# 2025年大学生军训心得体会(实用10篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2025-01-20

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**大学生军训心得体会篇一**

时间如白驹过隙，转眼间，大一军训也已经进行了12天。回想这12天的生活，心中的滋味，有辛酸，有满足，有劳累，有快乐，相伴相随，五味杂陈。

当自己穿上那“迷彩”的军装时，当教官们踏着整齐的步伐跑到操场时，我的内心是多么的混乱!经历了高中的历练，踏入了大学，然而传说中人间天堂般的大学生活竟然以这种方式开始，一张张训练课程表早已安排的满满的，12天的军训生活，早已被一张薄薄的军训单操控着，军人般的生活开始了。

清晨，抱着好奇心的我早已到达了操场了!着对许多在家如“帝王”般生活的人来说，无疑是地狱式考验。教官以来就给我们一个下马威——站军姿三十分钟!别小看着三十分钟，炎炎烈日下，就有些同学晕倒在火辣辣的地上。还好，教官们也是会体贴的把那些同学扶到树荫下。远远地望过去，那些跌倒的身影，脆弱的身躯，早已累趴下了，教官在给他们扇扇子……其实教官没那么可怕。在大家休息的时候，教官会给我们讲他们的往事，叫我们唱军歌还有手语。《军中绿花》、《团结就是力量》这些歌都勾起了我对高中时教官的思念……每当他们聊起他们在部队的生活时，都令我感到敬佩不已，看见他们都引以为傲……他们的生活与我们简直都是天壤之别。他们每天有规律的作息、训练，真是令我感到惭愧!

12天的军训，一盘盘如散沙的集体被搅拌成了坚硬的混凝土。我受益匪浅，让我明白了团结一致，吃苦耐劳。在苦中寻乐与吃苦耐劳时，也获得成功的快乐!同时也教会我们如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创自己的一片蓝天。

**大学生军训心得体会篇二**

这是军训的第二天。李很不高兴。李不想站在最后一排。排的最后全是矮个子女生。虽然她比他们高不了多少，但李觉得站在那里似乎和他们一样矮。李讨厌军训，但她能看见他。

他是李在大一新生组开学前最好的朋友。他是同一个专业的，同一个专业会分三个班，但是李没想到他会和自己分到一个班。暑假期间李和他谈得很好。李觉得这是命运，她会更高兴地看到他。

只是他走路比较好。教官想选三个旗手，两个男生一个女生。他被选中了。李想成为那个女孩，但教练要求身高一米七以上。李心里恨这个教官。虽然她不能说讨厌，但她更讨厌他。李也在生自己的气。为什么她不是一米七？如果她一米七，她就是旗手。李想到了这一点，她不想军训。

他在前排，李在后排。见他只在拐角处走动，便有休息，但李并不想休息。休息的时候，李看到他和那个女孩聊得很开心，李转过头来，忍不住看了看。

男生统一给自己送水。李希望是他给自己送水，但他们的三个旗手经常一起训练。李不知道她哪里来的勇气。她拿了一瓶水去找剩下的同学递给他。男孩和她旁边的`女孩用奇怪而不舒服的眼神看着李。李并不在乎他们怎么想。他接过水“谢谢”。莎莉对他笑了笑，然后回到她的座位上。

晚上，李给他发了一条信息，“你在干什么？我想出去散步。“你去吗，”。“好吧，去吧，”李扎好马尾辫，换上自己的衣服，快步跑下楼来到门口。李探头探脑。看到他后，她摸了摸头发和脸，笑着向他走去。

那天。李听他谈起他的高中，他的家乡，很不情愿地回了宿舍。

**大学生军训心得体会篇三**

大学生军训是大学生活中非常重要的一段经历，对于体育专业的学生更是如此。我就是一名体育专业大学生，最近刚刚经历了一次军训，让我对自己的体能和意志力有了更深的认识。在这次军训中，我收获了许多，不仅意识到了军训对我们的重要性，也明白了体育专业应该具备的素质。

第二段：身体素质的提高。

军训期间，每天早晨开始的晨跑让我感到非常疲惫，但同时也让我明白了一个道理：只有拥有强健的体魄，才能有更好的体育能力。在长时间的晨跑中，我逐渐感觉自己的身体素质有了明显提高，持久力增加、呼吸更加顺畅，这些都是经过锻炼后的结果。体育专业的学生更应该注重身体锻炼，通过军训让我明白了这一点。

第三段：团队协作的重要性。

军训中，体育专业的同学们都被分到了一个小组，由此我意识到团队协作的重要性。每天的操练中，我们需要团队中的每个人都完美配合，只有这样才能完成我们的任务。通过与队友的配合和沟通，我感受到了团队协作的力量，明白了个体的力量是有限的，而一个团队的力量却是无穷的。这个经验对我今后作为一名体育专业的学生更加重要，团队合作能力将是我未来发展的关键。

第四段：意志力的培养。

军训过程中，我们经历了各种各样的训练，从晨跑到体能训练，再到战术演练，每一项任务都需要我们毅力和意志力的支撑。在极限状态下坚持不放弃，是我从军训中获得的最宝贵的收获。通过军训，我不仅锤炼了自己的意志力，也明白了在面对困难时应该如何坚持下去。

第五段：对专业的理解和认识。

军训过程中，我发现体育专业并不只是要求我们具备优秀的体育能力，更注重的是对专业的理解和认识。在军训的课堂上，我们不仅学习了基本的体能训练和战术知识，更了解了体育培训的目的和意义，以及如何在实践中发挥我们的专业优势。这样的理论学习让我明白了体育专业不仅仅是运动的技巧，还需要我们了解运动背后的科学和理论知识，才能更好地服务于我们的专业。

总结：

通过这次军训，我收获很多，不仅仅是身体素质的提高，更是对体育专业的理解和认识。军训加深了我对团队协作和意志力的认识，让我明白了这些素质对一个体育专业的学生有多么重要。我相信，这次军训将会对我未来的学习和发展起到非常积极的影响。

**大学生军训心得体会篇四**

团结起来的力量可以让一切无望变成希望。

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强”。这动听熟悉的旋律，这言简意深的歌词，无一不在说明这团结就是力量。这一首自我们军训以来就每天都会唱到，那是因为军训正是一个需要我们集体团结起来，发挥集体力量的舞台。

是的，“一人划桨难开船，众人划桨开大船”。只要大家愿意团结协作，共同努力，众人的力量叠加在一起那将是无敌的。

就如我们军训时，每天都在练习踏步，踢正步等。我们集体是一个方队，每一位成员都扮演着不可或缺的角色。我们的排面看起来是否整齐；整体的步伐是否统一；方队的喊声是否响亮。这些都是由每一位成员是否用心努力，动作是否标准，喊口号是否用力等决定的。由此可见，我们走方阵是否有整齐的`效果，就需要大家团结起来，都有一份集体荣誉感，并愿意为之奋斗。

一开始，我们队伍走的非常乱，有好几种声音，大家步伐频率相差甚大，好几种摆手臂姿势等。一个方队看起来乱七八糟，就如一盘散沙一样。教官都说对我们无语了，乱的很有特色。然后我们不断尝试，不断训练。依然是有快有慢，姿势各异。最后，教官就告诫我们是一个集体，要大家都团结起来才可以。经过各种联系，各种平衡，前后相互看起，大家都配合步伐等。最后效果虽然不是完美，但也有较大进步。这就是团结的力量，大家一起齐心协力做一件事情，为一个目标奋斗，并有所收获，这种风雨过后会有彩虹的感觉真好！

每一个人生活在社会之中，我们都不能做一个单独的个体去存活，总有事情是需要集体去努力，才可以完成。“三个臭皮匠胜过诸葛亮”。众人的力量团结在一起是无穷大的。这力量可以去抗敌救国，在抗日战争中正是众人团结方能取得胜利。众人团结的力量可以抵抗灾难，汶川地震中众志成城，八方救援才可挽救许多生命。众人团结的力量可以完成许多意想不到的事情。

团结就像一股清泉，能洗涤万物；

团结就像一块巨石，能坚硬无比；

团结就是力量，是铁，是钢。

**大学生军训心得体会篇五**

作为大学生的一项重要课程，军训是我们走入校园不可或缺的一环。通过这段时间的训练，我深感军训不仅是一种身体的锻炼，更是一种对意志力和团队协作能力的磨炼。下面，我将详细描述我在军训中学到的心得体会。

首先，军训让我强大自己的意志力。军训来得突然，我们需要很快地适应一个新的环境，工作与生活。第一天，太阳高高照，天气闷热，我们并没有顺应自然环境放松自己，而是迅速接受严格的军事纪律。每早晨五点半，他们会为我们播放动员歌曲，从起床时间开始严格要求我们的作息，预料之外的任务，长时间高强度的训练，都对我进行了无形的考验。而在这样的考验下，我们需要意志力去坚持，只有坚持下来，才能够更好地完成军事训练的任务。

其次，军训培养了我的团队协作能力。从军训开始的第一天起，我就加入了一个军事小组。在小组中，我们要组织测试，布置工作，分配任务，设计培训计划等等。这需要我们与队友相互协作，密切配合，共同努力，才能够更好地完成团队训练的任务。而这中间，我发现，只有团结、合作的小组，才能够更好地完成自己的任务。团队协作对每个人来说都是十分重要的，它可以让我们的意见相互交流，工作效率更高。

另外，军训让我养成了良好的生活习惯。军训期间，我们每天的时间安排都是按照固定的规定，有规律的作息时间，有固定的开饭时间。这些规定可以让我们更好地养成良好的习惯，比如定时起床、按时吃饭等等。此外，军训还教会了我如何更好地管理时间，懂得合理安排自己的课余时间。在军训中，我们每天都有训练时间和自习时间，这就要求我们能合理分配时间，高效利用每一分每一秒。而这一点，在接下来的大学生活中将会非常有帮助。

最后，军训让我认识到了自我要求的重要性。在军训过程中，我们每天都在重复着军事动作，反复进行着军事训练。导师们不仅要求我们在时间上完成训练任务，还要我们在技能上得到提高。这就需要我们对自己有着更高的要求。只有这样，才能够真正提高自己的军事素质。

总结起来，通过军训学到的不仅仅是一种身体上的锻炼，更是一种意志力的锻炼和团队协作的能力。我相信，这段军训经历将对我的大学生活产生深远的影响，帮助我更好地面对未来的挑战。相信大家在军训中同样学到了许多有用的东西，希望我们能将这些经验应用到自己的生活中，取得更好的成果。

**大学生军训心得体会篇六**

伴跟着军官们一声声响亮的标语声，操练场上一排排的方队规整地做着各种动作，我站在那里，置身在一群绿军的海洋中，领会着芳华的奋发向上与繁荣！

一抹绿色瞬间退去，正如潮落时，总有一种蓄势待发，喷薄欲出的激动，一抹抹回想冲击着我的心灵，但潮水终要退去，那抹绿色终要离去。

国泰民安晒黑了咱们的皮肤，却使咱们滚烫的心灵变得愈加刚强，汗水侵湿了咱们的衣襟，却留下了许许多多难以言表的东西。我信任每个参加过军训的同学，都会发生一种特别的爱情，没有更多的言语，由于再多的言语也表达不出咱们心里对军训深深的爱情。

从响亮的歌声中，咱们领会到联合的欢喜，从汹涌的歌声中，我领会到了猛进的欢喜。我喜爱拉歌竞赛上的气氛，我喜爱咱们围坐在一同发挥才艺，我敬服教官精深的拳法与后翻，我更喜爱教官操练时的严厉，时而更胜朋友的情结。

军训能够操练咱们的毅力，操练咱们的体质，添加咱们的决心，美化咱们的心灵。

从立正稍息开端，教官一丝不苟的给咱们纠正动作，尽管教官脸上往下流着汗珠，尽管教官的军服审问湿透，但他从来没有“违规”抬起手来擦过一把汗。尽管为了给咱们喊口令哑了喉咙，但不到中场歇息绝不喝水。教官的赞许以身演示给咱们树立了很好的典范。此时，咱们又多了一份仔细与耐性。

典范的大街是不穷的，我能坚持到最终，教官和战友的典范效果功不可没，我想真挚的对他们说一声谢谢。特别是教官的仔细教训最令我感动，他们诲人不倦地纠正一个个过错，严厉而不是粗鲁，关怀而不是放纵。

每逢教官和辅导员那种对我充满遗言的目光，使我对自己说：这点苦算什么？一定要顶住，我不能输给困难，我要坚持到最终。

在此次大学军训中我收成了许多，这些常识和阅历都将给咱们的将来铺下坚实的柱石。人生本才华一场戏，军训才华咱们人生名贵的领会吧！

在哪一同走过的当地，留下了咱们可贵的回想，在那值得回想的日子里，咱们穿戴宣称一武士的标准走过，这套宣称留下了多少咱们的汗水，每次提起都有不可磨灭的回想，教官的心爱与可敬在不经意间悄然感动着咱们，他们的支付都具有武士特有的气质，朴素，朴素，静静的。

军训是对自我的一种洗礼，是对自我的一种应战，是大学日子开端前的一次磨炼。军中绿花永久在炎炎的国泰民安下。

**大学生军训心得体会篇七**

随着大学生活的开始，军训也成为了我们生活的一部分。经历了这段时间的训练，我体会到了许多，也收获了不少。军训给予我们的不仅仅是体能的提升，更是心智的成熟和自信的培养。以下是我对这段特殊训练的一些心得体会。

首先，军训教会了我严格自律。在军事化的训练环境下，我们需要按照教官的要求完成各项任务，无论是服从命令还是保持仰卧起坐的节奏，都需要我们严格自律。这期间，我们每天要保证早睡早起，不迟到不早退，还要记得自己的任务和负责哪个位置。只有这样，我们才能够与队友合作，完成训练任务。通过军训，我深刻地意识到，严格自律是成功的前提。

其次，军训让我更加懂得团结合作的重要性。在军训中，我们不再只是个人，而是一个团队的一份子。无论是训练还是作战演练，我们都需要相互配合，互相支持。只有团结合作，我们才能在训练中充分发挥每个人的能力，将个人的力量转化为团队的力量。在这个过程中，我学会了倾听和沟通的重要性，也懂得了关心和帮助队友的意义。军训让我明白了，一个团结的团队才能在充满竞争的社会中立足。

第三，军训让我经历了身体和意志的锻炼。军事化的训练对我们的身体和意志都是一次挑战。在盛夏的酷暑里，我们背着行囊长途奔袭，尽管腿酸脚痛，但我们坚守着，不言放弃；在训练场上，我们完成着一次次的俯卧撑和仰卧起坐，尽管汗水湿透了我们的衣服，但我们坚持了下来。通过这些锻炼，我的体能得到了提升，意志也变得更加坚定。我深刻地认识到，只有经历过痛苦和挑战，我们才能变得更强大，并且在将来的道路上更加坚韧。

第四，军训让我明白了礼节和规矩的重要性。在军事化的环境下，我们需要遵守行军纪律，服从指挥，保持整齐划一。我们要学会起立、稍息、敬礼等各种军事礼仪，以及正确的站姿、坐姿和行走姿势。这些规矩和礼节，在军训中是那么重要。通过军训，我明白了规矩的作用，规矩不仅能够保证队伍的整齐有序，还能够培养我们的纪律观念，让我们能够更好地适应社会和团队的环境。

最后，军训使我变得更加自信。在军训过程中，我们要经历各种严峻的训练和考验，这些都是激发我们自信的机会。在同伴和教官的鼓励和支持下，我逐渐战胜了训练中的困难，完成了自己从未想过的事情。这种成就感让我相信，只要通过努力，我可以战胜任何困难。军训让我意识到，自信不是天生的，而是通过不断的努力和经历才能培养出来的。

通过这段特殊的军训经历，我体会到了自律、团结、锻炼、规矩和自信的重要性。这些都是我成长的里程碑，让我更好地适应大学生活，也为将来的人生打下了坚实的基础。军训给予我们的不仅仅是战胜困难的勇气，更是成长为更好的自己。让我们把这段宝贵的经历珍藏在心底，努力奋斗，为更美好的未来而努力！

**大学生军训心得体会篇八**

人的潜力真的是无限的不逼一下自己，不知道自己有多优秀。坚持下来，才知道自己是可以做得到的。回想起以前半途而废的事，总是在坚持的过程觉得自己做不到，然后放弃。铭记今天，记得坚持，每时每刻！总是说，总是写“坚持就是胜利”，真正实践过了才明白，高三以后，能坚持下来的事越来越少了。今天的训练唤醒了沉睡和麻木的自己。加油，记得坚持，别忘了你想要成为什么样的人，想要过什么样的生活。

连长说：“一遍做不好，做两遍，两遍做不好，做三遍，只要坚持，只会做得越来越好。”对，坚持，坚持看书，坚持写日记，坚持反省，坚持前进。

是日也，天朗气清，惠风和畅。正是军训好时光。军训与此等好天气的关系恰如贝斯与吉他般水乳交融，和谐动人。

既然有如此好天色，军训的操练自不会少。站军姿折磨人吗？答案因人而异吧，就我根本不会费精力想这等问题，因为情况不会变化。仿佛教官的严厉指导仍回荡在耳边：抬头，挺胸，眼光往高处看等等。虽然十分想让教官满意我的站姿，奈何双腿僵化如失去意识的的枯草，由不得我自由随意般控制。是否做到此即可称心满意？听闻东山省有一名山曰涂山，山有一女子仿佛古容仪，含愁带曙辉，寂然芳霭内，犹若夫归，久而久之，女子化身为石，在山峰眺望待夫归。今日思之，竟十分佩服女子的毅力。心里仅有一执念：为何能有化身为石的毅力？只是想站好军姿而已。

一步登天做不到，但一步一个脚印能做到；一鸣惊人不好做，但一股劲做好一件事可以做到；一下做到完美无缺不可能，但每次进步一点点有可能。

每次进步一点点，听起来似乎没有冲天的气魄，没有诱人的硕果，没有轰动的声势，可细细琢磨一下，这个却是在默默地创造一个料想不到的奇迹。

每次进步一点点，不是可望不可即，也不是可遇不可求。不停步，不放弃，持着一颗坚持不懈，争取不断进步的心，只要努力，就可以达到目标，创造出属于自己的奇迹。

军训中的站军姿，使人挺拔，增加人的力量感和定力感。站立谁都能站得来，可站军姿未必是每个人都能站得好。站立时间的长短对我们来说便是一种考验，从最初的十分钟逐渐延长为三十分钟，继而持续四十分钟，每坚持多一分钟便是进步一点的表现。心中有信念并付诸行动，积少成多，小进步便能成为大进步。

将目光放远，每次力争进步的思想在我们的生活中能起推动作用，终将是我们的一生厚重而充实。

军训--一种人生体验：战胜自我，锻炼意志的最佳良机，军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志，我满怀希望与信心的去拥抱，我向往已久的军训生活。

站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的精神，也给了我龙之传人的无穷毅力。不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里，歌声团结就是力量，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻，在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，都是将人的本性，热情，积极性展露出来，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

军训辛苦是不变的真理，然而有什么可怕的呢？我们正值青春年少，红日初开，其道大光河出伏流，一泻汪洋。我们应该或是必须拥有无畏的勇气和无限的毅力去战胜未来将会遇到的困难。军训真是为我们提供了磨炼这些品质的一个机会。

疼痛算得了什么，劳累又算得了什么？当多年以后，我们遇到了困难，经历了挫折，当我们拿出了勇气和毅力，我想我们一定会记得，谢谢你，军训！

完美的形容这一天，最适合的语句是“痛并快乐着”。

因为简单，没有烈日加高难度的训练，所以轻松快乐；因为简单，一个军姿动作无限止地重复，直接加速了肢体的疼痛感，所以劳累疼痛。此刻，下肢绝大部分已经酸痛德不愿弯曲，也没有要起飞的心情。但这也是值得庆幸的，值得开心的，因为坚持训练。随着这种坚持，第二天的军训也结束了。

这一天远去的身影，还是很漂亮的。在未知的训练中，似乎寻到了映示的规律。神经总不该都是紧绷的，该充满笑声的地方还是要开怀大笑，也就是这种训练，让我更加珍惜神经轻松的时间。身体的劳累似乎也更有力于睡眠。而这一天我似乎要努力背下三首军歌的歌词，去学歌曲的旋律。在明天集合的时候，还是一如既往的想要唱好军歌的旋律，因为练歌的时间是最轻松的。虽无法完整的描绘，但今天还是美好的一天。

今天是军训第二天，早上天气格外晴朗，虽然偶尔也会吹来一阵凉风，但豆大的汗珠还是止不住地从额头上淌下来，站军姿配上火热的太阳，铸就的是一个带着古铜肤色的金强不倒的我！

站军姿一个看起来简简单单的动作，教官却带着我们站了一天。教官跟我们说，站军姿是基础，以后的动作都是在这个基础上做的。人们常说：“万丈高楼平地起”。我想我们现在就处在打地基的阶段，只有把这个“地基”打牢打实了。接下来我们才能更轻松的完成任务，然而这个过程却是漫长而又艰辛的。

顶着烈日，我们需要时刻保持挺拔的身姿，不受外界的干扰一直坚持着直至教官说时间到。根据爱因斯坦的相对论定理，处在这种状态下的我们会觉得每一分每一秒都是那么的漫长。有好几次我都以为自己就要倒下了，但教官一直在旁边喊“抬头”我们便附和着喊“挺胸”。喊完就犹如充电般富有能量，再抬头望望天上的白云，想想一些开心的事，一天就这样挺过来了，内心还是有点小激动呢！真的，有时候很多事就像站军姿那么简单，而行百里者半九十，往往越到最后越需要毅力去坚持。虽然站几天军姿并不能给我们带来什么切实的利益，但在这个过程中如果我们多去思考，多去领会教官的良苦用心，相信我们收获的更多是精神上的财富。

今天我们的训练是在一片嘹亮的歌声中结束的，《强军战歌》《咱当兵的人》《祖国不会忘记我》等充满正能量的歌回荡在校园内，给疲惫的我们带来片刻的放松，让我们的身体与思想共同得到提升，愿我们能时刻保持军人的斗志坚持到最后一刻。

**大学生军训心得体会篇九**

大学生军训是大学生活的其中一个重要组成部分，也是他们进入大学后的第一件重要任务。家长对于大学生军训的重视程度往往可以从他们的行为和心态中看出来。军训是大学生成长的重要阶段，它可以提升学生的纪律观念、坚毅品质，充实和丰富他们的大学生活。作为家长，亲身经历过军训的家长更能体会到军训对大学生的重要性和意义。

在大学生军训期间，家长扮演着一个重要的辅导角色。首先，家长要为大学生提供心理支持。军训不仅仅是为了学生锻炼身体和训练军事技能，更重要的是锻炼学生的意志力和恒心。在军训过程中，学生会面临很多困难和挑战，这时候家长的理解和支持显得非常重要。其次，家长要督促学生积极参与军事训练。大学生军训是一个很好的锻炼机会，家长可以帮助学生从中发掘更多的价值和意义，鼓励他们积极参与，主动关心和探索。

第三段：家长的安全关怀。

家长在大学生军训中要特别关注学生的安全问题。军训是一个相对较为严格的训练过程，学生可能会面临一些较为危险的情况。在这个时候，家长要时刻关注学生的安全情况，了解军训场地的环境和安全保障措施，并与军训负责人建立联系，及时了解学生的情况。同时，在军训结束后，家长也要关注学生的身体健康和心理状态，及时与学生交流，并提供必要的支持和帮助。

第四段：加强家校沟通与合作。

大学生军训是家校合作的一次重要机会。家长在军训中要积极与学校保持联系，了解学校对于军训的要求和安排，及时提供学生的相关信息。同时，学校也应该积极与家长保持沟通，及时向家长反馈学生的军训情况，加强家校合作，共同关心和培养学生的成长。

第五段：鼓励学生自我反思和总结。

大学生军训结束后，家长可以与学生一起进行一次深入的交流和总结。鼓励学生自我反思和总结军训的经验和收获，从中找出不足，并制定相应的改进措施。这样的反思和总结可以帮助学生更好地认识自己，提升自己的军事素质和综合能力。

总结：

大学生军训是大学生成长的重要阶段，家长在军训中扮演着重要的辅导角色。他们要提供心理支持，督促学生积极参与军事训练，并关注学生的安全问题。家长和学校之间要加强沟通和合作，共同关心和培养学生的成长。军训结束后，家长要鼓励学生进行自我反思和总结，帮助他们更好地成长和发展。

**大学生军训心得体会篇十**

5月6日—7日，我们进行了为期2天的军训活动，也拉开了我们培训生活的序幕，在这2天的军训中，我们白天练习了停止间转法、蹲下与起立、行进与立定等基本内容，晚上进行了拉歌比赛，军训结束后还进行了会操表演，训练是辛苦的，尤其是在大家很久没有这么长时间训练的情况下，但是从军训中我感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，当我们一同拉歌时，我感受到集体的温暖，从铿锵的歌声中，我体会了奋进的快乐。2天，是一个很短的时间段，它不是足以改变一切。2天，又是一个很长的时间段，它足以使一个团体成员之间产生深厚的友谊。人与人之间的交往不在与时间的长短，而在与我们是否用心去对待。我相信，有了这个凝聚力，战斗力，在以后的学习生活中，我们选调三班会秉承团结互助的精神，共同成长，共同进步，共同创造辉煌。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。南方的太阳，晒在皮肤上是火辣辣的，对北方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。有泪。有欢。有苦。真乃五味具全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

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。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找