# 202\_年大一军训心得体会(大全14篇)

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2024-04-20

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。大一军训心得体会篇一大学生军训是大学生活的重...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**大一军训心得体会篇一**

大学生军训是大学生活的重要组成部分，是锻炼身心的重要途径。为了更好地了解大一新生们在军训中的心得体会，我在知乎上进行了一个调查。经过分析整理，总结出了以下五个方面的内容。

第二段：纪律训练打造坚韧意志

军训期间，大一新生们经历了严格的纪律训练，这对他们产生了积极的影响。首先，军训让他们更加明白了纪律的重要性，学会遵守规则和约束自己。这种遵守纪律的能力对于他们未来的学习和工作都是至关重要的。其次，军训锻炼了他们的耐心和毅力，让他们对面临困难时能坚持不懈，不轻易放弃。这种坚韧的意志对于挫折和困难的克服至关重要。

第三段：集体合作培养团队精神

军训中，大一新生们不仅要完成个人任务，还需要与其他新生们合作完成集体任务。在这个过程中，他们学会了团队合作和协作的重要性。团队合作需要大家共同努力，相互配合，相互支持。知乎上的一个回答者提到：“通过军训，我深深体会到集体的力量是不可忽视的，有团队精神才能完成更加艰巨的任务。”团队合作和协作的经验将对他们未来的工作和生活带来重要的帮助。

第四段：体能训练增强身体素质

军训期间，大一新生们经历了严苛的体能训练。这对于他们的身体素质的提升起到了重要的作用。体能训练让他们的体力逐渐增强，耐力增加，对于未来的身体健康和长期的学习和工作都有益处。知乎上的一位回答者分享道：“军训让我明白了身体健康的重要性，开始注重锻炼身体，养成了良好的锻炼习惯。”身体素质的提升将使他们在未来的生活中更加健康有活力。

第五段：个人成长感悟人生价值

军训是一个在困难中成长的过程，大一新生们在军训中不仅锻炼了身体，也获得了精神成长。在艰苦的环境中，他们学会了坚持、奋斗和拼搏，这将对他们的人生态度产生深远的影响。知乎上的一位回答者说：“军训让我明白了只有不断努力，才能追求更好的自己，价值才能真正得到实现。”军训的经历让他们更加懂得珍惜生活，明确自己的人生目标和价值观念。

结尾：

通过对知乎上的军训心得体会的调查，我们能够看到大一新生在军训中取得了不小的成长和收获。纪律训练让他们学会了遵守规则和约束自己，培养了坚韧的意志。集体合作培养了他们的团队精神和协作能力。体能训练提升了他们的身体素质，强化了他们的体力和耐力。个人经历让他们极大地成长和感悟了人生的价值。在未来的学习和工作中，这些经历都将给他们带来积极的影响和帮助。

**大一军训心得体会篇二**

军训是大学生活不可或缺的一部分。经历了大一的军训，我深感到这是我人生中难得的一次经历。在这段时间里，我不仅深刻认识到了自己的不足，也学到了许多宝贵的人生经验。今天，我将分享我在军训中的心得体会，并通过图片为读者呈现这难忘的时光。

第二段：逐步适应是关键

军训的第一周，我感到非常的不适应。整天烈日下的训练让我感到无力，生活的各个方面也十分不便。但是慢慢的，我开始慢慢适应。在班级里，我们建立了紧密的联系，在训练中，我找到了自己的方向。我坚信，逐步适应是完成军训最关键的一步。

第三段：勇敢面对挑战

军训不仅是体力的锻炼，也需要我们面对各种挑战。对于我来说，最大的挑战是攀登墙体。当我第一次站在墙底看着那高耸的墙壁时，我感到了巨大的恐惧。但是，当我站在最高点回望周围时，我感到了巨大的成就感。在军训中，我学会了勇敢面对挑战，这也是我永远铭记的一点。

第四段：珍视团队的力量

在这次军训中，我感受最深的就是班级的凝聚力。班级里的每个人都是为了一个共同的目标而努力，我们互相帮助、互相鼓励、互相照顾。在训练中，我们加强了团队协作的能力。这不能不说是军训最有价值的收获之一。珍视团队力量，正是我在军训中所学到的另一个重要的道理。

第五段：结语

回忆起这段时光，我感到充满感慨。这段经历虽然让我感到了辛苦，但同时也让我变得更强、更有爱心、更懂得如何面对困难。我希望我的经验和心得，可以给大家带来一些启示。在军训中，我们不仅是学习军思、锻炼体魄，更是要学会面对各种挑战与不足，建立起强大的团队凝聚力。这只是人生的第一课，我们还有无数的机会学习，为自己未来打下坚实的基础。

**大一军训心得体会篇三**

20xx年的入学军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，我们恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜！

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数十几人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势；一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果！原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊！

简单的见面仪式让我们相识，艰苦的训练中让我们更加深刻的认识了对方，训练中他们高亢的口号更显示出了他们作为保卫国家安宁与和平的捍卫者的形象，我们从电视上也看见过他们那坚毅挺拔的身姿，但是当他们真正的站立在我们的真正的站立在我们身边的时候才感受到，他们其实距离我们怎么的近，近得触手可及，这是才真正的感受到其实共和国的保卫者就在我们的身边。

看着操场上的一个个整齐的方队，听着耳边传来的一声声嘹亮放入口号，以及一个个整齐划一的姿势，在我的眼中一切都是怎么的新鲜，站在那里我仿佛置身于军旅的海洋之中，体验着青春的朝气与蓬勃。我一直相信“年轻没有不可以”，在军训是虽然站立军姿的姿势并不是很标准，虽然双脚麻木得好像已经不属于我，但是我这要为自己鼓掌我坚持了下来，我并不比任何人差！我真心的对教官们说一声谢谢，他们不厌其烦的纠正我们的一个个错误，严肃但不是粗暴，关心但不是放纵。

军训中，我收获了许多，永不放弃的精神、团结就是力量的真谛，这些知识与经验都将给我们的将来铺下坚实的基石。我一定会好好珍惜何来之不易的机会，好好锻炼自己培养自己的体质与意志，做一个合格的大学生，无愧于己，无愧于人。

**大一军训心得体会篇四**

曾经是，现在依然，年轻的心对军训生活一直充满无比向往。军营是一个神圣的地方，哪里都是铮铮铁骨的好汉子。

咬紧牙关，挺直胸膛，勇敢地迎接暴风雨的洗礼。如果有一天，“战斗”真的来临，请充满自信地回答：

我们，时刻准备着！

**大一军训心得体会篇五**

近年来，军训成为了大多数高校学生必须要经历的一段历程。大一学生也不例外。军训可谓是实现新生快速适应大学生活和培养优秀的国民素质的有效途径，在大学四年里占有着重要的地位。军训的目的是通过体育锻炼和军事教育来锻炼学生的身体素质和纪律意识。

第二段：遭遇的突发事件与坚持训练的重要性

在军训期间，我们遭遇了突发状况。就我所经验的来讲，有一天晨跑开始时遇上瓢泼大雨，教官下令取消晨跑。但是黄色的预警标识仍然没有撤下，这就意味着我们仍然需要在操场上进行训练，在教官的呼吁下，全班同学都坚持接受训练，这时我们可以感受到教官给我们的信任和肯定。虽然训练时遇上了骄阳、大雨等各种挑战，但坚持训练的重要性也就体现出来了。

第三段：体会到的领导能力和团队精神

在军训期间，领导能力和团队精神是必不可少的。时常，教官为我们安排分队，我们每个小队由队长带领，并要遵守各自的规章制度。在这个过程中，我们体会到团队和领导的重要性。队长应该发挥团队合作的重要性，建立信任和团队精神，并且组织并执行任务。在同学中，我们应该发扬团队协作和沟通的重要性，帮助彼此达成目标。

第四段：要领进或退的态度

在军训期间，我们学会了应对各种挑战，并且不断地进步和增长。但是，我们也应该知道什么时候需要退后，哪些是我们该坚持的。教官会教我们做好规划并实行，做到实际行动中方案和思路的完善，尤其是当在过程中遇到挑战时，我们需要学会让步或逆刻意退后，保护好自己，但是抓住好的机会和趋势，向前一步步的迈进，这便是要领进或退的态度所体现的。

第五段：军训经历的感悟

军训经历给我们带来了许多感悟和收获。首先，我们学会了要为自己的体能素质和独立思考能力负责。在军训期间，我们要考虑个人身体状况和自己的能力，并且制定适合自己的锻炼方案。其次，我们学会了坚持和适应，这种精神可以贯穿整个大学生活。最后，我们也明白了团队合作和领导能力的重要性，只有通过这种方式，我们才能更好地融入团队，并取得成功。

通过军训，我们不仅学会了军事技能，更重要的是获得了价值观、行为规范和自我管理能力等素质的培养。这种经历可以塑造我们的性格，并且推动我们走向更高层次的发展。我们应该珍视这段经历，并且不断的回想和反思，以便在以后的工作和生活中更好地运用体验所得到的东西。

**大一军训心得体会篇六**

不，身体在军训中健壮，毅力在军训中磨炼，风采在军训中展现。军训中的酷热、疲乏、苦楚……军训中的忍受、坚持、刚烈……时间短的`军训对我来说是一段铭肌镂骨的回忆，时间短的军训对我来说是终身享受不尽的财富。

从前看到规整、威武的戎行走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这全部正是正步的魅力。可谁知今日真练起正步来，竟如此让人苦楚。空中荡着大火球，国泰民安似火，真热啊！

操场上走着一个个行列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们打败了国泰民安，打败了疲惫，我们骄傲极了！在汗水中，我们脱去侵占，渐显老练；在军训中，我们或许软弱，变得刚烈，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、还礼、礼毕……”这些声响仍然还在我耳边游荡！对了我们军训还有竞赛，我们初一的六个班都在加倍的操练一遍、两遍、三遍……我们都遗言各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一同，阐明我们我们是联合的。

我深信只需我们联合一致，我们就会得到我们想要的“成果”。

**大一军训心得体会篇七**

大学军训是每个在校大学生必须经历的一段历程。它的目的是通过加强体能训练和军事基础的学习，培养学生们勇气、毅力和坚韧的品质，提高学生们的综合素质，为今后的人生奠定良好的基础。作为一名刚刚走进大学校门的大一学生，我也在去年参加了一次为期2周的军训。在这段军训的历程中，我收获了很多，成长了不少，今天我想和大家分享一下我的心得体会。

第二段：感受军事训练的严格和磨炼

军训以严格管理为核心。在军训期间，我们所有的行为都是按照军规来进行，要遵守时间表和指令，不能迟到早退、擅离职守。而在军事训练方面，我们每天都有体能训练、操场练兵、军事理论学习等一系列的培训。这些训练以高强度、高负荷为主，对身体和意志都是一种无形的磨练，但是也让我意识到自己的潜力和能力在不断地被挖掘和发挥。

第三段：培养团队合作精神和责任感

在军训期间，我也深深地感受到了团队合作的重要性。从集体搬运器材到互相帮助完成任务，我们都身处一个团队中，每个人都有自己的责任。作为一个小兵，即使只是完成一项十分简单的任务，但也需要听从指挥、安排好自己的任务和轮值，牢记自己的使命。这种对团队和对自己的责任感在我之后的生活中也发挥了很大的作用。

第四段：锻炼冷静思考和分析能力

在军训中，我们需要解决许多与日常生活不同的问题，而这些问题往往要求我们在极短的时间内反应并给出正确的决策和应对方法。这对我们的思考和分析能力提出了很高的要求，也让我深刻地意识到了冷静思考和分析的重要性。

第五段：总结和感悟

通过这次军训，我不仅学习了军事理论和军事知识，而且也体会到了军人所具备的精神与素质以及自身的潜力和能力。与此同时，我也认为这些在军训中学到的学识都可以直接与日常生活相结合，对我的成长和生涯起到积极促进作用。

在军训中，我们不仅团队合作而且也体味到自己对团队的责任和使命，锤炼了自己的意志和勇气。有时候，我们在生活中遇到困难或者面临压力时，我们可以回想起当时的状态，把所学所领到的信念和智慧都融入到自己的内心当中，勇往直前。这是人生的宝贵财富。

**大一军训心得体会篇八**

光阴似箭，日月如梭，xx天的军训终于在烈日的陪伴下结束了。这xx天虽然短暂，却让我收获了许多。记得军训的`第一天，教官就给我们来了个下马威——站军姿。站，多么简单的一个动作，我却累得咬牙切齿，我终于明白，原来一个普普通通的站还有那么大的学问。还没站多久，我就开始腰酸背疼，汗水不停地往下流。

没想到苦的还在后头呢，在教官的严格要求下，平常做起来轻而易举的稍息，左，右等小动作就像沉淀的基石一样快把我们压垮了。一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律终于把同学们原本种种美好的设想打破。

炎炎的烈日在锻炼着我们的意志力，发软的双脚在磨练着我们的坚强，饥饿的肚子在考验着我们的忍耐性。此时此刻的我是多么怀念以前住在空调房里的日子啊！是多么想念家里慈祥的爸爸妈妈啊！但这一切都是不可能实现的，因为这里是军训基地，是锻炼我们顽强意志的地方。“我要坚持，就一会儿了”我一遍又一遍地告诉自己，于是，有一股冲劲突然涌上我的心头。我集中注意力，站直了身子，终于还是挺过来了。

军训虽然很苦很累，但它也教会了我们许多。看！大操场上那整齐有序的步伐，那昂首挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。

不仅如此，这短短xx天的军训，还教会了我们什么是坚强的意志。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，汗水中坚定的双眼，饥饿中纹丝不动的双腿告诉我那是铁铸的信念。这就是钢铁般的意志，这就是军人的风范！

还教会我什么是团结的力量。那统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样的赏心悦目，振奋人心。从那一刻开始，“团结就是力量”再也不是一句普普通通的话，它是我们大一x班共同努力的象征。也许，这xx天的时间，对于某些人来说是微不足道的，但对于我来说却有着非凡的意义。

因为它让我们学会坚强，团结，独立，勇敢，让我们稚嫩的心灵变得成熟，让我们走出父母精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

**大一军训心得体会篇九**

我怀着好奇和激动的心情走进了属于我的一片天地的校园，这里有老师的细心照顾，师哥师姐们热情的帮助，同学们之间的相互帮助，使我在很短的时间内，对东方语言与翻译学院院有了一个比较全面、系统的了解。

我们进入大学的第一步就是军训，他给我们提供了一次难得的机会。穿上军装，我们将成为一个军人，所以我们用军人的标准严格的要求自己。

们的一片苦心。

不管前方是风雨，还是险滩，我们将与教官们走完这精彩的军训生活。让岁月珍藏一份经典的画卷。保存一份完美的回忆。

我们坚信军训后的我们将会更完美。让我们用心去呼唤，让暴风雨来得更猛烈些吧！我们已经作了最充分的准备，用自己坚强的意志去挑战，去适应艰苦而又快乐的生活。

最后让我们用心灵去呼唤，用行动去感化，用自己最终的梦托起明天的太阳。献给天下最可爱的人。可敬的教官们，让我们12届新生一齐说一声：“你们辛苦了，我们非常感谢你们。”

**大一军训心得体会篇十**

大学生活的第一天，我迫不及待地参加了大一早晨的军训。蓝天白云下，我们站在操场上，迎接新生活的开始。指导员严肃地要求我们按照军队的规范进行集合，整理步伐，初次感受到了军人的严格训练。在这个时刻，我意识到军训不仅仅是为了加强体魄和培养纪律性，更重要的是锻炼我们的毅力和意志力。军训让我积极地投入团队，为我今后的大学生活奠定了坚实的基础。

第二段：挑战与适应

初到大学，我们还没有完全适应新环境和新氛围，军训给了我们一个磨合的机会。面对严格的军训训练，有些同学不禁疲惫困顿，但我坚信只有适应军训，才能更好地适应未来的课堂和社团生活。每天早晨凌晨6点集合，做操、跑步、正步走、爬坡，各种训练项目接连而来，我们不得不顶着炎炎烈日和员工的高温，挑战自己的体力极限。在这个过程中，我渐渐明白了适应的重要性，只有适应了军训，才能渐渐融入大学生活。

第三段：团队合作

军训的过程中，团队合作扮演着重要的角色。我们需要在军训过程中密切配合，互相帮助。当有同学受伤时，我们会围绕着这个人一起协力将他（她）扶起，同时鼓励他（她）坚持下去。在团队合作中，我们不仅要学会依靠他人，更要学会关心他人。在这个过程中，我们恶补忘我工作人员的付出，被他们的精神和责任所感动，同时也受到他们不抛弃不放弃的精神影响。我们一起军训是一个和谐团结的整体，也是我大学生活中难以忘怀的一段回忆。

第四段：坚持与毅力

军训的过程是艰辛的，但正因为艰辛，我们才更加坚持。每一天早晨，我们都会看到一样的太阳，同一样教官指导，同一样的训练项目，同一样的无尽疲惫。但正因为这份一样的准确性，让我更加坚持，毅力更强。每一次的汗水和疲惫，都是今后的力量。在这个早晨的大军训中，我体会到了一个人有多强大，只要肯坚持，就没有过不去的坎。军训过后，我也在课堂上学会了毅力，养成了不断努力和坚持的习惯。

第五段：收获与反思

军训是苦中的收获，是付出换来的不仅仅是体力上的疲倦，更是精神上的锻炼。通过这段时间的军训，我收获到了自信和勇气。我知道只有通过自己的努力和坚持，才能真正成为一个优秀的人。同时，我也反思到自身的不足，比如在团队合作中的沟通不足以及协调能力不足。通过军训，我意识到了自己的不足之处，为我今后的大学生活提供了一个改正错误和不断进步的机会。

总结：

大一早晨的军训给我们带来了一次特殊而深刻的体验。通过军训，我们不仅锻炼了意志力和毅力，更重要的是学会了适应团队合作以及坚持不懈。在未来的大学生活中，我们会将这些经验贯穿于学习和社团生活中，不断进步，成为优秀的大学生，为我们美好的未来打下坚实的基础。

**大一军训心得体会篇十一**

军训是大学生活的第一课，我们怀揣着对大学的期待，投入到紧张的军训中，这段日子给我们留下了许多美好难忘的回忆，我们从中受益的不仅仅是我们身体上得到的锻炼，更是精神上的一种提升！

所有流过的汗水都将汇成幸福的泪水。我们累过，我们付出过，我们的努力都是值得的。当一次次拖着疲惫的身体坚持的时候，是信念支撑着我们，是教官的认真负责的态度鼓舞着我们，是同学朋友的陪伴激励着我们。军训，将学校和军旅融为一体，将学生与军人等同对待，让我们学会吃苦耐劳，学会坚持，学会勇敢面对生活的每个挑战。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。经历了这段时间的锻炼，让我拥有了面对困难时该持有的态度。我已不再是温室里娇弱的鲜花，我要做傲雪寒梅勇敢接受挑战！短短十几天的军训，拉近了同学们的距离，也让我们感受到教官对我们既严厉又心疼的关爱，这一切都是值得的！

这十几天的风雨同舟，团结一心，是我大学美好的序言，我将以执着的信念去铸就我自己的人生！

进入常大，我的第一堂课就是军训。它是我人生中第一次军训也是最后一次。

对于这次军训有过期待，有过感慨，有过难过，有过欢笑。大学 第一课丰富多彩，让我充满好奇，抱着一种 好奇的心态开始 了 军训。

军姿是展示军人的风采，无论风雨，日晒，他们纹丝不动。教官就以军人的标准要求我们，要做就做到最好。他让我们知道了什么是纪律，什么 准时。

军歌是休息时最好的消遣，在这里没有轻声细语只有血气方刚 ，在那种高亢歌声中我仿佛能听到军人那种一腔热血，想要报答祖国的决心。军歌让我体会到了梦想是要大声喊出来并且还要付出行动 。军训虽然苦，教官虽严厉，但是并不缺乏欢笑，教官却有另一份友好。不管教官怎么严厉，他的目的只有一个，就是让我们做到最好，俗话说笑到最后的才是胜利者，我们必须是那个笑到最后的。

无军训 青春不会散发出它 应有的风采。也许是军训让我感觉到了大学生活已经开始，我愿满怀信心迎接着挑战；也许是军训让我感觉到了一个军人该有的东西，他们必须放下任何牵绊，必须离开温馨的家， 他们必须要有坚韧的意志……军训让我明白我们时刻都是一个整体 团结互助 是我们每个成员必须做到的。

都能做到最好。

看着军训马上结束，心里却有万般不舍 ，它考验了我并告诉我坚持到底，信念终究属于有信念的人。

军训是我们大学生活的第一步。转眼间辛苦的军训即将过去，在这过去的许多天，有汗水，也有收获。

严厉的教官，火辣的太阳，沁人的桂花香，辛苦的汗水，交织成我们五彩的军训。通过这几天辛苦的军训，我们锻炼出了坚强的意志，拥有了强健的体魄，通过严格的纪律，提高了我们的组织纪律性，增强了大家的团队意识，让大家更加自觉，为我们接下来的大学生活做好铺垫。

通过军训，我们更好的了解了责任的意义，让我们知道了有汗水才会有收获。虽然我们每个人都不一定都是标兵，但我会努力做好自己。因为集体荣誉感一直在我心中。

**大一军训心得体会篇十二**

大学生活的第一个重要节点就是迎来了大一早晨的军训。那一天，阳光明媚，空气清新，我怀着激动的心情来到了训练场地。站在队伍中，看着一位位严肃的教官，感觉自己仿佛回到了军营。在一声“齐步走”的号令下，我们开始了一天的军事训练。虽然头晕脑胀，虽然汗如雨下，但是那种训练的紧张氛围和严肃态度让我对军训充满了期待和激情。

第二段：坚持不懈的军事训练

军训的第一天，令我感到最疲惫的是那炎热的太阳和酷暑下的高强度训练。原本细嫩的皮肤因一个个刺骨的汗水而变得粗糙，晚上熟睡成了奢望。然而，教官们却毫不留情地向我们传授着军人的突击训练和野外生存技巧。我拿着沉重的军装进行军姿站立，每日进行长时间的慢跑训练，忍受着酸痛和疼痛，但我知道这是锻炼我们毅力和意志的磨炼。我坚信，只有坚持下去，才能从这次军训中获得真正的成长和收获。

第三段：团结协作的军队精神

军训中，我们每天都进行着团队协作的训练任务。在担任班长的责任下，我必须组织班级成员进行各种训练任务。每位同学都赋予了重要的角色和责任，需要密切协作，相互支持。只有团结一致，才能战胜艰难险阻。我们互相激励，互相帮助，共同面对挑战。我深深体会到了集体的力量和班级凝聚力。这种团结协作的军队精神不仅在军训中重要，也是大学生活中成功的关键。

第四段：意识到个人的不足与提升

军训期间，我意识到了自己身上很多不足之处。军事训练的严格要求让我反思了自我，明确了个人的不足和改进方向。我意识到，我在军纪规范和队列整齐上存在一定的问题，但是在教官的耐心指导和同学们的帮助下，我逐渐摆脱了那种拖沓和不专注的状态，变得更加专注和严谨。从军训中，我学会了更加坚持和自律的生活态度，明确了成为一名优秀大学生所需要具备的品质和素质。

第五段：军训带给我的收获和启示

回顾这段有汗水和辛劳的军训经历，我深感收获之多。首先，军训让我意识到了自我的不足和提升空间，明确了自己对于大学生活的规划。其次，军训锻炼了我的坚持和毅力，培养了我对于挫折和困难的承受能力。最后，军训让我感受到了团队的力量和集体凝聚力，学会了团结协作和相互支持的重要性。这些经验和体会将在我未来的学习和生活中发挥积极的作用，帮助我更好地适应大学生活，实现成长和进步。

总结：大一早晨的军训是大学生活的第一个重要节点，它不仅锻炼了我们的体魄和意志，也培养了我们的团队协作能力和集体凝聚力。通过军训，我们不仅意识到了自我的不足和提升空间，也明确了自己对于大学生活的规划和期许。这段军训经历将会成为我们大学生活中宝贵的财富，影响我们未来的学习和生活。

**大一军训心得体会篇十三**

一年一度的秋风正烈。在这个收获的季节，我们走进了大学校园，开始了崭新的生活，迎来了大学生涯中重要的一课——军训。

鹰击空长，鱼飞浅，是威武的军姿，整齐的队伍。当嘹亮的军歌出现在这个美丽安静的校园里，我不禁感慨良多，因为军训向我们展示了多重华丽的风采。

第一种风采来自可敬可爱的军人。几天的军训对每个同学来说可能都是一次空前的挑战和训练，但我们的军人和战士无时无刻不在更艰苦危险的地方从事更艰巨的任务。日复一日，年复一年，他们把自己短暂而美好的青春奉献给自己坚守的岗位，甚至在遥远的饥荒和无情的战争来临的时候献出宝贵的生命。几天的军训让我们深刻体会到了一个军人的伟大。我们没有理由抱怨和累，因为我们的苦和累只是一个军人生活的一小部分。我们没有理由不向你致敬。你们是祖国最可爱的人，最美丽的风采！

第二种风格是团队精神的风格。整齐的队列，响亮的口号，都是全体同学共同完成的。无论天气如何，无论你有什么不适，只要你一声令下，所有人都必须严格服从指挥，因为你代表的不仅仅是你自己，更是全营，整个新形象。正是这种团队精神，让我们在训练场上看到了整齐的队伍的风采！

这第三种风格来自于学生们的刻苦训练。经过几天的军训，我们不仅学到了军事动作的基本要领，还学到了做人的重要要义。我们知道:很多困难来自内心，因为我们没有超越自己的勇气。面对困难，我们要克服困难，做我们做不到的事情。面对逆境，我们应该坚持到底，永不放弃。我相信，我们这种不畏艰难险阻的勇气，一定会像勇敢的海燕一样，在暴风雨中展现出最动人的风采！

最后的风采，来自学生们的青春优雅。我是浩浩荡荡队伍中的青春身影。响亮的口号是青年的声音。军训让我们知道:一份汗水和一份努力，带来的是惊人的整洁和团结。坚持不懈，锲而不舍，总能让我们做得更好。汗水和泪水是咸的，但年轻优雅的人宁愿流汗也不愿以泪洗面。我们年轻一代一定会用努力改变未来，用青春征服一切！

相信军训留下的风采，会永远铭记在每一个同学的心中。愿每一位同学永远有风采，愿我们的学校永远有风采！

一排排队伍像树一样站在塑胶跑道上，一声声口令在每一个学员心中回响。密码变了，阵型也变了。这是军事训练，是有组织的活动。

军训是一种考验、磨炼、成熟的活动。童年军训纯粹是游戏；十几岁军训只是一种锻炼；大学里的军训就完全不一样了，性质也升华了。大学里的军训让我明白了太多的人生哲理，但让我感触最深的只有一句话。没有付出，就没有收获。我觉得只有军训才能真正感受到它的内涵。

阳光明媚，同学们面向太阳以军姿站好。北京七月的太阳晒在皮肤上很热，连小学体育出身的人都受不了。我在阳光下睁不开眼睛。这是我深有感触的。但是没有一个人退缩，在和太阳搏斗。军姿，学生动作越高，站姿越好。台阶、跑步等训练都是体力消耗很大的活动，只要你认真做，就可以一起走一起跑。内务培训也是如此。以房间的整洁度为例。每个房间都像是刚被抢劫过一样，一点杂物都没有，比如空空。

军训，我相信经历过或者没有经历过的人，对它的反应都是疲惫和苦涩。的确，严格的赛程，漫长的训练时间，刺眼的阳光，让一向娇生惯养的我们有点吃不消。但经历过军训的人，除了苦和累的反应，还会有其他感受，我就是这样。

记得初中军训的时候，我们被送到一个军营军训，比大学军训还要苦。那时候我们十三四岁。每天早上，天一亮，我们就要去军训一个小时，然后吃早饭，然后再开始训练。中午12点和下午5点结束，晚上还要学习。别的.不说，军训时间就足以把人拖垮。训练过程中，不时有人摔倒，更多的人哭泣。但是军训之后，我们都怀念那种生活整整一年。想想吧。和新同学一起在烈日下流汗流泪，休息的时候和我们教官说胡话。而且我们教官和康熙微服里的三德子很像，大家都叫他三公公。我们也会时不时的捉弄一下教官，趁教官不注意的时候搞点小动作。然后和教官分手的时候，我哭的稀稀拉拉，拽着车门，不想上车回家。真的很有趣，很感人！

现在经过这所大学的军训，人长大了，可能吃苦的能力更强了。除了烈日之外，他们觉得不像以前那么累了。但是军训时间比以前长了，和战友教官建立的感情也更深了。尤其是像我这样远离父母的学生，军训确实给了我们一个很好的适应过程。在军训的过程中，疲惫而紧张的训练不仅减轻了我们的思乡之情，消除了我们的陌生感，也锻炼了我们吃苦耐劳、独立生活的能力。而且上学期学习的军事理论也让我们明白了军训的意义，增强了我们的爱国意识，也让我们觉得自己更有责任感，更成熟。

**大一军训心得体会篇十四**

大一生活从军训开始，每天清晨的第一缕阳光洒在训练场上，我们迎着朝阳，整装待发，感受着一天的第一缕活力。那时的我，满怀好奇和期待，不知道军训会带给我怎样的体验和心得。然而，几周的军训生活让我深有感悟。

第二段：锻炼意志力和坚韧精神

军训的早晨，起床的铃声划破寂静，每天都是一个新的开始。那时的我，往往想要多睡一会，然而，却被教官铿锵有力的口令声和鞭炮声惊醒。我迅速起床，奔向操场。这段时间的军训让我养成了早起的好习惯，锻炼了我的意志力和坚韧精神。每天早晨的军训，我都在汗水和痛苦中挤出最后一滴力气，坚持做完每一个动作。通过这样的训练，我不仅学会了坚持和毅力，也明白了只有在艰难困苦中才能真正锻炼自己，实现人生的成长和进步。

第三段：提高团队协作和沟通能力

军训的团队协作是培养军事素养和领导能力的重要环节。早晨的军训让我意识到一个人的力量是有限的，只有在团队协作中才能取得最佳的效果。每一次集体动作，每一次队伍合练，都需要每个人的密切配合和默契默契。在军训训练中，我学会了倾听和理解，学会了积极地与队友沟通和协作。每次待早晨训练结束后，我们会相互鼓励，相互感激，进一步增强了团队凝聚力和合作意识。

第四段：培养自律和责任感

早晨的军训让我真正体会到自律和责任感的重要性。每天的军训都有严格的时间表和纪律要求，迟到和早退都是不允许的。好几次，由于一些原因，我差点迟到，最后只能匆匆赶到训练场，很是惭愧。这让我认识到每个决定和每一次行动都会对自己和团队产生重要的影响。在早晨的军训中，我始终坚持自律，严格要求自己，遵守纪律，不仅在军人修行上获得了进步，也从中体会到了自律和责任感给我带来的成就感和满足感。

第五段：军训带来的成长和回忆

早晨的军训让我度过了一段难忘的时光，它不仅是一次身体力行的锻炼，更是一次思想意识的洗礼。通过军训，我获得了健康体魄，培养了坚韧不拔的意志力和团队合作精神，树立了自律和责任感。那段时间的回忆，将永远在我心中留下深深的烙印，成为我大学生活中不可磨灭的记忆。

总结：

早晨的军训不仅带给我锻炼和成长的机会，更是我大学生活中重要的一部分。通过早晨的军训，我学到了坚持和毅力，提高了团队协作和沟通能力，培养了自律和责任感。这段训练生活让我懂得了人生在于坚持，完成每一天的军训早晨，成就了我每一天的新起点。

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！