

2023年退役大学生体测可以免测吗 退役大学生谈心得体会(优质5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

退役大学生体测可以免测吗篇一

近年来，国家大力推进退役军人融入到现代化建设之中，退役士兵逐渐成为全社会关注和给予帮助的对象之一。在此背景下，越来越多的退役大学生选择迈进大学校园，吸收新知识、获得新技能、寻求新发展。他们不仅具有较高的思维能力、创新能力、执行力，还具有高尚的精神品质、忠诚的爱国情怀，为革命、军队和新时代发展作出了重要的贡献。本文从五个方面谈一谈退役大学生的心得体会。

一、勤奋刻苦，不断追求进步

大多数退役大学生到校后，由于军旅生活的锻炼与考验，他们总能以铁一般的意志、精益求精的作风，认真踏实地学习。他们不仅拥有课堂上逐渐熟悉的基本技能，还通过课外活动逐渐超越一般生源。比如，很多退役大学生具有团结协作、沟通协调的能力，因为相信“天下大事，必作于细处”。此外，他们还能有很多的创新思维，每当教师课堂上“深藏若虚”，给出的“解题思路”、“应用方法”时，退役大学生总能灵敏地抓住思维的“先机”，并且坚持如磐的信念能让他们在短时间内领略到“成绩与快感”。

二、加强思想政治引导，发扬爱国主义精神

退役大学生在校期间，能在地域与文化上的不同中充分了解我国的民族地位、民族发展规划、民族交往方式，并从中加强自身素养，发扬爱国主义精神。当然，这是不可或缺的经历，没有这类精神信仰，就缺少了我们做人的一部分认知与价值体系。在这个过程中，退役大学生需要积极地参加校园活动，形成自我价值观、世界观，在坚定理想信念、树立崇高理想、明确正确使命上下足功夫。同时，退役大学生还能以特殊的视角、丰富的生活经验为学校师生献上特色、实用的支持，是校园中的一道风景线。

三、积极开展志愿服务，增强公益责任感

退役大学生的思想修养、道德行为、预备养成习惯、行为意识等方面，在经过军旅生活锻炼后，比一般大学生要成熟、稳定。在这些方面，退役大学生优势明显。这也就为他们积极参加校园道路清扫、环卫维修等志愿服务工作奠定基础，让他们的心更加深入人民群众，更加坚定投身为人民服务的目标和信心。在这些活动中，退役大学生总能从行动中“透出爱，透出心”，真正地感受到“服务”这六个字中的含义，发扬了和谐、协作的精神。

四、发挥军人专长，做一名技能型人才

退役大学生在自己的强项方面往往能发挥得比其他大学生更加突出、得心应手，比如有时校外的某个安全威胁事件，退役大学生能够迅速地举手投足将场面稳定下来，他们的专业能力、专业质量也比其他大学生要高很多。在这种专业服务方面，退役大学生成为技能型人才，为社会主义建设为大功率，为本身的职业发展、专业成才、智力水平提高大量赢得荣誉、贡献出清楚的力量。

五、树立自信，积极拥抱未来

对于退役大学生来说，回归校园并非一件易事，生活、学习、

职业等方面的压力与挑战比其他大学生大得多。因此，退役大学生要摒弃心中的寂寞、迷茫、焦虑，要积极拥抱未来。对于自己的专业选择要有强烈的信心与决心，要充分发挥自己的专业优势，积极提升自己的综合素质，积极拥抱未来的人生与事业发展。

总之，退役大学生在迈入大学走进公益、走进校园的过程中，借助其生活经验和精神素质，具有创新和实践能力，通过学习、思考、实践，去探索自身的方向，增强决策能力，提高事业准备性，他们是充满智慧、充满信心和创造力的人才，期望他们在自己事业发展的路上可以碰撞出更加精彩的火花！

退役大学生体测可以免测吗篇二

立正稍息的严肃，刺杀格斗的磨练，摸爬滚打的辛酸。尽管肉体的麻木可以为之不屑，但精神的永恒却不得不为之一震！大学生退役的你会说什么？下面本站小编为大家整理了几篇退役大学生士兵演讲稿范文，希望对你有帮助。

尊敬的首长，亲爱的战友们：

很荣幸我今天能做为老兵代表在这里发言。伴随着日升日落，潮退潮起，聆听着梦里梦外那一次次悦耳的军号声，目睹营区里那一片片被岁月的秋风吹散的落叶。冬天——20xx年这个让人伤感的冬天如期到来了。明天，我就要离开部队，穿着没有领花肩章的衣服融入茫茫人海之中，平凡的如同一颗沙砾。

“浮云一别后，流水十年间。”短暂的军旅生涯，心里有太多割舍不下的东西，说走就走并不是一件轻松的事情。军营，我眷恋的一片热土；战友，我朝夕相处的兄弟……真想多看一眼这营区里的一草一木，真想把战友们祝福的目光打进行囊。“留恋处，兰舟摧发。执手相看泪眼，竟无语凝噎。”这是

一个古人伤离别的场景，可自从进入冬季，这种场景就常常浮现在我的脑海，常常在夜深人静的时候，打湿了我的双眼。

领导和战友们，是到了说再见的时候了。此时此刻，千言万语已表达不了我的难舍之情。歌手吕方在那首《朋友别哭》里有这么几句歌词，我想把它送给陪我走过这段火红岁月的基地领导和亲爱的战友们：朋友别哭，我一直在你心灵最深处。朋友别哭，我陪你就不会孤独。人海中，难得有几个真正的朋友，这份情，请你不要不在乎。

xx省军区边防，我会终生铭记这个名字，我会思念这绿色的军营，我会牢记领导们的教诲和战友们的鼓励。我应该感谢生命的选择，感谢这片绿洲选择了我年轻的生命。艰苦的训练，给了我钢铁般的意志；严明的纪律，使我对生活拥有了许多执著。一份锤炼，一份收获。十年军旅，成就了我作为一个士兵应该具备的博大的情怀，汇成了一段永远不能被代替的金色年华。

我曾经在困难面前退缩，也曾经犯过年少无知的错。但是，今天，部队生活已经使我变得成熟而坚强，即使面对风雨肆虐，我都会迎接着阳光；即便泥土是痛苦，我都生长出欢乐。岁月易逝，青春易老，但我依然执著于那场青翠的梦，尽管阳光不能定格在我的脸上，我的呼吸却会在黑暗中发出响亮的声响，我相信，这份部队生活的馈赠，必将使我在以后的风浪中不退缩，在艰难中不止步，在挫折和考验面前有足够的勇气和智慧来面对生活，这段军旅生涯必将成为我人生中最美丽的珍藏！

我的发言完了，谢谢大家！

尊敬的各位领导、各位同事、各位战友：

屈指算来，自己服役整整15个年头，转业也已经快9个年头了，从内心上来讲20xx年的“八一节”是我脱下军装后过的真正

有意义的一个建军节，之前的“八一节”我们也过，只是战友间互相问候一下，原来局里也会常常关心我们这些复转军人，组织大家外出参观学习、聚餐、放假、或者发放慰问金，但今天，我觉得意义非常不同，由我们新组建的文广新局各位领导和我们数十位战友一起过“八一节”，用部队的话讲，这叫“官兵同乐”。尤其是在刚才军歌奏响的一霎那，我仿佛又回到了曾经充满激情的军营，回到了火热的训练场，作为一名复转军人，我感到无比的光荣和自豪，同时深深的感受到——原来八一也可以这样令人感动。由感而发，就谈一些感受：

首先，深深的感谢党委对我们60多位退役军人的关心，感谢书记、局长和其他局领导在百忙之中来参加座谈会，感谢我们组织人事处处长和其他同仁精心组织 and 策划这次活动，把大家召集在一起，感怀军旅生涯，畅谈工作感受，加深熟悉了解，增进战友情谊，这无疑是对我们最大的鼓舞和关心，是你们的关怀让我们又一次回想起那曾经在军营奋战过的日日夜夜，再一次重温那激情燃烧的岁月，也让我们感受到这个新的大家庭的温馨，生命里有了当兵的历史，我们一辈子也不会后悔。

第二，都说部队是所大学校、大熔炉。“没有什么路比从军的路更能磨练人的意志，没有什么职业比军人更能体现人生价值，没什么学校比军队这所大学更能培养造就人。”军旅生涯培养了我们复转军人坚韧的性格和军人的气质，以及工作中雷厉风行的品格，不管岁月如何流逝，这份坚韧和气质是无法抹去的，这也是我们当兵的人军旅生涯所获得的最大财富，而这笔财富必将会在我们每个人所负责的岗位和承担的工作中潜移默化的体现，不管何时、何地、何岗位，只须领导一声召唤、无须领导更多动员，退伍军人都能让各级领导和组织放心，并且踏踏实实、不打折扣地做好每一项工作。

第三，感谢党委和领导多年来对我们这些复转军人的认同。

因为我们这里是上百名同志，复转军人作为分散在原来各单位的一个特殊整体，能够得到原文化局、广电局、新闻出版局的重视和认同，我认为，这比吃一顿饭、发一些礼品要重要的多。在部队时，我们经常唱战友之歌，“同吃一锅饭，同举一杆旗”，那么今天，我们能够凝聚在这一旗帜下，“同吃一锅饭，同举一杆旗”，心往一处想、劲往一处使、力往一处用。这既是缘份、又是荣耀、更是责任。同时，也恳请党委和领导给我们创造更多的机会、机遇和事业发展、创新、提高的平台，让我们多担些担子，多做些工作，多贡献一些自己的力量。

今年是我们上海四川商会新组建磨合和发展的关键一年，面对新的形势和任务，新的机遇和挑战，我们决心一如既往地发扬军队优良传统，勤奋学习，爱岗敬业，自强不息。始终以良好的思想境界、道德情操和精神风貌干好本职工作，为部队的快速发展贡献自己的力量，保家爱国。

最后，祝各位领导身体健康，万事如意，祝各位战友节日快乐。

敬爱的首长，亲爱的战友：

作为一名老兵，也许你感到了无限的自豪与满足；

作为一名新兵，也许你感受到的是万分的荣幸与骄傲！

这一切的感想也许都是因为你是团队的一个兵。

此时此刻，我倍感曾经是这支队伍中的一员而骄傲和自豪。

因为，这支部队曾经以一往无前，势如破竹的英雄气概打过黄河、长江、逐鹿中原、挥戈西北，为打倒日本帝国主义、为建立新中国谱写了一曲曲悲壮豪放的颂歌。

是这支部队在青藏线上斗酷暑、战严寒，风餐露宿、奋力拼搏，为祖国西部建设付出了多少年青的生命，流下了多少战士的汗水。

抗洪抢险，有我们的壮举；抗震救灾，有我们的奉献。

这支队伍把军人的威武、勇敢、青春全都给了祖国，给了人民。

这是一支能征善战的队伍，他的精神培育了一代又一代英勇的军人。

多想再聆听一次熟悉的军号，多想再轻抚一次火红的军旗，多想再看一眼温暖的营房。

然而，我们就要走了，就像刚刚从战争的硝烟中走来一样，那么坦然，那么坚毅，那么沉稳，那么威武！

我们知道这是祖国和人民的需要，这是国防现代化建设的需要，就像母亲需要一个勇敢坚强的孩子一样，我们任党去挑选，到祖国最需要的地方去！

我们就要走了，但挥不去的是历史的痕迹，最难忘却的是最深的记忆！

我相信，我们这支部队在现代化建军中将永往直前，无愧于历史，无愧于祖国和人民。

我们这些退伍的人，也会无愧于我们的军队！

致以军人的敬礼！

退役大学生体测可以免测吗篇三

每年都有越来越多的大学生毕业，他们前往不同的领域工作或继续深造。但也有一些人选择退役加入军队，完成自己的使命后，再回到校园继续深造。这些退役大学生有着不同于普通大学生的经历和体验，他们回到校园后也会带着一些不同的想法和感悟。在此，本文将探讨退役大学生从军队回到校园后的心得和体会。

第二段：军队的锤炼和学校的不同

退役大学生曾经是军队中的一员，他们在军队中接受过严格的训练和锻炼，养成了刻苦耐劳、坚韧不拔的品质。与此相比，在校园里，学生们享受着相对自由的环境，他们可以自主安排时间和活动，但这也容易让一些人变得懒散和缺乏自律。退役大学生因此常常会感到与其他学生之间的差别。

第三段：校园生活中的新考验

退役大学生从军队回到校园，他们要适应新的学习环境和生活方式。在军队中，他们习惯了所有的活动都有固定的时间和规律，而在校园中，一切都需要自己规划和安排。他们需要重新适应课堂授课的方式和教学内容，同时面对学习生活中的新考验，如如何与其他年龄更小的同学相处，如何平衡学习和社交活动等等。

第四段：积极面对挑战 and 机会

尽管退役大学生在回到校园后面临着许多挑战，但他们始终以积极的态度面对。他们希望通过自己的经验和实践，在校园的各个领域都能够有所突破。例如，在学习方面，他们注重实践和动手能力，能够更好地将书本知识应用到实际中。在社交方面，他们也希望能够结交更广泛的朋友，学习不同的知识和文化，并积极参与各种活动和社团组织。

第五段：总结感悟

退役大学生的回归，给校园带来了新的思考和启示。他们以自己的亲身经历告诉我们，生活中的每一次经历都会成为人生的财富，只要我们勇于面对挑战、敢于追求自己的梦想，就能够在不同的领域有所收获。他们的精神和拼搏的态度，也应该成为我们学习的榜样和借鉴。

退役大学生体测可以免测吗篇四

当今社会，越来越多的大学生选择退役，这其中既有自愿加入军队的士兵，也有因家庭情况或学业压力而退役的学生。无论是哪种情况，退役后的大学生们需要整合自身资源，面对新的环境和挑战。本文作者是一名退役大学生，本着分享经验和传递信息的原则，结合自身经历，分享一些退役大学生的心得体会。

第二段：接纳新环境

退役大学生需要面对的首先是从军队转入学校这一新环境。退役大学生要做的首要任务是尽快适应环境。与同龄人保持良好互动是退役大学生融入新环境的有效途径。主动发掘校园资源，成为各类社团、活动的一员。合理安排时间，充分利用空余时间，结交新朋友。尽早融入新环境，解决心理障碍，很大程度上有利于退役大学生的创新发展。

第三段：加强职业规划

退役大学生需要在退役后尽早规划自己的职业，明确自己的志向。军人退役后，可以很好地考虑自己的专业和技能，积极把握职业发展机遇。切实加强职业规划，提高职业素养，增强在劳动力市场的竞争力。在职业规划方面，退役大学生可以通过职业咨询，还可以与同行和大学生活动相互交流。通过这些方式，他们将更好地了解劳动力市场，逐渐加深对

自己职业的认知并且明确职业目标，为最终就业做好蓄力和规划。

第四段：提高技能和能力

退役大学生还需要注重培养自身的职业技能和能力。通过职业技能培训，毕业论文等方式，提高自己的知识水平，增强就业竞争力。这是退役大学生的一个巨大优势。除此之外，他们还可以有优秀的工作经历和团队意识。大学生作为知识产业的领导者，退役大学生可以通过这些优秀的品质来提高自己的专业和实践能力。

第五段：弘扬军人品质

退役大学生所具有的军人品质是他们人生路上的宝贵财富。受过良好教育，培养了爱国、纪律、勤奋和忠诚等核心价值观。这些品质为退役大学生在学习工作和人际交往等方面提供了很大的帮助。在社会活动中，退役大学生应该利用自己的品质和优势，弘扬军人精神，传递正能量，进一步发挥退役大学生作为新时代大学生的重要角色。

结尾：

退役大学生后面面临着不少困难和挑战，但是只要有充分准备，积极应对，就足以将困难转化为契机，实现更好的发展。通过向读者介绍自己的经验和体会，本文作者希望能够为退役大学生在面对这些困难时给予更多的启示和帮助。相信，在努力实现职业规划、提高职业技能能力、发扬军人品质等方面，更多的退役大学生将成功地适应新的职业环境，并取得自己满意的成就。

退役大学生体测可以免测吗篇五

在发展不断提速的社会中，发言稿的使用频率越来越高，发

言稿可以按照用途、性质等来划分，是演讲上一个重要的准备工作。你知道发言稿怎样才能写的好吗？以下是小编帮大家整理的退役复学大学生发言稿，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

各位领导、首长、各位同学们：

大家上午好！

我是德州学院20xx级化学化工学院学生马文婷，籍贯山东济宁，原服役于中国人民解放军xxx部队。很荣幸能作为一名退伍复学在校大学生在此发言。首先，我代表全体退伍复学大学生，向关心我们成长进步的各位领导表示最诚挚的敬意和最衷心的感谢！

20xx年9月，我放弃五彩斑斓的大学生活，带着家人、老师和同学们的殷切嘱托，踏上奔赴祖国西北的绿皮火车，穿越茫茫的戈壁滩来到了离家一千四百多公里的甘肃武威，携笔从戎加入中国人民解放军的行列。我终于实现了我的参军梦！

来到部队后才发现，原来真实的部队不只是电视上看到的飒爽英姿，还有吃不完的苦。从幽静平和到摸爬滚打，从张扬个性到令行禁止，从柔弱女生到刺杀格斗的女汉子，这巨大的现实反差让我感到措手不及，但是面对这种种的不适应我没有选择逃避，而是用积极的心态去还击。每天都在心里给自己默默加油打气。因为我明白当兵就要上战场，如果连这小小的挫折都经受不起，那又怎能算得上一名合格的士兵呢？于是在那两个月魔鬼般的新训生活里，我严格要求自己，不仅做到掉皮掉肉不掉队，更要争当排头兵！爬战术青一块黑一块的胳膊和腿，凌晨4点起来整理内务和熄灯后偷偷出来背条例条令熬出的黑眼圈，打靶之前在冰天雪地里趴着练习瞄准，都是我作为军人成长过的痕迹。但我想，肉体的疼痛都是暂时的，但军人不服输的精神会永远被印刻在心里。终于，在新训结束时，我光荣地接受了基地首长的授衔，激动地心情

久久不能平复。从那时起，我光荣的成为一名合格的解放军战士。

下连后我被分配到原xx军区第二通信团一营一连。那是巾帼建功模范连，习主席视察连队时曾夸赞女兵“英姿飒爽”，其实我懂的，承载荣誉的同时也意味着承受更多的磨练。今天想来，依然会激动，因为我是光荣的一连兵。由于我们是话务连队，除了平常的训练之外，更重要的是专业技能的训练。为了让自己更快的融入连队生活，不管是军事训练还是业务学习我都加倍用心，刻苦钻研，在连长第一次听机时，我便光荣的分出工作代号。并且由于我每天记日记的好习惯，加之在中学的时候，我常向杂志社投稿，连队赋予我新闻报道员的兼职，负责组织连队活动、节日选题、审稿以及新兵新闻报道培训工作。经过任务锻炼，我从不懂不会到慢慢摸索再到兴趣越来越浓厚，这也是我复学后选择报考新闻传播研究生的重要原因。

铁打的营盘，流水的兵，两年的军旅生活，伴随着自己的成长而渐渐的接近了尾声。复学后很多同学问我：“退役复学，耽误了青春，与学校脱节那么久很难适应学校生活，后悔吗？”针对这个问题，每次我都肯定的答道：“当兵时我不后悔，退伍回来，我仍然不后悔！”因为我相信，退伍，只是战场的转移，真正的士兵，即使脱下军装，依然会保持军人的信念和勇敢。两年的戎马生涯已经打造了一个全新的我，让我对未来的学习和生活充满了信心。如今，我已经通过退役大学生士兵考研专项计划考上重庆大学新闻与传播专业。

长缨在手，何愁难缚苍龙。参军入伍让我们学到了太多太多，我相信，这份部队生活的馈赠，必将使我在以后的风浪中不退缩，在艰难中不止步，在挫折和考验面前有足够的勇气和智慧来面对。

最后再次感谢各位领导，是你们的关怀让我们又一次回想起那曾经在军营奋战过的日日夜夜，再一次重温那激情燃烧的

岁月，也让我们感受到这个新的大家庭的温馨，我们这些退伍的老兵，也会继续发光发热，无愧于我们曾经的绿军装，无愧于我们橄榄绿色的青春!参军报国，青春无悔!

发言完毕，谢谢大家。