

2023年大一军训心得体会感悟与收获 大一军训的收获和感悟(实用8篇)

读书心得是我们对书籍中文字和句子的感悟和体会，是对作者思想和艺术表达的理解和探索。工作心得：如何处理工作中的人际关系

大一军训心得体会感悟与收获篇一

记得刚刚去军训时，心中充满了激动。对那里的一切都很好奇，我们的教官姓李，他人很好，但是脾气特暴躁。感谢这一点，消灭我们身上的锐气与不懂事。

在这x天中，我们在烈日下站军姿，一次次完成教官要求我们完成的动作，我们的皮肤被晒的黝黑，汗水顽皮的在我们的身上奔跑着，我们累了，就很想睡觉，但是没有到时间，于是那段时间非常难过，不过，正因为这样，我们班的同学就会拼命的完成动作，在那时，一种集体荣誉感便油然而生。

回忆过去几天，有辛苦有快乐，有紧张有轻松。生活充满了滋味，教官有时像魔鬼，有时想天使，但我依然喜欢他，是他教会我要坚持，不要放弃，说真的，在几次我的体力到达极限后，我有了放弃的念头，但是教官的话让我坚持下去，几次超越了身理的极限，这都让我很开始。

军训，是一项团体作业，要每位同学用汗水与心去完成，我觉得我们班的同学身上的阳刚之气令人震惊，在总教官的训斥下，我们认真的完成他的话语：1、服从，2、绝对服从，3、完全服从。这几过简单的话贯穿了军队的`军魂。让同学们凭命练习，正如：掉血掉汗不掉泪，掉皮掉肉不掉队。

正如孟子所曰：故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，曾益其所不能。人恒过，然后能改。困于心，衡于虑，而后作。”

军训是一次很好的经历，它让我了解到军人的艰辛，同学的顽强，生活的快乐，在此我要感谢我的学校给了我们这么一次军训，让我在这几天得到了一笔宝贵的财富。

大一军训心得体会感悟与收获篇二

时光飞逝，高考结束，进入人生新的阶段，来到大学，大学第一课便是军训。初入大学的我们对军训即有期待又有彷徨。军训开始后，教官的严谨认真，学生的配合默契，让我们心里突然安定下来，大学的军训就这样拉开了帷幕。

军训，我们不是一个人，不仅仅代表的是自己，而是一个团队，只有团结拼搏，才能严于律己，在队伍中发挥力量，勇攀高峰。军训是每个大学生必上的一课，作为新时代的新青年们，我们肩上担着沉甸甸的担子，只有拥有强健的体魄，坚强的意志，严格的纪律，才能圆满完成军训这一任务。

在短短三天的军训后，我有了以下这些发自内心的感言：青春，是丰富多彩的，青春也是朝气蓬勃的；军训折射出来的就是青春的光芒，在任何情况下都要迎难而上，军训还在继续，这是大学生生活中的一堂必修课，要我们懂得坚持才能有巨大的力量，在未来的道路上才能走的更加坚定。

军训，真的让我学会了很多，同时还增进了同学之间的感情，让彼此不熟悉的人相知，让我们团结有了集体荣誉感，让我知道生活该怎样去面对，让我明白坚持的意义！

大一军训心得体会感悟与收获篇三

最痛苦是军姿站立，就站在太阳底下，站着跟一个木头桩子一样，一动也不动，教官说，就是蚊子要你们也不能动。

军训期间的我们每天都腰酸背痛，怨声载道。走路的姿势是僵直的，因为害怕不小心动到神经，会更痛，但训练是就不得不教官说哪样走了，好悲惨的说。

有一次，同学们把年轻气盛的教官惹火了，我们便被罚迈着重脚，踩着正步走了400米长的操场4圈。完事后，脚几乎不能走路。同志们这是血的教训，它告诉我们最好不要把教官惹火了，不然最痛苦的会是我们。这天晚上，同学们躺在床上骂教官变态。

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，浸湿了帽子与衣领；我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；我记得，严厉的教头一遍一遍让我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安.....这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的纰漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：模拟考一直都在640以上没掉过；必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多。军训，是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人！是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的标兵！

军训是我上高中的第一课，我以前听说过不少关于军训的可怖传言，比如军训是多么的苦，教官是多么的严，条件是多么的差，还有就是无处不在的被神化了的蚊子。

当我揣着一颗忐忑不安的心走进军训基地时，却发现一切并没有象听到的那么糟糕。军训的确十分苦，但是苦中有乐；教官的确是十分的严，但却并非毫无人性；虽然是16个人一个大寝室，但却生活得其乐融融。只有那无处不在的蚊子却让我的军训生活心有余悸。

在军训的第三天，我病了，但是我并未因此而倒下，来自同学的照顾，老师的关怀，让我倍感温暖，也让我学会了坚强，无论有什么困难，坚持到底就是胜利！

为了我的健康成长，无论什么时候，父母都不会对我弃之不顾，不会让我吃不饱穿不暖，他们总是为我默默奉献。在军训基地，我尝试一个人洗碗，洗衣服时，深深感到父母的不易，刺骨的水，难除的油渍无，论做哪一件，我都会汗如雨下，可父母每天都是重复着相同的劳动却从未抱怨过水冷油腻，一直为我默默做着这一切，8天的军训生活使我更加懂得要感恩父母，孝敬父母。

8天脱离父母的照顾，使我渐渐的独立起来。自己洗衣，收拾床，自己的事自己独立承担。虽然脱离父母的照顾做这些事很困难，但是这么做对我却十分的有意义，培养了我的独立自主的意识，对我的成长大大的有益。

在这八天的军训中，要说收获最大的，要数最后几天踢正步了。我当真的体会到了团队的重要，团结的效果。一支纪律散乱的军队即使有再优秀的将军，也不会敌过一支纪律严明团结的军队，人心齐泰山移。在一个团队中不会由于一个人的优秀而优秀，必须是每一个人都十分优秀，才能使这个团队凝聚在一起。踢正步时，一个人踢好没有用，大家都踢好才可以，必须每一个人都尽力才能踢得齐，踢得有力。

大一军训心得体会感悟与收获篇四

这个20_年我进入了大学，将要迎接军训了，这是我入大学后的第一堂课，很是珍贵，不仅让我变得更加坚强，更让我明白青春只有经历过苦，才能更珍惜当下拥有的一切。

军训是一场对心性和人格的训练，在这次大学的军训中，我体验到了军人的生活，懂得吃苦过后，对于苦难就没有那么难接受了。这场军训的历练，对我来说是一段很特别的经历。大学的军训不像初高中那么简单，就拿站军姿来说，都是半个小时以上，腿不站到麻，是不会喊停的，整个身体都是紧绷着的，又是站在操场上迎着热烈的阳光而站，不得不说辛苦。每天在教官的严格管理下，我的很多坏习惯都被改掉了，作为一个高个子男生，背很容易驼，但是经过了军训后，我发现自己的背都直了，体质也更加强了。军训流过的汗水都不知道有多少，又是站在太阳下，所以衣服裤子都是湿了又干了，真的有很深的体会呢。

成为一名大学生，我觉得很骄傲，再有军训，大学对我而言就变得不一样了，我知道四年大学要经历的很多，期间肯定会遇到很多的困难，但是有了这次军训经历，我对大学未来四年的生活更多的是期待，是憧憬，我想现在的我努力坚持下来了，以后就算遇见很大的艰难，我也不会轻易喊苦了。对于军训，开始或许是害怕的，是不喜欢的，毕竟之前的自己是个很怕苦的人，也是个很懒惰的人，但是当军训真正到来的时候，我却发现自己神奇般的变得坚强了，竟然在这大半月的军训中获得了成功。果然人的毅力不是一般的强，对于前期害怕的自己，真是一次不小的改变呢。

大学军训已经要结束了，心中是不舍，是满满的回忆，再回想这段日子的经历，心中对军训是感激，对同学也是感激，尤其是教官，教会了我很多，让我对自己有清晰的认知，让我成长了，真正的踏上了大学的路途，即使前方有坎坷，我也不会退缩。对未来的人生，我变得勇敢起来了。从军训中

体验到很多不一样的事情，对我向前提供了强大的动力。军训，成就更好的我，我会把这段经历深深的放在我的心里，让它不断的督促我前进，让这大学生活更加有意义起来。

大一军训心得体会感悟与收获篇五

十天高中军训伴随着开学典礼的举行而结束了，但它带给我们的不仅仅是回忆，而是磨练，是意志，是坚持。十天，一段并不长的时间里我们经历了绵绵细雨，经历了烈日骄阳；经历了严苛教导，经历了温柔关切；经历了汗水泪水，经历了欢声笑语……这一幕幕画面在我的脑海里闪现，那样清晰，那样刻骨铭心。

军训带给我们的不仅仅是对教官的尊重，还有与同学进一步的相知。军训是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流经验，让我们的方阵走得更加整齐。在军训的过程中也难免会有同学坚持不住，这时便会有身边人的扶持与帮助，没有刻意的要求，没有虚情假意的作秀，只是不动声色的爱护着身边的每一位同学，从当初刚见到时的冷淡处之到后来热情问好，这段情感的转变离不开军训带给我的帮助，正是因为军训我们每个人懂得帮助他人，正是因为军训我们心存感激。

我们来自五湖四海，我们有着不同的经历、不同的兴趣爱好和思想观念，但是我们共处二十三排这个集体中，我们有着共同的理想，是集体把我们牢牢地拴在一起。

从军训第一天开始，我们不再是个人，我们的一举一动都代表着集体，我们必须有强烈的集体荣誉感。一个人优秀不是优秀，集体优秀才是真正的优秀。军训生活把集体荣誉感刻进了我的骨子里，在以后的高中学习和生活中，我会铭记维护集体的荣誉。

除此之外，因为军训我们学到更多的便是对自己的历练。因为军训，我们在生活中能够更加自立；因为军训，我们在做事时能够更加坚毅；因为军训，我们在学习中能够更加专注；因为军训，我们在为人时能够更加诚信……也许时光已经定格，但军训所带给我们的却已深深地埋藏在我们的一言一行。那段有汗有泪的日子一去不复返，但我们学到的会伴随我们一辈子。

在未来的日子里，我不能再做一朵温室里的小花，我要做一颗参天大树，茁壮地成长！为祖国的未来作出应有的贡献。我会勇敢而坚定在自己的人生道路上前行的。

军训磨练了我的意志，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与秋冬。

大一军训心得体会感悟与收获篇六

秋天，天高气爽，咱们迎来了大一新的学期，军训的第一天对咱们来说是最难过的一天。

咱们是下午军训，在第一次军训的时分，教官要求咱们站军姿，咱们过了一个懈怠假日，一瞬间又让咱们军训，还真有些不管束呢。咱们一开端先练稍息、立正，咱们立正的姿态是不正确的，有确实脚没有打开60度角，有的眼睛总是偷工减料，有的背是驮这的，咱们居然连手都是天然下垂的。第一次站军姿没站一瞬间就累了，尽管咱们没站多长时间，可是却热的头上直冒汗。可是经过这几天的练习，咱们站的时刻越来越长了。有时还可以在火热的太阳光下站上几分钟呢。

有一次咱们正在站军姿，一提汗从我的脑门滚下来，弄得我耳朵前很痒，我真想用手去抓，可是我忍住了，由于我知道站军姿的时分不能乱动，我还发现我的手没有扣紧所以我立刻扣紧了。到了这个时分就练习咱们毅力的时分。

当咱们累了的时分教官也会让咱们坐下歇息，可是没想到坐下也有规则，歇息之后咱们又开端练习了，这回练习起立、坐下。刚开端咱们有的同学坐下的时分，脚一瞬间往前一滑，就躺在地上了，教官要求咱们：坐下的时分先快速的蹲下，然后用右手撑住地，最终再坐下。用了这个办法咱们坐的公然规整多了！咱们又有前进了！

军操练习了咱们，也练习了咱们，每全国午咱们有两小时的练习，当练习结束今后我会热得头昏眼花，真想立刻躺在床上睡一觉，军训了这几天，才华咱们班在顽皮的男生，到了军训的时分都不得不听话，他们也都站的腰杆垂直的。

军训的第四天，咱们练习了明日的军训闭营典礼，这个练习占用了上午和下午的全部练习和上课的时刻，为的才华给明日前来观赏的退休老教师一个完美、规整的军训闭营典礼。咱们一瞬间站了好长时刻，一动都不能动！上午扮演给全校的领导、教师看，其他年级都扮演完了，就差咱们年级了，可是那时我审问腰酸背痛了，可是我想尽管这次是排演但也要做好！公然咱们的扮演博得了校领导和教师们的阵阵掌声。歇息了一正午，到了下午，咱们校园全部同学悉数在操场上练习，一站又是好长时刻排演总算完了，在回班的路上在我迈出第一条腿的时分，我感觉自己都快不会走路了！。

到了咱们展现军训学习效果的时分了，咱们个个精力焕发，动作共同，标语嘹亮每个同学就象换了一个人相同！不用说，这次的军训效果展现，教师对咱们的点评都十分高！

军训是苦的，收成却是甜的，这次的军训让我了解了：不阅历风雨，怎能见彩虹，这个道理。这才华军训的真实含义！

大一军训心得体会感悟与收获篇七

从图书馆门前挂起横幅“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的那刻起，进入大学的第一个也是我人生的最后一个军

训拉开了帷幕。

时间过得真快呀，转眼，军训已经接近尾声了，八号就要阅兵了，它将诉说着我们在校的军训生活已经结束。回想那短短不到的两周军训日子，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。

古人云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。军训真的是一个“苦其心志，劳其筋骨”的好机会。

每天早晨，五点多就要起床，这对于平时有赖床习惯的我们来说是有困难，可是大家还是准时起床来到训练场，大家对于军训的态度还是很严肃很端正的。毒辣的太阳，晒在皮肤上是干干的甚至有痛的感觉，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，太阳毒，比太阳更厉害的是我们不服输的精神。站军姿时，即使前脚掌已经很痛，没有教官的命令，我们丝毫都不动。定姿势时，胳膊很酸，不自主的颤抖，但是当教官说“后摆高一点”时，我们还是尽力将颤抖的胳膊向上抬起。坚定的毅力就是这样一点一点培养起来的。我相信经过这次军训的磨砺，我们将一改以往懒散的作风，真正像早上八点钟的太阳一样朝气蓬勃，活力四射。

其实军训的安排还是很人性化的，避过了太阳光最强烈的时间。中午的午睡时间也很充足。这让我们疲倦的身体得到了一定的缓解。除此之外，训练中途还有拉歌和学唱歌活动，能让我们放松心情。可以说是苦中有乐。嘹亮的军歌也是训练场上吸引人的一道风景。《响当当的连队呱呱叫的兵》

《当这一天真的来临》等，无一不体现出了战士们昂扬的精神风貌。我相信在唱这些歌时每个人的心里都会有一种激情，一种作为炎黄子孙的自豪。我们的教官是个好同志。他很有耐心，待人和蔼，宽容，深得大家的喜爱。在训练时，他对我们严格要求，同时又很有耐心，不会对我们发火。而且他

善于发现我们训练时做得好的地方，让我们对训练更有信心。休息时，他组织我们拉歌，或者聊天，训练场不时响起我们的欢笑声。教官差不多和我们一般大，所以我们之间可以很好的交流沟通。对我们说他并不只是一个教官。

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。军训让我们真正地体会到苦和累。但我们不抱怨，因为这是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一番寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

大一军训心得体会感悟与收获篇八

踏着艳阳，我走进了_x学院的大门，见到了亲切的辅导员，遇上了热情带路的学长，碰上了腼腆的室友，我的“大学生活”，正式的开始了！

但是，有过两次经历的我们也知道，无论是哪个阶段，在“一年级”开学的时候，都少不了一件必过的考验——军训！这真的让人感到头痛，面前是渴望已久的大学，但是挡在前面的却是“升学的猛虎”——军训。在知道有军训即将开始的时候，很多的同学都想着怎么去避开这场军训，想着逃避，想过着轻松的日子。但是刚见面不久的班主任一句话惊醒了我们：“都是大学生了，难道连军训都过不去吗？”是啊，我们现在已经不是中学生了，大家甚至在年龄上也都是成年人了，难道还要像小时候那样任性吗？想到这里，我实在是羞愧与之前逃避的想法。于是，带着对自己是成年人的觉悟，我们全班的同学都积极的参加了这场军训。

当军训经过了一半，过去每个人都在寝室里诉说这自己的苦，说今天有多累。但是渐渐的，说这样话的人也少了，没人再

说军姿好累这样的话了。并不是军训不再辛苦了，而是因为我们已经成年了，懂得了去忍受痛苦。

大学的军训时间非常的长，和过去一周多的军训比起来简直长到离谱！半个多月！20多天！这在一开始是让我们感到绝望的。但是尽管如此，我们也坚持在自己的位置，没有任何人说出要退出的话。遇上劳累，我们坚持！遇上困难，我们努力！军训中教官偶尔的玩笑似乎也成了最好的调节剂。在军训结束后，我回想起这些往事，我觉得，并不是我们的坚持让我们度过了军训的苦难。而是我们在不知不觉间，已经学会了去享受军训，享受这和同伴们一起努力的日子。那些和自己一起罚站的同学，一起晒太阳的老师，还有为了我们喊口号到嗓子嘶哑的教官……这些都构成了我们所期望的大学生活的一部分。我们在送走教官时留下的泪水和心中的不舍，就是这些最好的证明。

军训结束，我们将褪下的军服洗的干干净净，当穿上常服的我们再次站在了校园里，我们却有了完全不一样的感受。这不再是我们陌生的新学校了，这是我们熟悉的，我们了解的校园！我们已经真正的融入了这个校园中！原来，我真正的大学生活，现在才刚刚开始！