# 最新军训理论课心得体会论文(五篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-12-21

*军训理论课心得体会论文一军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道秀丽的风景线。我们穿上军装，由原先的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原先的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛...*

**军训理论课心得体会论文一**

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道秀丽的风景线。

我们穿上军装，由原先的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原先的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的`部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士打靶把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。

在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透;我们为了把动作练整齐，反反复复地练;明白全身酸痛;我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的完美回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。在军训中，我最喜欢的是军姿，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。

军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。

如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我最后体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，留意翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层……

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在那里受苦也不愿意回家。

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最秀丽的回忆!

**军训理论课心得体会论文二**

金秋九月，硕果待收。在这个收获的季节，我步入了大学，开启了未来四年的学习生涯。

步入大学的第一课——军训。军训，是一个大学新生的必经之路，同时也是极为重要的第一课。正所谓吾辈当自强，炎炎烈日岂能阻挡大一新生的热情。

军训的第一天，辛苦是必然的。动作的生疏，体能的不适应，这无疑是给训练带来了一定的难度。但是，坚持到最后是绝大部分人都能做到的。在太阳底下，同学们在教官的监督下站得笔直，个个昂首挺胸，教官响亮地说：“大家站好了，如果有身体不舒服的喊报告……”可能是因为第一次训练，队列难免不太整齐，但是，不难看出，每个人都想尽力做到。

今天，我们听到最多的话就是“安全”。军训重要，但安全更重要。军训于我而言，就是要把搞好军训和学习人民军队优良传统作风结合起来，作为参训学生，我应该从思想上高度重视，提高认识、端正态度，在行动上以一个军人的标准要求自己，积极参与，把军训看作是一次难得机会，像军人一样生活，像军人一样思考，像军人一样训练，在艰苦的训练中磨炼自己，提高自己，使自己终身受益！

吾辈当自强，要让青春之花绽放在这一段有意义的军旅体验中。接下来的军训，应该要以严谨、认真的心态来对待。希望接下来，自己能坚持下去！

**军训理论课心得体会论文三**

时间像流水一样匆匆流过我们的手指。我们的暑假快结束了，我们迎来了初二的军训生活。

一大早，我走出家门，鸟儿在树上啁啾，公公孙露出羞涩的面容。他走进教室，仍然在熟悉的环境中。想起去年的时候，我们坐在这里，一个个懵懂无知。现在我们已经成为二年级的学生了。时间过得真快！我不禁感慨。

我们聚集在操场上，吴校长宣布了开幕式，并给我们分配了教官。好在我们的教官还是原来的程教官。当我们到达指定位置时，我们的军训生活开始了。整理完队伍，我们开始以军人的姿态站起来。军人站姿的要点是双臂并拢，中指放在裤子里，挺胸抬头，微微前倾。

以军人的姿势站了才五分钟，身体就开始发麻，汗水像断了的珠子一样流了下来。教官也看到了我们这一刻的不适，考虑到我们暑假的状态，让我们换个自己的位置。站在军姿后，我深吸了一口气，心想：终于到学校了，可是科长说我们还要多跑两圈。我们跑到第一圈的时候还可以，但是到了第二圈的时候，我的腿开始酸痛，呼吸跟不上了。为了适应军训，假期晚上一直坚持跑步，但还是觉得有点累。最后跑步后感觉身体素质还是太差，以后还是要定期锻炼。

鲍剑锋是磨练出来的，梅花香来自苦寒，军训生活是一种人生体验，一个战胜自己和锻炼意志的机会，我坚信坚持就是胜利，风雨后总有阳光。所以，虽然身体很累，心里有说不出的喜怒哀乐，但是我们很快乐。

**军训理论课心得体会论文四**

寒潮来袭，午夜时分，我怀着惆怅的心情缩在被窝里写我的军训第一篇感想。

严格来说，今天写军训的第一篇感想并不是很合时宜，因为今天并未开始军训。但就好似每本书都有一个前言，每部电影开始前都有一个片头，这篇感想便当作军事之旅的前言、片头、绪章。“一切伟大的行动和思想，都有一个微不足道的开始。”我们可以不伟大，但必须学会开始，虽军训是一种义务教育，纵使我有万般地不情愿，也要去接受它，习惯它，并从中学到东西，使军训变得有意义。

今天最主要的内容是整理内务，简单的四个字我却用了两天的时间去执行，最后还不合格，虽然明天可能内务还是会被扣分，但“我已尽力”。为了抠掉一个钩子，用刀撬，把刀撬断了，用指甲抠，指甲抠没了，用火烧，有一点点用吧，把边缘烧热后抠开，再用力扯下来。

再来说说我的期望吧。对整个军训过程，我只希望顺利平安。对于我自己，我不求能从中获得什么重要的人生哲理，只希望我能将自己想要什么想得更加清晰，希望我不会偏离我的行事原则，不会做鲁迅笔下的旁观者。既有写感想的机会，那边多多反思和自省吧！

对于明天的军训，我有这一分期待两分忐忑七分随遇而安。

还是有一点小私心，希望自己能开心。

**军训理论课心得体会论文五**

今天是军训的第二天，军训的征程又开始了。刚到教室就赶出来集合全队。教官的大嗓门在我们耳边响起：“排好队！”感谢昨天的练习，今天我们在短时间内把队伍排整齐了。我们迈着整齐的步伐走到操场，站在操场上。我们像挺拔的松树一样整齐地排列着。按照教官的要求，一个个昂着头，双手压在裤子上，脚尖分开60度左右，教官喊：“左转，右转，敬礼等。”我们按照教官的指示反复练习每一个动作，一动不动地站在操场上。虽然累，但是没人动。

我的腿还疼！教官示范，让我们练习下蹲：喊“一”的时候，右脚向后移动一步；喊“二”的时候，中指顺着裤缝滑下去，然后把手放在膝盖上。我看了看左右两边的同学，大家都很认真的坚持练习。有时候我想退缩，但是我觉得是时候训练我们了，我不能放弃。

这没什么。在这么多的练习中，急行军的训练非常简单。要求如下：手一定要半握拳，先出右手，再出左手，目视前方。按照教官的要求，我们一遍又一遍的重复无聊的动作，用尽全力的喊叫，却还是得不到教官满意的微笑。在烈日下，无论出多少汗，在严格的要求下，我们手脚酸痛，不能停止训练。看到我们整齐的步伐，老师们也很高兴，这与我们之前的懈怠和懒惰形成了鲜明的对比。

军训丰富了我们的独立性，让我们快速成长，像五味，酸、甜、苦、辣、咸。不管我们有多累，我们都必须坚持做好一件事。

今天，经过一天的训练，我很累但很开心！

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！