# 军训心得感悟(汇总14篇)

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2025-04-17

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**军训心得感悟篇一**

军训是大学生活中的一段难忘经历，通过近一个月的艰苦训练，我收获颇多，感悟良多。下面我将从锻炼意志力、培养纪律观念、增强集体荣誉感、培养团队合作精神和培养责任感五个方面，展开叙述我的心得体会。

首先，军训是磨炼意志力的过程。在军训中，我们每天都要早起，一天都在训练场上度过，训练内容又紧凑又辛苦。当我们体力透支时，只有坚定的意志力才能支撑住我们。在这个过程中，我深刻体会到严格的纪律和自律的重要性。坚持不懈地训练，不抱怨不放弃，这些品质使我意志更加坚定，为以后的学习和生活打下坚实的基础。

其次，军训培养了我良好的纪律观念。在军人的严格规定下，我们学会了按时起床，按时吃饭，按时休息。我们要遵守严格的时间表，按照规定的步骤进行各项活动，不能有丝毫的马虎。通过这段时间的训练，我养成了严谨的作息习惯和遵守规章制度的意识，为我以后的学习工作打下了坚实的基础。

再次，军训增强了我对集体荣誉感的认同。在军训中大家要集中精力，协同作战，只有合作才能完成训练任务。当我们战胜困难，获得佳绩时，我们为自己所在的集体感到骄傲和自豪。我们深知每个人的努力都是为了整个集体的荣誉，这种集体荣誉感并不仅仅体现在军训期间，它将伴随我们一生，激励着我们追求更高的目标。

此外，军训培养了我团队合作精神。在一些训练项目中，大家需要紧密合作，齐心协力，才能完成任务。在这个过程中，我学会了倾听和沟通，学会了相互帮助和支持，学会了不计较个人得失，只求整个团队的胜利。团队合作的力量是无穷的，它能让我们克服各种困难，取得更大的成就。

最后，军训培养了我责任感。在军训中，我们不仅是个人的形象代表，也是学校的形象代表。我们身上的举止言行会直接影响到学校的声誉。因此，我们要时刻保持良好的形象和品行，不做任何损害集体利益的事情。在军训中，我深刻认识到自己的责任所在，明白个人的行为对集体和他人产生的影响，从而养成了良好的行为习惯和责任意识。

总之，军训是一次难忘的经历，通过此次体验，我从中感悟到了如何锻炼意志力，培养纪律观念，增强集体荣誉感，培养团队合作精神和培养责任感。这些体会将伴随我一生，使我在以后的学习和工作中更加坚韧、自律，也更加注重集体利益和责任担当。我相信，这段经历将有力地推动我成长为德才兼备、全面发展的人才。

**军训心得感悟篇二**

\"嘘--\"教官\"可恶\"的哨声又响了，又要进行\"魔鬼\"式的训练了。烈日下，纹丝不动的我们如同一座座雕像。而我就如吃了尖椒般，浑身火辣辣的。我们要站半小时的军姿，可是站军姿的时间走得特别慢，才一分钟、两分钟,我的双腿就开始颤抖，汗不停地本站流着，我恨不得马上把它擦掉。我多么渴望有一阵风向我们吹来。半小时里苦苦的煎熬后，终于盼到教官叫\"踏步\"的口令了。哎，这半小时真难过!过了一会儿，教官还要我们练齐步走，再练踢正步。

训练完，我洗完澡后，躺在床上，全身的肌肉酸软了，特别舒服。

一天晚上，教官教我们唱一首歌，《团结就是力量》。这首歌唱得真好团结就是力量。这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强。

在军训过程中，如果缺乏了团队精神，效果就会大打折扣。现在的社会，竞争残酷。所以我们必须加强合作，取长补短，优势互补，齐心协力才能更容易取得成功。

睡觉时，我闭着眼睛，泪水顺着眼角流进嘴里，泪是甜的!我曾经想过放弃，但是同学们都做得到，难道我就做不到吗?我想到学校里本站的那句话\"我是石牌人，争为石牌添光彩\"时，我就暗自下定决心我不能这么容易就放弃，我要向白杨树学习，学习它那不畏困难的精神。

真是度日如年啊，好不容易捱到了第七天，我们就把这七天的军训的成果表演给父母看。功夫不负有心人，我获得了\"优秀学员\"的称号，真兴奋。军训虽然苦，但苦中也带乐。

通过这次军训活动，不仅深化了我们的国防意识，也加强了我们的纪律约束，增强了团队精神。我们学到的是坚强、自尊、团结,丢掉的是懦弱、懒散、自私,锻炼了身体，学到了真正的本领。

**军训心得感悟篇三**

军训是每个大学生活的重要组成部分，我带着满心的期待和少许的紧张踏进了军训营。在正式开始军训之前，我们接受了严格的身体检查，得知军训期间可能会面临种种困难，比如天气恶劣、体能训练强度大等。然而，我并没有被这些困难吓倒，而是决心以积极的心态去面对，相信只有这样才能真正从军训中收获真知。

第二段：磨砺意志的困难和挑战。

军训的第一天，我们就开始了紧张的体能训练。那些令人难以想象的负荷让我们大多数人痛不欲生，有人不禁流下了眼泪。但我深知，这是为了磨砺我们的意志。军训期间，天气异常炎热，油汗湿透了衣服，可我们依然坚持完成每一项训练任务。我体会到，只有在困难和挑战面前保持坚定的信念，才能更好地战胜自己，突破自己的极限。

第三段：团队合作的重要性。

在军训中，我们练习了很多集体项目，比如操纵、队形变换等。这都需要团队合作的默契和配合。一开始，我们在这些项目上表现不理想，队形松散、步伐不一致。然而，通过不断的练习和默契，我们逐渐克服了问题。当我们最后成功完成一个个集体项目时，我们深切地领悟到，团队合作的重要性。只有当每个人都能顾全大局，且相互信任、相互配合时，我们才能够取得更好的结果。

第四段：军训中的纪律教育。

军训不仅锻炼了我们的体能和意志，还培养了我们优秀的纪律意识。在军训过程中，我们被要求保持整齐划一的队列，严格遵守规定的动作、姿势。对于任何一个不符合要求的动作，我们都将接受严厉的训诫。这种纪律的教育使我们养成了一种谨慎严肃的态度，教会了我们懂得尊重、遵守规则。这对于我们的未来生活和工作起到了积极的影响。

回顾军训的日子，我认为这是我大学生活中最有意义的一段经历。通过军训，我不仅增强了自身的体能和意志力，还学到了团队合作和纪律的重要性。军训让我更加明了，人们只有拥有坚定的信念和无畏的勇气，才能在逆境中坚持走下去。军训培养了我们对生活的耐心和忍耐力，以及对团队合作的理解。这些宝贵的体验将成为我们未来发展道路上的重要资源，使我们更加自信和坚定地面对未来的挑战。

通过军训，我收获了很多，也体会到了很多。我深知，这段经历将成为我人生中的一个重要转折点。我将时刻守护着军人的精神，用自己的行动去践行，成为一名有担当、有纪律的优秀大学生。

**军训心得感悟篇四**

握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去煅炼，去磨砺，其目的是：增强国搜索防意识与集体主义观念，培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力;军训，还能提高我们的生活自理能力，培养思想上的自立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。

这就需要我们在军训过程中，我们不但要领略军人们无私奉献的伟大精神以及不怕困难的崇高品质，也要发扬我们\"同心协力，艰苦奋斗\"的`光荣传统。我们要坚持铁一般的纪律，严于律己，服从命令，坚决完成各项训练任务;大家要用顽强的意志，用敢于吃苦、勇于拼搏，发扬\"流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队\"的精神，彻底完成军训使命。

所以，我们进入中学学后的第一件事就是军训。

初闻军训，我总以为是一个很好玩的节目，可是我错了。

还乱动，但是我依然咬牙坚持着完成会操。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。这难忘的军训经历令我终生难忘。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，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。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。教官已匆匆地走了，却留给我们深刻的回忆。军训究竟带给了我什么?其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，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。

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。而军训给我最美好的记忆，是同学们和老师、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!的内心深处，引领着我在初中的生活中乘风破浪、奋勇前进。

**军训心得感悟篇五**

军训是每个大学新生都必须经历的一段时光，在这段时间里，我们不仅锻炼了身体，还学到了许多有用的技能和知识。而我在这次军训中也收获了许多感悟和心得体会，下面我将分享给大家。

第二段：锤炼意志力。

军训是一次对意志力的锻炼。在酷暑和高强度的训练中，我们不得不克服身上的疲劳和渴热，始终保持应有的精神状态。这种锤炼是对我们日后面对困难和挫折的鼓舞和启示，让我们明白只有坚持不懈，才能突破自己的极限。

第三段：培养纪律观念。

军训还是一次对纪律观念的培养。作为一名学生，我们需要遵守校规校纪，但在军训中，我们更深刻地感受到了纪律的重要性。这不仅是个人行为的问题，也是团队协作和各项工作顺利开展的前提。只有保持良好的纪律，才能创造更好的成绩。

第四段：加深团队意识。

军训是一次加深团队意识的体验。在队列训练、搭帐篷、操场比赛等活动中，我们需要与队友们保持默契，相互配合。通过这些活动，我们更加深刻地认识到了团队合作的重要性，也学会了在集体中发挥自己的长处，互相帮助，为达成目标而努力。

第五段：感悟与收获。

在这次军训中，我学到了很多东西，也收获了许多感悟。我明白了自己的不足，也对团队合作有了更深的认识。在今后的生活中，我一定会将这些感悟和体验融入自己的行动中，不断提升自己的能力，为家庭、为团队、为社会作出更多的贡献。

结尾：

在这次军训中，我收获了很多。在未来的生活中，我将会把这份体验和感悟带到自己的生活和学习中。这次军训让我更加深入地感受到了团队的力量，也感受到了自己的潜力。我相信，只有不断坚持努力，才能更好地发挥自己的优势和能力，成就更加出色的人生。

**军训心得感悟篇六**

军训原本是我心中一个可怕的名词。在我看来，军训可能充满了教官的责骂，魔鬼般的训练，还有苦涩的泪水.军训让我望而生畏，但它能在烈日下生存后，我发现军训教会了我坚持。其实，坚持也是一种快乐。

同学们迈着整齐划一的步伐，个个挺直了身躯，那嘹亮雄壮的口号在空旷的训练场上空久久回响，这无一不在展示我们的训练成果。我们青春的活力、蓬勃与热情在训练场上显现得淋漓尽致。军训教给我们的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!炎热的天气，有时令我窒息，我真的很想放弃，望着阳光下同学们充满笑容的脸庞，我坚持了下来。军训，教给我的不仅仅是挺拔的身躯，更教会了我坚持到底的精神。

酷暑中，我付出了汗水，却收获了一份终生受益的果实。就如古人云：“一份耕耘，一份收获。”

军训中，我辛苦却快乐着。虽然不能在空调下乘凉，但在火红的太阳下，我接受了高中的第一课，也是人生中的重要一课。

蝴蝶因为破茧而获得重生，因为磨练，蝴蝶得以新生;而我因为磨练，就学会了坚持，像沙漏里缓缓滴下的沙砾，坚持就是其中的一粒沙，我相信它将陪我到永远。

军训中，我学会了坚持。其实，坚持也是一种快乐。

**军训心得感悟篇七**

军训是每一个大学生必须经历的过程，它不仅是锻炼身体的机会，更是磨练意志的砥石。在这个过程中，我们不仅学习到了如何独立生活、如何服从命令、如何团队协作，更重要的是，我们学会了如何面对困难和挫折，并不屈服于它们。下面，我将分享一下我在军训中的心得体会。

第二段：坚持不懈是成功的关键。

在军训期间，我最大的感受就是每天坚持训练的必要性和重要性。尤其是在高温下，有时我们会感到体力透支，但是，我们仍然必须坚持完成每一项训练任务。这让我深刻认识到，“坚持不懈”是成功的关键，只有坚持到最后才可能收获成功的果实。

第三段：团队协作。

在军训中，我们时常需要组成小组协同完成任务，不同角色、不同职能的队员需要紧密合作，方能完成任务。这让我意识到，团队协作是现代社会不可或缺的一部分，没有团队协作，每个人都将像失去了方向感的飘荡的船一样，没有一条正确的航线。

第四段：负责任的态度。

在军训中，每个参训学生都要负责任，不仅要对自己的行为负责，更要对小组和训练营的所有人负责。这让我理解了一个道理：在现实生活中，只有对自己的行为负责，才能有更多的人信任和依赖自己。同时，对别人负责，也是一种道德义务，无论是对同事、家人还是朋友都一样。

第五段：锻炼意志。

在军训中，常常会遇到各种挑战和不易，比如高温下的长时间训练、严格的纪律要求、疲惫的身体等等。这些挑战确实让人感到难以逾越。但是，正是通过不断克服这些挑战，我们的意志得到了锻炼，学会了如何面对压力，如何排除干扰，如何克服困难，从而更好地面对未来的挑战。

结束语：

总的来说，军训是一次非常难忘的经历，这段经历让我学到了很多，收获了很多。我相信，今后在人生的各个方面，我都能够用到这些经验，向更高的目标前进。

**军训心得感悟篇八**

通过这次的军训，使我们明白了努力了，没有做不好的事。把军训时那种不怕苦不怕累的精神用在学习上，相信一定会把成绩提高上去。

第二天下午，我们怀着又紧张又激动的心情，列着整齐的队伍来到操场上。操场里有一种异常安静﹑严肃的气氛，让人紧张的心情更加紧张。

“起步走!”在学校长和武警做完动员报告后，军训会操开始了。第一个班第二个班第三个班……终于轮到我们班上场了。

“起步走!”武警教官严厉地喊了声口令，我们便精神抖擞，挺起胸，迈着整齐的步伐，并尽量与左右的同学对齐，向着操场中央走去，可没想到一开始就出错了，由于领头的同学过分紧张，偏偏“左右不分”向另一侧走，这可急坏了我们!武警教官见状，连忙进行调整。我们这才松了一口气，可心里想:“这得扣多少分啊!弄不好会得最后一名!”我们都在心里暗暗祈祷，希望评委老师没看到。

经过这次军训会操，我懂得了一个道理:凡事不是天生就会的，要经过不断地努力和不怕困难还有团结的精神，才能把每件事情做好。

赛后，班主任老师说：“照你们这样的表现，不得个倒数第一就“阿弥陀佛”了!”一听这话，同学们心里“十五吊桶打水——七上八下。”大家怀着又期待又担心地心情，等待着成绩的公布……。

**军训心得感悟篇九**

作为砥砺青春、锻炼意志的一种训练，军训是大学生活中一段难忘的经历。在这段时间里，我感悟到了许多，获得了对生活和自己的新认识。下面，我将就我的军训心得和感悟进行分享。

一、训练的艰辛与团队合作的重要性。

军训的日程紧凑，训练强度大。炎炎夏日里的军训让我们感受到了骄阳的炙烤和汗水的湿透。每天的晨跑、拉伸、军姿训练都让我们精疲力尽，但我深知，这些艰辛的训练是必要的。通过与同伴们的相互鼓励和支持，我渐渐体会到团队合作的重要性。当一个个困难和挑战接踵而来时，只有团队的合力才能战胜困难，完成任务。

二、自律的重要性和对时间的合理利用。

军训期间，我们接受了严格的规定和纪律约束。课间休息时间的几分钟，我们要求按要求整理好军容，不让一切迹象显露出来。这时我明白了自律的重要性，只有自律，才能使自己更有条理，更加高效地完成任务和生活。再加上训练强度大，时间快速流逝，我也学会了合理利用时间，充实每一秒。

三、坚持不懈和永不放弃的信念。

在严格训练的过程中，我们遇到了许多困难和挫折。每次起床的时候，内心都会忍不住想要放弃，但是每次看到教官、同学们不屈的意志和坚持不懈的精神，我便坚定了自己的信念：永不放弃。在紧绷的弦上，我始终如一地前进，为了追求自己的目标而努力。

四、团队精神和荣誉感的培养。

军训期间，每个人都要服从整体利益，摒弃个人主义。我们学会了工作团结，相互帮助，共同进步。在烈日酷暑下，我们与队友们挥汗如雨地完成一项项任务，体验到团队精神的力量。同时，通过集体荣誉制度，我们广泛培养了荣誉感，对自己的行为负责，时刻以良好的形象代表自己所在的集体。

五、对未来的规划和对生活的感悟。

军训让我对未来有了更明确的规划，坚定了自己要不断努力追求目标的决心。我认识到，在一片红旗飘扬的背后，有无数个青春的梦想。军训改变了我对生活的看法，让我更加珍惜时间，懂得了坚持和奉献的意义，对自己的未来充满了希望和信心。

通过这次军训，我不仅收获了锻炼身体的机会，更汲取了人生道路上宝贵的经验和教训。军训让我体察到了团队合作、自律、坚持不懈、团队精神和荣誉感的重要性。这些心得和感悟将会伴随着我走进未来，成为我人生路上的宝贵财富。

**军训心得感悟篇十**

军训作为一项重要的学校活动，它不仅是对学生进行思想政治教育的一种形式，更是培养学生团结协作、纪律意识和体能素质的重要途径。经过一段时间的军训，我深刻认识到军训的意义和重要性。

第二段：锻炼意志力及纪律观念。

参加军训，我深切体会到了身体上的辛苦与锻炼，但更重要的是，我在这个过程中培养了持之以恒的意志力。每天早起集合，严格按照规定的时间完成任务，这让我们养成了良好的纪律观念，改善了我们的时间管理能力。

第三段：培养团队合作精神。

在军训中，每个人都要服从命令，团结配合。面对高强度的训练，我们必须共同努力，互相帮助，才能完成任务。只有形成团队合作的氛围，才能在整体上发挥我们最强大的力量。

第四段：拓宽视野及培养勇敢精神。

军训带给我们的不仅是体力上的锻炼，更是一次拓宽视野和培养勇敢精神的机会。在军训过程中，我们接触到了不同兵种的军人，了解到了他们的工作和任务，这让我对军人更加敬畏和尊重。同时，面对一些可能会让我们害怕或者不自信的任务，军训让我们学会了勇敢去面对挑战和逆境。

第五段：参与军训的温情与收获。

通过军训，我也结识了许多优秀的同学和教官。他们不仅教会了我军事知识与技能，更重要的是在许多细节中传递了人与人之间的温情。军训给我的带来的收获是满满的，不仅有对身体素质和纪律观念的提升，更有对生活中的珍惜和感恩的认识。

总结：通过这次军训，我从身体、意志力、纪律、团队合作、视野、勇敢和温情等方面都有了很大的收获和成长。军训不仅对我的学术生涯有着深远的影响，更对我个人的成长和发展起到了积极的推动作用。它让我们明白了责任、纪律、团队合作的重要性，让我们更好地适应社会生活、学习和工作。

**军训心得感悟篇十一**

军训，将军事化的纪律带入大学校园，不仅培养了同学们的坚强意志和团队精神，还锻炼了我们的体魄和突发事件处理能力。这段不长的时间里，我受益匪浅，收获颇多。以下是我对军训的感悟心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。参加军训，意味着要严格遵守各项规定，服从命令。每一天清晨的起床，每一次操场上的训练，都需要我们准时、准确地完成。而这些看似简单的任务，却是考验我们执行力和自我约束力的一次次机会。在军训的过程中，我很容易发现，只有按照规定要求行事，才能在集体之中得到尊重和认可，也才能提高自己的品质和能力。

其次，军训让我认识到集体的力量。在军训过程中，我们分为小组进行各种活动和训练，在团队中发挥每个人的特长，共同努力完成任务。从开始的陌生到最后的默契，每个人都不断地为集体付出，也收获了同伴的支持和帮助。通过集体活动，我体会到了集体的力量是无穷的，只有团结一心，互补优势，才能完成更多困难的挑战。

再次，军训增强了我的体魄和突发事件处理能力。军训期间，我们进行了大量的体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等，这些训练不仅使我们的体魄变得更强壮，还培养了我们的毅力和坚持不懈的精神。此外，军训期间还进行了突发事件处理的模拟演练，如火灾逃生、抢险救援等。这些演练使我们学会了沉着冷静地应对突发事件，增强了我们应对危险和困难的能力。

最后，军训让我感受到了军人的担当与责任。军人的职责就是保卫国家和人民的安全。参加军训让我意识到，身为公民，我们要对国家和社会承担起自己的责任。无论是在军训中严守纪律，还是在日常生活中积极参与社会公益活动，我们都应该传承和发扬军人的担当精神，为家、为国、为民做出自己的贡献。

总而言之，军训是一次宝贵的经历和锻炼机会。通过军训，我明白了纪律的重要性，认识了集体的力量，增强了体魄和突发事件处理能力，体验了军人的担当与责任。这些收获将伴随我一生，成为我迈向未来、面对困难时的坚强支撑和动力源泉。我相信，只要在以后的生活中坚持用军训所学到的知识和精神指导自己的行为，我一定会走得更远，成为一个有担当、有责任的人。

**军训心得感悟篇十二**

第一段：介绍背景和目的（200字）。

军训是每个大学生都会经历的一段难忘经历，它不仅是锻炼意志、增强体力的好机会，还是增进同学之间交流的重要方式。本文旨在探讨在军训过程中，同学们通过交流获得的感悟和体会，以及这对个人成长和团队凝聚力的积极作用。

第二段：交流促进团队合作（200字）。

军训期间，同学们来自不同的地方、不同的专业，刚刚相识。由于同样受到严格的训练要求和压力，大家会自然而然地组成小团体。通过交流，大家可以互相了解对方的优点和特长，并且互相帮助，共同进步。在共同面对困难和挑战时，交流帮助大家更好地协调行动，提高团队的配合度和出色完成任务的能力。

第三段：交流促进心理成长（200字）。

军训期间，大家会经历各种各样的困难和痛苦。这个时候，交流成为了释放压力、排解悲伤的重要途径。同学们可以通过分享自己的感受和观点来减轻内心的负担，获得精神上的慰藉和安慰。同时，通过倾听他人的经历和见解，大家可以得到更加全面的思考和理解，从而提高自己的思维水平和逻辑能力。这种心灵的交流不仅促进个人的成长，也为人际关系的建立和维护提供了平台。

第四段：交流成为友谊的纽带（200字）。

军训期间，大家在相互交流的过程中建立起了真挚的友谊。在军训活动中，每个人都扮演着不同的角色，有的充当领导者，有的担任协调人，有的发挥创造力。通过交流，同学们不仅了解到彼此的优点和能力，更懂得欣赏和尊重对方。这样的友谊在之后的学习和生活中也能够持续发展，激励和支持彼此成长。

在军训结束后，大家纷纷表示通过交流获得了很多宝贵的经验和体会。首先，交流让我们不再感到孤单，因为可以倾诉自己的困惑和烦恼；其次，交流促进了我们的个人成长，在倾听他人的同时，我们也提高了思考和解决问题的能力；最重要的是，交流增进了我们之间的友谊，使我们更加团结和互相信任。通过这次军训的交流经历，我们也明白了交流的重要性，将在今后的学习和工作中继续发扬交流的精神，与他人交流，共同进步。

总结：

通过交流，同学们在军训中获得了团队合作的能力、心理成长的机会以及真挚友谊的纽带。这些终身受益的经验和体会将为同学们之后的学习和工作提供坚实的基础。因此，我们应该继续发扬交流的精神，在今后的人际交往中，多与他人沟通分享，共同进步。

**军训心得感悟篇十三**

晚饭过后，学生都早早准备完毕，个个脸上泛着光泽。因为，今天晚上学生在教官的带领下将进行自由式的歌唱游戏。想想近几天的训练强度还是比较大的，即便如此，没有哪个学生选择妥协或退出，这是值得认可的重要方面。为了让学生更好的调整自我，丰富自己的军训生活，遂选择在宁静的傍晚时分让学生唱出心中的理想显得尤为重要。对此，身处其间的本人特想谈谈自己的一点感受与体会，以此凝结心灵雨露，让其绽放出夺目的`光彩。

殊不知，时间在汩汩汗水与强劲步伐中慢慢的流逝，可在每个参与军训的人身上留下了深深的烙印--钢铁般的意志。这是值得欢庆的。而在学生用心唱响红歌的时候，也同时唱出了心中的理想，唱出了一种精气神，虽然刚开始学生的音量还不是很大，但是站在学生队伍前面能毫不羞涩、大大方方的让其他同学能更好的认识自己，这是一个挑战，更是一个机会。我想，任何一个心中揣着梦想的人都明白一个道理，那就是，如何让他人正确、全面的认识自己并在内心接纳自我显得尤为关键。所以，我们在对待这些生活细节的时候，千万不可小觑了。可见，眼前的学生都很好的抓住了这样的机会，也是对自我成长负责的良好表现。不管自己的能力多么的稚嫩，只要真实的投入与体验，我想凡事总会慢慢好起来的。所以，看到他们稍显腼腆的样子，我的心中感到无比欣慰与喜悦。

其实，说实在话，学生们所表达出来的勇气与智慧是很值得我们教师借鉴学习的。在他们如此年龄特征阶段，每个人心中都抱有强烈的被认可与肯定的愿望，甚至通过自己的不懈努力做一个敢于追梦人，这种势头让旁观的我深受震撼。现在的学生个性特点越来越鲜明，甚至有时显得怪异，而且在待人接物方面显得杂乱无章，这倒并非就说明他们不思进取，而是在很多因素的作用下形成的，如此想来，他们也是受害者与可怜的人。

凭啥这么说呢？我记得曾经看到这样一件事：有人曾抱怨自己的学校是如何如何的不美丽，工作环境是多么多么的艰难。而另外一人辩驳道，如果我们整个教育环境都那么的尽善尽美了，要我们教师干什么。这句话让我印象深刻。是的，如果我们只是一味的抱怨或安于现状，那么一个人的斗志必将在时间的流逝中被慢慢的消磨殆尽。这是相当可悲的事情。只是，当我们着眼现实的前提下，我们是甘愿自暴自弃还是奋发向上，这是值得我们认真思考的。

虽然，唱歌只是整个军训生活中的一个小小的插曲，但对于学生来说却是极具意义的一个重要内容。也许，期间有学生还无法正确、全面、积极的认识到它的深刻内涵，但只要真实感受过了，必定会在心中留下久远的痕迹。我想他们在唱响歌声的同时，也必定能坚定自己的脚步，朝着自己的理想进发，并时刻保持一颗至真、质朴的纯净心灵。

同学们，士兵们，在理想随着你们歌声飘向远方的时候，别忘了还有默默为你们加油的父母、朋友和老师。但愿你们都能成为一个在追求自我理想时懂得感恩的人。

**军训心得感悟篇十四**

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！

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！