

大一军训心得体 大一军训心得感悟(模板10篇)

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

大一军训心得体篇一

每一天取得的进步，都是前些天不断努力的积累，有句话说“夫坏崖破岩之水，源自涓涓；千云蔽日之木，起于青葱。”无记做什么事情，每天的努力，每天的点滴积累都能换来成功。正如我们的军训，每次抬头，每次踢腿，每一个小小的动作累积，换来最后一定是军训汇演的圆满结束。

头顶烈日，太阳不知疲倦地散发着热量，让我们感受到军训热情。脚踩坚硬的水泥地，踏着强有力的正步，一下一下地撞击，更加坚定了每个人的信心，从侧面看去，外院一排排的同学脸上的神情是坚定力的，踏出的步伐是认真不放弃的，哪怕太阳再大给我们再多的困难，我们的心里都明白，只要认认真真地撑过这几天，未来美好的大学生生活前景无限。

而除了军训是我们入大学的第一个挑战之外，我们也仍然要面对大学中各项事故，第一次离家在外，独立于父母；独立是自己去面对风吹雨打和各种困难，而大学仅是第一关，今晚听了团学会的学长学姐们的介绍后，看讲台上他们自信满满，一字一句顿挫有力，我的心中由衷地生起敬佩的情绪而，而正是此让我更加坚定地想要更好地独立，用自己的力量在大学越过越好。

巾帼不让须眉，自古以来谁说女于不如男，即使外院女生多，

但女生也能独当一面，在炎炎烈日下坚持下去，努力完成这两周的军训历程！

大一军训心得600字5

在这个烈日炎炎的季节里，我们相约一起来到了环境优美的科创校园。在这里，我们将开始自己的求学之路；在这里，我们将谱写自己人生中的每一个精彩的乐章。

古人云：“人贵有志，当志存高远。”每个人都有一份属于自己的志向，也许远大，也许平凡，而要实现志向就要不懈奋斗，勇往直前，脚踏实地的走好每一步。20天的军训生活培养了我们顽强拼搏，积极向上的良好作风，铸就了我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。还记得《我是特种兵》里，军人们面对国旗许下的誓言“如果需要我将为国捐躯，如果必要请将最后一颗子弹留给我。”让我不禁佩服作为一名军人的胆量和钢强。军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去面对生活，怎样去面对困难，怎样去承担责任，怎样去赢得荣誉。

踏着雄赳赳，气昂昂的步伐，让我领略到了那一身绿装下的钢强军魂！军训，在某种程度上已经成为了我们的一种精神财富，并刻进了我们的记忆中。它已经成了一种力量，激励我们在今后的日子里自强不息，奋发向上。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”！让军训的苦于累，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴我们在最后的几天训练里发扬流血流汗不流泪的精神，坚强刻苦，永不言弃！

同学们，我们的青春因为有了这一段军旅生活而变得激扬奋发；我们的青春因为有了汗水的洗礼而变得坚韧不拔！我们的青春犹如那军中绿花般贞洁美丽。

大一军训心得体会篇二

我们会操的成绩不是很好，虽然我们班在训练的时候都很认真，但是还有比我们更认真的班级，同样他们的努力也是得到了应有的荣誉，而我们却没有拿到第一，没有给我们的教官留下一个离别最好的礼物，虽然失落，有些不甘，但是军训还是结束了。和教官的告别，我们很多人都流泪了，一个月的朝夕相处，教官不但是严格的，不但是认真的，也有温情的一面，我们班同学在训练中受伤了，教官会第一时间查看伤情，不严重的给按摩处理，严重的直接背上就跑医务室去了，他对我们很严格，但是也对我们很好。

离别虽然不舍，但是教官们还有他们的事情要做，而我们也要留在学校开始新的学习生活了，最后一天我们的会操虽然发挥不是特别的好，没有拿到第一，但是教官也是安慰了我们，知道我们努力了，很多时候结果反正不容易控制，而且你努力别人也努力，第一却只有一个。回到宿舍，看着整齐的宿舍，这一个月来，每天都是这样，都是教官教我们怎么叠被子，教我们怎么摆放物品，回想起来，其实一个月的时间过得真快啊。

这一个月我们学到了很多，教官也教会了我们很多，从一开始的坚持，到后面的不放弃，从一个人到一个集体，从跌倒了我们再站起来，军训的收获很多，怎么说也说不完，在今后的学习里，我们也是要拿出军训的精神来，不能丢掉教官一个月来好不容易培养起来的我们的精神。最后一天，我们班每一步的落下，都意味着离军训的结束更近了，所以我们也是格外的珍惜，会操前，我们站得笔直，会操中，我们认真的做好每一个动作，喊好每一个口号。

结束了，彻底的结束了，但我想，虽然军训的内容结束了，但是我们还是可以自己再训练，在以后的学习中，拿出坚持的精神，认真的学好专业的`知识，在课余时间，多锻炼，让自己的身体更加的强壮，一个月的训练，我们的体能好了

很多，同样，我们也要继续加强。最后一天的军训，真的谢谢你，陪我们训练了这么久的教官，今后我们不会辜负你之前训练的成果的。

大一军训心得体篇三

时间过得太快了，一转眼，_天的军训已经结束了，回想军训时的我们，心里很开心，也很不舍。

军训的第一天，我们认识了教官，那天很热，我们又是第一次军训，当时只是觉得军训很好玩并没有想太多，谁知教官下的第一道命令就是站军姿，20分钟，并且腰要直，两手要紧紧贴在大腿两侧，两脚要分开60度，20分钟以后，同学们一个个都累得汗流浹背。

第x天，是练习向左转、向右转、向后转，和齐步走，这些动作看起来简单，而亲身实践可真是难啊！光是向左转、向右转和向后转就把大家弄得晕头转向，常常转错方向。而齐步走更是难，教官总是说我们像散步，有的同学都走顺拐了。

第x天的军为是在室内进行的，因为外面下着大暴雨，并且下了一整天。我们在教室跟教官学唱“国歌”和团结就是力量，后来教官还给我们放动画片，那一天我们好开心。

到了第x天，教官继续教让我们练向左转、向右转、向后转和齐步走，因为明天就要会操比赛了，大家也变得认真起来。

军训最后一天到了，上午的时候，教官领着我们熟悉场地，并练了几遍，就让我们休息，休息的时候，同学们都很喜欢跟教官玩，因为教官的脾气很好，教官平常都是笑呵呵的，像个小孩子。下午，会操比赛开始了，大家认真地完成每一个动作，最后得了奖，所以人都无比的高兴。

军训已经结束了，会操比赛也结束了，教官也要跟我们说再

见子，留下的是我们军训时，最美好、最快乐的回忆。

大一新生军训心得感悟范文

大一军训心得体篇四

你经历过多少风暴;你经历过多少紧张的时刻;你参加了多少次困难的考试。我们终于踏入了大学的门槛。我认为大学之路很容易。我以为上大学的路很渺茫。我以为上大学的路是免费的。然而，自从上了军训的课，我深深地意识到这只是幻想。按照学校惯例，大一新生每年必须到校半个月，这也标志着大学生活的开始!从军训的第一天起，学校的每个角落都留下了无数的脚印。无数汗水的.倾泻;无数数字的痕迹。这些数不清的脚印、汗水和身影，只是苦涩和疲惫的表达。

大一军训期间，发生了很多感人的故事。这些感人的举动也表现出一颗坚定的心;强大的勇气;一种值得学习的精神。在大学里，在社会上，也要有这样的心，这样的勇气，这样的精神，才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，很容易被踩死，被整个世界消灭。没有规则，就没有方圆。这正是我们在军事训练中所知道的。如果一个人在生活中放纵自己，他会被称为疯子。如果一个家庭在生活中争吵不休，很快就会分崩离析。如果一个国家总是产生内战，那就只能进入灭亡的恶门。所以，我也深深地明白，只有团结、友谊、奋斗、力量，才能在这个世界上生存下去。

军训虽然有无数的艰苦考验，但和军事教官相比，我们的训练就像是一根手指在上面。所以，不管多辛苦，多累，都要坚强，要始终相信风雨过后总有阳光，这也为你以后的生活打下了坚实的基础。

“路漫漫其修远兮，修远人来人往，我要上下求索。”还有很长的路要走，还有很多东西要寻求。所以，我们要时刻牢记军训教给我们的每一个道理，放开心中这只幼鸟，寻找一

片属于自己真正的蓝天，多去挑战。

考验，去迎接一刻刻美好的未来。

大一军训心得体篇五

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的大一新生来说，无疑是一种挑战，一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我

们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

大一军训心得体篇六

秋天是收获的季节。麦子通过努力长成一片金黄；小树通过努力长得更加茁壮；农民通过努力收获满满希望；我们通过努力懂得如何成长。

军训虽苦虽累，但它锻炼了我们的身体，加强了我们的团结意识，增加了我们的指示素养，提高了我们独立自主的能力。因此，这次军训，我敢说我们的苦没有白受，我们的汗没有白流。

俗话说：身体是革命的本钱。我们刚刚踏进大学的校门，正信心百倍干劲十足地准备投身到大学的学习中。大学不同于高中和初中，讲的是经验与实践相结合。试想，如果我们没有强健的体魄，如何能够完成大学中的课程。所以军训培养了我们良好的锻炼习惯。

有一首歌唱得好：团结就是力量。是的，在军训的日子里，我们学会了团结合作；一起打扫卫生，一起搬水。训练场上休息时处处流淌着我们的欢笑。

同时，部队还为我们安排了国防教育课。是我们更加深入地了解了世界和中国的国情。极大地增强了我们作为中国人的

使命感。为我们树立了正确的前进目标和方向。

生活在蜜罐中的我们，在家就像小公主一样，缺乏独立自主的能力。在军训的一个礼拜里，教会了我们独立处理事情的能力。除掉了家中养成的娇气，增添了几分军人的坚毅。在训练场上，从开始的怕脏怕累到现在的能在灰尘中正步走并且不皱一下眉；从在家的挑食厌食到现在训练完后的吃啥啥香。这所有的一切无不显示了军训的作用之大。它所影响的不仅仅是我们一个礼拜的军训生活，而是大学的3年乃至今后的一生。

感谢军训，给了我们锻炼的机会。感谢领导，给了我们成长的条件。感谢教官，给了我们无微不至的关怀。

军训虽然过去了，但军队的精髓我们时刻铭记在心：团结紧张，严肃活泼。

大一冬天军训心得感悟范文5

众所周知，进入大学的首要一个任务就是军训。虽然因为种种原因军训延期了，但这一任务我们还是必须完成的。在这学期，我们进行了为期一周的军训。这次军训，得到了训练营部队的大力支持，他们派出了以一些优秀的教官，每天都准时精神抖擞地出现在我们同学的面前。他们展现了新时代军人的风采，也用自己的行动无声的教育着每一位同学。

在这一短暂而又漫长的军训活动中，同学们穿着统一的军服。人们都说，军训会很苦很累，他不但会晒黑你的皮肤，而且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。虽然顶着炎炎烈日，但是同学们还是整整齐齐的站军姿，走正步，踏步等。纵使我们的脸颊的汗水直流，纵使我们的双脚有些麻木，纵使我们的胳膊有些酸痛，但我们不到结束一秒钟决不懈怠。

通过这次的军训使我们学会了在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的优良品德和作风带到我们今后的学习中，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守法，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进，做一个讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好的合格的大学生。

在者组织学生军训是多年来加强国防后备力量建设的有效手段，也是当今世界许多国家的共同做法。有利于增强青年学生的国防认识观念，有利于国防后备力量的现代化建设，有利于青年学生的全面发展。而经过大学军训，同学们可以通过一个融洽的环境，很快的融入集体中，在军训过程中建立起共患难的情谊，开始自己又一个人际关系网。

其次，军训可以说是大学生活开始前的一次过渡，为你的4年大学生活做必要的准备。

大学不同于以往，其中包括生活和学业，都是全新的面貌。

生活上，大多数的同学都必须在长达半年的时间里独立处理自己的事情，再没有父母家人在旁帮忙。这对同学们而言都是一次挑战，也是大学社会的体现。通过军训，教官的教导和辅导员的帮助，能让同学们很快掌握基本生活技能。

军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，我们一定会珍惜这七天的宝贵时间，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，为今后的学习和生活打下优良的思想基础。军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台，让我们做好一切准备，为圆满完成本届军训工作而付出我们所有的努力。在下面的军训生活中，可以锻炼我们的意志，让我们更加坚强，同学们，人生之路非坎坷，所以我须以坚强的意

志来踏平这通往幸福之路。所以，我会和同学们一起努力，互相帮助，互相关心，做一个全面发展的艺术人才！

大一冬天军训心得感悟范文

大一军训心得体篇七

从军训开始到现在，我们训练了十多天，在这十多天中，我们不但锻炼了自己的意志，而且学会了一种精神——团结。我想通过这次军训以后，我会在学习和生活中发扬团结的精神努力帮助自己和他人。

忘不了，第一次站军姿。汗流浹背人站如松的情景；忘不了，第一次教官来，大家欢呼喜悦的样子；更忘不了，一人倒下，几人互相搀扶的画面。我不知道，是否很多的忘不了拼凑在一起回组成一本军训成长路。在这本成长录里，记录了我的成长和成熟。开始把被子叠的整整齐齐，开始把头发梳的一丝不苟，开始把衣服洗的干干净净。

在军训中，最喜欢干的是莫过于和大家一起拉歌，唱军歌，也只有在那时，觉得大家亲如一家。有事把嗓子都喊哑了，也不愿意停下来，也只有现在那时，女生们也不顾什么淑女不淑女的。直观盘腿而坐，不顾往日的淑女风范，尽显人的热情、活泼。河东狮吼搬向对面的排较劲，有时连那些大男生都暗自佩服。瞧！我们也是新一代红色娘子军，我们也尽显教科风采，我们并不比男子汉弱小。

随着军训的推进，渐渐喜欢上了这个团结而又亲切的团体。渐渐喜欢上了严肃而又不失幽默的教官，渐渐喜欢上了认真而又负责的老师。多想这种生活可以一直持续下去呀，可毕竟军训时只是我们生活中一个小片段，可这个小片段让我学会如何去面对挫折，如何再以后的路上走的更坚定，如何让我打造属于自己的一片天空，这个小片段，我将永远的珍藏。

在剩下的日子里，我会用更多的热情投入其中，认真听取老师和教官的教诲，严格执行教官的命令。任凭骄阳如何猛烈，我都会坚持到底。像军人那样，不抱怨苦和累，严格执行命令，认真遵守铁的纪律，做合格的中国人。

大一军训心得体篇八

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合口哨音，但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我的军训生活。

还记得在第一次军训会操比赛时，由于站军姿时我的双臂没有夹紧，教官一下就把我的胳膊拽起来了，第二天被教官罚面对太阳站军姿，豆大的汗珠如同雨后春笋般地从额头上冒出来。顺着脸颊往下流，聚集在下巴处。由于地球具有引力和汗珠自身也有重力，再一次向下落，不过估计在落地的那一刹那就已经蒸发干了，我不能低下头！平视前方，是立正的基本姿势，而立正又是作为一名军人的基本动作。趁着教官巡视后排的时候，向上瞟了一眼。那个可恨的太阳似乎担心我们看不到它的强大，把它的能量发挥得淋漓尽致，风姑娘也迫于太阳的强大，都不知躲到哪里去了，唉，世间万物竟都是如此的现实，心中不禁发出这样的感慨。时间一秒一秒地过去（军训时间几乎都是以秒为单位），整个身子已经麻木了，只有脚底才有一种火烧的感觉，脑子里马上出现一种向前倒的意识。在向前倒的前一瞬间，我用余光向两边都看了一下，大家如我，我是很容易改变主意的人，马上又下了要坚持到底的决心。

虽然我们的军训没有里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正，真正感受到作为一名军人

的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上，经过半个小时的漫长等待，第二次军训会操比赛结束。我们得了第一名，喜悦涌上心头，莫名的感动也随之而来，脑海里不时地浮现出教官教我们唱《团结就是力量》的情景。虽然教官唱的嗓子都哑了，虽然我们唱得还有些走调，但是这歌声清晰地留在我的记忆里，因为团结就是力量！团结让我们这40几个陌生的人拧成了一股绳；团结让我们感受到任何困难都无法阻止我们前进；团结让我们这二天流尽的汗水转变为可喜的收获。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。

在我们感到疲惫休息的时候，总能看到教官搞笑的一面，在教官的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

早就想写下这次的军训生活，但上次莫名的死机让我白费了努力，这就是用电脑写东西的弊病，你要时刻记住保存。现在回想军训那段日子，真是不堪回首阿，又热又累。不过现在军训结束到有些怀念了。

记得军训动员大会那天，指导员开始宣布各排的教官，我们惊喜地发现自己的排长竟是个文质彬彬的男孩，而更令我们窃喜的是油一的排长是个肌肉男，当时我们的第一感觉是油一的兄弟们废了，而我们则可以轻松摆平自己的教官。但事实证明人的肉眼看东西总是他妈的不准的，军训开始后我们发现我们的教官稚嫩的面庞下居然掩盖着一个魔鬼的灵魂。

接下来的日子是当油一的兄弟们在练坐姿的时候，我们在练

蹲姿，当他们在和对面的女生拉歌调情之时，我们也在大喊，我们在练口号。现在想想那时候真逗，排里的兄弟们都快被他逼疯了，每当他下达一个口令的时候，底下骂声四起，但谁又都不敢违抗命令。大家分析说排长心理变态，小时候心里有阴影等等，总之那时大家恨他可以入骨了。正当我们要造反之时，指导员帮了忙，这家伙骤变了，那一段日子也就这么混过来了。现在想想，那个教官还是不错的，挺负责任，就是名字傻了点，张超。

有时后排有人动了一下，排长立即：谁动了？其实他肯本就没看到谁。此时时间定格，后排兄弟心理经过复杂运算，决定沉默。排长：你以为我没看到阿？众人心虚，齐声：报告！

有几天下午突下大雨，当时大家看到雨的心情就和今年县里的农民看到下雨的心情一样，久旱逢甘露，然后大家迅速跑到教室，把自习室里的学生全部吓跑，大喊着：我们要练口号了，学习的都出去……我当时一寒，这他妈军训怎么这么像阿！在教室里先练军歌，然后连长心情不错：我命令大家趴桌上睡觉十分钟，我草，我看看谁敢不睡！最后军训结束，每个人的一句话感慨中，一哥们说道：通过此次军训我发现这没有老师上课在教室里还真睡不着啊！

后来两排合成方队，我们才发现排长的好，经常让我们这些没入选方队的人休息。再后来我又被重招入队，和大家一起为了整个队的荣誉奋斗，那些日子居然不感到苦。当我们疯狂的喊着口号走过主席台的时候，我们觉得很对得起这些努力练习的日子。

这可能是人生中最后一次军训了，不管怎么样，很感谢我们的教官，很感谢整个中国的军人。当我们正忙着网游出国挣钱泡妞喝酒的时候，谁又会记得那些在边疆默默奉献的保卫我们的军人呢。大学生不应该总想着毕业后要从社会上获取什么，有时候要想想我们能够给社会贡献什么。

向所有军人敬礼。

关于学生军训心得大一感悟篇三

无聊乏味的暑假终于过去了，盼望已久的大学生活、也随之而来，一向向往军营生活的我现在总算可以亲身体会一下了。

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。看，一个个英姿飒爽，昂首挺胸的站在操场上，是青松，是大海，是寒梅…当然，军训也是辛苦的，看那严明的纪律，那雷令风行的作风，还有那铁一般的体魄，刚一般的意志，无不给人一种肃然起敬的威严。苏轼曰：立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。

“军号嘹亮步伐整齐，人民军队有铁的纪律……”，伴随着嘹亮的歌声，我们的“军旅生涯”开始了。

穿上帅气的军装，戴上别着徽章的军帽，觉得自己真就成为了一名军人！那么，从今天起，我就要以军人的标准要求自己！

赤日炎炎，没有一丝风，树叶也无精打采的，可训练场上的同学们个个精神焕发，队伍整整齐齐。军姿一站就是一个小时，虽然每个人的衣服都被汗湿了，但是同学们都坚持了下来，坚决服从军令。几个小时下来，许多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学干脆就席地而坐。军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

个人感受：站军姿

日头高高的，晒得我直发晕。我使劲地盯住体育馆的一扇窗

子，告诉自己要坚持住。周围没有声音，空气都凝固了，大家都在站军姿。我看了看头上飞过的一群鸽子，真希望自己是只快乐的小小鸟啊！“不许动！”，不知教官呵斥了谁一句，我马上把臂夹得更紧，身子挺得更直些。一粒粒豆大的汗珠滚了下来，弄得我直痒，可是我不敢，只好感受着它的滑动——我现在可明白什么是“汗流满面”了，和洗脸没什么区别。早上的防晒霜白涂了，唉！一粒汗流到了我的睫毛上，我用嘴一吹，天空中飞出了几粒小水星儿。我们继续站着，挺着。终于，教官说了句“稍息”，然后我们坐下。真没想到，世界上最幸福的事情，原来只是在地上坐一坐。我用手揉揉疼得要命的脚，仔细观察它是不是已经被我的体重压成了平足。好累啊，军姿！

个人感受：正步

在踢正步前，我对它的残酷就早有耳闻。据说脚要一律踢到一条线上，而且半天不许动。今天，我们就要领教一下它的威风了。

一开始只是摆臂练习。我的定位不太好，虽然用力但是还是显得没有力度。后来我在手上用力，结果却成了钩手腕。弄得我十分心急。不过，经过多次练习，已经取得了小小的进步了。

恐怖的是踢腿练习。脚要离地面25公分。腿还要站住，要稳。我刚踢起来身体就不停地摇晃，尽管大腿已经十分用力，身体还是不停地抖。更糟糕的是，脚已经抬了很长时间，腿酸极了。不知怎么的，我居然burstintotear[]啜泣不止。为什么会哭？是因为累吗？不是。是因为抱怨吗？不是。是因为自己和自己过不去，其实教官不太注意这边，是有机会偷懒的，可是我偏不。结果忍受不住就哭了。那次的眼泪，我终生难忘。那不是软弱的泪水，是坚强的泪水！我为此而感到骄傲！

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫、都会厌倦。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。n天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人类只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

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。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

一晃三个多月的暑期生活过去了，盼望已久的大学生活也随之而来，一直向往军营生活的我现终于可以亲身体会一下了。刚到校报到的第二天，我们就被学校组织到训练场上开始进行为期半个月的军训生活之旅了。

在军训期间我们从中长大了不少，学到了很多平时在书本上无法学到的知识。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，能磨练人的坚强意志。军训是苦的，也是快乐的，更是甘甜的。

我们应该学会品尝这种苦中之乐。通过军训，我们可以一改既往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的快乐。军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气。使我懂得了责任的重要，更加强了我们的团队意识，我相信在以后的工作，生活，学习中不管从对待生活的态度上，意志上，还是思维上，我们都将受益匪浅。

军训对于我们来说是一场体质和精神上的双重考验。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的绝佳机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的绝佳机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。没有身体和心里上的健康保证是无法实现进一步的自我提高的。

今天虽然尝到汗水的滋味，可三天后，如果我们都能坚持到的汇操，不临阵退缩，坦然地整齐地站在大家面前秀出漂亮的军姿，那我们就成功了。至少那时候我们的心一定会体会到成功的，我们成功地挑战自我，克服身体上和心里上的弱点，使自己在大学第一战完成得漂亮。军训对于我们以后学习生活的影响是深远持久，举足轻重的。它教会了我们团队协作能力，纪律的严肃性。它不但提高我们的身体素质，迅速加深我们对新同学的认识和新集体荣誉感的形成，更从中培养我们一种团队精神。有纪律，有组织是成为团体中优秀成员必不可少的条件之一。

通过军训我学会了如何去面对挫折，如何在人生路上披荆斩

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。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

短短的两周军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表

演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了！

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪漫的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨练坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

转眼已是十月了，初秋的寒风吹起发黄的枫叶，天空时不时飘起一阵淅淅沥沥的秋雨。一阵秋雨一阵寒。冬天真的快来了！

时光如白驹过隙，不知不觉已在安师大完成了从夏天到秋天的转换。而军训生活中的点点滴滴依然历历在目。

从刚进校时的一片茫然，到第一次开班会，到领军训服装，然后艰苦而又值得回忆的军训生活就开始了。

夏天已经快要过去，而我们头顶的那毒辣的太阳却仍毫不留情的辐射着它的能量。从早上8点到中午11点，从下午2点到傍晚6点，一天中的大部分时间，我们在烈日下度过。从立正到稍息，从跨立到敬礼，我们在教官的口令声中挥洒着汗水。从玩笑到唱歌，从惩罚到娱乐，我们时刻体验着军训中的别样快乐。军训中的种种不快早已成为过眼云烟，留下的只有片片美好回忆。

军训生活给我们带来了许多。作为大学里的第一堂课，它发挥了它的作用。它将永远在我的记忆中占据一个位置。

大学的军训应该是人生中最后一次军训了吧，因此它显得那么弥足珍贵。

作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。

大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。

我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走

齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

军训的十二天已经过去了，对我们这群大学生而言对我们的的人生观，价值观产生深远的影响。回头看看，军训的日子有苦有乐，有泪也有笑，但掌声覆盖了所有的伤痛，留下的只是团结与欢乐。

从到了驻地的那一刻开始，我就告诉我自己，我现在是一个兵了，我的心里暗暗发誓：就是再苦再累，我也要坚强地做一个好兵，做一个经得起考验的优兵。

军训内容包括队列训练，战术训练，射击训练和理论讲座。队列训练是作为一个军人必须要做好的。在其中的军姿应该是队列训练中最基本的一项，两脚分开约60度，两腿挺直夹紧，收臀，小腹微收，挺胸抬头，收下颚，挺颈，两眼平视远方；两手自然下垂，五指并拢，食指贴于裤缝。这个动作看似简单，但是要做的标准而且要能坚持很长时间就不是容易的事情了。

站的时间一长就会觉得异常的累和苦。再加上天气，头上顶着白花花的太阳，脚下是滚烫的水泥地，不一会就汗流颊背，时间一长，颈，腰，膝，脚就受不了了。有好几次，我感觉自己快站不住了，可是我咬咬牙还是挺过去了。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。

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，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这些年，这种人与人之间的关系已经很少见，很令人怀念和留恋，向往啊！

军训，就让它成为人生的一段丰满的记忆，在岁月中酝酿，然后在几个亲友聚杂一起的时候再把珍藏着的那些温馨的片段捧出来，沉醉其中，享受感动吧！

大一军训心得体篇九

军训到底是怎样的生活呢？在这短短的几天里，我深深体会到军训里的酸，甜，苦，辣，让我永远记在心中。

在这里，让我们学会学习，学会生存，学会竞争，学会合作。让我们懂得了团结合作、自立自理、互助友爱、勇敢自信。让我深深体会到教官的严格，老师的引导，同学的关爱，使我有精神支柱。我要谢谢教官、老师、同学和身边的每一个人。

昔日的骄气，爸妈的迁就和呵护，在军训中都一洗而过，毫不保留痕迹。让我们长大了，成熟了。军训让我们度过了人生的一个转折点，一个父母怀里骄气的孩子，依赖性很强的调皮鬼到一个成熟的人，都为我们这一切的一切埋下了伏笔。

人总要慢慢成长，要不断地学习，不断地创新，所谓活到老学到老，这就是我们的人生。一个人没有一定的毅力，没有一种开拓进取的精神，没有一种对自己的严格要求，那他的

人生也是做一天和尚敲一天钟罢了。

军训，或许就是考验一个人，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。我一定要做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。所谓“吃得苦中苦，方为人上人。”我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我要做到，我要证明给所有人看。

我们要让在基地播下的种子能够生根、发芽、开花、结果，收获一生最宝贵的财富，让我们的明天更加灿烂吧！

大一军训心得体篇十

我还记得大巴车第一次停在这里的时候，我的心里是兴奋、好奇和对军训受苦的担心。x月x日，是我们的大巴车第二次停在我们踏过千万遍的操场上，此时，我刚刚擦干泪水和雨水，心理满载着不舍，准备归程。

当我的目光刚扫视完周围的一切，当我的手指触碰上身边的所有，当我的耳边响起教官的指令时，我开始相信自己将准备过x天“度日如年”的生活。

这是一个曾经让我痛恨过千遍万遍的地方，刚一到，从被子到枕头都是潮湿的，木板的正中央是一个圆圆的大洞，摔掉床上都几乎可以种上花草的沙石，我有些不情愿的把床单被罩套好。我们必须穿基地发的衣服，潮湿地贴在腿上，以为皮带不适合，它还在不停地往下掉。不等我抒发完悲痛的情感，我们就被拉过去训练了。天气并不是很热，但是我们要坐在马扎上一动不动的听完开营式还是上了一个难度。身在福中不知福的我这一刻才留恋起中关村几乎无尘土的操场和崭新的教学楼。

我一直都不觉得自己娇气，然而在这一切面前，我去对自己的这一看法十分犹豫。“战士的生活就是这样”，正如歌词

所唱，他们的生活环境和我们一样，甚至于比我们还要苦很多，此时的我们，其实仍然身在温室当中，被人保护着、关爱着，这样，只是小小的苦难，或许在以后的路上，我们会遇到更多挫折。

日照，炎热，要坚持。

在这里呆一天两天十分容易，然而，坚持一个月、一年的时间一定会让人难以想象，听说我们的__教官当兵服役x年了。每天，在出去训练时，我都不忘记擦上厚厚的防晒霜；有的时候训练的时候到一半，我真的开始咬牙，天气很热，站着站着都会有晕晕的感觉，尤其是早晨没有吃早饭的时候。

任何事情都不可以半途而废，阳光下，我们亦是如此。这x天的生活和训练，除了那些身体不可以剧烈活动的同学外，大家都撑下来了汗流浹背、阳光刺眼，那是对我们的挑战，发烧的感冒的都坚持了。

这一次军训，“坚持”是我的一个十分重要的关键词。

教官，谢谢你。

我们的教官姓曾，对我们特别好也特别忍耐，曾教官感觉憨憨的、很朴实。但是他对我们的训练毫不懈怠。第一次接触教官，第一次感受教官带来的温暖。他一般不会发火，跟我们说话的感觉很柔和，有的时候又像个孩子一样。教官也让我心疼过，那是联欢晚会的时候，大家都哭了，教官嘱咐我们：以后的路，要我们好好走。我们抽泣着哭着，然而，等到老师喊完解散，大家陆陆续续的走回了自己的宿舍，我蹲在一旁盛水，当我要上楼的时候，看到楼角有一个黑影，我定神一看，教官站在黑黑的角落里哭泣，听说教官是第一次带军训的学生，3小时的狂欢总会过去，而现在留给我们一丝怀念和忧伤。疲惫的我突然心里又有了力量：明天我该怎么做，我该怎样表达我们七天的努力，我们要怎样拂去教官的

泪水。任何事情面前，教官总对我们是无私的。

黑白蓝相交的迷彩服，朴素而庄严。多少娇弱的女孩儿穿上它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景，我骄傲我是其中的一员。

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头，跌倒在训练场上，血液涌出我们的皮肤，我们没有流泪，军训中我们承受了很多苦头，但我们牢记“流汗流血不流泪”。

蚊虫叮咬我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受也不愿害集体受罚。军训中我们懂得团结，我们铭记“团结就是力量”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的视线，在教官的带领下，我们扔在拼搏军训中我们学会坚持，我们深信“坚持就是胜利”。

“寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”，同学们唱着军歌，在嘹亮歌声中，我们想家，却不曾想念佳人儿逃离军训，军训中，我们正在成长。

有泪，有欢，有苦真乃五味俱全了。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。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。

军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

军训是艰苦的，我们是快乐的。

只有经历过了风雨，才会看见彩虹，有过了磨砺才能成长。短短的军训日子，使我洗涤去许多的酸甜苦辣，却是我最难忘的记忆，它牢牢的占据了我的心。有人说，军训是酸甜苦辣的结合；也有人说，军训是对身体的折磨。而我想说：军训就像是一块磨刀石，而我们，是待磨的刀，军训之后，我相信，每一把刀，都会更加锋利，更加闪闪发亮。军训的日子虽苦，却像苦咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。军训本是新生入学的第一课，也是一堂综合素质的提高课，虽然我们是在大一结束时才开始军训，但是这也不晚。这一次的军训有着更特殊的意义，通过军训，进一步的让我增强了爱国热情。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进；军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为；军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。军训，让同学们普遍增强了体质，磨练了意志，培养了团结协作的精神，形成了良好的纪律观念。十一天的军训虽然结束了，但留给我们的是永远美好的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，经过十一天的训练，我们相信，这十一天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，是挥之不去的，我一定会把在军训中形成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我的整个人生。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强。我要让我所走过的每条路，都留下我自己的足迹，而不让父母扶着走。我已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。这样我的路才会越走越远，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。

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。

军训的目的在于磨练我们的意志，在锻炼我们的集体合作意识，虽然军训的过程必须伴随着自然的恶劣与精神上的痛苦，但人生就是一条布满荆棘的道路，军训只是其中很小的一段，在前行的道路中，我们会被刺痛，会被扎伤，会被鲜血染红。但这算得了什么呢？没有鲜血，哪来的鲜花？没有伤痕，哪来的精彩？骄阳似火对吧，我们用黝黑地皮肤告诉它，我们不怕；双腿疼痛对吧，我们用坚强有力的脚步声告诉它，我们不怕；懒惰侵蚀对吧，我们用顽强的斗志告诉它，我们不怕。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”如果梅花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；如果人没有经历挫折磨难就不会拥有坚强。能经历磨练才证明坚韧，能经得起挑战才说明勇敢，能跨过挫折才展示成功。在每一个军训的日子里“一二三四，一二三四，像首歌”，“一个个整齐的方队像一首诗”；在每一个军训的日子里，我们严格要求自己，积极改善自己，彻底反省自己。凤凰在飞上九重天之前，会在雄雄的烈火中煎熬，最终完成涅槃。经过军训，刚来时的疑问一一解开。我们不是树尖上的颓废的日子，我们要做飞舞九天的凤凰。炎炎的烈日，就像灼热的烈火，我们用我们的意志，让自立代替了依赖；让坚强代替了懦弱；让坚持代替了退缩。我们完成了煎熬的过程，像一只只凤凰在烈日中涅槃。

烈日晒黑了我们的皮肤，却使我们滚烫的心变得更加坚强；汗水浸湿了我们的衣襟，却留下了许许多多难以言表的东西。我相信每个参加过军训的同学，都会产生一种特殊的感情，没有更多的言语，因为再多的言语也表达不出我们内心对军训深深的感情。

一抹绿色，瞬间退去，正如潮落时，总有一种蓄势待发、喷薄欲出的冲动。一抹抹的回忆一次又一次地冲击着我的心灵，但潮水终要退去，那抹绿色终要离去，现在我才知道一句“再见”的份量。

经过这次军训，不但使我们身体更加的强壮，使我们更加的能吃苦耐劳，而且使我们真正了解到人民子弟兵的艰辛与伟大的奉献精神，同时也认识国家的必要性。军训让我懂得了，面对困难，只要你自己相信你能行，你就一定行。接下来的大学日子，我将更加的努力，严格要求自己，将来更好的报答祖国！

随着秋天的到来，我也迎来了我的大学生活。来学院的第一课是军训。

来到旅，很快就感受到了部队的大气磅礴，作风过硬，纪律严明。首先，我们举行了开幕式和军训开幕式。仪式结束后，我们很快开始训练。

因为我们学校学生太多，我们就住临时宿舍，那里人太多，彼此都不熟。每个人都收拾好行李，我们的训练开始了。

虽然是秋天，但我们一点也不觉得凉爽。军训半个月每天都热，但我们坚持下来了。训练的基本课程是：稍息立正、基础转移、蹲立、敬礼、脱帽戴帽、三步行进站立。这些科目在军训的前7天进行训练。这些科目看似简单，但很难做出整体的一致性，这取决于我们的统一性和一致性。所以训练很辛苦。一方面，我们必须克服天气对我们的影响，另一方面，我们必须克服自己的困难。

训练时，我们和教官在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都很严格。训练也是训练我们的意志力和耐力，让我们经得起考验，不被小困难所战胜。刚开始训练的几天，我累得背疼，浑身都是疼，但还是要继续训练。有时候想过放弃训练，累得不想回家，但还是坚持下来了。我一直告诉自己，“既然来了，就要学会正视，接受。”我喜欢这句话“改变你想改变的和能改变的，服从你想改变的和不能改变的。”所以我就坚持下来了。

除了训练，我们还有一些其他的活动，比如看军事演习，这是我第一次看到真枪。练过的人射击准，祖国有这样的军事基础我也是无比高兴。看那整齐的步伐，是那么和谐，它们神圣不可侵犯。整齐的步伐象征着团结一致，准确的枪法保证国家安全。

既然在部队要求我们叠军用被子是天经地义的，教官第一次叠军用被子的时候就教我们认真叠，还给我们做了示范。我们的被子立刻直立起来，在教官的带领下变得棱角分明。光是叠被子是不够的，还要学会怎么修被子，让被子更整齐。叠被子看似很容易，但实际做的时候就没那么简单了，所以每天早起，有时候叠不了一次甚至两次，增加了我的细心，让我做什么都做的很好。基本上每天都有人查内务，我们每天都坚持收兵。家里娇生惯养，我们变得爱劳动。我们可以叠被子，关心宿舍的卫生。大家一起努力维护我们的宿舍，不仅增进了我们的友谊，也给了我们集体荣誉感。

在部队吃苦耐劳是天经地义的。我们不像往常一样想吃什么就吃什么。在部队，一日三餐没有太大变化。虽然饭菜很常见，但我们训练后还是会大口大口地吃，饭后会主动洗碗擦桌子。忙完之后，他们大步走向宿舍，永远忘不了部队里的纪律要求。

虽然条件艰苦，但对我们来说也是一种训练。

在过去的7天里，我们以军训为目的训练了广场队。培训的目的是展示我们这么多天的培训成果。大家辛辛苦苦这么多天都是为了取得好成绩，所以都很努力。

最后，在曹晖的那天，这次没有教练带领队伍，所以我们只能靠自己。练习的效果非常好。我们已经看到了我们的成就。虽然不是，但是我们努力了。其他表演还有队列班，队列排，军体拳表演，每一个都很精彩。

经过14天的训练，我们和教官一起度过了14天。教官教会了我们很多东西，我们的教官让我对军人有了更透彻的了解。

我们从他身上学到了很多，我们会永远向他们学习，永远不会忘记他。

军训能培养我的毅志、磨练我的吃苦精神，让我受益匪浅。军训生活使我们独立自主，深刻的感到军人的生活是多么的严格。在这短短的军训中让我体验到了军人的生活，感受了许多我不曾知道的。在我曾经的军训是很短的，根本无法真正的体会军人的生活，这次让我成熟了很多。在这其中还体验到集体的生活，与大家互相的了解，大家的互相的帮助，让我感动，我真的好开心。

我们大学军训虽然只有短短的14天，但他让我收获的东西却很多。它告诉我应该怎样的去对待生活、怎样的去对待学习。军训是辛苦的，但却辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。

进入大学已经有一个月了，十八天的军训生活在不知不觉中已经结束。回忆这十八天的军训生活既充实又美好。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炼。

十八天的军训中有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，也有共同的抱怨声……但我们最终都是充实的，快乐的。军训中的哭与累已化作美与甜，十八天的军训生活为大学的开始掀起了精彩的一页。真的感谢军训，它教会了我很多以前没有学到的东西。秋天是收获的季节。麦子通过努力长成一片金黄；小树通过努力长得更加茁壮；农民通过努力收获满满希望；我们通过努力懂得如何成长。

军训虽苦虽累，但它加强了我们的团队意识，提高了我们的独立能力，增加了我们的指示素养。所以军训是快乐的，军训是美好的，军训的生活是丰富的，军训的生活是多彩的。

这18天真的把我改变了好多，懂得好多……真的很感谢这18天的军训生活，感谢军训给了我们锻炼的机会。感谢学校给了我们成长的条件。更感谢教官在这18天每天和我们一起练军姿、走正步、拉歌…无论烈日阴雨，教官都一直陪伴在我们的身边，教给我们军规，带给我们难忘的回忆！军训是对我们的一次洗礼，也是一次挑战。

军训中我们衣着“小绿皮”，脚着“小黄牛”，军训的生活每天都在重复进行。军训中也有无奈、怨恨、付出、辛苦，但是我们得到的是军人那特有的一种精神，那就是集体意识。人生漫漫的旅程，困难和挫折是无处不在的，但是我们必须乐观对待，笑对人生，没有什么困难能打倒我们。军训生活也是如此，品味军训就是品味人生。军训让我们鄙弃从前的缺点，同时也是让我们珍惜现在的幸福生活。军训的日子有苦有乐，有泪也有笑，但留下的只是团结与欢乐！

其实大学的这次军训是我从小到大上学以来的第一次军训，初中高中都未军训过，从未体会到过军训的这种生活。直到今年20__年进入大学才真正的体会到了军训的生活。每天重复的生活却并未觉得乏味和无聊，每天辛苦的军训也并未感到艰辛和苦累。因为我时刻自己一定要坚持！即使是人生中的第一次军训也一定要坚持下去，不怕累、不怕苦，坚持并坚强着！所以这人生中第一次军训生活18天我觉得每一天过的都是那么的充实有趣。其实，18天还很短暂，18天过的是那么的有意义有价值！

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。军训对于我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，是队员们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系，因为追求成功，所以选择奋进；因为选择奋进，所以坚持前行，所以实现目标。军训，虽然带给我们身体上的劳累和辛苦，然而带给我们心灵的是无尽的收获和精彩。心灵在这一刻成长，思想在这一瞬间升华，人生在这一

刹永恒！

18天，听似很长的时间，但军训过后回忆起这18天便觉得过的很快，但又很难忘，军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有种命令是绝对服从，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，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。每天的军姿站立，我知觉时间已不再是时间，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。军训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。

这18天是我人生中的第一次军训，是我永远无法难忘的一段记忆，18天也让我明白了什么叫坚持，什么叫毅志。军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨炼了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，使我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏秋冬。人都是在慢慢地学着长大，由高中步入大学，又历经一个成长的过程，而大一新生的军训活动就是一个崭新的开端，在这一段军训生活中，我们真的在渐渐长大，渐渐成熟！