们吃到了自己包的混沌。

今天这些课让我们又动手又动脑，让我们学到了不少的知识。天渐渐黑了下来，我们回到宿舍，可能是大家太累了，很快就进入了梦乡。

五月六日军训第三天。

早上我们还是五点钟起床讨论，今天是在军训的最后一天，我们今天学做扇子和风筝。我们还是来到艺术室，做风筝和扇子。先做风筝，老师说：“先把风筝纸拿出来，在把一根长棍子拿出来，把供的一面对下，用胶粘起来。在拿出短的，和上一根步骤一样……”做好后开始做扇子，老师说：“先裁好纸上的扇面，在到我这里领支架，在把扇面折好，一个个粘上去……”过了一会儿，终于做好了。我们那着自己做的东西，心里别提有多高兴了。

三天军训很快就结束了，当车来开出门的那一瞬间，所有军官都向我们敬了一个标准的军礼，我们也依依不舍的向他们告别。三天军训虽然结束了，但我学到的知识让我终生难忘!!

**军训服心得体会总结篇五**

在不情愿却有些期待中，军训还是如期拉开了序幕。

军训中：彷徨过，迷茫过。刚军训的前两三天，挺着毒辣的阳光，不论是站军姿，还是重复再重复那枯燥乏味繁琐的步伐，都曾经深深地质疑过、迷茫过，究竟要学什么，在短短的14天中，会学到什么，军训对我们有什么用，有什么意义和价值，是不是在自找苦吃。痛过，累过。军训是痛苦的，每一次训练完休息，没有一个人不是腰酸背痛，腿疼，脚疼的，可我们还是要咬牙坚持，时间一到继续训练。在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，往日看起来灿烂的阳光让我们那么讨厌，让我们真正地体会到苦和累。

委屈过，埋怨过。当我们练得不好被教官纠正时，当我们被雨淋湿了军训服而改穿便服却被教官批评时，我们也有想不通，心里也会觉得委屈;当我们得知我们无法走分列式时，尽管知道自己走得不好，可还是有点难过，感觉自己好多天的努力都白费了，汗水都白流了，所有的苦都白受了。“王老吉和青苹果”事件门发生，的确感到过气愤和委屈，有种不受尊重和被排斥的异样感觉，后来虽然理解了，可当时确实很不舒服。

人只有在挫折中才能变得成熟，在困难中才能变得坚强。通过军训，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，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持!

军训的真正意义和价值也正在于止，给予了我们一种不畏困苦、迎难而上的勇气，教会了我们一种不抛弃不放弃的坚持，培育了我们一种团结互助、奋发向上的集体荣誉感。路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

**军训服心得体会总结篇六**

随着社会的进步和科技的发展，军训作为培养青年学子爱国精神和集体荣誉感的重要途径，在高校中得到了越来越广泛的开展。军训不仅能够培养学生的纪律性和团队合作精神，还能够增强他们的体质和心理素质。通过这段时间的军训，我深刻体会到了一些军训方法的重要性，并总结了一些心得体会，我愿与大家分享。

首先，在军训中，主动适应环境是必不可少的。军训地点通常是户外，环境条件相对较为简陋，这对于大部分学生来说是一个巨大的挑战。然而，一个合格的军人必须能够在不同的环境下适应并应对各种复杂情况。因此，我们在军训期间要保持积极的态度，调整好心态，主动适应环境，通过与环境的接触和磨合，增强自己的心理素质和适应能力。

其次，军训中的集体荣誉感是非常重要的。在军队中，注重的是整体的利益和荣誉，每个人都要为集体的成功而努力。同样，在军训中，集体荣誉感也是我们要培养的重要品质之一。只有树立正确的集体荣誉感，才能够更好地与队友合作，共同完成各项任务。在军训中，我们要时刻记住自己是一个集体的一员，时刻以集体的荣誉为荣，以集体的利益为先，这样，我们的军训将会更加顺利。

再次，军训中严格的纪律要求是必须遵守的。纪律是一支军队的灵魂，也是我们成为合格的军人的基础。在军训中，纪律是最为重要的训练内容之一，而我们作为军训对象，必须在严格的纪律要求下训练自己。我们要学会遵守规章制度，自觉服从指挥，严格要求自己的自律性，在军训中做到无条件服从和忍受。只有这样，我们才能够锻炼出纪律性和顺从性，成为真正的军人。

此外，军训中的团队合作是不可或缺的。在军训中，我们通常要进行各种各样的团队活动，通过团队活动来培养学生的团队协作能力。在团队合作中，每个人都承担着不同的角色和任务，只有大家同心协力、密切配合，才能取得胜利。在军训中，我们要注重沟通交流，加强团队的凝聚力和默契，能够做到互帮互助，相互支持，这样我们才能够将个人的力量最大化，使整个团队更加强大。

最后，军训中要有勇于克服困难的精神。军训是一项考验个人意志和毅力的训练，往往会遇到各种困难和挑战。在面对这些困难时，我们不能退缩或逃避，而应该勇于面对，坚持下去。只有克服困难，才能够获得成长和进步。通过军训，我深刻体会到了困难意味着新的机遇和挑战，只有勇敢去面对，才能够超越自我。

总之，军训是一段难忘的经历，通过这段时间的训练，我深刻体会到了军训方法的重要性，并总结了一些心得体会。我明白了适应环境、树立集体荣誉感、遵守纪律、团队合作和勇于克服困难的重要性。这些经验和体会，不仅能够让我在军训中受益，更能够应用到今后的学习和生活中去。我相信，在今后的学习和工作中，这些宝贵的经验将会成为我不断进步和成长的动力。

**军训服心得体会总结篇七**

时间就这样悄无声息的从我们身边流逝，但这段美好的时光将永远铭刻在我们每个人心中新的学期意味着新的开始，但大学却意味着我们人生道路的一次转折.我们来自五湖四海，为了一个共同的目标而相约在此，一个对我们来说陌生的校园.每一张面孔都未曾相识，每一种声音都各有特色，我们对校园的一切和彼此之间都充满了新奇，因为我们未曾了解对方.我感谢学校给我们一次锻炼自己考验自己的机会，也给我们新生之间相互了解的环境.

总而言之这八天来我们的心情如同天气一样反复无常，也是在埋怨中渡过的.但我们的教官不也是和我们一样经历着考验吗?但却未曾听到过一句怨言，每当训练时我们总会以教官为榜样，在心中暗暗对自己说;“教官和我们一样都是学生为什么我们不能做好呢?有时也希望自己来年军训的时候还会出现我们的身影，但不是学员，而要做教官.

**军训服心得体会总结篇八**

军训演练是大学生活中一段非常特殊而难忘的经历，通过一系列严格的训练和演练，我们得以锻炼身体，培养纪律意识，增强团队合作能力，同时也收获了许多宝贵的体会和感悟。在这篇文章中，我将总结我在军训演练中的心得体会。

首先，在军训演练中，我深深体会到了身体的重要性。通过长时间的站立、军式操、长跑等训练项目，我的体力逐渐得到了提升。在演练中，我们往往要进行连续几个小时的操练，这时候就要依靠良好的身体素质来支撑。通过军训演练，我对保持健康的体魄有了更为深刻的认识，也明白了身体的健康是成功的基础。

其次，在军训演练中，我学会了正确的纪律观念和行动规范。军事训练中，军官们要求我们严格遵守纪律，要求我们集中精力、服从指挥，并且要求我们保持良好的心态和令行禁止的态度。这些要求对于我们在日常生活中养成自律、守纪律的习惯非常重要。通过观察和学习军官们的行为和态度，我认识到了纪律对一个人的影响是巨大的。

此外，在军训演练中，我也体验到了团队合作的重要性。在同一个排、同一个连中，每一个人都有自己的分工和任务，只有团结协作，默契配合，才能完成各种训练项目。通过一系列合作训练，我懂得了团队的力量，明白了团队合作的重要性。同时，我也在团队中感受到了集体荣誉感的快乐，这种快乐是个人单打独斗所无法替代的。

再则，在军训演练中，我还学会了坚持不懈和拼搏奋斗的精神。在军训过程中，几乎每一天都是训练的日子，身体的疲惫和压力的积累让我不时感到颓废。但是，我学会了逐渐克服这些困难，坚持下去。我明白，只有坚持不懈，才能赢得胜利。努力和拼搏，是军训给予我们最宝贵的财富。

最后，在军训演练中，我收获了一个更加坚毅和自信的心态。每一次的训练和演练都是一次对自身的挑战，也是一次对心态的考验。我意识到，只有保持积极向上的态度，才能战胜困难，取得进步。在军训中，我学会了自信，我相信只要我愿意去努力，没有什么是我做不到的。

经过军训演练，我深刻认识到军训对我们的意义和价值所在。它不仅仅是一种体能训练，更是一种品德修养和思想境界的锻炼。通过这段特殊而难忘的经历，我变得更加坚强、自信、自律，也深深感受到了团队合作和纪律的重要性。相信这些宝贵的体验将在我未来的生活中起到重要的推动作用，使我成为一个更加优秀、坚强和自信的人。

**军训服心得体会总结篇九**

终极目标，一切训练和工作都围绕此目标展开。空谈无益，只有实干，必须付出血和汗的代价才能取得成绩。打靶、队列、战术等指标都是一目了然，无须浮夸，不能粉饰。

令我感触较深的是，现在机关上已经不再鼓励“带病坚持工作”，而部队仍在提倡“挺一挺”的精神，不准随意请假。他们的理念是：平时都不能咬牙坚持，还何谈战时的流血牺牲、为民奉献。我们参训的第一个星期，时逢流感肆虐，一传十，十传百，加上训练强度异于常人，拉伤韧带的有之，肌肉撞伤的有之，头痛拉稀的有之，痔疮肛瘘的有之，至于鼻涕口水，好在还有一身能默默承受一切的迷彩服……一时间伤兵满营，士气大衰。我们喊苦喊累，但没有一个人愿意退出，因为这是勇气和意志的较量，谁也不愿当懦夫。说实话，我在部队时闹了两天肚子，就亲身体验到了裤裆里兜着一包东西奔跑的滋味。为了避免不雅，只好省略细节。

通过军训期间的锻炼，增强了求实、拼搏的意识和不惧困难的勇气，使我体会到：命运全在搏击，奋斗才有希望；失败只有一种，那就是放弃努力！位列全球四大金融公司之一的美国摩根斯坦利公司，每年新招聘的员工都要参加海军陆战队的残酷的体能训练，结业的时候教官说：“从今天开始，我相信你们能够承受未来将要发生的一切。”我将以此自励，面对挑战。

二、“纪律中有无穷的战斗力”

先说明一下，这个标题来源于一首军歌的歌词。军歌往往是军人核心价值观的凝练表达。它可以起到统一思想、鼓舞士气、抒发感情等等作用。在部队里，我们每天最低限度都要唱五遍以上的军歌，喊“番号”（就是我们常听到的`1—2—3—4和最高首长的训令）那就不计其数了，只要音量比不过其他连队，那可就惨了，站军姿、喊番号、跑操场、推迟吃饭时间…有的是硬招对付你，而且针对的都是整个集体。不跟你讲道理，也不跟你讲生理卫生，嗓子哑了只能自己解决，（军人服务部的“金嗓子”和“西瓜霜”一度脱销）但绝对不允许出工不出力。这样一来，南郭先生无所遁形，滥竽充数销声匿迹。

军队讲求集中统一，不讲等价交换，以服从命令为天职，对上级的命令，绝无讨价还价的余地，必须无条件坚持执行。纪律严明、令行禁止，是军人的第一要义，是军队的生命所系。

秩序，是理性的选择，是一个社会健康发展的保障。法治社会、和谐社会强调的都是一种秩序。军队的秩序性是最为突出的。囿于思考的深度，在这里对它的纪律严明、步调一致、令行禁止、团队精神、拼搏精神、政治教育的经常化等等优点和可移植性以及集中、刻板、缺乏创造等弊端及辩证关系不作讨论。我想说的是，军营锻炼让我震憾、给我启发最大的有一点，那就是它的思想和行为具有高度的指向性和确定性。也即是人民军队因应当代新军事变革而提出的两大主题：打得赢，不变质。我最看重的就是每个人都为了一个共同的目标而努力的态度和由此表现出来的勇往直前的精神，而且他们行为的驱动力普遍是出于一种自觉、一种需求。追求真理也应该有这样的精神。说到精神，又不禁想起国民性格、中国足球的疲软等现象及其根由，还是就此打住。

三、“团结就是力量”

这同样是一句歌词。这首歌人人都会唱，而我感觉通过。

军营的锻炼，对“团结”和“大局”的体认可能会更加深一层。军人崇尚集体主义,思考问题总是从整体的角度出发,这既是传统,也是需要。比如队列训练讲究整齐划一，步调一致，一人出错，影响全局。至于战时，那就更需要张扬集体主义的大旗，才能在关键时刻为了国家利益、民族大义而舍生忘死。通过与战友们朝夕相处，一起学习、生活、训练，相互尊重，相互信任，团结互助蔚为风尚，集体荣誉感和大局观念得到了增强。这种团队精神的打造，友情的培养，完全是由汗水凝成，是无法用金钱来衡量的。而团结要靠共同的信念来凝聚，所谓“兄弟同心，其利断金”。总之，团结是大道理，不团结就没道理。

四、动静之美，尽显风流。

军旅中有异于地方常态的整齐之美、节奏之美、和谐之美、静穆之美、迅捷之美。这些都要通过每个人的努力、日常的养成、点滴的积累才能达到。为了实现这些美，说是尽显风流，却着实让我们吃尽了苦头。练正步时的“出腿一阵风，落脚一个坑”；出早操时的披星戴月、寒气袭人；紧急集合时的肾上腺激素猛增；雄浑的番号声、靶场上密集的枪声以及激越的军号、铿锵的步伐、挥汗如雨、摸爬滚打、严厉的教官、幽默的战友……所有的一切，都在我心中永远定格，以至于直到现在，还会时常在梦里听到似乎有一种奇怪的东西在召唤我，隐约间枪声大作、人喊马嘶，使我热血沸腾，摩拳擦掌，准备冲锋！凝神细听，原来是远方的军号与我产生了心灵感应。

文档为doc格式。

**军训服心得体会总结篇十**

军训的开始，对于我们这些即将踏入大学阶段的学子来说，是一种新的挑战。初来时，我们有些许紧张，对军事化管理产生了一些担忧。然而，通过军训的亲身体验，我们逐渐明白了军事化管理的必要性与重要性。我们意识到军训是为了增强大家的集体观念和团队合作精神，确保大家在面对困难时能够互相帮助、团结一致。在这种氛围下，我们学会了如何迎难而上，努力克服自己的困难，受到了全方位的锻炼。

段二：艰苦训练，身体与意志的双重成长。

军训期间的训练，无论从体力上还是意志上，都对我们造成了巨大的压力。刺激的晨跑、艰苦的体能训练，每一次都让我们感到疲惫不堪，甚至有时觉得力气已经快耗尽了。但是，正是这些艰苦的训练，让我们的身体逐渐强壮起来，增强了我们的体质。同时，这些挑战也锻炼了我们的意志力，使我们能够在面对困难时坚持下去。军训的艰苦让我们更加明白，人的潜力是无限的，只有经历过挑战与磨练，才能获得真正的成长。

段三：团队合作，沟通与互动的重要性。

军训过程中，无论是操练、练习跑步还是进行各类合作项目，都需要我们与他人紧密地配合和互相支持。各种任务让我们明白，团队合作是获取成功的重要因素之一。只有通过良好的沟通与互动，我们才能更好地完成任务，取得胜利。这其中既有交流能力的培养，也有对团队精神和合作意识的塑造。通过与不同背景的同学交流互动，我们不仅增进了感情，也拓宽了我们的视野，更好地适应了大学环境。

段四：锻炼自我，培养坚毅的品质。

军训是一种对人体、意志和心智的全面锻炼，使我们逐渐培养了坚毅的品质。在漫长的军训过程中，我们要经历大量的反复练习和无数次的重复劳动，往往枯燥乏味。然而，正是在这种不懈的努力中，我们慢慢磨炼出了坚持到底的毅力，不轻易放弃的精神。我们也逐渐培养了对吃苦耐劳品质，面对任何困难都能坚决克服。这种坚毅的品质将为我们未来的成长与发展奠定坚实的基础。

段五：收获感悟，以军人的姿态迎接未来。

军训结束后，回顾这段历程，我们不仅收获了体力上的成长和对集体合作的认知，更懂得了生活中的坚毅和勇敢面对挑战的勇气。我们用汗水换来了成长和提升，更意识到我们是大家庭的一员，要为每个人负责、为大家献出自己的力量。这种军人的姿态，将伴随着我们走向未来。我们要迎接大学的新挑战，乘风破浪，追逐梦想，不断奋斗，为自己和国家做出更大的贡献。

总之，军训是一次全面的体能、心智和团队合作的锻炼。通过这段经历，我们收获了许多宝贵的财富，不仅是对个人能力的提升，还有对集体与社会的更深层次理解。军训结束后，我们将带着收获和成长，迎接大学的挑战，迈向更加美好的未来。

**军训服心得体会总结篇十一**

记得五年级的时候，我们去紫帽山劳动技术教育基地军训了一周。

在去的这五天里，让我印象深刻。虽然只去了五天，但是总觉得好长好长。

一开始，我怀着激动的心情去那军训，心想着，可以放松一下，可是却于我想象的截然不同。

当我穿着松长的军服，第一天就模模糊糊地开始了。站在被火辣辣的太阳烤得要烧焦的操场上，汗水慢慢地流下来了。第一天很不顺利。

随着“叮叮”的哨声，我睁开了惺忪的眼睛，时间太紧迫了，差点儿都来不及集合，下午一直在训练，晚上头发又没干。第一天和第二天的我，提前了半个小时起来，做事快了许多，不会再给大家拖后腿了，第三天总觉得有了一丝希望。

要回去了，这已经是最后一天了，眼泪不停地抽打着，不愿意回去，因为在这里的`回忆都对我人生很宝贵。第五天恋恋不舍。

去军训我懂得了：阳光总在风雨后。

**军训服心得体会总结篇十二**

在这短暂的五天里，我们尽情地磨练自己，挑战自己，严格要求自己。

军训期间开展的一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实际工作中的重要性;立定、稍息、原地转向、齐步走、跑步走和正步走等训练项目，让我们体会到了在建设新世纪的社会主义现代化事业中必须具备艰苦奋斗、吃苦耐劳的优良传统。严格的管理、严谨的训练也增加了我们的自我约束力和时间观念。

军训是酸的。每天我们连续训练两个多小时，昂首，挺胸，这些是最基本的要求。不用一天的时间，脖子、肩膀、手腕、腿都酸了。

军训是苦的。经过了三天的训练，腰酸背痛不用说了，大腿更是连走路都忍忍作痛。可这么一些劳累算得了什么呢?忍着痛，我仍尽力地将每一步走好，坚持到最后，虽然这当中包含着多少的艰苦。

军训是辣的。严明的纪律，在军营生活中必不可少，一不留神听错教官的口令或者完成不好标准动作就要被点名单独出列加操，脸上火辣辣的滋味真的不好受。

军训是甜的。用“苦尽甘来”四个字来修饰军训很合适。五天的刻苦训练终于换来了第五天，也就是最后一天。

阅兵场上，一排排整齐的“立”在上面的是一片绿色，太阳此时很准时地从地平线上升起，从山的顶部蹦出，发出耀眼的光芒，一缕缕阳光洒在这一排排迷彩上，形成了一道奇异的风景线，为这个世界增添了生机与活力。

一声声哨响，一阵阵踏步声，一句句口令声，奏出了属于军人的气质，奏出了军人的灵魂，更奏出了迷彩的本色，一顶顶帽子，一条条腰带，一套套军装，穿出了军人的生活，穿出了军人的习惯，更穿出了迷彩的本色。

有序的“1，2，3，4…”的呐喊声中，新高一的军训正式拉开了帷幕。大家站成有序的方队，在烈日的照射下，开始了新的征程。

军训是一种意志上的磨练。在军训中我们懂得了坚持，学会了专注，更明白了团结真正的含义。我们如同小鹰在被丢下悬崖的霎那学会了飞翔，就如丑小鸭在颠沛流离中变成了白天鹅，我们长大了。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那英勇挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。每一件事情要成功都不是那么容易的，要成功就要付出汗水，要成功就要经受住一次又一次的考验。不轻言放弃，这是一个军人拥有的品质，也是我们应有的品质。

还记得同学说，我正在用我的汗水给花草浇水呢!是的，我相信这些花草在我们的汗水的灌溉下一定会长的更加强壮，更加经得起风吹雨打。

**军训服心得体会总结篇十三**

高中生活的第一课就是军训。这是我第二次参加军训，初中时，我一天体验了一次，但重新体验又有心的感悟。

都说军训既艰苦又枯燥，有些人很抵触。我认为军训使非常有意义的。军训，是苦中作乐生活的缩影。人生路上的艰辛比军训艰苦百倍，如果我们连这一点点小磨难都驯服不了，怎么走向社会，怎么走接下来的人生路，怎么担起作为子女的责任，怎么担起作为丈夫的责任。

走入军训，才深刻体会到到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那应用挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。操场上教官严肃的口号声，同学的整齐的走步声和嘹亮的军歌声，不正式在演绎我们如梦的青春么?都说，保剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。吃的苦中苦，方为人上人。是军训，让我们拥有战胜困难的勇气;是军训，让我们懂得团结互助;是军训，开启了我们辉煌的青春。

谁是最可爱的人啊，是军人，他们的言谈举止，都成为我们消防的榜样儿军训有让我们向军人迈进了一步，我们应该抓住这次难得的机会，积极投入到军训当中去，让我们的毅力和体魄得以锻炼，这样才有资格成为未来世界的继承者和接班人。

虽然军训使我们感到疲惫，但我的心理应该为自己感到自豪骄傲。为我们再炎炎烈日下挥洒的汗水而自豪，为我们能够坚持不懈的战胜自己而骄傲。

**军训服心得体会总结篇十四**

军训作为大学生活中的一部分，旨在培养学生团结协作、遵纪守法的精神和能力。作为参与者之一的教师，我深知军训对学生的意义重大。在这次军训过程中，我不仅观察到学生们的成长，也收获了一些宝贵的体会和心得。下面我将结合自己的亲身经历，总结教师在军训中的心得体会。

第二段：培养学生的纪律和组织能力。

军训中，学生需要严格遵守规章制度，服从指挥，这是培养学生纪律和组织能力的重要环节。作为教师，我们应该带头遵守规定，严肃认真地执行指令。通过我们的榜样作用，学生才能对军事纪律有更深刻的认识，并从中受益。同时，我们还应该在日常教育中注重培养学生的组织能力，鼓励他们在军训中担任一些小组组长或口头传达员等职务，锻炼其管理和组织团队的能力。

第三段：关注学生的心理健康。

军训环境相对严苛，对于某些身体素质较差或心理脆弱的学生来说，可能会带来一些困扰和挑战。作为教师，我们应该时刻关注学生的心理健康。在平时与学生交流的过程中，要细致观察每个学生，了解他们的情绪和心理状况，及时给予关怀和帮助。同时，我们还应该教导学生正确的心理调适方法，帮助他们积极面对困难和挫折，增强心理的抗压能力。

第四段：激发学生的良好品质和团队合作精神。

军训中，学生需要在团队中紧密合作，相互支持，这对培养学生的团队合作精神和良好品质有着重要的作用。作为教师，我们应该从小事做起，培养学生的互相帮助和关心他人的意识。在军训过程中，我们还可以设计一些团队合作的活动，让学生们共同完成任务，从而提高他们的团队合作能力和责任感。同时，我们还要激发学生团队合作的热情和自信心，通过一些表彰和奖励措施，鼓励他们争做优秀的团队成员。

第五段：引导学生将军训经历转化为人生经验。

军训是一次锻炼学生意志和心理素质的过程，作为教师，我们应该引导学生将这个经历转化为人生经验。在军训结束后，我们可以与学生进行总结交流，让他们回顾整个过程中的收获和成长，从中发现自己的不足之处，并为今后的人生道路做好准备。同时，我们还可以引导学生将军训中培养的纪律性、组织能力和团队合作精神运用到日常学习和生活中，提高自身的整体素质和发展潜力。

结尾：

总之，军训对学生的各个方面都有着积极的影响。作为教师，我们应该在军训中认真履职，注重培养学生的纪律和组织能力，关注学生的心理健康，激发学生的良好品质和团队合作精神，并引导学生将军训经历转化为人生经验。相信通过我们的共同努力，学生们会在以后的学习和生活中不断成长和进步。

**军训服心得体会总结篇十五**

军训是每个大学新生入学的必修课程，也是磨炼意志、锻炼身体的最佳机会。作为大学新生的我，经历了长达一个月的军训生活，不仅收获了身体上的锻炼，更重要的是收获了成长和改变。在这一段时间里，我收获了很多，体会了很多，下面我将总结出这次军训的心得体会。

第二段：融入集体，发扬军人精神。

军训期间，我们成为了一个集体，所有的个体融入其中，共同度过了这段艰苦的时光。我们相互激励，互相帮助，形成了浓厚的集体氛围。这让我深刻体会到集体的力量是无穷的，只有团结一心，才能战胜困难。军训中的队列训练更是教会了我服从和纪律的重要性，只有有条不紊地完成任务，才能取得胜利。这种军人精神将伴随我一生，使我在今后的学习和工作中都能保持积极向上、严谨认真的态度。

第三段：锻炼身体，增强意志。

军训期间，严苛的体能训练让我感受到了自己的身体潜能。在连续高强度的跑步、爬山、体能拓展项目中，我克服了许多自身的困难和不足。每天的训练也让我对自己有了更深刻的了解，学会了如何合理安排时间、注意饮食和休息，提高了对自己身体的管理能力。同时，长时间的训练也锻炼了我的意志力，让我变得更加坚强，面对困难和挫折时能够坚持不懈，迎接挑战。

第四段：感悟军人精神，践行价值观。

军人精神以其坚毅、坚韧、不屈的品质，以及对集体荣誉、国家安全的高度忠诚，成为了我们值得学习和效仿的品质。军训期间，我亲身体验了军人的战斗决心与拼搏精神，深刻感受到了自己为国家、为他人付出的重要性。我明白了作为一名大学生应该有的爱国情怀，以及对集体和他人负责的责任感。在今后的学习和工作中，我将时刻保持这份责任感，严格要求自己，为集体的荣誉和社会的进步贡献自己的力量。

第五段：展望未来，继续前行。

军训虽然结束了，但我知道这只是成长的开始，将继续面对更多的挑战和困难。我会用军训期间学到的经验和收获，在今后的生活中继续坚持并发扬。我将努力提升自己的综合素质，不断学习和进步，努力成为一名对社会有用的人才。同时，我也会时刻关注国家和社会的发展，积极参与公益事业，为建设美好的社会贡献自己的力量。

总结：通过这次军训，我不仅锻炼了身体，也获得了成长和收获了许多宝贵的经验。军人精神将成为我一生的指引，我将在今后的学习和工作中，坚持奋斗、锲而不舍，为自己的梦想和社会的进步而努力。虽然军训结束了，但我们将继续前行，走向更加美好的未来。

**军训服心得体会总结篇十六**

导言：

军训是大多数学校开学之际的一项重要活动，也是学生们接触军事、加强体能锻炼和塑造坚强意志的重要机会。作为教师，我们应积极参与学生的军训活动，并通过亲身体验来总结心得体会。在这里，我将分享我在军训中得到的一些宝贵经验。

第一段：明确目标，激发学生动力。

军训是锻炼学生体能、培养集体纪律和团队合作精神的重要途径。作为教师，我们需要明确军训的目标，并激发学生参与的积极性。在军训前，我通过与学生进行有效沟通，向他们传递参与军训的重要性，并与他们共同制定个人和集体的目标。通过设定目标，我发现学生们更加主动积极地参与军训活动，增强了他们的团队意识和合作精神。

第二段：注重细节，确保安全。

军训是一项具有较高风险的活动，安全问题是我们关注的重点。作为教师，我们要时刻关注学生的安全，做到心中有数。在军训期间，我注意观察学生的身体状况，及时发现和处理可能存在的健康问题。同时，我还与学生一起制定安全规则，确保他们了解和遵守各项安全措施。通过这些细致的工作，我保证学生在军训中能够安全、健康地成长。

第三段：注重师道尊严，树立榜样形象。

作为教师，我们在军训中要成为学生的引领者和榜样。我始终坚持师道尊严，严格按照规章制度要求执行任务，保持军事纪律。同时，我积极参与学生的活动，与他们一起训练、吃饭、休息。通过亲身实践，我向学生们展示了一个敬业、负责、有担当的教师形象，树立了良好的榜样。

第四段：注重团队建设，培养集体凝聚力。

军训是一个培养学生团队合作意识的重要机会。作为教师，我们要注重团队建设，培养学生的集体凝聚力。在军训期间，我组织学生进行各类集体活动，如拉练、串课等，增加他们之间的互动和合作。同时，我鼓励学生互相帮助，形成互助习惯。经过一段时间的训练，我发现学生们之间的关系更加和谐融洽，团队凝聚力得到了有效提升。

第五段：注重感悟总结，提升教育效果。

军训不仅仅是对学生进行体能锻炼，更是一次对他们个性、意志力和团队精神的磨炼。作为教师，我们要时刻关注学生在军训中的成长和变化，进行感悟总结，并根据总结的经验来提升教育效果。在军训后，我与学生展开了一次深入的讨论，听取他们对军训的反馈和体会，从中受益匪浅。通过这次交流，我更好地理解学生的需求和困惑，为今后的教育工作提供了有益借鉴。

结论：

通过参与军训活动，教师可以深入了解学生的需求，关注他们的成长，并通过注重细节、树立榜样、团队建设等方式提高教育效果。同时，教师自身也能从军训中受益，不断提升教育教学水平。希望每一位教师都能深入思考军训心得体会，用心总结，为学生的成长和发展贡献自己的力量。

**军训服心得体会总结篇十七**

突然想起了同学的一句话：“军训是一场梦，梦醒了我们还在学校”。也许这其中流露的或多或少都有对军训的留恋之情吧!

对于很多有幸参加过军训的人来说，军训的确是人生中一次难得的考验和磨励，军训不但培养了人吃苦耐劳、艰苦奋斗、永不放弃的精神，更磨练了人坚强的意志。军训，是我们人生中浓墨重彩的一笔，它教给我们的一切会让我们终身受用。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤……”。在这次的军训中，我才真正体会到了什么是“苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望。教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。教官也很可爱，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌、聊天，一起体会军营生活的严肃与乐趣。

在这短短的十几天里，我们晒的很黑，并且我们那套军装在这么长时间中没有洗过一次，表面都有一层厚厚的污垢和尘土，还有汗渍等等，说实在的，以前从没有把一件衣服穿这么脏，现在回想起来，觉得非常有意义。在军训时，我不但学到了一些基本的军事技能，如站军姿、三大步伐、敬礼、军体拳等等，而且还学会了好多首军歌，知道了如何整理内务，收获了一段难忘的友情和回忆。在八达岭，可以说是我上大学以来最有规律的生活作息，每天都是那么的充实、脸上总是流露着由衷的喜悦。

在这次军训中，我懂得了：用心的投入去做一件事情，总会有很多点点滴滴的收获。训练中，看似简单的站立动作原来是那么的累，会让你有无数次产生偷懒的想法，但在激烈的思想斗争下，我还是选择了一丝不苟的.做完，当坚持下来的那一秒，身体上的痛苦并不能遮挡内心的喜悦;在宿舍，原本很简单的叠被子却需要自己全神贯注的叠半个小时甚至更长，在那里，我第一次因为叠被子而流汗，在叠被子时，我深深是体会到了同学戏说的：“叠被子不但是个技术活，更是个力气活”，但在看着自己叠好的“豆腐块”时，也有一种巨大的成就感。我想，我们所做的每一件事情都不会是表象上的那么简单，只要认认真真，争取做得更好，我们都会有不一样的收获。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何叠被子，而是告诉我们脚踏实地认认真真一丝不苟是一个人不可缺少的精神。

现在，军训已经成为了永久的记忆，纵使它有千百般的美好，无论它教给我们多少让我们终身受用的东西，它都已经过去了，再也无法再次拥有了。有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

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