

# 2023年大学学生军训心得 大学生军训心得体会(汇总9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 大学学生军训心得篇一

军训，让我学会了感恩。泪水与汗水参杂，枯燥与喜悦并行。我穿上军装，昂首挺胸，懵懵懂懂的面向教官，学习他的站姿，学习他的动作，学习他的一言一行。在军训中，我们的教官年轻而稳重，不失军人的威严。教官在认真的训练的时候相当的严厉，但是他也有和蔼可亲的一面，他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，在他的不断督促下让我们有了明显的进步。教官铿锵有力的声音在耳边想起，辅导员叮嘱我们要按时吃饭，叮嘱我们做好防晒措施，并为我们关注天气预报，这些对我们的关心也是有目共睹的，我们应该用好的连队成绩来感恩教官和辅导员无微不至的关心。

军训，让我学会了坚持。我们不断的重复着枯燥的动作，每个人都累得筋疲力尽，第一天的天气是阴天，没有炙热的太阳炙烤着我们，教官讲了一些基本要求，并告诉我们的职责就是服从命令。在教官的严厉要求和辅导员亲切的关心下，我们即使腰酸背疼，却一刻也没有放松的想法，我们虽然没有钢铁一样的身体，但是有一颗比钢铁还要坚强的心。任凭着劳累不断的考验我们的意志，仍然没有选择退缩。即使有同学会感到身体不适，休息一会儿后，又重新踏上了没有硝烟的战场。

军训，让我学会了思考。即使六盘水的均温是19度，但是当

太阳很不客气的暴晒着我们的时候，身上都是滚烫的，就像我们走齐步时手臂打直摩擦着军装两侧一样强烈，就像我们踏正步时脚掌用力的打击地面一样的磨炼着我们。训练时，线条与统一中让我深深的体验到了里面严明的纪律，但是我深知我们的军训不及一半的辛苦，我们不用像教官当兵时那样起得早，整理内务和抗打压。当我练习军姿时，心里不时的感慨到当兵的不容易，并想到我们之所以有如今的国泰民安，全靠他人的负重前行。想想爸妈辛苦一辈子，都是为我们而奋斗，但让我感到难过的是我什么都分担不了，只有尽我最大的努力做到让他们放心，并能达到他们对我的期望吧！即使军训是艰苦的，但是我始终相信“人，只要有一种信念，有所追求，什么艰苦都能忍受，什么环境都能适应。”就算是在最艰难的时候也会感到幸福的。即使我们现在就是一个简简单单的军训和父母的辛苦比起来不值一提。

军训，让我学会了感悟责任。每个人自打呱呱坠地时在不同的年龄阶段和不同的工作单位就都扮演不同的角色，并需要担任相应的责任。我的责任就是好好学习，服从老师的安排和学校的安排。老师的责任就是教给学生知识和基本礼仪，教官的责任就是教会我们服从命令教会我们懂得克服困难。责任可以使人变得坚强，责任可以发挥我们的潜能，责任可以改变我们的态度。军训时，我们的责任就是让我们的方队变得最整齐，要学会考虑他人，顾及他人感受，一个人做事的好与坏，最关键的在于有没有责任感，是否履行了自己的职责。我深知只有我们连队的人都明确的认识到自己的职责，发挥自己的能力之后，才能克服自己困难。

军训，让我学会了团结就是力量。在短短的军训期间，我们要与原本不熟悉的同学和睦相处，相互沟通，并且做到互帮互助，团结一致。我们要从原本懒散的生活中脱离出来，参加严格的训练，接受阳光的洗礼。我们在田径场走齐步，走正步，唱军歌，都需要大家团结一致的对，如果没有队友是不会有整齐的踏步声，响亮的合唱声。奥斯特洛夫斯基曾说过：“哪一天你和集体脱离，那便是末路的开始，”三国

时期的孙权曾说过：“能用众力，则无敌于天下矣；能用众智，则无畏于圣人矣。”这就是我理解的团结精神。在训练中，从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，都让我深深的感受到了团结的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益。

## 大学学生军训心得篇二

当再次回想军训往事心里总是有说不尽的喜悦。

时隔一年依然清晰记得，军训的军营是在一个四面环山只有一条路通入的地方。在那里有绿的树，青的草给人有一种身处世外桃源的感到。

记得在到达军营的时候就已经已经分好连了，一个班作为一个连。所有的连再分为两个营。我是在一营九连，在三天的训练会操停止后，分方块训练的时候，我被分到了队列方块。在这个方块里我们要演习许多的动作而且要求相当的严格，因为我们这个方队要代表一营在军训的最后一天也便是最后会操的时候在领导面前表演。所以我们的教官对我们的要求特其余高，在那里每一个动作都要反重复复的演习n多次。常常是其他方块的同学坐在树荫底下观我们在骄阳下被训。常常性的会呈现汗水沿着额头，沿着脖子，沿着裤腿慢慢流下，但我们在没有教官允许的条件下是谁也不能动，所以我们只能默默地“享受”这种痒得难耐的感到。如果那个同学私自乱动则整个方块都邑遭殃。颠末我们那么多天的费力，支付了那么多汗水之后，我们也取得了令人满意的劳绩。

在会操时，我们九连得到了一等奖，队列方块的表演也获得了领导们的确定和赞扬。最值得纪念的是，这次军训，我打出了人生的第一靶。在靶场我在繁忙中顺手拾起了两个子弹头，把一颗送给了同学。回来之前我还特意去操场上捡了一些石子带回来作为留念。现在它们还被珍藏在我的抽屉里，霉畚观见，都有一种很温馨的感到。

所以建议同学们在军营时尽量多拍些照，那将会成为你们人生中美好的回忆。

## 大学学生军训心得篇三

悄悄地，我们翻开了大学生活的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

这个飞扬着绚丽梦想的大一，一个等待着我们用手中的画笔描绘出缤纷色彩的大一。回到学校，一眼望见的'依旧是熟悉的校园，就连一张张陌生的脸孔也不再让我感到孤独了。对新的生活充满着期待。步入大一，我们迎来了如火如荼的军训。这是我人生中的第一个军训，我只想好好的学好此课程，为我大学生活摆出鲜艳的花朵。

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。在军训的整个过程中，我的脚麻痺着，站在第一个的我被太阳猛烈的晒着，他毫不留情的照射着我，汗水滑过脸颊，透湿后背，眼泪顺流而下，忍着忍着。其实我是多么的想跟教官说“报告，想休息下、”正因为我选择了大学，更不想才刚开始就输给自己，所以我坚持着。

军训是一种能增强体质与纪律的有力活动。经过几天的军训后，我们如同刚受阳光滋润的小草般，充满着冲劲。从起初医务室挤满人到逐个进去，显然大家的意志坚定了许多，军训所带来的痛疼都被我们的坚决的毅力战胜了。军训告诉我们要坚持不懈。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂！在这炎炎的烈日下有我们耀眼的青春；俗言道：吃得苦中苦；方为人上人。是军训；让我们拥有战胜困难的勇气；让我们懂得团结互助；是军训；开启了我们辉煌的青春。；每天随着教官哼着军歌，让我们也开始喜欢上了那首歌，因为它含着我们的记忆，最终军歌一等奖让我们感到欣慰。

我坚信，这十七天的路我们能走好，以后三年的路，我们也能走好，未来一生的路，我们一样能走好！因此，我们应该为此奋斗，让我们鼓起勇气吧！让自信为我们铺路，让胆识为我们克服困难，向着朝阳前进吧！

## 大学学生军训心得篇四

大学生军训是大学生生活中的一部分，是大学生们接触到的训练军事生活的第一步。大学生军训的目的是锻炼自身的意志品质、提高身体素质、增强团队协作精神等。而在军训的一天中，我深有体会，在这里，我分享一下自己的思考和感悟，希望对那些将要进行军训的大学生有所启示。

### 第二段：坚定的信念

整个军训过程中最重要的就是坚定的信念，这对于我们每一个参军训的大学生来说都是至关重要的。因为军训是一个非常测试个人意志品质的过程，在枯燥单调的训练中，有时候难免会有低谷期。这时候我们应该告诉自己要坚定信念，向自己的目标坚定走去。信念坚定的我们，才能更好地面对军训中的种种困难。

### 第三段：坚实的体能

军事训练中最为重要的就是体能，体能状况直接影响着军事训练的效果。所以在军训中，大家必须努力锻炼自己的体能，通过长时间的体能训练和反复的规律的锻炼，我们每一个参军训的大学生都会逐渐拥有坚实的体能。而这一点，也将会让我们更加坚定地向前走。

### 第四段：增强的团队协作精神

在军事训练中，团队协作精神也是非常重要的一点，特别是军训。因为在训练中，如果我们没有团队协作精神的话，是

很难有效的完成训练的，不仅不能完成训练，还会影响其他训练人员的心态，所以说团队协作精神非常重要。通过军训中的团队训练，我们也将会逐渐地感受到不同人员之间的合作，这样也会让我们对军事训练的知识有更深入的认识。

## 第五段：结论

在大学生军训一天中所感悟到的体会就是坚定的信念、坚实的体能和增强的团队协作精神，这些都是大学生军事训练中不可或缺的一环。在军事训练中我们肯定会有种种的困难，但是只有坚定的信念、坚实的体能和增强的团队协作精神，才能化解这些困难，更好的向前走。相信参加大学生军训的同学们也都可以通过军训中的训练，不断提升自己的意志品质和身体素质，成长为更好的人。

## 大学学生军训心得篇五

大学生军训是每个大学生都要经历的历程，尤其对于女生而言，更是一次难得的经历。经历了一天的军训，不仅仅是训练的，还有对自我力量的挖掘，对人际交往能力的锻炼，以及面对困难的勇气。下面我来谈一下我的一天心得体会。

### 二、初到军训场

当我来到军训场的时候，还是觉得有些胆怯和不适应。首先是身上穿的军训服，刚开始觉得很很不习惯，甚至觉得不好看。但随着时间的推移，我慢慢地适应了军服的领口，衣角，以及虎口、鞋面的擦拭。当然，台风天气让我有些小小的担心，但教官给了我们必要的安全提示，我也就不害怕了。

### 三、丰富的活动

一天的军训活动非常丰富多彩。除了常规的晨练，操练和游戏，还有极限跑、攀岩、绳索等运动项目。这些活动对于平

常久坐办公室的我们而言，既是挑战又是机遇，能够锻炼身体，增强体质。总体而言，我的身体素质只是在常人中等偏上，但我尽力了。我不是很擅长操练，但我虽然跟不上大家的节奏，我仍然用自己的力量、动作支撑着自己的体魄，发现自己的潜力，增强决心和毅力。

#### 四、与队友相处

大学生军训具有团队合作的特点，每个人都有自己的青春年华，而在这个过程中，互相帮助，互相成长。在晚上的时候，我们一起做了一件事，就是给科技楼和管理楼涂色。虽然只是简单的涂色，但队员们互帮互助，认真细致，从而体现出了团队合作的精神。在一些需要相互合作的活动中，有些人可能不太会，但其他队友会鼓励他们，指导他们，让每个人都感到满足和自豪。

#### 五、收获与感悟

这一天的军训，吸收了刻苦、勤奋、毅力、耐力等习性，对自己的成长有一个全新的认识。在这个过程中，我读到了自己的强项与优势，并意识到自己的缺点和不足。同时，我也感谢这次经历，认为在未来遇到问题和时候，我也可以像今天一样，用自己的力量实现自己的目标。最后，我要感谢我的教练和队员们，他们的帮助与支持，让我取得了这一次难得的成长体验。

总之，大学生军训是一个难得的机会，它不仅能够锻炼身体，还能增强体质和人际关系。在这个过程中，我们学会了相互帮助和团队合作，不仅让我们得到了美好的收获和经验，更让我们更加自信和快乐。

## 大学学生军训心得篇六

大学生军训是每个大一新生的必修课程，作为一种锻炼身心

的方式，军训徒步是其重要组成部分之一。徒步训练不仅能够增强大学生的体质，还能够培养他们的团队合作意识和顽强拼搏的精神。在这个过程中，我深刻体会到了徒步的痛苦与乐趣，也发现了它对我的成长所起到的重要作用。

首先，徒步训练给我带来了身体上的痛苦，但也使我锻炼出了坚强的毅力。徒步长途跋涉是一种极具挑战性的活动，尤其对于体力较差的我来说更是如此。在开始的几天里，每一步都感觉格外沉重，脚步似乎都快砸进地面了。我曾经想过放弃，但是教官鼓励我们要坚持下去，因为只有坚持才能见到成功的曙光。慢慢地，我的身体逐渐适应了长时间走路的疲惫感，脚步也不再那么沉重了。通过一次次苦难的徒步，我不仅锻炼出了身体的耐力，同时也培养了自己的坚持不懈的品质。

其次，徒步训练也带给我了心灵上的舒畅感。长时间的徒步让我有了充足的时间去思考问题，放空自己。当我走在风景秀丽的山间小道上，静静地欣赏着大自然的美景时，我感到内心变得宁静而平和。这种与大自然亲近的感觉让我忘却了生活中的种种烦恼，使我更加放松和积极面对生活。同时，徒步也是一种彻底释放压力的方式。在长时间的行军中，我可以尽情地大声歌唱，大声嬉笑，将内心的压力一扫而空。这种自由和放松的感觉让我觉得徒步不再是一种痛苦，而是一种享受。

第三，徒步训练也是培养团队合作意识的良好途径。在徒步的过程中，每个人都有自己的任务和职责，需要相互协作才能达到目标。在我们徒步的队伍里，有些同学体力较好，不断给身后努力跟上的同学鼓励和关怀；还有一些同学在休息点会主动帮助别人背水、背行囊等。这种互相帮助和支持的氛围让我感受到了集体的力量，也深刻理解到了团队合作的重要性。通过团队的合作，我们能够更好地完成任务，同时也能够培养出一种责任感和团结感。



第四，徒步训练中的艰辛也让我更加珍惜生活。在长途徒步中，我曾经经历了袜子磨烂脚、被大太阳晒得晕眩、体力不支坚持不下去等等，这些都是平日生活中难以想象的痛苦经历。然而，正是这些痛苦的经历让我更加明白生活的可贵。当我走出训练场地，回到舒适的校园生活中时，我对身边的一切都充满了感激之情。我开始更加珍惜每一天，珍惜每一个与家人、朋友相处的时刻。同时，我也更加坚定了自己的信念，无论遇到什么困难都要勇敢面对，坚持不懈。

总而言之，大学生军训中的徒步训练是一种艰辛却又值得珍视的经历。虽然会面临体力的疲惫和精神的压力，但是通过此过程锻炼出的团队合作精神、坚持不懈的意志以及对生活的珍视，让我深刻感受到了徒步的意义所在。徒步虽然痛苦，但它使我变得更加强大和坚韧，也让我对自己有了更深的认识和体验。这段经历不仅影响了我的大学生活，也给了我在将来面对困难时勇往直前的信心和勇气。

## 大学学生军训心得篇七

忙碌的暑假后，我迎来了大学生涯的第一次军训。这一天，我和我身边的同学们一起走进了炎热的军训场，在严格的军事训练中，我深刻地领悟到了很多道理，下面我将就此分享我的心得体会。

### 第一段：严格的军事训练惊险刺激又充满挑战

在军训场上，我和同学们体验到了严格的军事训练，比如晨跑、军体拳等，与往常的运动相比，这些训练要求更加苛刻。整个运动过程中，我们都感觉到了训练的紧张，同时也感受到了军训的锻炼和挑战，这种刺激和挑战激发了我精神力量和毅力，也增强了我身体的适应能力。

### 第二段：集体生活增进了合作精神和团队意识

在军训场上，我和同学们住在一起，一起吃饭、一起训练、一起上课。在这过程中，我们感受到了一种团队氛围，我们相互支持、相互帮助，大家一起协作完成训练，相互鼓励，在这样的氛围中，我的合作精神得到了增强，也让我认识到团队合作的重要性。

### 第三段：军训切实提高了我的纪律性

在军训的过程中，我深深体会到了纪律的重要性。我们需要按时按点到达训练场，需要服从教官的命令，需要清晰明确地完成任任务。这些纪律条例强制性地规定了我们的行为，让我们切实提高了自己的纪律性，让我认识到坚持训练、严格遵守纪律的重要性。

### 第四段：军训激发了我强烈的爱国情怀

在军训场上，我深深地感受到了军人的荣誉和责任，同时也加深了自己对国家和人民的热爱和敬意。让我更加坚定了要做好自己、服务社会的决心。军训让我认识到，一个人的成长离不开国家和民族的支持，也使我感到为时代而奋斗，为祖国而奋斗才是最终的目标。

### 第五段：军训把握机遇，开启自我成长之路

从一开始的陌生和迷茫，到如今对军训逐渐了解并认识，我在这一天深刻体会到了军训对我个人成长的影响。在未来的生活中，我还将遇到更多困难和挑战，但经过军训的考验，军人素质的锻炼和跨越的心理障碍，我深信我可以走出属于自己的成长之路，和我的同学们一起面对未来的新挑战。

总之，大学生军训一天的心得体会让我重新认识了自己的能力和潜力，也教会了我坚持自我、珍惜机遇的重要性。我相信，通过这次军训，我不仅会在自身锻炼方面取得长足进步，更重要的是，我获取了一批好的军事、素质方面的技能和知

识，未来，我将把这些技能和知识践行到我的生活中去，为了自己的成长和更好的社会贡献，不断发扬军人的优秀品质！

## 大学学生军训心得篇八

回想这最后的而是半个多月，心中五味陈杂，有对军训结束的喜悦，有对教官离去的不舍，但是更多的，还是对军训的怀念。过去我们这么的排斥在军训中的训练，每天都在盼望着训练能早一点儿结束，教官的哨子能早一秒吹响。但是在结束了军训的现在，我么却不自觉的在生活中做出军训的架势。也许军训确实已经结束了，但是无论是在我们的心里还是身上，都留有军训的记忆。

还记得在军训开始的那一天，我们带着对大学的好奇，对最后一次军训的体验的想法，一起站在了xxx学院的主席台下。这一站，就是半月，这就是我们贯彻了军训的军姿！

在第一天的军训中，教官没有教我们过多的东西，就是让我们保持着军训站着。而教官就在一旁对我们说着军姿的要求，还不时的调整我们站的不标准的同学。这一开始，就是半个多小时。

在这期间我们就顶着头顶的烈日，等待时间一点一点的过去。近年来夏天的太阳真的很大，在这段时间的军训中，仿佛时间都因为“热胀冷缩”变得无比膨胀，又或许是因为是我们被这太阳晒得受不了，一分一秒都感觉是“折磨”，总之在感觉上过去了“三个小时”之后，军姿终于结束了。

当我们觉得这次的军训是逃不过烈日的时候，教官却将我们领到了学校少有的一片树荫下，并开玩笑似的说：“这可是我好不容易给你们争取到的哦！”在这一刻，我们就喜欢上了我们的教官！尽管他的军训一样非常的严格，但是处处都体现着人情味，在他的带动下，我们的队伍中也出现了越来越多乐意展现自己的队友。

也许是因为自己成长了，又或许是大学的军训是真的不一样。总之在这次的军训中，我看到了太多的不一样，体会了太多的惊喜。尽管依旧非常的劳累，但是我们的收获却完全不同了！再见了，我在大学的第一课。

## 大学学生军训心得篇九

一转眼，为期两周的军训生活已过半，留给我们的是辛酸苦辣和永恒的记忆。在这几天时间里，我们学习了稍息、立正、跨立、左右转身、齐步走……在教官的悉心指导下，我们学会了很多基本步法。

军训中，我和大家一样，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，像一棵树一样笔直的站立20分钟纹丝不动。就在我们每个人都快坚持不住的时候，教官说了句让我们感到十分惊讶的话，他说他们当兵最喜欢、最享受的就是站军姿。惊讶之余，他告诉我们，因为他们当兵时站军姿是最轻松的。是啊，教官们如此，我们何不学他们，何不换种享受的表情去接受军姿呢！

军训期间，我还体会到了团结的力量。你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳；你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那“一二一”嘹亮的口号，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，它让我在训练中坚持了下来，更让我懂得了集体的荣誉感。

军训，虽然是那些简简单单的动作，让我们重复了很多遍，但这反复的过程，磨练了我们的意志，教会了我们坚持。即使这几天的天气并不炎热，但我的心却是热烈滚烫的。

最后总结一下：军训不仅让我们学会了自立自强、自尊自爱还让我们懂得了团结，树立集体荣誉感，最重要的是在军训中我们懂得了如何做人，以及做什么样的人。

我相信，军训后的我们一定会踏着稳定的步伐、带着自信的笑容迈向美好的明天。