# 最新大学生军训心得体会500字(七篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-08-30

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。大学生军训心得体会篇一我感觉要放弃的时候坚持，在感到要失败的时候...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**大学生军训心得体会篇一**

我感觉要放弃的时候坚持，在感到要失败的时候坚守，在感觉为外人所怀疑的时候坚定，这也许就是奋斗的青春。以下是小编整理的关于大学生优秀

军训心得体会

，欢迎大家参阅。

天空还是蒙蒙亮，像是皮影戏时的灯光打在了幕布上。林荫小道上来往着或是步履匆匆的军训新生，亦或是手抱书籍、悠然闲适的学长学姐，一天的军训历程便在渐渐放明的天色下拉开了帷幕。

“稍息”“立正”，教助的声音响起，齐刷刷的脚步声回荡，踏在了厚实的黄土之上，像是群龙的怒吼，震天的呐喊似乎吵醒了还不愿离开云的怀抱的朝阳，它惺松着眼，将光亮洒下，漫开。帽檐下的脸洋溢着朝气。

早训过后的早饭时期间，三三两两，笑着，闹着。我似乎体会到了类似陶渊明笔下“阡陌交通、鸡犬相闻”“黄发垂髫、怡然自乐”的农乐之趣，宁静美好。饭后仍有闲暇，大家分散地坐在了训练场地的各处，树影斑驳，微风拂过，将光影波动，如水纹荡开。风轻跳过指间、发丝……也抚去了心中的躁意。

接下来便是正式训练了，已往总道，入寿几何逝如朝霜，时无重至，华不再阳，但今日不由感慨时间如蜗牛，只是三四个小时，却胜似五六年。汗水从脸庞滑过，因久站而微微晃荡的身体，僵硬的四肢无一不昭示着此时的疲劳。因眩目的阳光而微微眯合的双眼在教官的一句“很不错，保持住”下瞬间张开，嘴角扬起。有时快乐便如此简单，仅是因为努力有了收获!

是谁说过：“每一只蝴蝶都是花朵的灵魂，回来寻找它自己。”蝴蝶的身姿总是轻盈而美好的，让人羡慕，然而破茧成蝶的过程却是痛苦难耐的，只有经历过，才有资格美丽。

军训到今天感觉过了很久，但离结束却还有距离，处在中间的时段是感觉最累的，然而心中总有一个声音告诉自己：“没关系，坚持下去，你可以的。”其实我也是想改变的，很多时候我总是用“间接性踌躇满志”“持续性混吃等死”来形容自己。我缺乏的本就是一种叫做坚持的东西，毕竟有的事咬咬牙也就过去了，不会有想象中的那么困难。

心似平原走马，易放难追。太过繁复的世界中，总会跳动着一颗颗浮躁的心，不会坚持，不懂忍耐，太过急切的想要往前走，后果便是错过一路的风景。生活总是不只有远方的，慢下来，每一个都是昨天的远方。

化茧成蝶，不仅需要去往远方的美好理想，还需要忍受疼痛的勇气，走好第一步，并且坚持，才能走好每一步，是大学的第一课，虽艰，虽苦，但坚持下去，或许在那条通往远方的路上，我们会找到一个新的自己。

挨得过狂风暴雨，才能一睹绚烂年光;顶得了烈日骄阳，即可体会苦中醇香;拼得过坎坷险阻，便能收获胜利骄容。军训中也同样是如此。

通过昨日反复特训，团队的心仿佛真被一根无形的细丝串起，统一摆起的手臂与水泥地上整齐的黑影交相辉映，与响亮的踏地声一起展示着我们努力的果实。而军训的练习不止如此，一波过后，还有很多，如海面上波涛一样多的集训等待着我们，而今天把我们折磨的精疲力尽的“罪魁祸首”便是正步行走。

正步行走的训练很是艰苦，把自己的一边脚高高抬着站立原地，这实在让我的绿色军裤下的双腿颤抖不止。和我一排的同学也是前后摇晃重心不稳，强烈的酸痛感让我的上下牙齿紧紧磕在一起。但就是这种训练的艰辛感让我的大脑真真实实的告诉我，我现在军训的训练场上，是在一个名为青春的场地上。“青春是用来吃苦的，青春是用来奋斗的”这句话平日里如果随口说出便会觉得很空，很大，但其实每句话语或大或小他们所要表现的都是生活里的琐碎，所不为人知的发光一面。生活的点滴是万物的来源，就像现在的军训场，我们的领悟来源于分秒的练习，正是这种苦让我懂得了青春奋斗的道理，正步的每一次抬脚都很累，拼尽全力的把脚尖，与地面分离，哪怕全身颤动也做好，这做好是非标准间的毫差，因为我在训练的艰苦中懂得了“青春奋斗”的道理。

我感觉要放弃的时候坚持，在感到要失败的时候坚守，在感觉为外人所怀疑的时候坚定，这也许就是奋斗的青春。

**大学生军训心得体会篇二**

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。由于上学期陕西省宝鸡市受甲流的影响，全院全体xx级的军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的激情仍然高涨，等待这次军训的到来。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景;震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。

两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身......军训亦是如此，，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。

是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

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!

**大学生军训心得体会篇三**

今天是军训的第一天，我早早地起了床，吃了早餐，最后跟爸爸妈妈告别了一声，就拿起背包去学校了。

一路上，我哼着小歌，高高兴兴地来到了学校。进了教室，看同学们都在互相议论跟军训有关的东西，显然他们都为这次军训做好了充分的准备。我放下背包，也过去跟他们聊一聊。过了没多久，我们的教官就来了，一见到教官，我们都傻眼了，没想到教官是个女的，姓汪，名叫汪佳。

我们跟教官谈了谈，教官告诉我们是九连，再把在军营里的要求简单地说了说，我们也把李老师教给我们的：“团结互助，为班争光。遵守纪律，听从指挥。”这16个字背好后，就要出去站队准备出校乘车去军营了。在出校门前，教官又用了20分钟时间让我们练军姿和坐姿，过后，才乘车出发。在车上，我们互相有说有笑，不到半个小时，我们就来到了军营，开始了我们的军训生活。

下了车，汪教官先带我们去领军壶，教我们怎么把军壶戴在身上，再把军营里的要求和规矩详细地讲了一下，接着给我们分配宿舍，我和肖晓汕、陈键濠、曾俊潼、陈凯杰还有邱迪6个人被汪教官分配到了105宿舍，我还当了105宿舍的宿舍长呢。然后汪教官就教我们怎样整好内务，汪教官给我们做了示范，让我们回去宿舍把内务整一整，到了时间就去检查。结果，大家都弄不好，汪教官就生气地把我们骂了一顿，罚我们全体同学蹲下，等过了一会儿，才让我们起立，大家的腿早已酸痛并麻痹，慢慢地站了起来。汪教官叫我们回去宿舍继续整内务。就这样，整内务就花了我们不少时间，因为我们整得不好，汪教官把我们都修理了一顿，让我们知道了女教官一点儿不比男教官差!

到了中午，汪教官就带我们去吃中午饭。军营里的午饭还不错，三菜一汤，营养还是够的。饭后，汪教官就让我们去睡午觉，不允许有任何人发出一点声音，更别说聊天了。睡到2点20分，我们准时起床集合了。突然发现天空变暗了，好像要下一场大雨，汪教官马上带我们去领军衣军裤军鞋，刚领完准备返回宿舍时，不料天空下起了大雨，我们只好到别的连队宿舍里躲雨，等了一会儿，见雨还没有停，又不能继续待在别人的宿舍里，汪教官就叫我们冒着大雨回到宿舍。

傍晚，汪教官带我们去吃晚饭。过后，汪教官给我们40分钟洗澡、洗衣服和整内务，晚上8点多来检查我们的内务，看谁整得不好，就去修理他。大家一听，吓出了冷汗，都把整内务水平提高了。可是，还是有20多个同学不及格，被汪教官罚他们做蹲下起立，累得他们叫苦连天，站都站不直了。看到这一幕，我心想：唉，好险我及格了，不然就惨了!……等他们做完蹲下起立后，汪教官就让我们去写日记，过了一会儿，汪教官就让我们去睡觉，我躺在床上，心里又想：这才是军训的刚刚开始呢，还有4天，难熬啊!……想着想着，我合上了眼，睡了。就这样，一天的军训生活结束了!

**大学生军训心得体会篇四**

练，就这一个字

在烈日下，重复着简单而枯燥的稍息、立正，在清晨微凉的雨中，齐步、跑步、喊着嘹亮的口号，在飞扬的沙土中，反复操练着军体拳的一招一式，这七来天的军训生活真可谓煎熬。而教官们也几乎没有一个还是好嗓子。在操场上训练的滋味的确不好受，毒辣辣的阳光肆虐扫荡，一片阴凉的休息地也没留下。而我们军训的目的就是要从这高中第一课中，不仅要练出个“军人样”，还要学会忍耐，学会坚持，学会同甘共苦，学会适应。“军训是什么?练，就这一个字!”一位新生说道。

教官也“疯狂”

在教官的鼓动下，同学们“放肆”地拉起歌来。“来一个!来一个!”“冬瓜皮，西瓜皮，不唱就是耍赖皮!”于是，《团结就是力量》从这边拔地而起，那边《打靶归来》赢得阵阵掌声，“周杰伦”才唱罢，“林妹妹”又登场各地风味，经典流行，齐聚一堂，歌声、笑声，此起彼伏。短暂的军训休息时间成了赛歌会，好不热闹!而此时教官也一改往日的一脸严肃，和同学们一起“疯狂”起来：一会儿担当指挥，一会儿客串主持。同学们自然也不放过教官，“教官，来一个!来一个!”教官们大大方方露一手，雷鸣般的掌声又再次回荡在训练场上。

走过检阅台

依依惜别情

今天是最后一天我们通常意义上的军训了。大家都在感慨，时间飞逝，不即遮挡。虽然在军训过程中，同学们老爱抱怨，但到了要和军训暂别与教官说再见时，大家真还有些依依惜别之情。心底的文字堵住出口，我已失去表达，字字生涩。

军训，就是这么一段难以忘怀的经历，一份值得永远珍藏的回忆。军训，让我体验了这非同寻常的生活，更让我感受到了人间的这一份真情。这时我才真正想到，就是这生活中的酸甜苦辣，使生活如此美好。

**大学生军训心得体会篇五**

军训是大学的开学的第一课，其目的就是增强学生的国防知识，培育爱国情操，锻炼大先生坚强的意志品格等等。不知从什么时分末尾，大学生军训的味越来越淡了，与真正意义上的军训的距离越来越远了。其时间在紧缩，内容在增加，强度在下降。现如今，只剩下在学校的操场上“稍息”、“立正”、“蹲下”、“坐下”、“起立”、“整理着装”、“行礼”、“喊口号”、“四步走”(齐步走、踏步走、跑步走、正步走)、“五向转”(向左转、向右转、向后转、向左45度转、向右45度转)。“军体拳”也不过是拉两个连对过去练练架势，就更别提关于武器装备和军营生活方面的内容。更曾经的那些教员所描画的大学军训简直就是大相径庭。

没进过军营，没阅历过军营生活，没接触过武器装备，这就不是真正意义上的大学军训。这样的军训训练出来的先生军战役力在哪呢?军训的意义又在哪呢?说白了，就是搞方式，走进程，甚至连一些做得比拟好的中学军训都比不上。所以说，大学军训正轨化势在必行!

大学生是年轻的一代，搞好军事训练，深化大先生国防看法，培育大学生优秀品格，意义特殊!

就国防方面来说，一支具有一定战役力的先生军，必要时拉出来就是一支拥有数千万之众的人民军队，是国防实力的重要组成局部。

就社会现状方面来说，当代大学生全体素质较低，严重缺乏责任感、危机感、组织性、纪律性。正轨的军事训练是一次拉近大先生心灵与理想方式距离的时机，是一次用理想对大先生心灵停止塑造的时机，更是改动这种不良社会现状的一剂良药。

“实干兴邦”,望今后的大学军训能更正轨一些，次数上也更多一些(每年都来个一两次)，造福于先生，造福于民族!

**大学生军训心得体会篇六**

军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑和辛苦这两个概念。而伴随着军训日子一天天过去的经历中，我似乎又收获到了一些不一样的东西。

这个秋天的太阳比哪一年都热烈，即便校园内绿树成荫，却总也挡不住烈阳的照射。阳光不偏不倚地透过树叶洒在我们的脸庞，稚嫩的我们身着蓝色迷彩服，头戴蓝色帽子，整装待发，走着整齐的步伐，准备开始新的一天训练。

操场上是整齐一致的步伐，阵阵秋风拂过发梢，汗水顺着脸颊滴落，炽热的阳光烘烤着我们。在教官一遍又一遍的悉心教导下，我们从最开始站军姿摇摇晃晃到昂首挺胸，从蹲姿歪歪扭扭到坚直挺拔，从互不相识到团结一心。在这一训练过程中，我们被罚过，奖励过，痛苦过，也开心过，心中有着说不出的酸甜苦辣，有着道不尽的无可奈何，但却慢慢懂得了这就是人生最难得的体验。

这一次军训，让我懂得了何为“无规矩不成方圆”。教官教我们文明用语，礼仪礼貌，教我们整理内务，也许这对于他们而言并不难，但对于我们却不易。

于我而言，在这场军训中，艰苦难熬。许多连都在练踢正步，走齐步以及踏步，整齐划一，每个连的口号声一声比一声大。反观我们连，歪歪扭扭的齐步，劈里啪啦的正步，似乎我们连永远都走不齐。但是二营三连的同学们丝毫不松懈，不放弃，调整好队伍又重新训练起来。即使练到腿脚酸痛，喉咙喊破，我们连也从来不会低头，而是一直勇往直前。

在周五的

**大学生军训心得体会篇七**

七天的军训结束了。

在这短短的七天里，我学到了很多很多……

对我来说，由于初中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我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。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

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”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，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。我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的七天的军训里，我们每天都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。

在这短短的七天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我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。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：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?。

军训即将结束，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗!相信幸福之神正向我一步步接近!

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