

2023年大一感悟总结(实用9篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

大一感悟总结篇一

大学其实是跳过了高中这一个坑，又进入了另外一个坑，可能和高三差不多累。这才大一上学期就要写五篇论文，属实有点难，不过我们要想获得学分和高的绩点，又必须去按要求完成各种任务，所以说大学也必须拼搏，虽然也会有闲的发慌的时候，但是更多的是努力学习提升能力成绩。总之只有我们足够努力足够优秀，我们才能去追求更好的生活，忙忙碌碌之中也会有闲适放松的时刻，大一生活必是丰富多彩。我并不孤单，每个专业的大一新生都不好过，都会有很忙碌的时候，一步一步的完成学业任务。

大一感悟总结篇二

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，军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的'激情仍然高涨，等待这次军训的到来。

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，使我们用声音在教学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。

大一感悟总结篇三

在大一军训这段日子里，过的是不如家里舒服，吃的也没有家里饭菜那样合口味，衣服也不会有父母来洗，饭来张口，衣来伸手的生活，再也享受不到了！但是我认为那种生活是属于童年的，属于一个长不大的孩子的。我们21世纪的青年，是自立的、自强的，也是经得起考验的。

军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

大一感悟总结篇四

时间飞逝，转眼间xx天的大一军训时光已经过去。军训是我们人生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每天的军事训练内容非常简单，不过是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来非常简单，而现在做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得

半死，全身都疼，但是大家没有一个人退缩，都坚持到了最后。其深深体会到了坚持就是胜利。

通过大一军训，我深刻的理解到了什么叫团队。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。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自己，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自己心理的极限，可以说是一次难得的经历。通过这次训练，最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。使我明白，没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

我很感谢能通过这次的军训有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会面对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在此，我真心的感谢学校组织的军训，也感谢我的同学，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的学校明天更辉煌、更美好。

大一感悟总结篇五

随着军训汇演的结束，为期15天的南昌工学院2021级大一新生军训落下了帷幕。同学们心中都充满了不舍和感动，回想这半个月的军训，让我有无数的感慨。

刚开始军训的时候，大家都是唉声叹气，既担心自己会晒黑，又担心自己吃不了军训的苦。但是随着时间的流逝，我们慢慢明白了军训的意义，它褪去了我们身上的稚气，让我们变

得更加坚定，成熟和稳重。

军训过程中，有苦也有乐。我们作为女排，虽然没有男生的“刚性”，但也不差。我们有高昂的斗志，我们不怕骄阳，我们勇往直前。在烈日下，流淌的汗水，站军姿后酸痛的四肢，这些都让我们觉得很辛苦，但是晚上拉歌，个人才艺表演让我们觉得很快乐。我们抱着休息娱乐的心态，度过了那快乐时光。我们生活在和平年代，作为华夏儿女，我们要培养吃苦耐劳的精神。半个月的军训是短暂的，但是留给我们的回忆是永恒的，现在想想军训好像也没那么辛苦。

军训期间我们要感谢的人很多，教官一直陪着我们，还让我们背对着太阳站，而他自己却面向太阳看着我们，看着我们累了就会让我们放松一下，时刻为我们着想，我们心中无比欣慰。每天和我们一样早起，晚上甚至睡的比我们还晚，在这里我要谢谢我们的教官，他比我们更加辛苦，他磨练了我们的意志，让我们明白了要严于律己。除此之外我还要感谢我的辅导员老师以及特助，他们经常看着我们训练，记得第一天的时候，怕我们低血糖给我们送糖，有次在晚上下训后还给我们送西瓜解暑，我的内心充满了感动。也特别感激学校提供这样一次机会，拉进了同学之间的关系，也带着我们走进了新的篇章。

恍然之间，觉得军训就像一场梦，梦醒了就结束了，正如徐志摩先生所说悄悄的我走了，正如我悄悄的来，我挥一挥衣袖不带走一片云彩。教官虽然走了，但是他把军人的气质悄悄刻进了我们的骨髓，它已在我们心中种下了一颗充满希望的种子。

通过这次军训，我明白了很多，让我们以坚强的信念，在大学四年中绽放自己的光彩。我会用军训的精神来度过，用梦想创造可能，用知识报效祖国。

大一感悟总结篇六

9月份开始维持十天的军训生活，这也是我们大学生活开始的第一门必修课。

每天都要按时作息，聚在一起，进行紧张有序的训练。日程排满了。教官认真教我们每一个标准严谨的动作，我们也虚心学习。紧张而严肃的训练往往让我们累得气喘吁吁，汗流浹背。但是这个时候，我们也是幸福的。我们可以感觉到我们身体里的新生力量越来越强大。我们在不断收获和收获坚忍不拔、团结一致的良好品德。军训生活，苦中有甜。

成功总是需要努力的。冰心不是说“成功的花朵，人们总是惊叹于自己现在的美丽，但在开始的时候，花蕾浸透了奋斗的泪水，洒满了牺牲的血雨。”我们用汗水浇灌成功的希望，教官用他们的一言一行影响和教导我们，让我们深深感受到部队顽强严谨、不怕吃苦、全心全意为人民服务的优良作风。我们为我们的士兵感到骄傲，并决心成为一名勤奋、不屈不挠和进取的好学生和好公民。

十天过去了，军训生活接近尾声。我们在这段时间里取得了很大的进步。这样有意义的一课也会影响我们以后的学习和生活。所以用心对待，对待我们现在拥有的每一个快乐的时刻，从头到尾进行军训，给多彩的军训生活画上一个完美的`句号。

现在是同一个九月，但是这个时候，心情就不一样了。我们已经坚强地长大了。我们学会了顽强，吃苦，团结，自律。晒得黝黑的脸上，有收获后的幸福甜蜜的笑容！

明天的会议，我们会全力以赴，不管结果如何，最重要的是我们努力了，拼搏了，所以不后悔。向前看，看：明天又是一个晴天！

大一感悟总结篇七

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十六天的`大一军训生活，对每个大学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。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，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。上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。而且，我们南方的气温高得很，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。从小到大，我都没有参加过军训，在上中学，大多数同学他们都参加过军训，他们都会说，“军训好苦、好累”。虽然他们都这样说，可对于军训我是非常的盼望的，毕竟那是人生的第一次，也可能是最后一次。

当我怀着非常激动的心情上路的时候，我在想象我们军训的地方到底是什么样呢！我一直认为，我们军训的地方在林园，那个通讯学校，可当车从那个地方经过，并没有在那里停下，我有些失望了。

终于，终于我们来到了我们的军训的地方，首先进入我眼前的就是“训练基础，”看着那几个金光灿灿的四个大字，我心里是激动的，可人生就是这样，总会大起大落，首先就是把我们将代进我们住的地方，那简直是……只有一张脏脏的床

和被条连枕头都没有，我当时真的有一种哭的感觉，还好的是，我们的教官很帅，很会关心人，很有责任感，站军姿，等等一系列的动作，都那么顺其自然，对我们来说都是小玩意，可就在训练的第七天，我们把教官惹生气了，看着平时跟我们玩成一团的教官，突然就不理我们了，教官，本来就是一个好脾气的人，可我们却把他惹得无语，可以想象，我们犯了多大的错，第一次在上来的七天里，再苦再累，我都忍受，坚持下来了，第一次，我哭了，那不是坚持不下来的眼泪，而是我的心里第一次感到失落，无助，来到山上来，只有老师、教官、同学在一起，一起进步，互相关心，可这唯一的一点都失去了，我强忍住泪水，可它还是不争气的摔了下来，还好的是，我们大家都知道错了，第二天，我们优秀的表现又让原来的教官回来了。

“稳住就是技术”“要的是质量的，不是数量”这一句句经典的话语在心里回荡，就这样，七天的时间转眼就过了，说真的，现在要离开这个曾经让我讨厌的地天，还真的有点舍不得。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。曾经，我们一起欢笑过，流泪过。今天，我们一起经历风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，七天谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华。我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你。

大一感悟总结篇八

幼苗不经风霜洗礼，怎能成就参天大树；雏鹰不经狂风暴雨，怎能翱翔苍天；年少的我们亦如此，不经历艰苦磨练，又怎能成为对国家有用的人。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合口哨音，但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我的军训生活。

短短的十五天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正和稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么“苦”出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

人生道路上，应该印满自己的脚步，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。感谢军训，在我的成长之路上刻下一个永不会磨灭的深刻的. 脚印，它正指向勇敢与坚强！

大一感悟总结篇九

九月一号下午所有新生接到通知与教官会面，并展开训练。怀着期待与抗拒的心里，与刘教官见面了，是个帅气可爱的年轻小伙，与我们同为零零后。没错，我们是人工智能学院一一营三连十四排一娘子军。刘教官是个东北硬汉，接下来就是东北硬汉与俏皮娘子军军们的碰撞。结果就是我们完胜，碍于我们是女孩，刘教官没狠着训我们，当我们喊累时，他会无奈的同我们同意我们休息，当我们训练动作不规范时，他会着急的用语言说明动作要领，当我们夸他帅时，他便是羞涩的大男孩。

一天天的严格训练让我们既充实又快乐，那些许的苦累便完全被覆盖了。从一开始的军姿，作风，到后来的队列操，我们从陌生到熟练，从千奇百怪到整齐划一，一切都融入了刘教官的用心与我们的努力。第一次三连自行举行的队列操汇演，我们便取得了第二的好成绩。拉歌时我们气势也丝毫不输，能展现才艺，也能高冷转身，不搭理其他排的拉歌，我们也因此获得高冷排的称号。

军训之后我们是要展示我们训练的效果的，我们排便是队列操表演中的成员几个排共同组成六百号娘子军，受着营长的严格操练，从一开始的散漫到后面的迅速高效。彩排时我们队列操理所当然成为全场的亮点。我也理解了教官所说的站军姿是最轻松这句话，就在我们被罚坐了半个小时之后，很丢人的说，我矫情的哭了，哭过之后便是领悟，这次经验也给我上了一课，端正态度。

十五天时间，我们见证到了自己都成长。第一次见面时眼神充满陌生与胆怯的我们逐渐变成古灵精怪的捣蛋鬼；从极不协调的肢体动作到全营队列最好的女子方队；从第一次拉歌到高冷团宠。一点一滴的训练最终使我们成为了汇报表演中最靓的队伍。

军训，对每个人来说意味着苦、累、晒、煎熬，位处南方，即使是秋天，却依旧烈日炎炎似火烧。平日里娇生惯养的我们，军训时无不会感觉到在受苦受累。可是军训对我来说，不只是苦，也格外的甜。我感受这舒适生活外突来的苦累，我享受这骄阳，我珍惜与教官还有姐妹们的美好时光。人生中最后一次军训，对我的意义一定是重大的，因此这次军训对我来说是一份珍贵的礼物。

军训的结束不代表痛苦的日子就此结束，相反，一段真正令我们刻骨铭心的时光——大学学习生活，我们的人生才刚刚开始，如何走好求学之路，将是我们面临的重大抉择。人生漫漫，属于我们的征程才刚刚开始，愿不负青春和梦想，走出自己的精彩人生。