

最新大一军训心得有感例文(优质8篇)

工作心得是在工作过程中对自己所做的总结和反思，可以帮助我们不断提升工作效率和质量。不妨看看以下这些培训心得范文，或许能够给我们一些在写作中的灵感和思路。

大一军训心得有感例文篇一

迎着懒懒的风，穿过熙熙攘攘的人群，抵达运动场。堆叠的云好似运动场上抱团的我们，缺一朵，都不会完整。

今天拼字方阵换了训练场地，也可以说是来运动场进行一次真正意义上的彩排吧。还未开场，连队总指挥已在主席台上恭候多时，周边的“观众”较平日来说也增加了许多，紧张感油然而生。

在x教官的带领下，我们先粗略将拼字流程走了一遍，不对的地方揪出来，一遍遍重复，而后彩排便正式开始了。哨音声声，步履不停，彩排一场下来，收获了许多感叹与掌声。主席台上，连队总指挥检阅完毕后，语重心长的话语倍感温暖。首先他肯定了我们这几天的努力与进步，而后提出了自己的看法与见解，同时也予以我们以鼓励。总指挥的谆谆教诲以及彩排过程中的总体体会，我们逐渐发现了拼字过程中的错误所在，并互相商讨，彼此融合，彼此适应。每个人心里都暗下决心：下一遍要更好。

烈日当空，火炉里打滚的还有其它表演方阵的小伙伴们：刺刀方阵——入场的嘶吼令人震撼，他们气势昂扬，提着笨重的模型枪，在运动场上挥汗如雨；舞蹈方阵——舞步欢快，充满活力，动作干净，可柔克刚，果真巾帼不让须眉...

一天的训练如约结束，身披余晖，走在树荫下，触及那一抹清凉，终是感受到了疲惫之余的又一份美好。

大一军训心得有感例文篇二

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。

两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身.....军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，

就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我們吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

望会对大家的工作与学习有所帮助。

大一军训心得有感例文篇三

第一天的训练，强度并不大，但是随着时间的推移，训练项目的增多，身体可能会出现酸痛，每次汗水浸透军装带来的不适感，忍着肌肉酸痛坚持训练所带来的身体上痛苦，都会对我们的意志进行磨练，坚持过身体上的苦难可以打造出坚韧不屈的意志。“志之所向，无坚不入，锐兵精甲，不能御也”，想要让自己的志向如此，不仅仅依靠每天的口号，坚持不懈的努力需要真正坚韧的毅力，而这，便是军训可以带给我们的。除此之外，突破困难，攻克难题，还需要敢于拼搏，突破屏障的锐气，而在军训中，可以培养我们的血性和锐气，都可以为我们以后的学业或是工作奠定坚实的精神支持。

坚韧的精神通过身体的磨练来培养，军训带给我们一次宝贵的机会。钢铁是怎样炼成的？且看今夏，钢铁将这样炼成！

大一军训心得有感例文篇四

我们进入中学校门后，参加了为期七天的军训。有人说军训生活非常艰苦，有人说军训生活非常有趣，也有人说军训生活一定很难忘，但我觉着军训生活是对我们的一次考验，它能让我们变得坚强，能让我们变得守纪律，能锻炼我们的适应能力。

9月11日一大早，同学们全部在学校操场集合，大家统一着装，上午，简短的开营仪式后，我们便正式开始了训练。在参加军训前我就知道军训肯定苦，但是真正的军训比我的想象还要苦。我们第一天上午接受的训练就是练习站军姿，在炎炎烈日下，教官让我们一动不动。一开始还好，过了一会儿汗就留下来，汗珠就像一个个调皮的小精灵在我的脸上打转，弄得我脸痒痒的，很难受，我真想擦一把，但是想起教官的话，我还是忍住了。一天训练结束后，我晚上躺在床上，浑身酸痛，心想军训真是苦呀！

我们每天上午训练三小时、下午三小时，表面看十分单调，可是短短的几天里我们学会了许多东西，如稍息、立正、跨立、分列式等许多军事动作。在这几天里我们把自己懒散的习惯修炼成有组织有纪律，从“站没站相、坐没坐相”修炼成挺拔的身姿，从小皇帝、小公主修炼成二十一世纪的好少年。

最后一天学校组织了会操比赛。比赛开始了，首先出场的是五班、六班，他们精神抖擞，声音十分洪亮，脚步声也很整齐，“啪、啪、啪”其它班响起了热烈的掌声，接着是我们三班、四班了，我非常紧张，走到操场上，我们声音比他们的大好几倍，脚步声也相当整齐、有力，我们精彩的表演使台下响起了一阵又一阵的掌声。

短短的军训生活让我们从陌生变得熟悉，每天朝夕相处留下了许多美好的回忆，每次摔倒都有同学把你扶起，每次被表

扬都有同学和你一起高兴，在这里让我们感受到家的温暖和集体的力量，难忘的军训生活将会是我们一辈子的记忆。

大一军训心得有感例文篇五

历史经验表明，一个国家、一个民族的强弱兴衰与国防意识的强弱密切相关。而军训的目的就是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟、激发爱国热情、发扬革命英雄主义精神、增强国防观念和组织纪律性、养成良好的学风和生活作风，掌握基本的军事知识和技能，为成为中国人民解放军后备兵员和预备军官、为国家社会主义事业建设者和接班人而奠基。

今天上午编好队后，各位教官给学员们设置的主要训练任务有站军姿、队列训练立正、稍息、停止间转法以及脱帽、戴帽、敬礼的动作规范。这不禁让学员们一改以往对这些平平无奇的动作用的初印象，从而领会到其中的诸多要领所在。下午的训练则以一些基本的体能训练为主。同学们均排列得整齐有序，口号声也响亮清澈，不难看出，每一个人都在积极地听从教官指挥并完成相应的训练任务。军训有条不紊地进行着，完美展示出了三院学子不轻易言败、积极进取的风采和自强不息、顽强拼搏的精神。运动场上，不仅有认真参训的大一新生，还有在各个院系服务点默默守候的高年级学生干部及站岗的志愿者们，他们都在默默贡献自己的力量来为这场盛大的仪式保驾护航。后来，鉴于雨势愈来愈大及对学生们身体状况的考虑，军训被迫终止。

军训，对于踏进大学殿堂的莘莘学子而言，既是大学生活的一个起点，又是一个新的生活挑战。《孟子》有云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”虽然第一天的训练因为雨势戛然而止，但我相信我们仍将以更加饱满的热情去迎接接下来的相应挑战。

大一军训心得有感例文篇六

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。

现在我们每天的军训内容是稍息立正、四面转法、齐步走、正步走这些基本的动作，这些看似简单的动作真正做起来尤其是做好并非易事，一个连队做好更是很难。第一天下来已身心疲惫，但无一个人退缩。第二天下午下着小雨，这却丝毫阻挡不了我们训练的步伐，我们的步伐变得愈发整齐；我们的口号变得愈发响亮；我们的身姿也愈发挺拔，时刻展现出做为体育与健康学院的新生的风貌。

一个连就是一个团队。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。也正是因为大家严格要求自己，注意细节、一丝不苟，所以我们的军训才能进行的顺利，我也深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性，同时学会了如何突破自己心理的极限，可以说这是一次难得的经历。正因为这样一次深刻的体验和有意义的经历，才让我们更好的磨练顽强斗志，培养吃苦精神，锤炼优秀品质。

在此次军训中，我为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸。我相信，在我们体育与健康学院这个大家庭中，无论我们接下来会面对怎样的困难，我们都能够手牵手，肩并肩的共同去面对并克服它，因为我坚信：团结就是力量！

大一军训心得有感例文篇七

九月的阳光依然耀眼，这数天的军训也别具魅力。早晨习习的凉风吹醒惺忪的睡眼，中午的烈日骄阳又让人大汗淋漓。

在偌大的训练场上，教官陪我们经受炙烤，带我们上成长的第一课。八十人的方队想整齐划一谈何容易？抢口令，反应慢，动作不达标，配合不到位等等问题让教官既着急又上火。但是教官从未对我们发脾气，坚持耐心的一遍遍示范，一次次纠错，一直对我们充满信心。汇演临近，训练量陡增，大家腿酸脚疼，但没人喊苦喊累。踢正步踢不动了，坚持，跑步踏步跑不动了，坚持。所有人都在竭尽全力做到。汗水浸湿了衣衫，可我们依然快乐。因为教官说过：“相比别人强一点就要付出比别人百倍的努力，要做就要做到。”步伐一步比一步整齐，口号一声比一声响，身体一天比一天强健，吃苦耐劳的精神一点一滴渗入我们的内心，或许，这就是军训的意义。风吹动枝桠，叶在时间里起舞，少年在金秋九月中歌颂青春。

大一军训心得有感例文篇八

习惯了悠闲甚至懒散的假期生活，接受长达14天的军事化训练，对于我们来说将会更加辛苦而严峻，但大家都选择了迎难而上，勇敢的接受挑战。六点多的清晨，宿舍里传来了不情愿的起床声，但大家都在坚持，短短的时间内，大家在楼下有序集合，精神饱满，整装待发，操场上，烈日骄阳却没有人轻言放弃，一遍遍不厌其烦的练习与嘀嗒的汗水换来了整齐划一的动作与喜悦。开始时的恐惧与不安，在一天的训练打磨中，变成了坚毅勇气，纵然腿脚麻木，汗流浹背，面对未知的困难和挑战，大家展示出了坚持。我相信：铁的纪律，铁的要求磨练出我们铁的意志。我们一定会在军训结束后成为一个身体素质过硬，思想意识先进的担当民族复兴大任的时代青年。我们会把“请党放心，强国有我”的铮铮誓言努力实现。