# 2024年大学军训心得体会篇章 大学军训心得体会(模板20篇)

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2024-12-28

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**大学军训心得体会篇章篇一**

8月末，火热的太阳吸取着我们的精华。往日暑假在家美美的一觉到午饭的待遇算是saygoodbye。多少有些可惜。每天依旧是(7点30)的到校时间在我眼里真的是相当的折磨。老师却说这是百年不遇，想想到也是这么一回事。

哈哈。内容还是简单了些嘛。正中我这身体不协调的人下怀。立正。稍息。左右转法。跨立。正步走。就这么几样。内容少却不失精悍。

教官也是有很可爱的时候。

拉歌大赛在绿色的草地上开展得有声有色。教官的那什么口号好有古典风范啊好古老啊比如说：x教官，来一个。来一个，x教官。让你唱，你就唱。扭扭捏捏不像样。像什么，像姑娘(这个口号叫我此生难忘啊!)。

快结束的时候，所谓的成果展示，选出个一二三来，搞个评比。这一比，热爱团集体的我们都鼓足了干劲。欣赏着猛男教官的精彩摔跤表演，女生们尖叫连连，此起彼伏。校长不忍失去展示自己的机会，小试牛刀，同样引来阵阵口哨声。

**大学军训心得体会篇章篇二**

军训，教你如何做人，如何吃苦耐劳，如何迎接挑战，如何把握自由和纪律的尺度。军事训练是我们成长才能的机会，也是我们的挑战。这是为了提高防卫意识和集体主义观念，培养团结互助的作风，提高集体凝聚力和战斗力，提高我们的生活自立能力，培养思想自立，培养严格自律的好习惯。

我深深地体会到，作为一名军人，有多辛苦，有多难。腰也酸，腿也疼，有时动弹不得，咬牙完成操作。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。军事训练绝对是我们体能和良好风格的训练。

作为一名学生，我相信我应该像士兵一样站着，像钟一样坐着，像风一样走着。这段难忘的军训经历，让我一生难忘。说到人生是书，军事训练的生活是书中最美丽的彩页，说到人生是戏剧，军事训练的生活是戏剧中最美好的场面。的确，几天的`军训是短暂的，但它留给我们的美好记忆是永恒的。

军事训练就像梦一样，匆匆来，又在我没有细细品味那种感觉的时候悄悄地去世了，几天的疲劳在肩膀上隐隐地告诉我，已经结束了，很累，而且很酸。教官已经匆匆走了，但留下了深刻的回忆。军事训练给了我什么？其实，军事训练几天，我们学到的不仅仅是站在军姿上，走正步，练习队形，还有磨练我们意识的辛苦意识的坚持意识团结意识遵守纪律意识！其实这些已经太多了，足以让我们享受一生。

有哲人说不行。

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意义，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。

**大学军训心得体会篇章篇三**

第一段：介绍大学军训的背景和意义（200字）。

大学军训作为一项常规的活动，意义非凡，对大学生的成长具有重要的推动作用。首先，军训能够增强学生的身体素质，为他们适应大学生活打下基础。其次，军训能够培养学生良好的纪律观念和团队精神，提高他们的组织能力和领导才能。最后，军训还能加强学生的爱国情怀，激发他们对祖国的热爱和责任感。因此，大学军训是每位大学生人生中重要而难忘的经历。

第二段：大学军训的困难与挑战（200字）。

虽然大学军训意义重大，但它也面临着各种困难与挑战。首先，军事训练的内容与要求相对严格，对于大多数学生来说是全新的经历，他们需要快速适应和学习。其次，军训的体力训练往往较为苛刻，对于条件相对较差的学生来说尤为艰难。此外，军训期间可能面临天气变化、交流困难等实际困难，需要学生们付出更多努力。

第三段：军训带给我的变化和感悟（300字）。

参加大学军训后，我收获了很多。首先，我意识到身体素质的重要性，因为军训锻炼了我的身体，提高了我的体魄，让我拥有更好的健康状态。其次，通过军训，我养成了早起、睡眠规律等良好的生活习惯，提高了自律能力。此外，我还体会到团队合作的重要性，只有与他人合作，才能完成军训任务。最重要的是，军训让我更加热爱祖国，明白了国家安全是每个公民的责任。这些经历和感悟将成为我成长道路上宝贵的财富。

第四段：军训对个人发展的影响（200字）。

大学军训不仅对我们个人的成长有着深远的影响，也对整个大学教育产生积极的作用。首先，军训充实了我们的校园生活，丰富了校园文化。其次，军训能够培养学生的自律精神和执行力，这对我们日后的学习和工作都是关键的能力。此外，军训还可以提高学生的应急能力和团结协作能力，使他们更好地适应社会发展的需求。因此，大学军训对个人发展和社会进步都有着积极的作用。

第五段：总结大学军训带给我的收获（300字）。

通过大学军训，我深刻认识到了自己的不足和需努力的方向。我从中领悟到了困难与挑战不可避免，但只要勇往直前，努力拼搏，就定能克服一切困难。军训还让我明白，作为一名大学生需要有强烈的责任感，为国家为社会做出自己的贡献。同时，我也意识到，在大学生活中要乐观积极地对待一切，相信自己，相信团队，相信未来。最重要的是，我希望将这种积极的态度和军训所培养的优秀品质带入到未来的学习和工作中，为实现自己的梦想而不断努力。

**大学军训心得体会篇章篇四**

作为大学生，军训无疑是我们生活中的一段重要经历。而每年的军训时间往往刚好与中秋节碰在一起。这个辛苦且充实的日子，让我深刻体会到了“劳动最光荣”的含义。下面我将从军事素养的提高、团队协作的重要性、中秋节的感受三个方面来分享我对于这次军训的心得体会。

军事素养的提高是军训的目的之一。经过这段时间的训练，我不仅学到了军事基本知识和技能，还提高了自身的纪律性和执行力。在严密的军事训练中，我们要遵循严格的规定，服从指挥，如此才能完成任务。这种训练不仅培养了我们独立思考和判断的能力，也让我们明白了一个团队的重要性。在拼搏与团结的过程中，同学们相互鼓励，相互帮助，互相促进。通过每天身体力行地进行操练和演练，我逐渐明白了团队合作的重要性，也意识到了个人顺利完成任务的意义。

团队协作是军训中的魅力所在。无论是在操场上列队训练，还是战术演练中的战斗，每个人都要时刻与队友协调配合，共同完成任务。我记得有一次在战术演练中，我们的小组遭遇到对手的强力攻击。本来我们陷入了困境，但是大家紧密地配合，充分发挥各自的优势，最终成功突破了对方的封锁。这次经历让我深刻理解到，只有团队的力量才能让我们战胜一切困难。在团队合作中，我们学会了倾听和沟通，学会了互相信任和互相尊重。这些都是我们在今后工作和生活中必不可少的素质。

军训过程中的一个特殊体验就是在中秋节的那一天。虽然不能陪伴家人过节，但我们在军训中也感受到了节日的氛围。那天，单位特意给我们准备了一顿丰盛的晚餐，我们在一起分享美食，聊天，布置节日气氛。在明亮的月光下，大家一起唱歌、跳舞、放烟花，仿佛回到了家人身边。虽然这个中秋节只有短短几个小时，但是那种亲情和温暖的感觉却让我终身难忘。

总结这次军训的心得体会，我觉得最重要的就是锻炼了意志力和坚持的精神。军训这段时间，每一天都是充实而辛苦的，但是我坚持下来了。在经历了一次又一次的挫折和困难后，我更加明白了坚持不易。这种坚持的精神将会伴随我一生，给我面对困境时的勇气和信心。而且，军训不仅是一种身体上的锻炼，也是一次心灵的洗礼。通过这段时间的军训，我学会了承受压力，克服困难，培养了坚毅和坚强的品质。

通过这次军训，我深刻体会到了军事素养的提高、团队协作的重要性以及中秋节的感受。这个过程充实而锻炼了自己的身心，使我更加明确了自己的人生目标和价值观。我相信，在今后的生活中，我会充分发挥这段经历所带来的收获，为自己的成长和发展打下坚实的基础。

**大学军训心得体会篇章篇五**

第一段：

今年暑假，我与志同道合的同学们一起参加了大学的军训拉练，虽然早有准备，但在军训中真正深刻地感受到了军人坚毅不屈、服从命令的精神。也在练习中意识到了军训对我们青年学生的重要性，并且收获到了相应的心得体会。

第二段：

度过了一个星期的紧张大学拉练，身体和精神都有了提升，我才知道自己还能如此强大。拉练过程中，我们克服了一个个困难与挑战，力战酷暑狭窄环境下的生活，甚至还要顶着沉重的体重和强烈的疲劳去完成种种任务。但是，困难不能吞噬、压垮我们，甚至激发了我们生之气，使我们更加振奋精神，相信这种精神和物质耐力的提高将在以后的生活中发挥重要作用。

第三段：

此外，在军训中，我们更深刻的认识到了服从命令和纪律的价值。尽管在大学里，我们并不需要遵守很多严格的规定，但是课堂上的纪律和规范却是我们成为优秀人才的必经之路。学校里的孩子们大都觉得这些规则很无趣，不必重视，但是军训教育却让我们深刻体认到，只有良好的规章制度和纪律，才能自我约束自己，更好的生活。

第四段：

此次军训体验过程是一个锤炼和改变自己的过程。接下来，我总结了自己的不足之处与以后需要改进的方法。学习知识的态度需要更严谨、更专注、更认真。并且深刻理解作为一个大学生的责任感，时刻为创造美好的未来而努力。

第五段：

总之，参加军训的过程中，我得到了太多太多的经历与启示，成为了理想与信念的一份子，也坚定了自己立志把自己的终身发展放在国家和国家的建设事业之中的初衷。所以，在以后的成长道路上，始终不能忘记这段美好的经历，不能忘记自己的追求和前进方向，我们要把自己的人生当一段绝世的旅程，与国家、民族的巨大工程融于一体，成就自己，服务社会，以至于创造良好的未来！

**大学军训心得体会篇章篇六**

咱们大学军训“每天六点多就起床，睡眠不足，操练严重，食欲欠好。不过，我却是越来越健康了，你看我这脸”一个同学苦笑着说。的确，脸是晒黑了，人也瘦了一圈，这七天来的军训不是玩虚的。不过虽是军训的最终一天，在军训场上的却是一张张一点点没有厌倦的笑脸，仍旧精力焕发。

练，就这一个字。

在国泰民安下，重复着简略而单调的稍息、立正，在清晨微凉的雨中，齐步、跑步、喊着响亮的标语，在飞扬的沙土中，重复操练着军体拳的一招一式，这七来天的军训日子真可谓折磨。而教官们也几乎没有一个仍是好喉咙。在操场上操练的味道的确欠好受，毒辣辣的阳光暴虐扫荡，一片阴凉的歇息地也没留下。而咱们军训的意图才华要从这大学零星课中，不只要练出个“武士样”，还要学会忍受，学会坚持，学会患难与共，学会管束。“军训是什么？练，就这一个字！”一位重生说道。

教官也“张狂”

在教官的煽动下，同学们“猖狂”地拉起歌来。“来一个！来一个！”“冬瓜皮，西瓜皮，不唱才华耍赖皮！”所以，《联合才华大街》从这边拔地而起，那儿《打靶归来》赢得阵阵掌声，“周杰伦”才唱罢，“林妹妹”又上台各地风味，经典盛行，齐聚一堂，歌声、笑声，此伏彼起。时刻短的军训歇息时刻成了赛歌会，好不炽热！而此时教官也一改往日的一脸严厉，和同学们一同“张狂”起来：一瞬间担任指挥，一瞬间客串掌管。同学们天然也不放过教官，“教官，来一个！来一个！”教官们大大方方露一手，雷鸣般的掌声又再次回旋在操练场上。

走过检阅台。

当数十个方队以丰满的精力、规整的脚步，面带自傲的浅笑，高喊着响亮的标语，从检阅台走过期，看台这边迎候他们的是校领导和教师们深切的目光和一阵阵炽热的掌声。一位重生的家长，站在看台上，看着自己的孩子在行列中，脚步规整地走过，欣喜地说：“明日我能够定心的回家了。孩子刚放松了一个暑假，真不定心他会不会管束军训的日子。不过看他今日的体现，的确有很大的行进，教官们支付了很大的汗水，孩子也坚持下来了，我定心了！”

依依惜别情。

今日是最终一天咱们一般意义上的军训了。咱们都在慨叹，时刻飞逝，不即遮挡。尽管在军训进程中，同学们老爱诉苦，但到了要和军训暂别与教官说再会时，咱们真还有些依依惜别之情。心底的文字堵住出口，我已失掉表达，字字生涩。

军训，才华这么一段难以忘怀的阅历，一份值得永久收藏的回想。军训，让我领会了这光辉的日子，更让我感遭到了人世的这一份真情。这时我才真实想到，才华这日子中的悲欢离合，使日子如此夸姣。

**大学军训心得体会篇章篇七**

古人云：“国家兴亡，匹夫有责。”无论是居庙堂之高的文天祥，鲁迅，还是处江湖之远的顾炎武，陆游。无论是古时的屈原，还是近代的鲁迅。只要是中华儿女，炎黄子孙都深知这个道理。当今社会，在我们享受物质和精神双重文明的美好生活的时候，我们可曾想到：为什么我们能够在这么幸福和平的年代茁壮成长？答案很简单，那就是因为有人民解放军战士放弃了自己风华正茂的青春，去守卫祖国边关，使祖国母亲远离战争的喧嚣，由此可见，如果没有人民解放军，没有国防哪来这蒸蒸日上的社会。

在全国人民共同为祖国母亲庆祝55岁华诞时候，我们这群刚跨入高中校园的新生经过一个多小时的旅途，来到了国防教育学校接受高一开学的必修课——军训。在为期一周的军训里，我们学到了许多课本上没有的知识，了解国防教育是建设和巩固国防的基础，是增强民族凝聚力提高全民素质的重要途径，因此国家通过开展国防教育使公民增强国防观念，掌握基本的国防知识，学习必要的军事技能，激发爱国热情，自觉履行国防义务，弘扬爱国主义革命和英雄主义精神，在这短短的7天里，我也体验到了许多“第一次”。

因为严格，所以正规化。虽然我们是学生，但也要按照要求，不能马虎。站军姿是军训的第一课，尽管也很简单，可是也有一系列的要领，站军姿时要挺拔如松，不许有小动作。踢正步要步伐矫健，到位，手臂摆动要整齐有力，喊口号时要宏亮，气壮山河。就连吃饭睡觉都有许多要求；吃但时不能有声音，熄灯号吹响后要立即熄灯睡觉。如果连这些都做不到的话就不能算是一个合格的军人。

因为好奇，所以刺激。印象中打靶应该是很简单的事，可到自己亲身体验时，才知其中也有一番讲究的。来到靶场，一种莫名的激情随着血液的流动，激发着全身的每一个细胞。经过漫长的等待之后，终于临到我亲自射击了，我按照教官的指示伏在地上，用枪顶着肩膀，瞄准靶心，手指放在扳机上。随着一声令下，我使劲扳下扳机。我能够感受到子弹冲出枪膛，所带来的冲击力，我不知道自己的成绩。一连三次射击后，我站了起来，发现自己正热血沸腾地发抖，心脏也在扑通地跳个不停，然后意犹味尽地回到了队伍中。一想到自己扳下扳机的刹那，心里就感到格外刺激。

尽管军训很辛苦，我们苦中作乐也是别有一番风味的。在最后的阅兵仪式上，当我们昂首挺胸，迈着整齐的步伐，喊着响亮的口号经过主席台上，我终于明白自己这几天的辛苦没有白费。七天的军训一眨眼就结束了，在离开国防学校的时候，我回头看了看学校，看了看向我们告别的教官们，教官们虽然依旧是往日那严肃的面孔，可今天看来他们真的很可爱，正因为他们平日的严格，才能帮我们改掉以前的坏毛病，学会坚强，学会军人的优良品质。

经过这次军训我明白为什么解放军战士愿意去边关与苍天为友，与天地为伴，与孤独为知己。因为军人有着钢铁般顽强的品质，他们爱恋自己生于斯长于斯的故乡、祖国。他们希望祖国母亲永远在幸福中不断壮大。

**大学军训心得体会篇章篇八**

20\_\_年9月13日，我和其他大一新生一起踏进军训基地的大门，我们在这里度过了为期十天的军训。我在这里经过“太阳浴”洗礼后，留下了泪水和汗水，收获了自信和友谊，学会了感恩。

每天上下午各半小时在烈日下站军姿成了我们的“准备运动”，而“踏步走”，“齐步走”，“正步走”成了我们要攻克的训练内容。“合理的要求是训练，不合理的要求是磨练。”成了支撑我们意志的脊梁。无论是烈日当空，还是阴雨绵绵，我们都懂得坚持训练。“太阳浴”让我们变黑了，变瘦了，雨水打湿了我们的帽子和衣服，但是我们却丝毫没有想“当逃兵”的想法，因为我们相信自己能够顺利完成教官布置的训练内容。

男生宿舍里，12个床位睡15名同学，这让我们这些男生学会了要互相包容和互相帮助，“请问您能借我吗？”成了宿舍里最温馨和最常听到的一句话。我作为宿舍长，每天坚持提早叫舍员起床，让他们能够有充足的时间洗漱，整理内务和涂防嗮霜。团结和互助就是从这里开始的。从开始的两三天有充足的太阳能洗热水澡，到后来太阳能不足要洗冷水澡，我们冷得在颤抖。晚上的气温刚开始的两三天还算适宜，可是几天后的一场大雨后，气温骤降，我们很多同学都感冒了，我也不例外。我们开始体会到有热水洗澡就已经非常幸福了，我们也懂得了要节约资源。

在训练的时候，教官都非常关心我们，为了减少我们在太阳底下曝晒的时间，他总是在挑选最阴凉的地方让我们训练，由此可见教官的良苦用心，所以我们都将心比心，更加认真地训练。在一次踢正步的分解动作练习中，教官说，如果男生谁的脚没有定稳而落地的话，那么全体男生要做30个俯卧撑。由于我重心没有找好，脚落地了，导致了我们连队的男生都要做30个俯。卧撑，我真的很惭愧，我意识到我们是在同一个团队里面的，是肝胆相照，荣辱与共的。

十天军训真的很苦吗？其实真的不算苦。教官会在我们训练得比较好的时候给我们介绍他在部队的经历，教官说，他们冬季在祖国的北方边境驻扎的时候，每天的气温在零下30度至零下40度，穿了17件衣服还觉得寒冷。而且站军姿的时候，是由红外线监控的，只要身体有丝毫的移动，军队的领导就会马上知道。听到教官这样说，我们都被吓得目瞪口呆。我们一直都误以为教官对我们的要求是苛刻的，是故意想刁难我们的，我们都意识到我们之前的想法是错误的。其实教官是想我们在严格的纪律约束中成长，教官希望我们学会团结互助，希望我们学会把事情的轻重分清楚。

还有教官教会我们不要畏惧困难，有极少数的同学老是在找借口想逃避军训。教官告诉我们，他的一位战友在北方驻扎的时候，由于不适应寒冷的天气，鼻血哗啦啦的流出来，用两个棉球堵住了，鼻血就从口里流出来，那位战友也坚持站岗。听到这儿，我们不禁被那种军人精神给感染了，我们开始不畏惧军训了，整个连队的同学都带着军人精神来训练了。教官们在军队中训练的强度和时间都比我们长，教官们在部队里要学习的军事科目比我们多，在部队呆的时间短的有几年，长的十几年。而我们自需要学习踏步走，齐步走，正步走这些简单动作，并且我们只需要在这里呆10天。我知道，我们无论如何也没可能在短短的10天里面把教官们的那种军人气魄给学习了，而我们能够做到的是以教官们为榜样，学习他们军人独有的那种不怕苦和不怕累的精神。

我觉得在这个军训基地里我学到的最重要一课是在最后一天，这一天是我们闭营和回学校的日子，我们没有一个同学能够预计到我们在最后一天的时候会哗啦啦地流下眼泪。我们在做完了《感恩的心》的手语操后，我们做着低头默哀的动作，基地的领导问到我们，我们的父母为了让我们可以获得更好的知识，他们的头发白了，他们变老了，辛苦挣钱把我们送上了大学，而我们这些同学却在埋怨父母没有把最好的给到我们，请问同学们给了生我们、养我们的父母什么呢？听到这里我和其他同学的眼泪和鼻涕都忍不住往下流了。说实话，其实父母都已经竭尽所能让我们可以日子过得更好些，让我们可以吃得更好些，让我们可以穿得更暖些。

以我个人看来，与其说这十天是军训，倒不如说这十天是磨练意志，挑战自我，以及学会感恩的大集汇。军训教官教会了我们无论任何时刻都不要畏惧困难，要勇敢向前冲。而最后一天，军训基地的领导教会了我们要学会感恩父母，感恩老师，感恩朋友，以及要感恩我们身边所有关心我们的人。

十天时间可以拿来沉迷游戏，十天时间可以用来锻炼身体，十天时间可以用来感恩父母。我们的人生还有无数个十天，有些人把这无数个十天浪废掉了，最终变成一个一事无成的下等人。然而，有些人把这无数个十天都充分利用起来了，最终变成一个坦坦荡荡的上等人。

我很感谢军训基地这十天交给我们的所有东西，经过这十天的磨练，让我感觉到自己真正长大了。

为期十天的军训已经落下帷幕，而我们的大学生活正从此时此刻启航，我会永远铭记这十天的军训经历的所有酸甜苦辣。未来学习和生活的道路充满着蜂蜜和荆棘，未知的道路等待着我们这群年轻力壮的大学生去探索，当我们日后经历到挫折的时候想想这十天的“太阳浴”洗礼，或许我们就会说：“天上飘着五个字，那都不是事。”

**大学军训心得体会篇章篇九**

军训是每个大学生都要经历的重要课程，它不仅锻炼我们的身体，提高我们的身体素质，还训练我们的意志品质，增强我们的集体意识和团队精神。通过多天的军训训练，我们不仅感受到了自己的潜力，也更加了解了自己的身体状况和最大限度的承受能力。这些对我们未来的人生有着很重要的意义和作用。

第二段:军训的痛苦与成果。

军训过程中，我们不可避免地会感受到各种痛苦和困难。那些连续的长跑、坚持不懈的半蹲姿势，让我们的大腿和身体各处都感到难受。但是，通过这样的痛苦与忍耐，我们不仅掌握了正确的训练方法和技巧，还在身体素质上得到了实质性的提升。经过军训，我们的体质、心理素质等方面都得到了不小的提升。

第三段:团队合作的重要性。

在军训过程中，同学们不再是单独的个体，而是组成了一个个团队。团队配合、分工协作等各种多样复杂的团队问题，逐渐的成为我们军训的主题。在特殊的任务中，我们需要相互配合，不断协商，发扬团队的力量。在这样的过程中不仅锻炼了我们的团队合作意识，也增强了我们的人际交往能力。

第四段:主动学习的重要性。

军训给我们的不仅仅是具体的训练技能，还教会了我们如何更好地学习。这是能力同时也是习惯。军训要求我们认真学习各种技能，不断提高自己的能力和硬实力。这种学习习惯在未来的学习中有着不可估量的价值。

第五段:总结与展望。

在军训中，我们深刻的认识到训练对我们的成长和发展是至关重要的，并能从训练中学到许多东西。希望我们能够将军训时获得的成果和收获贯穿到未来的人生中，有更多的了解身体，掌握良好的习惯、自律意识和韧性，更加严谨的态度和重视团队合作精神。这些经验和体验将会对我们未来的个人和职业生涯产生深远的影响。

**大学军训心得体会篇章篇十**

回想起十几天前的军训，我吓得四肢发抖。真的可以称之为正宗的魔鬼训练。

军训的第一天，早饭后，我早早来到操场等待。虽然是九月，但是没有秋天的痕迹，火红的太阳高高在上，我们什么也做不了。正因为如此，太阳似乎更加放肆，散发出更多的热量。

我开始军训，很幸运。我被分到一个很酷的地方，教官很温柔。教官对我们很好。只要我们认真规范，他会让我们暂时搬家。所以第一天，我们一点都不觉得辛苦，开心的度过了一天。

第二天，我照常去操场等。大家都到了之后，校长通知大家今天改期，集中在操场上。调度后，很不幸被分配到操场中央晒太阳，只好认命。

这是艰难的一天，人不停地倒下，但我依然坚强。刚活下来。这时我挠了挠痒痒，正好被教官看到了。我被拉出来要求塑形十分钟。汗水不断从我的额角流下。想着明天的训练，腿都软了。

第二天终于结束了，但接下来是可怕的第三天。

早上教练一直在复习我们的动作，但是很辛苦。晕过去的人多了，但我很坚强，没有倒下。

下午，我们开始了训练比赛。我们在其他班玩的时候，要定型。因为我在六班，我们花了将近一个小时完成设计.

经过三天的军训，我尝到了它的苦与乐，体会到了一个道理：坚持就是胜利。

**大学军训心得体会篇章篇十一**

农村的孩子似乎对于军训有一股莫名的亲近，像是农民亲近土地。

军训总是包含着苦与累，结束时，与其一起离开的还有我们脸上的稚嫩。这是军训给予我们最大的的礼物，同时亦有欢与笑。

欢与笑、苦与累，两种截然不同的感受却同时出现在军训中，也正因如此，才让军训更加有滋有味，更加今人难忘。

当我们顶着烈日，站立在草地上，一张陌生的脸庞出现我们面前，他面色严肃，眼神中透露出他的失望。这表情或许就是暴风雨的前奏，下一刻，教官，敞开喉咙，朝我们发出咆哮般的声音。这一刻，我们对于教官只有恨，恨他不顾我们的汗水与努力，没有人一开始就能做得很好，而他凭什么要求我们这一刻便要做最好！可恨着恨着，就莫名的喜欢上这个教官，由恨生爱。军训中，这是每个同学最明显的感受。

严厉一种爱，它比慈爱更加强烈，正因如此，我们更加深刻。我们是刚步入大学的新生，我们是家中父母的宝贝。娇生惯养或许是我们的标签，然而一场军训，为我们褪去。

开始，我们认为教官不懂爱，可随着军训的深入，我们更加了解这个严肃的人，他比我们更懂爱。温室里的花朵，更加需要阳光的关照，也如同娇生惯养的我们需要一场历练，在军训中，我们更加成熟，更加懂什么叫集体、什么是团队，让我们更加珍惜自己所遇见的每一个人。

军训让我们懂得什么叫“残酷”。如果这个社会是一场训练场，那么弱者面临的只有淘汰，而坚持到最后的人才能获得胜利。从开始的抵触与逃离，到最后的不舍与感动，我们也从开始的稚嫩到成熟，随着军训的步伐，我们似乎又长大了一岁。

军训不枯燥，也不无聊，它很有趣，同时，它也是包容的，对于不喜欢的人，它不会驱赶，反之会慢慢令其接受。军训中的我们流淌着汗水，笔直地站立在太阳之下。我们在军训中成长，每一步都是我们的蜕变，每一步都留下我们的汗水与泪水。

我们对于军训又爱又恨，可到最后留下的只有不舍，但我们留不住它，留住的只有回忆。珍惜，是它教会我们的重要一课。

我们在教官的呵斥中，矫正着自己的错误与不足，也在教官的失望中，做的越来越好。逐渐地，教官眼中的失望换成惊喜，呵斥声离我们越来越远，彼此之间仿佛心灵相通，教官的一个眼神，伴随着我们的一个动作，会心一笑，在烈日下留下最美好的回忆。

军训不可怕，当我们战胜它时，过去的那个你似乎离你越来越远，两人背对而去，影子越拉越长。

**大学军训心得体会篇章篇十二**

每年的开学季，大学里都会有一场盛大的军训，为大学新生们打好基础。对于大学新生来说，军训不仅是一项生理锻炼，更是一次心理磨练，拉练则是军训期间的重头戏。在拉练中，我经历了许多困难和磨练，但也收获了许多体会和心得。

第二段：身体锻炼。

在军训中，最主要的任务就是进行身体锻炼，对于体质弱的我来说，这是一项挑战。每天早上6点起床，进行长跑、俯卧撑、仰卧起坐等运动，让我逐渐适应了早起的生活习惯。此外，还进行了一些特殊的训练，例如攀爬墙壁、绳索下滑等项目，这些训练不仅考验了我们的体力，更考验了我们的勇气和意志力。

第三段：团队建设。

拉练中，我们不仅需要个人能力，更需要团队协作能力。在拉练的过程中，队友之间需要相互配合，互相支持，才能完成任务。我学会了放弃个人主义，学会与队友分享、分担、合作，这不仅仅是军训时的体验，同样也适用于未来的人生中。

第四段：心理训练。

拉练中，心理训练是必不可少的一项训练。我们需要保持冷静、镇定，不被情绪所干扰。有时候，困难会迎面而来，但我需要学会自我调节、自我激励，克服困难。拉练中还设置了考核和比赛环节，这让我不仅更加投入了军训，在比赛中也能表现出自己的实力。

第五段：结论。

军训心得体会大学拉练是一次很不错的锻炼和体验，让我不仅得到了全身的锻炼，还能够更好的适应校园生活。在拉练中，我学会了如何与队友相处、如何克服困难、如何自我激励，这些对于以后的人生都会大有裨益。因此鼓励大家，积极参加军训，享受军训带来的快乐与体验，让自己更快乐，更快速成长。

**大学军训心得体会篇章篇十三**

第一段：引言（200字）。

大学生活对于每个人来说都是全新的挑战和经历，而其中一项重要的经历就是军训。作为大学生活的开端，军训在每个大学生心中都留下了深刻的印记。在我经历的军训过程中，我深刻领悟到了军训对于大学生的重要意义，同时也收获了许多宝贵的体会和心得。

第二段：适应新环境（200字）。

军训作为大学生活的第一个挑战，旨在帮助新生们迅速适应大学环境。这是我第一次离开家乡和亲人，来到一个陌生的地方。在刚开始的几天里，我感到非常的孤独和无助。但是通过和其他同学们的相互支持和鼓励，我逐渐适应了新的环境，找到了属于自己的位置。这个环境的适应过程也使我懂得了与人相处的重要性，培养了自己的团队意识。

第三段：培养坚韧意志（200字）。

军训期间，由于紧张的训练和高强度的活动，我遇到了各种各样的困难和挑战。有的时候我觉得自己快要无法坚持下去了，但是教官们对我们的鼓励和激励让我明白了坚持的重要性。通过不断的努力和训练，我培养了坚韧的意志，学会了勇往直前，永不放弃的精神。这种坚韧意志对于我来说无疑是人生最珍贵的财富。

第四段：锻炼身体素质（200字）。

军训期间的训练不仅锻炼了我的意志力，也大大提高了我的身体素质。每天早上的晨跑和各种体能训练，让我感受到了自己身体的潜力。经过连续几周的训练，我不仅增强了体力和耐力，也提高了自己的反应能力和协调能力。这不仅对于我在军训中的表现有所帮助，也对于以后的学习和生活中都有着积极的影响。

第五段：培养自信心（200字）。

通过军训，我逐渐建立了自己的自信心。在训练中，每个人都有自己的优点和擅长的领域，而我也逐渐找到了自己的特长所在。在集体表演和比赛中，我展示出了自己的实力和才华，得到了他人的认可和赞赏。这种赞赏和鼓励让我更加坚定了自己的自信心，相信自己可以在大学生活中取得更大的成就。

结尾段：总结军训经历（200字）。

军训虽然辛苦却也是我大学生活中最宝贵的经历之一。通过军训，我不仅学到了许多关于军事知识和技能，更重要的是培养了自己的品质和意志力。这个过程中我逐渐成长为一个更加自信、勇敢和坚毅的大学生，在以后的学习和生活中都能够受益匪浅。我相信，军训经历将成为我人生中宝贵的财富，影响着我前行的脚步。

**大学军训心得体会篇章篇十四**

作为一名大学新生，军训是我们大学生活的开端，也是我们进入大学这个新环境的第一课。军训不仅让我们磨砺意志，锻炼体魄，还培养了我们良好的纪律观念和协作能力。在这个过程中，我深刻体会到了军训的好处和意义，也学到了许多宝贵的经验和教训。

第一段：军训磨砺意志。

军训是对我们大学生活的第一次考验，也是对我们意志的磨炼。在军训的过程中，我们每天要早起，跑步、做操、训练，身体疲惫，但是我们不能退缩，必须坚持到底。这种对自我的要求和对团队的付出，是我们在大学中所需要的品质。通过军训，我学会了坚持不懈，不怕困难，也更加有自信面对未来的挑战。

第二段：锻炼体魄，增强抵抗力。

军训是锻炼身体的好机会，通过长时间的户外活动，我感受到了自己身体的变化。在军训期间，我跑步、做操、训练，体力消耗较大，但是我也意识到了自己的潜力和身体的可塑性。通过不断的训练，我逐渐改善了体质，增强了抵抗力。这对我今后的学习和生活都有着极大的帮助。

第三段：培养纪律观念。

军训期间，我们严格遵守每天的作息时间表，要按时起床、吃饭、训练，保持队伍的整齐划一。每当听到号令，我们都要马上做出回应，保持队形。这样的训练，让我懂得了纪律的重要性，也培养了我的纪律观念。在大学中，纪律是进步的基础，只有保持良好的作息和自律，才能更好地完成学业和生活。

第四段：提升协作能力。

在军训中，我们不仅是个体的训练，更是作为一个团队一起完成任务。每次的集合训练中，我们需要配合队友，保持队伍整齐。这要求我们学会相互协作和互相支持。在每次的集训中，我们可以看到队友之间的默契和配合，这让我深刻认识到了团队的力量和合作的重要性。在大学中，我们也需要与同学们相互合作，共同进步。

第五段：总结军训心得。

通过这次军训，我的心理素质得到了提升，自信心也得到了增长。我学会了坚持不懈，克服困难，在队伍中学会了相互合作和支持。这次军训为我今后的大学生活打下了良好的基础。我相信，通过这次军训，我能将这些品质应用到未来的学习和生活中，取得更好的成绩和进步。

综上所述，军训是大学生活的开端，也是对我们意志和体魄的磨炼。通过军训，我们能够提高自己的纪律观念，增强协作能力，锻炼身体。这将为我们今后的大学生活奠定良好的基础。希望每一位大学新生都能通过军训，收获更多的体验和成长。军训，是大学生活中不可或缺的一部分。

**大学军训心得体会篇章篇十五**

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

大概人人在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正阅历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感想感染，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的加倍充足而故意义。

在如今这个政治稳定协调成长的社会，我们很难去想像那些鏖战疆场，干戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的武士兵士们，有着怎样的不凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好观赏甚至去享受武士们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风度，绝不留情的赢得很多人的一直赞词与虔诚敬拜！

当数位教官们以壮健的方式，抖擞的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示c出武士雄壮的风度时，那又是一种何等摄人心魄的壮看气象：屈指可数十几人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势；一身棱角分明的戎衣，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉后果！本来，无论是出于何种原由，身处何种地步，他们都邑以独属于武士的姿态示人，决不暧昧！

简单的见面仪式让我们相识，在本日一天的训练中让我们加倍深刻的认识了对方，训练中他们高亢的口号更显示出了他们作为共和国安宁与和平的保卫者的形象，我们从电视上也观见过他们那坚贞挺拔的身姿，然则当他们真正的站立在我们的真正的站立在我们身边的时候才感想感染到，他们其实间隔我们怎么的近，近得触手可及，这是才真正的感想感染到其实共和国的守卫者就在我们的身边。

观着操场上的一个个划一的方队，听着耳边传来的一声声嘹亮放入口号，以及一个个划一整齐的姿势，在我的眼中一切都是怎么的新鲜，站在那里我仿佛置身于军旅的海洋之中，体验着芳华的生气与发达。我不停相信“年轻没有弗成以”，在军训是固然站立军姿的姿势并不是很标准，固然双脚麻木得似乎已经不属于我，然则我这要为本身拍手我坚持了下来，我并不比任何人差！我真心的对教官们说一声谢谢，他们不厌其烦的矫正我们的一个个差错，严肃但不是粗暴，关切但不是放荡。

在一天的军训中，我劳绩了很多，永不放弃的精神、连合便是力量的真谛，这些知识与经验都将给我们的未来铺下坚实的基石。我必然会好好珍惜何来之不易的机会，好好熬炼本身培养本身的体质与意志，做一个合格的大学生，无愧于己，无愧于人。

**大学军训心得体会篇章篇十六**

我怀着激动的心情拿到了军训服。看着绿色的军装，我看到了生命的色彩。从此，我的军训生涯开始了。

从穿上军装的那一刻起，我就被赋予了军人的使命。我不再是那个没有时间观念，对自己要求不高的人。从穿上军装的那一刻起，我无形中就充满了活力；从我穿上军装的那一刻起，我就意识到我将面临严格法律的考验，接受严格的军事化训练。

在美丽的cuhk，你随处可以看到穿着绿色制服的人。和平安宁的北校变成了绿色军营。校园的每个角落都弥漫着军人的气息。

恍惚中，只见荆轲在沂水之畔，项羽在乌江之畔，此人率领第二十八骑兵冲锋。我在北伐途中看到了号称钢铁之师的叶挺独立团与军阀作战。我看到红军在长征路上艰难行进，我看到志愿军跑过鸭绿江。

经过六天的训练，我真的感受到了前所未有的压力和挑战，但同时一种挑战压力的兴奋感又悠悠的诞生了。军训，我们是作为一个集体存在的。在这个集体中，我们感受到了一个七尺男儿屹立于世界的雄心壮志，得到了沉稳、平常心、肯吃苦的习惯。

在这种没有奢侈，没有浪费时刻的军训生活中，我们每分每秒都在经历着身体和精神的双层体验，每时每刻都在完成志向和平常心的双层传递。相信这次军训生活会给我带来新的飞跃。

我时刻提醒自己:严格要求自己的言行，服从领导的命令，虚心学习，认真训练，热爱集体，关心他人，努力做一名合格的军人。

我相信这将会是大学生活的精彩片段。我们会受益匪浅。当然，这次军训一定会成为我们永恒的记忆，引领我们走向辉煌的未来！

20天，短暂而有意义的20天，一直匆匆而过，带着我们目送教官远去的那一行行泪痕。这一段军训是我们一生难忘的日子，因为命运把我们从五湖四海捞出来，又把我们聚集在一起。我们一起吃苦，一起欢笑，一起歌唱，从陌生人到熟人，从熟人到朋友。同时，我们在学习和生活上的提高，思想道德上的进步，也是军训给我们的。

从军训的第一天开始，陌生的面孔开始变得熟悉，我们也一天天地体会到了做一名合格的军人是多么的不容易。以军姿站好，直到双脚颤抖，全身无力；正步走，直到脚底发麻，脖子抽筋。但是我们都坚持下来了，我们用意志力克服了身体上的痛苦。有些学生第一次离家，第一次独立生活。对他们来说，军训不仅是一次人生的体验，更是对意志力的考验。在军训期间，全体学生不怕苦，不怕累，发扬了艰苦奋斗，艰苦奋斗，互相帮助的优良传统。

我们同学不仅白天坚持认真训练，晚上睡觉后还会继续训练一些高难度动作，直到达标。在旅途中，我们走没有平坦的广场，吃没有温暖的食堂，在野外靠自己的食物补充身体。对于很多同学来说，这是一次难得的经历，也许这辈子都不会再有了。野餐时，我们有一个快乐的唱歌活动，每个人都和同学分享袋子里的食物，制造出苦中作乐的场景。途中，一些体力好的同学帮其他同学收拾背包，拿衣服；有些学生又弱又累，所以我们并肩而行。最后，我们成功地完成了游览。这些在军训中构成了难忘的记忆画面。

在军训中，我们不仅得到了身心的锻炼，还学会了如何收拾屋子:如何叠军用被子，如何让我们的日常卧室更加整洁舒适。我们在生活中也严格要求自己，以至于养成了良好的生活习惯。好的习惯可以为以后的学习和生活节省更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。

我们军训收获这么大，胡教官功不可没。训练时，他一直对我们很严格，但休息时，他和所有人都混在一起。我们是士兵和军官，我们是朋友。我们一起接受烈日，一起聊天，一起玩耍，一起唱歌。从他身上，我们看到了更多军人的坚韧、伟大和强健的体魄。

士兵要学的东西太多了。他们是我们心目中最可爱的人！

特殊的21天，让我们在科技广场的烈日下考验意志，在汗水的洗礼下锻炼坚韧。军训的收获已经铭刻在我们心中。我们将带着它走过这辉煌的四年，我们将带着它一步步攀登更高的山峰。

**大学军训心得体会篇章篇十七**

第一段：军训的意义和目标（约200字）。

军训是大学生活中的一段特殊经历，在大学生活的初期，它扮演着一个重要的角色。军训不仅仅是为了提高学生的体能和资格，更是为了培养他们的纪律、团队合作和坚韧的意志。通过军训，大学生能够增强身体素质，锤炼自己的意志力，学会服从和团队协作，这些都将对他们在大学期间以及日后的人生中产生深远的影响。

第二段：军训的挑战与机会（约250字）。

军训是一项引人注目的挑战。它要求大学生们以军事纪律为基础行动，在逆境中坚韧不拔。严苛的军体训练和严厉的纪律要求确实令人望而生悸，但它们也为大学生提供了机遇。在军事训练中，学生们不仅能够改善体能，还能锻炼他们的意志和毅力。他们在与困难抗争的过程中，逐渐认识到自己的潜力，鼓励自己不放弃。这种挑战和机遇的结合，为大学生提供了成长和发展的平台。

第三段：军训对个人素质的提升（约300字）。

军训不仅仅是提供了机遇和挑战。更重要的是，它对大学生个人素质的提升起到了积极的作用。在军训期间，学生们需要遵守一些基本的规则和安排，比如准时起床、按时完成任务等等。这些都培养了他们的纪律性和责任感。此外，军训还强调团队合作和集体荣誉，学生们必须学会团结合作，在紧张的训练环境中相互激励，达到共同目标。这样的经历不仅能够培养学生们的领导力和合作能力，还让他们明白单打独斗很难取得成功。

第四段：军训对大学生活的影响（约250字）。

军训是大学生活的起点，然而它的影响却并不仅限于此时此地。大学生们在军训期间培养的自律和毅力将伴随他们度过整个大学生涯。军训教会学生们如何有效地管理和分配时间，因此在大学期间，他们更容易掌握学习和生活的平衡。而通过在军训中参与团队活动，他们逐渐学会了与不同背景和价值观的人合作。这个经验将使他们在大学生活中更加开放和容纳不同的观点，有助于提高他们的人际交往和沟通能力。

经历了军训，我深深感受到了军训带给我的积极影响。通过严格的纪律和艰苦的训练，我意识到自己的潜力是无限的。与同学们一起战胜困难的过程让我明白了团队的力量。我与同学们互相鼓励，共同进步，共同取得了令人骄傲的成绩。同时，我还学会了珍惜时间和与人合作的重要性，这些都成为我大学生活中的宝贵财富。

总结：

军训对提升大学生个人素质以及对大学生活的影响是不容忽视的。通过军事纪律的训练，大学生能够从中汲取力量和勇气，在日后的学习和生活中更加坚定和自信。同时，军训还锻炼了大学生的团队合作能力和人际交往能力，为他们未来的职业生涯打下坚实的基础。因此，军训的重要性值得我们认真对待，将其看作是大学生活中的一次珍贵经历。

**大学军训心得体会篇章篇十八**

下午，雨只是点点滴滴得下着，晚上却变成断线的珠子，继而形成一片片雨帘，在白炽灯下耀武扬威。同学们都穿着单衣，但没有一个人躲避雨点冰冷地扑打，凉风肆意地裹挟。我们连队的战士个个端坐在操场上，随着指挥的节拍，卖力地唱着一曲曲军歌，声音铿锵有力，似乎是对这雨天恶劣环境的嘲讽。斗志昂扬的革命热情，岂是一场大雨能浇灭的!钢铁般的革命意志，岂是一阵狂风能摧毁的!雨再大风再急也撼动不了我们要争做一名好士兵的决心。

大雨倾盆遏不退的，

是岿然不动的士兵;。

狂风扑打吓不倒的，

是气宇轩昂的军魂。

与汗水交织成甜美的疲惫，

掌声与喝彩叠加出欣慰的笑容。

军训的战友们，

你们是好样的!

**大学军训心得体会篇章篇十九**

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。军训心得体会写作很重要，怎样写军训心得体会?下面小编给大家带来军训心得体会5篇,仅供参考,希望大家喜欢!

昨天参加了绿盾企业军校的体验式军训，感受良多，下面做以下的分享。军训是一种人生体验：战胜自我，锤炼意志。看到一群群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文将人最热情的本性积极地展露出来，成就了我心中永远的记忆。我相信经历这次军训，我们会学到很多东西，精神也将得到提升，同时也有信心将在这里学到的点点滴滴带到生活中去。

生活只有经历锻炼，才能更好地感受人生，经过几天军训的考验，我发现军人是在泥土里成长的，是国家坚实的城墙，是生命延续的力量，曾有人说：“军人只是一种称呼，责任才是他们身上的使命”。是的，每名士兵都要有随时为祖国、为人民献身的精神。作为中国的一名人民，要强化国防观念，提高爱国主义觉悟，为祖国建设社会主义现代化而。

军训是一种考验和磨练，儿时的军训，纯碎是游戏，少年时候的军训，不过是一种锻炼，大学的军训截然不同，性质也得以升华，接下来会有更多训练，我们会听从指挥，给出本次军训的答案。

我有幸参加了矿举办的全员军事化训练第四期培训，度过了紧张而又愉快的七天时光。也将成为我生活中的一段难忘的经历，不仅在身体上得到了一次锻炼，在思想上也得到了深刻的教育和升华。众所周知，军队有严格的纪律，军人有钢铁般的意志，所以才使军队步调一致，铸就了钢铁长城。企业不是军队，但企业是一个团队。企业的成败兴衰也要取决于这支团队的战斗力。当今时代，我们追求的不再是个人英雄主义，而是团队的整体实力，企业的军训无疑是铸就一支优秀团队的有效手段。俗话说：军人以服从命令为天职。那么一个企业又何尝不应该这样，企业再好的决策，再好的经营理念，如果没有强有力的执行也永远是空谈。

一个企业有高效的执行力，就可以很快的将企业的决策落到实处。这些不都是我们要从军训得到的东西吗。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。在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心!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。短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，要时刻严格要求自己，做好准备。全神贯注与力量集于一身，随时接受上级下达的各种指令，以军人的姿态与心态去面对一切。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限!百合所给予我们的远远超乎我们想要的，没有完美的个人，只有完美的团队，只因此，我们便要更加严格要求自己，打造鹰一样的个性。

通过7天的训练和学习，确实让我收获不少，感慨颇多。其实，一个人的社会阅历并不是工作和生活的障碍，好的心态才是工作的动力和源泉。军训，让我感悟到，如何去面对生活和工作，智慧去工作，为鲍店煤矿安全生产作出自己的一份力量。

不知不觉，一个月的军训时光已接近尾声，回忆这一个月的经历，我们的努力和汗水，都挥洒在了这片土地上，有快乐，有苦痛，也有坚持，军训的日子虽苦，但是却让我们洗涤了许多的傲慢与浮躁，让我们变得更加稳重，成熟。

军训开始，我认为每一天最苦的就是站军姿了，因为我生性好动，站地时间久了就会感觉烦躁，加上太阳的暴晒，那种身上的灼热感总是让我站立不安。但是过了一段时间，我发现我走路比以前直了，体质也有所提升。我渐渐发现，军训带给我的不是痛苦，反而是一种享受，是一种坚持，让我的内心变得更加强大，也比以前更有毅力了。

军训并不是枯燥无味的，平日里我们还有和教官一起活动，歌咏比赛，做一些小游戏，互相聊聊天，还在营长的带领下学习了军体拳，我倍感荣幸能成为这个集体中的一份子。

军训也让我体会到了军人的感觉，但他们要远比我们更苦，更累，他们是扛着家国重任的人民子弟兵，他们值得我们学习。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的大学生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗!相信幸福之神正向我一步步接近!

军训虽然是我逝去青春中的一点，但却是最璀璨的一笔，它将延伸到我人生的每个春夏秋冬，军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后逐渐沉淀，融入我记忆的最底层。

军训结束了，我的心里十分难过，还有些依依不舍。我真的期望它能再延长些，再多给我们一些磨练的机会!在这次军训中，我成长了。我哭过，笑过，痛过，忍耐过，郁闷过，激动过，骄傲过。汗水，泪水纵横交错，帽子上的徽章在阳光下闪闪发光!

军训增强了我的自信。我是班里x名女生中体育成绩最差的一个，也是力量最弱的一个。上在军训期间，我有什么苦，有什么不舒服都默默的承受了，我没有喊过累，没有叫过苦。在身体不舒服的情景下，我仍然倔强的坚持，我总是对自我说：不能倒下!我是x名女生中最终“倒下”(请假)的一个(那次是因为肚子疼)。军训结束后，我一点伤也没有。虽然我十分认真。原先被称赞的白皮肤变成了棕色，这是军训唯一留给我的“痕迹”。

能够说，在这次军训中，我是胜利者。我成功地完善了自我，超越了自我，增强了自信，使自我作为一名\_\_人的形象更加丰满。使我为祖国健康工作\_\_年的信念更加坚定!

军训前，父母有些担心我的身体。因为我平时不太运动，还经常肚子疼;可是此刻，爸爸，妈妈，我证明给你们看，我，不是弱者!

祖国，你看，在你的沃土上，新一代青年正在茁壮成长!他们不怕苦，他们不怕累!他们是你的期望，他们是你的骄傲!

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，仅可是是一种锻炼;大学的军训截然不一样，性质也得以升华。而大学军训，让我明白太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。我想仅有军训才能真正感觉到它的内涵。

军训对于每一个大一新生都是一次新的人生挑战，从最开始对军训的抗拒到最后对军训的感悟和不舍，这次的x天军训已成为我难忘的回忆。

军训让我懂得了吃苦。心里经常叨念着：流血、流汗、不流泪的口号，这是怎样的一种人生毅志!流云飘过训练基地上空的苍穹，太阳依旧不解人情。在烈日下的我们，个个都汗流浃背，虽然时常有水补充，但豆大的汗珠依旧接二连三的从额头流过脸颊，然后轻轻地落在了每个人的上衣上，于是洁白的t恤衫很快就被汗水浸湿了，但无论怎样受烈日的煎熬，我们每位同学都没有退怯，站军姿时，个个都纹丝不动，真的达到了站如松的最高境界。

军训又让我学会了团结。《\_\_》唱出了我们的心声，也唱出了彼此的友谊。在艰苦的训练过程中，每个人的一举一动不仅代表了个人，也代表了我们五班的形象。我们每个人都在为这个集体而坚持努力。因此，这时候，学会团结是成功迈出的第一步。

军训又让我拥有了自信。之前做事犹豫不决的我，在艰苦的军训生活里重新清晰地认清了自我，原来，只要拥有自信坚持自己是最棒的，就可以完美地做好每一件事，哪怕是再艰巨的任务，也会做的出色、精彩。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，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，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

虽然只是短短的x天军训，却让我懂得、学会、拥有了许多，这也许是我进\_\_上得第一堂完美、充实的课吧!相信在今后的大学的学习生涯，一定会发扬在军训中继承的优良品质和作风，努力提高自己，望在大学学习上给家长、老师、更给自己一份满意的答卷。

**大学军训心得体会篇章篇二十**

军训是大学生活的一部分，对于大学新生来说，这是一次独特的经历。军训不仅仅是寒暑假期间的训练，更是一次身心挑战，一次成长之旅。通过这段时间的锻炼，我深刻体会到了军训的重要性，也领悟到了它对于我的意义。

首先，军训让我体会到艰辛与坚持的力量。起早贪黑、冒酷暑严寒、迎着狂风暴雨，在疲惫与汗水的交织下，我们的身体和意志都受到了巨大的考验。但是，正是这些艰苦的条件让我们学会了坚持和不屈不挠。尽管疲惫不堪，我始终坚持训练，不断超越自己的极限。这种坚持不仅锻炼了我的意志力，也使我养成了良好的生活习惯和自律性格。

其次，军训让我明白了团队合作的重要性。在军事训练中，个人的力量是微不足道的，只有团队的力量才能使任务顺利完成。我们要按照指挥的要求行动，紧密配合，形成一个有机的整体。这不仅需要我们对指挥的绝对服从，更需要我们与队友间的默契与信任。通过与队友的紧密配合，我深刻体会到了团队合作的重要性，在以后的大学生活中，我也会更加注重与他人的沟通与合作。

再次，军训加深了我对纪律的认识。大学生活自由自在，但也容易让人对纪律松懈。而在军训过程中，要求我们始终保持整齐划一，按时完成任务，这让我深刻了解到纪律的重要性。纪律是一种习惯，它不仅仅是为了完成任务，更是为了帮助我们规范自己的行为和思维，提高效率。通过军训，我意识到养成好的纪律习惯对于我之后的学习和生活都有着重要的影响。

最后，军训使我更加细心和自律。军训中的各种任务都要求我们高度专注和细致入微的思考，因为一个小错误可能会导致整个队伍出现问题。在训练中，我深刻体会到了这种对细节的重视，使我在日常生活中也能运用此法。军训也要求我们严格遵守时间表和规定，让我们变得更加自律。通过军训，我学会了安排时间，合理规划，不再拖延，提高了效率和管理能力。

总的来说，军训的意义不仅仅是锻炼身体，更是培养了大学生在精神和思想上的素质。它让我明白了坚持和团队合作的力量，加深了对纪律和细致的认识，增强了自律和规划的能力。尽管军训过程中有各种困难和艰辛，但我相信经历了这段特殊的历程，我将更加坚强，更加自信地迎接大学生活中的各种挑战。

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