

# 2023年大学军训心得体会一千字(实用8篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 大学军训心得体会一千字篇一

军训时总埋怨，可现在觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。军训是对自我的挑战！

军训必然要出去训练。但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浹背了。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行！任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这大学第一班岗，坚实地踏出这关键一步！就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“大学的第一课”。

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是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。军训是紧张与艰苦的合奏；军训更是无常地响起那集合的哨音，军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也

有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，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，也得用自己的脚步去丈量、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。每每看到那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。

口令变了，队形也变了，儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。大学军训中，让我领悟了太多太多人生的哲理，我想这才是军训的内涵。

## 大学军训心得体会一千字篇二

一周的军训生活结束了。本周的时间既不长也不短。所有的学生都以极大的热情投身于军训生活，并期待着另一种生活。

我们班虽然分了几个班，插了其他班，但是一点也不影响学生的积极性，都积极配合导师。都说军训最重要的是教官。我们的教官被大家评为最帅的教官，也是如此。他是教官之一，长得像黄晓明。总之，他给我们留下了深刻的第一印象。

然而，当他接触到他时，发现他原来是一个非常害羞的人。他的声音很小，脸红了。他笑起来有两个浅浅的酒窝。真的很可爱。但是作为教官和军人，这样的羞涩真的让我们很担心。看到其他班的同学训练，和教官聊天唱歌，真的很压抑，但是我们这边就是这么低调。

其实大家都知道，教官其实是一个很优秀的人。虽然他话不多，但是我们心里都知道他处处为我们着想。培训总是不厌其烦地做示范。为了怕我们总会在阳光下找个荫凉，我们总是哭着教我们唱歌，总是因为我们被骂却还保持笑脸。虽然

你不说，但我们都知道我们真的知道。

其实教官你唱的真的很好。我们都觉得可以去艺术团。尤其是，你会弹吉他。当你说的时候，我们都怀疑，但是当你真正拿起吉他的时候，我们都震惊了。虽然我不是很了解，但是从你的指法可以看出你的水平不一般。相处几天，大家都已经很熟悉了，要么是因为熟悉，要么是因为很久没碰吉他了。当你专注于演奏和歌唱时，我想那才是真正的你，如此自由，如此自信。

说了这么多军事教官，也要说说我在军事训练上的收获。

其实这个军训和高中军训没有本质的区别。主要训练是稍息立正，停跨班法，急行军，跑步，走路……这些内容的训练让我们身体接触到了军训。在这次训练中，我们还增加了对军歌的学习。教官利用休息时间教我们唱军歌。这是我第一次学这么多军歌，有些甚至没听过。

可能是因为我是一个很感性的人。每当我听教练唱歌，我的眼睛就不自觉地充满了泪水。有的歌慷慨激昂，歌颂军人的雄心壮志；有的歌抒情，唱进战士心里。每当我看着教官的眼睛，似乎都能透过它看到他们的家乡。

集训后军训正式结束。操场上，每一个班都在竭尽全力发挥水平，为丰富的军训生活画上完美的句号。

军训虽然结束了，教官们都回部队了，但是他们给我们留下了美好的回忆，将军们的风采，我们给了他们美好的祝愿。也许我们再也没有机会见面了，但这种感觉会一直珍藏在心里。

## 大学军训心得体会一千字篇三

今天并不是平凡的一天，我有颇多感受。我今天犯错误了，

受到了惩罚，所以有点小低落，但我依旧很开心。军训第三天是“破冰”的第一天，头两天同学们似乎还有些拘谨，但今天大家的相处都十分像早已熟知的故人，一切发展得水到渠成，自然而又和谐。对了！今天是我们第一次晚训，在昏暗的灯光下我看不清同学们的脸，而且我作为一个近视眼，不记得戴眼镜就像一个瞎子，所以今晚在走齐步的时候排面总是标不齐，话说回来排面标不齐真不是我的全责，作为排头我的小伙伴们应该标齐我啊，唉！我多想当面和你谈一谈我的生活。

忘记说了，我们今天晚上还同二连的同学们拉军歌，具体是那个连赢了我其实也并不知道，因为并没有一个裁判员，虽然结果未知，但在我心里我还是觉得我一连的同学好一点，大声的高歌，欢乐地大笑，一起起哄。每个人脸上的笑都使我感受到青春的气息，那样的笑脸是真心快乐的’笑，每一个人在此刻都放下原有的拘谨，气氛越热烈同学们的心也就靠得越拢。

杰克，已经很晚了，我也要睡了，最后一段话送给你也是送给我。我们可以一起努力共同进步。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，；海没有惊涛骇浪就不再壮阔；河没有跌宕起伏就不再壮美；人生没有挫折磨难就不再坚强；樱花如果没有百花争艳我先开的气魄就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲霜立雪的勇气就不会成为残酷冬日里的一道靓丽的风景；人如果没有坚持到底的毅力就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

## 大学军训心得体会一千字篇四

军训不只培养人有吃苦耐劳的精神，而且能检验人的刚强意志。苏轼有句话：古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有

坚毅不拔之志。这句话意思是胜利的大门从来都是向意志刚强的人洞开的，甚至可以说是只向意志刚强的人洞开。

心目中的军训充溢教官的训斥；心目中的军训是重要与困难的合奏；心目中的军训更是无常地响起那聚拢手哨音，还有那瓢泼大雨下的大聚拢、严训练；心目中的军训生活成百上千次地显现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我照样满怀欣喜与信心地去拥抱我憧憬已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导取代了严厉的训斥。训练场上不只有我们划一的方式，也有我们阵阵响亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活泼敏捷的思维，更体现了集体主义的巨大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的尽力，就弗成能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了连合的力量，互助的力量，以及团队精神的紧张，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在本身的人生路上，也应该印满一条本身脚步的路，即使那路随处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让本身去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假假装之意。

## 大学军训心得体会一千字篇五

n天的军训生活结束了，回想那几天，真是让我又爱又恨，有辛酸的泪水，也有汗水，当然，还有一丝的'不舍。

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件

优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫、都会厌倦。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。n天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人类只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

若一个人经受住了军队生活的考验之后，便再也没有什么困难能够达到这个人了；虽然当兵很苦，但对于人生来说，将是意义重大的。“虽然，我参加的只是n天的军训，或许以后体验军人生活的机会也不多了，但是我要说，我理解父亲的用意，理解他对我的期望。

离开军营的前一天，便是中国传统节日元宵。那天我们训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，我肃然起敬。他们已不再年轻，他们已经将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的，是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。这些都深深的震撼了我，让我难以忘怀。经历了这次军训，我比原来更加了解自己，也更加了解我周围的人。他让我懂得什么是幸福，什么是快乐，也让我更加珍惜拥有。

汇报完学生人数后，我们精神抖擞地从主席台前走过，会操表演开始了。第一个动作是稍息立正，第二个动作是跨立立正，第三个是立正踏步，第四个是停指间转法和提正步，第六个是摆臂踏步走。

在已经走到军训的半途了，转眼间军训的日子已如流星般逝去一半了，现在对于军训剩下的日子，真的是”又爱又憎“，既期待它快点过去，又希望它慢点走，因为军训中我们也有太多的不舍，多少会有点留恋，感觉自己是长大了不少。军训让我懂得了许多，同时也让我对自己以后的人生更加有信心，更有勇气走下去。

落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归……”，今天下午我们进行实弹射击，心理想着当时的心情，打靶时那心情真的是太紧张了，我的手一碰枪，五发子弹就全完了，我还傻傻地以为我的枪坏了，太晕了。

顶着太阳站军姿，是看你的耐力，我的皮肤变黑了，食堂的饭菜太难吃了，虽然不象传言中一抢，但是同学门争的吃，不染就没有吃的东西，在军营我学会打背包，但是我打的不太好，速度没有那么快。

军训完善了自我，也让我认识了自己，我坚持下来了，我会继续利用这些意志力，好好学习，成为国家的栋梁之才。

## 大学军训心得体会一千字篇六

短短的几天军训，让我想到了很多，让我成长很多，同时，让我学会了思考，锻炼了意志。军姿展现的是军人的风采，坚定之心，硬骨之气。

军训让我体会到了军人的感受，军人每人重复的生活与艰苦的训练，现在的我们，每天抱怨着食堂的饭千篇一律，每天的生活就是学习，通过军训，我已经没有理由抱怨着食堂的

饭，通过军训，我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味，每天要过得充实有意义，我也应该以军人的军姿展现在生活的方方面面。

我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了第一天军训，我才体会到经过多次艰苦训练而取得的进步；军训固然辛苦，它就像攀高峰，只有登上了顶峰，那吃过的苦就变成了快乐。

在军训中，我们的教官年轻而充满朝气，又不失军人的威风。教官相当的严厉，我不敢也不轻易冒犯于他。我发现，教官也有和蔼可亲的一面，他们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。如果没有他们的严格要求，也没有我们的进步。

在军训中，我们不断得重复着枯燥的动作，每个人都是筋疲力尽。但我们却没有放松，因为教官铿锵有力的声间不断在耳边回响，人虽然没有钢铁一样的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。

军训中最难忘的还是唱军歌，因为有那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在耳边，所以我们的军训从不死气沉沉，学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光，教官们铿锵有力的声音中流露出了他们对当军人的自豪。

军训只是我生命中的几天，但逐渐长大成熟的我更加渴望保有持久的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。而军训的日子就藏在我生命的血液里，随时为我补充养分，直达每一个细胞，与我身体融为一体。永远的.最美好的回忆。

## 大学军训心得体会一千字篇七

军训有苦。每天早上六点半起床；从七点一直训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来



了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量；幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。

还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出现在我眼前。在我惊叹原来被子可以这样叠时，我也感叹它可以锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。

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；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制、自“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧！

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。七天的军训，对每个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，严格的作息时间表，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。“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，军训。爱、自理和自强。

## 大学军训心得体会一千字篇八

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

——题记

军训不但培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是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。这是我本人第四次军训了，之前三次军训给我最深的是在新疆警院上大一时的时候，那次为期三十天的军训让我明白接受军训考验是一个人的自我挑战。军训期间，我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，我们要

从原本懒懒散散的生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。虽然队列动作那些都已经会了，但是我还是尽量和大家将节奏合到一起，也有的动作和以前练得不一样，我也认真的扣动作细节！绝不因为自己影响整体训练的成果！来到宁夏司法警院半个多月了，关于警训我的总结如下：

首先，我要说说给我们军训的教官（也是我们的大队长）钱伟，三十岁出头，在他的的脸上写满了严肃和认真。但也有着一颗体贴的心和一个博爱的胸怀，更有极大的耐心，在军训的时候对我们的要求是很高的。只要大家不努力不用心，他就会直接的批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。从基本的原地踏步走、停止间转法到齐步走和跑步走、正步走，再到警体拳和唱歌，钱教官都是严格反复的指导和训练！不积滴水，无以成江海。没有钱教官的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了他认真负责高标准高要求的训练态度。我想他的为人处事将使我受益。

其次，我想说说一起训练的同学们，我们43人来自新疆、陕西、甘肃、宁夏四个不同的地方，其中包括“三支一扶”的志愿者、部队退役士兵，还有毕业大学生。特别是我们新疆的同学，从两三千公里以外的家乡汇聚在这里，时差、饮食和天气的适应还没来得及调整就直接开始训练了，但每一名同学都坚持到了最后，发扬了“热爱祖国、无私奉献、艰苦创业、开拓进取”为主要内涵的兵团精神！还有我们部队退役的几名同学，非常热心、耐心的给一些队列动作做得不到位的同学进行讲解，为了这个集体，他们除了刻苦训练还发扬了传统的军人作风，着实感动到了我的内心！我们班的女生也非常刻苦，那种巾帼不让须眉的军训态度令人尊重，半个月的军训，虽然有人生病了，但都是吃了药打了针继续坚持训练。我们的女生是好样的！能和这些同学在一起学习我非常开心！

最后，我想说，军训圆满结束了。我们都很高兴，我们的努力没有白费，回想起这些天的日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。第四次军训给了我又一个感悟，那就是干什么都要需要用心去体会的，这次军训教会了我要学会关爱别人，加深了我对一名公务人员服务群众责任的理解，告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

军训是很苦很累，但这是一种人生体验，是一种快乐；更是战胜自我，锻炼意志的最佳良机。当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。从遥远的新疆来到这里，我一定秉承新疆兵团人的精神，好好学习业务知识，锻炼自己，为成为一名合格的司法行政干警而努力！