# 最新大学军训心得体会 大学军训军训心得(通用15篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-03-29

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。大学军训心得体会篇一军训使个人的体魄及心理素质得到锻...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**大学军训心得体会篇一**

军训使个人的体魄及心理素质得到锻炼，也在无形当中加强了团体凝聚力，十五天的风雨同舟，团结一心，我们也更为紧密地联系在一起。(……省略事例)期间，经历的最难忘的莫过于那次整改，原本七个排整合成三个排。我在整改中差点就被编到其他方阵，在不安的等待中，三排往昔的欢乐时光在脑海中不断浮现，我害怕离开这个集体。然而，我明白：军人以服从命令为天职。不管在哪一个方阵，我都要做好，因为我是一名战士，我仍是江南大学集团军中的一员。牢记使命，崇尚荣誉。此外，在去年频频曝光的大学军训放水事件的背景下，我们有必要用行动向社会证明当代大学生不是温室里的花朵，而是敢于面对风雨挑战的栋梁。

**大学军训心得体会篇二**

第一段：军训的目的和意义

大学军训是每个大学新生都要经历的一项重要活动。军训的目的不仅是让大学生学会一些基本的军事训练技巧，更重要的是培养学生的纪律性、组织能力以及团队合作精神。通过军训，大学生可以更好地适应大学生活，提高自己的身体素质和综合素质。

第二段：军训中的辛苦和挑战

军训期间，学生们会经历一系列辛苦和挑战。一方面，军训让学生们每天早起，进行长时间的体能训练，对于习惯了自由放松生活的大学新生来说，确实是一种身心的折磨。另一方面，军训还要求学生们在完成体能训练的同时，严格遵守纪律，服从指挥，这对于一些个性较为独立的学生来说也是一种挑战。

第三段：军训给予的启示和收获

然而，军训也给大学生们带来了许多启示和收获。通过参加军训，学生们意识到自己的体能和毅力的重要性，并意识到只有放弃个人的舒适和享乐，才能获得更多的收获。此外，军训也锻炼了学生的团队意识和合作精神，通过与队友们相互帮助和配合，解决问题和完成任务，学生们更好地体会到合作的力量。

第四段：军训对个人的影响

军训不仅对大学新生的体魄有很大的影响，对个人的性格塑造也有重要意义。通过遵守纪律、服从指挥，学生们养成了严谨、自律的习惯和态度。对于过于放纵和自由的大学新生来说，这是一种重要的改变。此外，军训也培养了学生的领导能力。在训练中，学生们会被要求承担一些组织和指挥任务，通过这些实践，他们学会了如何管理和领导团队。

第五段：军训给大学生活的影响

军训是大学生活的一个重要部分，它不仅仅是一段辛苦的时光，更是一次宝贵的经历。通过军训，大学新生们能够更好地适应大学生活，培养自己的纪律性和团队精神。这些品质对于大学生们未来的学习和工作都具有重要意义。此外，军训也是一种锻炼身体和提高自身素质的机会，它对大学生的身心健康都有非常积极的影响。

总结：

大学军训是一次锻炼学生体魄和塑造品格的重要机会。通过军训，大学新生们可以更好地适应大学生活，培养自己的纪律性、组织能力和团队合作精神。尽管军训期间会面临辛苦和挑战，但它也给予了学生们许多启示和收获。通过军训，学生们能够培养自己的领导能力，养成自律和严谨的习惯，并为未来的学习和工作奠定坚实的基础。因此，大学军训对于每个大学新生来说，都具有重要的意义和价值。

**大学军训心得体会篇三**

浙江杭州，在中国计量学院，20\_\_\_新生正在操练“匕首操”。这是该校首次在军训中引入“匕首操”，相比往年学生军训中常见的站军姿、踢正步等传统项目，“匕首操”既丰富学生军训内容，还能培养学生坚韧不拔、勇敢顽强的战斗作风与尚武精神。

9月18日，浙江杭州，在中国计量学院，20\_\_\_新生正在操练“匕首操”。这是该校首次在军训中引入“匕首操”，相比往年学生军训中常见的站军姿、踢正步等传统项目，“匕首操”既丰富学生军训内容，还能培养学生坚韧不拔、勇敢顽强的战斗作风与尚武精神。

身穿迷彩服，手持约10厘米长的匕首，做着各种进攻和防身的动作……这是现代快报记者日前从南京金肯职业技术学院大一新生军训总结表彰大会上看到的一幕。据悉，今年金肯学院新生军训中，教官们将女生单独拉出来，教大家“匕首操”，以备不时之需。

一位教官告诉现代快报记者，这套“匕首操”是他们在实战演练中总结出来的。“过去大学生军训，我们主要教大家怎么正步走、如何站军姿，那是为了训练大家吃苦耐劳的品质。而今年增加了‘匕首操’，特别教给女生们，是希望她们今后万一遇到危险时能勇敢应对，保护好自己。”

除了匕首操，现场还有刺杀操、军体拳等表演。一位新生告诉记者，军训虽然很辛苦，但她学到了不少新本领。“感觉能用得上，自己以后没那么容易被欺负了。”

**大学军训心得体会篇四**

第一段：介绍大学军训的背景和意义（200字）

大学军训作为一项常规的活动，意义非凡，对大学生的成长具有重要的推动作用。首先，军训能够增强学生的身体素质，为他们适应大学生活打下基础。其次，军训能够培养学生良好的纪律观念和团队精神，提高他们的组织能力和领导才能。最后，军训还能加强学生的爱国情怀，激发他们对祖国的热爱和责任感。因此，大学军训是每位大学生人生中重要而难忘的经历。

第二段：大学军训的困难与挑战（200字）

虽然大学军训意义重大，但它也面临着各种困难与挑战。首先，军事训练的内容与要求相对严格，对于大多数学生来说是全新的经历，他们需要快速适应和学习。其次，军训的体力训练往往较为苛刻，对于条件相对较差的学生来说尤为艰难。此外，军训期间可能面临天气变化、交流困难等实际困难，需要学生们付出更多努力。

第三段：军训带给我的变化和感悟（300字）

参加大学军训后，我收获了很多。首先，我意识到身体素质的重要性，因为军训锻炼了我的身体，提高了我的体魄，让我拥有更好的健康状态。其次，通过军训，我养成了早起、睡眠规律等良好的生活习惯，提高了自律能力。此外，我还体会到团队合作的重要性，只有与他人合作，才能完成军训任务。最重要的是，军训让我更加热爱祖国，明白了国家安全是每个公民的责任。这些经历和感悟将成为我成长道路上宝贵的财富。

第四段：军训对个人发展的影响（200字）

大学军训不仅对我们个人的成长有着深远的影响，也对整个大学教育产生积极的作用。首先，军训充实了我们的校园生活，丰富了校园文化。其次，军训能够培养学生的自律精神和执行力，这对我们日后的学习和工作都是关键的能力。此外，军训还可以提高学生的应急能力和团结协作能力，使他们更好地适应社会发展的需求。因此，大学军训对个人发展和社会进步都有着积极的作用。

第五段：总结大学军训带给我的收获（300字）

通过大学军训，我深刻认识到了自己的不足和需努力的方向。我从中领悟到了困难与挑战不可避免，但只要勇往直前，努力拼搏，就定能克服一切困难。军训还让我明白，作为一名大学生需要有强烈的责任感，为国家为社会做出自己的贡献。同时，我也意识到，在大学生活中要乐观积极地对待一切，相信自己，相信团队，相信未来。最重要的是，我希望将这种积极的态度和军训所培养的优秀品质带入到未来的学习和工作中，为实现自己的梦想而不断努力。

**大学军训心得体会篇五**

还记得高一时军训的烈日和教官严厉的训斥声，而一转眼间，我已经在参加大一的军训了。时光飞快，如指间沙，瞬间流逝!

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归!”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透;我们为了把动作练整齐，反反复复地练;知道全身酸痛;我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的`宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层!

**大学军训心得体会篇六**

云军训已经成为许多大学生求学时期不可或缺的一部分。尤其是在新冠疫情期间，传统的军训已经遭到了打乱。然而，在云平台上进行的云军训却带给了许多学生全新的经历和体验。在这篇文章中，我将分享自己的云军训心得体会，让更多的人了解并受益于这种全新的军训方式。

第二段：虚拟体验

在云军训中，训练场地变成了虚拟的网络空间。通过网课平台，我们能够收看集体训练、游戏互动等课程，并与其他同学进行讨论、互动和比赛。与传统军训的现场铁血氛围不同，云军训让我们更加放松自在，吸收更多的知识和技能。虽然网络环境有时存在不利影响，但是通过技术手段和训练教练的指导，我们在云军训中获得了强化凝聚力的独特机会。

第三段：重视原则

虽然云军训环境中不会真正踏上军训训练场，但是我们的教练们仍然要求我们遵守训练班规和规则。在云军训中，我们也学习到了一系列的训练知识、体能训练和地图作战技巧。同时，我们也处理了各种危机情况，这些情况可以在现实生活中得到充分体现。在云军训中，我们也反思了自己的行为，使得我们更加向上进取和接受挑战，培养出了敢于面对未知情况的勇气。

第四段：场合之外

云军训不同于传统的军训，更突出了参与者个体的自我实现和全面性。通过与其他同学分享交流，我们在云军训中培养了更多的人际关系。比如，我们从培养班级友谊到参加选拔比赛、组织活动、互相帮助、构建支持网络等一系列互动，带动了我们更多的目标达成和自我提升。我们在云军训中切实体验到：团队合作、平等竞争，对友谊和友爱相互帮助维护也有着深刻的理解。

第五段：宏观意义

云军训并不只是传统军训模式的简单补充，更是探索时代发展，以科技创新思维提高大学生素质和修养的重要途径。云军训通过训练、教育和实践，促进个人意识和全局视野的得到完善与成长。通过云平台军训，我们不断完善自己的心态和思维，发扬自我、绽放魅力的同时，也在学习人类生存、奋斗和发展的方式与实践中，更加深刻认识到学习、合作、奉献的意义与价值。

结语：

云军训，从虚构到实践，将在我们未来的成长中得到充分的体现。珍贵于这种体验，我们将会在未来的充满挑战的工作与生活中，更加坚强、自信、严谨和睿智地面对。我们期待着更多的人加入到这个成长的大家庭，共同风雨兼程，共赢未来行程！

**大学军训心得体会篇七**

学生军训是在部队里。对于很多过来人来说军训的确是我们人生中的一次难得的\'考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大。汗。

在这短短的七天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉。我们的鞋也穿了洞。但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。与别班的拉歌喊到噪子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有利益的冲突。大家讲的的是来自哪里？分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

各位师弟师妹，只要你们用心的投入去做一件事情，总会有很多的故事，点点滴滴。。。。在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练，训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人；在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的时候，我们博大精深的中国文化还需要国人来继承。

军训有苦。每天早上六点半起床；从七点一直训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量；幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。

还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出现在我眼前。在我惊叹原来被子可以这样叠时，我也感叹它可以锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

**大学军训心得体会篇八**

云军训，是各大高校每年都会进行的一项重要活动。在此期间，学生们不仅可以感受到军事训练的严格和素质教育的重要性，还可以增强自身的体魄和锻炼意志力。在参加云军训的过程中，我深有感触，体会到了许多与平时大不相同的心得和体会。

第二段：云军训的严格与训练

云军训，首先是一项严格的军事训练。在这段时间里，老师们将我们当做士兵一样严格要求，在课目训练时不仅要求我们全力以赴，还会耐心地讲解教学，指导我们练习。尤其是在紧张的军事训练时，老师们告诉我们每个动作的关键点，让我们能够更加精准地完成动作，提升训练效果。

第三段：云军训的意志力及团队协作

在云军训中，意志力和团队协作能力也变得极为重要。我们要克服身体上的困难，调整心态，坚持下去。同时，在训练中，我们也需要互帮互助，精诚合作。在团队协作过程中，相互鼓励、相互扶持，让我们更加团结，也让训练更加顺利。

第四段：云军训的意义和收获

参加云军训的意义和收获是多方面的。首先，它可以培养同学们体魄。其次，云军训也可以提高学生的综合素质，包括思想、品德、身体和心理。还有，云军训还可以培养同学们的大局意识、责任意识和民族精神。总之，参加云军训不仅能够锤炼我们的意志，也可以让我们更好地认识自己和世界。

第五段：结论

云军训是一次非常难得的锻炼机会，它让我们更好地认识了自己，锻炼了意志，增强了体质，培养了团队合作精神，同时提高了综合素质。我相信，通过这次的云军训，同学们在以后的学习和工作中将会更加坚韧、勇敢、积极、自信。最后，希望同学们能够在接下来的学习生活中，继续保持良好的精神状态和积极的心态，为自己和社会做出更大的贡献。

**大学军训心得体会篇九**

在xx月xx号那天，我踏进了我生命中的另一个转则点——xxx职业技术学院，虽然我对它不是太了解，但是好多人都就这不错，然后我就选了这里，但是到这那儿我才发现，这个学校不错，是我心目中理想的那样子的。

刚开始的五天，学院的老师给我们上了一些最基本的大学生活课，让我们能够很快的了解学院的情况——虽然我没听过。

最另人既高兴又紧张的事是军训来了，18号那天晚上是我们班学生和我们的教官第一次见面，学生很欢迎他，都用力的鼓掌，希望接下来的11天能够很好的相处.

9月19号早上,在院领导的一声令下,军训开始了.每个教官都带领着学生到指定地点去军训,我们教官首先作了一下自我介绍,叫xxx,xx岁，家在xx，简单的介绍完之后，他说了我们军训要注意哪些东西，前三天比较辛苦，后几天就轻松多了，我们也觉得很高兴能够这样的军训。

果然，前几天累死我们了，全身都酸痛，连楼梯都走不好，但是我们却也在其中找到了快乐，每当我们累的时候，教官都会讲笑话给我们听，让我们忘了军训的辛苦，减轻了我们的压力。到后几天，他就四处拉着我们去结盟，去吞噬别的连队，搞的好开心啊，我永远记得他带着我们四处去攻打其他的连队时的那种小邳子的笑容，很好看。

快乐的时光总是短暂的，11天过去了，到了阅兵那天，我们被凭为优秀连队，我们的付出总算有了成果，还有教官的教导，如果没有教官，也就没有优秀xx营xx连，我会永远记得他的——xxx教官。

**大学军训心得体会篇十**

军训是中华人民共和国公民履行服兵役义务的一种体现。所以，军训对我们来说是必要的。另外，当下很多大学生的身体都出于亚健康状态，军训对于我们的身体健康大有裨益。

虽然目前军训只进行了四天，但是心里已是五味陈杂。

首先，不可否认的是军训真的很累。早晨，五点多就要起床，这对于平时有赖床习惯的我们来说是有点困难，可是大家还是准时起床来到训练场，说明大家对于军训的态度是很严肃很端正的。其实军训的安排还是很人性化的，避过了太阳光最强烈的时间。中午的午睡时间也很充足。晚上拉歌和学唱歌，能让我们放松心情。可以说是苦中有乐。

第一天的上午，站军姿时我晕了。主要原因是到快结束时，我晃了一下后仰，一瞬间就感觉头晕了。那天我们排有四个晕倒的，大概第一天军训大家还都不太适应。第二天直至现在我们排都没有人再晕过。

古人云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。军训真的是一个“苦其心志，劳其筋骨”的好机会。站军姿时，即使前脚掌已经很痛，没有教官的命令，我们丝毫都不能动。定姿势时，胳膊很酸，不自主的颤抖，但是当教官说“后摆高一点”时，我们还是尽力将颤抖的胳膊向上抬起。坚定的毅志力就是这样一点一点培养起来的。我相信经过这次军训的磨砺，我们将一改以往懒散的作风，真正像早上八x九点钟的太阳一样朝气蓬勃，活力四射。

军训以来，脚一直是痛的。站完军姿，腿都抬不起来，这时我们才体会到一分钟到底有多长，平时上课时走神远不止一分钟。现在想来当时的行为是多么的不对！我深刻认识到以后的日子里我要更加珍惜时间，光阴似箭，不会回头，有效的利用时间势在必行。

军训苦在肉体的疼痛与疲惫，乐的就在精神上了。

我们的唐教官是个好同志。他很有耐心，待人和蔼，宽容，深得大家的喜爱。在训练时，他对我们严格要求，同时又很有耐心，不会对我们发火。而且他善于发现我们训练时做得好的地方，让我们对训练更有信心。休息时，他组织我们拉歌，或者聊天，训练场不时响起我们的欢笑声。唐教官只比我们大了二三岁，所以我们之间可以很好的交流沟通。他跟我们讲他站军姿可以睡着，军中绿花是他唯一唱着可以哭出来的歌，对我们来说他并不只是一个教官，我们对他有更多方面的认识。

嘹亮的军歌也是训练场上吸引人的一道风景。团结就是力量，打靶归来，爱警习武歌，无一不体现出了战士们昂扬的精神风貌。我相信在唱这些歌时每个人的心里都会有一种激情，一种作为炎黄子孙的自豪！

军训现在对于我们来说是一种生活，虽然只有十几天，它将带给我们值得回忆一生的东西。我将努力克服一切困难，将军训进行到底！

**大学军训心得体会篇十一**

每年夏天，学生们来到校园参加军事训练，这是全国各高校的传统。对于本科一年级的新生来说，云军训是他们初次感受到大学生活的一种方式，也是他们迎接大学挑战的第一步。

第二段：云军训的经历

云军训是一项具有挑战性和锻炼性质的活动。在此期间，大学新生将接受严格的训练，包括军事基本理论、步操、军事技能等等。但云军训不仅仅是一种训练，它也是一次彼此之间互相认识的机会。在这段时间，大家能够结识同窗好友，并逐渐适应大学校园的生活。

第三段：云军训的意义

云军训能够培养学生的坚韧意志和良好品质。它不仅仅是进一步提高了学生的纪律意识，而且还锻炼了他们的勇气和毅力。这也加强了学生们的集体意识，使他们更加珍惜团队中每一个人的存在，并在活动中形成一股向心力。

第四段：云军训的改变

云军训的经历，让我们感受到了改变。通过云军训的锻炼，我们的生活处于不断的改变之中，学生们需要适应不同的环境，增加对未来的掌控意识，进而形成自我认知和学习思维的渐进。云军训在很大程度上塑造了我们的性格，使我们更加勇敢、坚韧。在云军训的一周时间里，我们将这种精神应用于更多领域，不断提高自我修养，努力成为一个更好、更有价值的人。

第五段：结语

在云军训结束之际，我们拥有了更强的荣誉感和责任感，更多的创新精神和贡献意识，更多的感恩与证明。云军训让我们从迷茫到自信，从自卑到优秀，通过不断地努力和奋斗，我们一定能够找到自己想要的人生之路，为人民和社会做出更多贡献。

**大学军训心得体会篇十二**

人生是一部书，而大学军训则是其中最精彩的篇章之一。军训期间，我们经历了汗水、痛苦、挑战，同时也收获了坚强、勇敢和团结。这段时间对于我来说，既是对自己的磨炼，也是对大学生活的一个全新的起点。回首军训的日子，我不禁感叹——军训，真是大学天。

首先，军训给了我一次锻炼和提升自己的机会。进入大学的第一天，我们便开始了紧张而充实的军训生活。太阳还没升起的时候，我们便已经列队在操场上，开始了一天的训练。军事理论、军体技能、战术基本功……接连而来的各种训练项目让我原本懒散的身体重新焕发出青春的活力。在这个过程中，我学会了严格要求自己，坚持不懈地锻炼，同时也培养了良好的纪律性和组织性。这些提升不仅仅体现在军训期间，也会伴随我度过整个大学生活。

其次，军训让我体验到了团队合作的重要性。所谓“一人踏浪，全队过海”，只有整个队伍的紧密配合和团结一致，才能取得最好的战斗力。军训期间，我们不仅要完成个人的任务，还要保证整个小组的训练效果。无论在训练场上还是生活中，相互之间的支持和帮助成为我们共同的底色。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，尊重不同的观点，与人合作的能力也得到了提升。这种团队合作的意识和精神将伴随我未来的学习和工作中。

再次，军训教会了我如何应对困难和挑战。军训并不是一件轻松的事情，尤其是对于没有军事经验的大学生来说，可能会感到特别吃力。而面对这些困难，我们不能退缩，只有坚持下去，才能克服困难，取得成功。在长时间的训练中，很多人可能会遭遇到体力和意志的疲惫，但是我发现，只要心态积极，拥有一颗坚强的信念，我们就能够克服困难。这种在困境中坚持不懈、勇往直前的态度，将成为我未来面对任何挑战的底气。

最后，军训让我体会到了身为大学生应有的责任感和使命感。作为一名大学生，我们应该承担起为国家和社会作出贡献的责任。军训期间，我们不仅仅是为了锻炼身体和提升自己，更是为了将来能够为国家和人民贡献自己的力量。军训中的种种惊险经历和思想洗礼，让我更加明白自己责任所在，也更加坚定了献身国家、服务人民的理念。我相信，只有不断提升自己，追求卓越，才能够最大程度地为国家社会做出贡献。

在大学的军训日子里，我经历了各种各样的挑战和困难，但是也收获了许多宝贵的经验和体验。军训让我成长了许多，让我更加坚定了自己未来的目标和方向。我相信，这段经历将与我并肩前行，指引我在大学天充实而精彩地度过每一天。

**大学军训心得体会篇十三**

20xx年8月30日，为期5天的军训生活终于结束了。回想起来，这5天的军训生活虽然短暂，但对我来说却是不同寻常的5天，每一天都让我刻骨铭心。给我这个一直泡在“蜜罐”里，娇生惯养的孩童注入了男子汉的血液。让我懂得了什么叫纪律，什么叫服从；什么是生活艰苦，什么叫日子安逸。体会到了同学和同学之间互助友爱的重要，更感受到了父母养育我们的辛劳。

我的军训生活就从8月26日下午坐上停在学校的公交车说起吧。

车于3：30准时出发。路途中，我们车上是男生站着，女生坐着；而有一个班车上的情况截然相反，竟然是女生站着，男生坐着。起初，我还有真有点羡慕他们，可转念一想，他们班的男生竟让体力不如自己的女同学站了一路，而自己却安然自得地坐着！我们像绅士一样把座位让给女生，我一下为我们的行为感到骄傲！因为，这才是男子汉应有的表现。我想，这也是我们班最后获得军体拳表演一等奖的原因吧！

车子渐渐驶入仓房沟训练基地，我们和一群坐在军用迷彩卡车上的战士碰面了，我们互相用好奇的眼光打量着对方。一种莫名其妙的美好感觉涌上心头，“军训基地快到了，这次我一定要坚持到底！”

军人的时间概念很强，教官首先要求我们遵守的，就是这张作息时间表：

起床 7：40——8：00

早操 8：00——8：30

洗漱 8：30——9：00

早餐 9：00——9：30

训练 9：30——13：30

午餐 13：30——14：00

午休 14：00——16：00

训练 16：00——20：00

晚餐 20：00——20：30

课外活动

20：30——23：00

洗漱 23：00——0：00

就寝 0：00

从以上这张作息时间表上不难看出，我们的时间安排的非常紧凑。这对平时懒散的我来说，是个不小的考验。

我们这次军训的任务，主要是军体拳和行进。每天训练8小时，我们和教官都很累，我们累的是身体，教官累的是口舌。不过，大家都出色的完成了任务。我们学会了立正、跨立、稍息、蹲下、坐下、报数、向右看齐、向前对正，还学了向左、右、后转和齐步、跑步、正步，以及军体拳和几首军歌。记得小学那会儿学习武术操，学了一个学期都没学会，而这次学习军体拳，我们只用了2天时间。论难度，武术操虽然动作多，却有很多重复的地方；军体拳虽然只有16动，但是动动有变化；所以难度也差不多，我们却能以惊人的速度学完，不得不说是服从起了作用。

以前，我对“日子艰苦”这个词的体会很模糊，现在我也尝到了艰苦的滋味。

被子必须叠成“豆腐块”，床单必须铺平；

洗漱、上厕所都要排队，慢了还有可能洗不上脸、刷不了牙、上不成厕所；

累了不能及时休息，渴了不能及时喝水；

严厉的教官不时一次“爱的抚摸”也让娇气的我们非常紧张；

忽冷忽热的天气让本来艰苦的训练更加艰苦；

如果雨下的不大就得冒雨训练；

教官催促的哨音、喊声更让我们几乎没有自由时间，每时每刻都得拖着疲惫不堪的身体“四处奔波”，晚上回到宿舍，坐在床上一动也不想动，一下让我联想到了下班回家的父亲。

在这样苦的日子里，平时不需要帮助的我们在艰苦的环境下，团结了起来。东西丢了，大家一起帮忙找；被教官训斥，大家一起安慰他；写日记时，互相请教不会的字；相互帮忙递东西……这些不起眼的小事，是我们互相爱心的传递，是互相扶持集体合一的表现。让我意识到了朋友的重要和对人友好的原则。

言归正传，我虽然有了朋友的帮助，但是，从未经受过这样“磨难”的我，失去了照顾，不久就吃不消了。我开始回想起在家的日子，心里非常委屈：“我为什么非要到这来遭罪呢？以前，我是多么‘养尊处优’啊！从早到晚有人照顾，‘多喝点水’，‘天冷了，多穿点衣服，小心感冒’之类的话都听腻了，天冷天热跟我也没有关系。”想到这，我不由自主的怀念起以前的生活和慈祥的父母。恨不得立刻回到他们身边，向他们倾诉军训的苦。父母唠叨的声音成了悦耳的音乐，常在梦中荡漾。现在，似乎听一句他们的责备也能让我感到温暖！我也想到了父母的辛苦。他们，不仅要照顾自己，努力工作，还要照顾幼小、几乎没有自理能力的我和身体不好的爷爷奶奶，父母的好真是说不尽、道不完。而这些，我似乎在没有军训前也知道，只是没有那么深的体会。这样想，和父母顶嘴、发脾气就成了一件极为可笑的事。

通过这次军训，我真的懂得了很多。意识到了服从和团结的力量，理解了父母的艰辛，也通过5天的苦日子，意识到了家庭生活的温暖和幸福。感人的军歌，让我体会到了军人的不容易和坚强。花，不能总待在温室里。我，不能总待在父母的身边。这次军训，无疑让我和所有参加过军训的同学们提前体会到了社会对每个公民的压力，理解父母养育我们的不容易，感受到平时“饭来张口，衣来伸手”的日子不是从天上掉下来的，乃是父母辛辛苦苦为我们博得的。军训，把我们的心从虚空的大千世界拉回到淳朴的生活中，给了我们一次心灵的洗涤。有些从小就明白，长大后渐渐淡忘的真理，军训，又让我复习了一遍。

**大学军训心得体会篇十四**

众所周知，进入大学的首要一个任务就是军训。虽然因为种.种原因军训延期了，但这一任务我们还是必须完成的。在这学期，我们进行了为期一周的军训。这次军训，得到了训练营部队的大力支持，他们派出了以一些优秀的教官，每天都准时精神抖擞地出现在我们同学的面前。他们展现了新时代军人的风采，也用自己的行动无声的教育着每一位同学。

在这一短暂而又漫长的军训活动中，同学们穿着统一的军服。人们都说，军训会很苦很累，他不但会晒黑你的皮肤，而且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。虽然顶着炎炎烈日，但是同学们还是整整齐齐的站军姿，走正步，踏步等。纵使我们脸颊的汗水直流，纵使我们的双脚有些麻木，纵使我们的胳膊有些酸痛，但我们不到结束一秒钟决不懈怠。

通过这次的军训使我们学会了在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的优良品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守信，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进，做一个讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好的合格的大学生。

在者组织学生军训是多年来加强国防后备力量建设的有效手段，也是当今世界许多国家的共同做法。有利于增强青年学生的国防认识观念，有利于国防后备力量的现代化建设，有利于青年学生的全面发展。而经过大学军训，同学们可以通过一个融洽的环境，很快的融入集体中，在军训过程中建立起共患难的情谊，开始自己又一个人际关系网。

其次，军训可以说是大学生活开始前的一次过渡，为你的4年大学生活做必要的准备。

大学不同于以往，其中包括生活和学业，都是全新的面貌。

生活上，大多数的同学都必须在长达半年的时间里独立处理自己的事情，再没有父母家人在旁帮忙。这对同学们而言都是一次挑战，也是大学社会的体现。通过军训，教官的教导和辅导员的帮助，能让同学们很快掌握基本生活技能。

军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，我们一定会珍惜这七天的宝贵时间，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，为今后的学习和生活打下优良的思想基础。军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台，让我们做好一切准备，为圆满完成本届军训工作而付出我们所有的努力。在下面的军训生活中，可以锻炼我们的意志，让我们更加坚强，同学们，人生之路非坎坷，所以我须以坚强的意志来踏平这通往幸福之路。所以，我会和同学们一起努力，互相帮助，互相关心，做一个全面发展的艺术人才！

**大学军训心得体会篇十五**

在我即将步入大学校门的那一天，军训活动就如期而至。炎炎夏日，我和一群前来报道的新生们踏进军训基地，开启了为期一个月的军训生活。这段时间的军训经历，给我留下了深刻的印象，不仅让我体验到了军事素养的重要性，还使我收获了自信、坚韧和团队合作等宝贵的品质。下面就让我来和大家分享一下我在军训中的心得体会。

首先，军训让我学会了自信。刚开始军训的时候，面对严厉的教官和训练项目，作为一个新生，我感到自己的不足和紧张。我经常觉得自己做不好，害怕犯错，生怕给教官和队友们带来麻烦。然而，随着训练的进行，我逐渐意识到，自信是做好每一项任务的关键。只有相信自己的能力，才能正确地完成训练任务。渐渐地，我开始迈出坚定的步伐，加入到集体训练中，发挥出自己的潜力。通过不断挑战自己，我逐渐变得自信起来，并且懂得了只要肯努力，就没有克服不了的困难。

其次，军训使我变得坚韧起来。军训的日程紧凑，训练强度高，很多时候我们需要连续训练数小时，甚至在恶劣天气下进行。那些艰苦的日子里，我常常感到疲倦和痛苦，也曾想过要放弃。但是，每当想到成为一名合格的军人的梦想，我就立刻振作起来，积极面对困难。我告诉自己，只有坚持下去，才能收获成功的喜悦。尽管汗水湿透了整个身体，但我的内心却是坚定的，因为我知道，无论遇到什么样的困难，我都能够勇敢面对，战胜它们。

此外，军训也让我体验到了团队合作的重要性。在军训过程中，队伍中的每一个人都有自己的任务和责任，大家必须默契配合才能完成整体训练任务。每当我们一起在烈日下行进时，我能深深感受到队友之间的互助和支持。当有队友累倒时，我们会一起搀扶着他，互相鼓励和扶持。在这个过程中，我意识到，一个人的力量是有限的，只有一个团结的团队，才能够克服困难。通过和队友们的密切合作，我不仅收获了友谊，也学到了与人合作的技巧和智慧。

最后，军训让我认识到，军事素养是一项重要的能力。学习军事知识和技能，不仅可以提高个人的综合素质，还可以培养民族精神和爱国情怀。在军训中，我们接受了很多军事理论和实战技能的培训，从步枪射击到擒敌拳术，我们都得到了很好的指导和训练。通过学习和实践，我理解到了军事技能的重要性，并深感作为一名大学生，掌握这些知识和技能对我以后的人生发展非常有益。

总结起来，军训经历不仅让我学会了自信、坚韧和团队合作等宝贵的品质，而且使我认识到军事素养是一个大学生应该具备的重要能力。尽管军训过程中有时会感到痛苦和劳累，但通过这段经历，我深刻体验到了自己的成长和进步。军训的收获不仅在于体能的提升，更在于心理和意志的锻炼。我希望自己能够把这些在军训中获得的宝贵经验和品质应用到日常学习和生活中，不断追求进步和完善自己。

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！