# 202\_年军训的感悟和体会(实用12篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-01-05

*心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得感悟如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。军训的感悟和体会篇一军训对于大学生而言是一段难得...*

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得感悟如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。

**军训的感悟和体会篇一**

军训对于大学生而言是一段难得的经历，它不仅是体验军事化管理，锻炼身体的机会，更是培养集体荣誉感和纪律意识的重要环节。通过参加军训，我们开拓眼界，感受到了军人的坚毅与勇敢，同时也体验了一种排除杂念，全身心投入的力量。军训的目的不仅是为了提高我们的体质素养，更重要的是培养我们的坚韧、团结和坚强的意志力。

第二段：体验军训的苦与乐。

军训不仅让我们享受到军人的荣耀，还经历了许多辛苦和煎熬。在炎炎夏日的训练场上，我们每天挥汗如雨，从晨练到黄昏，甚至连喘息的时间都几乎没有。然而，正是这样的考验，让我们逐渐克服了对疲劳和困难的恐惧，也锻炼了我们的意志力和毅力。而且，军训中严格的纪律要求，让我们深刻体会到了集体意识和自律的重要性。在团结合作中，我们也找到了军人之间相互扶持、团结协作的乐趣。

第三段：学会管理自己。

在军训中，我们从学校和军人身上学到了很多，其中最重要的一点就是自我管理的能力。每天要准时起床、整理床铺、保持卫生，按时出勤，服从命令等，这些都是对我们自我管理能力的严苛考验。通过军训，我们学会了规划时间，合理安排自己的生活和学习，养成了良好的生活习惯和工作方法。这将对我们今后的学习和工作产生积极的影响。

第四段：感悟到的军人精神。

参加军训，我们还深刻感悟到了军人的精神。军人是无畏的战士，他们总是以责任和使命感为前提，始终保持着良好的状态。军人精神包括了对国家、对人民的忠诚与担当，面对困难与挫折从不退缩，勇往直前的品质。军人始终保持着饱满的热情和极高的精气神，这点值得我们借鉴和学习。无论在学习或工作中，都要坚持不懈，不怕困难和失败，始终追求卓越。

第五段：军训的收获与启示。

通过这段军训，我们不仅在体能上得到提高，更重要的是在意志和心理上受到磨练和锤炼。通过参加军训，我们明白了勤奋与付出的重要性，更加明白了团队合作和集体荣誉感的力量。此外，还培养了我们的纪律性和自律性，为我们今后的学习和工作奠定了坚实的基础。军训的经历对于我们每个人来说都是一段宝贵的体验，它不仅是对我们个人成长的锻炼，更是为我们的未来打下了坚实的基础。

总结：

通过军训，我们明白了军人精神的重要性，体验了军人的辛勤和伟大。我们收获了许多，锻炼了意志和身体，学会了自我管理和自律。这段经历不仅是一种历练，更是对我们个人价值观和人生态度的一个重要检验。军训的成功举行，不仅离不开相关人员的付出和努力，更离不开我们每一个参加军训的学生的积极配合和坚持不懈的努力。希望每一位参加军训的学生都能从中吸取到宝贵的经验和教训，为自己的人生奠定坚实的基础。

**军训的感悟和体会篇二**

这是我第二次参加军训，感觉比上次轻松了很多，大概是我又长大了一点的缘故吧。

这次军训只有两天，还是去的园山。到了基地，换上军装，每人领了一瓶水。教官介绍了一下基地之后，就开始了第一天上午的训练。

第一天上午主要是练习下蹲、起立、敬礼、跨立、四面转法。这对于我来说不是很困难。中午吃饭时的要求，也比我上次军训时宽松了许多，不用被罚站哪么久了。不过，要是吃饭的时候讲话，那就没有饭吃了。

下午，教官对我们说有一个比赛，叫“闪电报数”。就是每班选出20名“钢铁战士”，以最快的速度报数，而且还要大声，我有幸成为了“钢铁战士”。经过努力训练，我们获得了第二名。

晚上，基地举行了一场联欢晚会，我们班演唱了歌曲《童年》。其他班也有自己的节目，大家都很开心。

第二天上午又有一个“吸管建塔”的比赛，就是用吸管建塔，看谁的塔建得最稳、最美。我们虽然没有拿到名次，但也给了我们一个“最佳”奖。

第二天下午是“领导力与责任感的训练”。跟上次一样，也是每班选出两名领袖，如果有10个人做错动作，领袖将跑10圈。一次下来，我们班有38个同学出错，这意味着领袖将跑38圈！在领袖跑的时候，很多同学都感动得哭了，我也一样......

两天的军训很快就结束了，在“结营仪式”上，我被授予了“优秀少年”的称号，还获得了一个荣誉证书。

这次军训使我体会到，面对困难和挫折的时候，要有不怕苦、不怕累的精神，才能获得最后的成功！

两天的军训把我累坏了，回到家好好冲个凉，真爽！只是被太阳晒得有些过敏、满脸通红，嗓子也变成“唐老鸭”了。

**军训的感悟和体会篇三**

喜马拉雅山直上云霄，但上面有登山者的旗帜；撒哈拉沙漠无边无际，但其中有徒步者的足迹。阿尔卑斯山绵延数千英里，但其中不乏探险家。臧波河行色匆匆，却有勇者的故事。

今天大部分军事训练都完成了，也差不多完成了。几天前，这个开朗的小女孩已经变成了一个态度端正的女孩。保持不变的是我激动而充满希望的心。就在几天前，我渴望离开这里。当我想分开的时候，我意识到这个错误的想法非常幼稚。

在军训的这些日子里，我期待着早点结束，但现在我太想念它了。在我的记忆中，我有时比别人慢半拍，注意力不集中。在记忆中，我有时没有做好我的行为。这些都是我的缺点，但现在都被关注了。

如果时间可以过去，我还是想回到那一天，第一次军训的那一天，我也想踏上新的征程来弥补我的漏洞。如果时间可以停止，我想停留在那一天，那阳光明媚、幸福快乐的一天。

后来才知道宁愿错过也不愿意重复。既然军训快结束了，就不要在最后一次再犯同样的错误了。在未来的日子里，梦想只会萌芽。

我有问题，我不害怕。如果能让我变得更好，我宁愿把我所有的问题都暴露给大家。我的人生和梦想之间的路才刚刚开始，我会带着一颗乘风破浪的心继续前行。世界是明亮的，但山是明亮的。

保持炙热，坚持下午，或许前路未必是光明坦荡，但也一定充满无限可能。倘若心灵没有一方净土，用什么东西和这纷扰的世界方庭抗礼。

人生没有失败，只有没想的明白。平凡的人只能听从命运，只有强者才是自己的主宰。盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人。满满来吧，一步一步的向梦想靠近；满满来吧，一步一步的成为自己想要成为的。我一直都在，我从未离开。

**军训的感悟和体会篇四**

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。

**军训的感悟和体会篇五**

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。

**军训的感悟和体会篇六**

8月12日是一个很值得忘怀的日子……因为这一天是我等来了梦寐以求军训的军训生活。

仪式结束后就到了我们住宿的地方，我们是8个人一个寝室，透过这几天的训练，我们几个人已经成为了要好的朋友，我们寝室的同学们都很有组织，有纪律。我们8个人都十分团结，因为我的床距离门口最近，所以寝室的同学们选举我成为我们1218寝室的寝室长。我敢说，这几天我没有辜负同学们和教官的期望，也对得起我这个寝室长的称号，我把我的工作做的很努力。

到了吃饭的时候我们都是先站在楼下，一路一路的同学往食堂跑去。还务必得拐直角，到了食堂，务必军姿站好，站在饭桌边上。等到教官说坐，才能够坐下，教官再说开饭才能够动筷子。其实在这几天我没一顿吃饱饭的，我挑食，那些菜都不爱吃，但是，我回家之后可不再那么挑食拉，我明白了饿的感觉，是那样的不好受哇!

几天中最累的就是训练了，真的是魔鬼般的阿，每个动作都要做到位，一停下来就要军姿站好，不能够随便乱晃。我们的教官给我们立了一个班规，就是“蹲姿”!每当我们听到这个词的时候心里都微微一颤，突然间充满力量，不敢懈怠。教官一遍一遍喊着口号，我们一遍一遍训练着，真的好累.有一次我们去看电影《唐山大地震》结束的时候，我们到外面站排，我抬头望见天空很美很美，真有种星空的感觉，我还看到了北斗七星呐!我们都很兴奋，叫着喊着，很怕别人看不到这美景。回到寝室楼下，我们的教官很生气，让我们在楼下站了足足快有一个点，我坚持了好久，最后，流出了眼泪。我实在受不了了，身体都很酸。但是我还是一动没动，心里默念，并期盼着能够回到寝室的床上。

我们每一天都起的个性的早，每一天4：00就得起来，不然5：20吹起床哨再起来，洗漱的时间就不够了……我们真的是“睡的比平时早，起得比鸡早阿”!

这几天之内我们洗了一次澡，去了2次服务社，还有教官晚上教我们唱军歌。虽然很累，但是也挺搞笑的!

我们这几天的努力都是为了最后一天的会操和分列式，到了最后一天我们都精神饱满的迎接军训闭幕式，和军训表演，当我们走向主席台的那一刻，我看到领导、老师、和教官们满意的眼神与微笑，我们明白，我们这几天的努力都没有白费。我们在这次军训中成长了自己，同时也锻炼了自己能吃苦耐劳的精神，让我们在今后走向社会，走向未来的实践中获得锻炼。这就是我们来此的真正目的。

虽然很辛苦，但是教官和老师更辛苦，能够听见，每一位教官的嗓子都是沙哑的。老师则是陪伴在我们训练的时候，要是谁驼背了，老师给直;谁生病了，老师嘘寒问暖;谁晕倒了，老师去扶;谁胃疼，老师给接热水。原先我本以为，教官就是爱折腾我们，但是经过这几天的本文来自相处，我明白，这只是教官的工作，他们只想让我们明白什么叫做军事化，什么叫做部队。虽然短短六天的训练时间不能改变我们什么，不能让我们在生活中也像在那里的时候那样做，但能够让我们明白什么是群众的力量，什么是自力更生，让我们从中成长起来。让我们明白“风雨之后，彩虹依旧”!

感谢你，我们的教官，感谢您，我们的老师!

**军训的感悟和体会篇七**

步入大学以后，我们的军训也开始了。以前军训过的我们，已经知道烈日下的艰苦，而军训中传递的精神将在进一步体会。

不同的班级相聚一个连队，让我们更能互帮互助。主动地扶住一些身体不舒服的人，主动地递水、递纸巾给那些虚弱的人，互相鼓励坚持下去的人。即使不认识，即使不了解，即使以前没有共同的话题，但是军训给了我们一个机会，让我们互相交流，互相关心，互相帮助，互相学习。

军训虽然要求严格，但让我们更加有组织，有纪律。我们都知道军人要严格遵守规则，严格服从命令。对于已经有些懒散的我们，训练的方式让我们很累，很辛苦，但一切行动听指挥的方式让我们更加有纪律，看起来整齐划一的连队更加帅气。只要在队列中，任何的动作都要打报告，这使得穿着军装的我们更加符合我们军训学员的身份。这些小细节更能显示军人的严格要求，也让我们在以后的学习中，做到有一丝不苟。

军训虽然让身体不适，但让我们更加吃苦耐劳，更加坚持。站军姿是军训必不可少的一项内容，我们要保持军姿状态几分钟，就是一个考验意志的事。无论是哪一个动作，都会根据要求努力做好，坚持保持下去。克服着烈日，克服着细雨，克服着身体的不适，坚持着，努力着，尽自己最大能力做好着。最新大一军训心得体会最新大一军训心得体会。有时候我们不是成功不了，而是我们缺乏坚持下的毅力。所以，咬一咬牙坚持下去，在心里给自己打气，做一个不轻易放弃的人。

军训也是充满欢乐的。我们唱着军队的歌曲，或许它没有流行歌曲那么流行，但它记录了战士的英勇，传递着士气。我们唱着那些军队的歌曲，重温战争时代的故事，感受战士的英勇无畏。我们拉歌，靠着声音的力度响度，体现我们的气势。军训中的我们也是很热情的，跟教官一起享受这段珍贵的军训生活。

我们要做乐于助人的人，要做有集体意识的人，要做不轻易放弃的人，要做充满热情的人。军训给了我们一个机会，让我们收复那些懒散的习惯，让我们更加严格要求自己，让我们有了更加坚强的意志。

**军训的感悟和体会篇八**

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。

**军训的感悟和体会篇九**

军训是每个大学生活的一部分，它不仅是一种严肃而难忘的经历，也是人生中的一次难得的锻炼机会。在这段时间里，我不仅收获了军事知识和技能，还体会到了许多关于自我、团队和责任的重要观念。下面，我将结合自己的经历，分享一些关于军训的心得体会或感悟。

首先，在军训中，我深刻体会到了纪律的重要性。纪律是军训的灵魂，也是培养大学生严谨态度和高效工作能力的基础。在军训中，我们每天都要遵守严格的时间表，按时起床、吃饭、上课、休息。违反纪律的后果是严重的，无论是被罚站、被罚俯卧撑还是被扣分，都是对我们个人的惩罚。通过这样的惩罚，我明白了只有遵守纪律，才能保证团队的顺利进行，也才能更好地完成自己的任务。

其次，军训中锻炼了我的意志力和耐力。军事训练对身体和意志的要求很高，包括长时间的站立、奔跑和承受高强度的训练。在开始军训的时候，大部分同学并没有足够的体力和耐力。然而，经过几周的训练，我们的体力明显提高了，而且也能够坚持更长时间的训练。这不仅是因为我们的肌肉适应了训练，更重要的是我们的意志力得到了提升。在军训中，没有放弃的念头，只有坚持的信念。通过这样的锻炼，我学会了面对困难时咬紧牙关坚持下去的精神，这对我以后的学习和工作生活都有着重要的意义。

同时，军训让我理解到了集体的力量。在军训之前，我往往习惯以个人为中心，做事情往往在自己掌握能力范围内为好。然而，在集体宿舍、集体操场和集体训练中，我发现单打独斗是没有用的。只有紧密团结，相互配合，我们才能更好地完成任务。在军训中，指导员教会我们如何相互合作，配合动作。在集体训练中，一个人的错误常常影响整个队伍，因此我们必须保持高度的集体意识和责任感。通过与战友的相互帮助和鼓励，我逐渐明白了集体的力量是无穷的，只有团结一心，才能战胜困难，取得成功。

最后，军训教给我责任与担当。在军训中，每个人都有自己的职责和任务。作为旅队干部，我不仅要带领战友完成各项训练，还要负责各类队务和组织工作。面对团队的期望和自己的责任，我感到压力很大，但我也理解了责任是一个人成长和进步的重要动力。只有担当起责任，才能更好地发挥自己的能力和价值。通过军训的历练，我深刻体会到责任对于人生的意义，以及每个人都应该为集体和社会承担应有的责任。

总之，军训是一次难得的锻炼机会，它教会了我们纪律、意志力、团队合作和责任担当。通过这段经历，我真切体会到了军人的辛苦和坚韧不拔的精神。我相信，无论将来面对什么困难和挑战，我都能借鉴军训中学到的经验和理念，坚持不懈地追求自己的目标，努力成为一个有信念、有责任感的人。

**军训的感悟和体会篇十**

军训是每个大学生命中必经的一段时光，不仅是通过体能训练提高体质，同时也是培养纪律性和集体意识的重要过程。在军训的这段时间里，我不仅学到了很多军事知识和基本训练技能，还收获了许多宝贵的经验和感悟。

首先，在军训中我深刻体会到了集体的力量和纪律的重要性。军人的力量来自于团结一致的集体，只有大家一起协作，才能完成各项任务。在晨练、队伍训练等过程中，每个人都要严格遵守纪律，执行指挥，这需要我们具备高度的集体意识和纪律性。我清楚记得一次晨练时，我遇到了困难，本来想要退缩，但是看着身边队友们坚定的眼神和坚持不挠的姿态，我明白了集体的力量是无穷的。从那以后，我下定决心坚持到底，最终取得了出人意料的进步。

其次，军训锻炼了我的意志力和毅力。军训的过程中，身体的疲劳和训练的强度给我们带来了巨大的压力。但是，面对这些挑战，我们不能退缩，只有坚持下来，才能取得进步。我还记得有一次操场训练，大家已经完全筋疲力尽了，此时教官突然下令再来一组俯卧撑，看似简单的动作对我们来说却无比艰辛。但是，我没有放弃，我告诉自己，只有坚持下来，才能战胜困难。最终，我成功完成了这组俯卧撑，不仅锻炼了身体，更增强了我战胜困难的意志力。

再次，军训教会了我如何与他人合作。在军事训练中，团队的配合是至关重要的。每个人都要尽自己的最大努力，为了整个团队的利益而奋斗。在我所在的班级中，每次训练中，教官都会强调团队的重要性，并且进行集体协作训练，比如分组抬杠铃或者长跑接力。通过这些训练，我学会了与他人协作，放下个人的私心，只有团队共同努力，才能达到最好的效果。我发现，只有与他人合作，才能真正发挥出自己的潜力，取得更好的成绩。

最后，军训还启发了我对于生活的思考。军人的生活有着严格的规定和极高的纪律性，这让我意识到在日常生活中要保持条理和自律，不仅对于自身的成长有益，也对于周围的人产生积极的影响。我回到平时的学习生活中，建立了良好的时间管理制度，合理安排学习和休息时间，提高了效率。同时，在与他人相处时，我也更加注重礼貌和谦和，懂得关心他人，尊重他人的权益。这些改变不仅让我更好地适应了大学的环境，也提高了我的交际能力和人际关系。

综上所述，军训是一次宝贵的经历，通过这段时间的训练，我不仅增强了体质，也收获了许多心得和感悟。集体的力量和纪律的重要性，意志力和毅力的培养，与他人合作的意义，以及对生活的思考，这些都是我从军训中学到的重要经验。我相信这些经验将对我未来的学习和生活产生积极的影响。

**军训的感悟和体会篇十一**

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。

**军训的感悟和体会篇十二**

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生。

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！