# 2024年军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学(十三篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-08-30

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇一在这些日子里，我们学会了一些军歌...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇一**

在这些日子里，我们学会了一些军歌，突然发现军歌也那么的有味道。同时我们自己也学到了许多，我们懂得了如何管好自己，调整好自己的作息，如何更加规律的过好自己的生活。我也学会了坚持到底，学会团结协作，学会严谨对待。我想，这就是军训的宝贵之处吧。这段珍贵的回忆我将放在心里，永远不会忘怀!

军训一晃而过，回望这四十多天的泪与笑，我不禁心生万千感慨。入学前，我曾听说“军训是真的很苦很累，但同时也会成为你警校生活里最值得珍惜的回忆。”我在半信半疑中展开了军训。

军训中最让人头疼的莫过于内务整理，事无巨细甚至可以说是严苛的卫生标准，让我不得不痛改往日的邋遢懒惰，开始认真对待内务的一点一滴。从不厌其烦地压被子到耐心地捋被褶儿、修被角，看着一床普普通通的被子，出落成方方正正的模样，好像呵护多日的花朵终于绽放，令人莞尔。我慢慢喜欢上了这看似乏味的事情，因为它在用无言的方式，展现着一名预备警官应有的素养与风采。

从炎炎夏日的九月到秋风渐起的十月，军训的苦与累已接近尾声。在这期间，从未接受过严格训练的我不止一次在繁重的训练中打过退堂鼓，好在，我挺了下来。而如今，我们已经能够踢着整齐帅气的正步，气势磅礴地走过主席台，充分证明着，泪水和汗水最终浇灌出了胜利的花朵。

我们一起看东方翻起鱼肚白，一起等月亮慢慢爬上来，一起在欢歌笑语中度过一段段美好的时光。山警永远严肃活泼，山警也永远温暖如家。时光不语，我们不散。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇二**

进入了期待已久的大学，我的内心却是十分的沉重，在来大学之前，我已经通过网上的一些相关资料对大学有了一定的了解，大学入学后的第一件事，不是上课，而是为期二十一天的军训。

我不禁想起了我高中的军训，那时只不过短短七天，但已经让我感到非常的难熬，这次居然要二十一天，我从未觉得人生是如此的漫长。到了第二天开始军训的时候，认命的我换上了军装，凭借着高中军训残留的那一丁点的印象，把我当被子叠成了一个豆腐块。这个被子稍微有点薄，因为是一年里最为炎热的时候，所以我晚上只盖了一层薄薄的空调被，这就导致了我在把被子叠成豆腐块时，它的中间总是很容易塌陷下去，花了不少时间在被子上，于是我军训第一天就差一点点迟到。

在操场上，教官站在我们面前，等到我们安静下来，教官才开口，他一开口我们班上的不少女生就发出了“哇”的声音。好像是因为教官的声音很好听，对此我有些不能理解，她们不知道在几分钟后，这个磁性的声音会说出多么残忍的话。

第一件事就是跑圈，几圈下来，体力本就不好的我已经完全撑不住了，嘴里大口大口的喘着粗气，可还没等我休息完，下一轮训练就来了。第二个是站军姿，我们正好是面对着太阳，汗水顺着我的脸颊流下，可是我丝毫都不敢动，稍微动一下，说不定我们站军姿的时间又要延长了。站完军姿之后就让我们蹲下，右腿半跪，左手放在膝盖上，挺直腰杆，这个姿势最为累人，可我还是坚持下来，这个时候大概是我最有毅力的时刻了。

学校的新生经过了第一天的军训肚子里都早已空空如也，刚刚下训，这些人就如同没有缰绳的野马一般，疯狂的奔向食堂，这个场景看的我完全不敢插进去。等到大部分人吃完了的时候，我们才进去，那顿饭的饭量很足，大概是食堂的阿姨也知道我们军训很辛苦，吃得我格外的香。

吃完晚饭后休息了一段时间，然后我们又得回去继续军训，晚上还是稍微轻松了一些，至少不会有猛烈的太阳再盯着我们，训练了两个多小时这一天的军训才算是结束，我们陆陆续续回到了宿舍。

躺在床上，我久久不愿起来，但这才是第一天，不过第一天坚持下来了，相必之后的二十天我也能坚持下来。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇三**

在经历小学六年的风霜雨露后，我将进入一个新的学堂--初中.在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训.在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落.这对我来说，简直是一种煎熬.因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸.这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我.我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人.经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑.看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔!

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的.它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验!灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。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，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，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，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗?那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树;雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹;溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

在这里，我们尝到了种.种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩;那倍受关注的拔河比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚……

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好!

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩!

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇四**

一次真实含义上的军训是咱们进入大学学习的榜首门课程，信任也是影响咱们人生旅程的一次特别历练。

或许咱们在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体会，但真实阅历大学军训后，你们或许恍然间有一番全新的感触，一旦融入，连寻常平铺直叙的学习和日子都变的愈加充分而有含义。

在现在这个政治稳定调和开展的社会，咱们很难去想像那些激战疆场，干戈相交，乃至来不及备置棺木而赴汤蹈火的武士兵士们，有着怎样的特殊气质与逼人气势，咱们只能循借着九年前那次举国重视的阅兵典礼，去思忖，去揣度，去好好赏识乃至去享用武士们傲岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风貌，毫不留情的赢得许多人的不停赞词与忠诚崇拜!

当数位教官们以强健的脚步，勃发的神采，高呼着标语，脚踏着齐步显示出武士雄壮的风貌时，那又是一种多么摄人心魄的壮丽现象：寥寥无几十几人的行列，却能垂手可得的营造出绝尘而来的恢宏气势;一身棱角清楚的戎衣，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果!本来，不管是出于何种原由，身处何种地步，他们都会以独归于武士的姿态示人，决不迷糊!

简略的碰头典礼让咱们相识，在今日一天的操练中让咱们愈加深入的知道了对方，操练中他们响亮的标语更显示出了他们作为共和国安定与平和的保卫者的形象，咱们从电视上也看见过他们那坚毅挺立的身姿，可是当他们真实的站立在咱们的真实的站立在咱们身边的时分才感触到，他们其实间隔咱们怎样的近，近得触手可及，这是才真实的感触到其实共和国的保卫者就在咱们的身边。

看着操场上的一个个规整的方队，听着耳边传来的一声声响亮放入标语，以及一个个规整划一的姿态，在我的眼中一切都是怎样的新鲜，站在那里我似乎置身于军旅的海洋之中，体会着芳华的奋发向上与繁荣。我一向信任“年青没有不可以”，在军训是尽管站立军姿的姿态并不是很规范，尽管双脚麻痹得如同现已不归于我，可是我这要为自己拍手我坚持了下来，我并不比任何人差!我诚心的对教官们说一声谢谢，他们诲人不倦的纠正咱们的一个个过错，严厉但不是粗犷，关怀但不是放纵。

在一天的军训中，我收成了许多，永不抛弃的精力、团结便是力量的真理，这些常识与经历都将给咱们的将来铺下坚实的柱石。我一定会好好爱惜何来之不易的时机，好好练习自己培育自己的体质与毅力，做一个合格的大学生，无愧于己，无愧于人。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇五**

军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去煅炼，去磨砺，其目的是：增强国搜索防意识与集体主义观念，培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力;军训，还能提高我们的生活自理能力，培养思想上的自立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。

这就需要我们在军训过程中，我们不但要领略军人们无私奉献的伟大精神以及不怕困难的崇高品质，也要发扬我们“同心协力，艰苦奋斗”的光荣传统。我们要坚持铁一般的纪律，严于律己，服从命令，坚决完成各项训练任务;大家要用顽强的意志，用敢于吃苦、勇于拼搏，发扬“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神，彻底完成军训使命。

所以，我们进入中学学后的第一件事就是军训。

初闻军训，我总以为是一个很好玩的节目，可是我错了。

军训晴朗时，天空一丝云都没有，只有那个炙热的太阳残酷无情的直射下来，自己好像成为了一个蒸笼，一点点地将躯体烤熟。而汗水排洪似的往下淌……

军训六天后，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了我的耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。首先，定好目标;然后，要有一种不怕苦、不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地向目标前进;接着，遇到困难时绝对不可以向挫折低头，更不可以半途而废，否则之前做的都会白费心机;最后，只要坚持，就会成功。我深深体会到作为一名军人有多么辛苦和不容易。虽然我腰也酸、腿也疼，有时候还乱动，但是我依然咬牙坚持着完成会操。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。这难忘的军训经历令我终生难忘。如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页;如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了，很累，而且有酸酸的感觉。教官已匆匆地走了，却留给我们深刻的回忆。军训究竟带给了我什么?其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形，而是在磨练我们一种意识;一种吃苦的意识;一种坚持的意识;一种团结的意识;一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇六**

对我们很多人来说军训的确是我们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，能磨练人的坚强意志。

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”。也算是最大的体会吧。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。教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会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。

在这短短的几天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这几天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉，那是我们的汗水，但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌。大家讲的更多的是来自哪里?分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

从这次军训，我懂得了：用心的投入去做一件事情，总会有很多的故事，点点滴滴。训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点半熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人;在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。

我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。不容置疑，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?

军训有苦。每天早上六点半起床;从七点一直训练到十一点;烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦;喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水;脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量;有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇七**

在家度过轻松愉快的暑假生活后，我们终于踏入了大学的校门，跨过人生道路又一个入口。军训是每个大学生必上的第一课，作为新时代的天之骄子，我们负担着振兴祖国的大业，只有拥有强健的体魄，坚强的意志，严格的纪律才能出色完成这一任务。

在酷暑烈日下，我们重复着稍息、立正、齐步走，在微凉细雨中，我们喊着嘹亮的口号。在操场上训练的滋味的确不好受，毒辣辣的阳光肆虐扫荡，筋疲力尽的汗水湿透衣衫。在整理内务时，我们叠着豆腐被，齐心协力把寝室打扫的干干净净、整整齐齐。而我们就是要在教官的谆谆教诲下锻炼自己的意志，学会忍耐、坚持、适应、团结。

还记得刚学立正时，我就疑惑，为什么体育课中要常做的动作，早已会的动作，教官要如此仔细地讲解，为什么一个左转一个右转要教官如此煞费苦心地让我们练习，实践出真知，军训让我明白，小小一个立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的博大。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。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。而军训更教会了我超出这以外的东西，那就是认真对待自己的错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误，那是一种真实的美，不刻意隐瞒什么。

其实军训也并非是常人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。你来一首，我拉一首，气势豪迈的《团结就是力量》，宛如一缕春风拂过心头的《军中绿花》……大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心……令人难以忘怀。而这些都是我们平日中未曾感受到的。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”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。唯有经历过身体上的磨练，才能造就精神上的洗礼，我们以后仍需更多锻炼才能成熟，才能在社会大潮中寻到属于自己的港湾。

白驹过隙般的时光像一条潺潺流淌的小河，仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句点就来到了眼皮底下。回首丰富多姿的军训生活，我更多的还是感慨--“忆往昔峥嵘岁月，数风流人物，还看今朝。\"

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇八**

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严。多少曾娇的女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景。我骄傲我是其中的一员。

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头;跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤.我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们劳记”流汗流血不流泪”。

蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害集体受罚.军训中我们懂得团结，我们铭记”团结就是力量”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的 视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏.军训中我们学会坚持，我们深信”坚持就是胜利”。

”寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”同学们长着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训.军训中，我们正在长大。

军训是艰苦的，我们是快乐的。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇九**

顶着烈日，我们x中学新高一全体学员驱车来到蔡甸区野战国防园，开始了为期x天的综合实践活动。

我们是初入高中的学子，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，一种对自我的挑战。

这x天，我们都是离开温室的花朵，要学会自力更生，独自面对生活。要做到这一切，我们必须改掉常日娇气的习性，从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来接受阳光的洗礼，面对种种的考验，学会吃苦!

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。教官说，不严格的军训是锻炼，而严格的则是磨练。对，作为一名实验学子，我们就是来接受磨练的!

在军训中，的确很苦很累，苦在脚上磨出的泡，苦在踢正步而麻木的腿，苦在站军姿时酸疼的背，苦在烈日下黑黝黝的脸颊。军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。

但每我当我的脑海中响起“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”的铿锵口号，意志都让我坚持了下来。都说人的意志是可以战胜肉体的，的确。军训就是一种人生体验，是一个磨炼意志的良机，是一个战胜自我的过程。半途而废，意志薄弱对于我们来说都是一种耻辱。

现在回想起来，当初的忍耐与坚持何尝不是一种快乐，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?

其实军训也并非是常人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，倾听演讲的激昂，享受同学们表演的乐趣，分享室友们的生活小事。

军训给我最美好的印象就是是同学之间纯洁的充满人情味的关系，这八天让我们充分了解彼此，互帮互助，相互关心，让我们了解到各种各样的同学的多才多艺。与室友的八天朝夕相处也让我们学会自立，自理，懂得怎样与他人磨合，懂得欣赏他人的优点。

八天的军训，对于每个人都有不一样的滋味。而对于我，军训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，扎根在我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

这一切，才是综合实践活动的真正意义所在!

人生道路上，应该印满自己的脚步，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。

感谢军训，在我的成长之路上刻下一个永不会磨灭的深刻的脚印，它正指向勇敢与坚强!

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇十**

8月12日是一个很值得忘怀的日子……因为这一天是我等来了梦寐以求军训的军训生活。

这天一大早，老师领着我们走进了一个会堂，部队的教官和我们校园的领导在台上讲话，我们都在台下认真的听着……

仪式结束后就到了我们住宿的地方，我们是8个人一个寝室，透过这几天的训练，我们几个人已经成为了要好的朋友，我们寝室的同学们都很有组织，有纪律。我们8个人都十分团结，因为我的床距离门口最近，所以寝室的同学们选举我成为我们1218寝室的寝室长。我敢说，这几天我没有辜负同学们和教官的期望，也对得起我这个寝室长的称号，我把我的工作做的很努力。

到了吃饭的时候我们都是先站在楼下，一路一路的同学往食堂跑去。还务必得拐直角，到了食堂，务必军姿站好，站在饭桌边上。等到教官说坐，才能够坐下，教官再说开饭才能够动筷子。其实在这几天我没一顿吃饱饭的，我挑食，那些菜都不爱吃，但是，我回家之后可不再那么挑食拉，我明白了饿的感觉，是那样的不好受哇!

几天中最累的就是训练了，真的是魔鬼般的阿，每个动作都要做到位，一停下来就要军姿站好，不能够随便乱晃。我们的教官给我们立了一个班规，就是“蹲姿”!每当我们听到这个词的时候心里都微微一颤，突然间充满力量，不敢懈怠。教官一遍一遍喊着口号，我们一遍一遍训练着，真的好累.有一次我们去看电影《唐山大地震》结束的时候，我们到外面站排，我抬头望见天空很美很美，真有种星空的感觉，我还看到了北斗七星呐!我们都很兴奋，叫着喊着，很怕别人看不到这美景。回到寝室楼下，我们的教官很生气，让我们在楼下站了足足快有一个点，我坚持了好久，最后，流出了眼泪。我实在受不了了，身体都很酸。但是我还是一动没动，心里默念，并期盼着能够回到寝室的床上。

这次军训，还有一个小插曲，就是晚上不明白是谁把我们寝室的灯打开了，结果等我们回去的时候屋子里全都是各种各样的虫子，有蛾子，有蚊子，有蜈蚣，还有一种我们叫它“会飞的蟑螂”。我们打了报告，教官来到我们寝室，突然我发觉我脸上仿佛有什么东西，用手一摸，原先是那蟑螂，“阿”!天哪，真的当时吓死我了，我能感觉到它一向在爬，本文来自吓坏我了。不一会，我们寝室的人几乎都一齐哭了起来。教官看到我们的样貌，并安慰我们说，别害怕，我来给你们一个一个消灭掉。最后在教官们的齐心协力下，我们寝室的“昆虫展”最后结束了!折腾了一天的我们也都累了，迅速地进入了梦乡……

我们每一天都起的个性的早，每一天4：00就得起来，不然5：20吹起床哨再起来，洗漱的时间就不够了……我们真的是“睡的比平时早，起得比鸡早阿”!

这几天之内我们洗了一次澡，去了2次服务社，还有教官晚上教我们唱军歌。虽然很累，但是也挺搞笑的!

我们这几天的努力都是为了最后一天的会操和分列式，到了最后一天我们都精神饱满的迎接军训闭幕式，和军训表演，当我们走向主席台的那一刻，我看到领导、老师、和教官们满意的眼神与微笑，我们明白，我们这几天的努力都没有白费。我们在这次军训中成长了自己，同时也锻炼了自己能吃苦耐劳的精神，让我们在今后走向社会，走向未来的实践中获得锻炼。这就是我们来此的真正目的。

虽然很辛苦，但是教官和老师更辛苦，能够听见，每一位教官的嗓子都是沙哑的。老师则是陪伴在我们训练的时候，要是谁驼背了，老师给直;谁生病了，老师嘘寒问暖;谁晕倒了，老师去扶;谁胃疼，老师给接热水。原先我本以为，教官就是爱折腾我们，但是经过这几天的本文来自相处，我明白，这只是教官的工作，他们只想让我们明白什么叫做军事化，什么叫做部队。虽然短短六天的训练时间不能改变我们什么，不能让我们在生活中也像在那里的时候那样做，但能够让我们明白什么是群众的力量，什么是自力更生，让我们从中成长起来。让我们明白“风雨之后，彩虹依旧”!

感谢你，我们的教官，感谢您，我们的老师!

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇十一**

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”。也算是最大的体会吧。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。原本无味的生活也不是这样.教官也有可爱的一面，平时都会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.呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大.汗。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。不容置疑，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?

军训有苦。每天早上六点半起床;从七点一直训练到十一点;烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦;喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水;脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量;幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。

还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出现在我眼前。在我惊叹原来被子可以这样叠时，我也感叹它可以锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制、自“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧!

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。七天的军训，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。 “稳住就是技术”“要的是质量的，不是数量”这一句句经典的话语在心里回荡，就这样，七天的时间转眼就过了，说真的，现在要离开这个曾经让我讨厌的地天，还真的有点舍不得。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者.曾经，我们一起欢笑过，流泪过.今天，我们一起经历风雨，承受磨练.明天，我们一起迎接绚丽的彩虹.苦，让我们一起珍惜现在的甜.累，让我们体验到超出体力极限的快感.严，让我们更加严格要求自己.天空愈晴，星辰愈灿烂，七天谓之辛苦的军训后，我们的灵魂将得到升华.我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天，让我们大声说：军训，感谢你，感谢你，军训。

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇十二**

我们的教官是我们学校请的教官中最狠的一个!其实也不是狠，而是对我们的要求十分十分的严格!让一个作为新生的我们在开始的几天中很是受不了之中我们自认为是变态的魔鬼军训!第一天我们都在按照军训的正常程序在站军姿。可是我们的站立时间却与一个其他新生所站立的时间大大不同!别的方队都是站了半个多小时就坐下休息一会!可是我们则不然!我门在开始军训的第一天下午就站了3个小时!中途只是休息了不到十分钟!勉强就算十分钟吧!而且!这十分钟里的我们只准站着原地活动!不让蹲下和坐下!“残忍”吧!

时间一天一天的过去了!我们在教官的严厉加“残忍”的训练方式下逐渐的适应了过来!在几天成果的小检测的比赛中!我们方队获得了与汗水同等的第一名，也有幸的被选为军训新生中学习“付虎拳”的表演方队。我们都欣喜若狂，以为这样就不会在去学习踢正步。消减了踢腿之苦。可是万万没想到的是练习的项目里有的很多要练习马步!哎!比踢正步更累!

仍然严厉“残忍”的打拳，仍然严厉的眼神，可是却多了很多汗水。

十五天的军训生活终于到头了。在最后的阅兵式中，我们方队的到了校领导以及首长的高标准赞誉。首长说我们如果在给我们十五天的同等的军训生活，我们方队就可以同新兵连毕业的士兵等同。我们的教官也因此会得到提等的优先机会，而且也为学校争得了学校历届新生都没有的首长的高度赞扬。

天下无不散的宴席。最后教官集合时!我们方队全体成员都发自内心的一起喊了句“教官再见”.都说“男儿有泪不轻弹”,可我们的眼里却都是热泪盈眶，只是我们都把这离别时的泪水咽到了心里!用这离别的热泪浇灌我们心中那军训时教官为我们种下的情感之树。教官的心我们也懂，他同我们一样，不舍得。但作为军人的他始终把它藏在心低!在此我真心的对来自沈阳军区的王千教官说声保重，谢谢您这十五天对我们的教导，我们会将这军魂永远的留在心里，并让它成为心魂。请相信我们。谢谢您!

此时的话已然太多，想说的太多……

**军训心得体会感悟300字 军训心得体会感悟大学篇十三**

大学军训生活虽然是短暂的，但我的收获应该是丰硕的;军训生活是辛苦的，但却不乏激动，甚至更多的是感动。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。

心目中的军训是紧张与艰苦的交响乐;心目中的军训更是无常地响起那集合哨音，还有那烈日炎炎下的大集合、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，但我也相信这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良好契机。心里虽有些说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这又何尝不是一种快乐，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。

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，场下更有我们那嘹亮的红歌、军歌。不积小流，无以成江海。没有每个人的努力，就不可能有一个完整的、高质量的团队。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。

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。

对于人生而言，这x天只是转瞬即逝的刹那，但就是这个刹那却将成为我们人生的记忆长河中一朵绚丽异常的浪花，因为它给予我的东西很多。在军训中我学会了去勇敢的面对一切困难，并且用智慧与毅力来克服;学会了挑战自我，超越自我，这对于我今后的学习生活是一个良好的开端，我们要在今后的学习中发扬这种精神，不断向着目标迈进。

x天的大学军训一眨眼就过去了。在军训时没有想过离别，不过在想到我们即将和教官道别的时候，我真的有点想哭，但是我一定会忍住。人的一生总是会有分开和离别的，别想那么多了，做好教官教我们的，努力践行。一定要把这次军训学到的用到学习和生活当中去!

我当然也不会忘记在这些天里建立起的同学友谊，在这个大家庭里同学相互帮助，相互激励，团结共进，多了一些理解，多了一些忍让，多了一些谦虚，多了一份团结。最后这几天，我感觉自己一下子长大了许多，懂事了许多。从幼稚的孩童成长为羽翼渐丰满的雏鹰，就要展翅翱翔了。

最后，我从内心深处感谢领导、教官，感谢所有为我们付出的每一个人!

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