

# 最新大学军训心得体会(优质20篇)

工作心得是我们不断进步和提高自我的重要工具，也是对自己工作态度的检视和反思。以下是小编为大家整理的一些读书心得范文，希望能够给大家提供一些写作的启示和思路。

## 大学军训心得体会篇一

今天是军训的第三天，日常训练任务依旧，上午因为天气炎热，教官体谅我们就降低了训练强度，增加了休息的频率与长度，我们训练队也没有出现晕倒等不良反应。有同学身体不舒服在场边休息了一下也很快再次加入了训练。渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透；我们为了把动作练整齐，反反复复地练；知道全身酸痛；我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

下午教官来到我们寝室指导我们内务。我们本来以为我们的寝室已经整理的比较整齐了，但是教官一句“怎么像杂货铺似的？”立马让我们灰了心，也为接下来2个小时的整理奠定了基调。从桌面到书架，从书柜到衣柜，从室内到阳台，教官一处处地指导我们进行整理。教官讲解的军队宿务标准让我们目瞪口呆。二话不说，理呗！随着垃圾桶换了一个又一个垃圾袋，宿舍终于从杂货铺变成了合格的军队标准宿舍。我们花了一个午休时间终于让寝室焕然一新。而后是下午的训练，天气稍有好转，教官也加强了训练强度。虽然中午没有午睡，比较疲困，但是我们寝室还是坚持了下来，完成了训练任务。希望明天的宿务评比能取得好成绩！

# 大学军训心得体会篇二

## 第一段：军训的初始感受

大学每天的军训，对于刚刚踏入校园的我们来说，是一次全新的体验。刚开始的时候，军训纪律的严肃性和训练强度的高强度让我们感到有些措手不及。在烈日下照常步伐，严格的口令和步调，让我们逐渐进入了军训的状态。这一切的种种让我意识到，军训不仅仅是一项身体上的锻炼，更是一种对个人纪律和责任心的磨砺。

## 第二段：团队的力量

在军训的过程中，我意识到一个重要的道理：团队的力量是无穷的。无论是队列步伐的整齐划一，还是协作训练中的默契配合，都需要团队的力量来支持。每天的军训，我们都彼此鼓励，相互扶持，不断提高自己的集体意识和纪律要求。团队的力量让我们感受到共同进步背后的支持和源源不断的动力，也让我意识到，一个强大的团队是所有个体的力量的结合，只有团结合作，我们才能战胜任何困难。

## 第三段：坚持与毅力

每天的军训都需要我们坚持不懈地进行下去。炎炎夏日的高温，紧张的课程安排，体力的极限挑战……都在考验着我们的毅力和坚持。但正是这样的挑战，唤醒了我们内心的坚强，让我们学会在困境中求生存，在艰难中寻找突破。在军训中，我们体验到了汗水的含义，感受到了成功背后付出的辛苦。无论是身体上的疲惫，还是心理上的压力，我们都学会了坚持下去的勇气，这使我深刻认识到，坚持和毅力是我们战胜困难的关键。

## 第四段：饱含爱与责任的荣誉

在军训的过程中，我们也获得了一份特殊的荣誉感。当我们戴着军帽迎风而行，行进在校园里的时候，我们感受到了身上所肩负的责任与担当。尽管只是短短几天的时间，但我们始终牢记自己作为学子的使命，以身作则，随时准备向全体师生展示我们的风采。这份责任和荣誉感，让我们更加明白自己所肩负的使命，也更加深刻地理解了为人之道与做人之本。

## 第五段：军训的收获与成长

军训的持续时间虽然只有短短的几天，但对于我们的成长却有着举足轻重的影响。军训让我们学会了坚持，学会了互相支持和协作。它锻炼了我们的体魄，提高了我们的纪律意识，增强了我们的责任感。这些宝贵的经验和收获伴随我们进入了新的大学生活阶段，并将伴随我们一生。军训激发了我们内心的激情，唤醒了我们对生活和成长的追求。无论是在校园里还是走向社会，这些经历都将成为我们的宝贵财富，伴随我们走向成功的道路。

通过军训，我们体验到了坚持、毅力、团队协作等宝贵品质，也收获了责任感和荣誉感，这些都将成为我们成长的根基。军训并不仅仅是整齐划一的行进和训练，更是对我们每个大学生的成长和发展的一种洗礼。从现在起的每一天，我们将怀抱着这些收获，勇往直前，迎接人生中更多的挑战和机遇。

## 大学军训心得体会篇三

作为一名大学新生，军训是我们大学生活的开端，也是我们进入大学这个新环境的第一课。军训不仅让我们磨砺意志，锻炼体魄，还培养了我们良好的纪律观念和协作能力。在这个过程中，我深刻体会到了军训的好处和意义，也学到了许多宝贵的经验和教训。

## 第一段：军训磨砺意志

军训是对我们大学生活的第一次考验，也是对我们意志的磨炼。在军训的过程中，我们每天要早起，跑步、做操、训练，身体疲惫，但是我们不能退缩，必须坚持到底。这种对自己的要求和对团队的付出，是我们在大学中所需要的品质。通过军训，我学会了坚持不懈，不怕困难，也更加有自信面对未来的挑战。

## 第二段：锻炼体魄，增强抵抗力

军训是锻炼身体的好机会，通过长时间的户外活动，我感受到了自己身体的变化。在军训期间，我跑步、做操、训练，体力消耗较大，但是我也意识到了自己的潜力和身体的可塑性。通过不断的训练，我逐渐改善了体质，增强了抵抗力。这对我今后的学习和生活都有着极大的帮助。

## 第三段：培养纪律观念

军训期间，我们严格遵守每天的作息时间表，要按时起床、吃饭、训练，保持队伍的整齐划一。每当听到号令，我们都要马上做出回应，保持队形。这样的训练，让我懂得了纪律的重要性，也培养了我的纪律观念。在大学中，纪律是进步的基础，只有保持良好的作息和自律，才能更好地完成学业和生活。

## 第四段：提升协作能力

在军训中，我们不仅是个体的训练，更是作为一个团队一起完成任务。每次的集合训练中，我们需要配合队友，保持队伍整齐。这要求我们学会相互协作和互相支持。在每次的集训中，我们可以看到队友之间的默契和配合，这让我深刻认识到了团队的力量和合作的重要性。在大学中，我们也需要与同学们相互合作，共同进步。

## 第五段：总结军训心得

通过这次军训，我的心理素质得到了提升，自信心也得到了增长。我学会了坚持不懈，克服困难，在队伍中学会了相互合作和支持。这次军训为我今后的大学生活打下了良好的基础。我相信，通过这次军训，我能将这些品质应用到未来的学习和生活中，取得更好的成绩和进步。

综上所述，军训是大学生活的开端，也是对我们意志和体魄的磨炼。通过军训，我们能够提高自己的纪律观念，增强协作能力，锻炼身体。这将为我们今后的大学生活奠定良好的基础。希望每一位大学新生都能通过军训，收获更多的体验和成长。军训，是大学生生活中不可或缺的一部分。

## 大学军训心得体会篇四

我们连虽然人多，很热，但这种环境下久了，也习惯了，一周后部队说给我调到别外一个地方，还要说要换，我们老大，虽然老大又黑又矮，如果上级没来管我们都很松，但如果我们犯了错他还是拉下他的脸，做下蹲、跑圈圈是常有的事，现在我都记得他的口头禅：“你死了!!…”但我们都还是喜欢他的，突然说要换掉，大家都舍不得，竟然愿意四五十个人一至同意继续睡地上，那天好多人都哭了…最后老大也跟着我们换了一个大点的地方，只是吃饭的时候，要走很远，那时候大家都不介意的啦。

军训心得大学2

## 大学军训心得体会篇五

我们连虽然人多，很热，但这种环境下久了，也习惯了，一周后部队说给我调到别外一个地方，还要说要换，我们老大，虽然老大又黑又矮，如果上级没来管我们都很松，但如果我们犯了错他还是拉下他的脸，做下蹲、跑圈圈是常有的事，

现在我都记得他的口头禅：“你死了!!…”但我们都还是喜欢他的，突然说要换掉，大家都舍不得，竟然愿意四五十个人一至同意继续睡地上，那天好多人都哭了…最后老大也跟着我们换了一个大点的地方，只是吃饭的时候，要走很远，那时候大家都不介意的啦。

军训大学心得3

## 大学军训心得体会篇六

告别了那令我依依不舍母校，升入了自由自在的大学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

来说说刚到东山武警训练基地的感觉吧，一开始的我们都非常兴奋，但当教官严肃的站立在我们面前时，就给我们一个下马威——立定，我马上领悟到了士兵的严肃。在教官的面前，我们就像一群小绵羊，但这群小绵羊是在接受为将来做准备的锻炼。但相当一名好士兵，就是为此付出代价。记得刚开始军训的第一天，教官让我们在烈日炙烤后的跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。这么一天下来，我已被折腾得差不多了，

我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

接连不断的军事训练，让同学们累的直扒。但我们还是挺过去了，而且还用很好的表现去做的。因为训练使我们的身体得到了锻炼，意志得到了磨练。当汗水从额头流下，再慢慢滴落，留下一丝痒意时，偶尔也会为自己坚持不动，坚决不打报告请示擦汗的坚定信念所感动，我是一个不太上进的人，但真正决定的事就一定要做，要做好。而这样的感动在平时的懒散生活中是无法得到的。放在平时我也许会用纸巾擦去那一小颗汗珠，任意地动一动。可是在这里，做为一名暂时的军人，我要坚持，因为这里没有个人，没有形象，有的只是集体和集体的荣誉。对于教官的严厉，我没什么怨言，却有一份感谢，因为教官也配同我们一起在太阳下晒。而当其他连队在阴凉处训练，我们却在烈日下曝晒时，我没有难过，没有不服，我只觉得那是一种荣耀，因为我们在恶劣条件下依然可以做得最好！况且，我们的教官人很幽默，他不仅讲笑话给我们听，而且还教我们唱歌，这使军训生活变得丰富精彩。其实学校的荣誉更是一种无形压力，但是我们挺住了！我们做到了！我为我们的同学感到骄傲，感到自豪！是什么让我们顶住了这一鼓鼓强大的压力？是我们坚强的意志力！我们的心中只有一个信念——为学校取得荣誉。

军训虽是艰苦的，军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有，但我们是幸运的，教官是可敬的，同学是可爱的，班主任是美丽的，辅导员是可亲的，一切都是美好的。齐步、正步、跑步…都是熟悉的不能再熟悉的的动作，但是为了追求共同的目标，我们脚痛腿酸都顾不上，嗓子沙哑照喊不误。全体同学在短短的七天军训中已然形成了强大的凝聚力。

短短的军训生活在转眼之间就过去了，此时的我们已是全生酸痛，彻彻底底的领悟到军训生活的艰苦。现在军训生活结

束了，我的心里十分难过，还有些依依不舍。我真的希望它能再延长些，再多给我们一些磨练的机会！军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。在这次军训中，我成长了。我哭过，笑过，痛过，忍耐过，郁闷过，激动过，骄傲过。汗水，泪水纵横交错。

我相信，经过这次军训，我的大学生活将会是十分有规律的。

## 大学军训心得体会篇七

众所周知，进入大学的第一件任务就是军训。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，但我们不到最后一秒钟决不懈怠。

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良好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意识观念，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良好的思想基础。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生。

## 大学军训心得体会篇八

军训作为新生入学的第一课，旨在培养学生的纪律观念和集

体荣誉感，增强学生的团队合作能力和应对突发情况的能力。军训不仅是一种锻炼身体的一种方式，更是一种磨炼意志的过程。通过军训，我们学会了遵守纪律，培养了坚毅的品质，为我们未来的学习和生活打下了坚实的基础。

## 第二段：互助合作的重要性

在军训过程中，我们经历了一系列艰苦而又充实的训练。每天的起床操、军事课目，都需要全体学员的互相协作和密切配合。只有团结一心，互相扶持，才能完成任务，取得优异的成绩。通过与同学们的共同努力，我们学会了倾听与沟通，培养了合作的精神，为今后的学习和工作奠定了坚实的基础。

## 第三段：坚守纪律的重要性

军训期间，严格的纪律要求让我们懂得了什么是真正的规矩和底线。无论是军姿训练还是日常生活，我们都必须保持良好的仪表和举止。对于一些细小的行为规范，我们必须严格遵守。军训让我们明白，纪律不仅是需要在军营中遵守的，更是一种生活态度。只有坚守纪律，才能培养出自律的品质，做到在任何情况下都能保持最好的状态。

## 第四段：突破自我的重要性

军训时期，我们面临许多的身体和心理上的挑战。痛苦和辛酸是不可避免的，但只有坚持下去，我们才能战胜自我。在突破疲惫和困难的过程中，我们不仅增强了身体素质，更培养了坚强的意志力。面对眼前的困境和挫折，只有勇往直前，才能取得成功。军训让我们学会了面对困难挑战时的冷静和坚持，为我们今后的发展打下了坚实的基础。

## 第五段：感悟与展望

通过军训这段时间的磨炼，在各个方面，我们都收获有所收获。

我们不仅体验到了军人的生活，更学会了坚守纪律和突破自我的重要性。我们已经从一个懵懂无知的新生蜕变成为有纪律、有信念、有追求的学子。军训是我们大学生涯中的第一课，也是我们人生的一段重要经历。在未来的学习和生活中，我们将继续发扬军训的精神，为实现自己的梦想不断努力奋斗。

总结：

军训是大学生涯中的一段重要经历，通过军训，我们学会了遵守纪律、互助合作、坚持突破自我。通过军事训练，我们不仅增强了身体素质，更培养了坚强的意志力。军训是磨炼我们意志的过程，是培养我们团队合作能力的机会。通过军训，我们蜕变为更好的自己，为我们未来的学习和生活奠定了坚实的基础。军训让我们明白纪律的重要性和突破自我的重要性，在未来的学习和生活中，我们将继续发扬这种精神，不断努力奋斗，实现自己的梦想。

## 大学军训心得体会篇九

军训是大学生活的一部分，不论天晴还是阴天，都不能影响我们对军事训练的态度。阴天虽然给人一种不太舒适的感觉，但是在军训中，我们应该始终保持饱满的精神状态，积极投入到训练当中。无论是展示出坚毅的军人形象，还是通过军训锻炼身体素质，都是我们大学生生活中重要而难忘的经历。

第二段：心境的变换

相对于晴天的阳光明媚，阴天给人一种压抑的感觉。这种心情其实并不适合军训。在阴天的军训中，我们要学会调整自己的心境，把负面情绪驱散。军训中艰苦的训练环境和体力消耗会让我们感到疲惫，但我们不能因此而放弃，要坚持到底。只有积极心态的调整，才能让我们在阴天的军训中收获更多。

### 第三段：锻炼意志力

大学军训是锻炼意志力的良机，尤其是在阴天的军训中更能考验我们的毅力。阴天的天气让人心情沮丧，但正是在这样的环境下，我们的意志力得到了锻炼。无论是徒手攀爬障碍，还是长时间的军体拳训练，阴天并不能削弱我们的决心。只有坚定的意志和战胜艰难的毅力，才能使我们在军训中不断提高自己，达到更高的水平。

### 第四段：团队精神的培养

阴天的军训除了对个人意志力的考验，也是培养团队精神的良好机会。在军事训练中，团队合作是至关重要的。在阴雨的军训中，我们需要相互帮助，共同战胜困难。有时候一个人的能力可能会有所不足，但是通过团队的合作，我们可以共同克服困难，达到更好的训练效果。阴天的军训让大家更加意识到团队合作的重要性，培养了我们的团队精神。

### 第五段：提升自我

无论是晴天还是阴天的军训，对我们来说都是一个提升自我的机会。在阴天的军训中，通过抵抗恶劣天气的困扰，我们能够更好地理解自己的潜力和能力。军事训练不仅能够锻炼我们的体力，还能够培养我们的意志力和坚韧精神。在军训中，我们发现自己能够做到比想象中更好，能够超越自我，这种成长的感觉是无法用言语来形容的。

军训心得体会大学阴天的军事训练让我们在阴天中感受到了阳光般的成长，意志力的锻炼使我们更加坚强，与团队合作增强了我们的凝聚力，而每一次的挑战都是我们提升自我的机会。正是因为阴天的军事训练让我们更好地认识了自己的潜力和能力，也使我们的大学生活更加丰富多彩。无论是阴天还是晴天，军训都将始终是我们大学生活中不可磨灭的一段记忆。

# 大学军训心得体会篇十

## 第一段：军训即将开始

大学军训，是每位大学新生走入大学校园的重要第一步。经历了高考的劳累与焦虑，新生们在大学里将踏上一段新的旅程。军训，给大学新生带来了新的挑战 and 机遇。刚刚步入大学校园的我们，备受期待和压力。军训是我们走入大学校园的首个阶段，也是我们逐渐成长的第一步。虽然有些人对军训抱有不同的看法，但对于我来说，军训是一段值得珍藏的宝贵经历。

## 第二段：坚强团结的集体意识

进入大学校园不久，我发现军训具有一种神奇的力量，它将我们一个个陌生的个体紧密地联系在一起。在军训中，每一个人都必须遵守纪律，不分年级和专业，在同样的训练场上，同样受到同样的要求和规定。在这个集体中，我们彼此扶持，互相鼓励。我们一起度过了汗水和痛苦，一起经历了困难和挫折，更建立了真挚的友谊。这样的集体经历，让我深深地感受到了团结和合作的重要性，也培养了我的团队合作意识。

## 第三段：严格要求的纪律意识

在军训中，我们严格遵守着军事纪律。规范的动作、服从的口令、端正的站姿，将我们从过去的自由状态中拽了回来。军训中的严格要求督促我们养成了良好的生活习惯和行为规范。军训中，我养成了按时起床、按时解除和按时熄灯的习惯。在纪律的约束下，我的自律意识逐渐增强，自己也变得更加按部就班。

## 第四段：勇敢面对困难的拼搏精神

军训是一场严苛的体力与意志的考验。在高强度的体能训练

中，我们的身体经受着剧烈的疼痛和力量的消耗。起初，我感到吃不消，疲惫不堪。但我坚守着，不断给自己打气，勇敢面对困难。我告诉自己：只有勇往直前，才能突破自己的极限。在亲身感受到军训的艰辛之后，我逐渐享受到了自己的成长和进步。我越来越勇敢，越来越坚韧，越来越不畏困难。

## 第五段：宝贵经历与人生启示

军训给我的是一种宝贵的经历与人生启示。军训让我学会了坚韧与勇敢，学会了忍耐与拼搏。军训不仅是我们锻炼身体的一种方式，更是塑造我们性格的机会。通过军训，我更加明确了目标和方向。我意识到：只有不断奋斗，才能追求自己的梦想。在军训中，我也结交了许多志同道合的朋友，我们相互鼓励着，彼此激励着。这些都是我宝贵的财富。

总之，大学军训是一段难忘的经历，它塑造了我良好的军事纪律意识，培养了我的团队合作精神，锤炼了我的意志品质。军训是一堂生动的人生课堂，它不仅让我们学会了如何坚强面对困难，更让我们懂得了珍惜友谊与团结的重要性。长大后，当我回想起大学军训时，我将会骄傲地说：那是我人生中最重要的一段经历。

## 大学军训心得体会篇十一

连长是强调纪律的，这一点我很喜欢，所谓无规矩不成方圆，知道什么时候该做什么事，但训练就要认真训练，该玩就认真玩，这个道理是适用一生的，在此十分感谢我的连长，加深了我对此的理解，同时也在逼迫我规范自己的行为，过了近三个月的暑假，整个人都变得懒散了，来军训规范一下也挺好的，只是太累了，不怎么习惯。

再说说四排长吧，刚退役，年轻人嘛，性格挺好的，有耐心，懂得鼓励人，即便我们做得不好，也会说挺好的，这样我们

心里也是舒服的，训练会更加认真，虽然短时间内效果不怎么样，但会对以后的日子产生巨大的影响，这也是教育心理学的一个规律吧。

教官们性格不一，方法也不一，可目的是一样的，让我们的训练达到标准或者更好。

当然，连长强调的纪律不只是军训，在于平常生活，在于如何做人。

感谢，训练在于做人，而不是为了应付最后的表演。

## 大学军训心得体会篇十二

### 第一段：引言

大学生活是一个全新的开始，而军训则是我们适应这个新环境、培养纪律意识和团队合作精神的重要过程。在这一过程中，阴天的天气给我们带来了不少的挑战和机遇。以下将从体力锻炼、心理调整、团队合作、自律养成和思考成长等方面谈谈在大学阴天军训中的一些思考和收获。

### 第二段：体力锻炼与心理调整

阴天的天气使得军训时的体力训练变得更加困难。尤其是在晨跑的时候，寒冷的天气给我们的身体带来了很大的不适。然而，正是在这种困难的环境下，我们需要更加努力地锻炼自己的体力，以提高自己的抗寒能力。与此同时，阴天的天气也给我们一个锻炼心理素质的机会。我们需要调整好自己的心态，不被寒冷的天气所影响，坚持军训的任务并做到最好。通过锻炼体力和心理的双重努力，我们不仅能够更好地适应大学生活，也能够更好地应对将来的工作与生活中的一些困难。

### 第三段：团队合作与自律养成

阴天的天气使得军训中的一些活动和训练变得更加艰难，这时候团队的力量就显得尤为重要。在集体操练和队列行进时，每个人的动作都需要准确无误地与队友协调一致，而这对于团队合作和默契的要求更高。与此同时，自律也成为了大家必须养成的良好品质。在阴天的军训中，我们不得不更加自觉地遵守纪律，严格要求自己，确保整个团队的行动有序。通过团队合作和自律的培养，我们不仅能够学会与他人协作，也能够更好地遵守规则和约束，这对我们今后的生活和工作都非常重要。

### 第四段：思考成长与打破局限

阴天的天气常常会让训练过程中的心情变得低落，容易产生怨天尤人的消极情绪。然而，我们需要意识到不论是天气好坏，任务是不会改变的。正是在这种艰难的环境下，我们有机会思考和成长。我们可以学会积极思考，改变自己的固有思维和局限，用积极阳光的心态面对一切。同时，阴天的军训也让我们更加明白了自己的优势和不足之处，从而对个人的发展和成长有着更加清晰的认识。

### 第五段：总结与展望

大学阴天的军训不仅是体力的锻炼，更是心理素质和团队合作的磨砺。通过体力锻炼与心理调整，我们能够更好地适应大学生活；通过团队合作与自律养成，我们能够更好地应对将来的工作与生活；通过思考成长与打破局限，我们能够更好地认识和发展自己。因此，我们要珍惜大学阴天军训给我们带来的机会，勇敢面对困难，坚持努力，实现自己的成长与发展。同时，也希望将来的大学生们能够从阴天的军训中找到属于自己的收获，并坚持将这种思考和认识运用到自己的未来中去。



## 大学军训心得体会篇十三

大学军训是新生入学的第一课，是一堂综合素质的提高课。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。这一次的军训有着更特殊的意义，通过军训，我们进一步强化了国防意识，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，增进了师生之间的了解和情感的沟通，为较快地形成一种积极向上的良好班风和班级凝聚力奠定了基础。

这次军训得到了学校的高度重视，学校制订了严密的活动方案，组织有序，分工合理；学校领导经常到场关心指导工作；提供了矿泉水，让中途休息的同学随时有水喝；医务室全天开放，随时做好医疗服务保障。全体班主任全程跟班，兢兢业业，一丝不苟，全身心投入，与同学们同甘共苦。这些，都是本次军训顺利开展并取得成功的有力保证。

十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，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的理想。经过十天的训练，我们相信，这十天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，挥之不去，我们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，贯彻到我们的整个人生。

我会珍惜这次军训的经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，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良好品德和作风带到我们今后的学习中去，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，脚踏实地地学会学习、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。

同学们，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，我们一定会珍惜这十天的宝贵时间，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良好的思想基础。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！

## 大学军训心得体会篇十四

军训，作为大学生生活里的一部分，给我留下了深刻的印象。通过这段艰苦的军训经历，我收获了很多，不仅锻炼了身体，还培养了坚韧不拔的意志和团队合作精神。在这次军训中，我体会到了军人的铁血情怀和严谨作风，也学到了许多宝贵的人生经验。

首先，军训让我明白了健康的重要性。军训期间，每天早上起床后的晨跑、队列训练和各种体能训练，让我切身体验到了身体的疲惫和力量的消耗。在这个过程中，我深刻认识到只有保持良好的身体素质，才能更好地适应学习和生活的需要。因此，在军训结束后，我更加注重锻炼身体，积极参加各种体育活动，以保持身体的健康和活力。

其次，与队友们的相互扶持和团结合作是我在军训中最深刻

的体会。在队列训练和教官的训练中，我们必须互相帮助、互相支持，才能完成任务。有一次，在实行课目训练时，我的队友出现了问题，他摔倒在地，满头都是汗水，呼吸急促，眼神无助。我立刻停下手中的行动，伸手去扶他，并鼓励他不要放弃。最终，我们共同完成了任务。这让我明白了团队合作的重要性，一个人的力量是有限的，只有和队友们团结一致，才能取得更大的成就。

军训还让我理解了军人的铁血情怀和严谨作风。在军训期间，我们遵守纪律，服从命令，严格要求自己。在教官的带领下，我们学习了军姿、队列等基本军事训练，并且每天进行体能训练，保持良好的身体素质。这种严格的训练要求，让我瞬间感受到了军人的辛苦和坚持，也体会到了军事纪律的重要性。军人的铁血情怀和严谨作风是我们应该学习的榜样，它们能够塑造出一种坚强、刚毅的精神风貌。

最后，军训让我学到了宝贵的人生经验。在军训过程中，我遇到了许多困难，尤其是体能训练时的疲惫和紧张，但我并没有放弃，而是不断挑战自我，努力克服困难。通过这段经历，我懂得了困难是我们成长的良机，只有不怕困难，才能取得成功。同时，军训还锻炼了我的意志力和毅力，让我具备了战胜一切困难的信心和勇气。

总而言之，军训是一段艰苦却充实的经历，给我留下了深刻的印象。通过军训，我懂得了身体健康的重要性，学到了团队合作的重要性，领悟到了军人的铁血情怀和严谨作风，并获得了宝贵的人生经验。这段经历不仅让我变得更加坚强和自信，也为我今后的发展打下了良好的基础。我深信，在未来的人生道路上，这次军训的经历将成为我不断前行的力量和动力。

## 大学军训心得体会篇十五

大学是一个人步入成年的重要阶段，而作为大学生的第一课

就是面对军训。军训不仅仅是锻炼体魄，更是磨砺意志。在此期间，我收获颇多，并形成了自己独特的体会。以下是我对军训的心得体会。

首先，军训让我深刻认识到团队合作的重要性。在军训中，我们被分成了不同的班级和连队，要完成一系列有挑战性的任务。这要求我们相互配合，相互依靠，只有紧密协作才能顺利完成。通过这样的训练，我明白了一个人的力量是有限的，只有凝聚众人之力，才能取得最好的效果。团队合作不仅能够提高工作效率，还能够培养团队精神，增强集体荣誉感。

其次，军训让我充分认识到坚持不懈的重要性。在三个小时的训练中，我们需要完成各种动作和动作组合。这需要我们不断地重复练习，直至熟练掌握。有时候，我会感到疲惫和无力，但我知道只有坚持下去，才能取得进步。正是因为坚持不懈，我最终掌握了军姿和军礼，并在表演中取得了优异的成绩。坚持不懈是成功的关键，不管遇到什么困难，只要放弃坚持，就没有不可能的事情。

另外，军训让我了解到自律的重要性。作为大学生，我们需要学会管理自己的时间和行为。在军训中，我们必须准时起床，按时参加晨跑，严格遵守纪律。这不仅需要个人的自觉性，还需要自律。通过军训，我明白了自律可以让人有效地利用时间，养成良好的生活习惯。这将对我未来的学业和工作产生积极的影响。

此外，军训让我体会到了体力和意志的重要性。军训的训练强度较大，需要我们具备较高的体力水平。同时，在长时间的晨跑和体能训练中，我们也需要坚定的意志力来支持自己坚持下去。通过这一过程，我意识到体力和意志力是相互促进的，只有有强健的体魄和坚定的意志，才能在人生的道路上越走越远。

最后，军训让我明白了自我超越的重要性。每个人都有潜力，只是很少有人愿意主动去挖掘和发展。在军训中，我们接受了各种训练和考验，虽然有时候很艰苦，但是正是这些让我们发现了自己的潜力和能力。只有不断地超越自我，才能不断成长。

总而言之，军训是锻造人格和意志的极好机会。通过军训，我不仅增强了团队合作意识，坚持不懈的精神，自律性格，体力与意志力等各个方面，更让我认识到只有不断超越自我，才能更好地适应社会的发展和挑战。军训虽然辛苦，但它对我来说是一次宝贵的经历，值得珍藏和回味。

## 大学军训心得体会篇十六

军训刚过去两天多。通过军训，我们的生活井然有序，我们独立坚韧的性格得到了培养。一切靠自己。

军训的`生活对我们这些习惯于生活在感官世界的人来说是心灵的洗涤和净化。是磨练坚强意志的宝贵机会，是亲近祖国卫士的亲身体验，是思想道德的升华。

军训生活虽然短暂，却实现了我的“青钢”梦。我们很自豪也很自豪能穿着迷彩服在训练场上练习。

营地生活是我们美好生活的又一次绽放！

## 大学军训心得体会篇十七

意志需千锤百炼，成功由失败铺垫，军训是汗水的浇灌，军训是大学的开端。在号角中我们的军训开始了，在教官的严厉目光中进行了。

我们来到军训的第一天就被告知要参加军训，带着别样的心情开始了军训我们大学生和教官组成了军训的阵容。我们按

照专业按照系分成好多个训练队伍，每一个队伍都配有一个教官。

经过了几天的军训，疲惫已经让我抬不起手，每次军训结束的第一件事就是休息，就像要好好的睡一觉，每天都是这样子，我感觉军训又苦又涩，让人难以下咽，总是让自己感到非常难受，军训中教官也非常严厉，不会对任何人客气，也不会做任何解释，只要做的不好让教官发现，就是惩罚，这让我知道了这不是儿戏，这是军训，严格的训练要求，严酷的训练不是让我们来抱怨也不是让我们来享受的，是让我们明白自己有几斤几两，知道轻重。

在军训的时候我也抱怨过，为什么要参加军训，事实上当高考结束的时候我们都放松了，都没有以前那样努力，学会了偷懒，养成了一些坏习惯，这对大学生生活来说不是好事，我来到大学是来学习，是来深造的，不是玩乐的，需要好好学习学习才是，军训让我知道了生活的不容易，也让我知道了学习是一条披荆斩棘的道路，我们的路还有很长，远远没有到达终点，还需要继续努力还需要不断奋斗，才能够闯出一片天地。军训结束了，大学才开始，在军训期间学的是为了在大学学习中更好的学习，而不是浪费时间在其他上，战斗永不停息，真正的战斗才开始，我们的战场才打开一角。

很多时候感到自己很脆弱因为离别是伤感的，因为分别是难免的，但是还是忍不住难过，时间不会停下脚步，回忆却可以永远铭记，我会一直记住军训中所学，无论以后学习，还是生活我都会去做一个坚强的人。

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，还培养了我们吃苦耐劳的精神，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！

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。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，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它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

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，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受。

## 大学军训心得体会篇十八

作为一名大学生，军训对我来说是一种全新的体验。当初听到军训的消息，虽然有些顾虑和担心，但更多的是充满着期待和激动。经历了报到、分队、分组等一系列程序后，我们开始了为期两周的军训生活。刚开始的时候，我对军训的严格要求和全面锻炼感到有些吃不消，但随着时间的推移，我逐渐适应了军事化管理的环境。

### 第二段：团队协作和纪律意识的培养

在军训期间，团队协作和纪律意识的培养是我获得最大收获之一。在分队分组后，我们需要相互配合，共同完成各项训练任务。而在军训中，纪律是最基本的要求，任何一丝的松懈都会受到处分。通过不断的训练和要求，我逐渐养成了服从指挥、严格要求自己的习惯，这对我今后的学习和生活都大有裨益。

### 第三段：身体素质的提高和意志力的锻炼

在军训期间，我们需要进行长时间的体能训练，如晨跑、壁立、俯卧撑等。这些训练对我们的身体素质提出了很高的要求，但也帮助我们提高了抵抗力和耐力。通过坚持不懈的锻炼，我的体力得到了明显的提升。同时，军训也是一种对意志力的考验。在高强度的训练和疲劳的状态下，我学会了坚持和坚强，这对我以后的学习和生活都是十分重要的品质。

### 第四段：人际交往和沟通能力的加强



军训期间，除了在队伍中的衔尾关系，我们还需要与其他队伍和官兵相互合作。这时，我们需要发挥出自己的团队合作能力和良好的沟通能力。通过和队友的交流和合作，我学到了如何更好地与人相处，学会了倾听和包容，提高了我的人际交往能力。

### 第五段：对军人辛苦付出的敬意和追求卓越的决心

军训期间，我们只是真正军人生活的一个缩影，我们所感受到的辛苦和训练只是他们日常生活的一小部分。通过这两周的军训，我对军人的辛苦付出有了更深刻的体会，也对他们的精神风貌有了更深刻的认识。作为一名大学生，我深感肩上的责任和使命，我决心以军人的标准要求自已，追求卓越，为国家的建设和人民的幸福贡献自己的力量。

总结：通过这次大学军训，我不仅锻炼了身体，还培养了团队协作和纪律意识，提高了个人意志力和沟通能力。我深感军人的辛苦和付出，决心追求卓越，为建设美好祖国贡献自己的力量。军训是我大学生生活中一段宝贵的经历，我将铭记于心，不断努力，做一个有担当、有作为的人。

## 大学军训心得体会篇十九

人们总是钦佩一朵成功的花的辉煌。然而，它的蓓蕾却被奋斗的汗水浸透，洒满了牺牲的`血雨。

成功的背后总有说不尽的悲伤。回顾这些日子，我们付出了很多。我们每天都要按时集合，进行紧张有序的训练，日程排得满满的。别人晚上不需要训练的时候，我们还是要往前踢，往前走一步。教官认真教我们每一个严谨规范的动作。我们也以开放的心态和认真的态度学习。当导师说我们在这里做得不好，在那里做得不好的时候，我们也在耐心地改变，耐心地磨练自己。紧张而严肃的训练让我们疲惫而气喘吁吁，但此刻我喜欢快乐。我们看到了训练后成功的喜悦，看到了

成长的自己，看到了一个相互联系又团结的群体。

## 大学军训心得体会篇二十

军训是每个大学生必上的一课，作为新时代的天之骄子，我们负担着振兴祖国的大业，只有拥有强健的体魄，坚强的意志，严格的纪律才能出色完成这一任务。通过x天的军训同学们锻炼了自己的意志品质，提高了组织纪律性，实现了思想上的转变。

这x天对我来说就像是几个世纪一样的难熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”我的思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去抗，又有好多的义务等我们去尽。大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不健康的。

军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样：“还硬比钢还强”。在我们军训中我们军人、学生一家人，了解不少的军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任，苦中的乐。

军训已过去x天，快接近尾声了，这x天中我的感触很深。感觉到我比以前坚强多了，总觉得自己全身都是力量，叠被子是我在军训前几天中觉得最难的，因为以前没有叠好过被子，叠起来就头大，怎么也叠不好，尽管教官一而再的教，可我还是叠不好，使我都觉得我没有这方面的天赋，呵呵，经过不懈的努力，我最终还是叠了，军训中还有很多很多的感

慨，它们都会影响我的一生。

大学生军训结束心得

大学生军训心得【精】

【精】大学生军训心得

大学军训心得700字

大学生军训心得【推荐】

【荐】大学生军训心得

【推荐】大学生军训心得