

最新军训大学总结与感悟(通用10篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

军训大学总结与感悟篇一

军旅一行，获益良多，终身受用。这并不是每一个人都能经历的过程让我们这一群大学生有幸去体会。这一个不长也不短的'军旅生活使我们对生命对集体有了新的认识和体会。广大军旅，让我们当了一次英雄，当了一次让我们终身难忘的军种巾帼。

站立、敬礼、正步走、齐步走这些基本动作之外，我们也学习了格斗、急救、防空演练等实用性极强的东西，而更重要的是我们还开展了军事教程的教育，实行了理论和实践的完美结合。

时间总是在不经意间慢慢流走，眨眼间军训的日子过了一半，平心静想，当初的艰辛已熬过，迎接我们的又是另一个崭新的明天，军训让我明白了人的毅力是强大的，只要坚持住一切困难也不再害怕。当初曾一直对军训保有恐惧心理，认为自己挺不过来，但在一次次的坚持汇总我已走过一半，而且意志力也得到了加强。无可置疑，军训时辛苦的，夏日下，皮肤被太阳晒得发痛，在一遍遍基本动作的训练中手脚都麻痹了，肌肉也酸痛，虽然辛苦，但我还是感到快乐，因为我相信这是蝴蝶破茧而出千的黑暗。军训让我得到了身体的锻炼和思想道德的加强，让我懂得了纪律的重要性。

“不经历风雨怎能见彩虹。”这是一句为人熟知的歌词，我

坚信军训会是我大学生活中最美的一段插曲。

每一段人生旅程的开始都有着各种各样的序幕。

每一个热病精彩的背后都有不为人知的辛酸；

每一份快乐的背后都有当初的苦涩。

军训大学总结与感悟篇二

尊敬的部队首长，尊敬的各位领导，承训部队官兵，老师们，同学们：

大家好！xx学院20xx级计信统1，2班学生为期15天的军训就要结束了，虽然时间有些短，但是却取得了显著的成绩，达到了预期的目标。

这次军训，由于部队教官严格要求，认真进行各项科目的训练；同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训学生都能积极的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和集体主义，以及革命英雄主义观念，培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学业和两年后的走向工作岗位无疑是十分有益的。

同学们，军训是每一位大学生在就学期间一门重要的必修课。这次军训的1000多名同学经过军训技能考核评比，均取得优异成绩。按照教育部和学校的有关规定，都将在军事科目的学习上获得相应的学分，并且颁发国家统一印制的高等学校“军事训练合格证书”。

十多天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带病带伤坚持训练，从不叫苦叫累。我营二班的郑

玉龙同学虽然在不久以前曾经因为在家乡打篮球的时候不慎将脚摔伤，但是他依旧坚持表示参加军训，再苦再累也不能耽误训练，用他自己的话说：“我不要做一个逃兵！”在训练中，他没有主动喊过一次报告或请求休息，每次都是忍住疼痛，坚持与大家一起训练，同学都看在眼里，佩服在心里。我班的雷宇同学平时给同学们表演节目，他训练刻苦、动作认真，每天一身汗，功夫不负有心人，他的表演受到教官的肯定同时，他还在业余时间热心为班集体为同学们服务。他说，军训不仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的友谊和集体荣誉感。

在同学们身上真正体现了当代大学生的崇高品质和奋发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了西安思源学院学生军训工作的新篇章。

这次军训得到了西安警官学院领导和教官以及学校参训教师的高度重视，在军训中对学生表现出极大的爱心和责任心，参训的教师从军训开始一直到现在始终没离开学校，没离开参训学生。一大批刚参加工作的青年教师，从接到参训工作的光荣使命，穿上威武的军装的那一刻起，就严格要求自己，时刻以一名准军人的标准规范自己，用自己的模范行动影响和带动参训学生，以昂然的斗志和饱满的精神投入到军训中去。我班带队教官谭瑞华，在带队期间由于伙食不谨慎而导致身体有些透支，但是他依旧坚持和同学们一道战斗在第一条线。晚上还深入到学生当中，了解学生的困难和思想情况，发现问题及时采取措施解决，保证了军训计划和各项工作顺利地落实。在带队教师队伍中还有我们营的营长，自接受参训工作后，就兢兢业业全身心的投入到军训工作中，认真负责并以严于律己的精神给参训青年教师和参训学生树立了优秀的榜样。正是由于参训教师的积极工作，我们的军训工作得以顺利的完成。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保今年学生军训工作的顺利进行，校党委及时调整和充实了军训领导小组

成员，并且开展了多种形式的教育和宣传鼓动工作以及活跃的文体活动，在紧张的军训中，各营、连利用业余时间，开展了丰富多彩的文体活动，学校艺术团还对各校区作训教官和参训学生进行了演出慰问。

在整个军训中没有发生安全事故，这也是有赖于学校领导十分重视和十分关注的结果，通过我们全体参训教师和作训部队官兵的共同努力下，仔细操作，杜绝了各类事故的发生，从而保证了训练任务的圆满完成。

同学们，短短的两周军训今天就即将结束了，但是作为一名预备役军官的责任将落在每一个人身上。军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好的精神，好的作风，把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。

军训大学总结与感悟篇三

大学军训是我人生中一段特殊而宝贵的经历。通过这段时间的锻炼和训练，我体验到了军事训练的严格与严谨，收获了许多宝贵的经验和教训。在这篇文章中，我将就我参加大学军训的心得和体会进行总结，希望能够为大家分享一些有关军训的经验和启示。

第二段：对军事训练的认识

大学军训让我深刻认识到了军事训练的重要性。在整个军训过程中，我们接受了军事课程的培训，通过军事演练和体能训练提升了身体素质和战斗力。军训不仅让我们学会了如何站军姿、如何行军，更重要的是培养了我们的纪律意识和集体荣誉感。军训不仅是一种体力上的训练，更是锻炼人的意志和毅力。在训练中，我们要面对艰苦的环境和持续不断的身体考验，坚持下来的每个人都会获得无与伦比的成就感。

第三段：对集体精神的理解

大学军训教会了我什么是集体精神。在军事训练中，我们不能只顾个人的荣誉和成就，而是要团结协作，共同追求集体目标。在排练军事动作时，只有团结一心，才能完成精准的动作，体现出一个团队的整体力量。在这个过程中，我学会了更好地与人合作，有效地沟通和协调，提高了我的团队合作能力。同时，我也学到了如何服从指挥和听从指令，在实践中锻炼自己的领导能力和组织能力。

第四段：培养了责任心和纪律意识

大学军训也让我深受到严格的纪律和规范的熏陶。在军训期间，我们必须按时完成各项任务，严格遵守各项规定和纪律。军训上迟到、早退、玩忽职守等行为都会受到严厉的处罚。通过这样的训练，我学会了守时守纪律，养成了良好的生活习惯和工作习惯。军训中的每一刻都让我深刻体会到，只有有纪律的生活，才能有秩序的发展，自觉尊重纪律、维护规范的行为习惯也将对个人的未来有着巨大的影响。

第五段：对未来的启示和展望

大学军训是一段短暂的经历，但对我来说却是人生中最宝贵的财富之一。通过这段特殊的训练，我明白了纪律意识和团队合作的重要性，认识到了自身的潜力和能力。我希望将来能继续保持这种积极向上的态度，立志成为一个敢于担当的人，无论在学业上还是工作生活中都能积极主动、追求卓越。军训对于每个参训者来说，都是人生中的一次宝贵的历练，希望我所体验过的军训经历能不断激励我奋发向前，从而取得更大的成就。

在这篇文章中，我回顾了大学军训的心得和体会。通过军训，我深刻认识到了军事训练的重要性以及集体精神、责任心和纪律意识的培养。这段经历对我个人的成长和发展起到了重要的推动作用，让我从中学到了许多宝贵的经验和启示。我相信，在未来的学习生活中，这些经验和心得将继续指引和

激励着我，让我不断追求进步和提高自己。

军训大学总结与感悟篇四

第一段：引入军训的重要性的目的（150字）

大学军训作为大学生生活中不可或缺的一环，旨在通过培养学生的纪律意识、团队合作精神和身体素质，提高学生的整体素质。在军训中，我们不仅接受了军事训练，也体验了军人的严格要求和精神，对于我们的成长和发展有着重要的意义。

第二段：回顾军训过程中的困难和挑战（250字）

在军训的过程中，我们经历了一系列的困难和挑战。首先，严格的纪律要求让我们适应起来并不容易，起早贪黑、服从命令成为了我们日常生活的一部分。其次，体力训练的强度也让我们感到不堪重负，每天的长时间操练让我们精疲力尽。此外，团队合作也是一项必要的能力，而通过军训，我们学会了与他人合作，互相鼓励，共同面对困难和挑战。

第三段：总结军训中取得的成就和收获（300字）

尽管军训过程中充满了困难和挑战，但我们也取得了一定的成就。首先，通过军训，我们培养了坚强的意志力和毅力，学会了不轻言放弃。其次，我们的团队合作能力得到了极大的提高，我们学会了倾听他人的意见，并协同合作解决问题。此外，我们的身体素质也得到了很大的提升，通过每天的操练和运动，我们感到更加健康和有活力。最重要的是，我们还树立了正确的价值观和人生观，懂得了如何面对困难和挫折，如何在压力下保持积极的心态。

第四段：军训对个人成长的影响（300字）

军训对个人成长起到了积极的影响。首先，我们在军训中养

成了严格遵守纪律的习惯，这在今后的学习和生活中将会使我们更加自律，为自己设立明确的目标并保持坚持。其次，通过团队合作和交流，在军训中我们增强了集体荣誉感和集体责任感，这将对以后工作中的团队合作和管理能力有所帮助。此外，军训中锻炼出来的顽强不屈精神也将使我们在遇到困难和挫折时能够保持积极向上的心态，并且以乐观的态度面对挑战。

第五段：军训的意义和感悟（200字）

通过军训，我们不仅增强了纪律和团队合作意识，提高了身体素质，更重要的是，我们明白了什么是坚持和拼搏，什么是真正的团队和集体。我们学到了如何自我管理，如何相互帮助，如何在压力下保持冷静和自信。军训是我们人生中的一次锻炼，也是一次难忘的经历，通过这段经历我们体验到了身边那些伟大的军人们所经历的一切，对军人职业和国家的辛勤付出有了更深刻的理解和感悟。

总结：通过军训，我们不仅收获了纪律、团队合作、坚持等方面的经验，也受到了军人精神的激励，成长为更加自律和坚强的人。军训给我们的大学生活增添了一份特殊的经历和回忆，也让我们更加珍惜自己所拥有的一切。我们应该将军训中的收获和经验应用到今后的学习和生活中，不断提升自己的素质，为实现自己的理想和目标奋斗。

军训大学总结与感悟篇五

第一段：引言（200字）

大学军训是每位大学新生入学的重要环节之一。通过军训，我们不仅锻炼了身体、增强了体魄，还培养了纪律意识和团队合作精神。在这段时间里，我们必须按照军官的要求进行训练，学习军事知识和技能。通过这个过程，我们收获了很多，也感受到了成长的喜悦。在本文中，我将结合个人经验

和体会，总结大学军训的意义和价值。

第二段：体验军事训练（300字）

大学军训是一种全新的体验。在这段时间里，我们穿上了军装，遵守军事纪律。军官们给我们讲解了军事常识，教导我们正确的站姿和行进姿势。我们学习了军队中常用的口号和动作，掌握了基本的操纵步法。通过艰苦的体能训练，我们的体魄得到了锻炼，身体素质得到了提高。同时，我们也学会了顶住压力和困难，坚持到底，不轻易放弃。军训让我们明白了困难并不可怕，只要坚持，就能克服一切困难，取得成功。

第三段：培养纪律意识（300字）

参加大学军训，最重要的是培养军人的纪律意识。在军训期间，我们每天都要按时起床，按时吃饭，按时参加训练。我们必须遵守军训指导员的指挥，按照命令行动。这种严格的纪律让我学会了自律和规划时间。在军训过程中，我发现自己可以做到很多以前不敢尝试的事情，只要有坚定的决心和良好的计划。培养纪律意识不仅有助于我们在军事训练中的表现，也可以在日常学习和生活中产生积极的影响。

第四段：加强团队合作（300字）

大学军训的另一个重要目标是加强团队合作意识。在军训过程中，我们要和其他同学共同完成任务，共同完成一系列的动作。这需要我们互相配合，做好相互间的沟通和工作。通过不断地合作，我们逐渐明白了团队的重要性和团结的力量。在一个默契高度的团队中，每个人的优势都能被充分发挥，团队的整体战斗力也会得到不断提升。因此，大学军训不仅锻炼了我们的个人能力，也加强了团队协作意识。

第五段：结语，展望未来（200字）

通过大学军训，我们不仅学到了军事知识和技能，而且锻炼了身体，培养了纪律意识和团队合作精神。这将对我们未来的学习和生活产生积极的影响。我们应该保持良好的训练习惯，坚持锻炼身体，并将纪律和团队合作意识运用到日常学习和工作中。同时，我们也应该将自己的经验和体会分享给他人，激励更多的人参加军训，享受这种特殊的体验。总之，大学军训是我们学习和成长的重要机会，它为我们的未来开辟了更加广阔的道路。

军训大学总结与感悟篇六

“不管今后的路将走向何方，我心中永久保留那抹迷彩。”四天前的军训结束后我暗暗立下这样的誓言。军人，曾是我一路追逐的目标，当它成为往日的幻影时，它所代表的精神却不断与我相伴，成为我攀登人生高峰的不竭动力。

作为一个坚决不移的军迷，面对大学军训，我早已做好充分的心理准备，为了那一天的到来，我等了一年。军训为期16天，虽然短暂，但对于大多数人来说仍是一个挑战，它考验的不仅是我们的身体素养，还有我们的精神与意志。它是一场持久战，需要我们全力以赴；它是一次耐力赛，需要我们永不言弃。当最初的新奇与刺激褪去，我们要用坚强的意志来与训练的苦和累抗衡。

我们做到了！烈日下，我们不曾躲避。面向阳光，军姿笔挺，任汗水淋漓；风雨中，我们从未退缩。无畏困难，目光坚决，平风雨洗礼。只因此刻，我们的身份是军人、是战士。记得某日下午时分的暴雨，教官们将我们带到屋檐下，自己挡在了最前面，那一刻我想起了一句话——士兵的胸膛，祖国的屏障。

和平年代里，他们为人民遮风挡雨，为国家抢险救灾。战争年代，他们为我们筑起生命的防线。那一刻，军人的形象具象地留在每个人的心中。让我更为直白地坦言吧！他们的行

动如疾风暴雨冲撞我们的灵魂，在这场“暴雨”中，每个人的心灵都得以洗涤和升华。他们是最可爱的人！

军训使个人的体魄及心理素养得到锻炼，也在无形当中加强了团体凝聚力，十五天的风雨同舟，团结一心，我们也更为紧密地联系在一起。（……省略事例）期间，经历的最难忘的莫过于那次整改，原本七个排整合成三个排。

我在整改中差点就被编到其他方阵，在不安的等待中，三排往昔的欢乐时间在脑海中不断出现，我可怕离开这个集体。然而，我明白：军人以服从命令为天职。不管在哪一个方阵，我都要做好，因为我是一名战士，我仍是江南大学集团军中的一员。牢记使命，崇尚荣誉。此外，在去年频频曝光的某大学军训放水事件的背景下，我们有必要用行动向社会证明当代大学生不是温室里的花朵，而是敢于面对风雨挑战的栋梁。

军训大学总结与感悟篇七

大学天军训是每个大一新生入学后的重要任务之一。作为一种锻炼学生意志品质和团队合作能力的活动，它打下了大学生生活的基础，并对我们今后的发展起到了重要的指导作用。回顾这段历程，我深感受益良多，下面就我个人的体会来谈谈大学天军训的重要性和收获。

第二段：早起训练，提高自律性

大学天军训要求学生每天早晨五点起床，迅速整理完毕后准时参加晨练。这对于我们这些习惯了大学期间自由作息的新生而言，是一种巨大的挑战。然而，通过这两个月的训练，我们逐渐养成了早起的习惯，并且能够按时出勤。这种自律性给了我很大的信心，让我相信只要有目标，坚持付出努力就能够取得成功。

第三段：信念坚定，增强意志力

大学天军训锻炼的不仅是我们的身体，更是我们的意志力和毅力。在高强度的体能训练中，我们会感到筋疲力尽，但是作为一名学生军人，我们心怀坚定的信念，不轻易放弃。通过不断地突破自己的极限，我们增强了自己的意志力，并且在面对困难和挫折时能够坚持下去。这是一种宝贵的财富，能够伴随我们成长的整个大学时光。

第四段：培养团队精神，学会合作

大学天军训是一个集体活动，要求我们与众多同学一起配合完成各项任务。在操场上，我们组成方阵，紧密配合。在军事演习中，我们要互相搭桥、绑扎绳结。这一系列的活动让我们学会了团队合作和合作意识。只有解开心结，和同学们始终保持良好的沟通和配合，我们才能够取得一个个小目标和最终的胜利。这无疑为我们将来组织团队工作提供了非常好的基础。

第五段：策马扬鞭，展示青春风采

大学天军训还为我们提供了展示个人才能和风采的机会。操练表演和军事舞蹈等节目，让我们展现了自己的天分和潜力。通过排练的过程，我们学会了排除困难和克服舞步的不熟练。在展示时，每个人都尽情地展现了自己的青春活力和无限潜能。这种机会无疑让我们更加自信，也让我们看到了自己的努力的价值。

总结段：

大学天军训是一段非常宝贵的经历，它不仅让我们了解了军人的辛勤付出，更让我们切身体验了军队的纪律和要求。通过这两个月的锻炼，我个人收获了很多，从早晨五点的起床到团队合作的奋战，从意志力的锤炼到个人才能的展现，都让我成长了许多。希望这段经历能够一直伴随着我，让我在今后的大学生活和工作中不断突破自己，追求更加出色的表

现。

军训大学总结与感悟篇八

我是xxxx级十七班的新生王岚。很荣幸能在这个丰收的季节，和大家相聚在这美丽的宣化职业技术学校，并且有机会与你们一起分享心中的喜悦。

今天，能作为新生代表发言，我心情无比激动。十天前，伴随着洪亮，严厉的哨声，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了入学前的军训。不容质疑，军训很苦很累，每天早起床，叠军被，炎炎烈日下，站军姿，踢正步，汗流浹背不能擦，军装汗臭也得穿，但我们深深的知道，人生何时没有苦？苦不可怕，我们坚信，坚持到底就会克服一切苦。经过这次短暂`艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份抱怨，多了份勇往直前。同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。今天，我们用实际行动证明了我们并不是脆弱的一代人，我们能吃苦我们能坚持。

而这些收获离不开辛勤施训的教官们，烈日下为我们的学生讲解基本的军训动作要领，细致、严谨、不厌其烦，嗓子哑了，没问题，喝一口水，他们再来；身体累了，憋一口气，他们坚持……，十天的军训让我们记住了他们的坚强、严格、守纪……在此让我们庄严地向我们的教官们说声谢谢，感谢你们为完成好对我们的军训而付出艰辛劳动。

在这几天的军训中让对宣化技业学校有了进一步的了解，校园环境的优美，管理制度的严谨，老师的和蔼可亲，同学间的互助友爱，都让我在这个陌生的环境中感受到温暖，在这里使我们的人生又翻开了新的篇章。

各位同学，在即将开始的学习生活中，我们应该刻苦研习，孜孜不倦、不耻下问，深入学习本学科本专业知识；积极参加学校的各类实践活动、文化、教育活动。在实践的过程中，

培养自己的创新、协调、沟通、管理等多方面的能力。当然，我们更要严格遵守学校的日常行为规范，自觉地约束自己的行为，使日常规范中的各项要求逐渐变为自觉的行为；同时也要遵守社会秩序，培养高尚的社会公德，向社会展示宣化职业技术学校的良好风采。

在今后的学习生活中，勤学技能，严于律己让自己成为一个有道德、有理想、有文化、有纪律的社会主义建设接班人。”今天我为学校骄傲，明天学校为我自豪！”相信三年后，当我们走出宣化职业技术学校大门时，会成为受社会欢迎的技能型人才。

军训大学总结与感悟篇九

日出东升，朝霞是太阳在天边渲染的一层柔纱。在这一个美好的早晨，有的人还在梦乡，而有的人已经洗漱完毕准备军训了。

经历过昨天的军训，我们已经领悟到军训的严肃性。这一次的军训并不是像中学时代那样，休闲放松的时候可以去小卖铺买零食或是四处走动。大学军训，来得比中学军训更加突然，伴随而来的军训考验也更加严格。在我们休息的时间里必须全体坐在原地，喝水，上厕所都要打报告，这一次的军训有很强的纪律性，我们能感受到仿佛自己就是一个兵。

今天是我们军训的第二天，经过昨日占了一整天的军姿，我的双腿非常的酸痛，因为很久不运动，所以多少有些不适应。但很意外，在我起来的时候，我发现我的精神是非常饱满的，跟着同学们一起早早的起来。

洗漱的时候外面的天还是黑的，甚至还有些冷，这跟夏日的炎热有了反差，同学们时不时的感慨，这个时候，鸡都还没睡醒呢，我们就已经起来了。我不禁笑了笑，是啊，起得比鸡早，但是我们现在是一个兵，作为一个士兵就要遵守军规，

要有很强的自觉性和纪律意识，既然这是军训，那么就要好好对待。

一清早，我们便看到了教官，原本还有些困意，因为教官的到来顿时消退了，我们全班打起精神，齐声喊道“教官好”。这一天的军训，便正式开始了，接到总教官的命令，今天的我们任务不是站军姿了，换成另一个，至于是什么，很快我们便会知道了。

很快，我们便知道了接下来的训练是什么，手拿椅子练蹲姿，一蹲就是半小时，比站军姿还要痛苦，时间一久，我们的腿也跟着麻了，有的同学发出痛苦的声音，被教官制止，如果不坚持，全体同学再加时间，于是，我们只得咬牙坚持，没有人愿意拖后腿。

第二天的军训也很辛苦，经过这一次的军训加强了我们班级的凝聚力，在接下来几天的军训里，我相信我能坚持下来，不怕吃苦，勇于克服困难就是我现在军训的宗旨。

军训大学总结与感悟篇十

大学天军训是每位大学生的必修课，为期1-2周的军训对于新生来说充满了期待和挑战。在军训开始之前，学校会有一些系列的准备工作。首先，我们需要购买一些必备的军训用品，如训练鞋、军训服、防蚊用品等。其次，学校会组织一些入营仪式和动员会，为我们提供必要的军事知识和规则。在这个阶段，我们要对军训的目的和意义进行深入的思考和了解，以便更好地融入军训生活，并为之后的训练做好准备。

【中间】

二、训练内容

在军训开始之后，我们将会接受一系列的训练内容。首先，

我们会进行基本的军事训练，如立正、稍息、敬礼等，这对于培养我们的纪律性和服从性非常重要。其次，我们会进行体能训练，如晨跑、短跑、俯卧撑等，这对于增强我们的体质和耐力非常有帮助。此外，我们还会学习和进行一些军事技能，如枪械操作、野外生存等，这不仅可以增加我们的知识，还提高了我们的应对能力和团队协作能力。

【中间】

三、团队合作

军训是一个团队合作的过程，在这个过程中我们要学会相互配合，共同完成任务。在军训中，我们需要进行各种集体操练和演习，而这些都需要团队的默契和协作。在训练中，我们要学会倾听指挥，尊重他人的意见，并且积极参与其中。只有团队中的每个个体都发挥出最大的潜力，才能够完成更高水平的训练。团队合作的经验不仅对于军训有帮助，对于我们以后的学习和工作中也起到了积极的促进作用。

【中间】

四、意义和收获

大学天军训虽然仅为一个短暂的时间，但其中蕴含的意义和收获却是深远的。首先，军训锻炼了我们的毅力和坚持不懈的精神，它要求我们在高温下坚持训练、在疲劳时保持积极的态度，这对于我们的自律和独立思考能力的培养非常有帮助。其次，军训增强了我们的体质和健康意识，通过晨跑和体能训练，我们的身体得到了锻炼，同时也学会了保护自己的健康。最重要的是，军训培养了我们的纪律性和团队合作精神，这些品质对于我们未来的学业和事业发展至关重要。

【中间】

五、总结与展望

通过大学天军训的经历，我们收获了很多，对于我们的成长起到了积极的推动作用。然而，这只是我们大学生活的一个起点，军训的收获需要在今后的学习和工作中持续发展。因此，我们需要将军训中学到的自律、团队合作等品质运用到我们的学习和工作中，不断提高自己的能力和素质。同时，我们还应该认识到军训只是大学期间的一部分，大学生活是多元的，我们应该积极参与社团、实习等活动，全面发展自己，为未来的发展打下良好的基础。

总之，大学天军训是大学生生活中的一个重要组成部分，通过这个过程我们不仅锻炼了身体，培养了自律精神，还学到了很多有价值的东西。在这个过程中，我们还结交了许多志同道合的朋友，为我们的大学生活增添了色彩。希望每个参加军训的大学生都能够珍惜这个机会，从中发现自己的潜力，并不断努力成长。