# 新生军训心得体会(汇总9篇)

作者：花开彼岸 更新时间：2025-06-19

*新生军训心得体会一第一段：迎接新生军训，意味着新生活的开始。走入大学校门的那一刻，我们不再是高中生，而是即将踏入大学生活的新生。而军训作为大学生活的开始，有着重要的意义。参加军训，不仅是为了磨炼意志，锻炼体魄，更是为了培养集体荣誉感和团队合...*

**新生军训心得体会一**

第一段：迎接新生军训，意味着新生活的开始。

走入大学校门的那一刻，我们不再是高中生，而是即将踏入大学生活的新生。而军训作为大学生活的开始，有着重要的意义。参加军训，不仅是为了磨炼意志，锻炼体魄，更是为了培养集体荣誉感和团队合作精神。通过军训，我收获了很多，也有了很多的体会和感悟。

第二段：军训带来的身体力行的锻炼。

“砥砺前行，烈风暴雨，真正打破舒适区。”军训的生活是一种机会，也是一种挑战。作为大学生，我们在高中时期拥有的各种课程可能已经让我们忘记了锻炼的重要性。而军训让我重新认识到了自己的身体素质和潜力。早晨的晨跑、武术的训练、绳梯的攀爬等等，每一天的军训都是一场对自己身体的叩问和挑战。通过这些锻炼，我不仅收获了一个更加健康的体魄，更是明白了健康身体是追寻梦想的基石。

第三段：军训带来的团队合作的培养。

军训的生活要求我们与队友们相互协作，没有个人行动主义，只有团队合作才能达到最佳的效果。在队里，我们必须互相帮助，互相勉励。每天的操练、队列训练、携手并进的过程中，我逐渐认识到团队合作的重要性。作为一个团结协作的集体，我们可以以更高效的方式完成任务。军事训练不仅仅是个人力量的展示，更是团队合作的体现。只有懂得和队友们一同前进，才能收获成功的喜悦。

第四段：军训带来的坚韧精神的培育。

军训是一种对个人毅力和意志力的考验。训练场上的阳光蒸腾着热气，体力的耗损以及心理的压力都是不可避免的。曾经有一次，当我快要到达自己的极限时，想要中途回家休息的念头几乎要占据我的意识。然而，正是坚韧的意志和自我鼓励，我咬紧牙关，坚持了下来。通过这次经历，我明白了自己的潜力无穷，只要有坚韧不拔的毅力，就能战胜一切困难，实现自己的目标。

第五段：军训带来的珍贵友谊。

军训是一个相互了解、培养友谊的过程。我们在一起经历着多姿多彩的军事训练，互相鼓励、互相帮助。每天操练和训练中，我们相互配合、团结一致，逐渐形成一种深厚的友谊。这份友谊将是我们大学生活中的宝贵财富，更是我们未来职场和社交中的重要资源。通过军训，我结识了许多志同道合的朋友，我们相互鼓励、相互扶持，一同在大学的道路上奋斗。

军训是大学新生生活中的一个新鲜和独特的体验。通过军训，我收获了身体力行的锻炼、团队合作的培养、坚韧精神的培育以及珍贵友谊。这些体验和感悟将伴随我整个大学生活，并会对我未来的人生产生重要影响。我相信，通过军训的磨砺，我会成为一名更加坚强、自信和团结的人。

**新生军训心得体会二**

青春，是斑斓的;青春，是丰富多采的;青春，有苦笑泪乐。随着时光转眼流逝，小学六年的生活成为了记忆。我们迈进了初中的生活。军训是成为迈进初中大门的第一站。

严肃的教官站在队伍旁边，严格地指导着每个学生，似乎要帮助我们打造一个全新的自我。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着。这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了。

军训时，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，同时军训也赋于我们一个健康的身体与坚强的毅力。

虽然我们都来自五湖四海，但是我们却有着共同的梦想。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过!携手共进，一起度过我们的军训生活!

在炎炎的夏日里，太阳没有了往日的慈祥。每一位同学都在烈日下训练，即使有一些同学的身体不适，也只是休息一会就又坚持训练，没有人愿意放弃，操场上散发着我们的青春与活力、自信与拚搏。

短暂的六天军训生活虽然结束了，但它也使我们逐渐成长起来。军训不仅锻炼了我们的意志和耐力，也培养了我们团结协作和集体观念。它将成为我们一生中的宝贵财富。

通过这次军训，我知道了人的一生不可能是一帆风顺的，总要面对许许多多的困难和坎坷，我们不能放弃，只有坚持不懈，在挫折中变得成熟，在困难中变得坚强。

从教官的身上，我看到了他们对祖国的热爱，他们把自己的青春奉献给了祖国，从他们身上看到了保卫祖国的那份责任和义务、无悔和骄傲。

以前，在一本书上看过这样一段话：樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀;荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子;梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景。

我想说，人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星，我愿成为那颗最亮的星!!!

**新生军训心得体会三**

第一段：军训的意义及现代大学生的态度转变（200字）

军训是每一个大学新生必经的一项重要活动，它不仅是对学生身体素质和意志品质的一种锻炼，更重要的是培养学生良好的纪律意识和团队精神。对于现代大学生来说，军训意味着一种态度的改变。军训前，大多数新生都抱着忐忑和紧张的心情，但在经过了军训的洗礼后，许多新生心态得到了积极的转变。

第二段：军训锻炼身体和培养毅力（200字）

军训是一项高强度的体育训练活动，通过长时间的跑步、爬山、站军姿等训练项目，不仅可以锻炼学生的身体素质，增强体力和耐力，还可以培养学生的毅力和坚持不懈的精神。刚刚进入大学的新生们，大多数都缺乏良好的锻炼习惯，他们的身体素质和毅力都需要得到提高。通过军训，新生们不仅可以增强体质，还能够让自己有更强的意志力去面对未来的困难和挑战。

第三段：军训培养纪律意识和团队精神（200字）

军训的重要任务之一就是培养学生的纪律意识和团队精神。军事训练的严厉性要求着每一个学生必须遵循军事纪律，不得违反规章制度。这种军纪严明的要求使得新生们学会了自觉遵守规则、守纪守法，养成了良好的行为习惯；同时，军训也需要学生们相互配合，信任和支持彼此，锻炼了学生们的团队精神。

第四段：军训给予新生的成长和启示（200字）

经历了军训的新生们收获颇多。他们不仅收获了坚强的体魄、韧性的意志和良好的纪律意识，还在这过程中认识到了自我潜能的无限。每个人都有无穷的潜力，只要有决心，就能克服困难取得成功。军训使新生们明白了不管遇到什么困难，只要坚持努力，就一定能够克服并获得胜利。

第五段：军训心得与未来的发展（200字）

军训中获得的宝贵经验和心得在新生们的未来发展中具有重要意义。毕业后，他们将进入各个领域，面对各种挑战和压力。军训中所培养的纪律意识和团队精神，以及对自己潜力的发现与挖掘，都将成为他们面对未来困难时的宝贵资本。同时，通过军训锻炼的体魄和意志力，也将使他们更加坚强地面对工作和生活中的各种挑战。

总结：

通过军训，新生们在体能、意志和纪律上都得到很大程度的提高，同时也对自身潜能有了更加清晰的认识。军训不仅是对大学生的一次重要锻炼，更是一次人生的宝贵经历。它给予了新生们真正成长的机会，为他们积累了一笔宝贵的财富，成为他们未来发展的坚实基础。

**新生军训心得体会四**

在短短的三天的军训中，我明白了许多道理，让我最刻苦铭心的就是责任心了。

“你用有了责任心就代表着你拥有了完美，你只有完美了，才能拥有责任心。”这是每个教官都常说的一句话。

印象最深刻的是军训的第三天，早上，王教官让我们训练了一会儿后，就让第七中队来和我们拉歌。我们鼓足了气，把王教官教我们的所有拉歌词一下子就都念出来了，还唱了新教的《一二三四歌》。

拉歌完后，教官就继续叫我们站军姿、走军步。教官看我们站得不好，觉得是自己管得太松了，不够紧张，于是就决定罚我们做俯卧撑。可能是因为要体罚，所以很多同学都很紧张，动作不整齐，结果全队的人都被罚做了俯卧撑。做俯卧撑很累，一直做到我的手都发抖了，教官还没叫我们起来，等到王教官叫我们起来后，我们的手都还在发抖，手掌还红红的，很痛。我知道教官是为了我们好，她希望我们能够长点记性，记住我们这个集体需要的是团结，而不是只顾自己。

下午的时候，教官教我们队列二，就是全体同学围成一个大大的四方形。队形列好后，王教官就和我们一起聊天，这时我们才知道，原来早上的体罚是一位男教官教给王教官的，然后教官又叫几名同学给我们示范怎样“俯卧撑”和怎样“青蛙跳”。

那天的训练虽然很累，但却让我磨练了自己的意志力，也让我明白了：不管做什么事，都要坚持到底，不能半途而废。

在这次军训中的领导力与责任心的活动中，我们全校的同学都哭了，因为，我们看到小领袖因为我们的错误而受罚。因为我们不能努力做到完美，所以哭了。最后，我代表全班上台发言：“谢谢你们，曾关心过我，为我承担过责任的人。父母们，老师们，让我们自己承担责任吧!我们已经长大了，需要自己承担责任了。”说到这时，本来已止住泪水的我再一次的泪流满面。从那一刻开始，我也对自己说：“加油吧，争取做一个有责任心的人吧。有了责任心会使你更加完美。”

我一定要记住老师的提醒：人是会老的，人是会累的，自己承担自己所犯下的错误，也一定要做好每一件事。我们不再让小领袖为我们作出无谓的牺牲，不再让身边的人替我承担责任。让别人替自己承担责任，只能使自己感到惭愧。责任心犹如你的朋友，你没了朋友，就很孤独，正如你没了责任心，不能更完美。不完美的人往往缺少责任心，缺少责任心的人往往不完美。

在军训中，我懂得了什麽叫责任心，就是要努力学习，为自己争光，为父母添彩，我们一起向成功迈进吧!

**新生军训心得体会五**

第一段：介绍军训内容和目的（200字）

新生军训是大学生活中的一项重要活动，旨在提升新生的纪律意识、团队合作能力和身体素质。军训通常包括军事基础知识学习、军事训练和军事理论的学习等内容。通过这一系列的训练，新生们可以更好地适应大学生活，并培养出吃苦耐劳、团结协作的品质，为日后的学习和工作打下坚实基础。

第二段：描述军训的的紧张与充实（200字）

整个军训过程紧张而充实，每天严格的时间表和紧凑的训练安排使我们备受压力，但也让我们感受到了自己的进步和成长。在严师的指导下，我们学会了如何正确站军姿、怎样快速而有力地跑步，还学会了一些生存技能和自卫方法。我们穿着统一的军装集体行进，经历了体能训练和军事器械的使用，更重要的是，我们体验到了团队协作的力量，学会了如何与队友和上级进行沟通和合作，这些经验将对我们以后的工作和生活产生积极的影响。

第三段：谈及对军训的收获和成长（200字）

通过军训，我不仅学到了专业知识和技能，更重要的是锻炼了自己的意志品质。军训期间，我们常常面临体力上和心理上的双重考验，但是我们要坚持下去，不怕吃苦，不怕困难。这种坚持和毅力将使我们在今后的学习和工作中更加顽强和坚决。同时，通过与队友之间的协作和交流，我学会了如何与不同性格的人相处，并逐渐建立了自己的领导能力。这些收获和成长将使我在大学生活和将来的职业生涯中受益终身。

第四段：反思军训中的不足与改进（300字）

虽然军训给我带来了许多宝贵的经验和收获，但也存在一些不足之处。首先，军训时间过短，无法全面训练我们的身体素质和军事技能。其次，在某些重要训练环节上，缺乏针对个人差异的细化指导和训练，导致一些同学的训练效果不佳。此外，军训中的纪律要求过于严格，给我们带来了压力和负担。为了改进这些问题，我们可以在军训前进行更加系统和全面的准备，延长军训时间，并且加强与学生之间的沟通，了解他们的需求和困难，以便更好地进行指导。

第五段：总结感悟和展望未来（300字）

通过军训，我深切地体会到了团队的重要性和团结合作的力量。在这个过程中，我结交了许多志同道合的好友，并与他们一起度过了困难的时刻，这让我感到无比欣慰和自豪。同时，我也认识到自己的不足之处，并明确了未来的发展方向。我希望能够继续加强自己的领导能力和团队意识，不断提高个人素质，为实现自己的人生理想奠定坚实基础。我相信，通过这次军训的历练，我将能够更加勇敢地面对未来的挑战，成为一个更优秀的自己。

**新生军训心得体会六**

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；如果说军训是一台戏，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。

第一天上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

不一会，我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有说不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人，下午，同学们都兴高采烈的来到了篮球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就像带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浃背。看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

这次军训，虽然很苦，但苦中总是带着快乐，5天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入初中第一个影响我们的深刻的一课。

**新生军训心得体会七**

告别了舒适的假期，柔软的沙发，凉爽的空调；卸载了耗时的王者荣耀、抖音、吃鸡；穿上了洁白的校服，迎着朝阳，我们终于踏入了高中的校门！

阜康市第一中学！我们来了！

也许你还记得初三时的忙碌，记得等成绩时的焦急，记得等录取通知书时的不安，可现在你已经踏入了高中的大门，高中新鲜的一切都在等着你。当然，也少不了我们的“老朋友”——军训。

军训，是新学期的第一课。军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把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，去锻炼，去磨砺。军训让我们增强了国防意识与集体主义观念，培养了我们团结互助的作风。军训，也提高了我们的生活自理能力，培养了我们思想上的自立和独立，还帮助我们养成严格自律的良好习惯。

在这一次军训中，我们有幸认识到了我们的军训教官——张教官。他是96245部队的一名老兵，第一次见到他就会有一种厚实的安全感，让你不会担心后面的军训有多苦有多累。

每一天的军训都是最基本的，例如稍息、立正、蹲下起立、向左转向右转、齐步走跑步走。尽管是最基本的，要做好也是不容易的。每次军训，军姿是必不可少的，总会站到“腰酸腿疼”，但要听到教官对我们的鼓励，我们又会激情满满。

我们站军姿时，教官总会在队伍里为我们纠正错误；我们向左转向右转时，教官总会给我们说怎样才会整齐怎样才会有精神；我们齐步走跑步时，教官总会告诉我们应该注意哪些点。教官总会照顾我们的感受，我们表现好了就会让我们喝水休息，休息时我们便像朋友一样，一起聊天，一起开玩笑，也会给我们讲一些道理。在休息时，我们班也有一次才艺表演呢，吸引了全年级同学的眼球，掌声不断。

在校领导的安排下，教官也教了我们部队叠被子的方法，让我们赞不绝口。也有同学尝试，叠的时间虽然有些长但叠的也非常好，受到了教官的表扬。

在8月25日早晨，听到了教官要走的消息，同学们一个个潸然泪下。一个星期的真情相待，我们成了彼此的好朋友，同学们舍不得让教官走，可天下没有不散的宴席。到了下午，教官还是走了，每个人都泪流不止，眼眶也哭红了。因为教官每天扯着嗓子排练我们，班长在教官走前给了教官润喉片......

教官！您虽然不再带我们了，但我们会一直记得你，记得你说的话，我们也会实现您的梦想。来日方长，未来可期，希望您还会记得“春飞吹，战鼓擂，我们九班怕过谁”这句话。

最后感谢教官这几天地全程陪伴，感谢班主任的全程陪伴，也感谢校领导的安排，让我们有一次锻炼的机会，也预祝本次军训会操能圆满结束！

**新生军训心得体会八**

花儿的开落，时间的流逝。不知不觉我已经成为本站高一的一员，每个新生都要过的第一个门槛——军训，我是既紧张又兴奋。当标着横幅的旗子在空中飘起的时候，当教官的哨声在耳边响起的时候，紧张而又严肃的军训开始了。

军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的莘莘学子来说，也是一个新生活的挑战。

今天是军训的第一天，也是大学生活的第一天。放过长假的我们从享受中迈向紧张的军训，从丰富充实的假期生活走向另一种多姿多彩的军营生活，总之军训生活中有苦也有甜。而且，军训生活确实很苦也很累。

军训缺少不了的当然是教官，我们教官方脸，炯炯有神的眼睛如同锐利的老鹰似的，任何细节都逃不过他的眼睛。黝黑的脸，让人感觉很严肃。教官教我们的第一个动作是站军姿，他要求我们头要正，腰要直，双手自然下垂，两脚张开成60度，这时候教官更是集中精神挑我们不正确的姿势。我记得第一天的军训动员大会，在教官严厉的目光下，我硬是一个小时一动不动。这时别提有多难受，突然我的眼睛一黑，手脚发麻就去休息了。

军训又苦又累，还记得第一次晨跑，我的痛苦与执着，我相信我一生都会记得，军训有苦也有乐，凡事都是两面的。

教官的幽默与风趣我想应该是军训中不可多得的。而恰好我的教官就具备这一点。教官是北方人，有时说话参些北方语调，往往会把我们笑得人仰马翻，军姿也站不住了。还有精彩的就要数篮球赛了，左一个扣篮，右一个灌篮，惹得左右观众喝彩不止。精彩的篮球赛给我们又苦又累的军训增添了几分欢乐。军训是我第一次体验军人生活，体会到他们训练的艰苦，体会到他们报国的心愿，这段记忆将成为我永远的回忆。

**新生军训心得体会九**

在漫长的5天军训中，我相信每一位“小军人”都变得比以前严肃、认真、团结、坚强，克服困难的勇气比以前更大更强。我一定回深深的`记住我们的口号：\"严格训练，严格要求，克苦学习，为校争光！\"

第一天，我还在家不肯来，但最终还是来了！学习到了解放军克服困难的精神，风雨无阻地训练，文明礼貌，唱歌本领都学到手了！向左转，向右看齐，站军姿，齐步走，正步走，响亮的口号，整齐的跺脚声，有条有序的步伐陪伴了我们5天。站军姿，到了现在，我已经可以一动不动地站立40多分钟。速度变快了，时间观念强了，精神饱满了，我觉得我们不再是一名小学生，而是一名小军人！

齐步走走得整整齐齐，手抬得高高的，不慌不忙的走。正步走更是棒了，手握拳，有力地甩动着，脚抬地高高的，砸在地下声音红亮无比，口号大声有力，自豪极了！

啊！今天28号的闭营仪式是多么的隆重，多么的精彩啊！表演得多么出色，就连平时较懒散的16班也精神起来，老师竖起了大拇指，虽然没拿奖，可是我感觉已经很棒了，我们16班可能不再是以前的16班，而是全神投入学习状态的16班，我相信我16班将会优秀班级！

5天的辛苦军训过去了，但是依然在我们心中占有重要的地位，我不会忘记这次军训，我会默默存在心中，默默地想，在今后的学习更加努力，把这5天当作我们的终身伴侣吧！

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