# 最新为坚持的军训心得(精选13篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-05-07

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。为坚持的军训心得篇一。如果不是因...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**为坚持的军训心得篇一**

。

如果不是因为军训，我想，我也不会全身紧张到酸痛，还咬着牙硬撑。

之前助班学长学姐就说过“不舒服就打报告”，可是军训哪能是舒服的呢?在顶着烈日军训的时候一直想着的都是“再忍一分钟，就一分钟”之类的自我催眠，在终于结束了上午的训练后拖着步子就回了寝室——从来没有这么渴望回到寝室过。

其实很多人都会说什么军训是人生中最绚丽的篇章，其实也不见得会愿意再来一页，这般绚丽的篇章，真要比喻的话，军训倒可以说是一场电影开头处的细节线索，当时并不在意，甚至觉得是多此一举的情节却能在戏末时感叹这一笔的精妙……不过目前，还没有到那个能将陈年不易做笑谈的岁月，那就先看着这幕影像吧，毕竟人生不是国产青春剧，一部鸿篇巨制是不会浪费任何一个镜头的。

从前就觉得军人是个非常帅气和雄伟的一个名词，而在军训的过程中才觉得所有光鲜都来得不容易，在真正的训练中完全没有英姿飒爽，反而觉得狼狈不堪。不知道是不是因为这是第一天的不适应，懒散了一个暑假后猝不及防的高强度练习所导致的不适应。但乐观想一想，所有不适应都会有解决的一天嘛。

在这个还带着夏天余热的九月，我从自己的青春里打马而过，穿过茂盛的树林，穿过悲喜与无常迎来了我人生中的第二次也可能是最后一次军训。

我喜欢各种运动，喜欢流汗的感觉，可是因为后天贫血不能够长时间运动。其实我一直觉得自己的耐力与运动神经不错，可是在连续站了一个小时的军姿之后，还是有了一种虚脱的感觉，在那漫长的一个小时之间，“身体不舒服打报告!不要硬撑着的话语如同魔咒一般在耳边不停地响起”可是倔强的我绝不会做逃兵!就这样心中的两种心情不停的斗争着，最终正义胜了邪恶。

十七号的晚上睡地格外香甜，没想到认床的毛病也因为这一天的劳果与充实而有所减轻。

十八号的早上5:30便强迫自己起床，没有老妈平常“乒乒乓乓”的声音，只有肆虐的风声在窗外狂妄的叫着，一时间思念如同潮水汹涌酸涩的眼眶，终于开始懂得思念是一种幸福的忧伤，一种甜蜜的惆怅，一种混乱的痛苦，它沉淀了昨天的惆怅，装饰了美好的未来!

曾经有人说过别让别人徘徊的脚步踩坏你明天美好的理想，天下没有不散的宴席，也许这人间真的只有朦朦胧胧才是真，可是通过这几天的训练，我却觉得大把大把的时光从我们的指尖溜走，也学能够留下的只有努力地成果与情感，我想若干年之后，我们一定会感到现在拼命努力的自己!

军训磨练了我们的一直，也许并不是每个人都可以改变世界，但是，至少我们可以如陈冬青一般不被这个世界改变!

军训，对我来说一点也不陌生。可对于大学的军训，仍怀有憧憬，希望在这里再一次锻炼自己，提高自己，感受真正的军旅生活。

军训时间已经过去两天，而真正的训练似乎还未开始。我们现今所学的只不过是军人所应学习的最基本的技能。尽管头顶炎炎烈日，额头硕大的汗珠顺着脸颊向下流，尽管有人内心排斥训练，但，有谁想过，就在我们结束训练之后，教官们被班长集中在一起，试试他们更多的是接受批评，原因就是我们怕吃苦，太娇气，简单的动作都不能整齐化一。再想想，教官们的年龄比我们大不了多少，他们不也是吃苦耐劳，经受军队的考验，成为出色的人民子弟兵。他们是我的榜样!

同样军训时快乐的!休息时间，我们唱军歌，和其他连队进行拉歌，更有其他同学精彩的表演。军号嘹亮，步伐整齐是我们的追求，团结就是力量是我们的口号，步调一致得胜利是我们的使命。烈日对我们而言再也不是挑战，相反，我们用一阵阵呐喊征服一切，征服世界，向世界展现我们的年轻，上了大学的我们，或许成熟了许多，面对精彩的表演，我也终于鼓起勇气，将自己那并不完美的歌声在大家面前展现出来。虽然歌声并不美丽动听，但我学到了如何表现自己，展现自己。

两天的军训生活，更多的是充实，在这里，我们做到了我内心的呐喊：提高自己，让大学四年不再平庸!

军训是大学的第一堂课，在这堂课上有严明的纪律、有紧张、有欢笑......教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，“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，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌中描写的一样：“还硬比钢还强”。在军训中，我们军人、学生一家人，了解了不少的军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概。他们肩负着保卫国家的重任，苦中作乐，教官说：“当兵后悔二年，不当兵会后悔一辈子”，军人的奉献精神深深地打动了我们每个人，在这里有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，这些就像不灭的音符跳动不已，我们是充实的，我们是快乐的，苦与累已化作美与甜，军训——我们不后悔。

军训已过去两天，这两天中我的感触很深。我感觉自己比以前坚强多了，也没有了以前的懒散和埋怨，总觉得自己充满了力量。叠被子是我在军训三天中遇到的最难的挑战，经过教官不厌其烦的教导，我终于也叠出了“豆腐块”一样的被子。这不仅使我感受到要注意生活的每一个细节，遇到困难时更要坚持，才能养成好的习惯，成就美好的人生。军训中还有很多的感慨，它们都会影响我的一生。感谢军训，它教会了我很多以前没学到的东西。

军训心得进入初一，我们迎来了如火如荼的军训。

别人都说军训是枯燥而艰苦的，只有经过自己经历过的，才会真正感受到军训的真正含义与感受。

当我们满怀着好奇与兴奋踏入军校时，那一个个穿着军装，脸带严肃的.教官，才明白军训没有想象的那样的美好。当我们穿着一身迷彩装的我们，走进军训中。

走入军训，是磨炼我们意志的时刻，我们不再像在学校上课那样安逸、舒适，在教室里吹着风扇，悠哉悠哉地上课，而在军训中，那是枯燥、艰苦的，在炎炎的烈日下我们在艰苦地训练着，并且打醒十二分精神，听从教官的指示，这使我们不禁想念以前在家、上学的日子是多么的美好，我们承受训练时的身体疼痛，在这，有我们洒下的汗水，走过的脚印，这是我们迈向成功的证据。

军训还是磨炼我们坚强的意志，在第二天的军训时，教官教我们走正步，这是我们要学习的重点之一。可我们学了这么多遍，还是没学好，教官严厉地批评了我们，我也是其中之一，当时我很想念家里的父母和老师们，很想放弃，可看见同学们都没有因此而放弃，便坚持了下来，认真听从教官的指挥，果真，我学会了正步。这使我学会坚持不懈、永不放弃的精神。

在这次军训中，我学会了做人要有坚定、坚强的意志面对一切困难，在想放弃的时候，坚持不懈、永不放弃。这是我在军训中学会的。

军训第十一天，皮肤晒黑了，嘴唇裂开了，但这又算得了什么?一个人的意志没有经历过苦难的砥砺，就不会以一个强者的姿态站起来，就不会懂得奋斗的乐趣，不会理解军训的艰辛。

军训是暂时的，但军人的严格训练，铁的纪律是永恒的主题，在我们心中永不逝去，让我们懂得，对于生活中的磨难和坎坷，我们不但不要害怕，逃避，还要张开双臂以拥抱的姿态去迎接，以沐浴的姿态去感受，因为磨砺实在是成就不平凡人生的甘霖，能够用心去感受磨练，我们才能在激烈的竞争中游刃有余。漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥使脆弱的我们变得坚强，严肃的训练使我们每个同学英姿飒爽。

坚持就是胜利，烈日哄着大地，我们的衣服，湿了又干，干了又湿，汗水沿着脸颊一滴滴的滑落。军姿已经站了一个小时吧，脚的刺痛感越来越清晰。倒下吧，那就能好过点，然而，我怎能倒下呢，倒下前面的努力都白费了，做事不能半途而废的，只有坚持才能赢得最后的胜利，我相信，我一定能行的。

作为一个大学生，我们都选择当勇士，力争坚持到底，永不放弃!

军训这个既可怕又令人兴奋的活动正在如火如荼的进行中。不知不觉，已过去两天，今天是第三的军训日。

在过去的两天中，王教官教会了我们许多部队里的姿势：稍息、立正、站军姿、跨立、齐步走……这些挺拔的姿势在无形中增加了我们的气势，使我们个个斗志昂扬，充满了力量。

每天集合在操场上时，我们的必修课是站军姿十五分钟。今天也不另外。我们排着整齐的队伍，踏着矫健的步伐来到操场。在王教官的指挥下，我们稍息、立正而后开始站军姿。抬头挺胸，双腿绷直，双臂夹紧，人稍前倾，这是站军姿的要领，其中“人稍前倾”尤为重要，这样我们才能熬住十五分钟。今天的我稍稍有些偷懒。每次趁教官不在的时候，将大腿放松，但又怕教官的责罚，这种感觉真不好。于是，我有老实地站标准军姿。终于一声命令，十五分钟繁荣站军姿过去了，我们原地踏步，双腿由于一直紧绷，难以高抬腿。

王教官带领我们到场地训练。一早上我们都在训练正步走和跑步走。起先，天阴沉沉的，微风伴着前几天的热吹拂着，丝丝凉意中又有点微热，我开始庆幸今天没有热日当头。没过多久，天空竟下起来了雨，我们无奈之下只能排着整齐的队伍回班级。

下午，天空依然灰蒙蒙的，下着细雨，但我们依然有条不紊的训练着。我们这些在家中的宝贝第一次在雨中淋雨，时不时都会抱怨一声。虽然这样，我们都没有喊报告叫停，我们都坚持下来了。终于，我看到了班级的凝聚力，想到了我们这先天喊得军歌：“团结就是力量，团结就是力量……”

这一天，我们有全部坚持下来，回过头，发现时间过得很快，光阴似箭，让人无法抓住它。

一名人曾说过：“人的全部本领无非是耐心和时间的混合物。”那我想说，我们做到了，在军训中，我们学会了坚持，学会了耐心，学会了在匆匆的时间中中去把握。

最后，我告诫自己：坚持就是胜利!

**为坚持的军训心得篇二**

如果不是因为军训，我想，我也不会全身紧张到酸痛，还咬着牙硬撑。

之前助班学长学姐就说过“不舒服就打报告”，可是军训哪能是舒服的呢？在顶着烈日军训的时候一直想着的都是“再忍一分钟，就一分钟”之类的自我催眠，在终于结束了上午的训练后拖着步子就回了寝室——从来没有这么渴望回到寝室过。

其实很多人都会说什么军训是人生中最绚丽的篇章，其实也不见得会愿意再来一页，这般绚丽的篇章，真要比喻的`话，军训倒可以说是一场电影开头处的细节线索，当时并不在意，甚至觉得是多此一举的情节却能在戏末时感叹这一笔的精妙……不过目前，还没有到那个能将陈年不易做笑谈的岁月，那就先看着这幕影像吧，毕竟人生不是国产青春剧，一部鸿篇巨制是不会浪费任何一个镜头的。

从前就觉得军人是个非常帅气和雄伟的一个名词，而在军训的过程中才觉得所有光鲜都来得不容易，在真正的训练中完全没有英姿飒爽，反而觉得狼狈不堪。不知道是不是因为这是第一天的不适应，懒散了一个暑假后猝不及防的高强度练习所导致的不适应。但乐观想一想，所有不适应都会有解决的一天嘛。

**为坚持的军训心得篇三**

军训是大多数大学生大一必经的一段时光，这是锻炼意志、加强体质的好机会。在军训过程中，我深刻体会到了坚持训练的重要性。坚持训练不仅能够增强体能，锤炼意志，还能够培养积极进取、顽强拼搏的品质。通过这次军训，我收获了很多，学到了很多，下面我将从努力坚持、追求进步以及培养集体精神三个方面来谈谈我的心得体会。

首先，军训期间，我深刻体会到了努力坚持的重要性。军训是一项体力与意志的双重考验，每天早上起床，我们都要迎着寒冷的风去操场集合，然后进行长时间的体能训练。刚开始的时候，我感到十分累，每当我想放弃的时候，我就会告诉自己，只有坚持下去，才能够真正锻炼身体，塑造坚强的意志。虽然困难重重，但是我告诉自己一定要努力坚持下去，不断超越自我。我相信，只要坚持训练，就一定能够找到突破口，战胜困难。

其次，军训使我逐渐认识到追求进步的重要性。在军训过程中，我们每天都要进行各种体能训练项目，如长跑、俯卧撑等。刚开始的时候，我的成绩并不理想，但是我并没有气馁，相反，我更加加倍努力，积极寻找问题所在，并不断改善和提高。我在长跑项目中，练习起来虽然困难，但我每次都会尽力超越自己，争取比上一次有所进步。终于当我在一次长跑中突破了自己的纪录时，我感到无比的满足和自豪。这次军训让我明白了，只要不断追求进步，积极探索改进的方法，我们一定能够不断提高自己，实现自己的目标。

最后，军训让我深刻理解了培养集体精神的重要性。在军训期间，我们每个人都是团队的一员，只有大家齐心协力，互相配合，才能够完成各项任务。在困难的训练中，我们相互激励，共同进步，形成了浓厚的集体精神。当我的队友们在累到不能再累时，我会鼓励他们坚持下去；当我精神不佳时，我的队友们会鼓舞我继续努力。通过军训，我明白了集体的力量是无穷的，只有团结一心，形成团队合作，才能更好地完成任务，取得更好的成果。

总之，通过这次军训，我收获了很多，并且对坚持训练有了更深刻的理解。明白了坚持训练不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的锻炼；明白了追求进步的重要性，只有不断超越自己，才能进步；明白了培养集体精神的重要性，只有齐心协力，相互支持，才能取得更好的成果。这次军训让我更加坚定了我的信念，坚信只要努力坚持、追求进步以及培养集体精神，我就一定能够面对所有的困难和挑战，并取得成功。我相信，这样的经历将伴随着我一生，并在今后的学习和生活中起到积极的促进作用。

**为坚持的军训心得篇四**

老师经常教育我们说：“事不在大小，贵在坚持。坚持就能成功，坚持就是胜利。”

星期五下午的体育课，徐老师要给我们测试400米跑步，我心想：没事，很轻松！可是当我看到毕玉娇、孙红等同学跑完后，一个个的难受样，我开始恐慌了。心想：参加运动会的运动员都累得倒下了，我能行吗？我紧张得手心都出汗了。

不一会儿，轮到我跑了，我心想：跑吧，躲不了的。“预备，跑！”我“嗖”地跑起来。一开始很轻松，我以最快的速度跑，耳边听见同学们喊“陈冰倩加油！陈冰倩加油！”我信心十足。跑了不久，我就觉得腿越来越酸，跑不动了，呼吸也不顺了，我张着嘴，大口喘气，看着前面的终点，我想到我最爱说的话：“坚持就是胜利！”我握紧拳头，用那酸得不能再酸的腿开始坚持，终点越来越近了，“坚持就是胜利！”我一遍一遍对自己说。我再握紧拳头，用力冲刺了！我第三名！把后面的同学甩得远远的！虽然累得说不出话，但我心里很高兴。看着后面跑来的同学，有的都跑哭了，我心想：幸亏我一遍一遍为自己鼓劲，要不，我也会坚持不下来的。

**为坚持的军训心得篇五**

开学季，军训如期而至。军训既是锻炼身体，培养意志品质的机会，更是展示学生团队协作能力和纪律观念的舞台。在这四周的艰苦训练中，我深有体会地体会到了坚持的重要性。坚持不仅仅是一种坚忍不拔的精神，更是一种对自己的信任和信念。下面我将以我的军训心得体会为主线，分享我在军训过程中所体悟到的“坚持”。

第二段：坚持锻炼，身体倍增。

军训的重要目标之一就是锻炼身体。军训期间，我每天早晨还未天明就得起床，冒着寒风穿上厚厚的训练服，开始晨跑。起初面对硬邦邦的操场，我的脚步显得有些犹豫。但我心里一直对自己说“坚持一下”，我战胜了那一瞬间的退缩。渐渐地，我在晨跑中找到了乐趣，每天早晨都期待这一段时间。晨跑锻炼不仅使我的体能得到了提升，还使我的身体倍增了力量。

第三段：坚持纪律，团队力量成倍增。

军训中，严格的纪律要求是不可忽视的。在正步、校阅、军事课等各个环节，纪律是否严明，决定着整个队伍的形象和力量。而我明白，只有自己能够严格要求自己，才能更好地约束队友，形成团队的战斗力。于是，我每天都对自己进行严格的自律。我坚持早到集合地点，保持军姿正确，按时完成任务。我的坚持赢得了教官的夸奖，也带动了队友们的积极性。团队成员的纪律观念日益加强，我们的队伍也变得紧密有序。

第四段：坚持信念，自我超越。

军训是对意志品质的大考。面对严酷的体能训练和繁重的军事技能训练，我常常感到身心疲惫。但是，我告诉自己要坚持下去，因为我相信只有坚持才能收获成果。在体能训练中，我每次都超额完成任务，用汗水和努力证明了自己的实力。在军事技能训练中，虽然有一再失败和不断尝试的过程，但我相信努力付出总会有回报的。最终，我取得了优秀的成绩。这段经历让我明白，只有坚持自己的信念，才能不断超越自我。

第五段：坚持到底，会征服一切。

军训结束了，但是我心中的坚持并未结束。我明白，坚持是一种习惯，是一种对生活的态度。坚持不仅仅体现在军训的四周，更体现在学习、工作和生活的方方面面。我将把坚持贯穿到日常琐碎的事情中，相信只要坚持到底，一切困难都会被征服。

结尾：

军训让我体会到了坚持不易。坚持锻炼，身体倍增；坚持纪律，团队力量成倍增；坚持信念，自我超越；坚持到底，会征服一切。这四周的军训让我更加坚定了自己的信念，也让我明白了只有坚持才能迈向成功的道路。坚持是我们每个人都可以追求的品质，相信只要坚持，就一定能够实现自己的梦想，走上人生巅峰。

**为坚持的军训心得篇六**

在人生的道路上，坚持是我们必不可少的。它可以使你成功，但如果你半途而废，那必定会失败，而对于这一点的理解，我是从那天下午才明白的。

那是一个昏暗的下午，我难得有空出来玩，兴奋极了，我拿着风筝就往门外跑。虽然天空阴沉沉的，但我的心情特别高兴，我抓住风筝的线，想让它飞起来，可是我试了一次又一次，迎接我的却是失败，我有些气馁了，将风筝扔在地上，满头大汗地坐在草地上。

忽然，我看到有一只小虫子，在草地的小泥潭里，正挣扎着想要爬出来，试了好多次，都没有成功，但它丝毫没有气馁，使劲全身气力摇着它的小胳膊奋力爬呀爬，终于爬了出来。我一下子被鼓舞了，重新拿起风筝，满怀信心地奔跑起来。

一次次狂奔，一次次落下，挥汗如雨的我，加快脚步，挥舞着手臂，那只小小的风筝，一点一点地，摇晃着，升上了天空。这时，一股风吹来，将那只风筝托的越来越高，也将原本笼罩在头顶的乌云吹散，一束太阳光射透进来，金色的光芒照在我的脸上，映在我发自肺腑的笑脸上。我站在太阳下，不时有阵阵微风拂过，吹干了我被汗水浸湿的衣裳，我自豪地望着那只风筝。

那只风筝，给我带来了喜悦与自豪，那只风筝，让我明白了：坚持到底就是胜利！

**为坚持的军训心得篇七**

有时我真的想放弃，但我必须坚持。

——题记。

在这热浪滚滚的八月里，我踏进了向往已久的高中。八月的太阳无情地炙烤着大地，天空中没有一丝云彩，一阵风刮来，从地上卷起了一股热浪，火烧火燎地使人窒息。而此时的我们迎来了高中的“第一课”——军训。

军训，在我的心里原本是一个可怕的名词。在我看来，军训也许会充斥着教官的责骂，会有魔鬼般的训练，也会流下辛酸的泪水……军训，是令我生畏的，可顶过了烈日后，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，坚持就是其中的一点蓝，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。

文档为doc格式。

。

**为坚持的军训心得篇八**

军训这个既可怕又令人兴奋的活动正在如火如荼的进行中。不知不觉，已过去两天，今天是第三的军训日。

在过去的两天中，王教官教会了我们许多部队里的姿势：稍息、立正、站军姿、跨立、齐步走……这些挺拔的姿势在无形中增加了我们的气势，使我们个个斗志昂扬，充满了力量。

每天集合在操场上时，我们的必修课是站军姿十五分钟。今天也不另外。我们排着整齐的.队伍，踏着矫健的步伐来到操场。在王教官的指挥下，我们稍息、立正而后开始站军姿。抬头挺胸，双腿绷直，双臂夹紧，人稍前倾，这是站军姿的要领，其中“人稍前倾”尤为重要，这样我们才能熬住十五分钟。今天的我稍稍有些偷懒。每次趁教官不在的时候，将大腿放松，但又怕教官的责罚，这种感觉真不好。于是，我有老实地站标准军姿。终于一声命令，十五分钟繁荣站军姿过去了，我们原地踏步，双腿由于一直紧绷，难以高抬腿。

王教官带领我们到场地训练。一早上我们都在训练正步走和跑步走。起先，天阴沉沉的，微风伴着前几天的热吹拂着，丝丝凉意中又有点微热，我开始庆幸今天没有热日当头。没过多久，天空竟下起来了雨，我们无奈之下只能排着整齐的队伍回班级。

下午，天空依然灰蒙蒙的，下着细雨，但我们依然有条不紊的训练着。我们这些在家中的宝贝第一次在雨中淋雨，时不时都会抱怨一声。虽然这样，我们都没有喊报告叫停，我们都坚持下来了。终于，我看到了班级的凝聚力，想到了我们这先天喊得军歌：“团结就是力量，团结就是力量……”

这一天，我们有全部坚持下来，回过头，发现时间过得很快，光阴似箭，让人无法抓住它。

一名人曾说过：“人的全部本领无非是耐心和时间的混合物。”那我想说，我们做到了，在军训中，我们学会了坚持，学会了耐心，学会了在匆匆的时间中中去把握。

**为坚持的军训心得篇九**

第一段（引言）。

在大学生活中，军训是一个必修课程。对于绝大多数学生来说，军训是人生中第一次面临严格训练和高强度锻炼，因而成了一种挑战。但通过军训能够培养学生的意志力和毅力，培养他们坚持到底的品质，这对日后的学习和工作都有不可估量的影响。

第二段（拓展）。

军训是一次荣誉和苦难并存的体验。在严谨的军事训练下，我们练习操纵步枪，进行战斗队列，跑步等种种训练。这些训练不仅对我们体力上提出了极大的要求，还对我们的意志力和耐力提出了考验。战斗的训练带来的是汗水和疲劳，但同时也培养了我们坚持不懈的精神，使我们学会了不服输的品质。

第三段（论证）。

坚持是一种重要的品质，这点在军训中体现得尤为明显。在训练开始的初期，有很多同学往往会因为身体的疲惫和艰苦的环境而产生退缩的心理。然而，只要我们毅然坚持下去，我们就会发现身体的疲惫是可以克服的。在军训的每一次训练过程中，我们都必须充分发挥出自己的潜能和决心，以坚持不懈的精神去战胜自己的困难和负重前行。

第四段（实例）。

在军训期间，我遇到了一个久坐经商的官兵，他已经有40多岁了，但是他依然坚持参加我们的训练项目。有一天我们去爬一座山，山路十分崎岖陡峭。刚开始的时候，我很轻松地奔跑着，毫不费力地领先于他。然而，到了中途，我感到体力不支，渐渐喘不过气来。但当我回头时，发现这位官兵虽然行动缓慢，却一步不停地坚持着。他满脸的汗水惊叹着他的毅力，也唤醒了我的坚持。从那次经历后，我义无反顾地坚持到了军训结束，体验到了坚持不懈的力量。

第五段（总结）。

通过这次军训，我明白了坚持的重要性。无论是学习还是工作，困难和挑战是难以避免的。但只有通过坚持不懈，才能取得真正的成就。军训让我们体会到了这种艰难的过程，也锻炼了我们的信心和意志力。在日后的学习和工作中，只要我们能够坚持下去，我们就能够克服困难，实现更大的成就。所以，我们要始终保持坚持不懈的精神，不仅仅是在军训中，更是在人生的道路中。

**为坚持的军训心得篇十**

军训是每个大学生活中必不可少的一部分，无论是对于身体的锻炼还是对于思想的磨炼，都起着至关重要的作用。然而，在军训期间，常常有同学因为一些小病小痛而选择选择请假或者轻描淡写地参加训练。然而，在我经历了一次发烧坚持军训的经历之后，我深刻地意识到，坚持军训不仅仅是为了完成学业的一个任务，更是一种人生态度和对自我的鞭策。

正值下起的秋雨中，我感觉身体有些不适，但是由于之前对于军训的充满期待，我仍然坚持了下来。然而，随着时间的推移，我的发烧症状逐渐加重，身体的不适感越来越强烈。每一次晨跑时我的身体都会颤抖，每一次队列训练时我都觉得头脑一片混沌。虽然我很想请假回去休息，但是我深知这样做只是在逃避困难，而我选择面对困难是坚持军训的唯一出路。

通过这段时间的发烧坚持军训，我学会了珍惜每一次机会。在发烧的情况下，我对训练更为重视，每一次的锻炼我都尽力去完成，我不仅仅是为了训练而训练，更是为了在病痛中找到坚持的力量。而这种坚持的力量让我更加明白了自己的责任。每一天，我都会更加珍惜身体的健康，更加理解了坚守自己的信念是多么重要。

通过发烧坚持军训，我不仅仅体会到了身体的极限与挑战，更重要的是在坚持训练的过程中找到了自己的努力方向。我意识到，身体的不适只是一时的，而训练和成长才是更重要的。在我努力坚持的那些日子里，我看到了自己的进步，和自己的变化。而这种努力，变得更加坚定了自己对于未来的期待和信心。

通过发烧坚持军训，我明白了一句话——坚持就是力量。在生活中，我们常常会面临各种各样的困难和挑战，而坚持是战胜困难的唯一途径。发烧坚持军训，让我体会到了坚持的重要性和它所带来的力量。无论是在学业中还是在工作中，只有坚持不懈地奋斗，我们才能取得更为辉煌的成果。

总结：

通过发烧坚持军训的经历，我深刻地理解到了坚持的重要性和它所带来的意义。在生活中，我们只有勇敢面对困难，坚持不懈地追求自己的目标，才能真正成长和进步。发烧坚持军训的经历，让我学会了面对病痛时的勇敢和无畏，也让我更加珍惜每一次锻炼的机会。在未来的道路上，我将继续坚持不懈地努力，追求自己的梦想和理想。

**为坚持的军训心得篇十一**

军训不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，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。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;少了份依赖，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。

有位哲人曾经说过：“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，只有尝过的人才知道其中的韵味，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。昨天，我们一起欢笑，流泪。今天，我们一起历经风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。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。

**为坚持的军训心得篇十二**

在军训期间，有时我们会遇到许多挑战和困难，其中之一就是身体不适。面对发烧这样的情况，我们是否应该放弃军训，好好休息呢？还是选择坚持下去，完成预定的训练任务呢？这是一个不仅考验体力，也考验意志力和毅力的选择。我曾经经历过发烧坚持军训，对此我有许多心得体会。

第二段：困难与挑战（250字）。

在军训中，我们每天面临着严格的训练和艰苦的条件。而突然发烧，让我感到异常痛苦和困扰，体温升高、头痛乏力，无法像其他同学一样积极投入到训练中。然而，即使痛苦不堪，我仍然选择坚持下去。因为我明白，军训是提升自己体能和意志力的重要机会，只有冲破自己的极限才能真正进步。虽然发烧让我面临更大的挑战，但我相信只有坚持下去，才能真正感受到成长和进步。

面对发烧，坚持军训并不容易，但我学到了重要的心态：积极面对困难，保持乐观。我告诉自己，发烧只是暂时的痛苦，而军训的收获却是长远的。每当我感到身体不适时，我会告诉自己，疼痛只是暂时的，坚持下去会有更多的收获。这种积极的心态帮助我坚持下来，也让我更加珍惜军训的每一天。同时，我也学会了与发烧共存，通过积极调整心态和合理安排时间，我能够更好地抗击发烧的不适感，保持正常的训练效果。

第四段：意志力的锻炼（300字）。

发烧坚持军训，不仅是对身体的锻炼，也是对意志力的挑战。军训期间，每天都会面临各种各样的困难和压力，而发烧更是让我感到异常疲惫和无力。但在这种情况下，我学会了坚持下去，不轻易放弃。我告诉自己，只有战胜身体上的困难，才能更好地战胜精神上的困难。通过锻炼意志力，我能够更好地面对生活中的各种挑战，更加坚定自己的目标和信念。

第五段：回顾与收获（200字）。

回顾发烧期间的坚持军训，我深刻体会到了坚持和毅力的重要性。通过这段经历，我认识到了在生活中无论遇到什么困难，只要坚持下去，就一定会有收获。发烧坚持军训，让我不仅体验到了身体和意志的力量，还锻炼了我对困难的应对能力和心态的把握。这段经历对我的成长和进步起到了重要的推动作用。我会继续保持坚定的信念和积极的心态，面对未来的挑战和困难。

**为坚持的军训心得篇十三**

第一段：军训是一次锻炼意志坚持不懈的过程，需要明确目标并付诸行动。

军训，作为大学生活的重要组成部分，既是一次对身体的考验，也是一次对意志的锻炼。在军训的过程中，我深刻体会到了坚持的重要性。首先，坚持对我而言是一种信仰，也是一种追求。树立明确的目标，只有付诸行动，才能实现梦想。因此，在军训中，我时刻根据自己的目标来调整心态和行动，坚持不懈地追求自己要达到的成果。

第二段：军训中的坚持意味着无论遇到多大的困难都不放弃，不言放弃。

军训中的困难和疲惫是不可避免的，而坚持的力量却能使我们走得更远、更稳。比如，在累到极限时，我经常会告诉自己：“坚持一下，忍一忍，成功就在前方！”这种坚持的信念让我在军训中变得更加顽强，不断地挑战自己的极限。尽管身体疲惫、心力交瘁，但我始终坚信只要坚持下去，就会收获成功的喜悦。

第三段：军训的坚持还包括在团队合作中担当责任，积极参与。

军训是团队协作的过程，每个人都承担着不同的责任。而坚持对于团队的重要性同样不可或缺。我意识到，只有坚持积极参与、承担起自己的责任，才能发挥出团队的力量。在军训中，我始终以积极向上的态度参与各项训练和活动，与队友们共同面对困难，共同度过艰苦的训练日子。我们互相鼓励、帮助，激励着每个人不断前进，最终取得了令人满意的成绩。

第四段：军训的坚持在细节中得以体现，培养了细致认真的习惯。

军训是一场自我管理的过程，通过严格的纪律，培养我们细致认真的习惯。每天的大纲训练、晨检、队列整理等等，这些细节都需要我们严格遵守，并在遵守的同时提高自己的综合素质。坚持做到这些细致认真的事情，不仅能保持良好的纪律，还能培养自己的责任感和集体意识。这些习惯在日后的学习和生活中也会派上用场，让我们更加成熟。

第五段：军训的坚持不只是为眼前的训练，更是为未来的成长。

军训的坚持并不只为了在短期内完成一次训练，更重要的是在未来的生活中可以持之以恒、持守信念，不论遇到多大的困难都能坚持下去。军训让我明白，坚持不仅是一种品质，也是一种态度，这种态度将伴随我生活的每一天。在今后的学习和工作中，只有保持坚持，才能取得更好的成绩，建立起自信和勇气，不断突破自我。

总结：坚持是一种信仰，也是一种追求。通过军训的锻炼，我明确了目标，坚持不懈地付诸行动。在困难面前，我坚持不言放弃；在团队中，我坚持积极参与；在日常训练中，我坚持培养细致认真的习惯。军训的坚持不仅是为了训练本身，更是为了未来的成长。在未来的生活中，只要坚持不懈，我相信一定能收获更多的成功和喜悦。

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！