

2023年大一军训心得体会(优秀16篇)

学习心得是对自己学习成果的一种总结和证明。推荐大家阅读以下读书心得范文，它们涵盖了各类书籍的内容和主题，相信能够给大家带来启发和帮助。

大一军训心得体会篇一

记得刚刚来到xx这里的时候，我不会有任何的抱怨还没有开始训练的时候，我每天都在憧憬着，不会因为自己没有做过的事情操心，在一开始我就觉得这次军训没有什么难度，是我在小看，现在想一想觉得自己当时很是天真，真正的开始了之后我自己就感觉到了气氛的紧张，每一次的集合都是紧张的，在跟教官见面的第一天晚上就搞得气氛非常紧张吗，当时我实在是觉得军训没这么简单，当然这一点在接下来不久就直接证明了，我的想法实在是幼稚对于这些没有一个清楚的认识，很多事情都是自己想怎么样就怎么样，让我觉得对对待一件事情的看法不能再这么简单了。

军训到现在我真的感受很多，自身的一些进步是很直接的，我觉得有时候就应该给自己很多勇气，在言行举止上面对自己更加严格，我坚持了这十几天，不是所有的事情都能够由着自己去，这次军训就让我知道了烈日炎炎我们应该努力，应该做好自己，只有在训练的时候充分的表现自己，锻炼磨砺之后才是可取的，这段时间以来没有什么时候我不在担心自己能不能坚持下去，十几天看上去不是很长，或许在别人看来就是十几天，可是真正经过了这次军训这十几天真的是很漫长的，尽管在训练的时候没有想到这么多，但是这些都是我们要去思考的，军训真的让我学习到了很多，让我对自己的能力更加清楚了，我知道在以后的大学生活当中自己应该做到哪些，哪些不好的习惯要纠正。

其实很多时候我们不应该总是在着急，让我感受最多就是在

训练的时候我们那种坚定的心态，这是从一开始的抱怨，喊累，到后面慢慢适应军训，对军训抱着一中特殊的感情，这样慢慢的培养出来的，我也会继续努力，加强对自己的提高。

大一军训心得体会篇二

20__年4月6日上午八点，来自重庆三峡学院17个不同院系的4000多名学生被主要划分为4个营若干连，由教官们带领着展开了为期两周的新生军训活动。

要知道，对学生实施军事训练，是全面贯彻党的教育方针，改革教育内容，加强学生思想政治教育，全面提高学生素质，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的建设型人才的重要措施。历史经验表明，一个国家、一个民族的强弱兴衰与国防意识的强弱密切相关。而军训的目的就是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟、激发爱国热情、发扬革命英雄主义精神、增强国防观念和组织纪律性、养成良好的学风和生活作风，掌握基本的军事知识和技能，为成为中国人民解放军后备兵员和预备军官、为国家社会主义事业建设者和接班人而奠基。

今天上午编好队后，各位教官给学员们设置的主要训练任务有站军姿、队列训练立正、稍息、停止间转法以及脱帽、戴帽、敬礼的动作规范。这不禁让学员们一改以往对这些平平无奇的动作用的初印象，从而领会到其中的诸多要领所在。下午的训练则以一些基本的'体能训练为主。同学们均排列得整齐有序，口号声也响亮清澈，不难看出，每一个人都在积极地听从教官指挥并完成相应的训练任务。军训有条不紊地进行着，完美展示出了三院学子不轻易言败、积极进取的风采和自强不息、顽强拼搏的精神。运动场上，不仅有认真参训的大一新生，还有在各个院系服务点默默守候的高年级学生干部及站岗的志愿者们，他们都在默默贡献自己的力量来为这场盛大的仪式保驾护航。后来，鉴于雨势愈来愈大及对学生们身体状况的考虑，军训被迫终止。

军训，对于踏进大学殿堂的莘莘学子而言，既是大学生活的一个起点，又是一个新的生活挑战。《孟子》有云：“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，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”虽然第一天的训练因为雨势戛然而止，但我相信我们仍将以更加饱满的热情去迎接接下来的相应挑战。

大一军训心得体会篇三

大一生活已经结束了，回想我在过去半个月的军训，实在是令人终身难忘的经历。在我刚刚收到大学录取通知书的时候，简直是欣喜若狂。不过在开学之后，我们的第一件事情便是参加军训。

由于我在初中和高中的时候都参加过军训，所以对军训并不陌生，不过现在看来，我有很多的现实情况都不能达到军训的要求，我就是这样一直过来的，回想起来，还是挺遗憾的。不过自己已经历过了，就足够了。

十五天，在漫漫的人生中只不过是匆匆的一瞬间。但在军营中度过的十五天，绝对是不平凡的十五天。十五天的军训中，包含着我们的酸甜苦辣。站军姿，起步走，跑步，正步走，蹲坐。我们一遍又一遍地重复着枯燥的动作；唱歌喊口令，我们用全身的力气吼叫，却总不能让教官满意。腰酸了，必须撑着；背疼了，还要挺直；喊哑了嗓子，喉咙还依然忍痛嘶叫。无论是滂沱的大雨，还是火热的烈日，我们的训练依旧；不管是流汗还是流泪，我们的步伐不能停止。

铁一样的纪律无时不刻地约束着我们。在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立，有我们酸痛的手脚重复着动作。严肃的教官，艰苦的生活……所有的一切，我们必须坚强地面对。因为我们身披军装，因为我们身在这绿色的军营。

我们每一个人都以军人的标准严格要求自己。军训的十五天

虽然很短，但我们学到了许许多多的别处无法获得的东西——是知识，是品质，是

精神，更是一笔宝贵的财富。

军训的滋味如同五味瓶夹杂在一起，我们品尝了；但它不能够只是一刻的味觉。我们要保留着其中的精华，让军营中学到的优秀品质伴随着我们，以军人的姿态迎接即将到来的高中生活，以至于整个人生。

大一军训心得体会篇四

9月16日，军训终于开始了，一向向往军营生活的我，现在总算可以亲身体会一下了。

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。看，同学们一个个英姿飒爽，昂首挺胸站在操场上，是青松，是大海，是寒梅……当然，军训也是辛苦的，看那严明的纪律，那雷令风行的作风，还有那铁一般的体魄，钢一般的意志，无不给人以一种肃然起敬的威严。苏轼曰：立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。

赤日炎炎，没有一丝风，树叶也无精打采的，可训练场上的同学们个个精神焕发，队伍整整齐齐。军姿一站就是半个小时，虽然每个人的衣服都湿了，但是同学们都坚持了下来，坚决服从军令。几个小时下来，许多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学干脆就席地而坐。军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

当然，我也有累了想打退堂鼓的时候，也想找个借口不参加

了，就在这个时候我看见了陪我们一起流汗的教官和辅导员，“他们不曾退缩，我又怎敢撤退，我要成为最优秀的学员”，我在心中不停地默念，终于做到了坚持。坚持就是胜利，我是一个意志坚强的男孩，坚持让我走到了今天，我可以骄傲地说，我没有流过一滴泪，没有请过一分钟的假。世界不相信眼泪，只有强的灵魂才能毅力不倒，只要我们坚持下去，就会看到胜利在向我们招手。

团结就是力量。通过军训，我对“团结”和“大局”的认识更加深了一层。军人崇尚集体主义，思考问题总是从整体的角度出发，这既是传统，也是需要。比如队列训练讲究整齐划一，步调一致，一人出错，影响全局。一个人的力量是渺小的，一个连的人凝聚在一起，便如大海一样壮阔，一样高远。当我们连以整齐的步伐，洪亮的口号在操场中训练时，领导、教官都被我们团结的力量所震撼。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

大一军训心得体会篇五

大学一开学就要进行一次为期两个礼拜的军训，其实我们心里都有底知道开学要进行军训训练，但是开学九月份这几天正式暴晒的大热天，我们每天都要一个小时的站军姿，然后踢正步，一大早就起来训练，烈日当头的时候也不能休息，很多同学都坚持不住，纷纷中暑。但是现在结束了军训，回想起来，军训训练期间我们过的都很充实，也学到了很多，体会到平时不能体会到的艰辛，为此，我特意对这段期间做了一个心得总结。

总是有很多人說我们这一代是吃不了苦的一代，我相信军训

生活不仅给了我们一个磨练自我的机会，更是一个证明自我的机会。刚开始军训训练，自己还感觉很新奇。可是从第六天开始，自己真正体会到了军训的不易。基本动作都学会后，就要开始规范动作，练习分列式，正是在这时我真正感觉到了军训的严格，严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。军训训练中有时会有动作不到位，小班长总是毫不留情面的指出，帮我们改正。同学之间也会相互纠正姿势，互相督促练习。

军训的训练场上不仅有我们的汗水和飒爽英姿，更有欢快的笑声，还有动听的歌声，大家利用休息时间充分展示自己的才能，一起玩游戏，加深了彼此的了解。这感觉，与课堂完全不同，它带给我们的是青春的绚丽，是友谊的美好，拉近了彼此的距离。军训期间学校还安排了很多文体活动，让我们的生活十分丰富多彩，更让许多同学找到了展现才艺的机会。

军训训练同样留给我们很多有意义的东西。首先是团结协作，荣辱与共。军训中要保持与集体的进度一致，不然可能会拉低连队的分数，这在今后也是十分重要的，集体的利益与个人的利益永远需要一个平衡点，需要我们做好选择，团结集体才能不断增强团队的战斗力，自己也才能得到真正地提高。其次是严格要求自己，永争第一。只有严格要求自己才能不断进步，在竞争中不进则退，我们要一直保持进步的状态，才能立于不败之地。最重要的就是坚持了，军训中我们吃了许多苦，但我们都挺过来了。今后的生活不会一帆风顺，苦难与挫折总会伴随我们，军训让我们学会了坚持，这会是我们今后的生活受益匪浅。我相信军训中的时间观念，严格要求，坚持不懈等等精神会影响我们的一生。

这14天要感谢我们的教官，他们比我们更加辛苦，督促我们进步，关心我们的生活，陪我们一起度过这人生中独一无二

的两周。他们用自身的气质深深感染着我们，让我们体会到什么才是真正的军人，教会我们成长。

军训训练的时间虽然不长，但是军训带给我的影响却是受益匪浅，这种感悟需要用心慢慢品味，军训教会了我如何在逆境中忍耐，寻求解决方法，面对挫折和困难，不能轻言放弃，更加不能逃避，这些都不是解决问题的方法，只有直面对待，勇于挑战，才能突破自我，取得成功，军训是我人生中非常重要的一环，更加是我前行的驱动力，我相信，经过军训的人，都是能够经受住磨练的人，将来我的道路会越发笔直！

大一军训心得体会篇六

时光如白驹过隙，不知不觉已在xx大学完成了从夏天到秋天的转换。而军训生活中的点点滴滴依然历历在目。从刚进校时的一片茫然，到第一次开班会，到领军训服装，然后艰苦而又值得回忆的军训生活就开始了。

夏天已经快要过去，而我们头顶的那毒辣的太阳却仍毫不留情的辐射着它的能量。从早上8点到中午11点，从下午2点到傍晚6点，一天中的大部分时间，我们在烈日下度过。从立正到稍息，从跨立到敬礼，我们在教官的口令声中挥洒着汗水。从玩笑到唱歌，从惩罚到娱乐，我们时刻体验着军训中的别样快乐。军训中的种种不快早已成为过眼云烟，留下的只有片片美好回忆。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和以前经历过的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。

我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的'身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

大一军训心得体会篇七

一晃三个多月的暑期生活过去了，盼望已久的大学生活也随之而来，一向向往军营生活的我现最终能够亲身体会一下了。刚到校报到的第二天，我们就被学校组织到训练场上开始进行为期半个月的军训生活之旅了。

在军训期间我们从中长大了不少，学到了很多平时在书本上无法学到的知识。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，能磨练人的坚强意志。军训是苦的，也是欢乐的，更是甘甜的。我们应当学会品尝这种苦中之乐。经过军训，我们能够一改既往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的欢乐。军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不仅仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气。使我懂得了职责的重要，更加强了我们的团队意识，我相信在以后的工作，生活，学习中不管从对待生活的态度上，意志上，还是思维上，我们都将受益匪浅。

军训对于我们来说是一场体质和精神上的双重考验。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的绝佳机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的绝佳机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。没有身体和心里上

的健康保证是无法实现进一步的自我提高的。

今日虽然尝到汗水的滋味，可三天后，如果我们都能坚持到的汇操，不临阵退缩，坦然地整齐地站在大家面前秀出漂亮的军姿，那我们就成功了。至少那时候我们的心会体会到成功的，我们成功地挑战自我，克服身体上和心里上的弱点，使自我在大学第一战完成得漂亮。军训对于我们以后学习生活的影响是深远持久，举足轻重的。它教会了我们团队协作本事，纪律的严肃性。它不但提高我们的身体素质，迅速加深我们对新同学的认识和新团体荣誉感的构成，更从中培养我们一种团队精神。有纪律，有组织是成为团体中优秀成员必不可少的条件之一。

经过军训我学会了如何去应对挫折，如何在人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制，自爱，自理，自强，走出自我的阳光大道，开创一片自我的天空来。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

大一军训心得体会篇八

高中生活结束了，转眼便来到大学。很多事物，都是失去了，才懂得珍惜。总以为高中生活很漫长，可是毕业之后才发现，原来时光过得这么快。

暑假期间里，我和无数大学生一样，重复着休闲又无聊的日子，每天睡觉前就会开始憧憬着自己的大学生活。终于，我迎来了我期盼已久的大学生活，首先，我要面临的的就是军训。早就听闻大学军训的时间比高中长，而且更辛苦，为此，我早早的做好了准备，在暑假里每天早上晨跑，晚上练瑜伽，为的就是增强自己的体魄。军训来的很快，开学还没有一个星期，我们便被通知，要正式开始军训了，那时候，我们的准备也都差不多齐全了，比如防晒霜，军训鞋垫等等。但是计划赶不上变化，不论什么样的防晒霜，都抵挡不了一天的

暴晒，汗如雨下，单薄的衣服紧贴着我的身体，在军训训练的时候，仿佛一切都静止，我能够很清楚的听到自己的心跳声。因为班上女孩子比较少，为数不多的几个女生刚好组成了我们寝室6个人。我们的防晒霜抵挡不了霸烈的太阳，开始脱妆，汗水顺着脸颊流进了眼睛里，说不出的酸。因为我们女生的集体脱妆，教官少不了几句调侃，总能惹来男同学的嬉笑。正因为男同学笑了，教官就把他们抓出来进行惩罚，这时候我们女生都在心里默默偷笑，教官太可爱了，没想到，还这么“诡计多端”，感情是姜太公钓鱼愿者上钩呢。

军训期间，的确特别辛苦，说不出的累，我算是比较活泼开朗的人，宿舍有个女孩子，为人特别开朗外向，刚开学的时候，总能制造出很多有趣的话题，让大家渐渐熟络起来，但是因为军训的时间很久，很累，她也没精力去说话了，每天我们都是寥寥几句话说完之后就睡觉了，大家都很累。大学军训虽然没有高中军训起来的那么早，但是我们要训练到晚上九点半，其实晚上并不是训练，二是开展各种各样丰富多彩的活动，非常多元化，这一次军训，也让我们见识了大学的风采和别样的校园文化。

大学军训很累，但是过了几天，也就适应了，它锻炼的不仅仅是我们的身心，还锻炼了我们的意志力，增强我们的集体荣誉感和团结的心。在这次军训中，有很多同学都展现了自己的风采，挥洒青春的汗水，我想，这就是青春该有的样子，自信，自强，生生不息的活力。

大一军训心得体会篇九

时光如白驹过隙，不知不觉已在xx大学完成了从夏天到秋天的转换。而军训生活中的点点滴滴依然历历在目。从刚进校时的一片茫然，到第一次开班会，到领军训服装，然后艰苦而又值得回忆的军训生活就开始了。

夏天已经快要过去，而我们头顶的那毒辣的太阳却仍毫不留

情的辐射着它的能量。从早上8点到中午11点，从下午2点到傍晚6点，一天中的大部分时间，我们在烈日下度过。从立正到稍息，从跨立到敬礼，我们在教官的口令声中挥洒着汗水。从玩笑到唱歌，从惩罚到娱乐，我们时刻体验着军训中的别样快乐。军训中的种种不快早已成为过眼云烟，留下的只有片片美好回忆。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和以前经历过的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。

我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

大一军训心得体会篇十

秋风一年一度很强。在这个收获的季节，我们进入了大学校园，开始了全新的生活，迎来了大学生涯中的重要一课——军训。

雄鹰击天，鱼浅，是威武的军姿，整齐的队伍。当喧闹的军歌出现在这个美丽安静的校园里，我不禁感慨，因为军训给我们展示了多重华丽的风格。

第一份风采来自可敬可爱的军人。几天的军训对每个学生来说可能都是前所未有的挑战和训练，但是军人和士兵每时每刻都在更艰苦、更危险的地方从事更艰巨的任务。他们日复一日，年复一年，把短暂而美丽的青春奉献给自己的岗位。

当遥远的饥荒和无情的战争到来时，他们甚至不得不献出宝贵的生命。几天的军训让我们深刻体会到了一个军人的伟大。我们没有理由抱怨累，因为我们的痛苦和疲惫只是士兵生活的一小部分。我们没有理由不向你致敬——你是我们祖国最可爱的人，最美丽的风格！

第二种风格是团队精神的风采。整齐的队列，嘹亮的口号都是由所有的同学共同完成的，不论天气如何，不论自己身体有哪些不适，只要一声令下，每个人都必须严格听从指挥，因为你所代表的不仅仅是你个人，更是整个营队，整个新生形象。正是这种团队精神，使我们看到了一支支整齐的队伍在训练场上所展现出的威武的风采！

这第三道风采，则来自于同学们的艰苦训练不畏艰难。几天的军训下来，我们不仅学会了军人的基本动作要领，更学会了做人的重要真谛。我们懂得：许多困难都来源于我们的内心，来源于我们没有超越自我的勇气。面对困难，我们应知难而上，知不可为而为之；面对逆境，我们应坚持到底，永不言弃，相信我们这不畏艰难险阻的勇气，一定会像勇敢飞翔的海燕一样，在暴风雨中展现最动人的风采！

最后一道风采，来自于同学们青春的风采，威武的行进队我是青春的身影，嘹亮的口号是青春的声音，军训使我们懂得：一份汗水，一份艰辛换来的是令人赞叹的整齐与统一，坚持不懈，锲而不舍，我们总能做得更好，汗水与泪水都是咸的，但有着青春风采的人，宁可留汗水满身，也不愿以泪洗面。我们年轻的一代一定会用拼搏改变未来，用青春征服一切！

大一军训心得体会篇十一

军乐回荡在体育场上，为期两周的军训生活在脚踏声中缓缓拉下了帷幕。时间虽短，但这短暂的军训生活留给我的又岂止是熟练的队列动作，它留给我的更多是心灵的震撼。

期待已久的军装在军训时就发下来了，穿上军装，我感到无比的高兴与自豪。但同时我也清楚地知道，对于我们来说，这军装不仅仅是象征着一种身份，它更是一份责任，一份国家赋予我们的责任。军训的生活使我认清了自己肩上的责任，使我走向了成熟。

“一人犯错，全体受罚。想知道为什么吗？我告诉你。因为你们是一个团体，你们要有集体荣誉感。”教官的话深深地刻进了我的脑子里。在军训过程中，除了“服从命令”，我听得最多的就是“集体荣誉感”了。我们来自五湖四海，我们有着不同的经历、不同的兴趣爱好和思想观念，但是我们共处这个集体中，我们有着共同的理想，是集体把我们牢牢地拴在一起。

从军训第一天开始，教官就教育我们，我们不再是个人，我们的一举一动都代表着集体，我们必须有强烈的集体荣誉感。为了在阅兵场上用实力去征服别人，维护我们的荣誉，我们比别人都要刻苦地训练，教官对我们的要求也严格。当代军人核心价值观中就有崇尚荣誉这一点，但我们追求的.是集体的荣誉，绝不是个人的追名逐利。一个人优秀不是优秀，集体优秀才是真正的优秀。军训生活把集体荣誉感刻进了我的骨子里，在以后的学习和生活中，我会铭记维护集体的荣誉。

虽然军训生活还远远达不到部队生活摸爬滚打的那样苦，但它也足以磨练我们的意志。光着头在太阳下练队列动作的滋味确实不好受，站军姿站到脚麻了也要一动不动，练正步端腿时腿一直在发抖，踢出去的腿一点点往下压，但我们又把它一点点向上提，撑俯卧撑时，任凭汗水打湿双眼。训练虽苦，但我们都坚持下来了，因为我们都有一个信念：掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪。有梦想的人是幸福的，能为梦想努力奋斗的人更是幸福的。我能为我的军人梦想而奋斗者，所以我也幸福的。军训生活告诉我，不管以后的路多么难走，我都要坚持走下去。

是军训生活把我们凝聚在一起，我们感受着彼此的情与义，互相帮助，即使有再大的困难，我们也会一起渡过。军训生活让我体会了战友情谊，感受到了家的温暖。军训已过，但它留给我的体会、回忆是永恒的。我从军训生活中获益匪浅，在日后的学习和生活中，我定会牢记自己的使命，运用自己的所学，去践行一个军人的誓言。

大一军训心得体会篇十二

晴朗的夜空中无数的星星眨着眼睛，同学们坐在地上唱着歌曲，哼着小调，这是军训中的'一幕。烈日当头，同学们个个汗流浹背，却还举着双臂，挺着双腿，在绳前苦练正步的姿势，这也是军训中的一幕，军训中有苦有甜，有玩笑也有冲突，我们班的军训生活就在12天的训练和玩笑中结束了。

军训告一段落，这12天让我们恋恋不舍，舍不得集体的生活，舍不得叁位严厉而又和蔼的教官，还有那湖边内看不到美丽星空。令人念念不忘的东西实在是太多了，数都数不清，所有我们经历过的都让人回味无穷。

在这里不得不提三位教官，他们训练时对我们要求严格，态度一丝不苟，不容我们犯重复的错误。可平时休息的时候，他们又成了我们的伙伴，我们的知心朋友。在生活上，三位教官和x老师就像我们的父母，对我们既关心又体贴，记得每天晚上x老师和教官轮流查房，督促我们准时熄灯，关心我们的冷暖。还记得最后一天，一排教官在寝室之间来回奔波，为的是帮我们叠好不规范的被子。

还有在星光灿烂的夜晚，大家围坐成一圈，看教官跳着柔美的蒙古舞，我们也都记在心里，教官的一句话使我们深深地震撼，“我没有名字，我的名字叫武警。”他让我们知道了一位军人舍小家为大家的无私精神，了解到作为军人的一种自豪。那种神情，那种精神是让我们所深深折服的。最后离开的时候教官替我们提着行李送大家上车，那时心里的感动

不是可以用语言所能够表达的。也许这次与教官的分别将成为永别，但他们的精神将会在我们心底扎根，生长，成为我们上进的动力，这大概就是教官给予我们最为宝贵的东西吧！

军训的12天中，我们一次次地晒着太阳，一把把地流着汗，一遍遍地在寝室里喊着腰酸背痛，可在训练场上，没有抱怨，只有坚持。大家都被互相感动着，这种感动转化成了动力，激励着我们坚持到最后。虽然最后的名次不怎么理想，但我们已经尽力了，没有留下遗憾，有这样的经历就足够了。

在xx□我们天天唠叨着：还有三天，还有两天，还有一天，可当我们将要离开的时候，却又有一股不想离开的念头，我们期盼那最后的几个小时过得慢一点，再慢一点。也许这正印证了“拥有时不懂得珍惜，失去时才后悔莫及。”这句话。人生就是如此，由一次次短促的经历拼凑而成，亲身体会时觉得如此漫长，回味起来却觉得那么短促。

有多少泪水，可以偷偷抹去，有多少相处，可以刻骨铭心；有多少感动，可以重回心头，有多少欢笑，可以永驻人间；有多少痛苦，能不留下伤痕，有多少故事，可以重头讲起；有多少知心话，可以从头叙来，有多少的人，可以痛快地去爱；有多少的爱，可以尽情地分享，有多少期待，值得日思夜想；有多少甜蜜的梦，不会被号声惊醒，有多少美丽的脸庞，能够抵挡烈日的洗礼；有多少飘零的心，期盼着回归故里。这就是军训，带给我们一丝苦涩，一份甘甜，还有一次成长。

大一军训心得体会篇十三

军训第二天的清晨，我们就感受到了整个身体的抗议！暑假长久以来缺少运动的身体在发出酸痛的.悲鸣。虽然听到了起床号角，但是实在是——做不到啊！可是当我们的脑海中浮现出教官黑着脸的微笑，我们就就算在床上睡着也感觉到了一丝不安，只能拖着疲惫的身子从舒服的小窝中爬出来。操

场中，看着我们虽然不够整齐，但是至少没人迟到。教官点了点头，然后就开始了第二天的训练。

第二天的上午的训练和昨天一样，主要是为了复习昨天学过的内容。可是不知是怎么的，有些同学睡了一觉却像是重置了一样，明明已经练好的动作却又出现了错误！为了重新训练好，我们又花了不少的时间。但是在这段时间中，并没有人抱怨，反而是很多周围的同学再给他们指导和鼓励。

在努力过后，终于我们又回到了昨天的状态，不过食堂现在也开饭了，教官只能就此作罢，让我们先去补充肚子里的存货。

在食堂中，我又发现了自己的另一个变化。虽然之前没有发现，我在食堂吃饭的时候都没剩下了！过往的我总是会留下不少剩菜，不知是因为身上这身军服的责任感，还是因为实在是饿的狠了，总之，这确实是一个好方向的转变。

下午的军训中，我们虽然学会了新的动作，但是疲劳也相对的增加了。而且在训练的过程中，我们队伍的配合能力也越发的强大，新动作的达标率越来越高，连教官想拿我们找乐子都机会都少了。这个变化无疑无疑是伟大的！至少让我们看到成长之后，训练起来也更加的有劲了！

晚上，我们回到了宿舍，疲惫的脱下了厚重的军训服，回想着这一天的训练。虽然苦累，但是也渐渐的体会到了军训中的真谛。听着周围同学的抱怨声，都开始觉得安心起来。就算是在一起抱怨军训，这也是给我们了一个共同的话题，让我们能在交流中加强了联系。希望在今后的军训中，少一些劳累，多一些趣味。但是我们都知道，现在的这些苦难，到了最后，都会成为我们离开军训时的不舍。

大一军训心得体会篇十四

光阴似箭，日月如梭，14天的军训终于在烈日的陪伴下结束了。这14天虽然短暂，却让我收获了许多。记得军训的第一天，教官就给我们来了个下马威——站军姿。站，多么简单的一个动作，我却累得咬牙切齿，我终于明白，原来一个普普通通的站还有那么大的学问。还没站多久，我就开始腰酸背疼，汗水不停地往下流。

没想到苦的还在后头呢，在教官的严格要求下，平常做起来轻而易举的稍息，左，右等小动作就像沉淀的基石一样快把我们压垮了。一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律终于把同学们原本种种美好的设想打破。

炎炎的烈日在锻炼着我们的意志力，发软的双脚在磨练着我们的坚强，饥饿的肚子在考验着我们的忍耐性。此时此刻的我是多么怀念以前住在空调房里的日子啊！是多么想念家里慈祥的爸爸妈妈啊！但这一切都是不可能实现的，因为这里是军训基地，是锻炼我们顽强意志的地方。“我要坚持，就一会儿了”我一遍又一遍地告诉自己，于是，有一股冲劲突然涌上我的心头。我集中注意力，站直了身子，终于还是挺过来了。

军训虽然很苦很累，但它也教会了我们许多。看！大操场上那整齐有序的步伐，那昂首挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。

不仅如此，这短短14天的军训，还教会了我们什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，汗水中坚定的双眼，饥饿中纹丝不动的双腿告诉我那是铁铸的信念。这就是钢铁般的意志，这就是军人的风范！

还教会我什么是团结的力量。那统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那樣的赏心悦目，振奋人心。从那一刻开始，“团结就是力量”再也不是一句普普通通的话，它是我们班共同努力的象征。也许，这14天的时间，对于某些人来说来说是微不足道的，但对于我来说却有着非凡的意义。

因为它让我们学会坚强，团结，独立，勇敢，让我们稚嫩的心灵变得成熟，让我们走出父母精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

大一军训心得体会篇十五

时间飞逝，转眼间半个月的军训时光已经过去。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。

通过拓展训练，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，我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训练活动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这次活动，也感谢我们的队友，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！

大一军训心得体会篇十六

经历了多少风雨的折磨；体验了多少紧张的时刻；承担了多少困难的考验。我们终于迈进了大学的门槛。

本以为大学之路是轻松的；本以为大学之路是渺茫的；本以为大学之路是自由的。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，大学是有组织有纪律的。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个月的，这也标志着大学生活开始了！自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰；无数汗水。从学校的每个角落都会看到一排排小绿人，他们个个意气风发，想象着自己如同军人一般英姿飒爽。

十几天的军训生活，犹如一首激动人心的交响曲，苦与乐构成了它的主旋律，值得回味，难以忘怀！我们不断的进行着枯燥的训练，有时在太阳底下站军姿，站得脚软头晕，眼冒白光。每一次训练都是接受汗水的洗礼，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也要挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训操场。这让我想起一句话：太阳狠，然而比你狠的却是我们钢铁般的毅力。我们的动作虽然没有军人那么标准，但也有一股阳刚之气，这是我

们付出与回报的必然，这是用汗水浇灌的成功花儿的绽放。

我们深知军训没有我们想象的那么轻松，每个动作看起来很简单，其实做起来非常不易。军训了一天我们就精疲力尽，但是看到教官的耐心指导，我们坚持了下去，我们没有退缩，我们体会到了坚持就是胜利。我们更加体会到了团结的力量，这份力量比铁还硬比刚还强。

十几天的军训我们收获的不只是汗水，还有坚强的意志和积极的进取精神，这将是我们大学生生活中最美的风景。