

2023年大学生士兵军训的心得体会 大学生军训心得体会(优质10篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

大学生士兵军训的心得体会篇一

日思夜想的军训总算来临了。背上行李，离别爸爸妈妈，怀着激动的心境来到了国教中心。

号角响了，咱们来到门口调集，由教官带领咱们去军训场所。一路上，同学们吵吵闹闹，一点没有一个武士的纪律。来到操场上，教官一喊“立正”，咱们的吵闹声立刻停住了，不愧是教官啊！

咱们首要学的是站军姿。挺简略的！不才华立正吗？我心里这样想。教官可严了，抬头挺胸收腹，双腿站直，双脚呈60度，双手紧贴裤缝。一站就站了十几分钟，好累呀！

一个下午，我的脚都站麻了。吃过晚饭回到睡房，我抱起脚揉啊揉，仍是好痛啊！从速穿好鞋子，晚上还要上课呢！

第一天就这么累，怪不得有人叫军训“魔鬼操练”呢。还有4天，怎样熬啊！“快睡觉吧！”哦，同学催了。好了，就到这儿，明日还要操练呢！

大学生士兵军训的心得体会篇二

随着秋天的到来，半个月军训生活也随之结束。回首军训时光的车轮碾过的痕迹，深藏心中许久的情感油然而生。毋庸置疑的是，这半个月的生活是艰辛的，但却艰辛的让人感动，让人难以忘怀。军训很苦，但是我们还是挺了下来，更没有逃避军训对我们的磨练。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。

虽说军训只有短短的十五天，但是它对我们的影响却应该是一生的，是它锻炼了我们的身体，是它磨练了我们的意志，是它促进了我与同学们的感情。也许很多人会说军训仅仅是强健了我们的体魄，磨练了我们的意志，我却觉得它更是在锻炼我们的心态，在面对困难时不急不躁的心态。军训带给我们一种尊严，一种不向任何权势卑躬屈膝的品质。军训教会了我们如何面对以后的挫折。

军训中的烈日当头和阴雨绵绵我都会认为那是上天对我的眷顾，让我在最需要打磨的时候能够给我机会去坚强。军训虽是苦涩的，单调的，但却让人有幸福感。每一次和同学们并肩前行，每一次和同学们的军姿较量都让我们心中的距离拉得更近。我们心中都有一种力量，都有想要为集体添砖加瓦的愿望。是军训改善了我们的精神风貌，提高了我们的综合素质。

我们从小已经习惯了父母的宠爱，所以军训意味着我们要学会集体生活，自我照顾。军训第一天的训练是站军姿，本以为这是一件很容易的事，但真的做起来却很难，不到一会儿我就觉得站不住了，可不知道那教官是麻木了还是怎么了，竟让我们站了30分钟，再加上太阳不停地向我们泼洒着它的温暖，蒸得我的体液犹如滔滔江水连绵不绝，但教官还是不

允许乱动，我那时真的有些撑不住了，真的好想大声的说“报告”，但是话到了嘴边又咽了回去，依然任凭那烈日熏烤，站的脚底发痛。我还是决定坚实的踏出这关，有时我真想向父母宣泄一下，但我没有拿起电话，因为我要学会自强，将来的路是要我自己闯的，于是我开始告诉自己要坚持。终于军姿站完了。

我开始学我几乎不会的其他动作，正步、四面转法、跑步等。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。当然，这是很美丽的时候，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，给了我们炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我们龙的传人的无穷毅力；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。

军训是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的良机。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。通过军训，我们的面貌焕然一新，我们的爱国热情愈加高涨，我们的意志更加坚定。军训就像是一条鞭子，时刻鞭策着我们前进；军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为；军训更像是一把火炬，时刻照耀着我们的前方。十五天的军训给我们留下的印象无比深刻，军训让我们学会了自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得成熟，让我们走出他人精心编制的暖巢，勇敢地站出来去迎接风和雨。

这十五天的生活是快乐的，因为我们切身体会到了军营般的生活，体会到了团结就是力量，众人拾柴火焰高的真谛。军

训结束了，但我们的大学生活才刚刚开始。在今后的生活中，我们还要保持军训中的优良作风，发扬战胜困难、勇于拼搏的精神，保持高度的组织纪律性，认真学好文化知识、专业知识和专业技能，全面提高自身素质，争当一名优秀的大学生。

大学生士兵军训的心得体会篇三

大学生军训是每位大学新生必经的过程，这一阶段不仅是对大学生个人身心的磨砺和锻造，也是培养大学生爱国、敬业、团结、担当的重要机会。通过军训，我们能够增强纪律意识、加强体质训练，培养吃苦耐劳的精神，并且在集体活动中感受到团队协作的重要性。因此，参加军训对于大学生的成长和发展具有十分重要的意义。

第二段：军训中的挑战和收获

军训是一项严肃而磨人的过程，每天早晨的晨跑、令人痛苦的站姿和持久的体能训练都让我们感到十分艰辛。但是，正是这些挑战让我们意识到自己的潜力和能力。在长时间的军事训练中，我们学会了坚持、学会了团结协作，更锻炼了自己的意志力和抗压能力。而在军训结束后，我们也收获了更多的友情和宝贵的经验，这些都将对我们的未来学习和生活有所帮助。

第三段：军训对大学生的积极影响

军训不仅仅是锻炼身体的过程，更是培养大学生健康人格和正确价值观的重要途径。通过集体活动和军事训练，我们培养了良好的纪律性和责任感，学会了尊重他人、团结合作，并且逐渐形成了明确的个人目标和发展方向。军训也让我们明白了团队的力量和团结的意义，相信这些品质和能力都将对我们今后的学习和工作带来积极的影响。

第四段：军训中的思考和改变

军训不仅让我们感受到了体能上的挑战，还激发了我们对大学生活的思考和对自身的改变。通过军训，我意识到军事训练需要的不仅仅是身体的力量，更需要心理上的坚定和毅力的支持。我学会了在困难和挫折面前保持乐观的心态，坚持自己的信念，并再次证明了只有通过不断的努力才能取得成果的道理。军训让我成长了不少，对待生活和学习都更加有了决心和勇气。

第五段：军训带给我们的启示和展望

军训结束后，我们回顾这段经历不只是为了回味，更是为了总结经验和展望未来。军训让我们从一个新生变成了更加成熟的大学生，我们学会了如何面对困难和挫折，学会了如何与他人合作和沟通。我们要珍惜这次难得的机会，将军训时学到的东西应用到未来的学习和生活中去。未来的日子里，我们要继续保持对自己的严格要求，不断提高自己的综合素质，不断追求进步，为自己的梦想而努力奋斗。

总结：通过大学生军训，我们不仅收获了锻炼身体和提高体质的效果，更重要的是得到了培养良好品德和价值观的契机。军训不仅让我们学会了集体的力量和团队的重要性，也提高了我们的纪律性和责任感。通过这次经历，我们对自己和未来有了更深刻的认识和规划。希望我们能将军训中学到的宝贵经验应用到今后的学习和生活中，为自己的未来而努力奋斗。

大学生士兵军训的心得体会篇四

大学生参军训练是一种独特的经历，既是对个人体能和军事素质的全面锻炼，也是对自主性和团队精神的重要考验。亲身参与军训，我有幸深刻体会到了军人的坚韧作风和无私奉献精神。下面我将从锻炼身体、提升意志品质、培养团队意

识和塑造自身价值四个方面来总结和分享大学生参军训练的心得体会。

第二段：锻炼身体

大学生参军训练让我深刻体会到体能的重要性。在军队里，身体素质是基础，要求我们具备良好的体力和耐力。长时间的跑步、爬山、攀登等训练，让我意识到了自身的局限性，也激发出了我不断超越自我的欲望。通过这些训练，我不仅增强了体力，磨炼了意志，更让我明白了健康的身体是一切进步的基础。

第三段：提升意志品质

大学生参军训练不仅锻炼了我们的身体，还提升了我们的意志品质。在军训中，训练强度大、时间紧，让我们寝食不安、全身心地投入其中。在训练过程中，面对种种困难和挫折，我学会了坚持不懈、勇往直前的精神。我深刻体会到只有付出更多的努力，才能获得更好的结果。这种经历让我更加明白，只有拼搏奋斗，才能成就更好的自己。

第四段：培养团队意识

大学生参军训练让我认识到团队意识的重要性。在军事训练中，个人的力量是微不足道的，必须与他人紧密配合才能取得胜利。在军训中，我们要相互扶持、相互鼓励，保证整个战斗小组有力地前进。通过集体训练，我发现团队的力量是强大而不可忽视的。只有团结合作，各尽所能，才能取得更好的战斗效果。

第五段：塑造自身价值

大学生参军训练对塑造自身价值有着重要的作用。在军训过程中，我们不仅锻炼身体，也接受思想教育和道德修养。通

过参军训练，我懂得了追求平凡生活背后的重要性，更珍惜自由、平等和和平的社会环境。同时，参军训练也让我明白了自己的责任和担当，鼓励我努力学习，将来成为对社会有用的人。总之，大学生参军训练是一段独特的人生经历，让我感悟到了很多，对我的成长和发展产生了积极的影响。

结尾：

通过参军训练，我不仅获得了身体上的锻炼，也感悟到了意志的力量，明白了团队合作的重要性，同时更加明确了自己的价值。大学生参军训练给予我们宝贵的人生财富，让我们在未来面对各种困难和挫折时，能够坚定不移地前进。我相信这段经历会成为我们宝贵的财富，助力我们在未来的发展中取得更大的成就。

大学生士兵军训的心得体会篇五

大学生参军训练是培养青年学生的集体主义精神和身体素质的重要途径之一。参军训练是通过在军方组织的一系列训练课目中，锻炼大学生的身心，并培养其团队合作意识和顽强拼搏的精神。参军训练使大学生进一步增强了国家安全意识和紧急情况下的自救自护能力，对大学生成长意义重大。

第二段：阐述参军训练对身体素质的提升

在参军训练中，大学生通过种种高强度的体能训练和军事技能的学习，不仅使自己的体能水平得到了大幅提升，而且锻炼了身体的耐力和抗压能力。在长时间高强度的体能训练中，大学生学会了顶住疲惫和困难的坚持，使身体素质得到了有效提高。

第三段：探讨参军训练对意志品质的熏陶

参军训练有一定的军事化和纪律化特点，在经过连续且高度

集中的训练后，大学生注重团队合作，养成了严守纪律、服从指挥的良好品质。通过各类训练课目，大学生的意志力也得到了锻炼，他们学会了不放弃、迎难而上。这种顽强拼搏的精神不仅在参军训练中起到了重要的作用，同时也是大学生未来发展的必备品质。

第四段：谈论参军训练对人生观的影响

参军训练让大学生认识到了军人的崇高与艰辛，明白了自己应该为国家的发展和民族的利益做出贡献。这种国家意识让大学生在人生观上有了新的认识，知道自己的责任和义务。同时，在训练过程中经历的身心磨砺和困难，也激发了大学生面对生活中种种困难的勇气和毅力，他们对未来充满信心。

第五段：总结参军训练的体会和感受

通过参军训练，我更加深刻地认识到了个人在大集体中的作用和责任。训练过程中的困难、压力和挑战使我在身心上得到了考验和成长，并且在意志和毅力上得到了巨大的提高。参军训练不仅让我具备了较高的身体素质和军人品质，更重要的是为我今后的成长和发展提供了坚实的基础。

参军训练是大学生成长和拓展的重要阶段，它锻炼了大学生的身体素质、熏陶了大学生的意志品质，影响了大学生的人生观。通过参军训练，我们更加热爱祖国，更加成熟自信，并且懂得了珍惜生活和付出努力的重要性。无论是对于个人的成长还是对国家的建设，参军训练都起到了积极的作用。这是一段宝贵的经历，在未来的求学和工作生涯中都将给予我们更多的动力和信心。

大学生士兵军训的心得体会篇六

人生路上有风有雨，有丛生荆棘，有泥潭陷阱，但是只要我们去奋斗，去拼搏，就一定会有鲜花和掌声在等待着我们。

困难和挫折对无能的人来说是一个无底深渊，而对那些敢于挑战的人，它是成功的基石。

我的军训生活已经落幕，但军训时发生的事却时常浮现在我的眼前。还记得我每天都顶着一个大太阳站军姿，教官在一旁巡视，我们一动也不动，尽管很累，但还是在坚持，汗水从前额流到脸颊，再顺着脖子流进衣领，很痒却没有人主动擦拭。我们有时也会小声抱怨太阳的毒热，也会喊一声累，叫一声累，但一到集合的时间还是会笔直地站好，像一棵棵挺拔的小白杨。

面对炎热的天气，教官的训练，我们不言放弃，自觉接受教官的管束。我们从站两三分钟就喊累到站十分钟甚至二十分钟都一声不吭，其实，我们并不是不累了，而是我们都在用自己的意志坚持着。我们从转体左右都分不清到转得整整齐齐，是因为我们有一种集体意识，我们深知，每一个人都代表着整个集体，一言一行，一举一动都关乎着整个班级的荣誉，所以我们要约束自己，规范自己的行为举止，谁也不能给班级抹一点儿黑。

毅力是攀登高峰的手杖，毅力是横渡苦海的舟楫，毅力是催出的鲜花的春雨，没有毅力，再聪明的大脑也可能形同虚设。

坚持，是精神的支柱，是跨越坎坷的信念，是制胜的根本。一个脆弱的人，他的心灵将永远沉浸在黑暗沉寂的世界之中，人生之路并不只有是阳光明媚的康庄大道，但只要我们坚持，就会发现前方蓝天的美丽。

这都是军训所教给我的人生道理，军训，谢谢你！

大学生士兵军训的心得体会篇七

不是大学也有需要军训，我都快忘记高一的军训。也许是那会儿时机还未到的缘故，我军训完只有“终于结束了”的感

叹，等到这次大学军训完，我竟然找到了我儿时的梦想，还找回了纪律超人的自己。

在见到教官们的第一眼开始，我就喜欢上了那种站得笔直，做任何事情都一丝不苟的神情，也正是因为这种神情的光临，我回想起来我儿时的梦想——当一名正义感爆棚的警察。儿时有一次拍艺术照，是可以试穿很多职业服装拍照的那种，穿歌手的服装，我觉得太妖艳，穿博士的服装，我觉得太呆板，穿老师的`服装，我又觉得太乏味，只有穿警察制服的时候，我偷偷和一起去拍的小伙伴说“嘿，你想像你爸爸一样当警察吗？我想像我大伯一样当一名警察，这个制服我要穿着拍一套”。

当然，警察和军人也还是不同的。但相同的是他们都同样的正直，同样的严肃认真，同样的一丝不苟。我们教官就是那样一丝不苟，在我们跑步的时候，在我们站军姿的时候，在我们打枪的时候，也在我们休息的时候。

很感谢这次严格的军训，让我学会了坚持，也让我找回了儿时的梦想，还把一个懒散的少年变成了一个自律性极强的成年人。谢谢这次军训，谢谢我的教官，谢谢我自己。

大学生士兵军训的心得体会篇八

大学生军训是大学生活中非常重要的一段经历，对于体育专业的学生更是如此。我就是一名体育专业大学生，最近刚刚经历了一次军训，让我对自己的体能和意志力有了更深的认识。在这次军训中，我收获了许多，不仅意识到了军训对我们的重要性，也明白了体育专业应该具备的素质。

第二段：身体素质的提高

军训期间，每天早晨开始的晨跑让我感到非常疲惫，但同时也让我明白了一个道理：只有拥有强健的体魄，才能有更好

的体育能力。在长时间的晨跑中，我逐渐感觉自己的身体素质有了明显提高，持久力增加、呼吸更加顺畅，这些都是经过锻炼后的结果。体育专业的学生更应该注重身体锻炼，通过军训让我明白了这一点。

第三段：团队协作的重要性

军训中，体育专业的同学们都被分到了一个小组，由此我意识到团队协作的重要性。每天的操练中，我们需要团队中的每个人都完美配合，只有这样才能完成我们的任务。通过与队友的配合和沟通，我感受到了团队协作的力量，明白了个体的力量是有限的，而一个团队的力量却是无穷的。这个经验对我今后作为一名体育专业的学生更加重要，团队合作能力将是我未来发展的关键。

第四段：意志力的培养

军训过程中，我们经历了各种各样的训练，从晨跑到体能训练，再到战术演练，每一项任务都需要我们毅力和意志力的支撑。在极限状态下坚持不放弃，是我从军训中获得的最宝贵的收获。通过军训，我不仅锤炼了自己的意志力，也明白了在面对困难时应该如何坚持下去。

第五段：对专业的理解和认识

军训过程中，我发现体育专业并不只是要求我们具备优秀的体育能力，更注重的是对专业的理解和认识。在军训的课堂上，我们不仅学习了基本的体能训练和战术知识，更了解了体育培训的目的和意义，以及如何在实践中发挥我们的专业优势。这样的理论学习让我明白了体育专业不仅仅是运动的技巧，还需要我们了解运动背后的科学和理论知识，才能更好地服务于我们的专业。

总结：

通过这次军训，我收获很多，不仅仅是身体素质的提高，更是对体育专业的理解和认识。军训加深了我对团队协作和意志力的认识，让我明白了这些素质对一个体育专业的学生有多么重要。我相信，这次军训将会对我未来的学习和发展起到非常积极的影响。

大学生士兵军训的心得体会篇九

军训终于在我的'期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然军训的时间并不是很长，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会

得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的！

大学生士兵军训的心得体会篇十

参军训练是每个大学生难忘的经历之一。这不仅是一次实践锻炼的机会，更是一次磨砺意志的历程。通过参与军事训练，大学生们可以体验从未有过的严谨与纪律，培养坚韧的品质和坚毅的意志，对自己的成长与未来起着积极的推动作用。

第二段：锻炼身体，培养意志

参军训练旨在锻炼大学生的身体素质，从而增强身体的抗压能力。这其中包括长时间的晨跑、拉伸运动和体能训练等，这些训练对于大多数大学生来说都是前所未有的。然而，这些锻炼却锻造了我们的毅力与耐力。从一开始的喘息和腿脚酸疼到后来的适应和改善，我们的身体逐渐得到了更好的锻炼，普遍表现出更好的体质。这种锻炼也锻炼了我们的意志，告诉我们只有坚持才能有所收获，这对我们今后人生的奋斗意志培养起到了很好的示范作用。

第三段：严格纪律，培养自律

参军训练是一次接受严格纪律的过程。我们每天按时起床、整理铺盖、军容毕恭，这些看似琐碎的动作，却锻炼了我们的自律意识。在军事化管理中，任何违反规定的行为都会受到相应的纪律处分，这要求我们始终遵守纪律，不敢有一丝

懈怠。在这样一种环境中，我们逐渐养成了自律的习惯，不论是在学习还是日常生活中，我们都开始有了自觉的规划和管理能力。

第四段：团队合作，培养协作能力

参军训练中，我们不仅个人身体素质得到了锻炼，团队合作能力也得到了极大的提升。在军体拳和队列训练中，我们需要密切配合，步调一致。每个人都发挥着作为团队成员的责任，互相帮助和支持，只有这样才能维持整个队伍的连贯性。这对培养我们的团队合作精神、协调能力和沟通能力都起到了很大的帮助。在今后的社会中，这种团队意识和协作能力无疑将使我们更加出色。

第五段：增强自信，敢于面对挑战

参军训练不仅让大学生们锻炼了身体和意志，更重要的是让我们建立了自信。通过一次次的挑战和超越，我们不仅看到了自己的潜力和能力，也增强了对自己的信心。我们敢于面对困难，敢于迎接挑战，并确信自己能够战胜困难。这种自信心将伴随我们一生，无论面对什么样的困难和压力，我们都能勇敢地面对并克服。

结尾：大学生参军训练是锻炼身体，培养意志和意识的宝贵经历。通过参与军事训练，我们的身体不断得到锻炼，意志得到坚韧，自律和团队合作精神得到培养，自信心得到增强。这些都对我们将来的发展起到积极的促进作用，使我们在人生的道路上更加从容与坚定。大学生参军训练的经历将伴随我们一生，成为我们宝贵的财富。