

最新大一新生军训体会与感悟(汇总10篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大一新生军训体会与感悟篇一

有人说相遇是上天定的缘分，缘分到了，一切完美与不完美都将填满我们在这个金秋九月相遇的情缘。

军训并不只是要响应党和国家的号召，而是要切切实实地通过一场训练来提升大学生的素质与素养，让我们体会一把军人苦。

正所谓“吃得苦中苦，方为人上人”，这简短的三天留给了我们无数的回忆，有最初开始军人的憧憬与懵懂，有站军姿时留下的汗水，有那嘹亮又气势恢弘的呼喊声，这一切终将沉淀成我们最宝贵的财富。

或许我们都是尘世卑微到地表的尘埃，渺小到根本看不到，但我们的团结与合作让我们爆发出了无穷的力量。每一个口号，我们都从心灵上的呼喊，带着冲破云霄的气势；每一个动作，我们都尽力做到标准，或许我们无法成为最优秀的军人，但我想我们可以成为最好的自己。

梦想有多远，人就能走到多远。我们是蓝天的雄鹰，展翅高飞才是我们唯一的选择。军训期间发生的每一件小事都是一份美好，阳光下的军姿，团队的正步走，酷炫又充满力量的军体拳，这些无一不回荡在我们的脑海中。在军训中感悟当

代军人的风采，我们都哭过、累过、苦过，但因为这份经历我们才不会后悔。军训磨练了意志，提高了团队协作能力，让我们露出最灿烂的微笑，感受到别样的温情。

暑假终于结束了，我也踏上了大学生生活的道路，每次新生入学，都有军训的洗礼，这次也不例外。之前中学也有军训过，但是大学的军训更加的严格了。

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，教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的只要有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在军训过程中，我欢笑过，流泪过。今天，我经历风雨，承受磨练。明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的甜。累，我体验到超出体力极限的快感。军训，让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，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无穷的毅力。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。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！

大一新生军训体会与感悟篇二

这次的大学军训生活其实与其他时候也没有太多的不同，不过是地点不一样，身边的人不一样，还有自己不一样。面对军训我没有太多的触动，最让人感动万分的不过就是第一次的参与，那时的不懂事使得整个训练都情绪动荡很大。但是现在我已经成长了，再也没有了当时的稚嫩，面对军训有的仅仅是满满的平静。秉着要不断提升自己的心，在训练中坚持坚持再坚持，没有喊过一丝累，更没有让自己犯过一点错误，我想这就是我经历了这么多次军训后的成长。

其实训练每一天都是很枯燥的，没有太多的激情，更是没有任何的新鲜感，就连训练的项目也是和往前出奇的一致。可能是我太想要在训练中突出自己，想要将自己提升到极致，于是在训练的第五天我出现了微微的眩晕感，然后我就不太清楚什么情况了，只知在我恢复意识之后，教官还在一旁陪伴着我，而其他的同学仍旧保持着军姿站立着，我在教官的脸上看到了有别于他之前严厉的担心，仅仅这一幕是我自开学以来内心受到很大冲击的一幕，我感觉到教官对我的担心，更感觉到整个军训的温暖，那种温暖是有别于炙热的太阳的，是穿透皮肤暖到内心的那种。之前的我都是抱着一种走过场的心在面对军训，虽是每一个动作都有认真，但是心却完全不是放在军训上的。在那次以后我才开始真正的将心放于训练中，去感受训练带给我们的光与热，感受教官对我们的付出。

整场军训就在教官对我的担心中才正式走上正轨，我才开始把自己视为一位军人一般去磨炼，去感受训练中能够收获的东西。我很庆幸在那时的醒悟，不然我只能是参与军训中的傀儡，只有肉体在训练中行动，而灵魂却早已不知去向，那

这样的训练对于我来说都是没有意义的。学校之所以为我们安排这样的一次训练，就是想要让我们得到成长，是为了磨砺我们的意志，让我们可以在未来的长路上不断向前。

在这场军训上我的灵魂有了升华，体魄得到了训练，精神得到了提升，这所有的一切都让我有对未来有更多的期许，我坚信在军训结束后的我还是能够秉持着在军训中的精神来面对生活，将我学习到的东西都运用到生活中，让我可以更多的感受来自军训带我的力量，我会牢记这次军训的每一刻时光。

【精】大一新生军训心得体会

【推荐】大一新生军训心得体会

【热门】大一新生军训心得体会

大一新生军训总结

大一新生军训广播稿

精选大一新生军训的自我鉴定范文

大一新生军训的决心书

大一新生开学军训感言范文

大一新生个人军训感言范文

大一新生军训体会与感悟篇三

就不会懂得奋斗的乐趣；

不会理解成功的艰辛；

……军训是短暂的，但军人严格训练，铁的纪律是永恒的主题，在我们心中永不逝去。

20xx年的大一军训让我们懂得：对于生活中的磨难和坎坷，我们不但不要惧怕，逃避，还要张开双臂以拥抱的姿势去迎接，以沐浴的姿态去感受，因为磨练实在是成就不凡人生的甘霖。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，使个个脆弱的我们慢慢变的坚强，严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，坚强。

严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

我们需要团队精神，每一个步伐，每一个口号，团队精神让它们发出一个单一的声音——整齐。而团队精神需要个人，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……“只要功夫深，铁杵磨成针”、“功夫不负有心人”，尝试和毅力让我们渐成一个集体，只要有团队精神，一切就会成功。

大一新生军训体会与感悟篇四

记得xx天前，我们的脸上还略带几分稚气，手中拖着沉重的行李。仰望天空，天是那样的蓝，唯有骄阳高高燃烧着，我的军训生活从这里开始了。

军训生活的艰苦是我未曾料到的。一天中大部分时间都在训

练和上课。训练场上似乎永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水，我们充分感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们学到了很多，更懂得了团结、坚强和责任。

军训第一天，教官就让我们站军姿。十分钟，在平常是很短的一段时间，可那时，烈日当头，十分钟在我们看来是多么漫长！炎热的太阳炙烤着大地，汗水就像开闸的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。一个十分钟，又一个十分钟……时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰背痛，头冒汗。经过一天的训练，累得坐下就能睡着。尽管如此，我仍感激万分，因为我以坚强的毅力坚持下来了，我的意志经受了磨练，这对我以后的学习是受益匪浅的。

军训生活不但有苦，同样也充斥着欢乐。我们利用课余时间，积极地准备着合唱比赛。练习时，我们刻苦练习，嗓子唱哑了，胳膊指挥酸了，但没人叫苦叫累，大家团结合作，齐心协力。比赛时，我们的班歌响彻了整个赛场：“天——下，相亲与相爱，让我们相逢在人山人海，有缘千里来相会，团结奋发我们xx班！”虽没有流行歌曲的时尚前卫，但这歌声里却充满着昂扬的斗志，铿锵有力！这不单单是我们唱出的歌声，也是我们班级的信仰。

xx天的时光悄然流逝，依然是蓝天白云，依旧是阳光灿烂，然而在这阳光下，我们的心中却有着别样的感动。在这几天里，也许有过因过度疲倦而产生的埋怨，也许有过因想念家人的彻夜未眠，但我们从未轻言放弃……虽然歌唱比赛的成绩有些不尽人意，但在这场没有硝烟的战斗中，我们是真正的胜利者，因为我们都尽力了，我们以后还会努力做得更好。在这场艰苦的战役中，我们是真正的强者！

再见了，教官们！再见了□xx训练基地！车轮飞快，载着我们离开了，那份美好的回忆将永驻我们心中。感谢这次军训带给我们的一切光荣与感动，幸福与友情，磨练与自信！

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……我会将这份回忆珍藏，因为它是我人生的财富！

大一新生军训体会与感悟篇五

经过了将近xx天的军训生活，已经习惯了教官的严格要求和烈日的考验，我们似乎又更懂得了生活。

在这里我们学会了团结，学会了坚持，更明白了责任的重要性。千里之堤溃于蚁穴，这就是团结最好的例子，我们每一个人就如同那毫不起眼的蚂蚁，但只要团结，整个队伍就会充满无限的可能。我们不求每一人的完美，但求集体的荣光，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢！坚持也是如此，每当我们站军姿时，是多么的想快快的结束，但还是每次都还是坚持了过来，最后我们还是笑着说，不就这么回事吗？咬咬牙就过了。其实也就是如此，这时候我们唯一能做的就是坚持坚持再坚持。

做好每一件该做的事就是责任，对于军训来说很重要，对人生来说更为重要，从小事中我们就能展现责任，从军训开始的那一天，责任就在我心中，不为别人，只为自己无愧。

军训就快结束了，但我却收获了不一样的生活。感谢教官，感谢这样的自己！

这xx天不得不承认过的真的很煎熬，真的很累，但是也不得不承认xx天过得十分充实，十分有意义。

第一天的军训给我一个下马威。高一时的教官管的很松，所以也以为这一次军训也会比较轻松。唯一的不同只是时间长，结果站军姿站的腰酸背痛，腿很僵硬，脚后跟疼的都想砍掉了。但xx天下来，也基本适应了，不会像第一天那样感觉天要塌下来了。

军训时间过的很漫长，但并不会让人觉得乏味，因为几乎每一秒都和自己的极限对抗当觉得自己快要坚持不住的时候就是锤炼自己意志的时候。军训时我最喜欢的一个项目便是拉歌了，因为此时可以体现一个排的精气神。当然在喊口号是也能体现。

军训就是这样，有苦有乐，有声有色。

在经历了紧张而又刺激的高考过后，紧接着的便是军训。高考塑造了我们的大脑而军训则塑造了我们的体格。在一个轻松的暑假过后，体重狂增。军训的到来正好给我们一个减肥的好时机。

刚开始的第一天，突如其来的锻炼让我觉得猝不及防。或许这里我形容得不恰当。不过确实在汗水与雨水中，学会了成长与坚强。正如口号“军纪如铁，意志如钢，争雄夺冠，唯我xx排”。作为xx排的一名队友，内心充满了激动与兴奋，没有华丽的服饰，没有豪华的舞台，但就是在这茵茵绿草上，一身军服的我们现出了独特的一面。“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强”。一首首歌传达了无比的正能量。在这歌声中，不仅欣赏到军歌的嘹亮也体会到团结的重要性。虽然我们的教官比较严厉，但就是因为严厉我们的表现才会比较出众。

在此，真心感谢对我们十分关心与照顾的教官，我想对所有关心我们的老师、教官、学长、学姐说一声谢谢！

大一新生军训体会与感悟篇六

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。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

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。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，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。上午到作文作文点，下午到作文点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。而且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。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，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及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，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人！

大一新生军训体会与感悟篇七

军训不但造就人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚毅意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是胜利的大门从来都是向意志坚毅的人放开的，甚至可以说是只向意志坚毅的人放开。

我满怀信念地起先了真正的训练。教官一遍遍耐性地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵嘹亮的口号声，更有我们那响亮的军营歌曲。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，表达了人类活泼迅捷的思维，更表达了集体主义的宏大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不行能有一个完整的，高质量的方队。

训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力气，合作的力气，以及团队精神的重要，我坚信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应当印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

这么多天里的军训场上，几乎是一成不变的风光：教官肃穆的面孔，嘶哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服。一切都是好像那么单调，但这看似单调的风光，却让我我懂得了很多。

军训，首先教会我什么叫肃穆，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了101%的责任心。看，那笔直的军姿，那嘶哑的口令能者多劳不在表现着教官们的专心良苦。一个部队那么大，没有肃穆的作用与专注的看法，是绝不成方圆的。

军训，让我深受真诚待人的感动，当你走方阵踩到前面人脚跟，极为难的愧疚，别人微笑地说了句没关系时，当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时；当你学不会一个动作，别人耐性教会你时，这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力。

军训，让我懂得的，太多，太多。

大一新生军训体会与感悟篇八

在经历过高中三年的. 艰苦奋斗之后，在经历过高考的紧张之后，我终于来到了大学。能够来到我梦寐以求的大学，是我高中三年一直努力学习的结果，我感到很高兴。早就听老师说过大学的愉快轻松，但是没想到，刚刚踏入大学校园的我，就经历的令无数学长学姐叫苦连天的军训。

我们军训是两周的时间，这两周之后正好是国庆节，我回家之后已经是晒黑到我妈妈都不认识我的程度了。在军训期间，我每天是五点半就起床。军训的时候正好是夏天，五点半天都还没有亮，我们就起床了。之前我十二年的学习生涯中，都没有过起的这么早的时候。因为我们是六点一十集合，到集合点的时候天才微微亮。我们只有两周需要起这么早，但是那些军人们却要每天都起这么早，我真的是很佩服。

我们学习了很多的东西，我觉得军训的目的就是为了培养我们的纪律意识。因为在军训过程中，如果有迟到或者其他违反纪律的情况发生，就会受到很严重的处罚。在军训的过程中，我们逐渐的养成了许多的好习惯。比如按时按点的到操场集合，比如早上出门之前整理好自己的内务，把被子叠成豆腐块。要知道，在家里我是从来不叠被子的，但是经过军训之后，我养成了起床就叠好被子的习惯。

我印象最深刻的就是踢正步了，看阅兵仪式的时候，那些军人们的步子都迈的一样大，腿也踢到在一根线上，手摆动的

幅度也一样，摆放的位置也一样。看起来很简单，但是做起来却很困难。我们排在踢正步的时候，往往走出了一段路之后，队形已经是乱七八糟了，经常发生把别人的鞋子踩掉、打到别人手的事情发生。所以军人可以做到惊人的统一，肯定是经过了长期艰苦的训练，才能够做到的。

军训的目的就是培养我们良好的生活习惯和纪律意识，还能够锻炼我们的身体。在之前十二年的学习生活中，我们往往会因为迫切的想要提高学习成绩而忽略了身体健康，体育课也常常是学科的老师来上。大学也是希望能够借着军训的机会，锻炼我们的身体。

军训也锻炼了我们的毅力，就算再苦再累也不能够放弃，要咬牙坚持下去。是军训让我们懂得了坚持的意义，也学会了坚持。在以后的生活中，肯定会遇到各种各样的困难，如果我们轻易就放弃，那肯定什么都做不到。

大一新生军训体会与感悟篇九

在军训中，我有许多的体会和感受：教官的严格训练，老师的贴心问候，同学们的相互帮助，似乎有着某种力量把我们聚在一起，拧成一股劲，狠下一条心，为目标前进。

记得还没军训前，我知道自己并不是一名体能健将，所以对于此次军训有着些许的担忧和畏惧。从最初的站军姿，让我力不从心，一天下来，只要一躺下，脑海中也回荡着：挺胸、收腹、抬头、别乱动、打报告和再坚持一会儿。除了教官掷地有声的命令和自己的呼吸声，听不到其他的声音。但有时我也会为自己鼓掌，面对烈日，我依旧保持标准的姿势坚持到最后。果然，只要意志力够强就没有什么事是做不到的。通过这几天的军训，相信我们在提高意志力的同时，也能在今后面对的更多困难与挫折中，保持平常心，勇于拼搏，超越自我！

希望在接下来的军训生活中，我们都能够不惧困苦，迎难而上，坚持到最后，加油吧！

大一新生军训体会与感悟篇十

离军训还剩一天时，我就有些激动不安了，想象着去军训时的样子，可是一到那里，看着那里的床和洗漱台，我都快要哭了，因为那里的洗漱池个个都生了锈，床也是一样，上面都是蟑螂、臭虫、蜘蛛、蚊子，让人一看了就恶心，就更没有睡意了，因为是军训，所以我们每一个宿舍都贴了一张作息时间表：早上6：00起床，6：05做早操，6：45收操，7：00吃饭，7：30训练.....

又过了一天，我们该回家了，当指导员年优秀营员、优秀宿舍和优秀班级的时候，我听到优秀营员里有我的时候，我非常欣喜，因为我做到了我想做的事。可是就在上车以后，我的眼泪又流了下来，因为恐怕我以后再也见不到我们的张教官了，在车上的十多分钟，我看了看，我们班的女生有小声哭泣的、有泣不成声的。还有的哭着说想要下车去找张教官，可是老师不同意。

就这样，车子在我们的抽噎和哭泣声中慢慢的开动了，当走出“团泊洼红太阳基地的”时候，我们看到了张教官，这是有的女生哭泣声更大了，好似雷电，一声比一声响，我们班的声音甚至赛过了汽车的笛声，就连我们的张教官敬礼时都摸了摸眼泪，这时，我旁边的同学王梦瑶已经是泣不成声了，我问她：“你有没有因为没有得到优秀营员而伤心呢？”她擦了擦眼泪镇静的回答说：“不会的，因为我已经努力争取了，什么事情不需要一次就成功，更多的是失败，但在失败中，只要你努力了，才是最好的！”

以后再做一些困难的事情时，不要因为失败而半途而废，要相信有失败才会有成功，因为暴风雨过后，总会出现美丽的彩虹！

在这次军训中，我懂得了什么是成功与失败，由此，在军训中，不要因为孤独和苦累而流下无助的泪水！