

2023年大学生军训心得体会 退役大学生 军训心得体会(模板9篇)

学习心得是一种对自己学习过程进行自我评价和反思的方式。实习遇到的问题与解决方案分享：如何在实习中处理复杂的工作场景？

大学生军训心得体会篇一

随着高等教育的普及和招生规模的扩大，越来越多的大学生加入到了军营的队伍中。在军营生活中，他们经历了艰苦的军事训练，感受到了军人的使命与担当。通过退役大学生的军训心得体会，我们可以深入了解他们的经历和体验，从而更加全面地认识到军训对大学生的意义和价值。

第一段：军训激发大学生奋发向上的精神风貌

退役大学生军训的第一感受就是军训所激发出的奋发向上的精神风貌。军队的训练强度是非常大的，每天早晨的晨跑、队列操练、体能训练等，都对大学生的体力、毅力和耐力提出了极高的要求。在这种环境下，退役大学生不仅要坚持下来，还要追求更好的成绩，争取突破自己的极限。他们懂得了只有付出更多的努力和汗水，才能有更好的回报。这种奋发向上的精神风貌，对退役大学生的人生观和价值观产生了深远的影响。

第二段：军训培养大学生的纪律和组织观念

军训的另一重要目的是培养大学生的纪律和组织观念。在退役大学生军训中，严格的军事纪律被贯彻到每一个训练环节中。大学生们必须按时到岗、听从命令、保持整齐的行为和服从性，这是培养他们纪律观念的重要途径。另外，在军训中，大学生还要学会组织协作，充分发挥团队合作的重要性。

这种纪律与组织观念的培养，对退役大学生的未来发展具有深远的意义。

第三段：军训增强大学生的身体素质和心理承受能力

退役大学生军训不仅考验了他们的体力，同时也锻炼了他们的心理承受能力。军训中的高强度训练可以使大学生的身体素质得到显著提高，增强体能，增进健康。更为重要的是，军训让退役大学生学会了面对困难和挫折的勇气和信心，并从中获得成就感和满足感。在军训中，退役大学生们体验到了胜利的喜悦，也感受到了困难的挑战，这种经历无疑将对他们今后的生活和工作产生积极的影响。

第四段：军训培养大学生的责任感和使命感

退役大学生军训还培养了他们的责任感和使命感。在军队中，每个人都有自己的职责和任务，退役大学生们要时刻保持警惕，不仅要为自己负责，还要为集体负责。他们明白，只有把个人的力量与集体的利益结合起来，才能完成既定任务，取得胜利。通过军训，退役大学生们深刻认识到自己的责任和使命，为今后的工作和生活奠定了坚实的基础。

第五段：军训拓宽大学生的眼界和视野

退役大学生军训还对他们的眼界和视野产生了积极的影响。军训中，退役大学生们与不同地区、不同背景的学员共同训练生活，结交了各方面的朋友，增加了社会的交流，拓宽了自己的人脉。同时，通过观察和学习军人的榜样行为，退役大学生们更加深刻地认识到了国家和社会的重要性。他们意识到，只有对社会有所贡献，才能真正实现自己的人生价值。

总之，退役大学生军训是一次全面而独特的培训体验。通过军事训练，他们获得了奋发向上的精神风貌，培养了纪律和组织观念，增强了身体素质和心理承受能力，提高了责任感

和使命感，拓宽了眼界和视野。这些积极的影响将对退役大学生的未来发展产生深远的影响，促使他们成为社会和国家发展的栋梁之才。

大学生军训心得体会篇二

退役大学生军训作为一项重要的活动，旨在通过严格的训练和系统的教育，进一步培养大学生的爱国主义精神、集体主义观念以及锻炼其身体素质和军事技能。作为一名参与军训的退役大学生，我深受其益，不仅收获了许多实际的技能，而且对自己的心灵也产生了深刻的影响。

第二段：体验严格的军事训练

在整个军训期间，我们接受了严格的军事训练。早晨的晨跑、户外操场上的集体拳术、士兵式的站姿让我们领悟到了纪律的重要性和团队合作的力量。特别是与一班退役士兵一起训练，他们的严谨态度和坚强意志给了我们深深的感动。通过这些训练，我不仅增强了体能，还培养了对外界困难和挑战的勇气。

第三段：学习军校的光荣传统

军训期间，我们还有幸参观了当地的军事学院，了解了军人的光荣传统和辛苦付出。军事学院的领导不仅向我们介绍了学校的历史和发展，更重要的是他们为我们答疑解惑，分享了他们在军队的经历和感悟。通过这次交流，我深深被他们的奉献精神 and 无私行为所感动，对自己的未来职业选择也产生了一些新的思考。

第四段：体验集体生活的快乐和挑战

在整个军训过程中，我们与同学们住在一个宿舍里，共同度过了艰苦的日子。宿舍生活锻炼了我们的自理能力和与人相

处的能力，也带给了我们难得的友情。我们相互鼓励、互相帮助，在生活上形成了紧密的群体关系。同时，面对各种挑战，我们团结一心，共同努力，克服了种种困难，体验到了自己的潜力和团队的力量。

第五段：作为退役大学生的心灵成长

通过军训，我不仅仅是学到了一些军事知识和技能，更重要的是心灵上的成长。在与退役士兵交往的过程中，我看到了他们对待军队事业的热情和投入，他们的崇高精神激励着我。我明白了军队不仅仅是一种职业，更是一种奉献和荣誉，这激发了我对祖国、对人民的热爱之情。军训使我感受到了集体力量的强大，也锤炼了我的意志品质。

总结：退役大学生军训是一段难忘的经历，我在这个过程中学到了很多，不仅是技能方面的提高，更是对自己思想和价值观的完善。通过严格的训练、学习军校光荣传统、体验集体生活的快乐和挑战，我深刻地认识到了自己的不足和发展空间，也增强了自信和积极的人生态度。这次军训不仅是我个人成长的重要经历，更让我感受到了退役士兵们的辛劳和无私奉献，对他们表达我最崇高的敬意。

大学生军训心得体会篇三

第一段：引言（背景介绍）

随着时间的推移，越来越多的大学生选择服役结束后再继续学业，他们作为退役大学生参加军训，不仅为了锻炼自己的身体素质，更是为了培养他们坚毅的意志和团队合作精神。在这段时光中，他们经历了很多，收获了许多。本文将围绕退役大学生军训的心得体会展开论述。

第二段：锻炼身体，提高成绩

在退役大学生军训期间，最直观的收获莫过于锻炼身体。户外晨跑、军事训练、操场比赛等一系列的活动为退役大学生提供了锻炼机会，这对于他们在学业上起到了良好的推动作用。身体素质的提高不仅能够增强大脑的活性，提高学习效率，还能在课堂上展示出更好的精神状态，由此为他们的成绩提供了有力的支持。

第三段：磨炼意志，培养领导力

退役大学生在军训过程中不仅仅是普通学员，还有机会担任起组织者、领导者的角色。军训中的集体生活以及团队合作的精神，为他们培养了坚毅的意志和优秀的领导力。在军训期间，退役大学生领导自己的队伍，组织集体活动，不仅需要灵活运用各种知识和技能，还需要具备良好的沟通和协调能力。这份领导经验，对于退役大学生的个人成长和未来发展将起到积极的促进作用。

第四段：形成团队意识，建立友谊

军训是一个集体活动，一个人的力量毕竟有限。退役大学生在整个军训过程中与志同道合的队友们相互帮助、鼓励，逐渐形成了团队意识。他们一同完成艰苦的训练任务，一起战胜困难，不仅建立了深厚的友谊，还培养了良好的一体化合作精神。这种团队意识的培养，无论是在学业还是工作中，都会成为退役大学生的宝贵财富。

第五段：积极进取，勇于担当

退役大学生军训是他们成长的过程，是培养他们意志品质及综合素质的重要时期。通过军训的磨砺，退役大学生们逐渐学会了面对困难时不退缩、勇往直前。他们从军训中收获的不仅仅是身体力量和领导经验，更是一种积极进取的精神，勇于担当的态度。这种精神将会贯穿他们未来的学业和工作，让他们在任何困难面前都能保持一颗坚定的心。

总结：

通过退役大学生军训的经历，他们不仅得到了身体上的锻炼和提高，更培养了坚毅的意志和团队合作精神。退役大学生军训是一个有效的锻炼平台，不仅为他们在学业上提供了支持，也为他们的个人成长和未来发展打下了坚实的基础。退役大学生军训，是他们人生中一段宝贵的经历和财富。

大学生军训心得体会篇四

军训终于在我的'期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然军训的时间并不是很长，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残

酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的！

大学生军训心得体会篇五

不是大学也有需要军训，我都快忘记高一的军训。也许是那会儿时机还未到的缘故，我军训完只有“终于结束了”的感叹，等到这次大学军训完，我竟然找到了我儿时的梦想，还找回了纪律超人的自己。

在见到教官们的第一眼开始，我就喜欢上了那种站得笔直，做任何事情都一丝不苟的神情，也正是因为这种神情的光临，我回想起来我儿时的梦想——当一名正义感爆棚的警察。儿时有一次拍艺术照，是可以试穿很多职业服装拍照的那种，穿歌手的服装，我觉得太妖艳，穿博士的服装，我觉得太呆板，穿老师的`服装，我又觉得太乏味，只有穿警察制服的时候，我偷偷和一起去拍的小伙伴说“嘿，你想像你爸爸一样当警察吗？我想像我大伯一样当一名警察，这个制服我要穿着拍一套”。

当然，警察和军人也还是不同的。但相同的是他们都同样的正直，同样的严肃认真，同样的一丝不苟。我们教官就是那样一丝不苟，在我们跑步的时候，在我们站军姿的时候，在我们打枪的时候，也在我们休息的时候。

很感谢这次严格的军训，让我学会了坚持，也让我找回了儿时的梦想，还把一个懒散的少年变成了一个自律性极强的成年人。谢谢这次军训，谢谢我的教官，谢谢我自己。

大学生军训心得体会篇六

每一个经历过军训的人都说军训是枯燥无味的，是苦的，是累的，但其实军训也并非是人心中所想的.的魔鬼式训练，我想，在军训的岁月里，乐必定多于苦。

平日里，这片眼前的绿海在骄阳的暴晒下永不屈服，每一个“小绿蛙”们就是这绿海中的一朵小小的浪花。突然一声哨声吹响，每一个人都停下了手中的动作，保持立正的姿势，等待营长的指令，“休息十分钟！”原来是我们盼望的休息时间到了。紧张忙碌的军训之余，军训休息集体拉歌的那一幕，也许真的能让“小绿蛙”们找到释放天性的快乐。我们井然有序地坐在了地上，听那声音嘹亮的歌喉，尤其是那恢弘豪迈的气势，让每一个坚持在训练场上的我们士气倍增。

拉歌的时候，大家你来一首，我来一首，气势豪迈的《严守纪律歌》“军号嘹亮步伐整齐/人民军队有铁的纪律……”唱出了你我的梦想与憧憬，看着平日训练的教官们收起了冷酷严肃的模样，一字字地，一句句地，铿锵有力地把军歌教会我们，他们的声音虽是一如往常的沙哑，但是言语和表情仍然充满着激动之情，各种鼓舞士气的口号让“小绿蛙”们听到信心十足，“东风吹，战鼓擂，一营拉歌怕过谁。”“冬瓜皮，西瓜皮，你们不许耍赖皮。”“一二三四五，我们等着好辛苦；五六七八九，你们到底有没有。”这大概就是军训中的乐趣之一吧，在平日里的多次重复训练中用休息的空余时间通过一些娱乐活动释放自我，展现歌喉，振奋士气，幽默诙谐而又激动的拉歌，令人难以忘怀。

军训中发生的一切都是我们平日中的学习未曾感受到的，在军训的这段日子里，大家齐声有力地喊出了军人的心声，也

更加走近了保卫祖国的伟大的军人，我们对“哪有什么岁月静好，只是有人为我们负重前行。”这句话有了更深的体会。所有的这些都是我们人生道路中难得的一次的经历，我们也定会铭刻于心。

俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人。”在这艰难而漫长的军训岁月里，我们路漫漫其修远兮，因为我们相信，军训中不仅有苦，不仅有累，更多的还有苦中作乐。

大学生军训心得体会篇七

军训，让我学会了感恩。泪水与汗水参杂，枯燥与喜悦并行。我穿上军装，昂首挺胸，懵懵懂懂的面向教官，学习他的站姿，学习他的动作，学习他的一言一行。在军训中，我们的教官年轻而稳重，不失军人的威严。教官在认真的训练的时候相当的严厉，但是他也有和蔼可亲的一面，他以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍，在他的不断督促下让我们有了明显的进步。教官铿锵有力的声音在耳边想起，辅导员叮嘱我们要按时吃饭，叮嘱我们做好防晒措施，并为我们关注天气预报，这些对我们的关心也是有目共睹的，我们应该用好的连队成绩来感恩教官和辅导员无微不至的关心。

军训，让我学会了坚持。我们不断的重复着枯燥的动作，每个人都累得筋疲力尽，第一天的天气是阴天，没有炙热的太阳炙烤着我们，教官讲了一些基本要求，并告诉我们的职责就是服从命令。在教官的严厉要求和辅导员亲切的关心下，我们即使腰酸背疼，却一刻也没有放松的想法，我们虽然没有钢铁一样的身体，但是有一颗比钢铁还要坚强的心。任凭着劳累不断的考验我们的意志，仍然没有选择退缩。即使有同学会感到身体不适，休息一会儿后，又重新踏上了没有硝烟的战场。

军训，让我学会了思考。即使六盘水的均温是19度，但是当

太阳很不客气的暴晒着我们的时候，身上都是滚烫的，就像我们走齐步时手臂打直摩擦着军装两侧一样强烈，就像我们踏正步时脚掌用力的打击地面一样的磨炼着我们。训练时，线条与统一中让我深深的体验到了里面严明的纪律，但是我深知我们的军训不及一半的辛苦，我们不用像教官当兵时那样起得早，整理内务和抗打压。当我练习军姿时，心里不时的感慨到当兵的不容易，并想到我们之所以有如今的国泰民安，全靠他人的负重前行。想想爸妈辛苦一辈子，都是为我们而奋斗，但让我感到难过的是我什么都分担不了，只有尽我最大的努力做到让他们放心，并能达到他们对我的期望吧！即使军训是艰苦的，但是我始终相信“人，只要有一种信念，有所追求，什么艰苦都能忍受，什么环境都能适应。”就算是在最艰难的时候也会感到幸福的。即使我们现在就是一个简简单单的军训和父母的辛苦比起来不值一提。

军训，让我学会了感悟责任。每个人自打呱呱坠地时在不同的年龄阶段和不同的工作单位就都扮演不同的角色，并需要担任相应的责任。我的责任就是好好学习，服从老师的安排和学校的安排。老师的责任就是教给学生知识和基本礼仪，教官的责任就是教会我们服从命令教会我们懂得克服困难。责任可以使人变得坚强，责任可以发挥我们的潜能，责任可以改变我们的态度。军训时，我们的责任就是让我们的方队变得最整齐，要学会考虑他人，顾及他人感受，一个人做事的好与坏，最关键的在于有没有责任感，是否履行了自己的职责。我深知只有我们连队的人都明确的认识到自己的职责，发挥自己的能力之后，才能克服自己困难。

军训，让我学会了团结就是力量。在短短的军训期间，我们要与原本不熟悉的同学和睦相处，相互沟通，并且做到互帮互助，团结一致。我们要从原本懒散的生活中脱离出来，参加严格的训练，接受阳光的洗礼。我们在田径场走齐步，走正步，唱军歌，都需要大家团结一致的面对，如果没有队友是不会有整齐的踏步声，响亮的合唱声。奥斯特洛夫斯基曾说过：“哪一天你和集体脱离，那便是末路的开始，”三国

时期的孙权曾说过：“能用众力，则无敌于天下矣；能用众智，则无畏于圣人矣。”这就是我理解的团结精神。在训练中，从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，都让我深深的感受到了团结的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益。

大学生军训心得体会篇八

悄悄地，我们翻开了大学生活的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

这个飞扬着绚丽梦想的大一，一个等待着我们用手中的画笔描绘出缤纷色彩的大一。回到学校，一眼望见的'依旧是熟悉的校园，就连一张张陌生的脸孔也不再让我感到孤独了。对新的生活充满着期待。步入大一，我们迎来了如火如荼的军训。这是我人生中的第一个军训，我只想好好的学好此课程，为我大学生生活摆出鲜艳的花朵。

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。在军训的整个过程中，我的脚麻痹着，站在第一个的我被太阳猛烈的晒着，他毫不留情的照射着我，汗水滑过脸颊，透湿后背，眼泪顺流而下，忍着忍着。其实我是多么的想跟教官说“报告，想休息下、”正因为我选择了大学，更不想才刚开始就输给自己，所以我坚持着。

军训是一种能增强体质与纪律的有力活动。经过几天的军训后，我们如同刚受阳光滋润的小草般，充满着冲劲。从起初医务室挤满人到逐个进去，显然大家的意志坚定了许多，军训所带来的痛疼都被我们的坚决的毅力战胜了。军训告诉了我们要坚持不懈。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂！在这炎炎的烈日下有我们耀眼的青春；俗言道：吃得苦中苦；方为人上人。是军训；让我们拥有战胜困难的勇气；让我们懂得团结互助；是军训；开启了我们辉煌的青春。；

每天随着教官哼着军歌，让我们也开始喜欢上了那首歌，因为它含着我们的记忆，最终军歌一等奖让我们感到欣慰。

我坚信，这十七天的路我们能走好，以后三年的路，我们也能走好，未来一生的路，我们一样能走好！因此，我们应该为此奋斗，让我们鼓起勇气吧！让自信为我们铺路，让胆识为我们克服困难，向着朝阳前进吧！

大学生军训心得体会篇九

第一段：军训的意义和目标（150字）

军训作为大学生生活中的一部分，不仅仅是一种训练，更是一种锻炼意志力和团队精神的机会。军训的目标是培养学生的纪律意识、团队合作能力和人际关系处理能力等。体育大学生在经过军训后，能更好地适应大学生活和未来面临的挑战。

第二段：体育大学生军训的特点（250字）

体育大学生军训相较于其他专业的学生军训，有着独特的特点。由于体育学生的身体素质相对较好，军训项目更加注重锻炼和考验学生的身体素质，如长跑、素质训练等。体育学生的军训项目也更注重团队合作，以队为单位进行训练，不仅能增强学生的团队精神，也能培养学生们对团队的忠诚和担当。

第三段：在军训中的收获（300字）

体育大学生在军训中收获了很多。首先，军训锻炼了同学们的体能，提升了他们的耐力和力量。在艰苦的长跑训练中，体育学生通过坚持不懈，克服自身的疲劳，不断的超越自己，不仅提升了个人的身体素质，也培养了他们坚韧不拔的品质。其次，军训也让同学们学会了规律的生活。在军训期间，同学们必须按时起床、按时吃饭、按时休息。这种规律的生活

让同学们养成了良好的生活习惯，这对大学生活和将来工作中都非常重要。最后，军训还锻炼了同学们的团队合作能力。在各种团队项目中，同学们必须密切协作，相互扶持，在这个过程中，同学们学会了沟通、合作和倾听的技巧，也培养了对团队的忠诚和担当。

第四段：军训中的困难和挑战（250字）

虽然军训给体育大学生带来了许多收获，但也面临着许多困难和挑战。首先，身体疲劳是最常见的挑战之一。军训期间，同学们需要进行大量的体力训练，很容易感到疲劳和累。其次，气候的变化也是一个挑战。有时候军训期间会遭遇恶劣的天气，例如寒冷的冬天或酷热的夏天，这对学生们的体力和毅力都提出了很大的考验。最后，人际关系的处理也是一个挑战。军训期间，同学们需要和不同背景的同学相处，要学会尊重和包容。这也是对大学生自身成长的一种考验。

第五段：军训对体育大学生的影响（250字）

军训对体育大学生的影响是深远的。首先，军训锻炼了体育学生的身体素质，提升了他们的体能水平，更好地适应体育专业学习和未来工作的要求。其次，军训培养了体育学生的纪律意识和团队合作精神，使他们成为有条理、有纪律的人，并具备更好的沟通和合作能力。最后，军训增强了体育学生的意志力和坚韧性格，让他们在面对困难和挑战时更加坚强和勇敢。

总结：体育大学生军训不仅仅是锻炼身体，更是一种全面培养和陶冶情操的过程。通过军训，体育学生能够锤炼意志、培养纪律性，同时增强团队合作意识和自身素质，为今后的学习和工作奠定了坚实的基础。