

# 军训感想心得体会大学(实用5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 军训感想心得体会大学篇一

通过参加大学军训，每一次的坚持，每一点的进步，都会让我内心涌起一股细细的欢喜，一丝微微的自豪，在此谈谈自己的心得体会感想。下面是本站小编为大家收集整理的大学生军训心得体会感想，欢迎大家阅读。

一转眼，军训已经过去一周。这一周，给我留下太多太多回忆，很亲切、很感动....

军训第一天就给了我们当头一棒，在那骄阳似火的天气里站在操场上纹丝不动，真的很难受。但我知道，这就是纪律，这就是军队！只有这样的军队在有能力保卫我们的国家。

第一天，累，但执着。

真正的考验是接下来的两天：齐步、正步、跑步，站姿、蹲姿、坐姿以及步法之间的变换，这些都是死要求，不能有丝毫含糊的。印象最深的是站军姿，“抬头，挺胸，手贴好”已经深深地嵌入我的脑子里。以至于，以至于我在梦里都在念这句话。

第二、三天，训的我彻底没脾气....

我时常想，我军训是为了什么，我冒着满头大汗、头顶烈日立于太阳底下收获了什么。直至今今天，教官的一句话让我明

白我为什么要军训“你们军训，是要你们学会组织跟纪律性，要有钢一样的意志！”，是的，组织与纪律。是存在于社会的人要生存永远不能缺少的。回想起刚军训大家一起走路时稀稀拉拉与今天会操时我们迈出整齐一致的步伐相比，真是天壤之别啊！

随着时间的深入，我们同教官的感情日益深厚起来，我们的教官是一名二年级的军人，来自八中队。是个很健壮的小伙子，与我们是同龄人，作风正直，我们都很尊敬他。军训休息的时候，他会带我们拉隔壁排的歌，或是给我们讲讲他在军队中的一些故事。这是我们最放松、最开心的时间。教官，最为我们的同龄人，一个比我们经历的多得多的同龄人，对我们的指导是非常有价值的。

军训中有很多乐事，只说其中两个吧，一次是第二天晚上的训练期间的休息时间，我们都坐在操场上，教官在队列前面教我们唱军歌，他首先自己唱了一遍，不料在他唱歌的过程中，有一个当天生病的同学打报告说：“报告，我想吐”...顿时，大家先是楞了一下，接着笑翻了....还有一次也是在一个晚上休息时间，教官问我们要玩什么，有一名同学提出数天上的星星。好吧，数就数，想想看，几十个男生挨在一起数天上的星星，那是一个多“浪漫”的场面啊！

智者积蓄纯朴与宽忍，信仰着桀骜不驯，所以选择坚强”军训使我以坚强的信念，努力成为生活的强者。

十多天的军训即将要结束了。在这短短的十多天里，我学到了很多很多。

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，

而不是逃避，畏首畏尾。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”大学生军训心得体会20篇大学生军训心得体会20篇。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的十多天里，我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。步行街上、图书馆旁不但有我们班的整齐的步伐，也有我们班阵阵洪亮的口号声，更有我们与教官的闲笑声和嘹亮的军营歌曲；篮球场上还留下过我们班激情的风姿和练拳时整齐的叫喊声；射击场上还有我们班那一张张瞄准时的脸和那洪亮的练枪声。

在这短短的十多天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训

中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。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？。

军训即将结束，大一的生活也即将结束。在这即将逝去的大一，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性。

军训——一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的最佳良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

教官来了，我们的神果立马充满了神奇的光彩。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。自然，这时很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立……但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?!站军姿，给了我炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我龙之传人的无穷的毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。“不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。”歌声“团结就是力量”，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，而是将人的本性、热情、积极性展露时，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

这次军训是我第一次接触“迷彩”，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为

之装点，于是，生命中又多了一道“神奇”：军人本色。上天赋予了我们很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗？但是，很值得庆幸的是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

转眼间，我的大学生活已经悄悄流走了8天，而进入大学的军训也已经进行了6天。回想这6天的生活，心中的滋味难以言说，有辛酸、有满足、有劳累，也有快乐。

还记得军训开始的那天，当教官踏着整齐的步伐跑进操场时，我的内心是多么痛苦啊，经历了高考的历练，进入了大学，然而传说中人间天堂般的大学生活竟然以这样的方式开始。最初的两天，这种内心的痛苦又真真切切的转移到了身体上：站军姿时一动不动的站几十分钟；踢正步时要使劲让自己的脚去亲吻大地；喊口号时要用自己最大的力气去嘶声竭力。一天下来，腰酸背疼，回到宿舍只想躺倒在床上。第二天早晨虽有万般疲倦，还是奔向操场。

但渐渐的，军训却让我体会到无数的快乐：当齐步走整齐的排面得到教官的表扬的时候；当跑步时整齐的立定赢得了阵阵的掌声的时候；每一次的坚持，每一点的进步，都会让我内心涌起一股细细的欢喜，一丝微微的自豪。

军训辛苦是不变的真理，然而有什么可怕的呢？我们正值青春少年，“红日初开，其道大光；河出伏流，一泻汪洋。”我们应该，或是必须拥有无畏的勇气和无限的毅力去战胜未来将会遇到的困难。军训，正是为我们提供了磨练这些品质的一个机会。

疼痛算得了什么？劳累又算得了什么？当多年以后，我们遇到了困难，经历了挫折；当我们拿出了勇气和毅力，我想，我们一定会记起这一幕幕场景，并在心里默默说：“谢谢你，军训。”

## 军训感想心得体会大学篇二

第一段：入列打招呼，初步感受到军营氛围的严肃和紧张。在步队中整齐地排列，敬礼向队长报告，感受到了军训的严谨性。随着训练的进行，我逐渐体会到了军训的目的和意义。军训不仅是一种对身体的锻炼，更是对大学生思想和纪律的磨炼。通过军训，我们能够增强团队合作意识，培养集体荣誉感，提高自身的纪律性和自律力。

第二段：在军训中，我们接受了严格的体能训练。每天早晨起床，我们就开始了晨跑操训练，呼吸新鲜空气，感受阳光的温暖。在操场上，我们从简单的拉伸运动到复杂的腰腿发力训练，通过长时间的坚持和努力，我渐渐发现自己的体能得到了提高。不再是之前的脆弱学生，我感受到了身体的力量，也为自己在将来面对困难的时候有了更坚定的信心。

第三段：除了体能训练，军训还包括了军事技能的学习。我们学习了一些基本的军事常识，如行军队列、站姿运动等。这些基本的技能和动作看似简单，却需要我们反复训练和调整。在排队时保持整齐的队列、保持正确的站姿，在一开始时对我来说是个难题。但是通过反复的训练，我渐渐掌握了这些技能，也更加清楚了纪律和规则的重要性。这些军事技能的学习使我认识到了大学生生活中纪律和规矩的重要性，养成了良好的生活习惯。

第四段：军训中，我们还接受了心理素质的培养。长时间的紧张训练让我遭遇了种种痛苦，但是我却明白这其中蕴含着一种培养和锻炼自我的过程。从一开始的无法接受到后来的逐渐适应，我发现自己的心理素质得到了极大的提高。当被队长训斥时，我能够保持冷静，虚心接受批评；当训练无比辛苦时，我能够坚持下来，不言放弃。这些困难和挑战让我认识到，只有当我能够适应变化和压力，才能够应对未来的种种困难，自强不息。

第五段：军训不仅锤炼了我们的身体，磨炼了我们的意志，还加深了我们与同学之间的友谊。在训练中，我们互相鼓励、互相帮助。我们共同面对同样的困难和挑战，团结在一起战胜困难。这段经历让我们结下了深厚的友谊，为我们之后的大学生活奠定了良好的基础。

总结：通过军训，我深刻地认识到军事纪律的重要性，身体素质和精神素质的培养对于一个大学生来说都是至关重要的。军训不仅仅是军事技能的学习，更是对我们人格的塑造和完善。在未来的大学生活中，我将继续保持良好的纪律性和积极向上的精神面貌，为实现自己的目标而不断努力。

## 军训感想心得体会大学篇三

短暂而又漫长的军训生活已在今天拉下帷幕，细细回想其中的酸甜苦辣，我感慨万分。

令我最难忘的是站军姿——三挺、三收、一睁、一正，即挺胸、挺膝、挺颈；收下额、收小腹、收臀；眼睛睁大，脖子要正，身体前倾。立起军次，其形威严无比，其势稳如泰山，看起来实令人敬畏。这个看似平凡而又艰辛的训练，让我们的身心都受到极大的考验。我们需在烈日下，严格按照军姿要领站好十分钟后，我的汗水顺着额头往下滴，我的脚开始发麻了，我的手也在隐隐作痛。但我并没有因此而放弃——想想军人一站就是几小时，甚至是十几个小时，我就没有放弃的理由。比起军人，我站的这短短的几十分钟真算不了什么。站军姿让我看到了军人的毅力威严，并从中学会了坚强与勇敢。在风雨中，我们始终保持军姿，文丝不动，在烈日下，我们仍然昂首挺胸。我们是年轻一代的排头兵！

其次是下蹲——当我全身的重量都压在自己的右脚上时，不一会儿，我的右脚就发麻了。如果这一刻我的右脚能自由活动一下，如果这一刻我能站起来，如果……多少个美好的假设在我的'脑海中荡漾着。但我并没有被这些美好的设想所诱

惑，我坚持到了最后。当我慢慢站起来时，我的脚似乎失去了知觉。但令我稍感欣慰的是：我以自己顽强的毅力提了过来。因为我相信——坚持就是胜利，坚持就是暖春的阳光，它能融化冬日的遗霜；坚持是盛夏的绿装，它孕育着秋天的兴旺；坚持是秋天的果实，它昭示着冬天的吉祥；坚持是寒冬的瑞雪，它预兆着春的希望。让我们多坚持一分钟吧。胜利就在你我的脚下。

再次是正步走中的抬脚——一脚在地另一脚上抬离地25厘米处并长时间定位——这是一个最苦的动作。2分钟，我的脚就开始抖了，上抬的脚也慢慢地下垂，此时对于我来说，真是度分如年呀！但我并没让自己的脚着地，尽管此时它已疼痛无比。我告诉自己，人吃得苦中苦，方为人上人。我相信自己的毅力绝不比别人弱。最终，我成功地接受了教官的考验。在痛苦面前我学会了勇敢面对，在苦难之间，我学会了顽强克服。我相信人的意志可以征服一切，亲爱的朋友不要抱怨长路漫漫的不潇洒浪漫。其实，难难困苦就是你成功的摇篮，让长风的翅膀携你过尽风帆，让心灵的呼唤伴你闯过生命的难关，只要心中的毅力之光不暗淡，生命的叶子永远不会枯黄腐烂。顽强的意志将是我们战胜苦难的最锋利的武器。

## 军训感想心得体会大学篇四

大学生活是每个学子进入大门后期待已久的阶段。然而，大学并非只有追逐知识的课堂和辩论，还有一项令人兴奋和充实的体验，那就是军训。通过军训，我们不仅能够锻炼身体，增强体魄，还能培养集体意识和团队精神。

### 第二段：军训磨砺内心

军训的第一天，阳光明媚，校园里的新鲜空气洋溢着令人振奋的味道。然而，接下来的残酷训练将检验我们的毅力和耐力。整齐的队列，高亢的口号，无时无刻不在提醒我们严守纪律。听从指挥，服从安排，我们学会了向困难低头，学会

了不服输。在艰苦的军训中，我们要撑起的不仅仅是自己的体力，更需要的是坚定的决心和毫不退缩的勇气。

### 第三段：锻炼身体，增强体质

军训除了对我们的意志斗争，更是一项全面的体能训练。日复一日的晨跑和军体拳，让我们的体渐渐变得更加强壮。汗水浸透衣襟，无数次重复的动作，让我们的身体变得越来越协调。而且我们不仅通过各种军事操练得到了锤炼，还学会了军礼、军姿等方面的知识。这些在军训中锻炼到的身体素质和礼仪修养，将成为我们未来工作和生活中的宝贵财富。

### 第四段：培养集体意识，强化团队精神

无论是在军事训练中，还是在集体活动中，军训都强调集体意识和团队精神。在队列训练中，我们需要紧密地与队友配合，保证整个队伍的整齐划一。而在团体操表演时，我们要做到一个人的不准确就会影响整个表演。在长时间的训练中，我们相互鼓励，一起克服困难。只有队伍奋发向前、默契配合，才能争取更好的成绩，也才能赢得师长的赞许。这种集体意识和团队精神将伴随我们从大学走向社会的整个人生。

### 第五段：军训感悟

军训结束的时候，我们无一不在心中对这段经历有着深深的感悟。这段短暂的时间，不仅锻炼了我们的意志，增强了体魄，更培养了我们的团队合作精神。通过这些经历，我们明白了很多道理，学到了很多课程。在军训中，我们认识到自己的不足之处，学会了倾听和合作，在困难中求进步，来一次敬佩自己的军训经历……军训虽短，却深植于心。

总结：军训不仅仅是对我们体能的锻炼，更是对我们意志和毅力的考验。通过军训，我们学会了坚持不懈、服从指挥、合作共赢。这些将为我们以后的工作和生活打下坚实的基础。

所以，回过头来看，虽然军训辛苦，但它是我们大学生活中一段珍贵的体验，是对我们成长道路上宝贵的财富。

## 军训感想心得体会大学篇五

### 第一段：军训的意义与重要性（200字）

军训作为大学生活中的一项重要部分，具有十分重要的意义。首先，军训能够培养大学生的纪律意识和集体荣誉感，使其在今后的学习和工作中更能够遵守规章制度。其次，军训还能够锻炼大学生的毅力和坚韧精神，培养其顽强拼搏的品质，为今后面对困难时能够更加坚定地迎难而上。因此，军训对于大学生的成长和发展具有非常重要的作用。

### 第二段：身心上的收获（200字）

在军训过程中，我不仅体验到了身体的锻炼，还领悟到了军人的职责和担当。通过晨练、操练和军体拳的训练，我的体质得到了极大的提高，精神和体力也得到了进一步的调整和发展。此外，和同伴们一起生活、学习与训练，我更能够明白集体的力量是无穷的。每当集体一致努力时，我们能够战胜困难，完成任务。这样的体验使我变得更加坚强和勇敢。

### 第三段：意志品质的塑造（200字）

军训期间，我深刻体会到军人对待工作的态度和担当精神。他们时刻保持积极的心态，不畏艰险，一丝不苟地履行自己的任务。我也在他们的榜样影响下，学会了对待事物要多一些耐心，对待人要多一些宽容；学会了在面对失败和困难时不气馁，要有持之以恒的精神；学会了对待生活要充满热情。这种塑造了我的意志品质，使我在成长的道路上更加坚韧而有力。

### 第四段：合作意识的培养（200字）

军训过程中，我意识到集体的力量是无穷的。在队伍中，每一个队员的稳定和协调都对整个队伍产生着重要影响。通过队伍的合作训练，我们与队友们建立了深厚的友谊，也懂得了团结合作的重要性。在集体合作中，我明白了分工合作的意义，学会了与队友配合默契、相互促进。这种在军训中培养起来的合作意识，将对我今后的学习和工作产生积极的影响。

#### 第五段：军训的启示与展望（200字）

军训是一次难得的锻炼机会，它教会了我很多东西。通过这段时光，我意识到个人的力量是有限的，而集体的力量是强大的。只有与团队合作，才能够更好地完成任务和达到目标。军训的经历让我懂得了吃苦耐劳的重要性，学会了面对困难时不退缩。这将对我今后的学习和生活产生深远的影响。虽然军训带来了一些困难和疲劳，但我相信，在未来的日子里，这段经历将成为我宝贵的财富，激励我奋发向前。