# 大学生军训心得体会分享（优质23篇）

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2025-04-18

*心得体会是我们在学习和工作中的宝贵财富，它能够帮助我们不断积累经验和成长。要充分发掘自己的优点和不足，实事求是地总结自己的体会。接下来是一些写心得体会的经典范例，希望能给大家提供一些借鉴和思考的方向。大学生军训心得体会分享篇一古人云：天将降...*

心得体会是我们在学习和工作中的宝贵财富，它能够帮助我们不断积累经验和成长。要充分发掘自己的优点和不足，实事求是地总结自己的体会。接下来是一些写心得体会的经典范例，希望能给大家提供一些借鉴和思考的方向。

**大学生军训心得体会分享篇一**

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，空乏其身，所以动心忍性，曾益其所不能!我想这句话是对军人们最生动、最完美，最真实的写照。他们的训练很苦很累，但他们仍然坚定不移地固守在自己的岗位上。因为他们肩负着保卫祖国和全国人民的重任，所以，他们是好样儿的，是我们最可爱的人!

军训是一个培养人吃苦耐劳的好机会，更是磨炼人意志的好机会。古人云：古之成大事者，不惟有超世之才，必具有坚韧不拔之志!所以，坚强的意志是我们走向成功的金钥匙!也有云：只有经历地狱般的磨炼，才能炼出创造天堂的力量;只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱!所以，军训是一项具有深刻意义的活动，让我们终生难忘!

站军姿，给了我们昂扬向上的斗志和宁死不屈的决心;

练转法，给了我们活跃机敏的身躯和石破天惊的气势;

起步走，给了我们完美整齐的形象和正直威严的军容;

跑步走，给了我们冲锋陷阵的霸气和勇往直前的恒心……

十天的军训，在那并不宽阔的操场上，清脆的哨子声，整齐的脚步声，响亮的口号声，教官的口令声……交织成一首优美的军训交响曲。

十天的军训，让我们懂得了军人的精神，也给我们树立了榜样。回想起来，这十天，是我们人生中不可错过的，不可磨灭的十天，是我们人生中浓墨重彩的一笔。最后，我真诚的希望大家，继承这种伟大的吃苦耐劳的坚韧不拔的军人精神，并将其发扬光大。

**大学生军训心得体会分享篇二**

当白云与蓝天相遇，白云便多了一份宽广，蓝天又增了一份柔情。

当青山与流水相遇，青山便多了一份细腻，流水又增了一份坚毅。

一周的军训中，宽敞的操场跑道成了我们的战场，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，是我们用意志描绘的风景。震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们体会和感悟当代军人的风采。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里一道靓丽风景。人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧训中的一颗亮星。

我相信—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！

烈日的暴晒击垮不了天津科大人的意志，人工智能学院的学子们用坚毅的目光，标准有力的动作，始终如一地努力向前。

前进前进前进，我们是初升的太阳，在蓝天下的练兵场，姿容矫健炼攻防，盼望着有一天，将自己的光热，传到祖国的每一片土地上，军训，让大学生活更加辉煌，因为我们明白了，练就铁肩挑大梁，龙之骄子绿戎装。

**大学生军训心得体会分享篇三**

为期九天的军训结束了，在这期间，我们有过欢笑，有过汗水，有过暴晒，有过关怀…...

九天的军训生活，使自己有一种重回大学开学军训的错觉，一样的齐步走，一样的转体动作，一样的口号，感觉一切那么的熟悉又那么的陌生。

在最后一天中午坐上回公司的车的那一刻，看着道路两旁急速倒退的树木，心中突然涌现出许多的不舍与留恋—樊教官那贱贱的笑声，221那群二货杀人游戏迷们还有食堂里那被抢的空无一物的餐盘…...

回顾这次军训，虽然有一些小小的遗憾，但总体收获还是很丰厚的。在此期间，我们基本上都是上午参加训练，下午进行xx教育，晚上是各种各样的丰富多彩的活动，充实而有意义。这次军训不仅让我们强健了自己的体魄，还让我们对公司的企业文化，对自己未来的职业发展规划都有了一个深刻的认识。

对我个人而言，本次军训可以说是意义重大，很多事情都是始料未及的，班长、模范人生讲堂主持人、知识竞赛主持人、国旗手，优秀学员，这一切的荣誉对我来说来的太过突然，一时间无法完全消化。九天的历练，可以说无论从心智上还是身体上，自己都得到了一定程度的提高，通过训练，锻炼了身体，强化了纪律；通过xx教育，学会了如何更好的思考，更好的沟通…...

军训之后，我将以更加严格的要求规范自己，以更加饱满的激情踏上自己的工作岗位，使自己尽快的成为一名合格的xx人，为xx工程奉献自己的青春和力量。

**大学生军训心得体会分享篇四**

每天天蒙蒙亮，当前后楼还一片漆黑时，我们已经有序地整理好床铺，洗漱完毕，开始了一天的大学军训的.生活。一个个整齐的方队按时排列在宿舍楼下，伴着清晨的第一缕阳光，喊着一声声嘹亮的口号，迈出一步步整齐的步伐，映着朝阳，为校园绘出一幅瑰丽的画卷!

上、下午的队列练习，从刚开始的立正，稍息，到后来的齐步，正步，跑步;从刚开始杂乱无章的队伍，到后来整齐有序的队列;从刚开始对教官严厉训练的惧怕，到后来对教官亲切关爱的感动;从刚开始对同学错误的一句句抱怨，到后来同学间的互助友爱......

我们在烈日下经受着考验，在风雨中接受着洗礼，一步步从高中生迈向大学生的锐变之中，我们这群铿锵玫瑰在操场上刻下我们的飒爽英姿!

晚上是一天中最轻松的时刻。此时，教官卸下白天严肃的面孔，笑容爬上脸颊。同学放下原有的羞涩，掌声环绕指间。大家围成圈席坐于地面上，伴着满天星月，唱出一首接一首的动听军歌。

对军队生活两周的体验，让我们时常被一种无形的军人精神所感动。教官对上级命令的严格服从，教官们在面对困难时不气馁，教官们在晚上拉歌时流露出的思乡之情……所有这些让人为之感动的就是军人身上特有的无上军魂!

军人是绿色的，这橄榄绿是我生命中的偶然，我们的生命正在这些偶然中生长!以后的日子，依然在生活，依然在喧嚣。流淌的街市依旧，我们的生活依旧。而突然间，我们或许会记忆起这一段有稚嫩走向成熟的难忘旅程，这一份刻入心扉的橄榄绿!

喜欢军训是深深的人情味。因为一个共同的目标，几十颗心开始紧紧地连在一起。我们仿佛把自己看成了真正的军人，有了军人的尊严与骄傲。因背井离乡而孤寂的心开始找到了一处可停泊的港湾。当我们许多人围在一起时，那整齐的口号，嘹亮的歌声，悠长的乡思，便成了夜空中最美的一道风景。

军训的日子里，一张张充满朝气的连一起哭着、笑着也闹着。只因为经过两周的风雨洗礼与考验，坚强开始挤去脆弱的空间，团结成为一切的主角。在这浅浅的秋光里，该开的花在开着，什么也没改变。但谁也不曾想到就这两周的时光会给我们这一群年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华!

**大学生军训心得体会分享篇五**

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分享篇六**

九月的开学季，当我们踏入常大的那一刻，迷茫无措涌上心头，陌生的一切让我们不知所措。接踵而来的紧张而又忙碌的军训生活让我们无暇彷徨，迫使我们以最快的速度熟悉校园，融入这个大集体中去。

军训的苦累使我们的生活要求降到了最低，每天的愿望仅仅就是能早点吃上饭，美美睡个觉。它使我们懂得了珍惜，珍惜现在所拥有的一切，有时仅仅是坐下来的片刻休息。我们没有理由抱怨枯燥无味的军训生活，当穿上迷彩的那一刻，我们便肩负了整个集体的荣誉感。我们不再是一个个单独的个体！我们是一个集体！

阅兵彩排中，一个个方队走过，那整齐嘹亮的口号声；那矫健坚定的步伐；那整齐一致的迷彩，传递给我们的是心灵的震撼，那振奋人心的力量便是团结的力量。

军训考验大家的远不止这些，它更是对我们精神的一次磨炼。它正如一场马拉松，需要我们永不言弃，坚持到底。

烈日下，汗水浸湿了迷彩；细雨中，雨滴洗涤了迷彩；大风中，风儿轻扬起迷彩。九月里的那抹迷彩因汗水而芬芳，因我们而永恒。

军训是我们人生中十分重要的一课。军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。同时，军训是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。

军训，作为大学生的一门必修课程，培养了我们吃苦耐劳，艰苦奋斗，克服困难的良好品质，为我们今后战胜在大学生活中遇到的各种困难打下了坚实的基础。会让我们养成良好的作风和心理素质，有助于我们在今后学习上，生活上及工作上勇敢得战胜困难，坚强不屈。

大学入学后的军训足以让我学到很多东西。从教官出现在我们的眼前开始，我就深深的感觉到那种军训的严格纪律和教官的体贴细心。从站军姿，稍息，齐步走，正步走等等的基础动作学过之后，我才恍然发现自己已经收获了太多重要的东西，不仅仅是动作本身还有那种坚韧的精神。

一分耕耘，一分收获，哈佛校训说过你现在学到的所有东西，都会在不久的之后派上用场。同学们的相互相助，教官的吃苦耐劳让我对集中军训充满信心，相信自己一定会做好。

**大学生军训心得体会分享篇七**

还记得在电视上看见军人们飒爽的风姿，迎着《义勇军进行曲》前进。让年少的我们激情澎湃，那一刻，多么想成为一名军人，在首都阅兵仪式上一展雄风。

而今，在九月的一个普通的日子里，初入大学的我们换上了军服，开始了军训。或许一开始的时候会有许多抱怨、牢骚、痛苦、委屈。但阳光照耀下的我们又怎么能不把这视为一种挑战呢?也许这种轨迹就叫做成长爸，是孩子必须经历的过程。

繁忙的城市里总又人来人往，谁也不见他们孤单的脸庞。请你们不要悲伤，那爱你的心从不曾变过。若没有年少时的轻狂，怎知你们的宝贵。

也许旧的伤没好又添新伤，请相信会有一双坚强的翅膀一直带着我们四处飞翔。

军魂永驻!

军神永存!

军人永在!

浮云它问小鸟，为什么不留痕迹也要飞翔，小鸟说，“因为我有一对翅膀”

大地它问野菊，为什么不能夺目也要开放，野菊说，“因为我有一片花蕊”

有人他问我们，为什么不是当兵也要坚持，我们说，“因为我们风华正茂”

年华似水，匆匆一瞥，多少轻描淡写。仿佛是转眼之间，我们就从懵懂的少年长成眼前，风华正茂的军装青年，挺重昂头站在军训场上，双肩上的肩章，军帽上的头徽都宣告着:我们再也不是年少轻狂的鲁莽少年，再也不是不羁放纵的散漫少年，我们是有组织有纪律有原则的青年。我们以立正的军姿向所有人展现我们的风采。这一年，我们青春无敌，风华正茂。

天行健君子以自强不息，地势坤君子以厚德载物，当一个上午的适应期过去，当我们进入了军训那种紧张的氛围里，大家默默地学会一种精神，那是年少的我们正领悟着坚持，然而坚持到底的结果就是自强不息，当我们抬起头挺着胸挽着手一路向前齐步走，大家在对方的余光中从陌生到熟悉，在一声高过一声的口号里，大家学会了团结，团结是一种精神，也是一种美德，年少的我们用汗水凝聚的团结去完成厚德这一必修!当我们异口同声响亮地吼出同一个声音，我们的青春风采便破穿云霄青云直上!

五湖四海，有缘才能相聚，我们来自全国各地，我们民族各异，我们长相各异，但我们却有一个最大的相同，我们站在阳光下，我们就敢于日月争辉，我们都满腔热血，带着“指点江山，激扬文字”的澎湃。跨立，敬礼中我们都严肃专注的告诉所有人:俱往矣，看风流人物，还看今朝。

军人神一般的存在，而我们穿上军装，站在这里就誓要将这份神圣感肩负起来，这一年，我们青春年少，风华正茂，绿茵场上，我们要“习军人之风，行军人之事”，正步踏入我们如风，如雨，如朝露的灿烂人生!

**大学生军训心得体会分享篇八**

因为在学校里训练，虽然作息时间有所调整，但并没有打乱我的生活节奏，再加上有熟悉的环境和朋友，我的集体感和归属感也更加浓了。在这次军训中，武装部和后勤人员都为我们提供了很好的条件，每次喝到路边的荷叶水、绿豆汤，心里都会觉得很温暖;学院也发了小风扇用以降温，在炎热中送来一丝沁人的凉意。教官们也很注重跟我们沟通交流。

**大学生军训心得体会分享篇九**

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分享篇十**

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分享篇十一**

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分享篇十二**

进入大学，军训便是必修的一门课，9月x号早上每个人怀着不同的心情坐上了开往汤山xxxx部队的车。

经过了两个小时的漫长旅程，我们终于抵达了目的地。进了宿舍，我的心便凉了半截，一个很小的房间里面要住八个人，而且只有一张桌子，最头疼的是蚊子飞蛾满天飞。我预感这次军训将会非常的辛苦。

果不其然，第一天便站了近四十分钟的军姿，那个太阳也很眷顾我们，用它那“温暖”的阳光“温柔”地照在我们的身上，让我们蒸发的汗液比平日里十天还要多。一天下来，怨声载道，每个人都筋疲力尽，尽管食堂的伙食很一般，可每个人都狼吞虎咽的，完全不顾平日里好不容易树立的`淑女形象。到了晚上洗澡的时间本以为可以好好地舒服一下，可是连洗澡居然都只有十分钟的时间，弄得跟打仗一样。我终于明白了辅导员所说的军训就是去吃苦的真正含义。

接下来的几天更是一天比一天辛苦，我们每个人也逐渐地变成了小黑炭，可是尽管很辛苦，但是这些平日里家中的小皇帝小公主都是咬着牙坚持下来了。

到了走的那天，我的心中突然有一种莫名的不舍，回想这七天的军训，虽然很辛苦，可是我们却与这个部队有了深厚的感情，与同军训的舍友结下了深厚的友谊，不仅如此，这次军训还让我了解了每一个成功军人背后的努力和汗水以及军队严密的纪律和每一个军人都必须具备的吃苦耐劳的精神。

在军训成果演习大会上，每一个人都用饱满的热情和规范的动作诠释着他们取得的成果，我想这便是送给学校、送给xxxx部队，送给教官，送给老师也是送给我们自己最好的礼物。

现在，军训虽然已经结束了，我们也正式踏入了大学生活，但是短短的七天军训生活将会成为我人生中一笔巨大的财富，它会激励我用积极地人生态度去面对人生的每一次挫折，永不言弃。

**大学生军训心得体会分享篇十三**

作为一名大学新生，我在暑假迎来了为期一个月的军训。这是我第一次参加军训，经过一个月的锻炼和训练，我深刻地体会到了军训的重要性，也收获了很多宝贵的经验和心得。

第二段：加强体魄训练的重要性。

军训的第一课是加强体魄，军训期间，我们每天都有不少于两个小时的体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐、长跑等。对于我这种缺乏运动基础的人来说，这段时间真的是非常痛苦，但是经过一个月的训练，我意识到了一个健康的身体对于我们的生活和事业都非常重要。只有拥有强健的身体才能有更好的状态去学习和生活。

第三段：如何在军训中锻炼坚韧不拔的意志力。

军训中很重要的一个课程是军事训练，如步枪训练、阵地攻防、代表团比赛等。这些训练任务虽然看似简单，但实际上相当考验我们的耐力和意志力。在完成任务中，我所学的最为重要的技能就是坚韧不拔的意志力。无论是在晨跑中还是在训练任务中，当我们感到疲惫、无力时，都需要培养自己的意志力，坚持完成任务。学会了在军训中锻炼意志力，可以让我们在日常生活中更有自律性和耐心，更容易实现人生的目标。

第四段：团队合作与领导力。

军训还让我深刻地体会到团队合作和领导力的重要性。只有在团队人人齐心，分工协作，才能完成集体任务。在训练中，每个人都有自己的职责和任务，并且需要理解和配合其他人，才能完成任务。同时，在团队合作中，我们也锻炼了一定的领导能力，如管理、沟通、协商等，这些领导技能对于我们日后的职业发展也是非常有帮助的。

第五段：总结。

通过这一个月的军训，我不仅锻炼了身体和意志力，还学习了很多关于团队合作和领导力的知识。这对于我们日后的学习和事业都非常重要。军训的意义在于为我们创造了一个极为特殊和艰苦的环境，让我们在短时间内得到了大量的锻炼和成长。希望这些经验和心得能够对各位读者有所启发，让我们在日常生活中不断提升自己，成为更好的人。

**大学生军训心得体会分享篇十四**

从某件事情上得到收获以后，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。以下是小编整理的高中军训的心得体会分享，一起来看看吧，希望对大家有帮助。

终于结束了为期\_天的军训，去的时候我的心情超紧张我还在心里暗暗的想我会不会受不了被送回来吧!听别人说军训超苦的，我真的有点害怕了!

一开始我就体会到了军训不可能会轻松，我们乘着卡车来到了\_\_，那卡车上面用帆布盖着，全班\_\_个人挤在一起，超闷的，我们就这么一路颠簸着，特别是急转弯时，车里东倒西弯，我觉得整个人仿佛被甩了出去(超惨)!

来到了\_\_，经过一天的训练之后，我才发现其实军训并没有想象中的那么害怕，我们有许多空余时间。但是军训任然是很累的，在大热天里，穿着厚厚的军装，半天还没到，整件衣服都已经湿了。站军姿的时候，一动都不准动，那滋味超难受，汗水滴下来都不能擦，半个小时后，当教官让我们踏步走时，我的脚仿佛被拉直了，不能弯曲了。练正步的时候，做摆手的动作时，自己的手总是和别人打在一起，练完时才发现，手上一大块都是红的。还有练的那个跑步，我们四连总是走不齐，练了很长时间，到最后还是没走齐，唉，不过也有轻松的时候，我住的那个宿舍和大众的不太相同，别的同学的宿舍都是自己班级里的同学，但我的宿舍四个班都有，我的室友把它命名为“被遗忘的角落——杂班宿舍”。教官基本上没上四楼来检查我们的宿舍，就算来检查也是路过的时候顺便的。当我们训练完躺在床上的时候，真是一个字“爽”!(虽然床很硬)我们最喜欢围在一起讲冷笑话。

我们的教官姓\_，我们都喜欢叫他\_老板(小名\_哥)，人长的胖胖的，戴副眼镜，很可爱喔，好玩死了。舍不得他啊!

在晚上的时候，我们\_队，\_个连围在一起拉山歌，那个声音真是响到一定程度，我最会唱的军歌就是“团结就是力量”，有时候我们会请有音乐细胞的人来唱流行歌曲。让这个严肃的军营充满流行元素。

不过在军训的这几天里，最大的问题就是洗澡，洗衣。洗澡的时候连热水也没有，所以我只能随便冲一下，只要身上湿了就马上出来，所以\_天来身上基本都是脏的。还有洗衣服的时候，人超多的，等了很长时间才能打到水。洗完的湿衣服都没地方挂，每人只有一个衣架。

在最后的一个晚上，我一想到要回家了，就激动的失眠了。在最后的阅兵仪式中，我们\_连没轮到上台的机会，心里是有那么一点遗憾。

高中军训已经过去一段时间了，可是，如今再回想起来，那抹绿色，却是心中永远的宁静和牵挂。我们在绿色的军营里真真实实地体验了一把当兵的艰苦和快乐，我想，这段记忆将是永生难忘的。虽然，在部队里只待了短短的六天，可却在这六天里，我真真切切的感受到了军队的氛围，体验了军队的作风和纪律。

驻舟某部\_\_营来了一群特殊的战士，那自然就是我们。说实话，当自己暂时成为\_\_营一员的时候，忽然觉得自己和这个集体格格不入。就六天的军训，我们可以吗?教官的话增强了我们的自信，要和战士一起同吃同住同训练，我们一定行的。

没有人督促、没有人检查，各组都暗暗下了决心，先从最基本的姿势做起，任何看起来简单的事情都问个为什么。空闲之余，向我们的小班长询问部队情况，掌握练操动作要领。

早上出操，未到点便提前起床，整理内务，这其中任务最重的当属叠被子，如何把被子叠成传说中的豆腐块，这便成了难题，于是一大早折、量、叠、压，一系列动作，从最初的生涩到后期的熟练，当最终方方正正的豆腐块成形的时候，我们都暗自得意。

穿上军装，出操、队列训练、敬礼，以及持枪、卧倒、射击……烈日下，巍然不动;训练中，神情专注、一丝不苟，会操场上的我们，俨然已是一副训练有素的模样。

军训结束，我们已成为一名象模象样的战士，成为一名正宗的\_\_营荣誉战士，从初进军营的稚嫩到离开前的豪情，我们用我们的行动证明，我们这群兵是好样的!

军训生活就这样告一段落了，在这期间我们付出了很多很多汗水和辛苦，与此同时也收获了很多。

回想之前军训的时候，每天五点五十起床，六点过五分集合，处在这种高度紧张的氛围里，真的不得不逼自己一把。

“稍息、立正”听着这些熟悉的口令，我感觉我现在还身处军训的氛围当中，唉!军训真像一场梦，在梦里我也体验了一把当兵的感觉，当然啦，对于他们那些真正的战士来说，我们真的不算什么。但是经过这几天的军训，我们学到的不仅仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们的意识，一种团结的意识，一种坚持的意识，更是一种吃苦耐劳的意识同时也是一种精神。

“站军姿二十分钟”听到教官的指令，我们真的是条件反射似的，挺起腰杆，抬头挺胸，双手贴在裤缝，每次教官都会特意走到你跟前，竖起他的手指来勾我们的手指，什么意思呢?就是想看看你们这些人站军姿有没有偷懒，一般没有偷懒的人，教官在勾手指的时候你的手指会紧紧的贴在自己的裤腿缝那里。偷懒的人，就可以轻而易举的被提起来。现在想想还挺有趣的。当然，教官也不会刻意的刁难你，只要不是太过分，他一般都会睁一只眼闭一只眼。但是他会帮我们矫正，当然不是我啦，我对自己的军姿还是挺有把握的，不过站军姿的过程是十分痛苦的，你以为你已经站了有十分钟了但是它才过五分钟。所以每次一套军姿站下来，身上各处又酸又痛的，更可怕的是皮肤还会黑一个度，所以对于那种高度近视必须得带眼镜的人来说，真的很惨了，不仅给一个度，最后还会晒出来一个眼镜框的印子，所以这也给我们增添增添了不少快乐!

每次到了快吃午饭的时候教官都会把我们叫到一起集合，教我们唱军歌，教我们怎样拉歌，教官之间互相竞争，互相开玩笑，慢慢的我们也忘记了上午的辛苦训练，一个个的都笑的没有形象了，并且带着喜悦的心情去吃饭，真的很开心。

记得之前一天的训练结束之后，晚上除非是下雨我们可以待在教室里，其他时候我们也要去操场上继续站十分钟军姿，站完之后，每个班的教练就会带着做游戏，这样既能缓解我们同学之间的陌生感，也能促进同学之间的默契。

军训生活带给我的东西真的很多，我收获了友情，也学会了坚持，学会了忍耐，学会了照顾别人，同时也磨练了我的意志。在这期间留下的每一滴汗水都是宝贵的，每一天也都是收获满满的。相信在我们今后的生活里也一定能收获更多。

上高中是我期待已久却又十分恐慌的，当这一天真的来的时候，我还没来得及进入紧张的学习范围中，就先迎来了军训。这次的军训计划是一个星期，但因为有两天突然下了雨，所以实际上只有五天的时间是在操场上进行训练的。

军训是让所有的学生都害怕的事情。我们这一代学生都过得非常的幸福，平时父母连家务活都没有让我们做过，突然要军训，那肯定都是叫苦连天的。我以为会有很多的同学坚持不住想放弃，或者是在烈日的照射下支撑不住晕倒，但这些情况都没有在我们班同学的身上出现，虽然苦，虽然很累，但是大家都坚持下来了，这让我很欣慰，因为同学们在遇到困难时，没有想要放弃，而是继续坚持。我对之后的学习生活更加的有信心了，我相信在这样一个班级的环境下学习，会让我学得更好。

这五天每天都有训练的目标和内容，下雨的那两天，我们也没有闲着，在教室里跟着我们的教官学军歌。我发现，在坚持不下去的时候，自己在心里默默的唱军歌，好像就又有了动力，能够继续坚持。所以军训除了锻炼我们的身体，还要求我们学会军人的一些精神、一些品质。遇到困难的时候，不应该先想到放弃。在军训之前，都觉得军训太苦、太难，但在军训的时候，七天过的是真的很快。转眼之间，军训就结束了。我们也坚持了下来，中途也没有人放弃，或者休息。只要自己还可以坚持，就没有人放弃，这才是我们最应该要学的。

第一天上午，教官带着我们到了训练的场地。我们是在教室里跟教官见面的，从见到教官的那一刻，我们的军训就正式开始了。所以我们并没有像以前那样两三人一团的走到操场，而是一列一列的走到了训练场。在去训练场的过程中，也不能嬉戏吵闹。看起来就很有纪律，这就是我们军训的第一课——纪律。在教室的时候，教官就给我们讲了纪律，所以我们才会以这样的队形去到训练场。虽然我们还是高一的学生，都只有十五六岁，但教官并没有放松对我们的要求。他们平时训练的要求是什么，对我们的要求就是什么，区别在于他们平时训练的强度比我们大多了。

军训带给了我很多东西，对我以后的学习或者工作都有利的就是坚持。不管做什么事情，都要坚持。因为所有的事情都不会在很短的时间内看到成果，包括学习也是，学习不可能在短时间内提高很多。军训让我知道，学习要坚持。

虽是余夏初秋，却骄阳似火。高中三年的旅程开始了，而军训作为一个起点，不仅磨练了我们的意志，培养了我们的集体观念，还增进了同学们的友谊。军训，留给了我们苦与痛的经历，却让我们受益无穷!

一天说短也不短，说长也不长，而军训的时候总觉得时间很漫长，可当真结束时，却觉得余味无穷。痛并快乐着，一天天，一点点，我在不断成长着!却让我们受益无穷!

步入高中，军训是学校给我们上的第一课!

认识了新教官后，军训正式开始!因为前几天刚下过雨的缘故，天气十分凉爽。一开始时教官教我们站军姿，操场上我们英姿飒爽，宛如一棵棵挺拔的青松，可没过多久，太阳慢慢出来了，空气变得炽热起来，随着时间不断流逝，动作不断增多，我们的表现也渐渐力不从心了。但我们是烈日骄子，军训不正是要体现出我们顽强拼搏的精神吗?它磨砺的是我们的责任感与使命感!

军训是开学的第一份见面礼，它让我们学会团结友爱，互帮互助，吃苦耐劳，我们以后可以更好地面对人生中的风风雨雨!不经历风雨，何以见彩虹?我拼搏，我骄傲!

夏日的骄阳无法掩盖我们的激情，炽热的空气不能阻挡我们的步伐。淌过脸颊的汗水，叙写着我们的刚毅;整齐的步伐，挺拔的军姿，刻画出严谨有序的训练场面。因痛苦而坚持，因失败而振作，一次一次地尝试，反反复复地练习，只为把我们最好的一面展现给老师和教官。在烈日下，在蝉鸣声中，我们不断成长，学会立志，学会创新;懂得团结，懂得奉献。

最后，祝同学们在军训中取得满意的成绩!

我们输了吗?不!我们没有输，我们只但是没有赢!

五天的军训生活就这样过去了，匆匆，就在我们干每一件小事时，时光匆匆的离去了。积少成多，五天里我们学会了要尊重他人，要热爱劳动，要团结互助，要吃苦耐劳，要有“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神。总而言之，这五天学习的东西会让我们永远受益。

在最后的会操比赛，也就是最重要的一次比赛，我们没有拿到名次。但是，我们输了吗?不!我们没有输，我们只但是没有赢!我们还会有机会的，重要的是，我们学会了比比赛更重要的东西。

见面问好尊重他人是我国的传统美德。我们不能以貌取人，即使他是个清洁工，修车工人，我们都会为他的敬业精神，一丝不苟，助人为乐，默默奉献，舍己为人……而感动，或许我们的一句问候，一个真诚的微笑，都会使那些被尊重的人改变自我。

团结在拔河比赛中如果不是我们共同努力，我们会获得名次吗?在打扫卫生时没有我们的共同努力我们会拿到名次吗?本互助在别人有困难时我们就应帮忙他，只有互相帮忙我们的班级才能更加的和谐，才能更加美丽。同学们，为自我的班级献出一份力量吧!感受最深的还是要吃苦耐劳。早上六点，我们准时起床了，6：20正式的训练开始了，太阳越来越红了，中午更是艳阳高照。稍息，立正，转身，向右看齐，齐步走，正步走，我们都就造出一种势不可挡的力量!脚疼，腿疼，胳膊疼，手疼……但是，我们忍者，忍住疼痛，勇往直前，吃这点苦算什么!我们不怕!

在拔河，合唱和内务的评比中都拿到了成绩，但这一次，我们输了，不!正确的说，我们是没有赢!我们还会有机会的!我们还会再怒力!还会加油!

军训中，我们变的\'自强，自信，我们学会了应对生活。

信念是人生征途中的一颗明珠，既能在阳光下发亮，也能在黑夜里发光。坎坷人生，我们不能企求尽善尽美，而自信，自强与人生的成败息息相关。把梦想交给自我，去努力开创属于自我的生活!

这，就是我们人生的目标!

**大学生军训心得体会分享篇十五**

能够顺利的在高考中突出重围走进大学的校门我无比兴奋。我想在大学里得到锻炼。当军训开始的时候我跟同学们一起步入了大学训练营，开始理解训练。

我们这一代大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉个性不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡泡在自我的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一向坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自我的要求，托强时手和肩膀被压得酸痛，我仍咬牙坚持，持续军姿，用心磨练自我的意志品质。之后，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

军训让我明白做一名合格的军人是多么的不容易，军人要比常人多付出我们无法想像的汗水，做一名军人，就要纪律严明，服从命令。穿上军装的我便是半个军人，透过在军训中严格要求自我，我的体质和意志都被磨练得更加坚强，这种苦与累可能我以后永远不会再遇到，但也可能会遇到更加苦累的挑战。我相信，军训之后的我不会再恐惧任何苦累，我会勇敢应对一切挑战，不论任务多么严峻，我必须会坚持下去完成任务。

军训同时也是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，端枪，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流流经验，让我们的方阵走得更加整齐。十三连，组成这支连队虽然只有短短的十几天，但它已牢牢得被记忆于每个十三连人的心中，十三连是整个二营的骄傲!我们创造了它的荣誉，我们也因此而感到自豪!

团结就是力量，坚持就是胜利!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我的人生道路上前行的。

**大学生军训心得体会分享篇十六**

一直以来，我对“军训”二字都是心满畏惧的。对大学的“军训”，更是厌恶至极了，在军训之前，人人都说大学的军训是个地狱式的训练，很辛苦，很痛苦!而教官，对于我来说，是恐怖的!但在大学维持12天的军训告诉我，事实并非如此!

从小学到高中，我没进行过一次正正式式的军训，即使有军过训，也是站站军姿，转下—体，蹲下，做做俯卧撑之类的，所以对“军训”二字认识不深入。但当我上大学第一次领取迷彩服，到穿上它，觉得神圣且压力甚大!

当第一天军训时，我们等升完过期后被人领去西校区，当我第一次见教官时，觉得有点害怕，军训，要开始了吗?军训，很辛苦吗?军训，我害怕了吗?第二天军训，军姿，教官有好几次都帮我调整姿势，当时我再想，天呀，虽然身体不舒服，但我连站个军姿都站不好，有没有搞错!

由于我们站军姿站不好，身体总是往后倒，教官就想出一个办法，那就是要我们站在马路牙上站军姿，第一次站时，站没多久腿就抖啊抖啊，看到一个伙伴请假休息，我顿时也想请假休息，可是教官对我们说“已经有个人倒下啦，我不希望出现第二个人”，我就下定了决心，死就死吧，撑就撑到底吧，相信我可以的。当教官叫我们去休息时，我的腿都麻啦，左脚的脚筋抽着抽着的，疼死我啦!该放弃吗?该请假吗?不!这是我心中所想的!

当我正抱怨过中秋节还要军训之际，我的朋友对我说“中秋节快乐”，家人也打电话过来，问我军训辛苦不?过得好不?收到他们的信息，顿时觉得，在异地过中秋也不孤单，中秋军训也不辛苦!

在军训之前，我给“教官”的定义是，凶的，扑克脸的，粗鲁的。可我，错了!我们的教官脸上有两个深深的酒窝。刚开始军训，教官会给我们找个凉快的地方训练，尽量让我们少晒太阳。他会叫我们多喝水，蛙跳蹲下完后，晚上互相拍拍腿，然后早点睡觉!当军训到一半时，排里要选方块，我和我的一个朋友被选中，但我们都不想去，于是，教官就跟我们没去的和没被选中的人说，我们应该学会推销自己，抓住任何的机会来证明自己，人应学会自荐!教官也教育我们要待人有礼貌，曾有几次我们没向师兄师姐或老师问好，教官就罚我们，让我们记得要有礼貌。当然，在我们休息期间，教官也会跟我们聊聊天，开开玩笑，当我们见到教官脸红时，我们会笑他，他也会笑笑;当我们说他是高富帅时，他会回答我们哪里高?哪里帅?我是个穷小子;当我们知道他快要走时，我们都会舍不得他，对他说明年去他的老家找他……教官，其实真的不是扑克脸，不是粗鲁的，不是恐怖的。真的不是!

\_\_天的大学军训结束了，其实我们实际上训练的时间，并不够\_\_天，\_\_到来，遇上了\_\_，碰到下雨，要不就不集合训练，要不就在室内站站军姿。而只有两晚时被拉去唱军歌的，第一次，我觉得老套的“团结就是力量”原来是很好听，“军中绿花”也让我感受到军人们为保家卫国而牺牲个人情感。原来，以前觉得老套军歌，经过大学军训后，让我觉得都挺好听的!

大学军训就这样子结束了，说真，真的怀念那些日子，虽辛苦，但也有快乐!军训是我踏入大学后的第一门课程，我很庆幸我当时选择坚持，要不明年补军训时就遇不上这么好的教官与伙伴们了。

**大学生军训心得体会分享篇十七**

军训对于每一个参加的学生来说，都是一段难忘的经历。这不仅仅是因为军训所具有的锻炼和提高身体素质的功能，更是因为其中包含的许多意义深远的精神体验。在我参加的这次军训中，我获得了许多收获，下面我将分享一下我的体会和心得。

第二段：刻苦训练的精神感悟。

在军训期间，我们每天都要进行长时间的体能锻炼和紧张的训练，这让我深深感受到了在军队中的严格要求和训练。在这种训练中，我逐渐养成了习惯性的认真态度和刻苦精神，不断提高自己的要求和成绩。这也让我明白了自身的不足，找到了自己需要努力提高的方向。

第三段：拼搏团结的合作体验。

军训中的合作和协作也令人难忘。在团队行动中，我们深刻认识到，只有通过相互合作，才能够更好地完成各项任务。在这个过程中，我学会了以团队胜利为目标，摒弃了个人主义的思想，积极参与并认真配合团队的需要。而这份团队努力，也获得了顺利完成任务和圆满结局的结果，让我们体验到了拼搏团结的力量。

第四段：自我管理的成长之路。

军训中的自我管理也让我有了不小的收获。在军训中，我们要按时按点完成各项任务，还要自己打理好生活和学习。这让我逐渐养成了规律的生活习惯，提高了自己的时间和个人管理能力。同时，也更加认识到自己的责任和义务，明确了自己的目标和未来的方向。

第五段：总结。

总之，在这次军训中，我收获了很多。我从身体素质的提高、精神面貌的转变、团队意识的加强、自我管理的提升等方面都获得了很大的成长和进步。这个过程不仅让我学到了许多实用的技能，也更深层次地影响了我的性格和人生观。通过这次军训的经历，我相信我会更加坚韧、自信、勇敢地应对未来的生活和挑战。

**大学生军训心得体会分享篇十八**

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xxxx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，我就是这样。

转载自 FanWEN.CHAZIdIan.com

记得上次军训时，我们比这次军训还要苦。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人！

现在又经历这大专军训，人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

**大学生军训心得体会分享篇十九**

晨风吹散云雾，蛋黄似的太阳露出脸庞，当教官喊着“调整军姿”的口令时，我习惯性地盯着正前方一深一浅的两棵树，所谓“站如松”，排排站着的我们仿佛也要和这些在晨风中舒展枝叶的树木比一比威风。一天的训练就在我脑门边上豆大的汗珠里展开了，而我身旁的同学竟幻想起了一场“冰镇西瓜雨”，古有望梅止渴，如今我们靠着想象中西瓜甜蜜的汁液止渴，也十分有趣。尽管训练是劳累的，然而当我们踏着整齐的步伐迎接曙光的时候，觉得一切美好而充实，融合成了一个骄傲自豪、充满自信与希望的集体。

作为下午训练的小节目，教官向我们表演了几个战斗姿势，一起一卧一步一走之间都尽显飒爽英姿，入我眼者自是一个流畅干脆的动作，然而孰知在这个动作背后有多少个骄阳烈火，多少次汗水流过，这才是一个军人真正的风采，不仅仅是干脆有力的身姿，更是在这背后震撼人心的勇气与毅力。站如松，行如风，保家卫国，不悔热血青春一场。

晚风拂岸柳，浮云蔽落日，当结束一天的行程回宿舍时，除却脚下的酸楚，便是脑海里三三两两溢出的笑语，和一张张年轻倔强的脸庞。苦后方知甜浓，在汗水中懂得青春的力量之美。

**大学生军训心得体会分享篇二十**

“苦不苦，红军长征二万五;累不累，想想革命老前辈。”在这次的军体操训练中，我深刻的体验到了这句话的含义。让我体验到军旅生活之艰辛，感受到军人的精神风貌。军训过程中，要有明确的时间观念。一切行动听指挥。做事要有集体荣誉感。所学的动作在整个集体中要协调，让我们要有团结精神，体验“一花独放不是春，万紫千红才是春”。

感受军训，让我清楚的明白红军二万五千里长征的艰辛，旧中国的黑暗，广大人民处于水深火热之中，是无数的革命前辈用鲜血换来今天和平幸福的生活，他们那种顽强的精神勇往直前，舍身取义的情操将会深刻的印灾我们脑海中。

我们作为新世纪的青年，更应该有时代的责任感，肩负历史的使命---振兴中华，历史的机遇需要我们去把握，时代的重任需要我们去承担，宏伟的目标需要我们去实现，实行军训能够让我们严于要求自己，懂得自己现在正年轻，从而体会军训不是一种折磨而是心态，是坚强的意志，宏伟的气概。感悟到清楚是生命深泉的自在奔流。

军训是一种锻炼，更是一种自身的深华，正如腊梅欲雪而馨，枫叶经霜而红，是自然界的风霜雨雪使它们显的更美丽，活，他们那种顽强的精神勇往直前，舍身取义的情操将会深刻的印灾我们脑海中。

在经历小学六年的风霜雨露后,我将进入一个新的学堂--初中.在即将步入这个新的学堂前,我与许多新同学经历了四天半的军训.在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上,我们练军姿,顶着烈日,斗着酷暑,汗水顺着脸颊直往下落.这对我来说,简直是一种煎熬.因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动,昂首挺胸.这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我.我只能听命令,站在那里做一个昂首挺胸的木头人.经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦,我无论怎么坚持,还是因为体力不支,而中暑.看着同学们在操场上仍监守岗位,而自己却坐在阴凉的地方休息,我真是自愧不如,后悔自己以前不常常锻炼身体,以致现在的自责与后悔!

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的.它从点到面改变着一个人,小到铺床、叠被,大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验!

**大学生军训心得体会分享篇二十一**

军训是现代大学教育体系的重要组成部分，它不仅是锤炼学生意志品质的重要途径，也是增强学生体质健康的重要手段。在我校刚刚结束的军训中，我们学生经历了苦、累、痛并不少。但是，正是在这样的过程中，我们也汲取了不少珍贵的经验和体会，这些经验和体会不仅对我们在军事方面会有所帮助，对于我们今后走向社会和面临不同困难，都有着非常重要的意义。

【第二段】。

首先，我们要学会坚持。军训结束后，很多同学都深有体会，原来自己是可以坚持这么久的。在炎炎夏日里，每天6点起床、7点半出操，长时间站立，高强度的训练，让我们面临了巨大的疲惫和压力。但是，是坚持让我们一天天走过来，虽然有时候半路会跌倒，但是我们始终相信自己也可以走得更远。

【第三段】。

其次，我们还要学会团结。军训有着极其严苛的规矩和规定，这要求我们必须有着高度的团结意识。即便是面对困难和挑战，我们也必须要像个团队一样合作奋斗，只有这样才能超越困难和战胜敌人。这样的团结精神不仅仅在军训中有意义，更可以应用于我们今后的生活、学习和工作中。

【第四段】。

第三，我们还要学会自我管理。在军训中，我们发现那些完成任务最好、得到教官赏识的同学，都是那些自律能力最强、管理自己有条不紊的人。他们有计划、有追求，知道自己要做什么、不做什么，能保持自己最佳的状态。这样的自我管理能力在未来的生活、学习、工作中必不可少。

【第五段】。

最后，我们要学会珍惜。军训的日子虽然辛苦，但是每个细节都值得我们珍惜。就像那一次次的跑步，早已让我们习惯了训练；就像那一次次的集体活动，也让我们建立了深厚的友谊。这些都是我们永远难以忘怀的，都值得我们去感激、去珍惜。

【结尾段】。

总的来说，军训是一次难忘的经历，虽然日子过得很累，但是我们也得到了很多。在坚持、团结、自我管理、珍惜等方面，我们都有了新的收获和提升。我们既要感谢这一段经历，也要把它作为今后成长的要素，为我们以后的人生旅途，注入更多的勇气、信心和力量。

**大学生军训心得体会分享篇二十二**

军训是每个大学生必须经历的一段经历，它不仅让我们学会了如何保护自己，更让我们懂得了珍惜生命。在军训期间，我们经历了很多，也学到了很多，这让我们更加成熟，更加坚强。因此，我认为分享我的军训心得体会是很有必要的。

第二段：培养毅力与坚韧。

军训过程中，我们每天都要完成很多任务，很多时候会感到很疲惫，但是我们不能放弃。这就是培养毅力和坚韧的重要之处。在训练时，官兵们不仅要完成任务，还要按时完成任务，并且不得不时不刻不停的训练。每次出枪场都是一份考验，我们要在困难与挑战中成长，不光提高了我们的意志力也能培养了我们的耐力和毅力。

第三段：加强团队合作。

军训不仅是为了锻炼我们个人的能力，也有助于加强团队合作。在军训期间，我们在队伍中共同训练、共同休息、共同生活，必须相互帮助、相互扶持，才能完成任务。因此，在军训过程中，我们与其他队员密切配合，互相鼓励，学会了团队协作，同时也增加了自己的信心。

第四段：身体锻炼的重要性。

军训期间，我们每天都要进行身体训练，包括晨跑、射击、游泳等，这些训练对于我们的身体与健康非常重要。通过军训，我们不仅锻炼了身体，同时也提高了自己的免疫力和体质。在今后的生活中，这些习惯还将保持下去，让我们更加健康和有活力。

第五段：总结。

总的来说，军训是一段非常艰苦而又充实的经历，但是它也让我们收获颇丰。通过军训，我们培养了毅力与坚韧，加强了团队合作，同时也意识到了身体锻炼的重要性。这些经历和感受将伴随我们一生，让我们更加坚强和自信。军训期间的所学所感，在今后的人生道路上具有重要意义。

**大学生军训心得体会分享篇二十三**

今天下午的军训令人难忘。经过三天的训练，大家个个都已是信心满满，自信十足。

军训的第一关——在教室里静坐三分钟。在平时短暂的不能再短暂的三分钟，现在却漫长地如同三个世纪。我偷偷瞟了一下周围的同学，看到同学们个个都挺直了腰板儿，两眼炯炯有神地盯着前面的同学的后脑勺，一动也不动。三分钟总算过去了，军训的第二关，也是难度系数极高的一项——20秒内完成教室门口集队并到操场候场。为什么说这项有难度呢?因为我们集队要求20秒内完成“静、齐、快”三点，平时异常轻松的一项出操，但是现在却好像比登天还难。而且，我们是六班，也就是年级最后一个班，离出口最远，队伍一到楼下就容易乱，不过，这次我们想出了一个很好的办法，来避免队伍零乱的情况，就是在一楼的四班门口停一下，迅速整一下队，再出发。这个办法果然奏效，我们按要求完成了第二项动作。

好不容易到了候操场地，我们便开始第三关——跑操。跑操要求水准很高，得小腿抬高，跑出直角拐弯。这小腿抬高还是小事，直角拐弯可是件大事。因为它要求跑到拐弯口时要四个人仍然直线对齐，我们用眼睛的余光保持直线对齐，外圈的同学加快脚步，内圈的同学放慢脚步，大家相互配合终于精彩完成了跑操，跑进了早操场地，开始做广播操。只见同学们个个手绷得直直的，人站得正正的，听着音乐的节奏，按着标准连续做了两遍广播操。两遍广播操后大家都满头大汗，但是却没有一个人用手去擦汗，因为大家心里只装着五(6)班这个集体。

做完广播操，我们迎来了任务最难最重的第四关，也是最后一关，——接受检阅。总算轮到我们班了，只见同学们个个精神抖擞，神采奕奕，因为大家都知道，如果这里不好，前面的努力都将功亏一篑。同学们的口号响彻云霄，都在争着为班争光。不少同学嗓子都哑了，可还是努力地喊着口号。到了主席台还要立正、稍息、坐下、起立、蹲下等动作。此时同学个个都已是汗流浃背了，可全班同学没有一个同学做错，更没有同学做多余动作。我们班以最佳组织奖的成绩结束了历时一周的军训检阅。

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！