# 大学生军训心得体会（专业17篇）

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2025-04-09

*心得体会是对自身成长和进步的一种总结和回顾。在写总结时，我们可以借鉴一些优秀的范文和案例。写心得体会是对自己付出的一种回报，也是对自己成长轨迹的记录，更是对未来的展望和期许。大学生军训心得体会篇一军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑...*

心得体会是对自身成长和进步的一种总结和回顾。在写总结时，我们可以借鉴一些优秀的范文和案例。写心得体会是对自己付出的一种回报，也是对自己成长轨迹的记录，更是对未来的展望和期许。

**大学生军训心得体会篇一**

军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑和辛苦这两个概念。而伴随着军训日子一天天过去的经历中，我似乎又收获到了一些不一样的东西。

这个秋天的太阳比哪一年都热烈，即便校园内绿树成荫，却总也挡不住烈阳的照射。阳光不偏不倚地透过树叶洒在我们的脸庞，稚嫩的我们身着蓝色迷彩服，头戴蓝色帽子，整装待发，走着整齐的步伐，准备开始新的一天训练。

操场上是整齐一致的步伐，阵阵秋风拂过发梢，汗水顺着脸颊滴落，炽热的阳光烘烤着我们。在教官一遍又一遍的悉心教导下，我们从最开始站军姿摇摇晃晃到昂首挺胸，从蹲姿歪歪扭扭到坚直挺拔，从互不相识到团结一心。在这一训练过程中，我们被罚过，奖励过，痛苦过，也开心过，心中有着说不出的酸甜苦辣，有着道不尽的无可奈何，但却慢慢懂得了这就是人生最难得的体验。

这一次军训，让我懂得了何为“无规矩不成方圆”。教官教我们文明用语，礼仪礼貌，教我们整理内务，也许这对于他们而言并不难，但对于我们却不易。

于我而言，在这场军训中，艰苦难熬。许多连都在练踢正步，走齐步以及踏步，整齐划一，每个连的口号声一声比一声大。反观我们连，歪歪扭扭的齐步，劈里啪啦的正步，似乎我们连永远都走不齐。但是二营三连的同学们丝毫不松懈，不放弃，调整好队伍又重新训练起来。即使练到腿脚酸痛，喉咙喊破，我们连也从来不会低头，而是一直勇往直前。

**大学生军训心得体会篇二**

我们怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次“洗礼”完成半个月的\'大学军训；亲身体验一次军人生活的艰辛。增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格大学生。

一、校园b军训任务重，提高认识

大家都知道入校前参加军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课；它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感；它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的基础。

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城；只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚：无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗？还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗？那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神；还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中——“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历……我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀！军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中回荡，动人的旋律从口中有节律的蹦出陶醉着整个操场，回荡在每个角角落落，大家更是用震天的掌声，欢乐的笑语对“歌星”抱于衷心的感谢和真诚的祝福。

欢乐的笑声覆盖了训练的苦累，美好的祝福送给我们尊敬的老师，和辛勤的教官，留给自己是一份回味，一份责任一个个崭新的挑战，一种不懈的努力。

无论怎样的风浪，无论怎样的艰辛，只要我们拥有一种力量一种不屈不挠的精神，我坚信大家一定会步步高升，只要把这种精神贯穿于学习中，相互学习，共同进步，自觉遵守校规校纪，增强集体荣誉感，努力营造一个美好的环境，创造和谐校园做一名遵规守纪的文明的大学生，成一个对社会有用的人。

**大学生军训心得体会篇三**

拖着疲惫的脚步，听着嘹亮的军歌，这一天的军训结束了。

来自 fAnWeN.CHaZiDIan.cOM

军训无疑是一场人生的历练，我相信同学们和我一样，怀着对迷彩的崇拜，亲身体验一次军人生活的艰辛，品尝苦后的笑容，感受钢铁般的纪律。军训使我们走向人生迈上更高一层台阶，为我们为来的生活奠定了坚实的基础。

不同于前三天的军训，今天的天空晴空万里，阳光的加入使军训又增加了难度。一列列整齐的军姿吸引了全操场的目光，当我们快坚持不住时，教官们热情的鼓励，辛苦的重复每一个口令，耐心的示范每一个动作，纠正每一个错误，直到满意为止。这种敬业精神正是当代大学生所缺少的。当我们汗流浃背，快坚持不住时，耳边就又一次响着“军纪如铁，意志如钢，争雄夺冠，唯我四排”。这是我们排的口号，它激励着我们，坚持再坚持，它也告诉我们军人就是要永争第一。

当然军训的日子并不都是苦的，拉歌时。优美的歌声在空中回荡，动人的旋律陶醉整个操场。欢乐的笑声确实使我们短暂的忘掉训练的苦累，也留下了一份回味。

期待明天的到来，期待明天的军训。

**大学生军训心得体会篇四**

转眼间，大学军训就要来了。希望第一次军训印象和最后一次军训印象一致。正如广告语所说，“血汗不流泪，皮肉不掉队”。

军训前，我们收拾屋子。不穿的衣服收起来，不看的书收起来，多余的物品扔掉。在这些过程中，我得到了我对军训的第二个印象——付出与获得。留下的是不必要的东西，留下的是整洁有序的环境。如果你积累的东西太多，你就不知道哪些对你来说是重要的，哪些是次要的。只有当我们学会丢弃和放弃一些东西时，我们才能保留一些东西，甚至得到一些东西。很多人说，军训之后，我们都会被晒黑，变丑。是的，我们可能会暂时失去白皙的皮肤，但我们得到的是一颗比外表更重要的强大的心，不是吗？放弃一切，军训也是。

听师兄师姐说军训会很辛苦，但是军训的时候，大家一起唱歌一起训练，快乐又美好。由此，我得到了军训的第三个印象:累并快乐着。也许，军训结束后，我们都会怀念这苦中带甜的日子，会记得自己在烈日下挥汗如雨却坚持到最后，会记得自己和战友一起练功一起唱歌，会记得军训时陪伴我们的教官、导师、老师、同学。艰苦的训练，甜蜜的回忆。累并快乐的状态就是快乐。它告诉你，你已经过了充实的一生。这也告诉我，我的军事训练是充实而有意义的。

“流血流汗不流泪，掉皮不掉队”，放弃，累并快乐着，这三个是我对军训的印象。

大学生军训的收获与感悟(六)对于即将到来的军训，我的心里充满了迷茫。刚刚经历了一场疲劳，又要迎接挑战，真的不知所措。

军训可以说是一种训练，一种成长，一种希望。风雨无阻，他就是这样，通过历练和磨砺我们的意志，提升我们的素质，甚至升华我们的灵魂。铁血铮铮，满腔热血，书写诗酒岁月；温柔、侠义、勇敢，讴歌恢弘而又悠长的故事。虽然女生多，但不代表我们会比男同胞弱。很多情况下，女生都有害羞的倾向。

暂时享受军训前最后一个舒适的夜晚。蝉一直在嗡嗡叫，像在耳边呢喃。风很柔，还在呢喃。6月底，广州因近日持续降雨变得凉爽，夜晚也不算太闷。真希望军训的时候老天能对我们这么好。但是回过头来看，有时候可能是苦难让我们有了一点点的成就。正是这些艰辛，让我们在漫长的岁月中成长，也正是这些成长，让我们的人生注入了无尽的希望。虽然军训就像一场噩梦，一场有长有短的噩梦，总会给你带来一些意想不到的惊吓或“惊喜”，但也会让我们每个人的距离更近。我们一起欢笑一起战斗，一起经历风雨的考验，一起抬头相视一笑。

**大学生军训心得体会篇五**

军训很苦，苦到你觉得你似乎脱离了社会，苦到你觉得世界都变得灰暗；军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你会甘愿在这里受苦。

军训这几天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是服从命令就好，而是要把纪律放在心上，对自己所做的事情负责任；其次，在这几天里我感受到军人良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力。

军训是一个能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动，几天的军事训练过后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，但我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这些小小的苦痛单单与红军的二万五千里长征就是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，一定要努力锻炼。

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。军训不但锻炼了我们的意志品质，还增强了我们的爱国精神。在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾！

军训第一天，我记住了教官的一句话：“你们既然输在了起跑线上，就不能够再输在终点。”

这可以说正是我来到这个学校内心所一直在坚持的信仰。我来到了这个学校，不管这个学校是个什么样子，都应该对这片土地爱得深沉；都应该好好的学习知识，努力地培养自己各方面的能力，充分发挥自己的潜能。就算是不辜负自己的成长、不辜负自己的人生吧！

虽然我们没有去像北京、清华那样的名校，但我们只要忠实于自己的梦想，执着地去追求，是一样可以成功的。

高考的失败，真的算不了什么。看看当初的愈敏洪，高考也失败过，只不过经历了三次高考之后终于考入了北大。而马云就没有他那样幸运，考了三次才考上杭州师范。大家都知道，杭州师范和北大是不能比的，可是今天的愈敏洪虽然混得很不错，但是马云混得比他更牛，这是众所周知的事情。这说明了什么？说明我们没有必要在乎现在的结果，不管是好是坏，这都不是定局，人生是没有定局的，很多的事情不是早就注定的，只要我们肯流汗、肯吃苦、肯努力，那么我们的生命就会有无限可能。况且，我们正值青春年少，就更应该珍惜眼前的生活，让自己过得充实一点，让装满梦的心不会空虚。

大学了，我想我是不会随波逐流的，不管我在哪里，不管我是何种处境，我始终有我的方向。

我决不能输在终点！

**大学生军训心得体会篇六**

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，回收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!

军训使学生在思想认识上得到提高。学校的各种教育形式对学生综合素质的提高有着举足轻重的影响。多年的军训使我们看到,学生通过训练亲身体会到自己能在较优越的环境中学习和生活。正是他们所看到的军营里千千万万的军人在祖国需要的时刻,国家和人民的利益受到危害时,用自己的汗水、鲜血甚至生命铸造成坚不可摧的钢铁长城,保证着我们的和平、安宁和幸福生活。

军人的优良传统和作用是一笔完备的社会教育资源,大学生军事训练就借助人民军队的育人优势,对学生实施严格的军事训练,不但要使他们养成艰苦奋斗、吃苦耐劳的拼搏精神,还要培养学生具有强烈的集体感和竞争意识,树立正确的人生观、价值观和全心全意为人民服务的思想,在军训中,学生通过与军人在一起学习和训练,使一些学生开始从“自我”中解脱出来,获得了集体的力量和荣誉感。在训练中,为了集体荣誉可争个上下高低;生活上相互关心,相互帮助,进而增强了学生的集体观念。

过去部分学生认为:当兵没有价值,对人生价值存在模糊认识。通过军训,特别是学生亲身体验了军营的生活,耳濡目染,进一步看到了军人的那种忘我工作态度和刻苦的训练精神。故在高校中广泛开展以学生为主的军事训练,以爱国主义为核心的国防教育,使他们懂得全心全意为人民服务的宗旨,筑起国防观念的大堤,为建设中国特色的社会主义事业努力学习,是十分必要的。

尽管部分学生不愿参加艰苦、困难的活动,但通过军训,特别军训中的严格训练、严格管理,使他们相互激励、相互鞭策,逐步地克服、改掉了懒散和娇惯的毛病,充分意识到集体中组织纪律的重要性。

**大学生军训心得体会篇七**

我告别了那令我回味无穷母校，升入了这个绚丽多彩的中学，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。

**大学生军训心得体会篇八**

“起床了，快起床!”在室友们的催促下，我从梦中惊醒。我赶紧穿上衣服叠好被子洗刷完，和室友以最快的速度奔向集合场地。在湖南理工学院的军训就此拉开了序幕。

如果说大学是一本书，那么军训生活便是书中最美丽的彩页;如果大学是一台戏，那么军训生活便是戏中最精彩的一幕;如果大学是一幅画，那么军训生活便是画中最夺目的色彩。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的\'滋味。我之前认为是不可行的，它却考验了我，并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。

第一天的军姿站立，我只觉得时间已不是时间，纵然两腿发酸却挨得一身挺直。每次的坚持到底都会让我有超越自己的感受。军姿展现的是军人的风采，也展现出义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

军训就是在磨练我们的意志，锻炼我们的集体合作意识。自然，军训的过程必须伴随着气候的恶劣、精神的痛苦与煎熬，但人生就是一条荆棘的路，总要体验一些能够刻骨铭心的经历，体会一些感受。

常说，人生下来的第一件事就是哭没有笑。上帝也许是不公平的，但它给了我们公平的时间和大脑;它注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获。所以我们一定要不怕苦不怕累。正如农民种田一样，春天播种，经历辛苦劳作的过程之后才会在秋天有满满的收获。你努力了，你收获了，成功是属于你的别人夺不走，但如果你不努力，反而不会受到他人的赏识，也许就是苦一辈子。每个人都应该努力的付出，付出与回报是成正比，相辅相成的。军训虽苦，收获却也是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

军训完的第一天，大家感触颇多，但是大家的共鸣都是将军训坚持到底，决不放弃!

**大学生军训心得体会篇九**

烈日烤着大地，我们的衣服干湿，干湿，留下一圈又一圈的痕迹。汗水顺着我们的脸颊流下来，热气充满了我们的鼻子。君子站了30分钟，脚的刺痛越来越清晰。其他班的同学一个个摔倒了。摔倒，那会让你好受些。可是，我怎么会摔倒呢？我坚持了这么久。现在我已经倒下了。我之前的`努力不会白费。我还是站着别动。我相信我能做到。不能半途而废。只有坚持，你才能赢得最后的胜利。因害怕痛苦而倒下的是懦夫，能吃苦不怕累的是勇士。作为一个健康的大学生，我和同学都选择了后者作为勇士，并努力坚持下去。结果当然是巨大的胜利，赢得了教官和大家的认可和尊重。

随着时间的推移，我们逐渐融合，团结起来，形成了一个有凝聚力的群体。军训的日子苦而累，但我们勇敢无畏，毫不妥协。慢慢的，我们学会了分享，分享水的甘甜；分享身边发生的趣事；分享节日的喜悦；分享别人的烦恼和烦恼；分享思乡之情，不要做角落里的小花，要双手拥抱向日葵，无惧风雨，追求理想。

“报告”一次又一次提醒我们，我们已经长大了，我们应该承担起责任，公开诚实地做事，自由地生活。有家人保护一切的日子，是我们回不去的日子。只有自强不息，才能走自己的路。

**大学生军训心得体会篇十**

大一军训xx天，说短不短，因为辛苦过得很慢长；说长不长，因为觉得还是挺有味的。

大一军训总的来说是相当严格的，比初中、高中的军训要辛苦得多，空余时间也很充裕。

教官虽然一方面照会我们是大学生，普遍学习多，锻炼少，但军训还总是相当严格艰苦的，开始几天，光站军姿就要站上xx分钟，想不到“站如松”，一动不动竟是如此辛苦的，虽然脑里想起了白杨，古柏和那站岗的警察叔叔总是能扬起内心一片激情，但每每站到酸痛的时候，就发觉全身发抖，想起宿舍的舒服时候了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。

除了立正、踏步等一系列苦活，其实军训中还是穿插了很多有趣的事情的，如果说那些苦活是主旋律，那么这些事情就是有趣的伴奏了，使得整首军歌动听起来。

比如说我最应该说的就是由连长组织的大小休息，这是最有趣的事情，我可得要记下来、

全班同学当时都在一起唱军歌，说实在的，每次唱军歌都有点感同身受，想家了、想亲人了、当兵了、离家了、总让人觉得眼睛红红的，快要流出眼泪了。然后大家一起拉歌，喊着“1、2、3、4、5”的口号，大家别说喊得有多起劲了。

还要记下的一件事情就是教官发现了我这个迟钝的人，我有时反应总是慢人半拍，可能是以往上学时养成的坏习惯，不好啊！可是我都被捉出来了，教官可真细心啊，呵呵！所以我俯卧撑做得真不少，由排头兵变成要、躲在大队中间，让我改正了许多缺点，正如农民种田一样，经过一系列苦活，累活之后，这个秋天终于收成了。

还有最重要的一件事，那就是打靶，这可是我第一次扛起真枪，小时候想当警察，拿枪的愿望终于实现了，现在想起来当时真的很紧张，枪声原来是巨响的，心里有点怕，反正觉得震耳欲聋，感觉没什么瞄就射出去了，现在不禁有点遗憾！

xx天的军训生活就这么结束了，真的很累，但那是最另我难忘的军训，想想我们一生又能有几次军训呢，这应该是最后一次军训了吧，想到最后还是应该珍惜一下吧，回想一下，教官每天都管得好严，军训时每天的朝夕想处，到离别时就难受了，毕竟这是永久的离别啊，一生中都不会再见了，想到这还是有那么点残酷，想想这xx天是那么近，忽然就在你的人生中永远消失了，人生中的过客，我们每天都会遇到一些人，有好多都是这一生都不可能再见的人，想到这还是有那么点伤感的，教官说了声再见了同学们，就飞快的走了，永远的可能不再见了，人生中匆匆的过客。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。xx天的军训，对每个同学来说是多么的艰辛，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。

**大学生军训心得体会篇十一**

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。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。太阳晒在皮肤上是干干的，对学子们来说就更是受不了。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。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。这让我们这些娇生惯养的人有点支撑不住。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，我就是这样。

每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。晚上还要自习，反正军训时就别想穿干衣服。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，我们都特别的怀念那段生活。和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和教官在休息时聊天，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，真的很有意思，也很感人！老天还算挺帮忙的，这两天凉爽多了，同学们渐渐的也习惯了军训生活，你看，这正步踢得多好呀！这离不开边防站9位教官的.辛勤指导，也离不开7位临时班主任的全天候陪同。

有的时候，时间真的流逝得很慢，最起码，今天的我的确深有体会。

军训的苦也乐在其中。站在操场上的我，觉得自己很伟大，从未想过，自己也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢？在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天最好的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊！

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆！

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是公平的了。

一道刺眼的阳光开始了我们的军训生涯。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训打倒，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们也许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们现在倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。现在要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，仅此而已。

**大学生军训心得体会篇十二**

伴跟着军官们一声声响亮的标语声，操练场上一排排的方队规整地做着各种动作，我站在那里，置身在一群绿军的海洋中，领会着芳华的奋发向上与繁荣！

一抹绿色瞬间退去，正如潮落时，总有一种蓄势待发，喷薄欲出的激动，一抹抹回想冲击着我的心灵，但潮水终要退去，那抹绿色终要离去。

国泰民安晒黑了咱们的皮肤，却使咱们滚烫的心灵变得愈加刚强，汗水侵湿了咱们的衣襟，却留下了许许多多难以言表的东西。我信任每个参加过军训的同学，都会发生一种特别的爱情，没有更多的言语，由于再多的言语也表达不出咱们心里对军训深深的爱情。

从响亮的歌声中，咱们领会到联合的欢喜，从汹涌的歌声中，我领会到了猛进的欢喜。我喜爱拉歌竞赛上的气氛，我喜爱咱们围坐在一同发挥才艺，我敬服教官精深的拳法与后翻，我更喜爱教官操练时的严厉，时而更胜朋友的情结。

军训能够操练咱们的毅力，操练咱们的体质，添加咱们的决心，美化咱们的心灵。

从立正稍息开端，教官一丝不苟的给咱们纠正动作，尽管教官脸上往下流着汗珠，尽管教官的军服审问湿透，但他从来没有“违规”抬起手来擦过一把汗。尽管为了给咱们喊口令哑了喉咙，但不到中场歇息绝不喝水。教官的赞许以身演示给咱们树立了很好的典范。此时，咱们又多了一份仔细与耐性。

典范的大街是不穷的，我能坚持到最终，教官和战友的典范效果功不可没，我想真挚的对他们说一声谢谢。特别是教官的仔细教训最令我感动，他们诲人不倦地纠正一个个过错，严厉而不是粗鲁，关怀而不是放纵。

每逢教官和辅导员那种对我充满遗言的目光，使我对自己说：这点苦算什么？一定要顶住，我不能输给困难，我要坚持到最终。

在此次大学军训中我收成了许多，这些常识和阅历都将给咱们的将来铺下坚实的柱石。人生本才华一场戏，军训才华咱们人生名贵的领会吧！

在哪一同走过的当地，留下了咱们可贵的回想，在那值得回想的日子里，咱们穿戴宣称一武士的标准走过，这套宣称留下了多少咱们的汗水，每次提起都有不可磨灭的回想，教官的心爱与可敬在不经意间悄然感动着咱们，他们的支付都具有武士特有的气质，朴素，朴素，静静的。

军训是对自我的一种洗礼，是对自我的一种应战，是大学日子开端前的一次磨炼。军中绿花永久在炎炎的国泰民安下。

**大学生军训心得体会篇十三**

人的潜力真的是无限的不逼一下自己，不知道自己有多优秀。坚持下来，才知道自己是可以做得到的。回想起以前半途而废的事，总是在坚持的过程觉得自己做不到，然后放弃。铭记今天，记得坚持，每时每刻！总是说，总是写“坚持就是胜利”，真正实践过了才明白，高三以后，能坚持下来的事越来越少了。今天的训练唤醒了沉睡和麻木的自己。加油，记得坚持，别忘了你想要成为什么样的人，想要过什么样的生活。

连长说：“一遍做不好，做两遍，两遍做不好，做三遍，只要坚持，只会做得越来越好。”对，坚持，坚持看书，坚持写日记，坚持反省，坚持前进。

是日也，天朗气清，惠风和畅。正是军训好时光。军训与此等好天气的关系恰如贝斯与吉他般水乳交融，和谐动人。

既然有如此好天色，军训的操练自不会少。站军姿折磨人吗？答案因人而异吧，就我根本不会费精力想这等问题，因为情况不会变化。仿佛教官的严厉指导仍回荡在耳边：抬头，挺胸，眼光往高处看等等。虽然十分想让教官满意我的站姿，奈何双腿僵化如失去意识的的枯草，由不得我自由随意般控制。是否做到此即可称心满意？听闻东山省有一名山曰涂山，山有一女子仿佛古容仪，含愁带曙辉，寂然芳霭内，犹若夫归，久而久之，女子化身为石，在山峰眺望待夫归。今日思之，竟十分佩服女子的毅力。心里仅有一执念：为何能有化身为石的毅力？只是想站好军姿而已。

一步登天做不到，但一步一个脚印能做到；一鸣惊人不好做，但一股劲做好一件事可以做到；一下做到完美无缺不可能，但每次进步一点点有可能。

每次进步一点点，听起来似乎没有冲天的气魄，没有诱人的硕果，没有轰动的声势，可细细琢磨一下，这个却是在默默地创造一个料想不到的奇迹。

每次进步一点点，不是可望不可即，也不是可遇不可求。不停步，不放弃，持着一颗坚持不懈，争取不断进步的心，只要努力，就可以达到目标，创造出属于自己的奇迹。

军训中的站军姿，使人挺拔，增加人的力量感和定力感。站立谁都能站得来，可站军姿未必是每个人都能站得好。站立时间的长短对我们来说便是一种考验，从最初的十分钟逐渐延长为三十分钟，继而持续四十分钟，每坚持多一分钟便是进步一点的表现。心中有信念并付诸行动，积少成多，小进步便能成为大进步。

将目光放远，每次力争进步的思想在我们的生活中能起推动作用，终将是我们的一生厚重而充实。

军训--一种人生体验：战胜自我，锻炼意志的最佳良机，军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志，我满怀希望与信心的去拥抱，我向往已久的军训生活。

站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的精神，也给了我龙之传人的无穷毅力。不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里，歌声团结就是力量，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻，在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，都是将人的本性，热情，积极性展露出来，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

军训辛苦是不变的真理，然而有什么可怕的呢？我们正值青春年少，红日初开，其道大光河出伏流，一泻汪洋。我们应该或是必须拥有无畏的勇气和无限的毅力去战胜未来将会遇到的困难。军训真是为我们提供了磨炼这些品质的一个机会。

疼痛算得了什么，劳累又算得了什么？当多年以后，我们遇到了困难，经历了挫折，当我们拿出了勇气和毅力，我想我们一定会记得，谢谢你，军训！

完美的形容这一天，最适合的语句是“痛并快乐着”。

因为简单，没有烈日加高难度的训练，所以轻松快乐；因为简单，一个军姿动作无限止地重复，直接加速了肢体的疼痛感，所以劳累疼痛。此刻，下肢绝大部分已经酸痛德不愿弯曲，也没有要起飞的心情。但这也是值得庆幸的，值得开心的，因为坚持训练。随着这种坚持，第二天的军训也结束了。

这一天远去的身影，还是很漂亮的。在未知的训练中，似乎寻到了映示的规律。神经总不该都是紧绷的，该充满笑声的地方还是要开怀大笑，也就是这种训练，让我更加珍惜神经轻松的时间。身体的劳累似乎也更有力于睡眠。而这一天我似乎要努力背下三首军歌的歌词，去学歌曲的旋律。在明天集合的时候，还是一如既往的想要唱好军歌的旋律，因为练歌的时间是最轻松的。虽无法完整的描绘，但今天还是美好的一天。

今天是军训第二天，早上天气格外晴朗，虽然偶尔也会吹来一阵凉风，但豆大的汗珠还是止不住地从额头上淌下来，站军姿配上火热的太阳，铸就的是一个带着古铜肤色的金强不倒的我！

站军姿一个看起来简简单单的动作，教官却带着我们站了一天。教官跟我们说，站军姿是基础，以后的动作都是在这个基础上做的。人们常说：“万丈高楼平地起”。我想我们现在就处在打地基的阶段，只有把这个“地基”打牢打实了。接下来我们才能更轻松的完成任务，然而这个过程却是漫长而又艰辛的。

顶着烈日，我们需要时刻保持挺拔的身姿，不受外界的干扰一直坚持着直至教官说时间到。根据爱因斯坦的相对论定理，处在这种状态下的我们会觉得每一分每一秒都是那么的漫长。有好几次我都以为自己就要倒下了，但教官一直在旁边喊“抬头”我们便附和着喊“挺胸”。喊完就犹如充电般富有能量，再抬头望望天上的白云，想想一些开心的事，一天就这样挺过来了，内心还是有点小激动呢！真的，有时候很多事就像站军姿那么简单，而行百里者半九十，往往越到最后越需要毅力去坚持。虽然站几天军姿并不能给我们带来什么切实的利益，但在这个过程中如果我们多去思考，多去领会教官的良苦用心，相信我们收获的更多是精神上的财富。

今天我们的训练是在一片嘹亮的歌声中结束的，《强军战歌》《咱当兵的人》《祖国不会忘记我》等充满正能量的歌回荡在校园内，给疲惫的我们带来片刻的放松，让我们的身体与思想共同得到提升，愿我们能时刻保持军人的斗志坚持到最后一刻。

**大学生军训心得体会篇十四**

二、关键词：三点一线。

高中我便过着三点一线有点单调的生活：食堂、寝室、教室，而现我同样又一次重复着三点一线的生活，只但是教育变成了操练场。每次当我们穿上整齐的校服踏上这块地时，在心中总有一种光荣，虽然身上不是“橄榄绿”，但心中却有军人的感觉，每次离开那里，既带着满身疲惫，同时也带着迫不急待的兴奋，因为最后能够吃饭了。食堂里总是“人山人海”，气温也很高，每次胡乱扒着饭，脸上、身上都流淌着大颗地汗，也许是操练时对汗这东西已见怪不怪，完全能够当它不存在了，它便一声不吭地在身上“肆掠”，每次吃饭完了，总是自我解嘲：这桑拿效果不错，饭菜口味也很不错！回到寝室，美美地洗个澡，躺在床上，顿时觉得全身筋骨舒展开来，那个惬意完美的感觉啊——只可意会不可言传啊。

三、关键词：军歌嘹亮。

四、关键词：天气。

军训的天气大概是军训期间关注度很高的一个问题了，前几日一向烈日当空，尤其是午后，那令人睁不开眼的太阳光把树叶照得绿油油的，地面照得白花花的，脚踩上去，仿佛觉得脚底的橡胶在炙烤下慢慢熔化，而当汗无止境流淌中，好像身体在蒸发，一点一点地……也许是老天爷心疼这些祖国的花朵们了，实在不忍大家都变成干花，所以忽然将南风逆转，吹起了凉嗖嗖的北风，气温也骤降10度以上，对于大家来说这简直比中头彩了还开心，可惜我挺倒霉，天爷爷不仅仅带给我了清凉也带来了咸冒，但是受到寝室“欢天喜地”气氛影响，这点小感冒也没让我郁闷超过十分钟。

五、关键词：操练。

一些简短的感言：

青春就是阳光。

生活，宛如一条清澈的小溪，静静地流淌，偶尔会有些许起伏，激起层层涟漪，然后恢复往日的平静。生活，就像一杯清淡的龙井茶，只有细细地品尝，才能寻出其中的味道：有苦也有乐。军训生活也是如此。

读高中时，听人常常提起大学军训生活的苦、累、长而乏味，此刻自己真正的`站在那个“绿地”的队伍当中，感受到的却是一种异样的感觉，那里庄严、神圣，也许是源于一向以来对军人的崇拜吧！

**大学生军训心得体会篇十五**

在充满收获的九月，我进入了西安工程大学。在暑假里，我不止一次构想进入大学的生活，现在它真实地在我面前。它使我对接下来的生活充满了期待。

首先迎来的是军训，今天是军训的第三天。在前两天的军训里，觉得十分煎熬，每一刻都希望能回寝室睡觉，两天下来，腿脚好像不是自己的了，身上的短袖也是湿了干，干了又湿，汗水几乎没有断过，曾不止一次在心中吐槽，为何大学生要军训?为何军训这么累?我相信每个人都和我有相同的想法。

但三天下来，虽然累，我却体会到了军训的目的和意义所在。短袖的目的不在于“折磨”我们，而是为了培养我们铁一般的意志力，希望我们在完成作业的同时，兼顾身体素质和心理素质的共同发展。对于大学生而言是成为一个有用之才的必经之路。通过军训，才能使我我们对中国军人生活有初步体验，体会到他们保卫家园的艰辛，珍惜来之不易的幸福生活;通过军训，使我们一改暑假的懒散，为日后的\'学习生活打下基础;通过军训，使我们认识到真正的勇者并非无所畏惧，而是敢于面对，勇于坚持，相信自己，永不放弃!

军训还是有意思的，同学们在强健体魄的同时，也增进了同学们间的关系，教官们也露出了他们的可爱的一面，导员时刻陪着我们一起经受太阳的炙烤让我觉得，军训其实并没有那么苦。和三十三连的同学们在一起，军训生活苦也甜。

**大学生军训心得体会篇十六**

军训，就让它成为人生的一段丰满的记忆，在岁月中酝酿，然后在几个亲友聚杂一起的时候再把珍藏着的那些温馨的片段捧出来，沉醉其中，享受感动吧！

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出别样的滋味。我原本认为我并不能抗住考验，它却激活我要坚持到底的信念，胜利终将属于有信念的人。这些天的军姿站立，我知觉的时间已不再是时间，纵然两腿发酸却一身挺直依旧。每次的坚持都会让我感受到自我的超越。有过斜风细雨的洗淋却没有浇灭我炽热的心，有过炎炎夏日的暴晒，却没有像晒黑皮肤一样，打散我的执着。如果没有这种训练，我都不知道片刻的休息都会成为一种奢侈品。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心。“硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪”，你会油然而生一股浩然正气横贯长虹。如果青春是原石，那么军训就是刻刀。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起《说句心里话》时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家庭的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的奉献，他们是和祖国的星辰一起，熠熠闪耀在穹顶之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应以军人的姿态矗立在他人面前。

军训只是磨去了我青春年华的一角，但逐渐成熟的我更加渴求军训体验。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。它将会如木根般延伸到我人生的每个晦朔春秋。军装最靓丽，军歌最嘹亮，军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先被洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

**大学生军训心得体会篇十七**

军训是那么枯燥无味，累觉不爱的。至少开始我们都这么认为。感觉就那么一个套路，对于教官来说，严格、一丝不苟，以类似的方法磨练新入大学的年少无知的我们。刚入大学的我们都可能会有些许迷茫，一大原因是没人管了，不能自主地发现与实践，所以军训有它必要的存在理由，也不能作秀的说光凭军训使我们有多少改变，但我们经过这几天的军训确确实实领悟了一些东西。

首先，军训不是我们开始认为的那样，没抱多大期待与期望吧，但它恰恰让我们认知到毅力是在实现目标的道路上的地位。我们遇到了一个很好的教官，或者更可能是遇到了一批很好的教官，重点不是有多让我们放松，而在于教官在不失培养我们体能、意志、毅力的前提下，使我们的军训更加趋于生动、有乐趣。使我们痛并快乐着，真真切切地感受到付出的意义与坚持的重要性，也使我们的训练不那么毫无思想的机械化，拿捏得当，有分有寸，取得不错的效果，我们为之欣喜。

同时有一个让我们难忘军训的重要因素就是我们可爱的助教们，以后可能很少会有像这样一个团体一起挥着汗水并肩努力和坚持的珍贵回忆了，感谢在这种特定时期下能有一帮善良热心的助教陪伴，在我们努力奋斗的时候有人坚定的守在身旁是多么幸福的一件事，在此我们也为我们不明事理而犯的许多小错误愧疚与抱歉，也感谢他们的帮助、也感谢他们的帮助，感谢他们的宽容、感谢他们的付出。

付出是有收获的，至少他们收到了我的感谢和尊重，这是我们所能做的，也并不是毫无价值的。

爱军训，爱教官，爱助教，最爱我们并肩努力，朝气蓬勃！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！