# 最新大一军训心得感悟100字(八篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-08-17

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。大一军训心得感悟100字篇一...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

**大一军训心得感悟100字篇一**

太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍!真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家娇生惯养的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光!

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念;提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质!

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们的收获，让我们一起向逝去的时光说声bye-bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

**大一军训心得感悟100字篇二**

秋天，秋高气爽，我们迎来了大一新的学期，军训的第一天对我们来说是最难受的一天。

我们是下午军训，在第一次军训的时候，教官要求我们站军姿，我们过了一个松懈假期，一下子又让我们军训，还真有些不适应呢。我们一开始先练稍息、立正，我们立正的姿势是不正确的，有的确脚没有打开60度角，有的眼睛总是东张西望，有的背是驮这的，我们竟然连手都是自然下垂的。第一次站军姿没站一会儿就累了，虽然我们没站多长时间，可是却热的头上直冒汗。但是通过这几天的训练，我们站的时间越来越长了。有时还可以在炽热的太阳光下站上几分钟呢。

有一次我们正在站军姿，一提汗从我的额头滚下来，弄得我耳朵前很痒，我真想用手去抓，但是我忍住了，因为我知道站军姿的时候不能乱动，我还发现我的手没有扣紧于是我马上扣紧了。到了这个时候就磨练我们毅力的时候。

当我们累了的时候教官也会让我们坐下休息，可是没想到坐下也有规矩，休息之后我们又开始训练了，这回练习起立、坐下。刚开始我们有的同学坐下的时候，脚一下子往前一滑，就躺在地上了，教官要求我们：坐下的时候先快速的蹲下，然后用右手撑住地，最后再坐下。用了这个方法我们坐的果然整齐多了!我们又有进步了!

军训锻炼了我们，也磨练了我们，每天下午我们有两小时的训练，当训练完毕以后我会热得头昏脑胀，真想马上躺在床上睡一觉，军训了这几天，就是我们班在淘气的男生，到了军训的时候都不得不听话，他们也都站的腰杆笔直的。

军训的第四天，我们练习了明天的军训闭营仪式，这个练习占用了上午和下午的所有训练和上课的时间，为的就是给明天前来参观的退休老教师一个完美、整齐的军训闭营仪式。我们一下子站了好长时间，一动都不能动!上午表演给全校的领导、老师看，其他年级都表演完了，就差我们年级了，可是那时我已经腰酸背痛了，但是我想虽然这次是彩排但也要做好!果然我们的表演博得了校领导和老师们的阵阵掌声。休息了一中午，到了下午，我们学校所有同学全部在操场上练习，一站又是好长时间彩排终于完了，在回班的路上在我迈出第一条腿的时候，我感觉自己都快不会走路了!。

到了我们展示军训学习成果的时候了，我们个个精神焕发，动作一致，口号响亮每个同学就象换了一个人一样!不用说，这次的军训成果展示，老师对我们的评价都非常高!

军训是苦的，收获却是甜的，这次的军训让我明白了：不经历风雨，怎能见彩虹，这个道理。这就是军训的真正意义!

**大一军训心得感悟100字篇三**

8月末，火热的太阳吸取着我们的精华。往日暑假在家美美的一觉到午饭的待遇算是saygoodbye。多少有些可惜。每天依旧是(7点30)的到校时间在我眼里真的是相当的折磨。老师却说这是百年不遇，想想到也是这么一回事。

说自己因为这项光荣的任务而神采奕奕，精神焕发那是溜须拍马。堆积了一个学期的困意汹涌而来，一发不可收拾。几次在军训的原地站立练习中，悄无声息的闭上了眼。同样也是几次被教官嘹亮的声音从浑浑噩噩中惊醒，吓得直打激灵……

原本应该在高一年级就来承受的痛苦的军训，因为震惊中外，举世无双的北京奥运会而一再推迟。今年。今年这个夏天，中国60年大庆，作为志愿者，学校就把国庆训练的体能训练和军训结合在了一起，这个创意好了，一举两得。

第一天军训，原本以为多少会轻松一些。但最终是转眼成了空。教官磅礴的气势在这个400米跑道的操场上无一遗漏的展现了出来，震慑四方……

哈哈。内容还是简单了些嘛。正中我这身体不协调的人下怀。立正。稍息。左右转法。跨立。正步走。就这么几样。内容少却不失精悍。

教官也是有很可爱的时候。

拉歌大赛在绿色的“草地”上开展得有声有色。教官的那什么口号好有古典风范啊……好古老啊……比如说：“x教官，来一个。来一个，x教官。让你唱，你就唱。扭扭捏捏不像样。像什么，像姑娘……”(这个口号叫我此生难忘啊!)

快结束的时候，所谓的成果展示，选出个一二三来，搞个评比。这一比，热爱团集体的我们都鼓足了干劲。欣赏着“猛男”教官的精彩摔跤表演，女生们尖叫连连，此起彼伏。校长不忍失去展示自己的机会，小试牛刀，同样引来阵阵口哨声。

这一天的训练我是掰着手指头过来的。不是不喜欢，是身体太脆弱，不堪一击，站的腰直疼，回家瘫床上就起不来了。但从心里却溢着不舍，这也许就是那种人生一次，不去不复返的经历吧……

**大一军训心得感悟100字篇四**

在这次军训中，我体会到了往次没体会到的东西。比如说军人的气势，教官们整齐有序的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保家卫国的战士和哨兵。正是他们不怕风吹雨打日晒、年复一日的工作，才有了我们现在的天伦之乐，想到这些，我们的头抬得更高了，胸也挺得更直了。

军训中，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样20分钟站立不动，在教官的法眼注视下，想动一下都很难。就在我们都快坚持不住的时候，教官说了句让我感到惊讶的话，他说他们当兵是最爱喜欢最享受站军姿。惊讶之余，他告诉了我们，因为他们当兵时站军姿是最轻松的。是啊，军官们如此，我们为何不能学学他们，何不换种享受的表情去接受军姿呢?

军训期间，我还体会到了团结的力量，你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳;你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那“一二一”嘹亮的口号，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，他让我在训练中坚持了下来，更让我懂得了集体的荣誉感。

军训，虽然简简单单的动作别我们反复的重复了很多遍，但这反复的过程，磨练了我们的意志，教会了我们坚持。备受关注的会操中、看到主席台上学校领导们满意和赞许的表情、听到同学们那一声声激烈的掌声，那种心情那种感受真的可以用妙不可言来形容了。

军训就这样不知不觉的结束了，虽仅仅九天微不足道，但让我体会良多，给我留下了不可磨灭的印象。在这里，还得提提我们连的一个同学，因为是他用他乐观的心态感染了我，让我坚持了这么多天，他是站在我旁边的x同学，他是一个真真实实的、身残志坚的人，他本可以不用参加军训的，但他却可以坚持到军训的最后一天，期间教官叫他休息下时，他都是笑着说：“教官、没事我可以”，他尚能如此，我们这些身体完完整整的人还怎么好意思以种种理由拒绝军训呢?他残疾，但他的执着、他的坦然、他的乐观已深深的感染了我，在这里我真诚的感谢他给我的良多感触和自信。

最后总结一下，军训不仅让我们学会了自立自强、自尊自爱，还让我们懂得的团结，树立集体荣誉感，最重要的是在军训中我们懂得了如何做人，做怎么样的人，此所谓“我军训着、所以我成长”。

我相信，军训后的我们一定会踏着稳定的步伐、带着自信的笑容迈向美好的明天。

**大一军训心得感悟100字篇五**

为期两周的大一军训生活于\_月\_日结束了，养护中心参加军训的人员经受了一次严峻的考验，火热的洗礼。这两周虽不敢说战绩辉煌，但真可谓收获不小。

\_\_日是军训的最后一天。上午，大家依旧英姿勃勃地听从教官的指挥，认真地训练着。几天的训练，使大家变得皮肤黝黑，饭量大增。举手投足之间，分明流露出一种自信和坚毅。军训是苦的。尤其痛苦的是站军姿，一站就是半个多小时，这期间动都不能动一下，稍微一动，就会被教官批评，甚至连累所有人再多站一会儿，开始所有人都抱怨。

第一天站立军姿，就有人两腿发软，接下来，又陆续有人因不适而请假出列。然而看到大家都热汗涔涔地站在那儿纹丝不动，有几个人也稍作休息便迅速归队。但现在回过头再看看，才发现这正是一种意志品质的考验，我们如果连这个都坚持不下来，将来还怎么去面对更大的挑战?换句话说，如果我们连这个都坚持下来了，我们将来不管遇到什么困难，不都能在一笑中解决吗?

训练是极为艰苦的，但我们本着：“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神顽强的坚持了下来，我想以后回头看看这些经历，绝对是一笔宝贵的财富。然而苦中也有乐。训练的间隙，有的跟着教官学唱军歌，有的和歌而舞，还有的讲起了笑话，谈笑间，苦累灰飞烟灭……

军训的日子，让我真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的顽强意志和勇往直前的钢强毅力。我们坚信，大家凭着这样藐视困难，一往无前的精神，一定会在今后的工作中取得更好的成绩。军训时总埋怨：时间仿佛“一日如十年”;身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨;教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷……可现在觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。

军训是对我们的一次洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战!军训必然要出去训练。但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浃背了。最让人受不了的是太阳幸灾乐祸地泼洒着“她”的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行!任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这大学第一班岗，坚实地踏出这关键一步!就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“大学的第一课”。

**大一军训心得感悟100字篇六**

顶着八月的骄阳，我怀着激动向往的心情，早早地踏上了来上海的列车，参加x月xx日开始的军训。要知道，为了能尽早适应大学期间唯一的一次军训，我整个暑假没有一次在空调房间里睡过。尽管在初中和高中都参加过学校组织的军训，也听取了许多大学军训“过来人”传授的经验，自己的身体素质又相对较好，可仍不能掉以轻心。

不知过了多久，我听到爸爸进门的声音，看到我躺在床上，爸爸一句话都没有说就把我抱起，往我的房间走去。躺在爸爸的怀里，我感觉到一股暧流流进我的心田……;我多想，到我房间的路再远一点啊。我装着睡着了，任随爸爸帮我把衣服一件一件的脱下，然后帮我盖上被子，做完这些爸爸在我的小脸蛋上轻轻地亲了一口，就悄悄地走了。

到校后的第一个早上，六点还没到，已被窗外小班长集训整齐划一的踏步声唤醒。透过窗户，望着小班长们黝黑而矫健的身影，在惋惜自己当初没有被选为小班长的同时也暗暗下定决心：一定在军训中严格要求自己，以小班长为榜样，争当优秀学员。

军训如期开始。我所在的连队被安排在遮蔽物相对较少的光明体育场进行训练。日晒过，皮肤火辣辣的疼，我只是在休息时抹一抹额头上的汗珠;雨淋过，衣服贴在身上阴冷冷的，我只是在回寝室后默默地把湿衣服挂上衣架;腿酸过，脚痛过，每走一步都很难受，我还是努力将每一个动作做到位……说实话，不是没想过松懈，可在训练场上一看到教官在偌大操场上的队列间来回奔波指点的身影，在点评时一细细品味起指导员语重心长的谆谆教诲，在行进的队列中一听到小班长们沙哑却底气十足的口令，心中便又燃起了动力，抬起头，抖擞起精神：人生中能有多少个这样的十四天呢?

当然，自己的投入也有了一定的回报：被选为小班的副班长，协助班长进行一些组织、训练工作;被挑选为连队阅兵方队的排头兵，将在队列第一排向首长展示五连的精神面貌。

在刻苦训练的同时，我也不忘积极参加军训团组织的各类活动。

对我而言最具意义的是在所在连队的升旗日。我主动请缨担任旗手，手擎国旗正步走过菁菁广场，在朝阳的光辉中与另两位旗手亲手将国旗升起，并在下午大雨到来前及时赶到旗杆下将国旗降下收回。尽管自己后来被雨水淋透，但那一刻，我感到自己尽了一名旗手的责任，感到无比的光荣和自豪。

转眼，短暂的十四天即将过去。在这十四天中，我体会到了责任与使命，磨炼了意志，掌握了不少军事与民防知识，感受到了团结的力量，增强了时间观念与团队意识，体验了忍耐与坚持……感到自己无论是从身体上还是思想上都得到了一次锻炼与升华。相信这次短暂的军训会给我留下永恒的回忆，使我受益终身!

**大一军训心得感悟100字篇七**

军训，拉开了大学生活的大门。迷彩服，军鞋，军帽和肩章，对于我们来说这套精神的装备是那么新奇，照着镜子里的自己，腰杆不自觉挺拔了几分。

五湖四海的同学们相聚在一起，除了辅导员的叮咛，学姐学长的关怀，军训时间和我们最为相连的就是教官。每天早晨我们队列整齐，迎接教官，一声震天的“教官好”最能表达我们的真心。

离开了熟悉的家，父母电话关怀“孩子，军训累吗”。累，刚开始不适应要求严苛的站军姿，肩膀挺直了，脚板像是钉到了地里，热得冒烟;不适应教官极快的命令，脑子里紧绷一根弦;不适应一板一眼的整理内务，想想在家的时候东西都是随意堆在桌子上的。

但是慢慢地，习惯并喜欢上了军训生活。站立时双腿就是绷直，接受到命令时立刻就能反应，行进时大家有默契地标齐排面，频率相同。回到寝室再累也不忘记叠被，整理书桌。

在阳光下，田径场上的我们，即使汗水沿着发际流下也不会改变站军姿时的挺拔，这不是隐忍，而是为了爆发时更有力量。行进时大家把“121”喊得有气势，那一刻每个人的心都会震颤。阳光下的迷彩是青春的颜色，我们的青春激荡在军旅的热情中，澎湃着朝气的荷尔蒙。

在财院，我不会忘记18岁这些美好的时刻，我不会忘记教官对我们的好。皮肤黝黑，手臂遒劲有力的教官，初见时窃以为会严格至魔鬼，相处中却发现是亲切的，尤其是笑起来露出一颗小虎牙，让人发觉他们也不过是长几岁的年轻人。感谢他们陪伴了我们的军训生活。

我不会忘记从开始的陌生到互相熟悉的同学。大家在操场上会自觉码好水瓶，听到哨音休息时互相鼓励打气，拉军歌时候对着对面连发出挑战，笑笑闹闹中，军训也不会那样枯燥，柠檬碰可乐，青春的气息相互碰撞。

我不会忘记关心我们的学长学姐和老师。操场上时常能看到老师和学姐学长忙碌的身影。初听校歌时候被学姐的美式唱法震惊，喜欢第一句“雄鹰飞翔在万里云天，风雨磨练他矫健的翅膀”，悠扬的声音在细雨迷蒙的夜晚缭绕，那时候，背后岳麓山上的灯塔闪现着缤纷的色彩，让人对着未来有着美好的憧憬。

**大一军训心得感悟100字篇八**

在军训这段日子里，过的是不如家里舒服，吃的也没有家里饭菜那样合口味，衣服也不会有父母来洗，饭来张口，衣来伸手的生活，再也享受不到了!但是我认为那种生活是属于童年的，属于一个长不大的孩子的。我们21世纪的青年，是自立的、自强的，也是经得起考验的。

军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训既乐意让我们感受生活的来之不易。也可以亲身体验军人生活的那种俭朴，那种不怕苦，不怕累的精神。在他们心里只有我们能否吃的饱，能否休息好，能否把我们教好，但是他们就忘记了疲劳，忘记了休息，那种置之以为的精神，还有谁能做得到?记得我们曾经学过一篇文章《谁是最可爱的人》直到现在我才体会到就是他们--这些军人们!

人生漫漫的旅程、困难、挫折是无处不在的，只要坚强一点，笑对人生，没有什么困难打倒我们，军训生活也是如此，品味军训就是品位人生。军训让我们鄙弃从前的缺点，同时也是让我们珍惜现在的幸福生活。我们不会忘记老一辈吃过的苦，受过的罪，求换取今天我们的幸福。我们不在随意破费、挑剔、吃的、穿的、过着长不大孩子般生活。我长大了，懂得照顾自己了，更懂得怎样去生活?

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

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