# 大学生军训体会心得(十四篇)

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-08-18

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。大学生军训体会心得篇...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生军训体会心得篇一**

所有人都没有放弃，尽管我的余光已经到看好多只微微颤抖的手。我们看到女孩子，下意识地认为她们柔弱，其实不是的。每个人都用着劲，不服输又积极又认真地想把队站好，就算大家看上去已经很疲惫了。我多喜欢这种倔强的少年感，好像带着夏天的余温，一点一点穿梭在风里，把我们青春的尾巴拖回身边，一刻也好。

最艰苦的前两天已经过去了，身体却记得坚持背后的艰难。一根神经，一块肌肉，慢慢在躯体里伸张开来，肉体凡胎的人们却都选择了缄默。不是不能喊累、喊苦，也不是不能抱怨所有的委屈，是我们生而为人，本就该挺直腰板，目视远方,也应该吃得起苦咽得下气。这是作为人该有的尊严，我一直相信。

年轻本该无畏。杨晨是在《生活启示录》中说过:“那一年纯真得洒脱，我们认为年少轻狂就是胜者为王。”而我以为，年少既要有无畏的内核，也要有理性的思考和胜者的气势，更须在生活的磨合里碰撞出成年的谦逊稳重，慢慢的长成大人模样。

我总以为一个人的态度取决于他所作的选择。这来往的同学教官助教都因为土建、军训、湖理而走在了一起。这不得不说是命运转折点里微小的一笔，却给很多人的九月留下了相同的色彩，很多细节也就此深深潜入记忆里，成为我们性格的一部分。我始终尊重我选择的所有性格，正如我尊重军训的所有安排。一个人得学会为他的选择负责任作为学生，作为子女，作为成年人。

落笔这篇文章的时候，已是晚训归来，多数人讨厌晚训总觉得枯燥无味而在我眼里，总是代表了沉静的意味，我们总是在夜色里更擅长思考，把白天持清的思绪重新梳理。在晚训的疲惫里，我反而寻找到精神的可遗和感动的脉络。灯光昏黄，灯下却站了拼命点亮生命之树的年轻人，他们不服!他们要赢!我又想到1927年朱自清先生与荷塘，说从递隙里看到了渴睡人的眼。那时他们的眼里没尽数，连灯光都看得破落零散。而我们这代的年轻人，却能在同样的灯光里看到温馨和光明，国家仍忆苦思甜，保留军训的惯例，不正是为了让眼睛清明，再不渴睡吗?

我辈岂是蓬荡人!时代是惯用毒辣的眼光审视批判着它的孩子们的，作为新征途上的一代，我们的确有许多不足，但我们始终保得了骨子里的傲气和倔强，我们不服输!中国才会强大!

军训不会击倒我们，人生路上的很多因难也不会。其路虽漫漫远兮，而吾辈必当上下求索!太阳放的那千万次日落里，总有人心怀朝阳，出到日落的那千万个瞬间里，总有人斗志永扬!

**大学生军训体会心得篇二**

振臂高于腰，迈步大于毫，这是军训的起步要求;腰杆挺如松，月光亮如炬，这是军训的军姿要求;手指并如一，上臂同于肩，这是军训敬礼要求，而这么多军训项目中都存在着一个潜规则——只前进，不回头。若能专注于前方，不旁顾左右，心无惧念，那便是“青春无悔”。

青春无悔=明确方向+专注+不疑自己。

高晓松曾在《奇葩说》中说过一段话令人印象深刻，他说：“选一条路，一以贯之，不能因为自己的利益和方便，今天从口袋里掏出了这个世界观，明天又掏出了那个世界观。”人生如军训，亦得随时清楚明白自己的选择，为属于自己的选择而承担了相应责任，不论好坏，不去抱怨，更不去后悔。大学生已是即将或是已经步入成年人的范畴之内，就一定要有明确的世界观，不随波逐流，而是选一径，一以贯之。

蚁溃千里穴，水穿硬磐石。蚓食埃土黄泉，蟹窃居于蛇鳝穴。均是突出了专注力的问题。军训时，良好的专注力能带给你不小的便利。因为你足够专注，你便能清楚教官所下达的每一个指令，因为你足够专注，你便能排除一切外界的干扰。因为你足够专注，你便能忘却身上的酸痛。专注同样也为你今后大学生活，甚至于社会生活带来打的优势。因为你有专注的心，你大学生活才能不被繁琐的各种活动所干扰。因为你有专注的心，你的未来才能成为你的骄傲，专注的人，才能成大事者。

蜀汉之时，庸碌无能如阿斗，而诸葛孔明让劝诫“恢弘志士之气，不宜妄自菲薄。”由此可见，信任自己是在自己人生道路上必不可少的东西。训练时，你也是必须不疑自己。你需相信，你走的每一步那都是必要的，你也需相信，你的动作也一定会变得标准的，这样方能展示出军人姿态，青年人的精气神;若全程你只沉浸于质疑自己的困扰中，走一步顾三下，畏畏不前，那么整个排面是永远无法标齐的，军人气势更是空淡。

少年啊，前进吧，向着未来，迈步吧，去拥抱一个无悔青春。

**大学生军训体会心得篇三**

当一个人垂垂老矣，回首过往，对于他人生所不可或缺的东西，不是取胜，而是无悔地战斗过。而正如一千个读者便有一千种哈姆雷特，无悔对于每个人都有其特殊含义，但总有一种答案具有大多数的普适性，那便是努力过，奋战过，深爱过的青春。

若把青春比作一张白纸，那么奋斗拼搏便是白纸上永不消褪的底色，当我们风华不再，回溯往事，是消极颓唐于泛黄昏暗甚至带有虫蛀的相片，还是仍充满希翼地一遍一遍深亮底色充实完善自己的人生画卷，我们是否能做到真正的无怨无悔呢?作为大一新生的我们，前路还只是些微地透露出点点昏沉的鱼肚白。青春的航船只刚刚吹响进击的号角。我们刚刚启程便要做出选择，若是肆意挥霍这年轻的资本，便只能过早地抵押自己的未来以纵想片刻欢愉。

我们是白纸的未来书写人那么军训便是间接引导我们的引路人，便是航海的西风漂流，推举着我们帆船，领它划向正确的道路。同时，军训也是一片土壤，我们身在其中，怀揣并洒下了梦的种子，用泪与汗水浇灌它们，让它们就着熹微的晨光，一朵一朵地长出花苞，花苞盛放在这里，也能映在所书写的纸张上，这芬芳更会顺着清风，飘飘袅袅地穿入云霄。

是啊，作为新时代未来的建设者，我们的无悔青春便是祖国的无悔未来，我们梦想的芬芳总有一天也能在云端之上结出果实，能够丰饶一方天地。

在接下来的军训中，只要我们把握了正确方向，那么无论前方的路多么辛苦，多么崎岖不平，我们都比站在原地更接近幸福，而我们的祖国也能让我们比幸福更幸福!

愿这无悔青春，直入白云深处，浩气展虹霓。

**大学生军训体会心得篇四**

军训，它囊括了太多太多宝贵的第一次：就像是温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣。或是初生的牛犊，艰难地迈出漫长人生中的第一步……在这次大学军训中，我不仅感受到了自己拥有的幸福生活，也尝到了不同于以往生活的“酸甜苦辣”：

辣：头顶火辣辣的太阳，汗水浸湿了衣领，豆大的汗珠慢慢地“爬”过我的脸颊，沿着脖子留下了一道道痕迹。那感觉就像是吃了一大碗辣椒，全身上下都烧得难受。

苦：陌生的环境，艰苦的训练，不合口味的饭菜……太多太多的苦，却无人倾诉。很晚了，我提着桶准备去排队洗澡，经过那条长长的走廊，只觉得腿已经支撑不了疲惫的身体，有些摇摇欲坠……

酸：蚊子不时的骚扰，全身阵阵的酸痛，使我辗转难眠。窗外一片寂静，离家的思念时刻刺激着我的鼻腔和泪腺……

甜：终于，苦尽甘来。手里捧着刚发下来的奖状，仔细审视着上面的字：“优秀小军官”。嘴上没说什么，心里很明白：这是十五天辛勤汗水换来的肯定，是十五天辛苦耕耘得到的成果，是自己大学阶段获得的第一张奖状，是新阶段的新起点!心突然跳得特别快，里面塞满甜蜜。

军训带给我的仅仅是这些吗?不。它还给了我机会，让我有幸能体验到生活的艰难。它还给了我顽强的毅力，使我相信，只要坚持就会胜利!它还给了我成功的喜悦，让我知道，风雨后的彩虹，更加艳丽!它还给了我独立自主的能力，使我成长，试着离开“温室”，学会承担。它还给了我克服困难的信心，教我勇敢，不再一味逃避。它还给了我战胜挫折的勇气，让我明白，在哪里跌倒就从哪里爬起来。它还给了我不轻易服输的上进心，叫我记住，……

十五天的汗水，十五天的坚持，十五天的磨练，十五天的感情……这十五个日日夜夜的经历为即将到来的大学学习打下了坚实的基础。这十五天的经验，不管是对我大学阶段还是对我整个一生的学习、生活都很重要。这十五天的一切，虽然苦，但是却值得一辈子去留恋!

面对新的起点，我越发充满信心!我会把我的热情、精力百分之百地投入到新的学习和生活中去!

**大学生军训体会心得篇五**

炽烈的阳光斜洒，一列列身着蓝绿色军装的大一新生整齐站立。

丛学长眼中满是热情，嘴上也不住为我们鼓励。一排的热情不断升腾。“有没有信心拿第一?”“有!”

震耳的吼声回荡开来，引人注目。

军姿。这是我们军训的第一课，也是基本功。说好的被轻视的十分钟，可真正站起来才知道是怎样的。

劳累，哼哼，可是面前就是女排，男生啊，又怎么能认怂!

石学姐来回穿梭，不停地矫正军姿。看着她们不曾休息的身影，鬓角流淌的汗水，我们心中不禁共同升起无限的感激。

别的不说，就冲学长学姐和教官们沙哑的嗓音上，就不能差事。

日上三竿，风鼓云斜。

每当我们手脚麻木时，我就咬牙在心底呐喊：“我是一棵树，一棵不屈的树。”

这是军训，是训练。今天我们流汗，是为了日后不会牺牲。“天行健，男儿当自强不息。”站在大学的我，苦读寒窗，又怎能折倒在区区训练之下，我是一棵树，不倒的胡杨。

短短十日，艰苦的磨练，这就是我幻想多年的经历，这就是我迈向社会的另一步。

单学长说得对：“来到大学，我们就是一张白纸，荣耀或是污点全凭自己争取。”

用了半生来啃老的我，不求治世成能臣，也不盼乱世成佞臣。至少要做到，以己之力，荫泽家邻。

没有军训就没有顽强的精神凝结。守住自己的一班岗，就是向成功的彼岸划了一下桨。

努力军训，精神昂扬。

当暮色也业已昏沉，听到解散的口令，腿脚都已酸软，但眼中充满坚毅的光芒，这就是精神在勃发，思想在飞翔。

军训很苦，但是心中不苦。亲身体验强健的过程，一种变强大的喜悦足以掩盖躯体的疲惫。强我体魄，保家卫国;壮我神魄，匡正扶危。日学则益，日惰则废。军训的意义正是告诉我们：‘做事认真严谨，处事雷厉风行。

窗外风声鸣鸣，颤动我的心。为了我们大学梦，为了我的人生路。为了我几百里外含辛茹苦的父母，做好今天的我，站好正直的姿，守望明天的朝阳。

因为我们还是青年，年轻的字典里没有屈服，只有奋进。

**大学生军训体会心得篇六**

“听吧!新征程号角吹响，强军目标召唤在前方......”四排响彻云霄的歌声在林荫道点缀出绝美的意境，置身于斑驳的光影下，我不禁惘然......

林清玄曾说：“清风明月是一个人的事。”那么军训拉练，倒是人多才有味道。十二公里的路程不近亦不远，可行走在队伍之中每踏出一步，都感到充满了别样的意义。

沿途听着三排教官和陈教官插科打诨，听着宣传队的呐喊助威。我笑而不语，想起鲁迅先生的话“人类的悲欢并不相通，我只觉得他们聒噪。”现在的我，只觉得他们可爱。是单纯因为“万物明朗，世间可爱?”亦或是我温柔浪漫到骨子里了吗?不，只是我开始拥抱这个集体，也拥抱了“归属感”。

何谓“归属感”?撰诸当下，香港暴徒殴打群众，示威政府，一次次为香港这一国际大都市，中国这一新型大国蒙羞。如果他们能将自己炎黄子孙的身份牢记于心，又岂会走上歧路?归属感是发自内心的认同并接纳整体，这是个体的专属，而真正团结向上的集体亦因凝聚而紧密。这样的军队定是不败之师，这样的国家定是富强之邦!

看宣传队为二连精心绘制的海报，身边又有着可爱的学姐和负责的学长为我们19级新生全程保驾护航，叫我的归属感怎能不油然而生呢?那是伯牙和钟子期的“知音默许”，是如“春风之解冻，和气之清冰。”的告诫鞭策，是“应事若流水落花悠然而逝”，的乐趣，亦是“身无彩凤双飞翼，心有灵犀一点通。”的共情。

《诗经》曰“岂曰无衣?与子共袍。”谢助教在队列前的检讨能将学生的错误归结为自己的失职，这种不分彼此，勇于担当的精神让人一振。更重要的是，有这么好的助教，我们怎能不努力训练，甚或以后作为电光院的学子，延续学长学姐们留下的辉煌，并谱写出新的华章呢?

我曾因为篮球比赛落下腰背的旧伤，在站军姿、踢正步时都会加剧疼痛。可这没什么好提及的，一个优秀的集体不会因为个人而停滞前进的脚步。站在四排，眼前就是二连的大旗，疼痛都可以忍耐，我唯一清楚的就是——自己在一支凝聚力强，同学优秀的队伍里，唯有拼搏，才能跟上步伐。

只愿浮舟沧海，立马昆仑。

观朱霞，悟其明丽;观白云，悟其卷舒;观沧海，悟其浩瀚。俯仰皆是文章，观二连四排，悟“凝聚力”一词耳。

今天整理就到这里，我们要举杯，将理想在手中高高升起，显示它的坚固与闪耀，看到它千百次雕琢的成果。我们要放下杯子，去迎接真正的试炼。祝大家军训快乐!

**大学生军训体会心得篇七**

静坐常思己过，闲谈莫论人非。能受苦，乃为志士，肯吃亏，不是痴人。

我认为人之所以平凡，在于无法超越自己。改变自己，是自救，改变到人是救人，而我希望我能成为那个能自救也能救人的人。

正如海明威说：“一个人不是生来就要被打败的，你尽可以被消灭，但就是打不败他。”我始终相信，我不会被任何事物打败，因为我是一个意志坚强的人。告诉你吧，世界，我不相信，纵使你脚下有一千名挑战者，那就把我算作第一千零一名。

我认为一个人要有最朴素的生活和最遥远的梦想，即使明天天寒地冻，山高水远，路远马亡。在军训的这两天，我经常询问自己这样一个问题，这是我想要的生活吗?我难道真的甘愿一辈子碌碌无为吗?我现在有了一个答案，“不”，我们都是成年人，都应该学会自我负责，而配合教官，努力训练，便是这自我负责的第一步。

不是所有的人都能知道时光的含意，不是所有的人都懂得珍惜，这次军训是我们的一次宝贵机会，在这个过程中，我们可以提升自己，突破自己。一个人拥有一个梦想，至少就一个理由坚强，心若没有栖息的地方，到哪里都是在流浪，永远过着居无定所的漂泊生活。

朋友，坚定地相信未来吧，相信不屈不挠的努力，相信战胜死亡的年轻，相信未来，热爱生命。正如俞敏洪所言，命运掌握在自己手中!

鲁迅说：“我每看运动会时常常这样想，优胜者固然可敬，但那些虽然落后而非至终点不止的竞技者，和见了这样的竞技者，肃然不笑的看客，乃是中国将来的脊梁。纵使我不完美，但我仍在不断努力，在军训时，我们对优秀者敬佩，但对那些不完美者，我们应不断给予鼓励，这才是一名真正的大学生，我要做国之栋梁，我们都是璀璨明珠。

**大学生军训体会心得篇八**

盼望已久的大学生活随之而来，一直向往军营生活的我现终于可以亲身体会一下了。刚到校报到的第二天，我们就被学校组织到训练场上开始进行为期半个月的军训生活之旅了。

在军训期间我们从中长大了不少，学到了很多平时在书本上无法学到的知识。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，能磨练人的坚强意志。军训是苦的，也是快乐的，更是甘甜的。我们应该学会品尝这种苦中之乐。

通过军训，我们可以一改既往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的快乐。军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气。使我懂得了责任的重要，更加强了我们的团队意识，我相信在以后的工作，生活，学习中不管从对待生活的态度上，意志上，还是思维上，我们都将受益匪浅。

军训对于我们来说是一场体质和精神上的双重考验。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的机会。作为一个当代大学生除了在学识上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。

一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的机会。作为一个当代大学生除了在学识上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心里素质都要达标。没有身体和心里上的健康保证是无法实现进一步的自我提高的。

今天虽然尝到汗水的滋味，可三天后，如果我们都能坚持到的汇操，不临阵退缩，坦然地整齐地站在大家面前秀出漂亮的军姿，那我们就成功了。至少那时候我们的心一定会体会到成功的，我们成功地挑战自我，克服身体上和心里上的弱点，使自己在大学第一战完成得漂亮。军训对于我们以后学习生活的影响是深远持久，举足轻重的。它教会了我们团队协作能力，纪律的严肃性。它不但提高我们的身体素质，迅速加深我们对新同学的认识和新集体荣誉感的形成，更从中培养我们一种团队精神。有纪律，有组织是成为团体中优秀成员必不可少的条件之一。

通过军训我学会了如何去面对挫折，如何在人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制，自爱，自理，自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

**大学生军训体会心得篇九**

转眼间，十四天的军训生活结束了，它既让我痛苦，也使我快乐。痛，为我的人生开始迈入了另一个属于自我的阶段，需面对种种苦难，自己踏出的每一步都得思而学而后行，因为这关系到我的一生;乐，为我的大学生活开始了，可以去追求我需要的东西，可以领略知识的渊博，那是我所向往的。不管怎么样，这都是我生命的一个转折点，一个值得我永远铭记的人生。

站在队伍中的我显得那么渺小，没有哪一点可能值得自豪，可我却始终在微笑。因为我深知一切将无法阻拦我去追寻梦的方向。在这片陌生的土地上，我的梦想将重新开始了新的起航。时常记起一位老师的话“一切皆有可能”，是的，在答案还是未知数之前，什么都是可能发生，我不需要操之过急。

从我理想绽放的开始，我就决定让自己去接受一切挑战。这次是大一新生都必须加入的一个“游戏”——军训。我很固执地将它看作为游戏，因为我不想它太过乏味与枯燥，不过我好像不太乖，没有好好地遵守游戏规则。时常我会在游戏中搞点小聪明，比如偷懒什么的。如果没被发现就幸灾乐祸好半天;万一被看见了，就装出一副很无辜的小样以免挨批。这是我们在游戏中经常有的伎俩，用这样的方法来应付教官效果也是不错的。不过这还要归功于教官的仁慈。

军训中有苦，有累，每次军训下课后，整个人就像一个泄了气的身子，也要将腰杆挺得直直的，而每当我们踢正步的时候，做到力度与速度并存时，使劲的跺脚，那些不甘落寞的尘土，总会兴奋的飞向空中，飞向我们的眼里。嘴里，鼻子里，而身为一个军人，首先，要做到的三条就是：第一，服从。第二，服从。第三还是服从。所以我们只有让那些讨厌的家伙随意的飞入我们的身体中，呛得我们流出眼泪，因为军令是一个军人的第二生命。

每当我们大家在一起做一个动作时，做得不怎么整齐时，教官就会很生气的罚我们，让我们做正步定位，保持蹲姿几十分钟，等等。而教官每次总会罚我们好几十分钟，到最后腿麻得没有知觉，手僵得不能动时，才让我们起来，虽然明知道教官一切都是为了我们的，但我们在心里还会偷偷的诅咒教官不近人情，多半的学生对教官敢想不敢言。

当然军训并不仅仅是“苦”和“累”。在与同学、教官相处的一个星期里，我感到了无比的快乐和充实，与以往不同。一句关怀的话语、一个灿烂的微笑······在我感到很累的时候，这些可爱的人们一直就陪在身边，让我可以有一个依靠的肩膀，每当那时，我总觉得有这么多可爱的同学真的是很幸福的事! 军训是具有强有力的凝聚力的，站在队列里就是这个团体的一份子，在做好自己的同时更需要与他人协调，这样才能使整体效用最大化。就像刚开始走正步的两天大家走得都不太整齐，有的快有的慢，经过几天不断的联系，我们二连整体得到了很大提高，踏起正步来有序有力，最后得到了营长和团长的好评，当我们齐步踏过阅兵式主席台的时候，我在心里为我们这个团队鼓掌。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。

每次军训完都会舍不得和教官分开，这次也不例外。有一种幸福叫先苦后甜，有一种快乐是苦中作乐。虽然感觉很累，但是很多的时候我们是快乐的，每次短短的休息间隙我们都能和教官一起度过快乐的时光。忘不了帅气的营长，柯连长可爱的酒窝，周连长的悉心教导，忘不了我们在受表扬后一起鼓掌加油，暮色下和教官一起军歌嘹亮，一连串幸福的剪影已在脑海里定格。就像教官叫我们唱的歌儿一样“军中的男儿也有情”，我们和教官的这种情谊是无法言表的，只在心里感谢这些铁血汉子教会我们的一切，并希望他们在以后的军旅生活中一路走好。

时间如行云流水一般，悄无声息地离开了，它给我们留下的只有军训时美好的回忆。唉!再也回不去了!如果有一架时空穿梭机该多好啊!但是，我只能匆匆跟军训道别。再见了，军训，再见了!你不止一次在梦里牵动我的心，让我拥有美好的心情，今天让我离开你，我却根本离不开了，是你让我的灵魂再度升华，让我从懒惰变得勤快……想到这，我再也控制不住了，竟哭了起来，泪水在不经意间打湿了我的衣衫……

**大学生军训体会心得篇十**

带着希望，带着梦想，我来到了大学—这个我憧憬了20xx年的地方。而上大学的第一项挑战就是军训。过惯了衣来伸手，饭来张口的日子，军训对于大一新生来说的确是一个挑战。

心里有些激动，有些害怕，我们出发了。还记得当时我们军训的地点是棋盘山。到达目的地了，不由的心生一股恐惧。因为周围都是山，向远处望去，连城市的影子都看不到。我心想，这回我不是完蛋了么?果不出我所料，第一天我就叫苦连天。住的是30多人的宿舍，窗户前面是一群大猪圈，一个挨着一个。晚上屋里潮呼呼的，还不时的传来猪先生和猪小姐身上的”香水味儿”。好不容易睡着了，又被蚊子给咬醒了，才发现自己没有放蚊帐。免免强强的挨到了第二天。早上醒了，眼睛却睁不开了—被蚊子亲肿了，只能睁成一条小缝，当时我连哭的心都有了。我心想我可能见不到明天的太阳了。吃饭的时候我们一桌子人围着咸菜和馒头发呆，这苦啊，可真是苦到心里了。

今天军训正式开始了。

头顶上是炎炎烈日，脚底下是沙石操场。就那么一遍一遍的练，我是四连的兵，我们的教官才20岁，对此我们佩服的五体投地。教官说我们站十分钟的军姿要比他们站几个小时的军姿轻松的多。

毕竟是20岁的人了，长大了。所以，所有的苦，所有的累，所有的不情愿，能让让别人看见，都要往肚子里咽。这条路是我自己选的，再苦再累都要勇敢的承担。那种感觉就像是吃了最爱的麻辣烫，放了许多喜欢吃的辣椒，辣的张不开嘴，掉眼泪儿，却什么都不能说。不知道当时哪来的壮志豪情，我不断的对自己说，你要坚强，要勇敢，战胜自己，做个强者。莎士比亚说，信念是指引人类前进的灯。就是拥有这样的信念，所以我一直坚持。

累了，就咬咬牙，实在不行，我就想，投胎做人我都挺过来了，这点困难算得了什么呢?别人看来，这样的想法很可笑，但是对于一个出门在外的没离开过父母的孩子来说，确是莫大的精神支柱。

就这样第三天的军训生活结束了。

教官说，军训第四天是疲劳期。这一点我深深的体会到了，全身像是散架子了似的。碰哪都像针扎的一样。本来就不白的皮肤晒的更黑了，变的粗糙了。细细嫩嫩的手出了茧子。生病感冒了，虽然有辅导员老师关心，但是还是很想家，想妈妈。这几天受的苦和心里的委屈冲破了我心底自认为很坚强的防线。

想到父母无微不至的照顾，想到躺在沙发上吃零食看电视的滋润的小日子，心里的那种酸酸的感觉就像是跌宕起伏的海浪一样在喉头徘徊。眼睛红红的，使尽力气把眼泪憋回去，脑袋中最后的理智告诉我，我可以自己瞧不起自己，但是我不允许别人消笑话我。可是，我还是坚持不住了。

第四天军训结束的那天晚上，同学们都在操场上围坐着聊天，我终于忍不住一个人跑到一边，拨通了爸爸的电话。本想和爸爸聊聊天，抚慰一下自己那颗不安的心。结果电话拨通了，我却哭的淅沥哗啦的一句话都说不出来。挂断电话，才发现自己旁边不知道什么时候多了好几个同学，她们拍着我的肩膀说，想家了吧，怕什么啊，你还有我们啊。

几句话让我泣不成声，这一次是感动的眼泪，欣慰的眼泪。突然间觉得自己不是孤独的一个人。更多心得体会请访问第一范文网心得体会频道。

晚上躺在床上，我想，我是幸福的。

**大学生军训体会心得篇十一**

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，我就是这样。心得体会

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到作文作文点，下午到作文点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。而且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人!

真金不怕火炼，患难考验友谊。―― 爱默生你可以百度搜索“招聘网”到达本站，

**大学生军训体会心得篇十二**

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了!

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运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

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。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性，我相信，无论在哪个岗位上它将使我终身受益。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?

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，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。

**大学生军训体会心得篇十三**

是同一个梦想让我们走进同一个校园，是嘹亮的‘立正’声让我们来到同一个训练场，我相信同学们和我一样，怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次‘洗礼’完成半个月的校园军训;亲身体验一次军人生活的艰辛。增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格青年学生。

一、校园军训任务重，提高认识

大家都知道入校前参加校园军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课;它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感;它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的基础。

二、刻苦训练纪律严，以苦为乐笑满面

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城;只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚：无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗?还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗?那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神;还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中---“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历……我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀!军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中回荡，动人的旋律从口中有节律的蹦出陶醉着整个操场，回荡在每个角角落落，大家更是用震天的掌声，欢乐的笑语对“歌星”抱于衷心的感谢和真诚的祝福。

三、欢歌笑语送祝福，精髓实质要记牢

欢乐的笑声覆盖了训练的苦累，美好的祝福送给我们尊敬的老师，和辛勤的教官，留给自己是一份回味，一份责任一个个崭新的挑战，一种不懈的努力。

无论怎样的风浪，无论怎样的艰辛，只要我们拥有一种力量一种不屈不挠的精神，我坚信大家一定会步步高升，只要把这种精神贯穿于学习中，相互学习，共同进步，自觉遵守校规校纪，增强集体荣誉感，努力营造一个美好的环境，创造和谐校园做一名遵规守纪的文明的学生，成一个对社会有用的人。

结束了两个月略带慵懒的暑假，我们来到了小别的富春校区。太阳没让我们得意，好在和风吹来些许凉爽。今天是军训的第一天，一片迷彩蓝绿让人觉得愉悦，却也有它自带的严肃。不禁想起三年前初入高中的军训，青涩的脸庞，豆大的汗珠，灼人的烈日，而后就是三年的欢笑与刻苦。今天的动员大会振奋了人心，让我也有拼这十几天，拼这三年的冲劲。

大会后的集体活动更是有趣，增进了大家伙的团结，神奇的是，大家别了两个月，彼此间的默契并没有少，与大家一起训练，相处，定是很开心的。最后，下定决心，任你烈日当空，我心坚韧如石，我，准备好了。

**大学生军训体会心得篇十四**

时光流逝，转眼间，高中也已成为了过去，我们将迈入大学的大门，去感受与众不同的生活。为期七天的军训成为了我们进入大一学习的第一课。

进入大学，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，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，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。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇与欣喜，对即将迎来的集体生活也充满了无限的渴望与憧憬。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。这些都说明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。

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热。我们顶着炎炎的烈日，在训练场上进行严格的训练：稍息与立正、蹲下与起立、正步走、跑步走……每一个动作都教官都要求我们做好、做到位。等到我们较熟练后，教官便会按军人的要求严格规范我们。

每天上午两小时下午四小时的训练足以让我们累得全身散架，晚上还要学习军体拳的打法，每一个动作都要做的强而有力才能过关!

就这样，我们每天重复着同样的动作，尽管不时会学习新的姿势，但对于我们来说都是枯燥无味的。每天的训练时间是一天中最热的时候，汗水湿透了衣衫，浑身上下都被烈日晒得十分不舒服，可是没有一个同学退出，即使是生病，也会带病继续练习……

也许是同学们认真的态度吧，我们收获到的显而易见：军姿纹丝不动，跨步整齐有力，口号清晰响亮……七天下来，同学们晒黑了，但却磨练了意志，提高了自己的身体素质。同学之间有了默契，学会了团结与鼓励，更懂得了坚持的真正意义……军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。我们体味的真真切切…。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力是无比巨大的!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，谁才是战胜了自我的强者。

有人说，军训是酸甜苦辣的结合;也有人说，军训是对身体的折磨。而我想说：军训就像是一块儿磨刀石，而我们，是待磨的刀，军训之后，我相信，每一把刀，都会更加锋利，更加闪闪发亮。

正如临行前，妈妈告诉我的：如果你能把军训挺过去了，那我相信，再大的困难，你也能克服。

军训教会我太多太多，比如怎么去珍惜，怎么去尊重，怎么去生活，更重要的是，怎么去坚持。

在军训中，我们坐着的时候，我们通常想躺着，而站着的时候，又通常想坐着，可当单脚站立时，我们又只渴望双脚着地了。可我们为什么不学会知足一点儿呢?在站着的时候，想想单脚站着的辛苦，那么站着不就变舒服了?而坐着的时候，为什么不想想站着的累?那样比起来，坐着不就是享受了?所以，只要我们学会珍惜现在的，就会更轻松快乐，而这些，都是军训教会我的。

我想，在军训之前，我们之中的很多人都要求过别人尊重你吧?而这个“别人”所指的，有可能是父母、老师、或者朋友。可是，我们是否去想过怎样去尊重别人呢?在军训后，我们知道，别人在对你讲话时，你不认真听，那是对别人的不尊重;别人在很严肃的处理事情的时候，而你并不严肃对待，也是对别人的一种不尊重。

这种不尊重在生活中有太多太多。而更重要的并不是这个。而是军训让我们明白了，在要求别人尊重自己之前，我们必须先学会怎么去尊重别人。

大概同学们都是家中的“唯一”吧?不会这个，不会那个，衣来伸手，饭来张口。而在校军训，我们什么都必须靠自己。不仅这样，时间上的限制，更令我们慌乱不堪。

第一次上早操的时候，有没穿袜子的，有没时间梳头的，乱七八糟的事情，让大家筋疲力尽。可是在经历过无数个第一次后，我们就长大了，学会了怎么去生活。而这些，都是我们军训后的生活。

军训，磨练了我们的意志，让我们彻底的体会了“只要功夫深，铁杵磨成针”，就如站军姿的时候，再不舒服也不能动，再氧也不能抓，度秒如日，而当教官叫我们停的时候，我们才发现，原来自己是可以坚持的。于是，在心中暗下决心：从今天起，坚持到底，决不偷懒!

军训，教会我们好多，告诉我们好多，这一定会让我们在以后的学习生活中，受益匪浅。

炎热的太阳在磨练我们的意志，滚烫的大地在考验我们的耐力。军训——单调烦躁，军训——艰苦难忍。军训难道只给我们留下这样的回忆?

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，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，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊!

操场上走着一个个队列，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。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了!在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟;在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着!

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡!对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍……大家都希望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”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

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。

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，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。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。

虽然明白明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的。只要我有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在军训过程中，我欢笑过，流泪过。今天，我经历风雨，承受磨练。明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的甜。累，我体验到超出体力极限的快感。

军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

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