

# 2023年军训心得一千字大学生(汇总5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 军训心得一千字大学生篇一

军训是由国家组织和管理的一项基础性训练活动，是培养预备役部队、养成纪律性和全面发展学生的素质的重要途径。对于我们大学生来说，军训是一个锻炼意志坚定、强化纪律、提高体质的机会，更是展现自己的舞台。在军训的过程中，学习严谨的军事训练、培养严谨的作风、加强身体锻炼，不仅可以提高自身素质，更是为未来的工作和生活打下良好的基础。

### 第二段：军训带来的体能训练方面的收获

军训固然意义重大，其中最重要的很自然是体能训练。刚开始的训练并没有太大的难度，主要是进行跑步、引体向上、仰卧起坐等较为简单的训练。然而，第二天的训练就已经开始逐渐增强难度。受潮的校服、袜子以及雨后的场地，让训练变得更加艰苦，但也带来了不一样的收获。因为与自己刚好相同身高和体重的队友已经有不少退役了，坚持到现在的人越来越少，这让我更加珍惜每一次锻炼的机会，也让我感到自己坚持到了今天的荣誉。

### 第三段：军训中培养的思想素质的重要性

在军训中，不仅是体能、技能的培养，更重要的是思想上的熏陶。比如，我们必须树立起不怕困难、不怕挫折的精神，面对困难时顶住压力，咬紧牙关、坚持到底。同时，坚守纪

律、服从命令也是军训期间培养的核心目标。通过遵守规则和服从指挥，加强了我们的集体意识和团队合作意识，更加注重对集体的责任。

#### 第四段：军训对于自信心和自主性的增强

我曾经是一个胆小、缺乏自信的孩子。因此，通过军训，我逐渐认识到了自己的不足，并开始不断地调整自我，提升自己。同时，这个过程也增强了我对自己的信心和勇气。不论是交际、演讲还是训练时的表现，我都能够自信地去完成，甚至可以勇敢地尝试新的事物。这种自信以及自主性的增强对于我们的成长，将会具有极其长远的影响。

#### 第五段：军训体验后的思考与未来展望

通过两天的军训，我意识到了自己的不足之处，也学习到了许多有用的技能和知识。未来，我会将这些技能和知识融入到平时的学习和生活中，并从容应对未来的挑战。同时，我也意识到，军训仅仅是第一步，未来的生活、事业都需要我们坚持不懈地努力。我要深入学习各项知识，全面锻炼自己的能力，成为一个有良好素质的合格国民。

总之，这两天的军训让我受益匪浅，通过锻炼体能、强化思想素质、增强自信心和自主性等多方面的训练，我已经开始成为一个更好的自己。未来我将会坚持下去，一直向着更高的目标不断前行。

## 军训心得一千字大学生篇二

军训，是对学生受益非浅的活动，不仅能提高学生的身体素质，还能提高老师与学生之间的深入了解和深厚的感情。今次的军训，我收获了许多许多，同时也失去了在家里玩的时间，正所谓“挨一拳头学一着”，我觉得也是值得的。

一开始军训时，大家都不熟悉军训的规矩，所以做的马马虎虎。军训完之后，大家都回到寝室去睡觉了。只有我们班还要逗留在教室里。回到教室，大家都垂头丧气的，也许是因为今天做得不好，被教官骂了一顿的缘故吧。大家只见老师在黑板上写了一句格言，说：“大家知道‘形成于思毁于随’是什么意思吗？”大家都在叽里咕噜，似乎明白了似的。老师有点着这句格言，说：“大家明白就好，但是你们今天的表现就‘毁于随’了。我们做什么事情，第一，要认真；第二，不要随便。做事情随随便便能做好吗？只有认真做，不随便才能把这件事情做得精。明白吗？所以下次军训一定要认真，不随便。给一个好印象给教官，明白吗？”大家都觉得老师这翻话说得头头是道，所以大家异口同声的说：“明白！”经过了这次，我明白了军训要认真，不能搞小动作、开小差，要听从教官的命令，这样才做得精、做得好。

## 军训心得一千字大学生篇三

第一段：军训开始的第一天，我对军训的规模和内容都感到十分好奇。整个班级齐刷刷地走向训练场地，我紧张而期待地望着前方。上午的训练主要是体能训练，我们进行了晨跑和拉伸等活动。尽管体力逐渐透支，但我仍然觉得有一种难以言喻的成就感。下午，我们开始进行队列操练和军事理论的学习。第一天的军训让我深刻体会到了军队的严格和纪律性，同时也对我产生了巨大的触动。

第二段：第二天的军训新鲜感渐渐消散，顶着炎炎烈日的我们开始了更加艰苦的训练。早上的晨跑略有加长，每一个动作都更加注重规范。我明显感到自己的体力和意志力在不断被磨砺，仿佛每一次的呼吸都在为我积攒力量。在队列操练中，我体验到了团结合作的重要性，每一个人都要时刻保持队伍的整齐划一，专注力的同时还要与队友保持默契配合。这种团队意识的培养不仅仅是为了军事训练，更是我个人成长的重要一环。

第三段：进入第三天的军训，渐渐有些人开始产生了退缩的心理。有些同学嘀咕着脚疼、腿酸，有些同学抱怨着洗澡的水都泡不进去。但是我告诉自己，只有坚守到最后，才能找到真正的收获。在一次次艰辛的训练中，我的体力逐渐增强，意志也变得更加坚定。我深刻明白到艰苦和困难才是人生的常态，唯有不断超越自己，才能真正取得成就。

第四段：第四天的军训中，我们进行了射击训练和野外生存技能的学习。我们在训练场上跪射、趴射，紧张而又专注。射击训练教会了我如何集中注意力，控制情绪，更好地完成任务。而野外生存技能的学习让我对如何在极限环境下自救和互救有了更深入的了解。这让我明白到在生活中，我们不仅要有坚韧不拔的毅力，还要具备一定的灵活应对问题的能力。

第五段：第五天是军训的最后一天，我们进行了军事练兵演练和闭幕式。在练兵演练中，我感受到战争的残酷和军人的责任。但同时，我也认识到只有通过训练、通过团队的战斗，我们才能真正保卫自己的家园。闭幕式上，我们收到了教官的表扬和鼓励。我意识到自己不再是一个懦弱的孩子，我有能力面对困难并坚持到底。军训的五天让我收获了身体和心灵上的成长，我从中获得了更多对人生的认识和对未来的期待。

总结：通过五天的军训，我的体力得到了锻炼，意志变得更加坚定。我明白了规范和纪律的重要性，体验到了团队合作的力量，也学会了如何在逆境中坚持不懈。军训不仅让我学到了军事知识，更重要的是培养了我坚韧拼搏的精神和积极向上的态度。我相信，这段军训经历会成为我人生中一笔宝贵的财富，让我在面对困难时能够勇往直前，永不言弃。

## 军训心得一千字大学生篇四

今天是军训的第十一天，也到了军训进程的中间时段。

没有了最初开始的烦躁，没有了懒散的动作，这就是我们的成长与进步吧，一步一个脚印儿的向前成长，团结一致迈进大学生生活。

“团结就是力量，这力量是铁，这力量是刚，比铁还硬比钢还强”这首歌陪我们度过了六天的时间，也就是这首歌，见证了我们的进步与改变。

没有了慵懒的眼神，没有了放松的姿态，没有了不和谐的气氛，我们就这样的走了过来，对教官的感情也增强了，教官比我们大不了几岁，但他们吃过的苦比我们多好多倍。教官让我们心生敬佩，感谢我们的教官，谢谢你！

在今后的日子里，我们会加倍努力与学习，养成良好的习惯，培养团结精神☞fighting☞☞☞

今天又排了会操队形，与持枪方阵合并了，额，我想说，教官我们还是想待在咱三连啊，但我们不会松懈，依然会努力训练，完成军训任务。

努力！加油☞fighting☞

今天我们确定了军训提前结束的消息，经过了几天苦练的我们当然很开心——这艰苦生活的结束；可是悲伤与不舍之情确如泉水，汨汨地往上冒。

不容易的军训，虽然也只有半月，夹杂着柔风细雨，伴随着我们郭小班的日日探寻，终究的感受是大学的不易，似乎高中老师口中那个美丽的象牙塔不见了，只是一个严肃的环境，骤然地出现在自己的面前。我想着自己，想着那个当初坚定的自己、那个有着梦想、怀揣希望的自己。

看见小班一身绿衣，似乎跟我们的差别并不大，问她也只说学霸学神只是传说，可能脚踏实地才真的是我们大学生应当

做到的吧。

经过军训，我清楚地看到自己坚定的微笑，被烈日照射的我们有铜色的健康肌肤，那是经过一个暑假未曾拥有过的，似乎成为了一种标志——一种胜利与满足的标志。晚上躺在床上，回忆着白天的一幕一幕，那些似曾相识的一刻一刻兆示着成长，也昭示着我的未来不是梦。

军训第十一天，皮肤晒黑了，嘴唇裂开了，但这又算得了什么？一个人的意志没有经历过苦难的砥砺，就不会以一个强者的姿态站起来，就不会懂得奋斗的乐趣，不会理解军训的艰辛。

军训是暂时的，但军人的严格训练，铁的纪律是永恒的主题，在我们心中永不逝去，让我们懂得，对于生活中的磨难和坎坷，我们不但不要害怕，逃避，还要张开双臂以拥抱的姿态去迎接，以沐浴的姿态去感受，因为磨砺实在是成就不平凡人生的甘霖，能够用心去感受磨练，我们才能在激烈的竞争中游刃有余。漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥使脆弱的我们变得坚强，严肃的训练使我们每个同学英姿飒爽。

坚持就是胜利，烈日烘着大地，我们的衣服，湿了又干，干了又湿，汗水沿着脸颊一滴滴的滑落。军姿已经站了一个小时吧，脚的刺痛感越来越清晰。倒下吧，那就能好过点，然而，我怎能倒下呢，倒下前面的努力都白费了，做事不能半途而废的，只有坚持才能赢得最后的胜利，我相信，我一定能行的。

作为一个大学生，我们都选择当勇士，力争坚持到底，永不放弃！

**军训心得一千字大学生篇五**

军训中，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样20分钟站立不动，在教官的法眼注视下，想动一下都很难。下面是本站带来的一千字军训心得，欢迎欣赏。

轻轻的，高中生活过去了，不留一丝痕迹，只留下惆怅的我憧憬着神秘的大学生活。

云中谁寄锦书来?精美的入学通知书姗姗来迟，带着我盼望已久的通知书和我对大学的憧憬静静地跨入了这个美丽的校园，大学生活正紧锣密鼓地进行着，而军训正是这美妙生活的序幕，15号军训悄悄地拉开了帷幕。

军训让人痛苦，立正、稍息、跨立整得我们这些温室中的花朵苦不堪言，尤其是站军姿，它真的让人欢喜让人忧，腿绷得老直，教官仍在一边叫嚣：“有的同学又在偷懒，拿出点毅力!”没办法，大家只好抛下十二分的不愿，挺直双腿任他雨打风吹皆不弯，大腿好痛，手臂手酸!

军训让人坚强，李阳曾说过“pain past is pleasure”是的，困难其实并不可怕，敢咬牙克服困难的才是真的英雄，只有面对任何痛苦都能一笑置之，才是真的快乐之人。绿色军营令多少华夏青年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦?是军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择!

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错

误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

七天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。在这七天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。由于上学期陕西省宝鸡市受甲流的影响，全院全体09级的军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的激情仍然高涨，等待这次军训的到来。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。

漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身.....

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起



胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

那一排排的队伍犹如大树般伫立在塑胶跑道上，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，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。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。而大学军训，让我明白太多太多

的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。我想只有军训才能真正感觉到它的内涵。

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。

记得初中军训时，我们被送到一个军营里军训，比大学的军训还要苦。那时我们就十三四岁，每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要学习，不说别的就军训时间就够拖累人了。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和教官在休息时瞎掰，而且我们的教官跟《康熙微服私访记》里面的三德子很像，大家都叫他三公公。我们还会时不时的捉弄一下教官，趁教官不注意时做做小动作。然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，拽着车门不想上车回家。真的很有意思，也很感人！

现在又经历这大学军训，人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学生来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且加上上学期学习的军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。