

# 2023年大学军训的心得体会(精选8篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 大学军训的心得体会篇一

第一段：介绍军训的背景和目的（150字）

大学网上军训作为一种全新的形式，是应对当前世界形势变化而采取的应急措施。军训的目的是通过强化学生的纪律性、团队合作和自律能力，培养学生的爱国主义情怀和意识，以及解放军的军事素质。网上军训不仅可以适当减轻学生的体力负担，还提供了学习的机会，使学生能更全面地了解 and 认识国防建设的重要性。

第二段：网上军训的具体内容和经验分享（300字）

网上军训采用了模拟军事演练的方式进行，利用视频平台和在线教学平台进行指导和学习。我在军训中学到了许多军旅生活中的基本技巧和军事知识，比如穿戴整齐的军装、行军时的动作规范以及基本的军事编队。在学习的过程中，我发现自己的纪律性和团队合作能力得到了很大的提升。与此同时，我也了解了解放军的锻炼方法和日常生活习惯，深刻感受到了军人的坚毅和顽强精神。

第三段：网上军训的优点和局限性（300字）

相对于传统的大学军训，网上军训有一些独特的优点。首先，它可以节省时间和资源，使所有学生都能参与进来，无论是身体素质好还是不好。其次，网上军训可以弥补传统军训中

对理论学习的不足，帮助学生更系统地学习军事知识和技能。然而，网上军训也存在一些局限性。例如，缺乏实际的体力训练会造成学生体能的下降；缺乏现场环境的感受也会影响到学生对军事生活的真实理解。

#### 第四段：对网上军训的思考和建议（250字）

网上军训是面对疫情的特殊时期的一种临时措施，但它也值得我们深入思考。在未来的大学军训中，可以借鉴网上军训的一些优点，结合传统军训的体力训练和实地演练，形成一种更为完善的教育模式。此外，网上军训还可以与其他学科融合，使学生能够更好地理解和应用所学知识。总的来说，网上军训是一种尝试和创新，提供了新的思路和方向，而它的不足之处也需要我们进一步优化和改进。

#### 第五段：总结网上军训的收获和意义（200字）

通过参加网上军训，我不仅获得了军事知识和技能，还培养了自己的纪律性和团队合作能力。在这个过程中，我更加深刻地认识到国防建设的重要性，同时也对军人的艰辛生活有了更多的了解和尊重。网上军训不仅仅是一种临时的举措，更是一种引领未来军事教育发展的方向。通过建立更加科学、多元化、灵活性的军事训练体系，可以培养更多优秀的大学生，为社会和国家的发展做出更大的贡献。

（总计：1200字）

## 大学军训的心得体会篇二

伴随着夏日的酷热，踏入大学的门槛，迎接新生的不仅有学业的挑战，还有一项令人兴奋而又略带紧张的活动——军训。作为大学生涯的开端，军训是一次改变、锻炼和收获的机会。我忍着激动的心情走进军训营地，一天的军训使我获得了许多珍贵的心得体会。

首先，军训让我意识到团队的重要性。在军训期间，我们被划分到一个个小组，每个小组都有不同的任务需要完成。我所在的小组里，大家互帮互助、紧密合作，共同攻克一个又一个挑战。我们在互相鼓励、协作中建立起亲近的关系，形成了无比强大的团队合作力量。在这个过程中，我深刻体会到，只有整齐划一、齐心协力才能完成一项任务，同样，只有团结一致、互相支持才能克服困难，取得胜利。团队就是一个整体的力量，只要每个人都能发挥自己的优势，并与团队紧密配合，我们就能够取得很好的成绩。

其次，军训让我感受到了纪律的重要性。在军训中，我们被严格要求遵守纪律，比如按时起床、合理用餐、按时报到等。在整齐划一的动作中，我逐渐认识到纪律的力量和美妙之处。军训让我明白，只有遵守纪律，才能使整个团队有条不紊地运转。纪律是一种规矩，而规矩使人更加自律，从而提高自己的效率。只有对自己严格要求，才能更好地完成任务，实现自己的目标。军训中，我认识到自己还有很多不足，需要通过遵守纪律来不断弥补和完善自己。

然后，军训让我明白到坚持不懈的重要性。在高强度的训练中，每一个动作都要求我们百分之百的投入和坚持。特别是站军姿时，肌肉酸痛的感觉让我想要放弃，但教官的一声鞭策却让我坚定了意志。在军训中，我学到了要坚持到底，不怕困难和挫折，只有坚持下去，才能突破自己的极限，展现自己的潜能。坚持不懈的力量是无穷的，只要我们肯付出努力，必定会有所收获。

最后，军训让我体验到战胜困难的喜悦。在军训的过程中，曾有无数次我觉得自己已经无法再坚持下去，但凭借着拼搏的决心和坚强的意志，我挺过了最艰难的时刻。当最后一天的军训结束后，我满怀喜悦地回顾过去的十天，发现自己变得更加坚强、自信和勇敢。困难并不可怕，只要我们敢于面对，用正确的态度去对待，相信一定能够克服它们。战胜困难的喜悦是一种宝贵的感受，它将成为我今后面对任何困难

的动力和支撑。

总结起来，大学军训一日心得体会不仅带给我了团队合作的重要性，还让我明白了纪律的必要性，坚持不懈的重要性以及战胜困难的喜悦。这次军训让我获得了许多宝贵的经验和体会，也使我在心里长出了一片大学生活的起航之地。我相信，在未来的学业生涯中，我将永远铭记军训的点滴，将这些经历与体验融入生活中的点点滴滴，为自己的成长和发展插上坚实的翅膀。

## 大学军训的心得体会篇三

人生是一部书，而大学军训则是其中最精彩的篇章之一。军训期间，我们经历了汗水、痛苦、挑战，同时也收获了坚强、勇敢和团结。这段时间对于我来说，既是对自己的磨炼，也是对大学生活的一个全新的起点。回首军训的日子，我不禁感叹——军训，真是大学天。

首先，军训给了我一次锻炼和提升自己的机会。进入大学的第一天，我们便开始了紧张而充实的军训生活。太阳还没升起的时候，我们便已经列队在操场上，开始了一天的训练。军事理论、军体技能、战术基本功……接连而来的各种训练项目让我原本懒散的身体重新焕发出青春的活力。在这个过程中，我学会了严格要求自己，坚持不懈地锻炼，同时也培养了良好的纪律性和组织性。这些提升不仅仅体现在军训期间，也会伴随我度过整个大学生活。

其次，军训让我体验到了团队合作的重要性。所谓“一人踏浪，全队过海”，只有整个队伍的紧密配合和团结一致，才能取得最好的战斗力。军训期间，我们不仅要完成个人的任务，还要保证整个小组的训练效果。无论在训练场上还是生活中，相互之间的支持和帮助成为我们共同的底色。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，尊重不同的观点，与人合作的能力也得到了提升。这种团队合作的意识和精神将伴

随我未来的学习和工作中。

再次，军训教会了我如何应对困难和挑战。军训并不是一件轻松的事情，尤其是对于没有军事经验的大学生来说，可能会感到特别吃力。而面对这些困难，我们不能退缩，只有坚持下去，才能克服困难，取得成功。在长时间的训练中，很多人可能会遭遇到体力和意志的疲惫，但是我发现，只要心态积极，拥有一颗坚强的信念，我们就能够克服困难。这种在困境中坚持不懈、勇往直前的态度，将成为我未来面对任何挑战的底气。

最后，军训让我体会到了身为大学生应有的责任感和使命感。作为一名大学生，我们应该承担起为国家和社会作出贡献的责任。军训期间，我们不仅仅是为了锻炼身体和提升自己，更是为了将来能够为国家和人民贡献自己的力量。军训中的种种惊险经历和思想洗礼，让我更加明白自己责任所在，也更加坚定了献身国家、服务人民的理念。我相信，只有不断提升自己，追求卓越，才能够最大程度地为国家社会做出贡献。

在大学的军训日子里，我经历了各种各样的挑战和困难，但是也收获了许多宝贵的经验和体验。军训让我成长了许多，让我更加坚定了自己未来的目标和方向。我相信，这段经历将与我并肩前行，指引我在大学天充实而精彩地度过每一天。

## 大学军训的心得体会篇四

在我即将步入大学校门的那一天，军训活动就如期而至。炎炎夏日，我和一群前来报道的新生们踏进军训基地，开启了为期一个月的军训生活。这段时间的军训经历，给我留下了深刻的印象，不仅让我体验到了军事素养的重要性，还使我收获了自信、坚韧和团队合作等宝贵的品质。下面就让我来和大家分享一下我在军训中的心得体会。

首先，军训让我学会了自信。刚开始军训的时候，面对严厉的教官和训练项目，作为一个新生，我感到自己的不足和紧张。我经常觉得自己做不好，害怕犯错，生怕给教官和队友们带来麻烦。然而，随着训练的进行，我逐渐意识到，自信是做好每一项任务的关键。只有相信自己的能力，才能正确地完成训练任务。渐渐地，我开始迈出坚定的步伐，加入到集体训练中，发挥出自己的潜力。通过不断挑战自己，我逐渐变得自信起来，并且懂得了只要肯努力，就没有克服不了的困难。

其次，军训使我变得坚韧起来。军训的日程紧凑，训练强度高，很多时候我们需要连续训练数小时，甚至在恶劣天气下进行。那些艰苦的日子里，我常常感到疲倦和痛苦，也曾想过要放弃。但是，每当想到成为一名合格的军人的梦想，我就立刻振作起来，积极面对困难。我告诉自己，只有坚持下去，才能收获成功的喜悦。尽管汗水湿透了整个身体，但我的内心却是坚定的，因为我知道，无论遇到什么样的困难，我都能够勇敢面对，战胜它们。

此外，军训也让我体验到了团队合作的重要性。在军训过程中，队伍中的每一个人都有自己的任务和责任，大家必须默契配合才能完成整体训练任务。每当我们一起在烈日下行进时，我能深深感受到队友之间的互助和支持。当有队友累倒时，我们会一起搀扶着他，互相鼓励和扶持。在这个过程中，我意识到，一个人的力量是有限的，只有一个团结的团队，才能够克服困难。通过和队友们的密切合作，我不仅收获了友谊，也学到了与人合作的技巧和智慧。

最后，军训让我认识到，军事素养是一项重要的能力。学习军事知识和技能，不仅可以提高个人的综合素质，还可以培养民族精神和爱国情怀。在军训中，我们接受了很多军事理论和实战技能的培训，从步枪射击到擒敌拳术，我们都得到了很好的指导和训练。通过学习和实践，我理解到了军事技能的重要性，并深感作为一名大学生，掌握这些知识和技能

对我以后的人生发展非常有益。

总结起来，军训经历不仅让我学会了自信、坚韧和团队合作等宝贵的品质，而且使我认识到军事素养是一个大学生应该具备的重要能力。尽管军训过程中有时会感到痛苦和劳累，但通过这段经历，我深刻体验到了自己的成长和进步。军训的收获不仅在于体能的提升，更在于心理和意志的锻炼。我希望自己能够把这些在军训中获得的宝贵经验和品质应用到日常学习和生活中，不断追求进步和完善自己。

## 大学军训的心得体会篇五

军训心得体会大不易，这个暑假的大学军训，不仅让我体验到了军人严谨的纪律，更让我明白了团结协作的重要性。在这段时间里，我经历了体力的训练，也经历了思想的成长，收获颇多。以下将结合个人经历和感悟，总结军训的心得体会。

首先，军训让我深刻体会到了体力的重要性。在严苛的体能训练下，我感到自己曾经的体力水平远远不够。每天晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等训练项目让我出了好几次大汗，也坚持不到最后。但是，当我看到其他同学们坚持下来时，我意识到了自己的懈怠和软弱。于是，我下定决心尽全力坚持这些训练，渐渐地，我的体力开始逐渐恢复，不再感到疲惫，也能和其他同学们一起完成任务。通过这次军训，我明白了只有拥有强健的体魄，才能更好地为国家和人民服务。

其次，军训让我切身感受到了纪律的重要性。军训期间，每一天的起床、穿衣、行军、整理等，都需要严格遵守军事纪律。之前，我习惯了随意的作息时间和行为规范，对于纪律要求没有过多的关注。而在军训过程中，我们要听从指挥，严格按照规定行动。起初，我会时不时犯错，受到了教官的批评和警告。但我逐渐明白了纪律的重要性，纪律是一支部队的灵魂，也是一个人成长的保障。通过不断的训练和反思，

我逐渐养成了遵守规则和守纪律的习惯，这也使我在日常生活中更加自律。

再次，军训培养了我团结协作的意识。在军训过程中，有很多集体活动和训练项目，需要我们互相配合，共同完成。有时候，我可能个人能力不足，但当我和其他同学一起努力时，我们的团队就变得强大起来。我发现，只有相互信任，并且配合默契，才能在短时间内完成各项训练任务。这种精神不仅在军训中具有重要意义，也对于今后的学习和工作有着积极的影响。团结协作的精神让我们能够共同进步，克服困难，获得更好的成就。

最后，军训让我明白了坚持的重要性。在军训的过程中，会遇到各种各样的困难和挑战，很多时候我们都会想要放弃。然而，只有坚持下去，我们才能看到自己的成长和进步。军训的日子也是临近结束时，我们开始有时背井离乡，对于训练疲倦、家乡思念更是倍感郁闷。但正因为这份坚持，我们才收获了更多：得到了锻炼，得到了成长和进步。这种坚持的意识深深地烙印在我的脑海中，为将来的学业和事业打下了坚实的基础。

总之，大学军训是一次难得的锻炼机会，通过亲身经历和深刻体验，我体会到了体力、纪律、团结和坚持的重要性。这次军训让我从一个青涩的大学新生成长为一个更加坚强和有责任感的人。我相信，在今后的学习和工作中，我会运用所学到的军训心得，不断进步，并为国家和人民做出更大的贡献。

## 大学军训的心得体会篇六

本站后面为你推荐更多大学军训心得体会！

刚刚结束的大学的军训，这次军训让我获益良多。对此次军训有如下总结□



军训过程中的国防教育进一步强化了他们的国防意识，增强了爱国热情；消防演习增加了学生的消防知识；急救知识让同学们大开眼界；他们还品尝了自己的劳动成果——饺子。学生在日记中这样写道：“这是我第一次包饺子，模仿着阿姨的动作，我笨拙的一下一下地包着，虽然样子不好看，但这让我懂得了：原来我会的事情震得不多，还有许多东西等着我去学习。虽然我不喜欢吃饺子，但我吃了很多，品尝着自己的劳动成果，果然很有成就感。”

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，这些都体现了他们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。但是，虽然训练场上，骄阳烈日，但他们并没有畏惧，处处展示出了军人的飒爽英姿。在五天的军训中，同学们吃苦耐劳，严于律己，顽强拼搏，表现出色。比如倪莉同学晕倒了，稍作休息，立即归队，罗啸晨带病坚持训练，拉练过程中没有一个退缩。队伍集合，动作敏捷；站立军姿，满身大汗，纹丝不动；队列操练，步伐规范；训练场外，又能互相帮助，关心照顾，团结友爱。

对这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，她们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

军训是以后紧张的学习生活的起点，通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。通过军训，增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

军训教会了学生对别人的关爱，它加深了他们理解保卫祖国的责任，它告诉他们面对困难应有的态度。军训后他们不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，他们知道面对高峰，必须自己去搭造阶梯；遇到山崖，要自己去连结绳索。

这五天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。

## 大学军训的心得体会篇七

大学军训就这样结束了，我的心中有许多感言！

似乎是坐着七彩祥云而来，越来越接近心中的那片圣地，自己的梦想也即将实现，心中在呐喊：“我来了，军营！”

和我向往的环境差不多。高山是屏障，军营前的山巍峨挺拔，似乎是为了保护，又或是为了见证我们不屈不挠的精神所创造的奇迹。绿树环合，清新而充满神秘。绿草根根挺拔，像是哨兵在坚守。

这就是我向往的军营，七月的军营，处处洋溢着生机，充满着惊喜。当梦想实现时，犹如是在品尝苦瓜的苦涩后，继而是在舌尖上那舞动的醇香。

真正穿上迷彩服后，才觉得自己在军营生活是真的，虽然衣服不合体，但我心里美滋滋的，那绿、灰、青组成的衣服，是让我渴求已久的梦。见到教官们精神抖擞、文武双全，心里窃喜，是啊！我的梦想不是不切实际的，教官们的训练会让我初步体验军营生活的魅力！

同时也结识了一帮好朋友，她们性格迥异，但就是这样才让人欣喜，集体生活是初次尝试，团结互助，不搞个人主

义……这些都是挑战，也是机遇和价值。

每天被安排得井井有条，这里的生活严格而正规。烈日下的我们在享受着这漫妙的时刻。各种单兵演练的操作虽然开始难以适应，但来之前已经对自己发出了警告：“不放弃，不掉队！”在燥热的九月，在最让我迷惘的九月，现在有了目标，生活得充实。这几天明白了生活充实实是种幸福。

## 大学军训的心得体会篇八

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严。多少曾娇的女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景。

我骄傲我是其中的一员。

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头；跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤。我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们牢记”流汗流血不流泪”。

蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害集体受罚。军训中我们懂得团结，我们铭记”团结就是力量”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的

视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏。军训中我们学会坚持，我们深信”坚持就是胜利”。

“寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”同学们长着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训。军训中，我们正在长大。

军训是艰苦的，我们是快乐的。