# 最新军训生活心得体会大学(实用10篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-06-20

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。军训生活心得体会大学篇...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**军训生活心得体会大学篇一**

军训团是大学生活中的一道特殊风景线，无论是对于大一新生还是对于迎来大学的最后一次军训的大四学长学姐们来说，都是一次锻炼自我、提升自身素质的机会。在参与军训团队生活的过程中，我深刻体会到了团队的力量和集体荣誉感。在这篇文章中，我将通过五个方面来分享我的军训团体生活心得体会。

首先，军训团体生活教会了我团结协作的重要性。军训团队中的每个人都有自己的长处和贡献，只有相互之间的团结协作，才能将个人的力量最大化。在每天的体能训练、操场疏导中，我们要互相配合、互相扶持，才能完成任务。团队合作的训练项目，例如搭建帐篷、排列队列等，更是需要每个人紧密配合。通过团结协作，我们不仅能够更好地完成任务，还能够培养团队精神和集体荣誉感。

其次，军训团队生活锻炼了我的坚强意志和毅力。军训团队生活的训练项目常常是持续而艰苦的，例如长时间的奔跑、俯卧撑等。在疲惫不堪的时候，很容易想要放弃，但是这时候我们需要的是坚持下去。在训练中，我学会了克服困难和挫折的能力，我意识到只有坚持不懈才能战胜困难，这种意志力也将成为我人生道路上的宝贵财富。

第三，军训团体生活让我懂得了互相帮助和关心的重要性。在团队生活中，我们彼此成为了家人和朋友。当队友生病或受伤时，我们会主动关心和帮助他们。在困难时期，我们一起相互鼓励和支持，让彼此感到温暖和安慰。这种互帮互助的精神也渗透到了日常生活中，让我们更加关心身边的人，形成一个更加团结友好的团队。

第四，军训团队生活教给我要时刻保持高度的纪律性和执行力。在军训过程中，我们需要严格遵守规章制度和命令。这要求我们在行动上要保持统一，做到一念之间就可以执行命令，保持良好的纪律性。军训团队生活帮助我养成了良好的作息习惯，时刻保持精神饱满和体力充沛。这种纪律性和执行力的培养，对我今后的工作和学习起到了重要的基础作用。

最后，军训团体生活让我明白了集体荣誉感的重要性。在军训团队中，我们追求的不仅仅是自己的进步，更是全体队员的共同进步和团队的荣誉。我们要时刻铭记团队目标，为团队的荣誉而努力奋斗。当我们获得了集体荣誉时，团队的每个人都会感到自豪和骄傲。这种集体荣誉感不仅激励着我们个人继续前进，也加强了团队的凝聚力和向心力。

总之，军训团体生活带给我许多宝贵的体验和启示。通过团结协作、锻炼意志、互相帮助、保持纪律以及追求集体荣誉，我收获了友谊、成长和进步。这段特殊的团队生活经历将会成为我人生中难以忘怀的一部分，也将成为我人生道路上的重要财富。我将继续努力，将这些宝贵的经验和信念贯彻到我的未来学习和工作中，不断追求更好的自己。

**军训生活心得体会大学篇二**

欢乐与劳累交织的日子在指尖轻易流逝，细细算来，今天已经是第三天了。腰酸背痛俨然是不可避免的，但是汗水的挥洒也一定能带来不可估量的收获。

在过去三天的军训生活中，我们体验到了军人的艰辛生活，同时也为我们能够有幸体验这种生活感到骄傲与激动。

在晨跑中，我们学会了勤奋；在站军姿的过程中，我们学会了坚持，更真正的体会到坚持的力量；在走步的练习中，我们学会了团结。军训，痛并快乐着。

纵观这几天的状态，同学们明显的由一个“目无他人的纨绔子弟”成为一个遵纪守法且拥有了钢铁意志的学员。疼痛、劳累和恶劣的天气，不停地冲击着我们的忍耐极限。然而处在崩溃边缘的我们一次又一次捍卫了自己的尊严，大家的表现值得表扬。我们在此进行一次伟大的蜕变，我们再也不是人们口中那“娇嫩的90后”，而是成长为可以独当一面的国家后备兵，为此我们感到光荣。

取得了如此成就的我们必然要无悔地坚持下去，我承诺，要成为一个对社会有用的人，为中国的未来尽一份力!

美国作家凯鲁亚克曾经说过一段话：“永远年轻，决非青春的煽情，而是经历青春后的一种更坚韧的态度。”刚进入常州大学，带着还未退去的兴奋，我开始了一项特殊的训练——军训。

我一直认为自己羽翼已经丰满，有着洒脱的个性，宽阔的胸襟，所以在军训开始的第一天，我张显着势在必得的霸气，但事实给了我一个有力的回击——我倒下了，其原因之一是我没吃早餐，之二是我平时缺乏锻炼，身体素质不好，军训第一天就倒下，难免有些丧气，不过我站了起来，挺有身子，整装待发，我绝对不能在起点就倒下。

军训是一项考验人的身体，更考验人的意志和训练，当汗水浸湿衣服，全身酸痛的时候我已经忘记跑步立定时自己具有惯性，训练一小时会做多少功的问题。我骄傲之外更多了一份隐忍，稚气之外再多了一点深沉，这挥洒汗水的时刻，我有一种强烈的感觉，我活着，真正的活着。

军训的旅程我才刚踏上起点，但我告诉自己，决不枉费此次训练机会，风雨兼程，守住成功的虔诚期盼。

第三天的军训并不算累，却收获颇多。也许是三个多月的超额暑假太过于无趣，大家都以饱满的热情，昂扬的精神来面对此次军训，即为我们迈入大学以来的第一堂课。

第二天的我们，被教官带领着练习一些基础动作加以复习巩固，站军姿，齐步走。在练习中最为痛苦的莫过于齐步走了，在这过程中，我深深的感受到团队协作的重要性。步伐整齐与否，排面整齐与否，方阵是否气势恢宏，是否拥有着威震四方的气势，所有的这些都需要大家的精诚合作与共同努力。

未来的十一天，就让我们以最饱满的精神状态来共同感受这场挑战自我的军训盛宴。

**军训生活心得体会大学篇三**

进入大学后，我第一次参加了学校的军训，这也是我第一次接触到了生活老师这个职业角色。刚开始，我对军训持有一些怀疑的态度，觉得这只是一种简单的体验活动。然而，当我真正参与其中时，我才意识到生活老师的真正作用。

第二段：军训中生活老师的职责。

在整个军训过程中，生活老师起到了至关重要的作用。他们不仅仅是为了带领我们完成各种任务，更重要的是通过他们丰富的知识和经验，给我们提供了许多宝贵的指导。生活老师们不仅关心我们的体力和技能的培养，更注重培养我们的品德和人格。他们通过言传身教，用自己的实际行动践行着对学生的教育使命。

第三段：军训中的收获与感悟。

在军训的训练中，我收获了很多，更重要的是我悟到了很多人生的道理。通过集体生活，我学会了团结合作，锻炼了自己的意志力和毅力，更加明白了自己的责任和使命。军训过程中，生活老师们对我进行了耐心细致的教导和督促，在他们的帮助下，我改掉了自己原来的懒散和消极的习惯。我也深刻地认识到，只有付出真心和努力，才能取得真正的成功。

在整个军训的过程中，生活老师们对我的影响是深远而持久的。他们不仅仅是在军训期间给予了我指导，更是在我整个大学生涯中给予了我精神上的支持和鼓励。他们坚定而深情的眼神，鼓励我去追求更好的自己；他们用身体力行的行动告诉我，只要有梦想和努力，就一定能够成功。他们教导我的不仅仅是生活技能，更是生活态度和人生观。

第五段：感谢生活老师。

回顾整个军训的过程，我对生活老师满怀感激之情。正是他们的付出和教诲，使我成长为一个更加坚强、自信和勇敢的人。他们不仅是我师长，更是我精神上的支持者。在此，我向所有辛勤付出的生活老师们致以最诚挚的谢意，也希望能够将他们的精神传递下去，影响更多的人去追求卓越。我们要继续努力，不断提高自己，成为我们自己生活的老师。

**军训生活心得体会大学篇四**

清晨的第一缕阳光洒在地上，我们整理好衣服，开始了新一天的军训。

晨练期间，24连全体队员迅速聚集，摆脱了之前军训积累的疲劳，把我们年轻人独特的精神带到训练场。即使丝丝疲惫和困倦压抑着我们澎湃的青春，站在训练场上，我们心中潜在的军人气质也呼唤着我们自我要求的尺度，引导着我们的精神。因此，在操场上，伴随着晨光，有一排排整齐统一的队伍，耳边响起清晰豪迈的口号……青春的活力始于产生的第一刻。

9月9日阳光明媚的日子，烈日把大地烧焦，热气从地上蒸下来，随着干燥的秋风无情地落在我们身上。在如此残酷的天气里，24连迎来了最艰难的早晨。炎热的天气和日益疲惫的身体开始给我们带来问题，尤其是训练初期的军事姿势练习，让队员们更加难以忍受。烈日下，热气逼人，我们以军人的\'姿态站立。汗水流下来，流在身上，痒，但不能擦掉；喉咙干，心火，很不舒服，但不能喝水；我的脚麻木了，我的血液集中在脚下，我的大脑缺氧，但我不能休息。许多人抱怨，但每个人都坚持，这是意志的坚持，是人格的坚持。

炎热的天气不断增加干燥的重量，试图阻止我们以更大的力量坚持下去的决心。然而，在这样一个下午，热浪激起了球员们高昂的斗志。稍微休息一下，站起来，跟上，快速行军，挺起肚子向前，像树一样站在草坪上，响亮的密码在许多学生中回响。由团队成员领导的小组练习轻松提高了训练质量，每个团队成员的动作越来越标准。休息时，24连和37连唱歌，高口号为无聊的军事训练增添了力量；雄伟的军歌为疲惫的身体增添了活力。我们一起工作，高势头是令人满意的，最值得称赞的是背后的团结。

不知不觉中，一天的军事训练结束了。回顾今天，起起落落，五味杂陈，虽然身体疲劳，但心灵可以洗礼，灵魂升华。展望剩下的军事训练时间，我们也将学会控制、爱、照顾、自我完善，同时欣赏团结的力量。

**军训生活心得体会大学篇五**

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期\_\_的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

在这里，我们尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩；那倍受关注的拔河比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚。

**军训生活心得体会大学篇六**

军事训练是培养和提高军人素质的重要途径之一，而军训是大学生进入军队的第一课。参加军训可以使大学生增强爱国主义精神，培养集体主义意识和纪律观念，提高身体素质和应对突发事件的能力。通过军训，我们可以更好地了解军队的严谨和纪律，增强国防观念，为将来的社会服务和国家建设打下坚实的基础。

二、纪律与作风。

军训生活的其中一大特点就是严谨的纪律和作风。在军训期间，我们不仅要服从军事教官的指挥，还要遵守严格的军事纪律。井然有序的军事训练虽然看似严厉，但它教给我们团结合作的能力，锻造了我们的意志品质。军训生活还要求我们端正态度，不虚度光阴，悉心对待训练每一次机会，注重培养良好的坚韧品质和团队精神。

三、体能与毅力。

军训生活不仅对体能要求较高，还对我们的毅力和耐力提出了巨大的挑战。严苛的体能训练使我们不断突破自己的极限，逐渐提高体能素质。通过长时间的跑步、操练和军事理论知识的学习，我们的身体得到了锻炼，同时也增强了我们心理上的承受能力。这种毅力和耐力的培养无疑对今后的人生道路和工作能力有莫大的帮助。

四、友情与团队精神。

军训期间，我们参与了许多团队合作的项目和活动，这无疑加深了我们之间的友谊。在集体行动中，我们相互帮助，互相鼓励，形成了浓厚的团队精神。每一个人都有自己的特长和不足，学会将个人能力发挥到极致，同时在团队中密切配合，取长补短，让我们领悟到团队的力量是无穷的。这样的团队精神在工作中同样是必不可少的，它能够使每一项工作都有序地进行。

五、爱国主义情怀。

军训期间，我们深刻地感受到了保家卫国的责任与使命，增强了爱国情怀。在学习军事理论知识的过程中，我们了解到国家安全成为我们每一个人的职责。在军事训练中，我们体验到了军人坚守岗位的艰辛和付出的汗水。身临其境地感受到国家与人民的利益对每一个人的重要性，激发了我们对祖国的热爱之情，以及对建设祖国的责任感和决心。

军训生活对于我们每一个参与其中的大学生而言，都是一次宝贵的经历。它不仅使我们学到了军事知识和技能，更重要的是塑造了我们坚韧勇敢、团结协作、爱国奉献的品格和精神。通过军训，我们更好地了解了国家、村镇、军队，同时也更好地理解了自己。这段经历将成为我们一生中的宝贵财富，我们将以军训期间学到的精神和态度，为自己将来的工作和生活打下坚实的基础。

**军训生活心得体会大学篇七**

期待已久的初一新生军训终于来了！为期五天的军训，让我受益匪浅，真正体会到了我们的生活是如此美好，也体会到训练的辛苦，军训就像一颗咖啡糖，又苦又甜。

我感觉这苦就苦在前三天，而最苦的就是第一天。因为对于我们来说休息了一个多月，突然进行军训，而且天气最热的也就是第一天，很多同学都吃不消。吐的吐，晕的晕，中暑的中暑，但后来同学们都还是咬着牙坚持下来。第一天学习站军姿、立定与稍息还有报数，站的时间很多，对我们来说是意志的考验。幸好我在出门前涂了防晒霜，站在毒辣的烈日下的我们早已汗流浃背，我也忍不住了，用右肩擦掉鼻子上的汗水，却忘记教官之前说的擦汗要事先打报告，教官用眼睛重重的盯了我一下，我有点不好意思了，便站得更直了。这天上午的总结可真有些难熬，老师表扬了很多做得好的`地方，也指出了还需要改进的地方，这时，太阳直射我们，我都快要睁不开眼睛了，还好，过了一阵后就讲完，可以去吃饭了。说起吃饭啊，可真是件苦事。记得有一次，我们上楼后，有些吵，教官要我们坐下说“开饭”后才能吃，结果我们几次坐下后都有小声音，教官不满意，就要我们这个厅大概四、五个排的同学排队下去，再安安静静地排队上来。我们拖着疲惫的身躯，上来又下去，这次，我们没人敢说话，整个饭厅里鸦雀无声，渐渐进入吃饭中……好苦啊！

比起前几天，后面两三天的天气可要好得多，很多同学也都适应了这种环境，但训练时间和难度都大大提升，譬如在齐步走的训练上，教官就更严格了，要我们反反复复地练，直到练整齐了，才准我们休息。在休息的时候，就和同学们聊聊天，在这其中，我要渐渐交到一些好朋友，有一种十分快乐的感觉。在正式汇操的时候，我们精神抖擞，以最好的状态去比赛，嘹亮又整齐的口号为我们又添一分，我们在台下的坐姿也是很不错的，纪律也很好，最后，功夫不负有心人呀，我们排获得“优秀团队”的光荣称号，我们很高兴，也很舍不得这几天一直监督我们训练的教官和辅导员，很感谢他们，好甜啊！

军训就像一颗咖啡糖，有苦有甜，只有这种甘苦半参，你才能真正懂得美好生活的来之不易与为祖国献力的教官们的苦。吃得苦中苦，方为人上人！

**军训生活心得体会大学篇八**

军训是每位大学生必经的一个过程，它不仅锻炼了身体，磨炼了意志，更是给我们提供了一个锻炼团队合作能力和自我约束能力的机会。在这段时间里，我学到了很多宝贵的经验和体验。下面我将从纪律、坚持、团队合作、责任感和成长这几个方面，分享一下我对部队军训生活的心得体会。

首先，军训教会了我严守纪律。在军训期间，我们必须遵守严格的纪律和规定，比如按时起床、按时吃饭、按时上下课等。这种严格的纪律要求让我养成了良好的作息习惯和时间管理能力。在训练中，我们需要按照教官的指示行动，严格遵守动作规范和队形要求。这不仅锻炼了我们的身体素质，还培养了我们的纪律观念和服从意识。纪律是保持部队高度战斗力的基础，也是我们日后工作和生活中的重要素质。

其次，军训让我学会了坚持不懈。在军训的过程中，训练强度和负荷都非常大，特别是在高温天气下。但我们不能因为艰苦而放弃，而是要坚持不懈地训练下去。每天早上的晨跑、夜间的拉练，常常让我们感到疲惫不堪。然而，正是这种磨炼，让我们更加坚韧、顽强。坚持不懈的精神在军训中习得，也将成为我们今后攀登人生高峰的助力。

第三，军训增强了我对团队合作的认识。军队是一个重视团结协作的集体，每个人的个人能力都强烈依赖于整个团队的配合和支持。在军训中，我们需要一起训练、一起前进、一起携手面对困难。互相帮助、相互关心成了我们日常生活中的常态。通过团队合作，我们共同完成了许多艰苦的任务，懂得了信任、尊重和倾听的重要性。这种团队合作精神将对我们今后的工作和生活产生深远的影响。

第四，军训培养了我对责任感的追求。在军训中，被指派为小组长或组织者，我身上背负着整个团队的荣誉和团结。我了解到，责任感是一个领导者最基本的素质。必须去关心、照顾和帮助小组成员，及时解决问题和困难，使整个小组的训练达到最好的效果。这段军训的经历让我明白，无论是领导还是被领导，都需要对自己的责任区间负责，做到心中有责、尽心尽力。

最后，军训让我在成长中收获了许多。不仅有肉体上的锻炼，更有精神上的成长。在军训中，经历了酷暑、繁重的训练，我们从中不断超越自我，突破自我，更加坚定了自己的意志力和自信心。在团队中，我学会了团结互助，体验了共同拼搏的快乐。在面对困难时，我不再胆怯，而是勇往直前。军训的过程不仅是一次锻炼身体和意志的机会，更是一次磨炼个人品质的机会。

总之，部队军训生活给予我许多宝贵的经验和体验，让我更加深刻地理解了纪律、坚持、团队合作、责任感和成长的重要性。这段军训经历会是我一生中难忘的宝贵财富，使我成为了一个坚毅、自信、积极向上的人。希望将来的大学生们，都能够珍惜这个机会，踊跃参加军训，从中获取宝贵的经验和激励，为自己未来的发展打下坚实的基础。

**军训生活心得体会大学篇九**

在我参加大学军训的这几天里，饺子包子成为了我们军训生活中不可或缺的一部分。每天在严峻的户外训练后，我们都能靠着包饺子的活动来缓解疲劳和压力，享受一份美味的香气。这个看似简单的活动背后，却蕴含了团结合作的力量。只有大家通力合作，才能包出美味的饺子，这让我深深地体会到了团队合作的重要性。

第二段：饺子包子中的初心和坚持不懈。

包饺子的过程需要耐心和细心，也需要我们付出一定的努力。我发现每个人在包饺子的过程中都非常认真，不敢有丝毫的马虎。我们不能因为手法稍微生疏就放弃，而是要鼓起勇气继续努力下去。只有不断地尝试，才能包出一个个形状美观、馅料鲜美的饺子。这让我领悟到，在学习和工作中，也需要我们保持初心和坚持不懈的精神。

第三段：包饺子中的欢笑和友谊。

饺子包好后，我们会聚在一起一起吃自己亲手包的饺子。品尝美食的同时，我们欢声笑语、谈笑风生，彼此之间的距离也变得更近。在这个过程中，我不仅感受到了友谊的温暖，还体验到了集体生活的乐趣。大家共同努力、共同享受成果，让我们的团结更加牢固，友谊更加深厚。

第四段：饺子包子中的创新和个性。

虽然包饺子的基本工艺是一样的，但每个人在包饺子的过程中都能流露出自己的个性和创新。有的同学喜欢包得小巧精致，有的同学则包得大大咧咧。在这个活动中，我们不仅可以学习他人的包法，也能尝试自己新的包饺子方式，发挥自己的创造力。这让我明白到，在团队合作中，我们既要尊重他人的个性和创新，也要发挥自己的特长，为团队作出应有的贡献。

第五段：饺子包子中的情感和回忆。

饺子包好后，每个人都会保留自己包饺子的纪念照片，这成为我们奇妙而甜蜜的回忆。尽管军训只有短短几天，但通过这个包饺子的活动，我们在彼此心中留下了深刻的情感和宝贵的回忆。即使在毕业后，我们也能通过这些回忆感受到那份友谊和团队合作的力量。

总结段：通过参与军训期间的包饺子活动，我深刻体会到了饺子背后蕴含的团结力量、初心和坚持不懈、欢笑和友谊、创新和个性、情感和回忆。这些都是我们在日常学习和工作中需要弘扬和发扬的美好品质。无论在何时何地，我都会铭记这次包饺子的经历，将其作为一种动力，为我的未来努力奋斗。

**军训生活心得体会大学篇十**

金色的九月，我们随着开学钟声的敲响，进入了xx。每一个人的脸上都还带着青涩的稚气，阳光折射后的光芒，使我们的眼睛不能完全睁开。随后的日子，我们跟随着教官在烈日炎炎下锻炼着我们的体魄，磨练着我们的意志，提升着我们的精神世界。

在军训中，我们得到了军事化的管理，我们虽然不会成为军人，但是这种信念将终生流淌在我们的血液之后。我们会让父母以我们为骄傲，也会从一个个稚气未脱的少年成长为一个富有进取心、团结友爱、不怕吃苦的优秀xx生。当这种灵魂力量在军训中升华的同时，我们的人生也在改变着。坚持与牺牲，是我在军训中得到的最大的\'收获。我们不再是父母羽翼下的雏鸟，我们正将蜕变成直击长空的雄鹰。

如今，随着日历一张一张的被撕下，我们的军训也及那件接近尾声，在这些日子中，我们身着军绿的迷彩服，在骄阳下训练，汗水顺着我们的身体流下洗刷着我们的心灵。烈日在烤炙这我们的皮肤，同时也刺穿了我们的灵魂。也许是教官们的严谨作风，也许是同学们的相互扶持，也许是我们坚毅的性格，我们坚持着，我们正在坚持。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！