

大学军训结营心得感悟(优秀8篇)

实习心得是对实习过程中遇到的问题和困惑的整理和总结，能够帮助我们更好地理解自己的优势和不足。现在，让我们一起来看看小编为大家搜集整理的学习心得范文，希望能够给大家写作带来一些启示和帮助。

大学军训结营心得感悟篇一

经过如火如荼的高三拼搏，终于步入了梦寐以求的大学殿堂，而迎接我们的便是为期十天的军训生活。

军训这个词，另许多人闻之色变，因为它苦，它累，但是，正是因为这样，我们更不能退缩，才更需要一次军训来磨砺我们自己。我们经历挫折苦难熬过高三，高考后瞬间的放松，一个暑假的懒散，我们的状态已经不再适合学习生活了，军训正好可以帮助我们重新回归学习生活，建立规律的生活习惯，养成，不怕苦不怕累的性格，为将来4年的大学生活打下坚实的基础。

军训是苦的，是累的，但是也是给予了我们许多东西的。

此时的苏州，夏天还未远离，清晨校园的空气格外清新，我们在初升的太阳下完成早操。吃完早饭后正式开始了一天的训练，学校操场上响起教官们一声声清脆的口号声：“立正~，稍息~，跨立~……”刚开始的我们，充满活力，虽然动作不是很整齐，但是依旧有力，但随着太阳的火力愈加强大，意志逐渐被消磨，更有部分同学身体虚弱，需要休息，但在略做休息过后，依然能够坚持，虽然教官要求严格，但仍然努力做到。

为了追求更好的自己，我参加了排头兵的训练，更高强度的训练，更严格的要求，其间我也想过要放弃，申请退出，但我想起了苏轼的一句词：“古之立大事者，不惟有超世之才，

亦必有坚忍不拔之志。”要成大事只人，不仅要有旷世之才，亦要有坚定的意志，虽然我没有如此才智，但我也要做到坚忍不拔之志。想到如此便感觉也没那么困难了，咬牙坚持了下来。

军训生活，如我想象当中一般苦涩且严厉，但也在鞭笞着我，从暑假的怠惰中挣脱出来，为了今后全新的学习生活打下基础。

十天军训悄然结束，回首过往，烈日炎炎，狂风暴雨，我们都经历了，变化无常的天气给我们的军训增加了难度，却也在锻炼着我们的意志。教官不断的锤炼着我们，令我们从懒散的暑假生活中解脱出来，迅速进入大学新生活。

这十天里，结识了许多同伴，虽然有时军训时，因为某些人的失误牵连了一排甚至一个方阵的人，但是，我们并不互相埋怨，而是一起承担，寻找问题，从而解决，这才是我认为军训所需要的团结互助精神，而这，也是军训中重要的部分。

大学军训结营心得感悟篇二

一、基本情况

这次军训从8月23日开始至28日结束，历时一周，本班参训学生51人。以《双鸥中学2007级新生军训计划》为依据，以提高同学们的国防观念、集体主义观念，培养吃苦耐劳的作风为目的，按照《高级中学军事训练教学大纲》的要求，科学施训。

军训中学习了一些基本的军事常识，观看了电影，了解了一些国防常识，取得了较好的效果。

二、主要特点

1领导重视周密计划

2严格训练保证质量

严格训练管理，是提高军训学生军事技能和身体素质的根本途径，也是实现军训学生“掌握基本军事技能知识，增强国防观念，加强组织纪律性，激发爱国主义精神”为目标的根本保证。针对这次军训学生的特点，为保证军训质量，做到四严：

一是严格教官的示教。从教官的自身形象、教学等每个环节，从严要求，严格把关。

二是严格对教官的要求。这次军训的教官，是经过人武部领导严格筛选，把能力强、政治素质好、工作作风过硬的人员抽调到这次军训中当教官。

三是根据训练科目的安排，实行劳逸结合，在训练之余，各教官还教同学们唱一些革命歌曲，组织同学们拉歌，既调动了训练积极性，又活跃了气氛，既增强了团结精神，又营造了健康向上的娱乐氛围，收到了劳逸结合的效果。

3训管结合培养作风

培养军训学生的纪律观念，从小事抓起，从日常生活抓起，在整个军训期间，一是严格按照军训的有关规定，严格管理、严格要求、严格训练，确保了军训期间安全稳定。建立了军训新生考勤表。每天出操前进行点名，登记出勤情况，没有特殊不得请假，增强了同学们的时间观念；三是严格训练场的管理。从军训的第一天开始，不管是在训练中还是在休息期间，都严格要求，做到准时出操、准时训练、准时休息、准时收操。四是规范内务秩序。组织全体军训学生进行内务卫生训练。

三、军训效果

在汇操过程中，参加汇操的班都能够做到精神饱满，姿态昂扬，认真听口令做动作，为班级、为整个排组争荣誉。就是由于这种精神大大激发了全体同学的军训热情，为安全、胜利、圆满完成军训任务，奠定了坚实的基础。

通过军训，进一步强化了学生的国防意识，增强了学生的爱国热情。一周的军训，同学们学习和掌握了有关军事知识和技能，增强了国防意识，从小就树立起“祖国安危在我心中”，“天下兴亡，匹夫有责”的庄严使命感，认识到新一代高中生不仅要认真学习，担负起建设祖国的重任，还要努力拼搏，肩负起保卫祖国的重任。

通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了坚强的意志，锻炼了抗挫品质，培养了同学们的良好作风。军训最重要的目的，是要求同学们通过军训，磨练自己。通过一周艰苦的训练，逐步培养了同学们如何面对困难，如何克服困难，如何用坚韧不拔的意志来支配自己的行动的目标。

通过军训，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。学生们懂得了齐心协力，才会取得成功；要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。通过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

四、我班的军训标兵：在整个军训中，全班同学表现都很好，在学校组织的10%的优秀评比中，任宏伟，赵佳亮、刘淼、杨椿、杨维青被评为我班的优秀标兵。

军训圆满结束，我对我的学生很满意，终于可以休息两天了。

大学军训感悟3

大学军训结营心得感悟篇三

我们军训的教官很幽默风趣，有时候说花经常逗我们笑。有时候很严重。只要稍微回头看，教官都清楚。

我们的教练吉他弹得很好。我们休息的时候，教官在宿舍拿出吉他给我们弹。我记得有一次，我们坐在外面说话，教官不高兴，因为太吵了。教官拿出吉他坐在椅子上骂我们。但是，教官一坐下拿起吉他，我们都鼓掌了，教官很开心。

有趣的事情二，烧烤。

周三晚上可以烧烤，一人一个鸡翅，两根火腿肠，两个馒头。

教官说鸡翅要烤15分钟，火腿肠和馒头要烤1—2分钟。三种食物都要烤成金黄色。

有趣的第三，晚会。

周四晚上，我们有一个晚会，每个班都要表演。每节课的表演我都看了，只有一部分课没看。也听过两首熟悉的歌，一首是荷塘月色，一首是爱情扶持。我们看了差不多10节课的表演，然后突然下起雨来。教官暂停了每节课的表演，让他们表演，最后没看到。

大学军训结营心得感悟篇四

似乎从五月份起便感觉到的和着聒噪蝉鸣，闷不透风的空气；还有六月份起爱美的'男男女女开始紧锣密鼓地准备各种防晒修复用品；再到六月末辅导员、班长、导生们接收的各种通知文件——都是为了这出名为《军训》的12天大型纪录片上

映作铺垫的。然而，这些细枝末节，并不是军训留给我最深刻的初印象。下面的关键词，才是构成《军训》预告片的核心元素。

关键词1:关爱。一个月以来，无论是部门里的师兄师姐还是导生，都给予我们在军训准备时的各种贴心提示。从鞋垫、护肤用品、饮食等等方面提出的“攻略”，尽管好像微不足道，却凝聚了他们把我们作为亲弟妹般看待的关爱。这种亦师亦友的关系，才构成了我们这批“即将逝去的小鲜肉”大学生活最美的一笔。

关键词2:内务。今年，外院的内务整理需求似乎来得较晚，也来得“图样图森破”。虽然被广大学子吐槽着这么严格的内务整理要求，但整理完后，看着住了一年的环境呈现出一种前所未有的干净整洁宽敞，我们还是被自己动手清洁能力“惊艳”了一番。军训的好处之一，或许就在于它的这种极简性和纪律性。没有电脑，没有wifi的日子，我可以更好地享受阅读，绘画，撰文的宁静。然而，内务整理后最大的问题，就是伴随着人口及其惊人的废物制造能力产生的垃圾。堆在楼梯口的垃圾清了又满，尽管有人在垃圾桶旁边的墙上贴了让大家体恤清洁工人的话语，垃圾仍堆积如山。那些清洁工人，多是上了50岁年纪，已经两鬓斑白，被岁月重负压得腰背佝偻的人，他们为我们做着最苦的工作，却领着最微薄的收入，在社会底层艰难维生。如果，我们可以在整理时多做一步，稍微把垃圾分类；也多走几步，把垃圾拿到楼下，是否就能减轻一下他们的负担？以心换心，真心不希望我们的军训给他们带来困扰。

关键词3:忙碌中的期待。从学校总指挥、学院、辅导员再到班长等各种班干，这半个月来的推送，军训筹备工作让我感到紧张和略疲惫。然而，看着大家按要求整理宿舍，各班干互相协调统筹工作、同学的配合，我还是有点慰藉的。据说，军训时提升班级凝聚力的一个契机，我不知道是真是假；但是，在我们导生忙碌、班主任不在的情况下，班级已能在班

干带领下做到如斯，我觉得，或许再累也是值得。当班长一年了，我清楚认识到自己所在的集体，尽管不差，也算拔尖；我们有办事能力很强的精英班干，却没能很好地发掘同学们的勇气、信心与凝聚力。在很多方面，我们班偏向内敛沉静。如果，这是一个可掌握的契机，我衷心许愿，望154能一起努力，扛过军训的苦和累，顶过军训的风雨和艳阳，最后脱胎换骨，如凤凰涅槃，变得更团结，更强大。

军训，你好；愿我们炽诚，愿你给我们的大学，留下苦乐交织却也最浓重的一抹色彩。

军训是人生必须经历的一次次磨砺，无论是在小学、初中、高中还是大学，都必须去体验这一有苦亦有乐的乐趣。回想一年前的今天，才填报完志愿，没想到今天就已经过完了大一了，在这不得不感叹时间如流水，转瞬即逝。

我特别喜欢这一句话：“做自己从未做过的事情是一种成长。”是啊，军训就是一个非常不错机会让你去成长、去超越，甚至是蜕变。懒是人之本性，没有人会不愿意在六月酷热下叹空调，吃西瓜。但是，如果在人生道路上，你缺乏耐心与自信心，能得到成功人生吗？显然不能。

正如季老师所说：“没有军训的大学时光是不完整的，经历了军训才有资格成为师兄师姐。”哈哈，对呀，未来十二天，让我们一起与太阳肩并肩！共同创造属于我们的独家记忆。

一切都来得太快，在我还没来得及体会春的多彩、夏的激扬、秋的丰硕、冬的静谧。岁月老人早已将我送入了人生最精彩的花季——大学。此时，一首雄浑激昂的军训插曲即将响彻广州大学这片圣地。

此前，我有过两次军训的体验，虽然它们已经像黎明那般绚丽的云霞，早已被太阳拖走了，却留给我一个美好的回忆，经久不衰。军训的生活无疑是艰苦的，但我依然对它充满着

期待与幻想，相信它一定会像大学生活一样，转角总能遇见各种机会和惊喜。

窗外下着淅淅沥沥的雨，然而，军训的画面却清晰地呈现在脑海里——在毒辣的太阳下，我们挥汗如雨，保持军姿，几十分钟纹丝不动，尝着酸、涨、疼各种难受的滋味，肤色也慢慢变成古铜色。十二天的锻炼必将使我们的意志力达到一个新的高度，我们的生活也会由于这些新的困难和挑战，才有了新的成就，新的乐趣。

无论接下来的十二天等待着我们的究竟是什么我想只有有足够的勇气、毅力与坚持，胜利的果实不会拒我于千里之外。英语152这个拒绝平庸的集体，定会神采奕奕展现别样的风姿，最终，在汗水与泪水一同熠熠生辉的军训中，学会坚持，学会服从，学会团结和爱。开拓、进取、超越自己，我将尽己所能，让这首嘹亮的军之歌为唯美的花季增添色彩。

阳光洒落，万物复苏，军中绿花，点缀色彩！

在我的初中和高中，我都参加过军训，那时年少的我脑海里对军训的印象就是从原本白皙的自己变成像黑炭一样黑；每天就是在太阳下暴晒流汗，重复着枯燥的任务；还有就是教官的任何命令我们都必须无条件服从……我也即将迎来人生中最后一次军训，真的很担心自己会像从前一样被晒伤，而且军训的时间也比过去常，真的不知道如何熬过这一段时间。

但是，该来的我始终没有办法逃避。6月30日的军训动员大会却让我对军训的印象有了很大的改变，反而让我有点小期待了。

季老师和我们分享了她过去的军训经历，让我明白军训能锻炼我们的意志力，也可以提高班级的凝聚力。是的，没有经历过磨练又如何能发现自己比想象中的坚强呢。在军训的过

程中同学们的互相鼓励、导生姐姐们的悉心关爱、老师们的问候都可以暖彻我们的心。成长能带给我们最珍贵的礼物就是学会用乐观的态度去面对眼前的事物，现在的我也珍惜每个时期自己会看见的风景，而不是去抱怨自己遇见的困难。

于是，我对军训的印象就转变成是大学历练的一个重要过程，没有这十二天的过程我们如何能成为合格的“老腊肉”呢？同学们一起坐着整齐划一的动作，一起喊着响亮的口号，一起唱军歌，一起变得更加坚毅……这就是军训带给我们的不一样的回忆。

不管这几天的天气如何，不管眼前的阻碍有多大，我也会笑着去面对，展现出自己最好的精神风貌！

大学军训结营心得感悟篇五

今天，军训的第四天，今天早上真的是太不幸了，我们站了半个小时军姿后就各自去练习了。我们连队练习的还是原地踏步还有起步与立定。先开始的是原地踏步。最不幸的就是我前面站的那个孩是个错误。他老是抬左臂，同时迈左脚，而且老是不按教官的口令踏步。

我站在他后面，刚开始我的步子还是对的，可是过不了一分钟，我看着他的步子就踏错了，而且看着他踏步我老想笑。最后导致一个结果，教官把我叫了出来单独训练，唉…真的是把人给丢了！早上还是由于我们的动作不合格，教官几乎没有让我们休息，一早上下来把我们累得不行，教官还是很生气。最后中午我们解散的又很迟，教官让我们喊十声“杀”，把我们累的都没气了，教官直接来了句：“滚，老子下午再收拾你们。”我们真的是出力不讨好啊。

到了下午，可恶的太阳又窜出来了。刚开始站的半个小时军姿，衣服就已经湿透了，然后带开训练。骄阳似火啊，不过好的是，下午同学们都突然开了窍。我们的动作比上午好了

很多。教官没那么生气了，让我们休息的次数多了，时间长了。不过虽然是这样，不到一会儿我的衣服还是湿透了。但总归是没有上午那么累了，轻松了一些。到了晚上，我们的动作还是比较好，不到半个小时我们就休息了两次。我们在休息时，趁教官高兴，我们就趁机向教官申请拉歌，教官爽快的答应了。我们选择了十八连，就开始拉歌了。

我们大声的喊，让十八连唱歌。他们刚开始唱了一首，然后他们拉，让我们连唱，我们连队放声唱了两首。然后我们再让十八连唱时，他们把尾巴夹紧，一首也不敢唱了。我们把嗓子都快喊破了，他们也没唱一首。最后就在我们的拉歌声中，结束了今天的训练。

大学军训结营心得感悟篇六

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊！

操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了！在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟；在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡！对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍……大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我

们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

军训的第一天，在黎明的破晓中苏醒，看着镜子里身穿训练服的自己——英姿飒爽，这才应该是青年应有的样子。带着激动又忐忑的心情步入操场，揭开序幕。

早餐五六点钟的太阳，将晨曦悄悄透过云雾投射于世间；清新的空气迫不及待地涌入早起者的胸膛，这是大自然的馈赠，馈赠于摆脱慵懒的人们。这是一场欢欣，是一场值得每个人记住的盛宴，这是一次难忘的记忆，它借用肢体让我们牢记。我们将收获的不仅是意志的磨练、习惯的改进、体能的改善，还有莫大的喜悦，来自周围一切人、事、物。

夹杂在汗水之间的，是喜悦，是整齐的响亮的歌声，是《强军战歌》，是《团结就是力量》。用歌喉唱响连队的气势，传达我们不屈的战意，真正打动人心的，非歌词本身，而是诵歌之人。

大学军训结营心得感悟篇七

对新生进行军训是每个大学都会做的事情，只是军训的时间不一样，我们学校是在新生入校之后就开始军训。九月的天气还是非常的热，虽然按着照中国的二十四节气来说，已经到了秋天。但温度还是非常的高，太阳也非常的晒。

我们第一天和第二天的军训都比较的简单，是一些比较基础的东西。第一天教官主要给我们讲了着装的规范和稍息立定还有站军姿的标准，以及队列的排列和要求。第二天就是学停止间转法的要求和动作要领，还有内务的一些整理方法和要求。第三天在练习停止间转法的同时，学习了跨立、敬礼还有一秒蹲下和一秒坐下，这些都是比较简单和基础的东西，

但也很重要。

第四天在复习之前所学的基础上，又加了齐步走这一项。这个训练起来要困难一点，因为教官是分解着让我们学的，我们每一个动作都要定在那里几分钟，手特别的酸。第五天继续学习了齐步走，都是连贯动作，一排一排的检查，检查队形还有动作的标准度。第六天学习了跑步走，同样的，也是先学分解动作，再连贯进行。难点在于从跑步状态转到立定状态，立定之后队形就乱七八糟的了。还学了匍匐前进，这应该是最轻松的了，但只学了一个下午就没有学了。

第七天学习了踢正步，也是从分解动作开始的，但这个是最难的，因为手和脚都是抬起来的状态定住的，特别酸。第八天在我们比较熟练了之后，又开始练习齐步走换正步走，正步走换齐步走。第九天就是换着来，把之前学的都练一遍。第十天进行了方正队的选拔，我因为肢体有一点不协调，没有入选方正队。第十一天、第十二天和第十三天是方正队的训练，我们这些没有进入方正队的人就跟着另外一个教官学军体拳。第十四天就是阅兵仪式。

在不知不觉中，军训就结束了。我因为没有进入方正队伤心了很久，但后来我觉得学军体拳也挺好玩的，而且我也让我们学院的方正队更好，取得一个好的名次。在军训中我学到了很多，就是要坚持，不能放弃。

大学军训结营心得感悟篇八

今天的军训内容依旧是齐步与正步的行进练习，这也是我们所面临的一大难题，所以我们也一直都在攻克它。但作为体育学院的一份子，我们也绝不畏惧！

风雨过后，黎明将至。今天的气温有所回升，我们的军训也不像之前那样蜷缩，我们对军训的热情犹如着回升的气温一样，热情高涨。但十多天的军训仍然在消耗我们的意志和毅

力，磨灭我们的热情，但我们不能停下，因为其他学院还在努力军训。父母不是你玩乐的资本，大学也不是你放松的天堂，你并没有资本去豪横，现在也不是你吃喝玩乐的时候。青春不负少年，少年不枉拼搏。

放眼未来，你的'未来有无限可能。有时间去看看湖理的日出与日落吧！去领略南湖美景，去创造属于我们的无限可能！