# 军训心得体会大学生(模板18篇)

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-09-27

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。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？下面我给大家整理了一些心...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。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？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**军训心得体会大学生篇一**

军训是每个大学生都要经历的一个重要阶段。在这个过程中，我们能够锻炼意志品质，增强集体意识，甚至改变自身的价值观。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会，希望可以对正在军训的同学们提供一些帮助。

第二段：锻炼意志品质。

在军训中，最重要的是锻炼意志品质。这是因为我们要面对炎热的天气、严格的纪律、重复的练习等一系列艰苦的考验。这时候，我们不能气馁、退缩，而要坚持下去。只有通过这种磨砺，我们才能逐渐锤炼出自己的坚强意志，成为更加勇敢、坚定的人。

第三段：加强集体意识。

除了锻炼意志品质，军训还能够加强集体意识。在军训中，我们必须团结一致，相互协作，才能完成任务。通过军训，我们学会了互相帮助、关心团队的好处，也提高了自己的组织协调能力。这种集体意识能够在未来的工作中发挥重要的作用。

第四段：改变价值观。

军训还能够改变自身的价值观。在军训中，我们学会了尊重他人、关注他人的需要。在与队友、教官之间的相处过程中，我们会发现自己慢慢变得更加理性、成熟。我们也会认识到自己的不足之处，从而有意识地去改正自己的缺陷。这种意识的改变，将有助于我们在未来的成长和发展中更好的看待自己和他人。

第五段：结尾。

军训对于我们来说是一次锻炼，更是一个成长的过程。通过军训，我们能够锤炼出自己的坚强意志，提高集体意识，改变价值观。这种经历不仅让我们更加深刻地认识自己，在以后的生活中也将变得更加成熟，为我们的未来奠定坚实的基础。希望大家能够认真对待每一次军训，用心体会，善于总结，让自己在成长中更加强大、更加出色。

**军训心得体会大学生篇二**

军训使学生在思想认识上得到提高。学校的各种教育形式对学生综合素质的提高有着举足轻重的影响。多年的军训使我们看到，学生通过训练亲身体会到自己能在较优越的环境中学习和生活。正是他们所看到的军营里千千万万的军人在祖国需要的时刻，国家和人民的利益受到危害时，用自己的汗水、鲜血甚至生命铸造成坚不可摧的钢铁长城，保证着我们的和平、安宁和幸福生活。

（2）军训增强了学生的集体观念。

军人的优良传统和作用是一笔完备的社会教育资源，大学生军事训练就借助人民军队的育人优势，对学生实施严格的军事训练，不但要使他们养成艰苦奋斗、吃苦耐劳的拼搏精神，还要培养学生具有强烈的集体感和竞争意识，树立正确的人生观、价值观和全心全意为人民服务的思想，在军训中，学生通过与军人在一起学习和训练，使一些学生开始从“自我”中解脱出来，获得了集体的力量和荣誉感。在训练中，为了集体荣誉可争个上下高低；生活上相互关心，相互帮助，进而增强了学生的集体观念。

（3）军训转变了学生认识人生的价值观。

过去部分学生认为：当兵没有价值，对人生价值存在模糊认识。通过军训，特别是学生亲身体验了军营的生活，耳濡目染，进一步看到了军人的那种忘我工作态度和刻苦的训练精神。故在高校中广泛开展以学生为主的军事训练，以爱国主义为核心的国防教育，使他们懂得全心全意为人民服务的宗旨，筑起国防观念的大堤，为建设中国特色的社会主义事业努力学习，是十分必要的。

（4）军训增强了学生的组织纪律性。

尽管部分学生不愿参加艰苦、困难的活动，但通过军训，特别军训中的严格训练、严格管理，使他们相互激励、相互鞭策，逐步地克服、改掉了懒散和娇惯的毛病，充分意识到集体中组织纪律的重要性。

**军训心得体会大学生篇三**

作为一名大学生，军训是必不可少的一部分。在军训中，我不仅感受到了军人的训练与日常生活的苦楚，而且更是通过这次经历加强了自己的身体素质、团队合作能力和遵纪守法的意识。下面我将分享我的军训经历和感受。

第二段：自我管理。

在军训中，自我管理是非常重要的。每天早上，我们必须在规定的时间起床，按时开始训练。这对于我这样一个经常熬夜的人来说，是个非常大的挑战。但是从第一天开始，我就下定决心，保证自己按时起床，不迟到、早退。通过努力，我渐渐建立了一个良好的作息习惯。此外，军训期间，我们要保持基本的卫生习惯、爱护公物和遵守军训规定等等，这些都是对自我管理的严格要求。

第三段：团队合作。

军队行动需要团队合作。军训中，我们分为几个小队，每个小队有自己的任务和指挥。每天不同的训练项目，需要我们协作配合。有一天，我们要进行拔河比赛，我们小队中的一个队员在比赛前受伤无法继续比赛。我们很快商量决定，将此人替换成其他人，并重新调整了我们的战术和顺序。通过我们的团队合作，我们在比赛中取得了好成绩。

第四段：团队精神的重要性。

军训中，团队精神是必不可少的。我们不仅要在平日的训练中紧密合作，而且还要在比赛中相互协助、共同奋斗。这种精神充满了凝聚力、协调性和团结性。这让我更加明白，作为一个人，不仅要个人英勇，更要在这个共同体里做出自己的贡献。

第五段：结论。

通过军训，我认识到了很多，这也让我从中收获了很多。我不仅提高了自己的身体素质，还拓展了自己的知识和能力。我相信，这次经历对我的人生有着很大的影响。在今后的生活中，我也会将这些经验应用到实际的生活中去，为自己成长和发展做出更大的贡献。

**军训心得体会大学生篇四**

军训是每个大学生在校期间必须经历的一件事情，对于我们这些没有军训经验的学生来说，这是一次全新的挑战。刚开始，我感到非常兴奋和紧张。整个军训过程中，我们每天早晨5点起床，喊口号、跑步、完成各种训练。整个过程非常的紧张和有力，给我们带来了不同以往的感受。

第二段：团队的重要性。

在军训过程中，我深刻的体会到了团队合作的重要性。只有所有人齐心协力，密切配合，才能最大化地发挥我们的优势，达到每天的训练目标。我们一起学习、一起训练，互相激励，互相帮助，一起努力，一起进步。

第三段：坚持和耐力。

军训不仅考验了我们的体力，更考验了我们的意志力和坚持力。尤其在训练某些项目的时候，会感到特别的疲惫和困难，但是我们必须坚持下来，才能够克服这些困难。在整个军训过程中，坚持和耐力无疑是非常重要的品质。

第四段：自我管理的重要性。

军训过程也让我们更加重视自我管理和自我价值的意识。在不断锤炼自我的基础上，我们比以前更清晰地认识到自己的缺点和优点，在自我认知中更加自信。我们开始了解并发掘自己的方向和目标，这是人生中非常重要的过程。

第五段：军训对个人成长的促进。

整个军训过程中，艰苦卓绝的训练、精神上的挑战和团队的配合，对于我们每个人来说，都是一次很好的锻炼。这样的锻炼不仅让我们变得更加强壮，也让我们更加勇敢、进取和自信。这次军训无疑促进了我们每个人的个人成长，让我们更好地迎接未来的挑战。

总之，军训让我们喊出了“不畏艰难、迎难而上”的口号，我们不再是普通的大学生，我们更像是一支进入战斗状态的军队，以最坚定的信念，最高的热情，奋力向前，那一份对于自我的挑战，是我们不可忘却的经历。

**军训心得体会大学生篇五**

当我踏进大学上期时我早就盼望军训的到来。

军训的时候一切对我而言是那么神秘那么陌生。这次军训对我来说启发很大，让我变得勇敢，身体健康了起来。

我们这次军训的教官对我们很严厉，但休息时总比我们跟加积极喝水，给我们表演军体拳军训感想150字军训感想150字。

军训得时后火辣辣的太阳照着我们，把我们变成一个个水人。

军训期间，同学们把懒散和宠爱放在了家里，用另一种姿态面对新的生活。

军训我们喜欢你，喜欢你的严厉喜欢你的自信更加喜欢你的独立。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**军训心得体会大学生篇六**

军训是大学生活中的一项重要组成部分，通过参加军训，我们不仅能够锻炼身体，还能培养坚韧意志。在军训过程中，无论是盛夏炎炎还是严寒冬天，我们都要坚持训练，不容偷懒。每天早晨醒来，阳光尚未升起，但却已经听见同学们整齐的脚步声和教官们严厉的口令声。在这样的训练环境下，我们必须时刻保持专注和坚韧，不断克服困难和疲劳，让自己变得更加坚强和顽强。军训使我们逐渐认识到，只有用坚韧的意志力才能面对生活的种种挑战。

第二段：锻炼团队精神。

军训是一种团队活动，它需要我们与队友们紧密合作，齐心协力。在训练的过程中，我们要根据指令迅速行动，确保每个动作都同步一致。只有通过团队的努力和默契，我们才能够完成各项军事任务。而其中最好的例子就是我们组织了一次夜训，每个战士都胸前挂满弹药。我记得当时夜色笼罩着训练场，我们要在暗光下进行潜伏和射击训练。在黑暗中，只有互相配合，共同向目标前进，我们才能顺利完成任务。通过这个过程，我们深刻体会到团队精神的重要性，只有团结一心，才能取得不凡的成就。

第三段：塑造自律自控能力。

军训要求我们时刻保持严格的纪律和自我约束，这对大学生活来说是一种全新的挑战。在军训中，我们不仅要严守训练时刻和规定的动作，还要保持整齐划一的形象和态度。这对于大多数学生来说都是一个巨大的挑战，需要克服内心的怠惰和马虎。通过军训，我们不仅培养了自律自控的能力，还能够养成良好的生活习惯，提高自己的工作效率和学习成绩。作为一名大学生，在未来的工作和生活中，自律自控将是我们不可或缺的品质。

第四段：培养勇于担当的精神。

军训中，教官们严厉的表情和严肃的注意让我切身感受到了军人的严苛与严格。曾经有一次，在操场上，一个同学晕倒了。当时教官的第一时间就调动了救护车，并指示我们保持队形不乱。这种冷静和果断的反应让我深受感动。通过这个事件，我明白了担当的重要性，以及在紧急情况下冷静处理问题的能力。这种勇于担当的精神在我们的生活中同样重要，无论是对于自己的工作还是关心他人，都需要有勇气和担当。

第五段：坚持到底的毅力。

在军训的最后几天，训练的强度和难度都提高了许多。尽管如此，我们仍然坚持到底，全力以赴。我记得最后一天，教官要求我们实施一次长途奔袭，全力以赴。这需要我们不仅拥有强健的体魄，还需要不屈不挠的毅力。虽然我们走的步伐很艰难，但我们的决心并没有放弃，反而更加坚定。通过军训的这段时期，我明白了成功需要坚持不懈的努力和毅力，只有坚持到底，才会有收获。

总结：

军训的过程虽然充满了困难和挑战，但也给予了我们无数的宝贵经验和体会。通过培养坚韧意志力、锻炼团队精神、塑造自律自控能力、培养勇于担当的精神以及保持坚持到底的毅力，我们成长为更加优秀和坚强的大学生。军训不仅让我们学到了如何面对困难和挑战，更让我们明白了团结和合作的力量。相信通过这段宝贵的经历，我们将能够更好地面对大学生活中的各种挑战，并取得好的成绩。

**军训心得体会大学生篇七**

今天，当我得知明天要去军训时，我的心情很不安，我很期待。希望时间快点过去，但是又怕军训太苦，心里一直矛盾。

到了那里，谜团解开了，军训的内容也不多。但每个细节都需要精准。随着一声响亮的哨声划破天空，学生们迅速站起来排队。教官很严格。如果一个动作没有做好，他会一直练习，直到合格。其实教官也很替我们难过。班里有一个同学脸色不好，教官马上让他休息。

军训生活真的很苦。在烈日下，我们向前踢腿，排队。训练的时候我们大声的喊，让我们连滚带爬。但我们有时会犯一点小错误。教官对女生很好。当他们犯错误时，他们批评和教育他们。男生犯错的时候，要品尝导师独有的秘密。一共108招。你对男生用五招，他们就死定了。夸大其词。

我印象最深的两个招数是：一个是让犯错的男生拿着兔子在全班跳来跳去，一个是让我们班的黄福军双手双脚抱着扑克牌，嘴里叼着。别提有多好笑了。疲惫的早晨过后，很难吃午饭。但是在食堂，教官不让我们有半点懈怠。晚饭后，我们尽快跑出了餐厅。最后，我可以休息一下，打个盹。下午教官教了几个新动作，和上午的要求一样。

教官让我们站在太阳下，以最好的站姿迎接这些人。经过了一个下午的训练终于到了晚上可以休息了。不知道是怕睡过头，还是太兴奋了大家几乎一个晚上没有睡觉。

到了第二天早上教官让我们把昨天学的歌曲《团结就是力量》复习了几遍。吃完早饭，我们就要走了。我们要走时，我们却吝啬了自己的眼泪，我们默默的走了，连一句谢谢教官，教官再见都没说。但是现在认识到已经晚了，教官们，谢谢了。为了我们，你们喊哑了喉咙；为了我们，你们顶着烈日陪我们一起晒。谢了，教官！我们不会忘记你们！

**军训心得体会大学生篇八**

两周的军训的日子，让我内心一种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有过放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

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。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

**军训心得体会大学生篇九**

作为一名大学新生，军训是每个人不可避免的经历。在这段时间里，我们从“飞天鱼”到“扛步枪”，从“拍板凳”到“爬墙绳”，经历了各种训练，收获了不少成长和启示。在退役的时候，回首同样走过来的路，心中有无数的感慨和思考。下面是我对军训的几个心得体会。

第一段：军训是决定基础的训练。

军训不是亲兵特训，更不是让我们成为“小兵种”的训练，而是为大家提供一个打好基础的平台。军训打好的基础，不仅仅是指体能，也是建立自信心和忍耐力的过程。虽然在训练中我们遇到过很多困难和挑战，但正是因为这些练习，我们才更加了解自己，找到自己的优点和不足之处。通过在军训中积累的经验，我相信自己可以面对更为艰难的考验和挑战。

第二段：团结就是力量的源泉。

通过军训，我感受到了团结的重要性。在没有被划分为任何一个团体之前，我们都是孤立无援的，但只要我们团结起来，那么我们就可以达到我们想要的任何目标。队友们在训练中互相照应，互帮互助，互相鼓励，让我深深感受到了团队力量的强大。我们会为了同一个目标而付出，也许在过程中会磨合，会有摩擦，但最终结果却是令人瞩目的。通过军训，我认识到团结不仅让自己受益匪浅，更能够让大团队得到更好的结果。

第三段：军训教给我们的是自律。

军训是对我们纪律和规矩的考验。在军训的过程中，我们必须严格遵守各种规则，比如不迟到、不早退、准时参加训练等等。军训不允许我们拖胖子，像拿起决定成功的钥匙一样，自律成为了我们唯一的选择。起初遵循规定不易，但是慢慢地，“自觉做事，认真对待”这句话在我的生命中发扬光大。通过军训，我学会了自律，意味着我可以主动地掌握自己的时间和自己的计划。这可不仅是在队列前排队拍照那么简单。

第四段：所有的付出都不会终将被忘记。

虽然这场军训只有十几天的时间，但我相信这段经历会成为我人生中宝贵的回忆。军训是我从没经历过的一项体验，在这里我结识了很多可信和信任的朋友。我会记得过去的训练，那些为了达成目的愿意忍受痛苦的场景。同样，我也不会忘记许多见到的优秀官兵和战士们的榜样。在一切变得模糊之前，我会铭记在心的是自己所经历过的一切，因为这些是不会被时间抹去的。

第五段：军训让我们总结。

虽然我们面对挑战和困难的情况经常出现，但十几天的军训是如此的令人难忘，因为它不仅带来了许多珍贵的人生经验，也让我们在落幕之前反思自己。对于军训中的悲喜交加，成功和失败，我都从中受到了深刻的启发。军训是一次对个人和团队的考验，我们从中得到了不同意义的经验和收获，没有人会因其受到的伤势而被打垮，因为我们在一起，在每个人的成功中分享乐趣，在每个困难中互相扶持。在回到校园的时候，我们内心仍在影响着军训的点滴，从而更加努力向前。

**军训心得体会大学生篇十**

我们的军训从不死气沉沉，因为那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在一中的校园里。学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光。教官们铿锵有力的领唱声中流露出了他们对当军人的自豪。这情怀感染着每一位同学，大家都尽了最大的努力唱出了最响亮的军歌。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”也许是教官期望我们能团结一致克服困难吧，无论如何，这嘹亮的军歌将激励着我们努力圆满地完成军训。

精彩还在继续，明天在这军训“词典”里又会增添哪些词呢？

**军训心得体会大学生篇十一**

今天是我首次离开父母出远门的日子，虽说是初中生，逐渐走向自立，但总会有那么一份的不舍得，这也是我向往的锻炼自我的好机会。

我与七十多位小学生一同参加了有“五邑小记者协会”举办的军训活动，训练地点是广州市黄埔区的风水宝地——长沙岛上的“黄埔青少年军校”。

在车上大家有说有笑，有个胖子还总爱抢麦克风，可总是抢了又不会作答，使我记住了他——胖子。

到了军校，我被分到第二排第四班。在军校，哨声就是命令，我们必须服从。

午饭时，我们学到了军人进食的步骤，大概是初来报到，大家都很不习惯，不过在教官一再批评后，大家都进入状态了。那些菜就当然没有家里的好吃，但是你不吃就得挨饿，大家当然是硬着头皮吃啦。

午休后，我们到军校内训练。我们先乘座了水陆两栖坦克。看大家都挺愉快的，可没想到后面是多么的“可怕”。

之后我们开始操练，学习军人的立正、转身、敬礼……你别以为这是件容易的事情，不断反复地操练，真是挺辛苦的。可这，这是“可怕”的开始。

晚饭后，我们要洗澡、洗衣服，这可是件苦差事。洗澡是小菜一碟，可说到洗衣服，呵呵，别说他们，连我这个初中生都被弄得手忙脚乱。这是我首次独自洗衣服，洗刷后的衣服确实不怎么干净，可经过这次“实战”，相信明天将有所进步。

最后就是整理内务，在教官的精心指导下，大家开始自己动手，分工合作，完成内务工作，这不正是自立与团队精神的表现吗。

原本、是一个晴空万里的早晨。但在我心中，就像是晴天霹雳。

**军训心得体会大学生篇十二**

军训是一段难以忘怀的经历，严格的军训生活让我感受到了军人的艰辛和坚韧，也让我明白了身体力行的重要性。初次踏入军训场，我不禁感到紧张，担心自己是否能够适应这样严格的训练。然而，随着漫长的军训时间的推进，我逐渐学会了如何调整自己的心态，接受挑战，并从中获得成长。

第二段：坚韧与毅力的培养。

在军训过程中，不论是艰苦的体力训练，还是严格的纪律要求，都考验着我们的毅力和耐力。常常天亮前的晨跑让我们疲惫不堪，但是我们必须坚持下去。在炎炎夏日的烈日下，军训场上温度高达三十多摄氏度，烈日炙烤着我们的身体，汗水湿透了我们的衣服，但我们依然要坚持训练。通过这样的锻炼，我逐渐培养了坚韧的品质，学会了在逆境中不屈不挠地前行。

第三段：团队精神的重要性。

军训中最重要的课程之一就是团队训练。在战术训练中，我们需要密切合作，互相配合，共同完成任务。每个人的角色都非常重要，一个小小的失误都可能导致整个团队的失败。通过与队友们的相互配合，我明白了团队精神的重要性。团队协作不仅仅是为了取得好的战斗成果，更重要的是在困难时能够相互支持，共同面对。

第四段：自律与责任心的涵养。

军人的训练是艰苦严苛的，而军训正是锻炼我们的自律和责任心的良好机会。在军训中，我们要严格遵守纪律，按时完成各项任务，保持良好的军人形象。这种强烈的规则意识对我们的自律和责任心提出了极高的要求。通过军训，我逐渐养成了严格约束自己的习惯，学会了为自己的行为负责。

第五段：军训的收获与感悟。

军训结束时，我回首往事，感慨万分。军训不仅使我体会到了军人的艰辛，也让我感受到了团结协作的力量。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，也培养了坚强的意志。我明白了严格自律与责任心的重要性，也认识到了团队精神对于成功的重要性。这些都是我在军训中得到的宝贵财富，将伴随我一生。

总结：

军训让我经历了身心的全面锻炼，使我从一个稚嫩的学生成长为一个有着坚韧毅力、团队精神和自律责任心的人。虽然军训带来了辛苦和痛苦，但我却觉得这是一段难得的宝贵经历。我相信，在未来的生活和学习中，这些与军训相关的品质将会起到重要的作用，帮助我克服困难，取得更多的成就。

**军训心得体会大学生篇十三**

第一段：引言（100字）。

每年的开学季，军训都是学生们必经的一道坎。军训不仅能让我们锻炼身体，还能培养我们的集体荣誉感和责任心。在这个过程中，我们也可以学到很多知识和技能。我在这次军训中收获颇丰，下面我将分享我自己的心得体会。

第二段：锻炼身体（300字）。

军训最显著的优点就是能锻炼身体。在这段时间里，我每天都被训练得筋疲力尽，但是我也能感受到自己身体的变化。我比之前更健康、更强壮，并且跑步的速度和耐力都有很大的提高。除了常规的体能训练，我们还学习了一些简单的自卫技能和队形操练。这些训练让我们养成了良好的运动习惯，也让我们对身体健康更加重视。

第三段：锻炼集体意识和责任心（300字）。

军训还让我意识到了集体意识和责任心的重要性。在这个过程中，我们必须服从指挥、精诚团结，没有个人英雄主义和个人感情，只有合作才能完成任务。在集体中，我们学会了互相扶持、互相关怀和互相提醒，这大大提升了我们的集体荣誉感。同时，我们也明白了自己的责任，我们必须在集体中扮演好自己的角色，为集体的荣誉和发展做出贡献。

第四段：学习知识和技能（300字）。

军训不仅是锻炼身体和培养集体意识，还能让我们学习到很多知识和技能。我们学习了军体拳、步枪射击、灭火器使用、急救技能等，这些知识和技能对我们的日常生活和工作都有很大的帮助。我们也学习了一些珍贵的军事历史和传统，让我们更加了解我们的国家和人民军队的奋斗历程。

第五段：总结（200字）。

通过这次军训，我不仅锻炼了身体，也变得更加坚强和自信。我发现集体意识和责任心的重要性，并且也学习了很多知识和技能。我相信这些经验对我的日常生活和未来的工作都会有宝贵的帮助。最后，我想感谢我的教官和同学们，感谢他们给我带来的美好记忆和难忘的经历。我会一直珍惜这段时光，并且把军训的精神贯彻到我未来的生活和工作中。

**军训心得体会大学生篇十四**

军训是每个大学生在大学阶段必须经历的一段特殊的历程。在这期间，我们不仅锻炼了身体，还培养了坚强的意志力、纪律意识和团队协作能力。回首军训生活，我收获颇多，以下是我关于军训的心得体会。

首先，军训让我倍感军人的艰辛和付出。军营中的一切都离不开严格的军事纪律和高强度的训练。每天早晨五点钟的起床铃声成了我每天最幸福之时的恶梦，而持续数小时的军事训练则让我全身每一寸肌肉都在颤抖。这让我深刻体会到，成为一名合格的军人，需要经过长时间的锤炼和付出。

其次，军训使我懂得了团队协作的重要性。在军训中，一个人的力量是微不足道的，只有团队的力量才能让我们完成各种训练任务。在每一次训练中，不论是携手合作完成障碍练习，还是在集体操练中精确无误地完成各种动作，都需要我们紧密配合、相互协助。通过与队友们的默契配合，我深刻体会到团队协作的力量和价值。

再次，军训磨砺了我坚强的意志力。在军训中，我们要面对许多艰苦的训练项目，而其中最考验意志力的莫过于长时间的集合操练。每次操练都需要保持高度集中的注意力，保持正确的姿势和一丝不苟的动作，这需要我们克服疲劳和困难，坚持到底。虽然身心疲惫，但每一次经历都会让我更加坚强，更加勇敢面对生活中的各种困难。

此外，军训还培养了我对纪律的敬畏和遵守能力。军营里，严谨的军事纪律无处不在。例如，在各种集合场合，我们必须保持整齐划一、肃静有序。这种严格的纪律要求让我深刻体会到，只有遵守纪律，才能让集体更加有序，任务更加顺利完成。这种敬畏和遵守纪律的能力不仅在军事训练中有用，也会在今后的学习和工作中起到重要的指导作用。

最后，军训让我更好地了解了自己。在军事训练中，我们面对的是自己的身体素质和心理素质上的挑战。通过经历各种艰苦的体能训练和挑战，我深刻认识到自己的身体素质上的不足，并逐渐找到了一些提高的方法和策略。此外，在团队协作和意志力的考验中，我逐渐发现自己的优点和不足，从而更好地了解自己的特点和潜力。

综上所述，回顾军训之后，我深深感受到了军事训练所带给我的诸多收获和启示。军训不仅锻炼了我的身体，更培养了我坚强的意志力、纪律意识和团队协作能力。军训是我人生中一段难忘的经历，我将会铭记其中的教训和感悟，并将其应用到未来的学习和工作中，为自己的成长和进步而努力。

**军训心得体会大学生篇十五**

高中军训很苦，但是我们还是挺了下来！同时感悟了很多很多。

这次军训和以往的军训截然不同，比初中军训时更苦更累，流的汗更多。

教官姓齐，开始对他的感觉挺好的，看见他穿着教官的服装，不得不让我想起以前在雨花营地带我们的张教官，一张怀念的感觉涌上心头，教官给我的感觉难免会有一种亲切感。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直；陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次高中军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

**军训心得体会大学生篇十六**

20xx年我考了六百多分，但没能上高中。就是因为五百块钱。我哭就能上得起高中了吗？哭是没有用的。八方队绝对不差的，我相信你们的实力。”营长的一席话，让大家感动不已，一直以为营长是黑面铁汉，可他竟这样理解大家。我们突然觉得这里不论是教官还是连长营长，都是无悔地为我们付出，真心的关心我们。

之后的训练，大家更认真了，也比以前更加团结。我们不停调整，不断进步，盼望着最后的一鸣惊人。同时在宿舍中，大家熬夜，打手电，给教官写留言。大家写得最多的就是“少抽烟，多吃饭，保护嗓子，注意身体。”每个人，每句话，每个字，都是我们对教官的敬爱和留恋。联欢会上，我们给教官献草，八方队全体成员在下面齐声喊着：“志鹏！志鹏！志鹏！志鹏......”

在一起的日子不多了，要珍惜。

最后的分裂式我们走得很漂亮，教官很开心，说我们表现的非常好。离开军营之前，我们齐声喊出：“教官您辛苦了。”我们把这几天一直传阅着写的留言本送给他，我们看得出他的激动和感动。队列里又出现了抽泣声，我们，就要走了。

坐在车上，我往外看。教官们，连长们，营长，站成一排，敬着军礼，送别我们的车队。眼泪顿时涌出。这些日子你们辛苦了，我们走了，可能再也不会回来。这些教官、连长、营长，也许一辈子再也见不到了。这些只比我们大几岁的哥哥们，未来所要承受的，是我们无法想象的生命之重。

祝他们未来一切都好。

结束了。

别了。

**军训心得体会大学生篇十七**

军训的问题较多，那就从军训这一篇开始吧！

很多人怕军训，正常的，包括本人在内当时也怕，主要是怕苦，怕累，这可能是深圳学生的通病吧。

怕归怕，但是还是要正视军训。

我肯定地说，军训百利无一害。若真的要挑不好的地方，就是累一点苦一点。

军训对于深圳学生来说是难得的机会，为什么要提深圳呢？内地很多学校都是没有军训的，即使有军训，内地的学生因为大多数家庭不是很富裕，他们对吃苦的意识比较强，军训对于他们来说根本就不算什么。

军训可以锻炼我们的意志，可以增强体魄。

军训可以促进新同学之间的交流。

有人说了，同学迟早都会熟悉的，什么促进感情就免了吧。这就错了，在学校，你永远只会意识是在“一个班级”，但是在军训会意识在“一个集体”。在军训的时候大家同住一个宿舍，分享，聊天，在学校，这种机会是很少的。军训仅仅一周，但是收获是一辈子。

假设军训是5天（其实很短了，记得初一的时候是10天）

军训第一天：最苦最难受的，穿上军服，穿上军鞋，感觉挺新鲜。相信大家听过什么是“下马威”。第一天肯定要给大家点颜色瞧瞧，不管是有理还是无理，不管是犯错还是没犯错，始终要受一些苦，受一点罚（其实第一天相信肯定都适应不过来，状态很差劲，罚也是应该的）。

军训第二天：比第一天更累。因为要学习一套拳法，教官不会松的（他自己也会被挨骂的），如果做得好，或许轻松点，如果做的不好，有太多的苦受了（蹲，青蛙跳，压脚尖等等）。

军训第三天：开始适应以后就好一些了，开始和教官有比较多的交流了。切记，要把教官当人看，不要老想着他是完成任务的，整死我们。其实教官也是很喜欢我们的，尤其是很听话的和很不听话的。

军训第四天：人总是有那么个惯性。不管是我们自己还是教官，思想上都会有一些懈怠。我想没有谁坚持大吼大叫三四天，那也太无理了。但是要提的是，无论怎么样，自己做事都不要太过分，可以犯规，但是不要逼裁判出红牌。

军训第五天：该是开花结果的时候了。不要不当回事，我现在还愧疚当时班级表现不好，教官没有受到表扬。教官辛苦训练了5天，一定是希望大家努力增光的。

总结一下：

日常训练：按部就班就可以了。

吃饭：按口令行事。如果你有多动症，你完蛋了。饭菜是普通的饭菜，大家到时候会疯狂喝汤的。但是绝对不可以不吃，我们班就有人晕倒了，原因：中午没胃口，不吃饭。超级不理智。

洗澡：我印象最深了。我住5楼，洗澡的时间冷水全部给1—4楼霸占，结果我们5楼洗澡只有高达80度的热水。幸好我们教官通情达理，让我们晚上回来洗。晚上就有冷水了。这里提示一下，平时洗澡比较久的同学，希望你们多练习一下，毕竟洗澡间少人多，每人洗8分钟，集合时间就到了。

睡觉：睡觉前的“宿舍会议”我记得最清楚了。因为天气炎热，洗完澡后，教官还让我们出来蹲，听他讲故事。这一20分钟下来，全身又是汗了，后来还不让洗了。

洗衣服：军训一共有两套衣服。前三天一套，后面一套。衣服是不能洗的，因为每天都要穿，洗了就不能干，所以不让洗的。晚上穿自己衣服睡觉，第三天的时候会发现衣服已经超级难闻了。内衣裤袜子至少两套，如果你嫌弃麻烦，可以买5—6件一次性的。这样晚上不用洗了。

叠被子：这个是必修的一门课程，叠不好的肯定遭殃了。在第二天晚上，我们这一大间宿舍的人有70%的人叠被子叠到12点。教官一开始只会凶，不会帮忙。后来很晚了，教官手把手教的时候，教官的温暖和仁慈就能感受到了。所以，教官都是为了我们好，智商高的同学最好自己叠好被子，不必要造成更多的麻烦。

违纪：千万不可以过分。有人就顶撞教官，结果晚上的总结大会被亮相了，还面对全年级的人被罚。可以多和教官聊天，让教官对你印象好一点。

另外：要求带的东西学校会说的，但是手机，零食，饮料，通知上要求不可以，其实，说实话，手机你带过去没什么用，你晚上回到宿舍，你已经很累了。军训期间，最喜欢的，就是那张床了。零食可以带一些，这些不违纪，饮料也一样。因为宿舍是8—16人一起住的，难免有味道，所以，带上花露水什么还是比较有用的。军训是去训练，不是去度假，所以别准备太充裕和度假一样。

小卖部：那里有小卖部。最好不要去，去的人70%都是被抓的，被抓以后，我们的两个同学就是蹲着下5楼，蹲着上5楼。

好了，就说这么多了。希望军训给大家留下美好回忆。

**军训心得体会大学生篇十八**

如今，军训已经成为许多高校的必修课程，也是磨练学生意志力和锻炼体魄的重要途径。在这短暂的一周里，我收获了很多，除了烈日下的汗水和不期而至的疲惫，更多的是对生活的认识和对自己的了解。接下来，我将分享一些我在军训期间所体会到的心得。

第二段：认识到自身的不足。

其实，在参加军训之前，我一直认为自己身体素质良好，但是在军训的第一天，我就发现了自己的局限性——我跑步的速度并不理想，同时，在站立军姿的时候，我也感到脚踝有些麻痹。之后，我谨慎地观察了其他同学的表现，以此为动力不断地调整和突破自己的局限，不断提升自我，最终达到了我想要的效果。

第三段：锻炼意志力和坚持不懈。

军训期间，我们在烈日和高温的情况下进行了长达四个小时的训练，而且每天都有这样的任务。在这个过程中，我逐渐明白了什么叫做坚持不懈和战胜困难。虽然四个小时的时间很长很难熬，但是我们必须始终保持警惕和精力充沛，训练才能更加有效。

第四段：加强集体合作精神。

在军训中，我们与队友密切合作，完成任务，克服困难。这个过程给了我一个更好的理解：在团队，“我们是一体的”，每个小任务的成功都依赖于全体队员的支持和协助。因此，在平时的生活中，我会更加重视与他人的合作，遵循团队精神，将协作和配合推向一个新的高度。

第五段：结语。

军训虽然短暂，但是对我而言，它是一次对自己的体验和提升，帮助我更加全面地认识自己，也让我更加理解和接受社会各种不同的生活体验。在日后的学习和生活中，我将更加努力地发扬军训所传递的精神，成为一个更加优秀的人。

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！