# 202\_年军训的感悟(优质15篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-08-05

*心得感悟是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。军训的感悟篇一星期一的早晨，当我刚刚睁开朦胧的睡眼时，一阵阵鸟鸣就...*

心得感悟是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

**军训的感悟篇一**

星期一的早晨，当我刚刚睁开朦胧的睡眼时，一阵阵鸟鸣就在我的耳边回荡。推开窗帘，一缕阳光照在我的被子上，让我感到万分惬意。但是，我身子上的大脑马上又变得兴奋起来，因为，我得去参加军训了！

军训意味着什么？吃苦、磨砺品格、增强独立能力。我打了一个哈欠，一个鲤鱼打滚立刻就翻身起床。七点半时，我背着沉重的旅行包，站在家的门口，准备迎接五天的训练。走之前，我望了望我的书房、电脑房、餐厅等等，毕竟，我有五天要跟它们再见了！不过，一看到妈妈和爸爸，我的心里就一阵麻木，好似有什么东西堵住了似的，一句话都说不出来。我唯一能做的，就是向爸爸妈妈投来我那带着一丝忧伤的表情，嘴里挤出几个字眼：”再……见！“身后的电梯打开门了，我也不想走进去，只想留在家中，不想离开。好半天才走出家门。

但是一到学校，那种低调的心情马上就激动起来。看到同学们一个个笑容满面的样子，还有同学们搞恶作剧的场面，我的情绪也从悲不由自主地变到了喜。吃着丰富的早餐，我忽然感觉面包显得无味，天空飘过几片洁白的孤云。哦！原来我的心已经飞到了西丽麻磡，准备在军训中大干一场了。啊哈！我准备在军训中摇身一变，变成一名训练有素的小军人。

听到上课铃，我们立刻就紧张起来。一个个坐得笔直，尽量将旅行包缩小一些，好坐得更好。忽然，一位穿着浅绿色军服的军人走了进来，当初我们的脑子似乎像被什么东西挨了一拳一般，吓得一时喘不过气。这是一位长得很帅的教官，他戴着一顶不算很高的军帽，浓浓的眉毛下有一对炯炯有神的眼睛。他的眉头经常向内收缩，并皱起眉头。手和脚都像是尺子一般，笔直笔直，挑不出任何毛病。他的胳膊肘下边夹着一本花名册，是专门用来核对我们的名字或进行其他活动所需。他手里的哨子总是一圈一圈地在空中甩动着。他，就是我们为期五天军训时的教官——李教官。

当我们的大巴发出”嘟“的停车声时，就表明我们已经来到了军训基地。这是一个不算太大的基地。它被群山和树木围绕在一起，隐隐约约地摆在我们的眼前，好似一块小型的森林。中间有一块和我们学校差不多的深绿色操场，踩上去软软的。而饭堂里的`饭桌和碗勺也都是整整齐齐地列在一排，上面还摆着许多貌似”手榴弹“的水壶，它们经常漏水，弄得你的裤子或上衣湿答答的。宿舍则是一个简易的木板房。里面的床分上铺和小铺，两个人睡一个床，一点都不会觉得挤。床上的床单被拉得像墙壁一样光滑，而军被的每一条边则需要像刀切了一般。操场上的同学们一个个都像树木一样，一动不动。真可用”草木皆兵“来形容！

在军训基地里，我们需要适应许多第一次：第一次离开家、第一次洗衣服、第一次体验军人的生活……而我们在这几天里，学会了军体拳：震撼人心的口号、规范的动作及有力的进攻。我们的马步似乎比以前更低了，时间也坚持地更久了；我们的拳头仿佛有一股力量一般，把以前软绵绵的手臂变成了坚硬的拳头；抬腿时坚持的时间也更长了，平衡能力也更强了。我们会自己洗衣服、叠军被等一系列的自理生活，让爸爸妈妈可以少费一点心。我们不会像以前那样，在家里充当”小皇帝“、”小公主“。而是用我们坚强的意志，去变成一个个小军人。我们那烦心的嘴巴闭上了、我们那好动的身体定住了。在任何场合下，我们都变得像一个个绅士和淑女一般，有着美好的品德与素质。

军训回来之后，我想告诉各位：我们长大了！

**军训的感悟篇二**

第一段：军训的意义（200字）

军训是每个大学生在入学后都必须经历的一段重要过程。它不仅是在提供学生基本军事素质的同时，也是一种磨砺意志、培养团队合作精神的机会。通过军训，我深刻体会到了军人的艰辛和奉献精神，并从中获得了许多宝贵的经验和体会。

第二段：锻炼意志和毅力（250字）

在炎炎夏日的军训场上，我们经历了长时间的体能训练和艰苦的训练任务。这不仅考验了我们的意志力，也锻炼了我们的毅力。尤其是在体能训练中，每个人都面临着自己的极限和疲惫，但我们学会了坚持，学会了超越自己。经过一段时间的训练，我的身体素质得到了明显的提升，更重要的是我学会了坚持不懈的品质，这对我今后的学习和生活都具有重要的意义。

第三段：团队合作精神的培养（250字）

军训不仅是个人的锻炼，更是团队合作的体验和培养。在军事训练中，我们需要时刻保持队伍的整齐和团结，时刻听从指挥和配合。这让我深刻感受到了团队合作的重要性，只有通过合作才能做到事半功倍。在与队友一起生活和训练的日子里，我学到了互相帮助、互相理解和互相信任的重要性。这些经验不仅在军训中有用，更在今后的工作和生活中发挥着重要的作用。

第四段：军人的奉献精神（250字）

在军训中，我深深感受到了军人的奉献精神。他们为了国家和人民的安全，不惜付出巨大的艰辛和牺牲。他们始终保持着坚定的信念，并以此为动力继续前行。通过亲眼目睹军人的各方面表现和学习他们的精神，我深刻认识到了为人民服务的重要性和奉献的价值。我决心将来为社会做出自己的贡献，发挥自己的优势，为国家的繁荣和人民的幸福而努力。

第五段：军训的收获和感悟（250字）

通过这段时间的军训，我不仅提升了个人素质和体能，更重要的是收获了珍贵的人生经验和感悟。我学到了坚持不懈、团队合作、奉献精神等许多重要的品质和价值观。这些都将成为我未来学习和生活的重要指导原则，帮助我克服困难和取得成就。军训给我带来了痛苦和汗水，但也给了我成长和收获。我相信这段经历将成为我人生的宝贵财富，让我在今后的求学和工作中取得更大的成功。

**军训的感悟篇三**

军训，要开学！在我们进入校园之前就知道的。很多同学说军训太累了，不想军训等等。我不否认。我有时候觉得军训会很辛苦。随着我们的不断交谈，我们迎来了为期五天的军训。

站在训练场上，面对从未谋面的教官，我很紧张，是的，我很紧张。为了人生中的一次重要经历。教官马上自我介绍，然后以军人的姿势站着。一开始我不习惯，因为我努力保持不动。虽然天体很热，但我们都坚持下来了，因为是军训。军训要学会吃苦。随着训练时间的延长，许多学生晕倒在地上。然而，休息过后，他们都继续训练。我觉得他们至少学会了坚持。在军训中，我们知道当兵的辛苦。以及士兵对自己的严格要求。

我们气喘吁吁的时候，教官告诉我们，你以军人的姿势站半个小时，我们就站一天，你就一直蹲20分钟。当时我们至少有一个小时，不能动。如果你动了，你会受到惩罚。所以，你很幸运能站起来。听到这里，我的焦虑少了很多，但我增加了对战士们的敬佩。他们的努力超出了我们的能力。他们有钢铁般的精神！随着军训的日益深入，学生们更加努力了，我们也更加热爱我们的班级。

因为这是我生命中宝贵的财富。

他会教我怎么成长！

**军训的感悟篇四**

军训，对于我来说，一直是一个陌生而严肃的词汇。当我报名参加大学军训时，心里充满了期待和紧张。刚开始的军训生活让我体验到了军训的艰辛和严肃，每天早上凌晨醒来，在教官的号令下开始集合，整齐划一的队形和规范的动作让我感到无比地自豪与自卑。

第二段：体能的提升与团队精神的培养

军训期间，除了严格的队列训练外，每天都会有体能训练和军事理论的学习。体能训练的严苛让我意识到自己身体的脆弱，但也激发了我不断超越自我的欲望。通过每天的晨跑、俯卧撑等体能训练，我感受到了自己的身体不断变得强健，个人的意志力和耐力也得到了极大的提升。在整个军训过程中，团队精神在我心中得以深深的扎根。每当队友们面临困难时，我们总是共同面对，互相鼓励，这样的精神力量使我们的团队更加紧密。

第三段：严格的纪律与自律的意义

军训的严苛纪律给我留下了深刻的印象。每天的作息时间、饮食规定、行动步伐等都有严格的规定和要求。这些规定看似繁琐，却培养了我严格遵守纪律的能力。遵守纪律意味着对自我的约束和对集体的尊重。在军训的过程中，我明白了纪律的重要性，不仅是对训练的要求，更是对自己的约束和成长的保障。同时，军训也教会了我自律的意义。自律是一种内在的力量，没有人监督时仍能自觉地按规定去做，这种力量让我感到无比强大。

第四段：团队合作与沟通能力的培养

在整个军训的过程中，我意识到个人的力量是有限的，只有和他人合作才能取得更大的成绩。每天的集合训练和队列行进需要密切的配合和默契，而这正是团队合作的重要性所在。通过军训，我培养了和队友之间的沟通能力，学会了如何合理分工、协作配合，形成集体的力量。团队合作的经验不仅对军训有用，也将对未来的学习和工作生活中产生积极影响。

第五段：军训的收获与成长

经过一个月的军训，我收获了很多，不仅在体能上得到了锻炼，更重要的是培养了坚持不懈的精神和勇于面对困难的勇气。我明白了只有付出才能有收获，只有经历风雨才能见到彩虹。军训不仅是对体力的锻炼，更是对意志力和毅力的磨练。在未来的生活中，我将用这些收获来面对和克服各种困难和挑战。军训的经历让我成长了许多，也让我更加自信地面对未来的生活。

总结：

回想起军训的日子，我收获了体能、个人品质和团队合作的提升。军训教会了我纪律和自律，让我明白了团队合作和沟通的重要性，最重要的是让我感受到了成长和进步的快乐。军训不仅是实现了大学梦想的一种途径，更是让我在团结、友爱和奋进中找到了前进的力量。

**军训的感悟篇五**

军训已经接近尾声，要说让我印象最深的就是今天被教官“奖励”的30个深蹲了，尽管我的深蹲并不怎么标准，但是那来自大腿的酸胀感，我也许是很难忘记了。

中午集合准备吃饭时，也许因为经过一个上午的训练，大家早已疲倦乏力，也许刚刚在树荫下休息了一会儿放松了精神，所以当教官在上面发出指令时，同学们动作迟缓，口号有气无力，根本没有教官一再强调的那种“精气神”。于是教官很不满意，大喊道：“怎么啦，精气神到哪去了？好吧，既然你们渴望处罚，我就奖励你们30个深蹲。都给我准备好了！”

此时已经是临近中午，正是太阳毒辣辣的时刻，原来脸上的汗珠刚因休息被吹走，这时没做几个深蹲，汗水又立马滋滋地往外冒，很快重新聚合成汗珠，从我的脸颊两旁往下滑落，从我的鼻尖顺势滴落，从我的后背把军服再次浸湿粘住。

每做一个深蹲，我都可以感觉到我身体的各个部位都在反抗。军训前，我的身体并不能支持我去做很剧烈的动作，本来想放弃这次军训，有好几次想提出申请到一旁休息，但是最终我都咬牙坚持，坚持了一天又一天，我发现我可以坚持下来，即使我的身体常常产生一些反抗。现在，几个深蹲后，尤其使我的腿感到酸痛，我已经不能把深蹲做到很到位了，因为否则酸痛更厉害，更折磨我，我怕我的意志会被击垮。我不想在军训的最后时刻当逃兵，我不能放弃自己，所以我依然努力做着一个又一个深蹲，与身体各部位的反抗斗争着。

我想，我一定要坚持到军训结束，我可以坚持到军训结束，毕竟我已经坚持到最后的关头了。我绝不退缩。

30个深蹲终于完成了，我最后一次努力站起来，并坚定地站在那里了。我感谢深蹲，感谢军训，感谢我的坚持，我坚信我是坚强的人，我坚信我会越来越强大。

最后，我的心里有了一种胜利的喜悦。

**军训的感悟篇六**

军训是每个大学新生入学后必须经历的一项重要活动。作为新生的我，心里有些紧张又期待，一方面是对军训的未知，另一方面是对自己能否顺利完成军训的担心。然而，经历了第一天的军训，我渐渐明白了许多道理，也深深体会到了军训的重要性和意义。

第一天的军训，我们首先进行了军装发放和更衣。当军装被教官一件件交到我们手上时，我感到一种肃穆的氛围扑面而来。穿上军装，我仿佛转变成了一个战士，责任感和使命感油然而生。我明白，军装不仅仅是一种装束，更是一种身份的象征。军装的僵硬和拘束并不是为了我们感受不便，而是要培养我们严谨和纪律的意识。

接着，我们进行了队列训练。教官严肃的口令声让我们起初有些摸不清头脑，但渐渐地，我们开始逐渐适应。站军姿、跑步、转体等一系列动作，看似简单却并不容易。尤其是站军姿，一般人根本无法想象它的辛苦。当脚掌发麻、双腿发抖的时候，原来“站好”两个字背后是如此需要毅力和耐心。

军训第一天的最后环节是操场训练。教官指导我们进行拉伸、热身等运动。我感受到了身体的酸痛和肌肉的紧绷，但这让我更加明白了军训的必要性。作为现代大学生，我们的生活习惯常常偏向于静止，缺乏锻炼。军训通过操场训练等活动，让我们的身体得到了锻炼，提高了身体素质。

通过第一天的军训，我明白了许多道理和观念。首先，纪律的重要性。只有在严格的纪律要求下，我们才能变得更加严谨和自律。其次，耐心和毅力的必要性。军训中的一系列动作需要我们保持耐心和毅力，坚持和坚忍不拔是成功的关键。最后，集体的力量。军训强调集体的力量，一个人的力量再大也是有限的，只有与大家团结协作，才能完成更多和更艰巨的任务。

军训第一天的感悟让我对军训这个活动有了更深刻的理解和认识。军训是一种培养学生自律、毅力和团队精神的重要方式。通过这一天的训练，我也更加坚定了自己的信心，相信只要坚持下去，我一定能够战胜一切困难，成为一名优秀的大学生。军训虽然辛苦，但它培养了我们的坚强意志和团队精神，帮助我们更好地适应大学生活，为未来的成长奠定了坚实的基础。

**军训的感悟篇七**

军训是每个大学生都会经历的一段特殊经历，对于即将踏入高校的新生来说，军训不仅是一次体验军人生活的机会，更是一次磨砺意志、锻炼自律的重要阶段。经过一个月的辛苦训练，我深刻感悟到军训对于我终身的影响，不仅在体能方面取得了明显进步，更在态度和价值观的塑造上得到了深化。

第二段：战胜困难的坚毅精神

军训期间，我遇到了许多困难和挑战，尤其是对于体力较弱的我来说更加不容易。然而，每当我想要放弃的时候，指导员总是鼓励我坚持下去，并给我正能量的支持。通过这些经历，我学会了坚韧和毅力，认识到只要有足够的决心和恒心，就可以战胜任何困难，这将会对我未来的学习和事业带来很大的帮助。

第三段：集体荣誉的意识和团队合作精神

在军训中，我们每个人都是一个整体，我们一起面对挑战，一起努力前进。在集体的荣誉感的激励下，我学会尊重他人，乐于助人，懂得了团队合作的重要性。无论是在队列训练中，还是在各种团队活动中，我们必须密切配合，互相支持，这种团队合作的精神将会影响我未来的人际关系和工作中的合作。

第四段：培养自律习惯的重要性

在军训中，严格的规章制度和训练计划要求我们必须按时起床、按时听课、按时完成各项任务。这种要求锻炼了我们的自律意识。通过这一个月严格的军训生活，我养成了按时作息的习惯，学会了自我管理，这对于我今后的学习和生活都是非常重要的。

第五段：军训对于身心成长的影响

军训不仅是一次体能上的锻炼，更是对于我们的心理承受能力的考验。在激烈的锻炼和压力下，我变得更为坚强，面对困难和挫折有了更好的心态和处理方式。同时，在与指导员和战友们的相处中，我也提高了自己的沟通和协调能力，这些都将对我今后的发展产生深远的影响。

总结：

通过军训，我学到了很多东西。它不仅帮助我塑造了坚强、自律和团队合作的品质，还让我认识到只有通过不懈的努力和奋斗才能获得成功。军训结束了，但我会将军训期间学到的这些重要的品质和价值观继续保持，并应用到我的学习和生活中去。

**军训的感悟篇八**

带病军训虽然听起来很吓人，但却是磨练意志的一次好机会。在疾病的摧残和身体的疲惫下，我们实实在在地感受到了伟大的军人精神，也更懂得了生命的可贵。

第二段：身心双重的疲惫

在带病军训期间，我的身体一直感到疲惫不堪。每个人都在忍受着身心的双重疲劳，有的已经坚持不住了，拖着病体咳嗽不止，有的因为夜不能寐而疲惫不堪，甚至有人因为心疼家里的老人而情绪低落。但是，我们从来没有停下脚步，因为我们都知道，只有将全副精力投入到训练中，才能训练出真正的军人精神。

第三段：思想上的成长

带病军训不仅锻炼了我们的身体，更锻炼了我们的意志。这四周的训练期，我们每个人都经历了很多的挫折和失败，但是坚持到现在的我们都感到心里踏实。终于有一天，在晨跑的路上，我明白了什么叫做“不放弃，坚持到底，就是成功”，而那些坚持不下去的人，正是因为他们心态上的放弃，导致身体也垮了。

第四段：集体作为强大的力量

军人是一个集体，而我们这个集体就像一个机器一样。我们每个人虽然身体疲惫，但我们始终保持着一个团结的心。无论大家之间彼此熟悉与否，之间是何种界限，每个人都感受到了这个团队的强大力量。因此，当我身体不适的时候，同学们总是会热心地关心我，鼓励我坚持下去。这是我从这个集体中得到的动力和力量。

第五段：结语

总之，在这个带病的军训中，我学到的不仅仅是为人处事的功夫和锻炼身体的技巧，更是一个成年人的人生体验。当我们成为毕业生的时候，我们将成为担负起法制责任的社会成员，将在新的工作和生活中面对更多未知的挑战。而在这四周的训练中，我们不断地接受着挑战，锻炼着自己。然而，最珍贵的经验是来自我们的集体，我们感受到更多的是战友之间的支持和帮助，这种支持和帮助已经深深地印在我们的内心深处。带病攻坚，是一次受挑战的重要训练，我们将始终珍惜这段经历，并为之奋斗一生。

**军训的感悟篇九**

近期，我经历了一次难忘的军训经历。这是一次不仅让我们感受到军人的训练和生活方式，更让我们深刻认识到了军事纪律的重要性。通过与队友们的交流与合作，我体会到了团队合作的力量，学会了如何与人沟通和交流。下面我将通过五段式的文章给大家分享一下我的感悟和体会。

第一段，我想谈谈交流的重要性。在军训期间，我体会到了与队友、教官以及其他同学进行有效沟通和交流的重要性。只有通过交流，我们才能更好地合作，共同完成任务。例如，在排练方阵时，我们需要用眼神和手势进行默契的配合，这就需要我们事先进行交流，明确指示。而在训练中，通过与教官的交流和反馈，我们可以及时纠正错误，提高训练效果。在团队合作中，交流是不可或缺的一环，只有通过交流才能让每个人的能力发挥到最大，实现团队的目标。

第二段，我想谈谈如何与人进行有效交流。在军训期间，我认识到了有效交流的三个关键点。第一，倾听和尊重。与人交流时，要有耐心倾听对方的观点和想法，并尊重对方的意见。每个人都有独特的经验和见解，只有尊重才能让交流更加顺畅。第二，表达和沟通。要清楚明确地表达自己的意图和理解，不要含糊不清，避免产生误解。同时，也要学会积极主动地与他人进行沟通，主动解决问题。第三，灵活应变。在交流中，有时会遇到对方的不同意见或反对意见，这时候需要我们灵活调整自己的表达方式，寻找共同点，化解矛盾。在军训中，我通过这样的方法与队友和教官进行交流，从而更好地完成了每项训练任务。

第三段，我想谈谈团队合作的意义。军训期间，我切身体会到了团队合作的重要性。只有通过团队的协作和合作，才能完成训练任务，实现最大效益。在军训中，我们组成小组进行各项训练，每个人分工明确，各司其职。有时，遇到一些难题或困难，我们可以共同探讨解决方案，相互支持和鼓励。而且，团队的力量还可以带来更大的信心和动力，让我们更加勇敢地面对困难和挑战。通过与队友们一起经历军训，我深刻体会到了团队合作的力量和重要性。

第四段，我想谈谈个人能力的提升。通过军训，我发现个人能力在团队合作中起着关键的作用。每个人都有自己的长处和特长，只有通过培养和发挥个人能力，才能更好地为团队做出贡献。在军训中，我发现自己在组织能力和领导能力方面有所不足，于是我积极主动地向队友请教和学习。通过与队友的交流与合作，我逐渐提高了自己的组织和领导能力，并在训练中扮演更重要的角色。通过军训，我意识到了个人能力对于团队合作的重要性，也明白了不断提升个人能力的必要性。

第五段，我想谈谈军训对于个人成长的影响。通过这段时间的军训，我不仅学会了与人进行有效交流和团队合作，还意识到了军人的纪律和奉献精神。军训让我变得更加深思熟虑，更加坚定和自律。我学会了面对困难时的勇气和坚持，学会了冷静思考和从容应对。在军训中，我感受到了团队的温暖和力量，也找到了自己的定位和目标。军训对我来说是一次宝贵的成长经历，它教会了我很多，也让我成长为一个更加坚强和自信的人。

通过这次军训，我意识到交流的重要性，学会了有效地与人交流和沟通，体会到了团队合作的力量和意义，提高了个人能力，同时也让我在心理和情感上得到了成长。我相信，这次军训对我今后的学习和生活都会有很大的帮助。通过这篇文章，我想与大家分享这次难忘的军训体验，也希望能够给大家一些启示和思考。感谢大家的聆听！

**军训的感悟篇十**

军训，是大学生活中的一段特殊经历，也是一次锻炼自我的机会。经过一个月的紧张训练，我深深地明白到了军训的意义和价值。在这个过程中，我体会到了集体协作的力量、坚韧不拔的毅力、与人为善的友善精神以及勇敢面对困难的勇气。以下是我在军训中的感悟、收获和心得体会。

首先，军训让我深刻地认识到了集体协作的力量。在集体生活中，我们要服从指挥、团结合作。无论是在操场上一起跑步，还是在队列中整齐列队，每个人都必须做好自己份内的事情，才能保证整个集体的有条不紊。因此，团队协作变得至关重要。在军训的训练过程中，我们要互相配合、互相帮助。每个人都明白，只有集体的力量才能使我们突破个人的局限，取得更好的成绩。这种集体荣誉感使我们更加团结，也更加懂得与人合作的重要性。

其次，军训让我坚韧不拔地克服困难和苦难。军训并不是一段轻松的旅程，尤其是对于身体素质不佳的同学来说，更是一次极大的挑战。一旦开始，就不能后退，只能向前。尽管在炎热的太阳下肌肉酸疼、出大量的汗水，尽管经常性地犯困、饥饿和疲劳，但我们从不退缩，从不放弃。我们懂得了，只有经历过苦难和困难，才能更好地成长和进步。训练的艰苦并没有被我们击倒，反而使我们更加坚强，不怕困难。

第三，军训让我体会到了与人为善的友善精神。在军训的过程中，我认识了很多素不相识的同学，他们来自不同的地方，有着不同的文化背景和思想观念。但是，我们彼此之间并没有因此而产生隔阂和纷争，反而欢迎、包容和理解。无论是帮助别人摘下水瓶盖，还是帮助同学整理书包，我们都会互相帮助，彼此支持。友善的精神弥漫在整个军训的过程中，使我们的集体变得更加和谐、温暖。

第四，军训让我拥有勇敢面对困难的勇气。军训中的训练项目有时候是困难的，有时候是危险的。无论是爬绳、跳高还是军体拳，每个项目都需要我们鼓起勇气去面对。刚开始的时候，我对这些项目都感到畏惧和害怕，但是经过几次练习，我慢慢地克服了恐惧。我明白了，只有勇敢面对困难，才能够克服它们。勇气是战胜困难的关键，军训让我拥有了这份勇气。

最后，军训让我感受到了身心的锻炼和进步。在军训过程中，我们每天进行严格的体能训练，不仅增强了我们的体质，还提高了我们的耐力和爆发力。同时，军训还锻炼了我们的意志力和毅力，让我们学会了在逆境中永不放弃。除了身体上的进步，军训还培养了我们的纪律意识和自我管理能力。在每天有固定的时间表和训练计划下，我们必须要遵守纪律，自律，才能够完成训练任务。这些锻炼不仅使我们的身体更强壮，也使我们的心理更加坚强。

总之，军训是一次锻炼自我的机会，它让我体会到了集体协作的力量、坚韧不拔的毅力、与人为善的友善精神以及勇敢面对困难的勇气。这些感悟、收获和心得不仅对我的大学生活有着积极的影响，还让我更加坚定了自己的人生目标和价值观。我相信，通过这次军训的经历，我将能够更好地面对未来的挑战，并取得更好的成绩。

**军训的感悟篇十一**

军训感悟

军训感悟（一）：

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，甚至能够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此刻我的脑海，闪此刻我的眼前。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，更体现了群众主义的伟大。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，也就应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。

军训感悟（二）：

军训不仅仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页；如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕；如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。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。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人以前说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才明白其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨日，我们一齐欢笑，流泪。这天，我们一齐历经风雨，承受磨练。明天，我们一齐迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一齐珍惜此刻的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

军训感悟（三）：

《军训感悟》

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是这本书中最美丽的章节；如果说人生是一出戏，那么，军训的生活便是这出戏中最精彩的一幕。

军训对于不同的人会有不同的感受，而这些感受又都是不能言传的。只有自己亲自尝过的人才有可能知晓其中的蕴味，然后，和有同样经历的人相对一笑，让共同的感受在彼此间传递、分享。

9月15日，我们开始为期一周的军训生活。一身迷彩军装，让每一位大学生都多了一份英姿，也多了一份职责。应对炙热的太阳，我们将迈起铿锵有力的脚步。我们要像军人那样，锤炼铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。

站军姿，练转身，走正步，练队形。无数次重复的口令以前让教官的嗓音沙哑，无数回对动作的纠正也曾让教官眉头紧皱，一遍遍的动作示范让教官的额头布满汗滴。但是，沙哑的嗓音掩盖不了教官的严谨，微皱的眉头黯淡不了教官的关心，布满额头的汗滴冲淡不了教官的尽职。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。

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”。

军训的第四天，由于“韦帕”的到来，下了一场大雨，但是这场大雨并没有阻挡我们军训的步伐。所有的同学都依然整装待发。穿上雨衣，走过泥泞，跨过水滩，体验长征的艰难路程。目的地越远，我们的就斗志越昂扬。我们唱着歌，喊着口号，潇潇洒洒地前进。路旁树木向我们招手，路上的行人也朝我们挥手喝彩。这是一条征路，无论多苦，我们用我们自己不屈的意志在走。

军训虽然苦，但它让我们更加懂得了要珍惜此刻的幸福生活；军训虽然累，但它让我们体验到了超出体力极限快感；军训虽然严，但它让我们更加地严格要求自己。大雨洗礼后的天空会有满斗的星星，我们也相信，军训后，我们会拥有一个更加绚烂的星空，会有一个更加完美的明天。明天，我们的灵魂得到升华。

透过被晒的黝黑的皮肤感受到血液的沸腾，军训，就如梦一样，匆匆地向我跑来，又在我没有细细品味那份感觉的时候又悄然而逝，剩下的疲劳在肩头隐隐告诉我：少份娇气，多份坚强；少份依靠，多份自强；少份怨天尤人，多份勇往直前。

不要惆怅时光如流水逝去，因为这段记忆将成为生命中不可抹去的一部分，它会在我们遇到困难时给我们动力，支撑着人生旅途的各种风雨中飘摇的心灵。这种信念将迎来一个新的起点，引领着我们一步步走向社会，让我们更加成熟。

你的军训呢？

军训感悟（四）：

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。阳光照进来，落在堆在角落的军训服上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。军训究竟带给了我什么，有吗？唉，军训，真像一场梦啊！记忆已经在疲劳的压迫下变得愈发模糊，对于军训，我能说什么，是从崇高的为保卫祖国而刻苦训练来说，还是充斥在这期间的铁骨柔情。当然，这些都是值得回忆和怀念的，但是否还有更重要的呢？其实我觉得军训几天，我们学到的不仅仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

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，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的好处，它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。而军训给我最完美的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊！

军训感悟（五）：

《青春激扬，军训感悟》

在这个烈日炎炎的季节里，我们相约一齐来到了环境优美的科创校园。在那里，我们将开始自己的求学之路；在那里，我们将谱写自己人生中的每一个精彩的乐章。

古人云：“人贵有志，当志存高远。”每个人都有一份属于自己的志向，也许远大，也许平凡，而要实现志向就要不懈奋斗，勇往直前，脚踏实地的走好每一步。20天的军训生活培养了我们顽强拼搏，用心向上的良好作风，铸就了我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。还记得《我是特种兵》里，军人们应对国旗许下的誓言“如果需要我将为国捐躯，如果必要请将最后一颗子弹留给我。”让我不禁佩服作为一名军人的胆量和钢强。军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去应对生活，怎样去应对困难，怎样去承担职责，怎样去赢得荣誉。

踏着雄赳赳，气昂昂的步伐，让我领略到了那一身绿装下的钢强军魂！军训，在某种程度上已经成为了我们的一种精神财富，并刻进了我们的记忆中。它已经成了一种力量，激励我们在今后的日子里自强不息，奋发向上。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”！让军训的苦于累，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴我们在最后的几天训练里发扬流血流汗不流泪的精神，坚强刻苦，永不言弃！

同学们，我们的青春因为有了这一段军旅生活而变得激扬奋发；我们的青春因为有了汗水的洗礼而变得坚韧不拔！我们的青春犹如那军中绿花般贞洁美丽。

最后，让我们高喊科创校训：修身强体，博学感恩！

军训感悟（六）：

凡是参加过军训的人，一般都对跑步有比较深刻的印象。因为这是军训中技术含量较高的项目，过程相对来说比较烦琐。果不其然，光一个立定，就让原本整齐的班变得参差不齐。于是教官决定分排作业。

这天的太阳格外明媚，阳光肆无忌惮地晒着我们的皮肤。不一会工夫，大家就都汗流浃背口干舌燥。“跑步――走！121！121……”“立-定！1234”我扯起嗓子尽力让每人都听到，大家一遍一遍地在操场上来回奔驰。紧遵教官“前不露肘后不露手”“准备时身体向前倾”的教诲，从一开始跑得乱七八糟，到整个排面渐渐成了一条直线。

但是立定之后，总是有几个人不是停快了就是跟慢了。看着一旁的男生停得远比我们好。不少人开始着急起来。训练成绩仿佛又回到了起点。作为本排负责人的我，一下子不知如何是好。突然想起团结就是力量，如果我一乱大家只会更乱。于是我镇定下来提高了声音，加紧练习，互相打气。最后练好了立定。

想想其实很多事都是这样：欲速则不达。军训不仅仅让我领略到军人本色也让我从实践中体会出做人得道理。

军训感悟（七）：

这直多天里的军训场上，几乎是一成不变的风景:教官严肃的面孔，沙哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服.一切都是似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我我懂得了许多.

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的职责心.看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦.一个部队那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的.

军训，让我深受真诚待人的感动，录你走方阵踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句\"没关系\"时，当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时;当你学不会一个动作，别人耐心教会你时...这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力.

军训，让我懂得的，太多，太多...

军训感悟（八）：

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

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，因为我明白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？我觉得自己就应做得更好，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。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就务必做得更好。选人的时候，教官证明不想训练的能够立刻提出离开，但是我没有提出，我认为我能够坚持，必须要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在那里想说一声：教官，辛苦了！

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运坚强的人敞开的，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代留意翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力能够征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人务必从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们必须要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们必须要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

军训感悟（九）：

带着愉快的情绪和满心的期盼，我们迎来了军训。从明白军训的那一刻起，我就个性高兴，因为以前军训都是在学校，难得这次是集中在外住宿，所以早就期盼军训的到来，期望体验一下与众不同的军训生活。

这一天，是9月3日，早晨同学们早早来到了学校，期盼着前往武汉和平国防教育基地的旅途。大概等了一个小时车，又坐了一个多小时车，最后在大家的期盼下来到了基地。很快，辅导员带我们换好了衣服吃完了中餐，之后又回到寝室休息，到了两点多钟，辅导员来到寝室，跟我们整好了队，带领我们到操场上参加开训仪式。就这样，正式的军训开始了。教官首先教我们准备凳子放凳子，稍息立正，蹲下起立，三面转法，敬礼礼毕。这些资料都比较简单，只用了一下午的时间大家就基本掌握了。吃过晚饭，基地组织看了一场电影，里面都讲军人的一些严格的训练，看着电影里的场面，我们的心中不禁泛起一阵感动，那些军人真的好苦，不管是在烈日下还是在风雨中他们都要一向训练，然而虽苦，他们却没有丝毫放下的意思，()一向迈着整齐的步伐，抬头挺胸向前走着。他们有着丝毫不动摇，坚持不懈，努力拼搏的精神，这就应就是军人最伟大的地方，同时也是最值得我们学习的地方。

很快，第一天的生活结束了。第二天，教官教我们练习齐步走，正步走，看似很简单的步伐，走整齐走好却不容易。为了让我们走的更好，接连下来的几天也一向在练习。然而就在这几天才让我真正体验到军训的辛苦。站在操场上被无情的太阳照着，有时练得大汗淋漓，腰也酸，退也疼，即使有时会休息，但过不了多久，又要之后练。所以大家每一天都会很累，本来很期盼那里的生活，经过几天艰苦的训练后，大家开始厌倦那里的生活了。

转眼间到了9月6日。下午，我们对这几天的学习做了一个巩固，进行了阅兵式，分列式的演练，为9月7日上午正式表演做准备。在教官和基地领导的指挥下，同学们都很努力，一次比一次做得好。吃完晚饭，晚会开始了，每个班的节目都很精彩，同学们也很热情，对每个节目都表现出赞赏和欢呼。基地还放起了烟火，五彩的烟花绽放在夜空中，显得夜空十分美丽，直到晚会结束的那一刻，大家也仍沉浸在欢笑和喜悦之中，激动的情绪也难以平息，因为这是庆祝我们的最后一晚。

这一天，是9月7日，是我们结训的日子，经过前几天的艰苦训练，在教官的指挥和我们的努力下，功夫不负有心人，最后被评为“优秀中队”。这时大家的脸上都露出了会心的微笑，因为我们明白：这几天的辛苦没有白费，最后取得优秀的成果也是值得的。最后，校长宣布军训结束，同学们纷纷脱下军服，吃过午饭，耐心地等待汽车的到来，等了许久，到了一点多钟，车最之后了。我们和教官、辅导员告别后，带着不舍的情绪离开了基地。

就这样，五天的军训结束了，我们虽然很苦很累，但我们也有欢笑，在那里过得很开心，教官人很好，对工作十分负责，总是带我们练了一遍又一遍，即使喉咙疼，也很少用口哨，总是大声为我们喊口令，我们虽累，但他却比我们更累，有时脸上的汗珠直往下掉。这次军训，他为我们付出了不少，休息时还教我们唱军歌，唱得可好了！辅导员也一样，军训时没有一刻离开过我们，对我们很严格，有时也会说说心里话。临走前，还为我们唱了一首歌，虽然声音很小听不太清楚，但我认为这是这次军训最美妙的声音。最后，我们和教官、辅导员合影，作为这次军训最好的纪念。

经过这五天的军训，我受到了很深的教育，以后的生活我将勇敢去应对，我会坚持不懈，努力做好每一件事，学习军人那股自强不息的精神，因为只有这样，我才会成功，“不经历风雨，怎能见彩虹”。只有经历了风吹雨打，未来的天空才会更美，我会永远记住这次军训，它给了我人生不少的启迪，我将会带着这次军训的经验和收获，迎向我未来的人生！

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕；如果说人生是一首歌，那么，军训的生活便是诗中最优美的旋律。

军训感悟（十）：

转眼间，假期即将画上圆满的句号。时光飞逝，把我们带到高中的课堂。据教育部门规定，高中的第一课是军训。一个国家最重要的武器就是团结力和向心力，只有团结才能战胜一切，打败一切的腐朽。正如军歌《团结就是力量》中的“这力量是铁，这力量是钢”，带领中国这个大团队的凝聚，团结，和平与期望。

我们的教官，是来自黑河好八连的官兵。黑河好八连，是一个团结用心的军队，也是守在北国边疆最勇敢和艰辛的军队，北国的气温有时可达零下50多摄氏度，可他们依然守在这一条件艰苦的岗位上，作为一个军人，他们的职责是保卫祖国，不受侵犯，也正因为这些铁骨铮铮的硬汉们，让边防人民得到稳定和谐的生活。

军训分为七天训练，一共分为四个科目。一：立正稍息跨立。二：停止间转法。三：齐步走。四：零距离跑。教官的严谨认真，学生的配合默契，让高中生涯在这次具有威严与智慧的训练中绽开花朵。都说军人是神圣的，军人是艰苦的，正因为这些困难，才能让普通人感到新中国成立以来这些年的艰辛和磨砺。军训，是要让学生明白一个人并不是代表的是自己，而是一个团队，只有团结拼搏，才能严于利己，在队伍中发挥力量，勇攀高峰。我们也应学习军人的勇敢，他们常在人民和国家感到最危难的时刻立即挺身而出，不管献出生命，也要保护国家的安危。“军人之命，与国同殇”，他们代表的并不是自己，而是中国。

透过这次高中军训，我们感到的不就应是累，而是一次锻炼的机会，我们付出的，比做军人付出的只是大海中的一滴水滴，军训要体现出学生勇于赶超，团结拼搏的观念，在未来的道路上才不会迷惘，不知所措。军训折射出来的就是人性的光芒，在任何其概况下都要迎难而上才能再创辉煌。虽然军训已经结束，但这是高中生活中的一堂必修课，要我们懂得“团结才能有所巨大的力量”！在未来的道路上才能更加辉煌。

最后祝大家在三年后的高考上，再创佳绩。明天不再迷茫！

军训感悟（十一）：

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好但是的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练资料，换了谁都会疲惫、都会厌倦。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。从军训的第一天开始，我便努力去适应那里的生活、那里的生活方式。n天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人类只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点于长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人应对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

若一个人经受住了军队生活的考验之后，便再也没有什么困难能够到达这个人了；虽然当兵很苦，但对于人生来说，将是好处重大的。“虽然，我参加的只是n天的军训，或许以后体验军人生活的机会也不多了，但是我要说，我理解父亲的用意，理解他对我的期望。

离开军营的前一天，便是中国传统节日元宵。那天我们训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，我肃然起敬。他们已不再年轻，他们已经将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的，是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。这些都深深的震撼了我，让我难以忘怀。经历了这次军训，我比原先更加了解自己，也更加了解我周围的人。他让我懂得什么是幸福，什么是快乐，也让我更加珍惜拥有。

汇报完学生人数后，我们精神抖擞地从主席台前走过，会操表演开始了。第一个动作是稍息立正，第二个动作是跨立立正，第三个是立正踏步，第四个是停指间转法和提正步，第六个是摆臂踏步走。

在已经走到军训的半途了，转眼间军训的日子已如流星般逝去一半了，此刻对于军训剩下的日子，真的是”又爱又憎“，既期盼它快点过去，又期望它慢点走，因为军训中我们也有太多的不舍，多少会有点留恋，感觉自己是长大了不少。军训让我懂得了许多，同时也让我对自己以后的人生更加有信心，更有勇气走下去。

落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归……”，这天下午我们进行实弹射击，心理想着当时的情绪，打靶时那情绪真的是太紧张了，我的手一碰枪，五发子弹就全完了，我还傻傻地以为我的枪坏了，太晕了。

顶着太阳站军姿，是看你的耐力，我的皮肤变黑了，食堂的饭菜太难吃了，虽然不象传言中-抢，但是同学门争的吃，不染就没有吃的东西，在军营我学会打背包，但是我打的不太好，速度没有那么快。

能够说是军训让我认识了自己，也能够说是军训完善了我。无论怎样，我坚信，透过自己的努力，我必须会成为国家的有用之才！

军训感悟（十二）：

长达三个多月的暑假生活最后敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己最后能够摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

一向以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我以前幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每一天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊！”以为这十天能够简单玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到那里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“群众”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不明白群众荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。但是此刻，当总是因为个人犯错而群众被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，但是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们持续同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，但是，就算不喜欢还是务必要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还能够，要是时间长了，腿都麻了。但是，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的！”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能到达目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗话都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”.因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在应对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢？当然不是啦！我们每一天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦！在休息时，教官们会让我们坐在一齐，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前！

**军训的感悟篇十二**

军训是大学生活的重要组成部分，通过参加军训，我们不仅可以锻炼身体，培养坚强的意志，而且还能培养团队合作精神和自我管理能力。在军训的过程中，我们与教官和同学之间进行了很多的交流，这些交流不仅使我们对军训的体验更加丰富多彩，还让我们从中获得了很多宝贵的感悟和体会。

第二段：与教官的交流与学习

在军训中，我们与教官之间的交流非常多。他们是军事训练的专家，通过与他们的交流，我们学到了很多军事知识和技能。在他们的指导下，我们学会了正确的站姿、行进形式和用力方法等，这些都是我们修身养性，克服自我的关键技能。与教官的交流不仅仅是单纯的学习，更是一种与军人相处的体验。在与教官的交流中，我们能深刻地感受到他们的严格与要求，也能体会到他们对我们的关心与帮助。

第三段：与同学的交流与团队精神

军训期间，由于大家都是第一次参加军事训练，所以存在很多困惑和不适应。然而，正是通过与同学之间的交流和合作，我们共同克服了许多困难，培养了团队精神。在集体训练的过程中，我们互相鼓励，相互帮助，共同进步。这种团队精神不仅仅在军训中发挥作用，而且在日后的学习和工作中也能够使人受益终生。

第四段：与自己的交流与自我管理能力

军训亦是一次对自己内心的交流。在军训中，我们不仅要服从教官的指挥，还要对自己的行为进行自我约束和自我管理。这就需要我们不断地审视自己，发现自身的不足并加以改正。通过与自己的交流，我们能更好地认识自己，明确自己的目标，并努力朝着目标前进。这种自我管理能力是一种宝贵的财富，能使我们在以后的生活和工作中更好地应对各种挑战和困难。

第五段：军训感悟与人生价值观

通过军训的交流与体验，我们获得的不仅仅是军事知识和技能，更重要的是一种积极向上的人生态度和价值观。军训让我们深刻地体会到了团队合作的重要性，学会了坚持和毅力，认识到了自己的优势和不足。这些感悟将伴随我们一生，成为我们人生路上的宝贵财富。

总结：

通过与教官和同学的交流，我们从军训中获得了很多宝贵的感悟和体会。与教官的交流使我们学到了军事知识和技能，更加深刻地体会了军人的严格与要求；与同学的交流培养了我们的团队精神，使我们共同克服了困难；与自己的交流让我们更好地认识自己，明确了自己的目标和人生态度。军训不仅仅是锻炼身体的过程，更是一次对自我和人生的交流与思考。军训的感悟和体会将成为我们人生中宝贵的财富，并对我们的未来产生深远的影响。

**军训的感悟篇十三**

军训是我大学时期最为难忘的经历之一。在那个烈日炎炎、汗水和尘土交织的夏季，我和同学们一同穿越了体力和心理的极限，在训练场上历经艰辛，磨砺了自己的意志。军训不仅是一次身体的锻炼，更是一次培养军人的坚毅、团结和自律的过程。回想起那段经历，我发现其中的种种经验和感悟对于我的职场发展起到了重要的指导作用。

第二段：意志力和坚毅

在军训中，我们往往需要完成一些艰巨的任务，如长途奔袭、持续高强度的训练等，而这些任务往往考验着我们的意志力和坚毅。对于职场而言，同样需要面对各种挑战和压力，需要坚毅努力地完成各项任务。正是在军训中培养的坚毅和意志力，让我能够在职场上保持积极的心态，克服困难，达成目标。

第三段：团结协作

军训是一种集体训练，需要我们与同伴密切配合，共同完成各项任务。只有团结协作，才能在有限的时间里取得最好的效果。在现实的职场中，也是如此。只有与团队密切合作，相互倾听、相互支持，我们才能够充分发挥自己的优势，更好地完成团队目标。军训中培养的团结协作意识，对我在职场上更好地融入团队，实现个人与团队的共同成长起到了重要作用。

第四段：严格自律

在军训中，我们需要遵守各种规章制度，做到严格自律。作为一个士兵，需要时刻保持军容军纪，遵守训练计划和规则。同样，在职场中，严格的自律对于个人职业生涯的发展至关重要。只有严格要求自己，才能够在工作中始终保持高度的专注和自律，不被琐事和干扰所困扰。军训期间的严格自律让我意识到，职业成功离不开自律，只有按照规则行事，才能够提高效率和质量，实现个人与团队的目标。

第五段：保持积极心态

在军训中，我们往往需要忍受身体和精神的双重痛苦，承受着压力和困难。但只有保持积极的心态，才能够坚持下去。同样，在职场中，也会遇到各种困难和挫折。只有保持积极的心态，才能够在逆境中勇往直前，不被困难击倒。军训教会了我如何在艰苦的环境中保持一个积极的心态，始终保持乐观进取的精神状态。

总结：

通过军训，我体验到了坚毅、团结、自律和积极心态的重要性。这些感悟让我在职场中拥有更强的适应能力和心理素质。职场与军训虽然各有不同，但同样需要我们坚持不懈、克服困难、保持团结、严格自律，以及保持积极的心态。军训为我职场生涯打下了坚实的基础，让我能够在职场中勇敢地迎接挑战，实现自己的人生目标。

**军训的感悟篇十四**

军训，作为大学生活的一部分，是锻炼身体、展现军人风采的重要环节。通过一段时间的紧张训练和团队合作，我深刻体会到了军训带给我的种种收获和感悟。下面，我将以五个不同的角度来展开论述，分享我的心得体会。

首先，军训让我意识到了个人的价值与意义。在第一节操练上，我刚开始感到吃力，因为我从未接触过如此高强度的体能训练。然而，导员的耐心指导和战友们的相互鼓励，让我逐渐适应并战胜了自己。通过不断的努力和坚持，我发现自己的潜力远远超出了自己的想象，意识到只要有恒心和毅力，就能克服一切困难。这让我明白，每个人都有自己独特的价值和意义，只要发挥出来，就能为集体贡献力量。

其次，军训让我意识到了团队的力量与重要性。在军训过程中，每个人都必须服从命令，明确分工，互相合作。而只有团队的默契和协作，才能发挥最大的效能。在每次操练中，我们不断调整队形、配合动作，通过相互之间的沟通和配合，最终实现了精确而整齐的队列。这个过程中，我深深感受到了团队的力量，体会到了一个人的力量是有限的，只有团队的力量才是无穷的。所以，我意识到了团队合作的重要性，也学到了在与他人相处中的沟通和妥协。

第三，军训让我体验到了军人的严谨和坚韧精神。军训的过程是非常严格和要求高的，每一个动作都需要按照标准要求来完成，任何一些细微的差错都会被发现并得到及时的纠正。这让我体验到了军人的严谨精神，学会了要严格要求自己，追求完美。同时，军训中的某些项目是非常辛苦和考验人体极限的，但是我从导员和战友们身上看到了顽强的毅力和坚持不懈的精神。这让我明白了只有在面对困难和挫折时，才能真正展现出一个人的坚韧和强大。

第四，军训拓宽了我的视野。在军训期间，我们接触到了很多军事知识和军队文化，了解了国防建设和军队建设的意义和重要性。同时，和其他院校的学生一起军训，让我结交了来自不同地方的新朋友，拓宽了我的社交圈子。通过与他们的交流和互动，我了解到了不同地域的风土人情和思维方式，提升了我的综合素质和文化修养。

最后，军训让我更加了解和热爱祖国。作为一名大学生，军训过程中的国旗下敬礼和军歌演唱让我深感自豪和自尊。我从这个仪式中感受到了对爱国主义的传承和弘扬，对祖国的深深热爱之情油然而生。军训使我更加关注国家大事，关注社会热点，增强了我作为一名大学生的责任感和使命感，激发了我为祖国建设贡献自己力量的动力。

总之，军训是大学生活中的一次特殊经历。通过军训，我不仅锻炼了自己的身体，也感悟到了许多珍贵的道理。从个人的意义到团队的力量，再到军人的精神、视野的拓宽和对祖国的热爱，这些都是军训给予我的收获和感悟。这段经历将伴随我一生，让我更加坚定自己的人生目标，为实现个人与社会的和谐发展而努力奋斗。

**军训的感悟篇十五**

军训，作为大学生活中的一部分，不仅是锻炼体魄的机会，更是培养职场素养的良机。在军训期间，我深切体验到军人的纪律、协作和坚毅精神。这些品质不仅仅是在军队内部可见的，更是在职业生涯中所必需的。因此，我发现军训感悟为我日后的职业生涯积累了宝贵的财富。

第二段：约束从纪律开始

军训中最深刻的体会之一是纪律的重要性。军人时刻遵守着一系列严格的规章制度，他们的每一举动都体现出纪律的精神和秩序。在工作场所中，纪律同样起着重要的作用。比如，准时到岗、遵守工作流程、与同事和领导保持良好的沟通等等。遵守好这些职场纪律，对提高工作效率和建立良好的职业形象都有极大的帮助。

第三段：协作精神铸就团队力量

在军训中，我学会了团结协作。军事训练时需要团队的默契配合，在团队内互相帮助、互相提醒，大家共同面对困难，迎接挑战。在职场中，这种协作精神同样至关重要。与同事建立良好的合作关系，共同完成任务，实现共赢，这就需要团队的力量。军训使我体会到团队合作之道，为将来职业生涯中与他人和谐相处奠定了基石。

第四段：坚韧不拔迎接挑战

军训中，经历了一系列艰苦的训练，包括长时间的户外活动、高强度的体能训练等等。而坚韧不拔是每一个军人所必备的品质。同样，职场中也必然会遇到各种挑战和压力，这就需要我们拥有坚韧不拔的毅力。只有坚持下去，并不断努力克服困难，才能在职场中不断进步。军训锻炼培养的坚毅精神，让我更加勇敢面对职业生涯中的困难与挑战。

第五段：忠诚奉献，成就职场精英

军训中最深的体验是忠诚和奉献。军人服从命令，为国家和人民不计报酬地奉献自己。在职场上，忠诚和奉献同样至关重要。我们要对自己的职业、公司和同事负责，在工作中全身心地投入，竭尽全力为公司的发展和团队的成功做出贡献。只有这样，我们才能成为职场精英，取得更好的成就。

结尾：军训感悟职场心得体会

通过军训，我深刻体会到了军人的纪律、协作和坚毅精神，这些品质对于职场中的工作和发展同样至关重要。军训不仅仅是一个锻炼身体的过程，更是培养职场素养的宝贵机会。无论是纪律的约束，团队的协作，还是坚韧不拔的精神，以及忠诚与奉献，这些都是在职业生涯中必不可少的品质。因此，通过军训的感悟，我对于未来的职场生涯有了更深刻的理解和更高的期望。我相信，这些军训带来的心得体会将在我的职业生涯中发挥重要作用，助我成为职场的佼佼者。

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！