

最新大学生军训体会心得 大学生参军训练心得体会(精选7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生军训体会心得篇一

参军训练是每个大学生难忘的经历之一。这不仅是一次实践锻炼的机会，更是一次磨砺意志的历程。通过参与军事训练，大学生们可以体验从未有过的严谨与纪律，培养坚韧的品质和坚毅的意志，对自己的成长与未来起着积极的推动作用。

第二段：锻炼身体，培养意志

参军训练旨在锻炼大学生的身体素质，从而增强身体的抗压能力。这其中包括长时间的晨跑、拉伸运动和体能训练等，这些训练对于大多数大学生来说都是前所未有的。然而，这些锻炼却锻造了我们的毅力与耐力。从一开始的喘息和腿脚酸疼到后来的适应和改善，我们的身体逐渐得到了更好的锻炼，普遍表现出更好的体质。这种锻炼也锻炼了我们的意志，告诉我们只有坚持才能有所收获，这对我们今后人生的奋斗意志培养起到了很好的示范作用。

第三段：严格纪律，培养自律

参军训练是一次接受严格纪律的过程。我们每天按时起床、整理铺盖、军容毕恭，这些看似琐碎的动作，却锻炼了我们的自律意识。在军事化管理中，任何违反规定的行为都会受到相应的纪律处分，这要求我们始终遵守纪律，不敢有一丝懈怠。在这样一种环境中，我们逐渐养成了自律的习惯，不

论是在学习还是日常生活中，我们都开始有了自觉的规划和管理能力。

第四段：团队合作，培养协作能力

参军训练中，我们不仅个人身体素质得到了锻炼，团队合作能力也得到了极大的提升。在军体拳和队列训练中，我们需要密切配合，步调一致。每个人都发挥着作为团队成员的责任，互相帮助和支持，只有这样才能维持整个队伍的连贯性。这对培养我们的团队合作精神、协调能力和沟通能力都起到了很大的帮助。在今后的社会中，这种团队意识和协作能力无疑将使我们更加出色。

第五段：增强自信，敢于面对挑战

参军训练不仅让大学生们锻炼了身体和意志，更重要的是让我们建立了自信。通过一次次的挑战和超越，我们不仅看到了自己的潜力和能力，也增强了对自己的信心。我们敢于面对困难，敢于迎接挑战，并确信自己能够战胜困难。这种自信心将伴随我们一生，无论面对什么样的困难和压力，我们都能勇敢地面对并克服。

结尾：大学生参军训练是锻炼身体，培养意志和意识的宝贵经历。通过参与军事训练，我们的身体不断得到锻炼，意志得到坚韧，自律和团队合作精神得到培养，自信心得到增强。这些都对我们将来的发展起到积极的促进作用，使我们在人生的道路上更加从容与坚定。大学生参军训练的经历将伴随我们一生，成为我们宝贵的财富。

大学生军训体会心得篇二

大学生军训是中国大学生一项重要的传统活动，它不仅能增强大学生的体质，壮大民族实力，更重要的是增强大学生的爱国主义情感和集体荣誉感。在中华民族崛起的新时代，大

学生军训更具有深刻的意义和使命。作为一名普通的大学生，参加军训后，我有了新的认识和感悟，特此写下这篇心得体会。

第二段：挑战自我，超越极限

参加军训让我感受到了自我挑战和极限超越的快感。那些疲惫的训练和严苛的纪律要求都让我意识到了自己的能力和潜力是无限的。迈开军训第一步，我就感受到了自己身上的懒惰和松弛，但是通过不懈地努力和坚定信心，我才能做到哪怕再困难的事情也能扛过去。最终，我的体能非常大的提升，精神状态也得到了愈加积极的改变。

第三段：集体意识，团队精神

军训之旅并不是一个人的战斗，而是一个团队的对抗，我深深感受到这种集体意识和团队精神的强大感染力。在军训过程中，我们互相帮助和鼓励，每一个人都尽到了自己的义务和责任。在队列训练中，没人会强调个人，我们要统一步伐，保持整齐划一，这只有全队协作一致才能做到。所以军训不仅仅只是身体的锻炼，更是心灵和意识的升华，让我感受到团队的强大力量。

第四段：加强纪律，树立规矩

参加军训不仅锻炼了我的体能和精神，也带给我了一些宝贵的经验和准则。在军训过程中，我们要遵守各项规章制度，严格执行纪律，这是问题成员无法承受的重压力。加强纪律，树立规矩，让我将这种意识和思想运用到日常生活中，无论是在学习、工作还是生活中，我的自律能力和成熟度都越来越高。这无疑是军训带给我的最大收获之一。

第五段：用青春铸就未来

参加军训不仅让我锻炼身体，增强意志，还让我感悟到：用青春的力量来铸就未来。大学时期的每一秒钟都应该用来努力追求理想和目标，活在当下，拼搏未来。在军训中，我学到了永不放弃和勇往直前的意志，这些意识不仅在军训中 useful，在学习、进入社会后都会贯穿一生。

结语：

在参加军训的这段时间里，我通过锻炼身体、营造集体、遵守规矩，让自己体验到不同的生活、不同的认知和不同的思维方式。真正认识到只要肯用心、用青春、点滴努力和坚韧不拔的信念，就一定会铸造出不一样的人生，为祖国的未来创造不朽的伟业。

大学生军训体会心得篇三

第一段：引言（150字左右）

军训是大学生生活中必经的一个环节，对于我们普通大学生来说，这是接触军旅生活、感受纪律严格的环境的机会，也是锤炼意志、提高身体素质的良机。在经历了几天的军训后，我对于自己和周围同学的心路历程有了更深入的了解，也积累了不少宝贵的体会和教训。

第二段：认知体会（250字左右）

军训环境下，我们从行军、操纵枪械，到集训和战术演练，无一不体现出军人的纪律性、执行力和团队协作能力。尤其是服从命令和不受个人感情影响的执行能力，让我们第一次体验到训练场上的严谨和严酷。作为学生，我们往往是以自我为中心，追求个人的快感和自我价值，但在军训里，学会了放下个人私心，关注团队整体利益，这是我们重要的认知体会之一。

第三段：身体体会（250字左右）

想要完成所要求的任务，提升身体素质必不可少。每天早上的晨跑和拉伸锻炼，中午的体能训练和游泳，晚上则是军棒操和陈列检查，这几天的军训让我们意识到自己身体上的不足，也激发了我们往往不被发掘的潜力。身体的机能向着更高的维度迈进，这是我们重要的身体体会之一。

第四段：心态调整（250字左右）

在长时间的军训中，生活和训练的枯燥乏味，不规律的饮食和常规的惩罚方式都会让我们的心态产生负面影响。但是在这个过程中，同学之间的互助和支持也是非常重要的。我们从悲、痛、苦中走出，开始在心态上调整自己，不再抱怨困难的训练和按制度执行的生活。通过言传身教的方式，教官和同学们共同帮助我们逐渐完善了自己的心态，训练的失败和挫折成为了我们成长和进步的催化剂。

第五段：总结（250字左右）

几天的军训模式虽然只是军旅生活浅尝辄止的体验，但所有的经历还是让我学到了很多。团队协作、服从命令、个人自我审查，以及对挫折的承受能力，我相信这些体验中的收获将是我们今后成长中的重要经验之一。我希望在未来，持续运用今天所学的知识，谷物心态的调整，身体素质的提升，为自己的发展和为未来做好准备。

大学生军训体会心得篇四

十八岁的阳光炫丽多姿，十八岁的风凉而温馨，十八岁的我们走进xx大学，即将开始一个幸福的旅程。

话说天下大事分久必合，合久必分。离开了故友，走进了xx大学。在这里团结向上，朴诚奋勉，求实创新的精神向海浪

一般迎面扑来，让每一个远离家乡的学子震惊万分。xx大学的形象在我们心中定格。开学一始军训更是让我们相信，选择农大是没错的。农大的精神像海浪一样汹涌澎湃，永往直前。

上岸后贝壳的孤单，让我感觉到不自然。但xx大学这个大沙滩，让我远离了孤单，军训中的磨练，让我感觉到集体的力量。这个大沙滩容纳了五湖四海，东南西北的学子，在这里我们感受到了它的温暖、可亲，让我们找到了家的味道。xx大学的精神像沙滩一样，温暖可信，舒适怡人。

俗话说：“不经历风雨怎能见彩虹。”经过军训的洗礼，我们学会了吃苦耐劳，挺拔向上，体验了摸、爬、滚、打的艰辛。稍息、立正、向前看、正步、齐步、向后转。无数的汗水、无数的鼓励，无数的精心教导，把我们从一棵棵小草培育成坚强的仙人掌。xx大学的精神感染了我们。xx大学的精神像仙人掌坚忍不拔、铿锵有力！

我们十八岁的天空因农大而变得异彩纷呈，炫丽多姿。啊！xx大学的精神像海浪。xx大学的感觉像沙滩。xx大学的我们像永不言败的仙人掌！

大学生军训体会心得篇五

明媚的阳光照在每个人的脸上。目前，我们正在接受军训的最后检查。x周军训不知不觉结束了，但是给了我们很多。整齐的步伐，气魄，响亮雄壮的口号，都显示着我们的训练成绩。是的，短暂的x天军训教会了我们，不仅仅是立正的军训，更是意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会了我什么是坚强的意志。那挺直的腰肢，挺拔的胸膛，高昂的斗志告诉我，那是军人的勇敢和英雄的姿态；站在阳光下的身影，汗水闪闪的眼睛，支撑着沉重身体却依然一动不动的双腿，让我震惊和感动。他们有铸铁的信念和焊接钢

的意志。他们，一群诚实但不缺乏聪明、严肃和幽默的教官，把他们的钢铁般的纪律带给了我们，教会了我们什么是军人的风范，什么是钢铁般的坚强意志。

欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的x天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

大学生军训体会心得篇六

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面上。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就是天壤之别。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。

大学生军训体会心得篇七

时光如梭，最开始的时候，时光的老人就像是在爬坡一样缓慢，那是多么地艰难。每每在站军姿的时候，那种感觉更像是度日如年！甚至一分钟都能被拉成五分钟用。但到了后来，时间又像跑在下坡路的运动员一样。眨眼间，已经冲了出去。眨眼间，我们的军训也就结束了。

回想起这段日子，我们在军训中实在改变了太多，成长了太多。军训不仅仅规范了我们的行为和纪律性，还让我们将思想冷静，能正确的面对来自大学的变化。

从表现上来看，这几十天的军训可能就只是辛苦的磨练和学

习罢了。但对比前后的自己，我感到自己已经不像一开始进入大学一样激动、兴奋，甚至想不顾一切的去体会大学生生活。如今，我们在军训的同时也渐渐适应了这个校园的环境，而且得益于军训的严格纪律和规定，尽管本届共有xxx名大学新生，但在军训中大家都被教官们严格管理，没有听到哪里出现任何的冲突或是其他行为。这也让我深刻体会到了军训对我们整体的作用之大。如此看来，其实军训也是我们来到大学后的第一课，它教会了我们纪律、责任还培养了我们团结一致的思想，将我们xxx名大学新生，安安稳稳的送进了大学的环境，让我们成为了这里的一分子。

此外，我也十分感谢我们的教官，他作为我们的训练人，却并非用严苛的方法让我们服从命令。相反，教官给我们的感觉就像是一个喜欢照顾人的大哥哥一样，不仅在训练中帮我们选择阴凉的场地，给了我更多的休息时间，陪我们一起做活动，表演才艺等等。这让我们更加充分地体会到了军训的乐趣，也加速了团队的凝聚。

但我们的教官也并非是“不负责”的教官，在军训中，他总是严格要求，但也总是在鼓励我们。这样的付出和耐心，很难让人不想去回应他的期待，为此，我们班级也总是学的很快，训练的和很认真，就算有些没能做好的同学，大家也都能主动帮助他们，并在训练中热情提醒。

此次的军训，虽然依旧辛苦，但我却有了更多不一样的体会。现在的我，已经做好了充分的准备，即将进入正式的校园生活！但我想，无论在今后的大学生生活中遇到怎样的难题和困扰，我都能积极的去面对！因为我不是独自一人走在大学的道路上，未来的xxx班一定会更加出色！