

军训心得四百字大一(精选5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

军训心得四百字大一篇一

大学生军训心得四百字要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的大学生军训心得四百字样本能让你事半功倍，下面分享【大学生军训心得四百字(通用6篇)】，供你选择借鉴。

又是一个丹桂飘香的九月，又是一个播种希望的季节，我也终于在这个充满希冀的日子里，成为了__级的一名大学新生。

我对即将开始的新的生活充满了期待，尤其是对军训倍加渴望，因为从小到大，橄榄绿一直都是我心中最神圣的颜色，成为一名军人是我心中永远的愿望。但是由于往届生军校不予录取，我的愿望再也不可能实现，军训就成了我圆梦的唯一途径。

于是，在无限的憧憬中，我开始了我的圆梦之旅。

军训终于开始了，我的激动之情溢于言表，教官那洪亮、简洁的口令声刺激着我的每一个神经末梢，我释放出100%的精力，努力地去触摸那一缕军旅的气看书。每一次做动作，每一次听口令，我都认认真真，时刻告诫自己不要沾污了那神圣的色彩。但梦想与现实必定是存在差距的，从小养尊处优的我还是忍受不了军训带来的痛苦。繁重的训练量，枯燥的重复动作以及近乎苛刻的严格要求，让我感到一股莫名的痛苦。放弃军训的想法便不自觉地从我的脑海里冒了出来，但

每一次出现了这种想法，我都会强压着它，因为我明白，这是我唯一的圆梦途径，我绝不会轻易言弃，通往梦想的路没有一条是坦途，只有坚持，我才能说体验过军训；只有坚持，我才能圆梦！

因为梦想，我绝不放弃!!!

军训生活留给我的还有浓浓的战友情。我们是一个团体，我们团结互助。训练时有人吐了、有人跌倒了，兄弟们会在第一时间去把他扶起来。一杯水，我们几十个人传递着喝，尽管每人才一小口，但那感觉足以沁人心脾。阅兵式彩排时，我们上场的兄弟还没吃早餐，但是飞虎队的兄弟早已拿着食物在观礼台等着我们，彩排完毕，我们就直接在体育场上吃早餐，我们成了一道独特的风景线，这感觉暖暖的。是军训生活把我们凝聚在一起，我们感受着彼此的情与义，互相帮助，即使有再大的困难，我们也会一起渡过。军训生活让我体会到了战友情谊，感受到了家的温暖。

军训已过，但它留给我的体会、回忆是永恒的。我从军训生活中获益匪浅，在日后的学习和生活中，我定会牢记自己的使命，运用自己的所学，去践行一个军人的誓言。

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。

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，同时军训也赋予我们一个健康的身体与坚强的毅力。

一天的军训生活下来使我们对大学生活又有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。

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！

初入大学，有很多梦想来不及的实现便被军训硬生生的打破，甚至研磨成粉。我承认我曾无数次的抱怨，在站军姿到腰酸背痛时，在一遍又一遍的重复齐步走时，在太阳用它最炙热的情热拼命抚摸着我的脸时……我暗问我究竟是来上大学的还是来接受折磨的，虽然诸多抱怨但不得不去接受，不想说什么冠冕堂皇的话，我只想讲讲我这两天军训的真实感受。

“团结”这个出现在很多地方的词，我想最该出现在军训里，与其说是团结，不如说是配合，是人与人的配合，是路与路的配合，是列与列的配合，更是一个班，一个连的配合，新生报到，我们来自五湖四海，相聚在一起，谁都有谁的脾气，在我们还不够熟悉甚至说除了舍友不识别别人的时候让我们在一起军训，不说什么争当优秀个人，只希望别让链子掉在自己身上，我想我们连最需要的就是配合。

“坚持”是我在这两天的军训里学的最重要的一个词，是正步定的一分钟，是军姿的一次又一次规范，是跑操的绝不掉队，仔细想想军训也不是那么面目可憎。

军训是无法避免的，也是人生中为数不多的经历之一，每个人都有该经历的，无论结果如何，感谢经历。

我真的希望以后的以后我想起大学的军训是笑着的，是不后悔的。

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，不再是好哭的小姑娘，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，谁才是最终的胜利者；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。

军训心得四百字大一篇二

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、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，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，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的十多天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：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吗。

军训即将结束，大一的生活也即将结束。在去的大一，或者以军训为结束的标志是极具意义的。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！

__届的学生军训是在部队里. 对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨励, 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。

古人说“天将降大任于斯人也, 必先苦其心志, 劳其筋骨, 饿其体肤”。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了, 每天的立正、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, 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, 因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑, 而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死, 全身都发痛。不过, 我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确, 教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心, 负责任。原本无味的生活也不是这样. 教官也有可爱的一面, 平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌, 一起体会军人的生活的艰辛与乐趣. 呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大汗。在这些天里, 我们晒的很黑, 尝到了酸甜苦辣, 最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次. 表面都有一层白色的盐粉. 我们的鞋也穿了洞. 但非常有意义. 我不但学到了军人的一些技能, 站军姿, 学会了好多首军歌, . 与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来, 带了很多的梦想. 然而到了部队, 认识的同学又是多么的单纯. 没有利益的冲突. 大家讲的更多的是来自哪里。分享自己的趣事. 加上离家远, 在这里大家都非常重感情. 如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家. 接着就是融入的部队的生活. 可以说是我读书以来最有规律的生活作息. 同时却又那么的充实. 每天都有任务要完成.

军训心得四百字4

军训心得四百字大一篇三

军训，作为每个大学新生的必修课程，是锻炼身体、塑造意志、培养团队合作精神的重要途径。经过一周的军训，我深深感悟到了军训的重要性和价值，也使我得到了许多宝贵的成长和收获。

第一段：军事素养的培养

军训周期间，我们接受了专业教官的严格指导，学习了军事基础知识和技能，如站军姿、正步、跑步、投掷手榴弹等。通过训练，我不仅掌握了一些军事素养，更重要的是学到了军人的端正仪态和纪律观念。在严格的纪律约束下，我逐渐克服了懒散和自我放纵的毛病，提高了自律和执行力。这些将成为我今后人生发展的宝贵财富。

第二段：身体素质的提升

军训期间的激烈体能训练让我深刻感受到了身体素质的重要性。每天的早操、长跑、俯卧撑等训练项目让我堪比参加健身训练班。通过长时间的艰苦训练，我不仅完成了体能训练的目标，更感受到了身体的潜力和坚韧的毅力。军训为我提供了一个改善自身身体素质的绝佳机会，这对于我今后的学习生活和未来的发展都具有重要意义。

第三段：心理素质的增强

军训中，我们不仅要面对长时间的训练和体力的消耗，还要经受严厉的惩罚和指责。然而，这些挑战对我们来说同样是锻炼的机会。通过坚持不懈的努力和与队友的互助合作，我逐渐增强了自己的心理素质。我学会了在压力下保持冷静，正确对待挫折和失败，并积极寻求解决问题的方法。这些心理素质的成长将成为我未来面对挑战和压力的强大支撑。

第四段：集体荣誉的意义

军训期间，我们分为小组进行各项训练和比赛，大家互相鼓励、帮助，师出团结。每次取得的集体荣誉都是我们共同努力的结果，也是我们团队凝聚力和合作精神的展示。通过这些集体荣誉的累积，不仅增强了我们的集体责任感和荣誉感，更锻炼了我们的团队合作能力和领导才能。这些团队合作经验将在我们未来步入社会后发挥重要作用。

第五段：军训带来的收获和启示

总的来说，军训使我身心得到了全面的锻炼与提升。我体验到了军人的坚强和顽强，学到了纪律和规矩的重要性，增强了自己的责任感和集体荣誉感。军训不仅是一次锻炼身体的机会，更是锻炼意志品质和提高综合素质的机遇。军训的经历将成为我人生成长道路上的重要里程碑，我将用这次珍贵的体验为未来的学业和生活奠定坚实的基础。

通过军训，我收获了许多宝贵的体验和启示，也实质性地提高了自己的综合素质。我相信，这次军训将成为我大学生活和未来发展的重要支撑。我愿意将这次军训的心得体会与他人分享，鼓励他们积极融入军训生活，获取更多成长和收获。作为大学生，我们应该充分利用这个机会，锻炼身体同时提高自身素质，为自己的未来做好充分的准备。

军训心得四百字大一篇四

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，糟糕的天气，这些对我们这群娇生惯养的小孩来说还真有一点儿耐不住。

军训，是一种考验、磨练成熟性的活动。儿时的军训，纯粹就是游戏罢了；初一的第一次军训，仅不过是一种锻炼，而这次军训截然不同，性质也得以升华。长达五天的军训，让我

明白了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。军训后才真正感觉到他的内涵。

当我们如一棵棵松树军姿站立时，无人不是在心中默喊：“好累啊！”当我们不断地重复枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有着一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累考验我们的意志，仍然没有人打退堂鼓。

在这几天的军训中，我们学习了站军姿、稍息、立正、跨立、四面转法、蹲下、齐步和跑步，每一项动作都练了好久，因为不仅要求了个人动作的标准，还要求团队动作整齐一致，我觉得这是最难的，因为每个人都是不同的，就算可以通过训练提高默契，但那也需要长久时间的磨合，在短短的五天内，我们又怎能做到？但事实证明大家都做到了，虽然并不完美，但已经足够了。我们不仅在这次军训中收获了友谊，而且在会操比赛中获得了第二名。正如我们曾教官所说，并不要求完美，考的是我们的团队意识是我们对他人的适应与团结，只要做到这一点，就ok了。

在军训中，我接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的教官，同时我也惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官充满朝气，又不失军人的威风，他以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中有“冷酷”只有满腔热情，教官以他的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩，我毫不怀疑我们将与教官成为真诚的朋友。

那一排排的队伍犹如大树一般的伫立在草坪上，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，一种考验与磨练，一次有组织性的活动。

军训体会

军训心得四百字大一篇五

军训，是每一个大学新生的必修课。我校军训于九月初开始，历时一个月。在这一个月中，我体验到了许多前所未有的困难与挑战，也收获了许多珍贵的体验和成长。军训让我体会到了团结协作的重要性，培养了我的毅力和坚持不懈的精神，同时也提高了我的军事素养。

首先，军训让我体会到了团结协作的重要性。军训期间，我被分到了总部排的四班，成为了一名新兵战士。刚开始的时候，我们之间有些生疏，相互之间也没有太多的了解。但通过军训的磨砺，我们慢慢从陌生逐渐变成了队友，从队友逐渐变成了朋友。我们深感只有团结协作，才能在军训中取得成果。每天的训练中，我和我的战友们互相鼓励、互相帮助，共同面对困难和挑战，才能更好地完成任务。通过这次军训，我深刻体会到团结合作不仅可以提高个人的能力，也能创造集体的力量。

其次，军训让我培养了毅力和坚持不懈的精神。军训中的大部分时间，都是在户外进行的。天气炎热，训练强度大，对身体的要求也比较高。在连续几天的高强度训练中，我感到了很大的疲惫和压力。但是我从未放弃，始终坚持下来。通过一天天的坚持努力，我不仅提高了自己的体力和耐力，也培养了自己的毅力和坚持不懈的精神。从军训中，我明白了只有坚持不懈，才能突破自己的极限。

最后，军训提高了我的军事素养。军训中，我们学习了一些基本的军事理论和知识，如军事礼仪、军事纪律等。我们还进行了一系列的军事训练，如队列训练、步操训练等。通过这些训练和学习，我对军事有了更深入的理解，也提高了自己的军事素养。在今后的生活中，这些军事素养对于我来说无疑是非常宝贵的，无论是在军事领域还是在个人生活中，都能起到积极的作用。

总结起来，军训让我体会到了团结协作的重要性，培养了我的毅力和坚持不懈的精神，同时也提高了我的军事素养。这次军训不仅是一次对自己身体素质的锻炼，更是对团队合作和个人成长的磨砺。我相信，通过这次军训的历练，我会成长为更加优秀、坚强的自己。