# 最新大一新生军训心得体会感悟高中(十六篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-08-18

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。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？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。大一新生军训心得体会感悟高中篇一教官渐行渐远，最终在...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。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？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇一**

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线;嘹亮的口号化作一道唯美的歌;整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受领导的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅，不再摆高材生的架子，不再只顾考虑自己。军训告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切;曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望;用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇二**

一到达军训基地我就被那一片低矮空旷所震慑。习惯了城市耸立的高楼、拥挤的空间、慵懒的假期，突然看到基地满是碎石子的训练场和整齐的宿舍平房让我有些惊慌。在看到墙壁上整齐的流血流汗不流泪后我对未来的生活有些恐惧却也有些激动。将要面对的挑战让我全神贯注，就像只准备扑杀的猎豹绷紧了身体。

而后知道为我们军训的教官都是特种兵，我对教官们的崇敬由心而生。曾经看过电视剧《亮剑》和《士兵突击》让我对军人、对从军生活格外憧憬，我也希望能通过这次军训感受军人的骄傲与艰辛。

军训的第二天就下起了雨，雨很大，无法进行正常训练。但是和教官的互动让我很快乐。教官带我们唱歌，刚开始同学们都很腼腆，教官就为我们起头壮胆。他轻声唱的\'《我是女生》虽然不如原唱动听，却更多出了军人的坦然与和蔼。

之后的训练虽然辛苦而繁重，但我并不愁心。在那几乎不间断的训练中我努力寻找着军人的气质，那挺胸抬头的军姿让我心生豪迈之感。

不几日我的耳朵便被太阳晒伤了，阳光被带着的眼镜遮挡住，在皮肤上留下一块滑稽的白色镜框行痕迹。不得不说我是个爱美的女生，这让我有些恐惧。但最终我还是克服了心理恐惧，积极地投入训练。

军训结束那天，我原本微白的皮肤全被晒成阳光的黑色，我引以为傲。它让我看起来更健康更开朗。我在军训中看到的少少一点军骨我将会让它继续留在我身上，一直到它成为我灵魂中的一部分。

在未来的生活中，不论学习或工作，这段军训经历都会对我有很大影响。我在这次军训中受益颇深。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇三**

对高等院校学生进行军事训练，是党中央、国务院、x做出的具有战略意义的决定，是高等院校教育改革的一项重要措施，是全面提高大学生素质，培养社会主义建设合格建设者和接班人的一条重要途径，是对大学生进行国防教育，为培养预备役军官打基础的一种重要形式。

历时16天的20x年度军训，在校人武部的周密安排与学院领导的悉心指导下，在教官们的辛苦训导与同学们的大力配合下，我院坚持高标准、严要求，认真开展了20\_\_年新生军训工作，并于7月5日顺利而圆满地划上句号。本次军训，我院应参训的学生人数为249人，实际参训人数为249人;编制为二营十一连1、2、3、4、5排。现将本次军训情况汇报如下：

一、领导重视动员到位

领导的重视与支持是军训取得成功的关键所在。我院领导历来都十分重视学生军训工作，今年更是将军训作为本年度的头等大事来抓。20x年6月18日学院召开了20x级军训动员大会。在会上，领导特别强调了全体同学在军训中应表现出严格的组织纪律性和强烈的集体荣誉感，同时也向同学们提出了明确的要求，即在军训期间严格遵守学校的相关规定，坚持吃苦耐劳的精神，做好严格训练的准备，在军训场上严格听从教官的管理。

6月28日，我院领导党委书记戴建明教授、院长华渊教授、党委副书记副院长张婕英老师、环土10级各班班主任及副班主任在百忙之中来到训练场给全体参组以精神鼓舞并送来了慰问品。这些都充分体现了领导对整个军训的高度重视和十分关心。

二、严格管理科学施训

为了更好地加强军训期间的管理，我连建立了军训工作小组，即在学院党委副书记的指导下，设带训辅导员1名，辅带1名。此外每排设3名学生骨干担任排长(副排长)，具体负责各排的军训日常工作。

1、严格管理。在军训期间，我院制定了严格的考勤、请假制度。一方面狠抓考勤工作，杜绝迟到、早退、旷训现象;另一方面，密切关注学生的身体健康状况，建立了“大事急报、小事日报”的工作制度。即遇突发或紧急事情需及时向教官和辅导员汇报，及时采取有效措施确保训练正常开展。此外，每天晚训后各排排长需向辅导员汇报当天的训练情况、学生思想动态及病号。

2、科学施训。我院始终坚持“严格要求、严格训练”，保证了军训的严肃性，同时注重科学施教，变被动为主动，从学生思想教育入手，采取严格施训与学生实际相结合，通过科学管理的方式，突出重在育人的根本目的，使学生以饱满的热情投入到军事训练中。同时，教官和辅导员认真负责，大胆管理。从早上起床到晚上熄灯;从操练到课余休息，在训练场中做到身先士卒，要求同学们做到的自己首先做到，因此全院学生在军训期间表现出良好的精神风貌。

三、团结协作保障到位

搞好后勤保障是实现训练计划的关键，加强安全防范是确保军训工作顺利开展的前提。尽管今年军训安排在短学期，但随着时间的推移，天气逐渐升温，学生中也出现了不少诸如发烧、腹泻、皮肤过敏等病例，后勤保障工作繁重复杂。为了确保军训顺利进行，我院军训工作小组及时组织协调了相关事宜，做到有难必解，有困必助，时时刻刻为军训工作创造便利条件，给病号支撑遮阳伞、配备爱心药箱等。此外，我院领导还组织人员在训练场上洒水降温。训练中，军地双方互相尊重，在工作上积极配合支持，领导经常用电话过问军训情况。同时，为了确保后勤保障工作切实有效，我院组织观训的同学在做一些力所能及的后勤工作，如照顾病号、为同学倒水、购买防暑药品等。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇四**

为期十五天军训结束了在这十五里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真乃五味具全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”.

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇五**

军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的新生来说，也是一个新的挑战。当写着标语的旗子在空中飘起的时候，当教官的哨声在耳边响起的时候，紧张而又严肃的军训开始了。

“天将降大任于期人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为?”军训为大学生加强国防教育，树立爱国主义思想，煅炼身体，增强体质起到了致关重要的作用。

进行完第一天的大学军训，新生们似乎对这句古语有所感悟。今天各位新生开始走进新集体的第一天，也是军训的第一天。老天似乎可怜我们这些新生，所以今天的阳光不是那么的强烈，而且还有丝丝的凉风，但在军训中的一分一秒还是如此漫长，不过在训练场上的我们昂首挺胸、精神饱满，认真进行着训练，丝毫没有松懈!

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝。相比初中高中的军训，和大学军训比起来，真是“小巫见大巫”了。虽然有时教官对我们很严格，但也很关心我们的。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我们大多数同学喜欢驼背的毛病。

严肃的教官站在队伍旁边，严格地指导着每个学生，似乎要帮助我们打造一个全新的自我。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。

刚开始觉得很辛苦，但是我们会暗自鼓劲自己振作起来，因为我们知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。

军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。军训完的第一天大家感触颇多，但是大家的共鸣都是会努力将军训进行到底，绝不放弃!军训时，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，同时军训也赋于我们一个健康的身体与坚强的毅力。

一天的军训生活下来使我们对大学生活又有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。虽然我们都来自五湖四海，但是我们却有着共同的梦想。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过!携手共进，一起度过我们的军训生活!

**大一新生军训心得体会感悟高中篇六**

晴朗的夜空中无数的星星眨着眼睛，同学们坐在地上唱着歌曲，哼着小调……这是军训中的一幕。烈日当头，同学们个个汗流浃背，却还举着双臂，挺着双腿，在绳前苦练正步的姿势……这也是军训中的一幕，军训中有苦有甜，有玩笑也有冲突，我们班的军训生活就在12天的训练和玩笑中结束了。

军训告一段落，这12天让我们恋恋不舍，舍不得集体的生活，舍不得叁位严厉而又和蔼的教官，还有那湖边内看不到的美丽星空……令人念念不忘的东西实在是太多了，数都数不清，所有我们经历过的都让人回味无穷。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

而现在军训已经结束了，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

我们天天唠叨着：还有三天，还有两天，还有一天，可当我们将要离开的时候，却又有一股不想离开的念头，我们期盼那最后的几个小时过得慢一点，再慢一点。也许这正应证了“拥有时不懂得珍惜，失去时才后悔莫及。”这句话。人生就是如此，由一次次短促的经历拼凑而成，亲身体会时觉得如此漫长，回味起来却觉得那么短促。

有多少泪水，可以偷偷抹去，有多少相处，可以刻骨铭心，有多少感动，可以重回心头，有多少欢笑，可以永驻人间，有多少痛苦，能不留下伤痕，有多少故事，可以重头讲起，有多少知心话，可以从头叙来，有多少的人，可以痛快地去爱，有多少的爱，可以尽情地分享，有多少期待，值得日思夜想，有多少甜蜜的梦，不会被号声惊醒，有多少美丽的脸庞，能够抵挡烈日的洗礼，有多少飘零的心，期盼着回归故里……

这就是军训，带给我们一丝苦涩，一份甘甜，还有一次成长。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇七**

弹指一挥间，动人心弦的两周新生军训过去了，带去的是那飒爽的英姿、朗朗的笑声，留下的却是永远的怀念、心与心通融的温存和永不褪色的友谊。

军训是很苦很累的，却又是很充实的。自踏入军营的第一天，我就被部队铁的纪律和雷厉风行的作风所深深振憾。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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?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……一天的军训终于把同学们原本种.种美好的设想一一击碎，取而代之的是眩目的阳光、咸咸的汗水、酸痛的四肢，这就是军训对我们身体素质、意志信念、组织纪律的考验。“不经一番烈日烤，哪得钢铁意志成”，想想正在戍边保卫的英勇战士，想想正在拼搏的奥运健儿，想想所有为我们今天幸福生活努力的各行各业的普通人民，我们的这点苦算得了什么?

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

经过十天的训练，我懂得了团结就是力量，打破了外国人“中国人，一人是条龙，几人是条虫”的看法。最先，大家走得参差不齐，而训练以后，动作一致，那场面是壮观的，事实胜于雄辩。

军训只有十天，但是我们受益匪浅，困难像弹簧，看你强不强，你强它就弱，你弱它就强，这是强弱相对论，没有不可占胜的困难，把军训中的精神用到生活中去，行动出奇迹，把我们的生活变得更美好，更有意义!

**大一新生军训心得体会感悟高中篇八**

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战------一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。24日这天教官因为我们，被罚连续五次正面卧倒在水泥地上，整条手臂都肿了，还流血了;。。。那一刻，几乎所有的同学都哭了。但是哭又什么用我们总是在教官受罚之后跟他说对不起，为什么不一开始就做好自己呢?

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了

。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇九**

九月的艳阳天，火热热的太阳炙烤着大地，地面蒸起一团团热气，和着干燥的秋风，无情地扑向我们。就是在这样的九月，我们开始了维持十天的军训生活，这也是我们大学生活伊始的第一堂必修课。

我们每天都要按时作息，集合，进行紧张，有序的训练，时间表里排得满满的。教官们认真的教给我们每一个规范而严谨的动作，我们也非常虚心认真地学习。紧张严肃的训练，常使我们累得气喘吁吁，汗流浃背。但此时的我们却也是幸福的，我们能感觉得到体内那股新生的力量正在强大，我们在不断的收获，收获人生那份坚忍不屈，团结向上的美好品德。军训生活，苦中有甜。成功，总需要付出。冰心不是说过吗，“成功的花儿，人们总惊羡它现时的明艳，然而当初它的芽儿浸透了奋斗的泪水，洒遍了牺牲的血雨。”我们用汗水，浇灌成功的希望只花，教官们用自己的一言一行影响和教导我们，让我们深刻感受到部队顽强严谨，不怕吃苦，全心全意为人民服务的良好作风，我们以军人为荣，并立志要做一位勤勉，坚忍不屈，积极进取的好学生，好公民。

逝者如斯。八天，整整过去了八天，军训生活已接近尾声，我们在这段时间里也取得了很大进步，这样有意义的一课，也将会影响到我们以后的学习和生活。所以，我们要用心去对待，对待我们现在拥有的每一刻幸福时光，有始有终的将军训进行到底，为多姿多彩的军训生活画上完美的句号。

还是同一个九月，可是此时，却是不一样的心情，我们已经坚强的长大，我们学会了顽强，学会了吃苦，学会了团结，学会了律己……被晒得黝黑的面庞上，绽放的是丰收后喜悦而甜美的笑容!

明天的会操，我们会全力以赴，不管结果如何，最重要的是我们曾经努力过，拼搏过，所以，我们不后悔，也没有遗憾。展望未来，看：明天又是一个艳阳天!虽然和教官们相处的时日不多，但那种亦师亦友的情感，却让我们难以割舍，我们对教官的感言无从说起，千言万语，化做一句：“亲爱的教官们，你们辛苦了，我们永远感谢您，想念您!愿你们永远健康平安!”

有泪，有欢，有苦真乃五味具全了.军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十**

大学的军训应该是人生中最后一次军训了吧，因此它显得那么弥足珍贵。

刚来到一陌生的环境，让人突然间感觉很不是滋味。我想到张雨生的出名曲《我的未来不是梦》，既然现在我们有优越的条件，为何不认真地过每一分钟呢?

作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”,但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。

大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。

我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十一**

大学的生活是多么的安逸，每天的课很少，而且是双休的假期，没有了高中苦逼的早晚自习，也不再有繁重的学业压力，你可以在图书馆里面一坐就是一下午，悠闲的看书;也可以和朋友同学一起去学校附近的景区旅游，如此美丽的大学生活，光是想想也觉得惬意。

进入高中以后，繁重的学业常常让我熬夜到很晚，巨大的学习压力，负压的我几乎连喘息的机会都没有，那时候，一直支撑着我坚持下来的就是美丽的大学生活。终于，我的努力没有白费，我的汗水没有付诸东流。我终于考上了自己心仪的大学。只是所有的一切并没有我原本想象的那样美好。

刚进大学的第一天，我还是很开心的，因为我四下的看了看，觉得整个大学看上去还是很不错的，环境优美，各种教学设施也很完善。但是在我去交学费领东西的时候，我就开始意识到，大学里的第一道“门槛”马上就要来了。

一套迷彩的衣裤，让我原本雀跃的心情，立刻跌倒了谷底，你可能会觉得奇怪，不就是个军训吗?至于吗。真的置于，我一点也没有矫情，从小体育就差的我，每个星期最害怕上的就是体育课，而我们大学的军训是半个月啊!天啊!我真的要疯了……

军训的第一天，犀利的教官就给了我们一个大大的下马威。半个小时的站军姿，对于我和很多跟我一样娇生惯养的女生来说，已经是极限了。半天下来，几乎没有任何体育锻炼的我，早已经体力不支，踉踉跄跄的走到食堂，吃了三碗饭，我发誓，我从来没有吃过这么多的饭，这绝对是第一次。第一天的经验教训，也让我渐渐明白，饮食对于保存体力的重要性，早上的早饭也一定要多吃一些，不然很快就会饿。晚上的时候，和妈妈打电话说起我白天里面惊人的食量，妈妈也很吃惊，说我的女儿一去上学就长大了，懂得自己照顾自己了。

偏偏这段时间的军训生活，天工也不作美，每天都是毒辣的太阳，虽然已经是九月的末尾，太阳的炙烤依然会让皮肤觉得不适应，大概是军训的第十天，一天晚上偶然间，我瞥见镜子中间的那个自己，白皙的肌肤早已经不见了踪影，取而代之的是满脸的黝黑。我觉得我俨然变成了个农村里来的小女孩。

时间在一天天的流逝，辛苦的日子总是过得特别慢。大概十二天的时候，我就觉得自己已经是极限了，腰酸背痛的感觉就从来没有消停过，食量日渐变大，脸型一天天开始变得圆润，身体似乎也比原来要好一些了，没有原来那么的弱不禁风，我想这十几天的军训对我来说，还是有很多好处的，也让我明白了想要好的身体，就必须要天天锻炼，这就是我此次军训的心得体会。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十二**

令人难忘的军训就如同一本记录我们成长足迹特别的词典，内容丰富多彩。

关键词1：苦并快乐着

我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了第一天军训，我才体会到：军训何只是一个“苦”能描述?那要求严格却和蔼可亲的教官;那经过多次艰苦训练而取得的进步;那飘荡在校园内的洪亮的歌声……这些不都是快乐的痕迹吗?军训固然辛苦，它就像攀登高峰，那“苦”是路上的荆棘，但更多的是快乐——那沿途的风景。

关键词2：教官

在军训中，我第一次接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的教官。我却惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官年轻而充满朝气，又不失军人的威严。他们以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中的“冷酷”只有满腔热情，教官们以他们的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩。我毫不怀疑，我们将与教官们成为真诚的朋友!

关键词3：坚持

炎炎夏日，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是“汗流如注”;当我们不断得重复着枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。有的同学在身体不适的情况下经短暂休息又重新踏上了这训练场。七营的新同学可以自豪地宣告：“坚持”成为了我们军训的主旋律!

这本特殊的“词典”才拉开序幕，相信在今后的日子里还会出现更多的精彩。让我们用热情和信心来迎接新挑战吧!

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十三**

军训第一天就有人被背出去，晕了!在我以往的军训中，从没见过这样的排场，也没过被送去就医的，我很感慨：这一批或者如今，这祖国的花朵真的不堪一击了，在祖国的矛与盾面前，真该自惭形秽了吧!

其实还好，并没有措手不及，过上大学生活，全新的生活已经开始。教官带领着我们，注视着秒针的转动，队友们似乎有些煎熬，在太阳底下暴晒，我的镜片越来越模糊，汗水不停挥洒，终于有汗流浃背的感觉。从小被父母捧在手心里的感受，与独立的生活，形成鲜明的对比。很多学生对这样的反差适应不了，特别是本地的一些同学，纷纷被父母带回家，投向父母的怀抱;有些则是抱着手机称病，躲避烈日的磨练。但我想说：大学生活的每一分每一秒，我都很想珍惜，绝不退缩。

站军姿要挺直腰板，昂首挺胸，目视前方，身体很累，心更累。每个人大的敌人是自己，战胜自己的邪念，需要偌大的勇气。编织理由与借口，只会让自己陷入迷茫的深渊，不知所谓!告诉自己坚持下去，我发现我真的可以坚持到底。虽然晚上臭烘烘的，但我的心是快乐的。

任何事情我都想精益求精，动作不规范，我会认真听讲，一遍一遍地练习。我时刻谨记着，这只是求学途中的前奏。人贵在自知，仰视天空，才会赞叹宇宙的浩瀚;俯视万物，只能是井底之蛙!我向往鹰击长空的神勇，我想当一只拥抱自由的鹰，因为我知道，现在的我还只是一只弱小的雏鸟，军训只是我的一次磨爪之旅!我期待雏鸟的蜕变，知道这个过程坚挺困难，但我是坚强的……

一天，两天，三天……将近一半时间了，我仍坚持着，不请假，不申请休息。教官和我们年龄相仿，也容易相处，只是方阵中的人数一天天在减少，教官的眉头也紧皱着，无奈地叹息着。

还有那么多为我们服务的学长学姐们，坚守自己的岗位;苦口婆心的教官，软硬兼施，其实他们也在陪我们流汗，比我们更着急，因为他们手里拽着我们沉甸甸的责任--我们对自己未来的责任，无法推卸，无法逃避，就看谁能坚持到底!

加油!每个人!

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十四**

当标着横幅的旗子在空中飘起的时候，当教官的哨声在耳边响起的时候，紧张而又严肃的军训开始了。

军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的莘莘学子来说，也是一个新生活的挑战。

今天是军训的第一天，也是大学生活的第一天。放过长假的我们从享受中迈向紧张的军训，从丰富充实的假期生活走向另一种多姿多彩的军营生活，总之军训生活中有苦也有甜。而且，军训生活确实很苦也很累。

严肃的教官站在队伍旁边，严格地指导着每个学生，似乎要帮助我们打造一个全新的自我。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。

来到\_碑，我们就算真正的开始军训了!教官先让我们排成四列，整理队伍后，又和我们说了一系列的规则和要求。虽然以前也参加过军训，不过我觉得那些教官没这些要求的，现在这教官有自己的规矩，我们当然要服从!他一次没说清楚，声音又不怎么高，而且方言音超严重，所以就让他讲了好几次，真是有点为难他了。然后，就开始了最基本的训练，一些曾经都训练过的项目，像是：立正、稍息、向左、右、后转，训练的时候我们经常会失笑，让教官寻到说我们的理由。

开始在\_碑的时候，还没有阳光照到，后来有太阳来了我们就转到了另一个阴凉阵地，在通道上，我们又进行了一段训练。

军训时，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，同时军训也赋于我们一个健康的身体与坚强的毅力。我们编号队列，就开始练习站立军姿、稍息、左右转、下蹲、坐下、跨步等…这里我就特想说站军姿，要求三收三提，双脚并拢，眼睛直视前方稍微向上瞟，身体还得稍微向前倾斜，让重心大部分落在脚掌上，站一会下来全身都疼，特别是脚掌和小腿肌肉…不过还是坚持了下来!相信明天还会更辛苦

一天的军训生活下来使我们对大学生活又有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。

虽然我们都来自五湖四海，但是我们却有着共同的梦想。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过!携手共进，一起度过我们的军训生活!

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十五**

古人言：“吃得苦中苦，方为人上人。”这句话让我们明白，想要获得成功，就必须经历苦难，付出汗水。而军训就是如此。

大学的军训应该是人生中最后一次军训了吧，因此它显得那么弥足珍贵。我们的李教官是我们的连长，在平时的训练过程中，我能感受到他是个出色的教官。所以今天我想就我的教官写些东西。

严厉的教官：这是他留给我的第一印象，因为他不怎么笑。特别在第一天的训练中，他的严格被落实到了最实处。由于部分同学做动作不是非常标准，有的同手同脚、有的东倒西歪，惹得很多同学放声笑了出来。

这一笑招来的是教官的处罚：有两位同学因此而被罚俯卧撑，有一位同学因此而被罚半蹲。有了这些“先例”之后，同学们一下子“安份”了许多，没有人敢笑出声来了，在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。

和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。接下来的日子里，教官再也没有罚过任何人，大家普遍都能够很自觉地遵守训练场的纪律。气氛渐渐变得轻松了，但是这并不影响我们排的训练质量。于是渐渐的我发现教官的可爱之处。

可爱的教官：我知道自己在很多方面属于“后知后觉”型，这回也不例外。在军训开始后很多天我才发现在教官严格要求的背后还透着一股“可爱”的味道。或许是和我们渐渐熟悉的缘故，每当我们表现出色时，教官总会想方设法给我们找点“乐子”。

他应该很喜欢散打，因为他常常在我们面前讲起全国散打大赛的盛况，特别是决赛的那一场，教官很忘我的讲了两遍，最后还忍不住示范了一下后鞭腿360公斤的威力。教官讲得“出神入化”，我们听得“不亦乐乎”，大家都有点“意犹未尽”。

有时候教官也会让我们做一些脑筋急转弯，但并不影响我们开怀大笑一番。这样的“娱乐”活动让我们的训练变得不再枯燥，我们在真正训练的时候也更加卖力了，好多次感觉到这样子的训练效果甚至要比在相对严肃的情况下的训练效果要好一些。

好学的教官：教官的这个特点是我在他来我们寝室检查内务的时候发现的。在检查完毕后，教官向我们“请教”计算机方面的问题。或许是因为教官在现实生活中的特殊身份，使他对计算机不是非常了解。

面对教官提出的疑问，室友们尽自己所能进行解答。教官能够这样子放下教官的架子同我们进行计算机方面的交流是非常难能可贵的，这绝对不是单一的“好奇心”的表现，我觉得这更像一种学习。

与之相对应的，在我们的生活中，不懂装懂的人太多了，特别是在网络变得铺天盖地的现在，一句话似乎能够描述如今人们对知识的态度：“知之为知之，不知搜索之”。那些热切渴望知识、主动追求知识的人们实在太少了。虽然教官的学历没有我们高，但是从他的身上表现出来的这种品质正是我们当中的多数大学生所急需的。

大学的军训是非常难忘的，一张张充满朝气的脸一起哭着、笑着也闹着。只因为经历过十几天的风雨与考验，坚强开始挤去脆弱的空间，团结成为一切的主角。

在这浅浅的秋光里，该开的花在开着，什么也没改变，但谁也不曾想到就这十几天的时光会给我们这一群年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华!我很享受这个过程。

我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

总而言之，这次军训让我受益匪浅。

**大一新生军训心得体会感悟高中篇十六**

20\_年的大一入学军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆，

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不知道片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军训并不是枯燥无味的，军训时的歌咏比赛、队列评比、内务评比、分列式汇演、安全知识讲座、消防知识讲座、参观和平广场、观看现实教育题材电影等等。都大力的丰富了我们的军训生活。还记得有些同学在歌咏比赛时唱歌卖力到一首歌下来嗓子都哑了，有些同学真的做到了“轻伤不下火线”我感动不已，为我们集体的凝聚力而感动，为同学的团结而感动，这些都是我在军训生活中最美好的回忆，也是我在大学生活中最美好的回忆，更是我一生中最美好的回忆，

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找