# 大学军训心得体会 军训助教心得体会大学(通用19篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-04-08

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学军训心得体会篇一**

军训助教是大学生活中一段难忘的经历，它不仅是一个机会，让大学生们锻炼自己的能力，还能够使他们更好地适应大学生活。作为一名军训助教，我从这段经历中获得了许多宝贵的体会。在这篇文章中，我将分享我的心得体会，并探讨军训助教对大学生的重要意义。

首先，军训助教让我体验了团队合作的重要性。在军训过程中，学生们被组成一个个小组，每个小组都有一个助教作为指导和帮助。助教们需要与其他助教密切配合，把握学生们的进展情况，并共同制定相应的教学计划。这需要团队合作和沟通协作的能力。通过与助教们的合作，我意识到团队合作是成功的关键，并学会了如何与不同的人合作。这对我的未来职业发展和生活方面都有着重要的意义。

其次，军训助教培养了我的领导能力。作为助教，我需要负责指导学生们完成各项任务，并组织他们参与各种训练活动。这要求我具备良好的指导和管理能力。通过这段经历，我学会了如何激励学生，以及如何在困难的情况下保持冷静。我学会了如何成为一个好的领导者，如何在能力和责任之间保持平衡。这些领导技能对我的个人成长和未来职业发展都有着深远的影响。

第三，军训助教提高了我的自信心。在军训过程中，助教们需要在学生们面前起到榜样的作用。我需要展示自己的能力和专业知识，并给予学生们正确的指导和鼓励。这就要求我有足够的自信心和自信心。通过反复的锻炼和训练，我逐渐发现了自己的优点和潜力，并且对自己充满了信心。这种自信心在我的学习和人际交往中都起到了积极的作用。

第四，军训助教提升了我的沟通技巧。在军训过程中，我需要与学生和其他助教进行频繁的沟通和交流。我学会了如何清晰地表达自己的意思，并充分倾听别人的意见和想法。这提高了我的沟通和表达能力，并培养了我与人交往的能力。这对我今后与他人合作和领导团队有着重要的作用，并且为我打下了良好的基础。

最后，军训助教增强了我的责任感和使命感。作为军训助教，我需要尽职尽责地履行我的职责，确保学生们能够顺利完成每一项任务。我需要为他们提供支持和帮助，使他们能够克服困难，取得进步。这种责任感和使命感使我更加珍惜自己的工作，并且让我明白每个人都有自己的责任和使命。军训助教的经历让我深深体会到，只有通过履行自己的责任和使命，才能够真正实现个人的成长和价值。

总之，军训助教对大学生而言是一种宝贵的经历。它不仅培养了学生们的团队合作、领导能力和沟通技巧，还增强了他们的自信心和责任感。作为一名军训助教，我深知这段经历对我个人成长和未来职业发展的重要意义。我相信，通过这段经历，我将能够慢慢成长为一个更加优秀和有价值的人。

**大学军训心得体会篇二**

通过这几天的在校军训，我们不仅锻炼了身体，磨练了意志，更增进了同学们之间的感情与默契，增强了班级凝聚力和纪律意识，收获颇丰。

在这几天的训练中，我们主要围绕了队列行进进行了训练。其中，站好军姿，立正看齐是确保队列整齐的基础，在行进的过程中，更重要的是动作的熟练与同学们之间的紧密配合。起初，由于我们对动作标准有一定的误解与生疏，加上同学们配合的不够默契，可能做的不是很好，但经过一次又一次的训练，我们总是能在实践中发现问题，商讨对策，互帮互助，最终解决问题。比如，在练习齐步走时，我们的摆臂不够直、可能没有里合、可能腿脚不够用力、队列没有看起等;在练习跑步走时，四步立定时容易出现动作不够迅速、没有做到对齐等问题。我们的教官很有责任心，总能即使纠正我们存在的问题，并细心教导，经过同学们的认真训练以后，我们的队列行进的越来越整齐，越来越规范。看到我们不断的进步提升，我们每一个人都感到无比的自豪。

在训练的休息期间，我们还学了很多军旅题材的歌曲，如《团结就是力量》、《解放军军歌》、《爱警习武歌》等等。在教官的细心引领与同学们认真的学习之后，我们学到了不少歌曲。在训练过后，拉歌活动无疑是休息期间最有意思的活动之一了，各个方阵席地而坐，喊出各具特色的口号，令我印象十分深刻。

经过近期的军训，我的纪律意识有了一定的提升，有了更细化的时间规划，学会了如何更好的整理宿舍内务与个人卫生，养成了令行禁止的优良作风，增进了与同学们之间的感情，加强了社会责任感，更让我体会到了人民军队为了保家卫国，每天都在进行的艰苦训练。让我体会到了和平的来之不易。作为新时代的大学生，我们不仅要努力学习科学文化知识，还要通过课外经历来提升自己的见识，锻炼自身的品格。而军训，恰恰就是我们磨练我们意志品格的一关，我们应当好好珍惜。

在日后的训练中，我要继续保持令行禁止的优良作风，要敢于吃苦耐劳，勤俭节约，艰苦奋斗，加强责任意识与集体意识，相信在日后的训练当中，我们会做的更好，加油!

**大学军训心得体会篇三**

一、介绍中秋节的传统意义（200字）

中秋节作为中国的传统节日之一，与军训这一大学生活的重要组成部分相遇在一起，给大学生们带来了一种独特的体验。中秋节是中国传统的重要节日，人们在中秋节中会举办各种庆祝活动，重要的其中一个传统是赏月。此外，中秋节也代表着团圆和祈福，让人们与家人团聚，共享丰收和幸福。

二、中秋节与军训的碰撞（200字）

在大学军训期间，学生们的心情矛盾复杂。一方面，大家面临着紧张的军事训练，要完成各种身体素质和纪律要求，体验着军队的严格管理；另一方面，心中对家人的思念也在中秋节愈发强烈。这两种截然不同的情感在心中交织，给大学生们带来了难以忘怀的记忆。

三、在军训中感受中秋的温暖（300字）

军训期间，学生们常常在晚上训练完成后，围着一起点燃的篝火团结在一起。大家不仅能感受到同学间的友情，也能体验到团圆的温暖。随着每个夜晚的降临，明亮的月亮挂在半空中，为大家增添了几分中秋节的氛围。此时，远离家乡的学生们纷纷慰问送上家乡的祝福，共同分享着这种难得的感动。

四、中秋节在军训中的表现形式（300字）

中秋节在军训中的表现形式多种多样。在训练场上，学生们常常会在跑操过程中展现出独特的舞蹈和表演，用轻松活泼的方式来庆祝中秋节。此外，学校也会举办各种庆祝活动和比赛，让学生们在中秋节的氛围中更好地融入军训生活，并加深彼此之间的交流。

五、军训过后的思考与回忆（200字）

当军训活动结束，学生们迎来了中秋节的最后一天，也是他们返回家中的日子，这一天成为了回家的时间。此时，学生们感慨万分，回忆起这段军训经历中的点点滴滴。军训期间，他们在紧张训练的同时，也收获了友谊的真挚和家人的思念。他们发现，在军训与中秋节碰撞的这段日子里，团聚的温暖和团队的融洽并没有被舍弃，相反，它们更加坚韧，更加深刻。

通过这段军训心得体会，大学生们明白了中秋节传递着的团圆和幸福的含义。同时，在军训的严格训练中，他们也更加坚定了对家人的情感，对团队的珍惜。这段美好的军训经历与中秋节的传统相遇，给了每一位大学生一份特殊的回忆，也为日后的学习和生活奠定了坚实的基础。

**大学军训心得体会篇四**

第一段：引言（约200字）

大学时光无疑是人生中最精彩的一页，其中军训和体检是大学生活不可或缺的两个环节。军训锻炼了我们的毅力和团队协作精神，而体检则是社会对我们健康状况的一次完整检查。在经历了军训的磨砺后，我们迎来了期待已久的大学体检。以下将就我的军训心得和大学体检的经历进行描述，分享我的思考与体会。

第二段：军训心得体会（约300字）

军训是新生入学的重要环节，尽管艰苦繁重，我们却在其中收获了太多。在军训中，我深刻体会到了团队协作的重要性。无论是集会操还是战术演练，都需要我们密切合作，互相鼓励与帮助。通过这种团结一心的训练，我们不仅培养了团队意识，还建立了深厚的友谊。此外，军训让我意识到自律的重要性。每天规律的作息和严格的纪律要求，强迫我们养成了良好的生活习惯和自我管理能力。

第三段：大学体检的经历（约300字）

大学体检是对我们身体状况的一次全面审查，也是保证我们学习和生活能力的保障。在大学体检中，我们需要接受身体各项指标的检测，如身高体重、视力听力、心理健康等。这些检查无疑是对我们自身身体状况的一次系统评估，同时也是对大学生活的一个交代。体检过程中，我意识到了自己在一些方面的不足之处，如近视度数的进一步加深、饮食不规律等。这让我更加重视身体健康，以及养成良好的生活习惯。

第四段：思考与体会（约250字）

通过军训和大学体检的经历，我意识到身体健康是大学生活的基石。只有保持良好的身体状况，我们才能更好地投入学习、社交等各个方面。军训锻炼了我们的体魄，增强了体质。而大学体检则是对我们身体各项指标的一次警示和提醒，使我们不得不正视自己的身体问题，并及时采取相应的措施。正是因为有了这样的经历，我们才能更好地理解身体的重要性，更加懂得珍惜自己的健康。

第五段：总结（约200字）

军训和大学体检是大学生活不可或缺的两个环节，它们锻炼了我们的毅力和团队精神，也检验了我们的身体状况。通过军训的洗礼和大学体检的检验，我们更加明确了身体健康对大学生活的重要性。这些经历让我更加坚信，只有身体健康，才能有更好的人生。因此，我们应该时刻关注自己的身体状况，保持良好的生活习惯，为自己的未来打下坚实的基础。

**大学军训心得体会篇五**

我们连虽然人多，很热，但这种环境下久了，也习惯了，一周后部队说给我调到别外一个地方，还要说要换，我们老大，虽然老大又黑又矮，如果上级没来管我们都很松，但如果我们犯了错他还是拉下他的脸，做下蹲、跑圈圈是常有的事，现在我都记得他的口头蝉：“你死了!!…”但我们都还是喜欢他的，突然说要换掉，大家都舍不得，竟然愿意四五十个人一至同意继续睡地上，那天好多人都哭了…最后老大也跟着我们换了一个大点的地方，只是吃饭的时候，要走很远，那时候大家都不介意的啦。

军训心得大学2

**大学军训心得体会篇六**

大学生军训是一种独特的体验，它不仅是学生们锻炼身体的机会，还是培养他们纪律和团队合作精神的重要途径。而大学体检作为一项重要的健康检查，也是对学生们身体状况的全面评估。通过参与军训和体检，我深深体会到了身体健康的重要性，下面将分享我的心得体会。

第二段：军训心得体会

军训期间，我们每天早晨准时集合，进行晨练和操练。在这个过程中，我意识到坚持训练对于健康的重要性。虽然开始的时候感到十分疲惫，但通过坚持不懈，我逐渐感受到了身体逐渐变得更加强壮和有活力。与此同时，军训也不仅仅只是锻炼身体，还培养了我们的纪律和团队合作意识。只有通过团队的配合与协作，我们才能够完成各项任务。

第三段：大学体检的重要性

大学体检是对学生们身体健康状况的全面检查，它能够及早发现潜在的身体问题，为学生们提供有效的干预和治疗机会。体检项目包括身高体重测量、视力检查、听力检查、心肺功能检查等多个方面，通过这些项目的评估，我们可以对自己的身体状况有一个全面的了解。体检的目的在于及早预防和发现并解决健康问题，争取在接下来的学习生活中更好地保持身体健康。

第四段：体检的心得体会

通过参加大学体检，我对自己的身体状况有了更全面的了解。例如，我发现自己的身高和体重处于正常范围之内，这是一个令人欣慰的结果。然而，我也发现自己的眼睛视力稍有下降，需要更加注意保护眼睛。此外，体检中的心肺功能检查也让我认识到自己目前的身体素质较差，需要改进日常运动习惯，提高身体的健康水平。通过体检的结果，我明白了自己的健康状况，也得到了相应的建议和指导，这对于我今后的身体保健有着积极的影响。

第五段：总结与展望

军训心得和大学体检成为了我大学生活中的一次特殊经历。通过军训，我不仅锻炼了身体，还培养了纪律和团队合作精神，这些都对我今后的发展有着积极的影响。而通过大学体检，我了解到了自己的身体状况，也树立了保持身体健康的信念。我将在今后的生活中更加重视健身运动，并定期进行身体检查，以保持良好的身体状况。军训心得和大学体检印证了“健康是最大的财富”的道理，只有保持良好的身体状况，我们才能更好地学习和生活。

**大学军训心得体会篇七**

今天是军训的第三天，日常训练任务照旧，上午因为天气炎热，教官体谅我们就降低了训练强度，增加了休息的频率与长度，我们训练队也没有出现晕倒等不良反应。有同学身体不舒服在场边休息了一下也很快再次加入了训练。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。

下午教官来到我们寝室指导我们内务。我们本来以为我们的寝室已经整理的比较整齐了，但是教官一句“怎么像杂货铺似的？”立马让我们灰了心，也为接下来2个小时的整理奠定了基调。从桌面到书架，从书柜到衣柜，从室内到阳台，教官一处处地指导我们进行整理。教官讲解的军队宿务标准让我们目瞪口呆。二话不说，理呗！随着垃圾桶换了一个又一个垃圾袋，宿舍终于从杂货铺变成了合格的军队标准宿舍。我们花了一个午休时间终于让寝室焕然一新。而后是下午的训练，天气稍有好转，教官也加强了训练强度。虽然中午没有午睡，比较疲困，但是我们寝室还是坚持了下来，完成了训练任务。希望明天的宿务评比能取得好成绩！

**大学军训心得体会篇八**

在迎新的那一刻，我意识到大学生活的第一步即将开始。看着男生们焕发着阳刚之气，女生们矜持又充满自信的模样，我感到既期待又紧张。大学军训是我长大以来第一次参与如此严格的训练，我不知道将会遇到怎样的困难，同时也担心自己是否能够适应和坚持下来。然而，我默默告诉自己，挑战总是伴随机遇，只有在困境中才能真正的成长。

第二段：军训中的艰辛与收获

进入军训生活的第一天，我立刻被激烈的训练所震撼。炎炎夏日，烈日炎炎，我们被要求从早到晚进行体能训练。雄壮的口号，严正的指令，让我瞬间感受到军队的严格。第一天下来，我精疲力尽，但仍然充满了满足感。在军人的指导下，我学会了正确的站姿、行进步伐和整齐的军容军姿。面对一次次的训练，我开始深刻体会到军人的辛苦和坚持。尽管身体酸痛，汗水湿透衣裳，但我从未感到放弃。每一次的突破，都让我重新审视了自己的潜力。

第三段：军训带来的思考与成长

军训不仅是体力上的考验，更是思维方式的转变。在军事纪律的世界里，我意识到了自己以前随意散漫的生活态度。在训练间隙，站在队列前，我们讨论了学习、生活、未来的话题。每个人都在思考着自己的定位和责任。我猛地意识到，大学不仅仅是为了学习知识，更是为了培养我们健全的人格。通过和战友们的交流，我学会了倾听和站在他人的角度思考问题。我明白了团队的意义，领悟到付出和回报之间的必然联系。军训时的困难和挣扎，让我内心变得坚强，也激发了我在大学生活中更加积极向上的态度。

第四段：军训后的感悟和展望

军训结束之际，我不禁回想起这段经历的点点滴滴。我发现自己已经成长为一个更加自律、自信的人。军训过程中的辛苦与收获，让我深深明白了坚持的重要性和奋斗的意义。无论是在学习上还是生活中，我愿意迈出坚定的步伐，迎接任何挑战。未来的大学生活中，我期待着更多的机会去超越自己，展现自己的才华。

第五段：军训的意义和启示

军训是大学期间的必修课程，它不只是一种体验，更是一种锻炼。通过军事训练，我明白了纪律的重要性和团队合作的力量。我也看到了军人的坚定意志和他们对祖国的无私奉献。军训教会了我坚定目标并为之努力奋斗的精神，也教会了我尊重他人，珍惜友谊的品质。军训对我来说不仅仅是一种经历，更是一种宝贵的财富。我将会铭记军训时的每一天，并应用于生活的方方面面，成为一个更好的人。

通过这次军训，我度过了一个充实而痛苦的时期。在锻炼身体的同时，我也锻造了自己的意志力和耐力。军人的形象不再是一个遥远的概念，而是我内心的一部分。我相信，这段经历将为我未来的大学生活奠定坚实的基础，并让我更好地面对人生中的挑战。

**大学军训心得体会篇九**

我们连虽然人多，很热，但这种环境下久了，也习惯了，一周后部队说给我调到别外一个地方，还要说要换，我们老大，虽然老大又黑又矮，如果上级没来管我们都很松，但如果我们犯了错他还是拉下他的脸，做下蹲、跑圈圈是常有的事，现在我都记得他的口头蝉：“你死了!!…”但我们都还是喜欢他的，突然说要换掉，大家都舍不得，竟然愿意四五十个人一至同意继续睡地上，那天好多人都哭了…最后老大也跟着我们换了一个大点的地方，只是吃饭的时候，要走很远，那时候大家都不介意的啦。

军训大学心得3

**大学军训心得体会篇十**

众所周知，进入大学的第一件任务就是军训。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，但我们不到最后一秒钟决不懈怠。

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良好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意识观念，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良好的思想基础。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生。

**大学军训心得体会篇十一**

第一段：军训的初心及感受（200字）

大学生活开启了，军训成为了我人生中的第一个挑战。从一开始的紧张和恐惧到逐渐的适应和成长，这一段军训之旅对我来说是非常宝贵的。军训让我认识到了自己的不足和潜力，也锻炼了我的意志力和临场应变能力。虽然身体上经历了一些痛苦，但我深感军训是我成长的一种机会，无论是体能的提升还是心理素质的增强，都让我受益匪浅。

第二段：团队协作的重要性（250字）

在军训过程中，我深刻认识到了团队协作的重要性。每天清晨，教官带领我们进行队列训练，要求我们统一步伐、协调动作。通过与队友的默契配合，我渐渐明白了团队的力量。在队列前进中，我们如同一艘船，每个人的努力都是整个队伍的动力。通过和队友的相互配合和鼓励，我意识到团队的成功不仅仅依赖于个人的能力，更需要我们共同为之奋斗。

第三段：坚持与毅力（300字）

军训期间，我也遇到了很多困难和疲惫。曾有几次，我差点因为身体的不适而放弃。然而，正是在这个时候，教官的严格要求和队友的鼓励，让我坚持下来。通过不懈努力，我的体能也得到了明显的提高。这个过程告诉我，只有坚持与毅力才能战胜困难，取得更大的进步。不论是军训还是将来的学业和工作，只有坚持下去，才能收获满满的成果。

第四段：自省与成长（250字）

在军训的过程中，我不仅意识到了自己的不足，也学会了自省和自我反思。每天结束时的反馈讲评中，教官总是耐心地给我们指出错误和不足，并帮助我们找到改正的方法。通过这些反思，我学会了更好地认识自己，发现并改正了自己的一些不良习惯和思维定势。这让我对自己有了更清晰的认识，并为今后的人生道路指明了方向。

第五段：感激和展望（200字）

结束了这段军训生活，我充满了感激之情。感激教官们的谆谆教诲和辛勤付出，感激队友们的鼓励和支持，感激这段成长的经历。同时，我也对自己的未来有了更明确的展望。军训让我见识到了军人的坚韧和毅力，这也将成为我今后学习和工作中的宝贵财富。我希望通过坚定的信念和不断的努力，不论是面对什么样的困难，都能勇往直前，迎接人生的更多挑战。

总结：军训心得体会大学日记是一段宝贵的人生经历，通过这段经历，我深刻认识到了团队协作的重要性，也体会到了坚持与毅力的重要性。军训让我通过自省和成长，为未来的人生道路指明了方向。我对此充满感激，同时也对未来充满展望。我相信，通过这段军训经历的积累，我将能够在今后的学习和工作中更加坚定和自信地迎接挑战。

**大学军训心得体会篇十二**

大学军训是新生入学的第一课，是一堂综合素质的提高课。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。这一次的军训有着更特殊的意义，通过军训，我们进一步强化了国防意识，增强了爱国热情。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进；军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为；军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。军训，让同学们普遍增强了体质，磨练了意志，培养了团结协作的精神，形成了良好的纪律观念，增进了师生之间的了解和情感的沟通，为较快地形成一种积极向上的良好班风和班级凝聚力奠定了基础。

这次军训得到了学校的高度重视，学校制订了严密的活动方案，组织有序，分工合理；学校领导经常到场关心指导工作；提供了矿泉水，让中途休息的同学随时有水喝；医务室全天开放，随时做好医疗服务保障。全体班主任全程跟班，兢兢业业，一丝不苟，全身心投入，与同学们同甘共苦。这些，都是本次军训顺利开展并取得成功的有力保证。

十天的军训虽然结束了，但留给我们的是永远美好的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的理想。经过十天的训练，我们相信，这十天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，挥之不去，我们一定会把在军训中形成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我们的整个人生。

我会珍惜这次军训的经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，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良好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。

同学们，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，我们一定会珍惜这十天的宝贵时间，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良好的思想基础。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十三**

第一段：军训的开启

大学军训是每个大学生活的开篇，对于刚刚脱离高中校园的大一新生来说，面对着严肃的军训场面，不禁让人有些紧张。然而，军训的开场也许是一次对自我的挑战，需要我们在短短的时间内适应和融入其中。大学的军训虽然没有真正的战争去争取胜利或者保卫国家，但在这个过程中，我们学到的军事纪律、团队协作以及坚持不懈的精神，将对我们之后的大学生活产生深远的影响。

第二段：顺应军训的变革

来到大学，我们所面对的军训内容和方式也在以往的基础上有了一些变革。相比于以往机械化的操练和训练，大学的军训更注重培养我们的思考能力和创新精神。在这个过程中，我们并不仅仅是要学会走路、站立、立正，更要学会去领悟其中的真谛。军训教官们会通过互动、游戏和思考题等方式让我们在训练中感受到军事文化的魅力，也激发了我们的内在潜能。

第三段：军训锤炼意志

军训不仅是对我们身体的锻炼，更是对我们意志的磨砺。每天早晨的晨曦中，我们精神饱满地参与操练和训练。虽然在面临炎炎夏日的高温时分会感到有些困难，但正是在这样的环境下，我们的毅力和决心得以进一步培养。在长时间的军训过程中，我们不仅需要保持身体的稳定和活力，更需要时刻保持思维的清晰和集中。这种锤炼使我们学会了容忍和坚持，为我们之后的学习和生活奠定了坚实的基础。

第四段：军训培养团队合作

军训中，我们不是一个人在战斗。无论在操场上还是在实际的战术运用中，团队合作是我们完成任务和达成目标的关键。只有每个人都能积极配合，团结互助，才能最大化地发挥集体的力量。在军训中，我们要遵循领导的指挥和时刻保持沟通，学会相互倾听、理解和尊重。通过这样的团队合作，我们学会了共同进退，互相扶持，这样的经验将在我们之后的团队合作中发挥积极作用。

第五段：军训的收获与大学生活

军训让我们学会了坚持和奋斗的精神，让我们体验到团队合作的力量，并锻炼了我们的意志品质。这些军训的收获不仅在军训场上发挥作用，更是我们大学生活的宝贵财富。在大学四年中，我们将面临各种挑战和困难，只有带着军训时培养的信心和勇气，我们才能不断克服困难、突破自我。军训是大学生活的开篇，它也许只是我们人生中的一页，但它却是铭刻在我们内心深处的珍贵记忆。军训让我们懂得了什么是坚韧、什么是毅力。

最后，大学生活每天都在不断努力和挑战中度过，而军训心得体会，则是我们大学生活中很重要的一笔财富。它们让我们了解了团队合作的重要性，锻炼了我们的意志品质，并使我们更加坚定地追逐自己的目标。无论面对大学还是将来的社会，我们都可以自信地迈向成功，迎接更大的挑战。

**大学军训心得体会篇十四**

连长是强调纪律的，这一点我很喜欢，所谓无规矩不成方圆，知道什么时候该做什么事，但训练就要认真训练，该玩就认真玩，这个道理是适用一生的，在此十分感谢我的连长，加深了我对此的理解，同时也在逼迫我规范自己的行为，过了近三个月的暑假，整个人都变得懒散了，来军训规范一下也挺好的，只是太累了，不怎么习惯。

再说说四排长吧，刚退役，年轻人嘛，性格挺好的\'，有耐心，懂得鼓励人，即便我们做得不好，也会说挺好的，这样我们心里也是舒服的，训练会更加认真，虽然短时间内效果不怎么样，但会对以后的日子产生巨大的影响，这也是教育心理学的一个规律吧。

教官们性格不一，方法也不一，可目的是一样的，让我们的训练达到标准或者更好。

当然，连长强调的纪律不只是军训，在于平常生活，在于如何做人。

感谢，训练在于做人，而不是为了应付最后的表演。

**大学军训心得体会篇十五**

第一段：军训的初始感受

大学每天的军训，对于刚刚踏入校园的我们来说，是一次全新的体验。刚开始的时候，军训纪律的严肃性和训练强度的高强度让我们感到有些措手不及。在烈日下照常步伐，严格的口令和步调，让我们逐渐进入了军训的状态。这一切的种种让我意识到，军训不仅仅是一项身体上的锻炼，更是一种对个人纪律和责任心的磨砺。

第二段：团队的力量

在军训的过程中，我意识到一个重要的道理：团队的力量是无穷的。无论是队列步伐的整齐划一，还是协作训练中的默契配合，都需要团队的力量来支持。每天的军训，我们都彼此鼓励，相互扶持，不断提高自己的集体意识和纪律要求。团队的力量让我们感受到共同进步背后的支持和源源不断的动力，也让我意识到，一个强大的团队是所有个体的力量的结合，只有团结合作，我们才能战胜任何困难。

第三段：坚持与毅力

每天的军训都需要我们坚持不懈地进行下去。炎炎夏日的高温，紧张的课程安排，体力的极限挑战……都在考验着我们的毅力和坚持。但正是这样的挑战，唤醒了我们内心的坚强，让我们学会在困境中求生存，在艰难中寻找突破。在军训中，我们体验到了汗水的含义，感受到了成功背后付出的辛苦。无论是身体上的疲惫，还是心理上的压力，我们都学会了坚持下去的勇气，这使我深刻认识到，坚持和毅力是我们战胜困难的关键。

第四段：饱含爱与责任的荣誉

在军训的过程中，我们也获得了一份特殊的荣誉感。当我们戴着军帽迎风而行，行进在校园里的时候，我们感受到了身上所肩负的责任与担当。尽管只是短短几天的时间，但我们始终牢记自己作为学子的使命，以身作则，随时准备向全体师生展示我们的风采。这份责任和荣誉感，让我们更加明白自己所肩负的使命，也更加深刻地理解了为人之道与做人之本。

第五段：军训的收获与成长

军训的持续时间虽然只有短短的几天，但对于我们的成长却有着举足轻重的影响。军训让我们学会了坚持，学会了互相支持和协作。它锻炼了我们的体魄，提高了我们的纪律意识，增强了我们的责任感。这些宝贵的经验和收获伴随我们进入了新的大学生活阶段，并将伴随我们一生。军训激发了我们内心的激情，唤醒了我们对生活和成长的追求。无论是在校园里还是走向社会，这些经历都将成为我们的宝贵财富，伴随我们走向成功的道路。

通过军训，我们体验到了坚持、毅力、团队协作等宝贵品质，也收获了责任感和荣誉感，这些都将成为我们成长的根基。军训并不仅仅是整齐划一的行进和训练，更是对我们每个大学生的成长和发展的一种洗礼。从现在起的每一天，我们将怀抱着这些收获，勇往直前，迎接人生中更多的挑战和机遇。

**大学军训心得体会篇十六**

军训作为新生入学的第一课，旨在培养学生的纪律观念和集体荣誉感，增强学生的团队合作能力和应对突发情况的能力。军训不仅是一种锻炼身体的方式，更是一种磨炼意志的过程。通过军训，我们学会了遵守纪律，培养了坚毅的品质，为我们未来的学习和生活打下了坚实的基础。

第二段：互助合作的重要性

在军训过程中，我们经历了一系列艰苦而又充实的训练。每天的起床操、军事课目，都需要全体学员的互相协作和密切配合。只有团结一心，互相扶持，才能完成任务，取得优异的成绩。通过与同学们的共同努力，我们学会了倾听与沟通，培养了合作的精神，为今后的学习和工作奠定了坚实的基础。

第三段：坚守纪律的重要性

军训期间，严格的纪律要求让我们懂得了什么是真正的规矩和底线。无论是军姿训练还是日常生活，我们都必须保持良好的仪表和举止。对于一些细小的行为规范，我们必须严格遵守。军训让我们明白，纪律不仅是需要在军营中遵守的，更是一种生活态度。只有坚守纪律，才能培养出自律的品质，做到在任何情况下都能保持最好的状态。

第四段：突破自我的重要性

军训时期，我们面临许多的身体和心理上的挑战。痛苦和辛酸是不可避免的，但只有坚持下去，我们才能战胜自我。在突破疲惫和困难的过程中，我们不仅增强了身体素质，更培养了坚强的意志力。面对眼前的困境和挫折，只有勇往直前，才能取得成功。军训让我们学会了面对困难挑战时的冷静和坚持，为我们今后的发展打下了坚实的基础。

第五段：感悟与展望

通过军训这段时间的磨炼，在各个方面，我们都有所收获。我们不仅体验到了军人的生活，更学会了坚守纪律和突破自我的重要性。我们已经从一个懵懂无知的新生蜕变成为有纪律、有信念、有追求的学子。军训是我们大学生涯中的第一课，也是我们人生的一段重要经历。在未来的学习和生活中，我们将继续发扬军训的精神，为实现自己的梦想不断努力奋斗。

总结：

军训是大学生涯中的一段重要经历，通过军训，我们学会了遵守纪律、互助合作、坚持突破自我。通过军事训练，我们不仅增强了身体素质，更培养了坚强的意志力。军训是磨炼我们意志的过程，是培养我们团队合作能力的机会。通过军训，我们蜕变为更好的自己，为我们未来的学习和生活奠定了坚实的基础。军训让我们明白纪律的重要性和突破自我的重要性，在未来的学习和生活中，我们将继续发扬这种精神，不断努力奋斗，实现自己的梦想。

**大学军训心得体会篇十七**

军训是大学生活的一部分，不论天晴还是阴天，都不能影响我们对军事训练的态度。阴天虽然给人一种不太舒适的感觉，但是在军训中，我们应该始终保持饱满的精神状态，积极投入到训练当中。无论是展示出坚毅的军人形象，还是通过军训锻炼身体素质，都是我们大学生活中重要而难忘的经历。

第二段：心境的变换

相对于晴天的阳光明媚，阴天给人一种压抑的感觉。这种心情其实并不适合军训。在阴天的军训中，我们要学会调整自己的心境，把负面情绪驱散。军训中艰苦的训练环境和体力消耗会让我们感到疲惫，但我们不能因此而放弃，要坚持到底。只有积极心态的调整，才能让我们在阴天的军训中收获更多。

第三段：锻炼意志力

大学军训是锻炼意志力的良机，尤其是在阴天的军训中更能考验我们的毅力。阴天的天气让人心情沮丧，但正是在这样的环境下，我们的意志力得到了锻炼。无论是徒手攀爬障碍，还是长时间的军体拳训练，阴天并不能削弱我们的决心。只有坚定的意志和战胜艰难的毅力，才能使我们在军训中不断提高自己，达到更高的水平。

第四段：团队精神的培养

阴天的军训除了对个人意志力的考验，也是培养团队精神的良好机会。在军事训练中，团队合作是至关重要的。在阴雨的军训中，我们需要相互帮助，共同战胜困难。有时候一个人的能力可能会有所不足，但是通过团队的合作，我们可以共同克服困难，达到更好的训练效果。阴天的军训让大家更加意识到团队合作的重要性，培养了我们的团队精神。

第五段：提升自我

无论是晴天还是阴天的军训，对我们来说都是一个提升自我的机会。在阴天的军训中，通过抵抗恶劣天气的困扰，我们能够更好地理解自己的潜力和能力。军事训练不仅能够锻炼我们的体力，还能够培养我们的意志力和坚韧精神。在军训中，我们发现自己能够做到比想象中更好，能够超越自我，这种成长的感觉是无法用言语来形容的。

军训心得体会大学阴天的军事训练让我们在阴天中感受到了阳光般的成长，意志力的锻炼使我们更加坚强，与团队的合作增强了我们的凝聚力，而每一次的挑战都是我们提升自我的机会。正是因为阴天的军事训练让我们更好地认识了自己的潜力和能力，也使我们的大学生活更加丰富多彩。无论是阴天还是晴天，军训都将始终是我们大学生活中不可磨灭的一段记忆。

**大学军训心得体会篇十八**

人们总是钦佩一朵成功的花的辉煌。然而，它的蓓蕾却被奋斗的汗水浸透，洒满了牺牲的`血雨。

成功的背后总有说不尽的悲伤。回顾这些日子，我们付出了很多。我们每天都要按时集合，进行紧张有序的训练，日程排得满满的。别人晚上不需要训练的时候，我们还是要往前踢，往前走一步。教官认真教我们每一个严谨规范的动作。我们也以开放的心态和认真的态度学习。当导师说我们在这里做得不好，在那里做得不好的时候，我们也在耐心地改变，耐心地磨练自己。紧张而严肃的训练让我们疲惫而气喘吁吁，但此刻我喜欢快乐。我们看到了训练后成功的喜悦，看到了成长的自己，看到了一个相互联系又团结的群体。

**大学军训心得体会篇十九**

意志需千锤百炼，成功由失败铺垫，军训是汗水的浇灌，军训是大学的开端。在号角中我们的军训开始了，在教官的严厉目光中进行了。

我们来到军训的第一天就被告知要参加军训，带着别样的心情开始了军训我们大学生和教官组成了军训的阵容。我们按照专业按照系分成好多个训练队伍，每一个队伍都配有一个教官。

经过了几天的军训，疲惫已经让我抬不起手，每次军训结束的第一件事就是休息，就像要好好的睡一觉，每天都是这样子，我感觉军训又苦又涩，让人难以下咽，总是让自己感到非常难受，军训中教官也非常严厉，不会对任何人客气，也不会做任何解释，只要做的不好让教官发现，就是惩罚，这让我知道了这不是儿戏，这是军训，严格的训练要求，严酷的训练不是让我们来抱怨也不是让我们来享受的，是让我们明白自己有几斤几两，知道轻重。

在军训的时候我也抱怨过，为什么要参加军训，事实上当高考结束的时候我们都放松了，都没有以前那样努力，学会了偷懒，养成了一些坏习惯，这对大学生活来说不是好事，我来到大学是来学习，是来深造的，不是玩乐的，需要好好努力学习才是，军训让我知道了生活的不容易，也让我知道了学习是一条披荆斩棘的道路，我们的路还有很长，远远没有到达终点，还需要继续努力还需要不断奋斗，才能够闯出一片天地。军训结束了，大学才开始，在军训期间学的是为了在大学学习中更好的学习，而不是浪费时间在其他上，战斗永不停息，真正的战斗才开始，我们的战场才打开一角。

很多时候感到自己很脆弱因为离别是伤感的，因为分别是难免的，但是还是忍不住难过，时间不会停下脚步，回忆却可以永远铭记，我会一直记住军训中所学，无论以后学习，还是生活我都会去做一个坚强的人。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回收者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的.精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防。更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人，中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。

口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

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，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。

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！