

2023年大学军训拉练心得体会 大学生军训拉练心得(通用5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学军训拉练心得体会篇一

带着希望，带着梦想，我来到了大学——这个我憧憬了12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，眼睛却睁不开了一被蚊子亲肿了，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。

大学生军训拉练心得3

大学军训拉练心得体会篇二

刚进入大学校园的那一会，白天搞军训，晚上学校就安排了不少讲座给大学新生。

教授看了看台下那些疑惑的眼睛，指着背后的屏幕说：“先回答我一个问题，你们看到的光是我说话时刻发出的吗？”“是啊！”台下的人齐声回答，这么简单的问题，不知道这个教授卖的什么药。“大错特错！”教授泼了我们一瓢冷水。我们很是不解，都全神贯注地看着教授，希望他给我们一个满意的回答。教授清了清嗓子：“其实我们看到的屏幕上的光是说话前的发出的。由于投影仪与屏幕的距离很近，所以时间很短，我们无法察觉。如果距离远一点呢？比如太阳

到地球，太阳发身的光要经过8分18秒才能到地球，也就是说我们看到的太阳光都是太阳在8分18秒之前发出的。太阳是距离地球最近的恒星都要8分18秒，那一些远的呢？比如牛郎星距离地球16.8光年，织女星距离地球26光年。牛郎星上的光射到地球上要16.8年，织女星上的光射到地球上要26年，打个比方说，假如牛郎打个电报给织女，她需要经过16年的时间才收得到呢！我们看到的满天星星都是多年前的样子。”我们都听得莫名其妙，不知道这和今天的讲座有什么关系，有胆大的学生竟站起来问教授这个大家都想问却不敢问的问题。

最后教授笑了笑：“其实一个人就像一颗星星，一颗星星的光芒要被地球上的人看到得多年前就要发光。而一个人要取得成功呢？一个人要取得成功也得多年前就要努力。如果在座的各位希望自己十年后二十年能取得成功，那么请各位在十年前二十年前得今天就开始努力奋斗吧！”教授后来讲了什么我大都不记得了，因为这番话已经足够我受用的了。

军训体会

大学军训拉练心得体会篇三

转眼间，十二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三思而后行，因为这关系到我的一生；乐，为我的大学开始了，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转折点。

军训，使我成长，曾经那张脸上写满的稚嫩已销匿，现在却

已写上坚毅与刚强，我坚信以后的人生之路将走得更踏实。军训，教会我吃苦耐劳，顽强拼搏。“大浪淘沙，方显真金本色；暴雨冲过，更见青松巍峨！”生活充满挑战，如果不想被淹没，如果不想被唾弃，那么我就得以昂扬的斗志，开拓进取，追求卓越，才能在生活中把艰难困苦化解，才能在生活中纵横捭阖，亦或叱咤风云。军训，让我懂得团结就是力量，我们在一个圈子里，就得团结互助，做事得为集体荣誉而着想，不能只为个人谋利而毁集体。当我们深谙团结的力量时，就会把每一位队友视为亲兄弟，不抛弃，不放弃，互挽共进，事情将效率高，效果好，也可在相互交流中，促进自身的发展。这都是军训所给予我的，一切的益处将伴随我一生吧！

曾以为军训只不过是另一种耗时间的游戏，但结果我错了，它不是耗时间，而是让你在态度、生活、角度上转变，适应另一种新的环境。如今我们正值青春年华，难免不会有许多迷惘，常误把人生当一场游戏或一场梦，时间终止时，一切就会消散，这样的想法是消极且不健康的。在这危急之际，军训出现了，它让我明白人生不是一场游戏，更不是一场梦，只有当我们明确前方的目标，以饱满的热情昂扬前进，努力拼搏，即使在劣境下也能最终获取成功。从迷惘中脱身，眼前变得明朗、阳光而不是昏庸、暗淡，生活也就过得轰轰烈烈，而不是浑浑噩噩，我相信这样快乐的生活将为我一直延续。

军训的生活，为我的人生画上了一道美丽的色彩。汗水与泪水交织着。汗水，浇开英雄花，它磨练我的意志，让我时刻不懈，事事不怠；泪水，它让我感动，每一个细节，每一位队友都使我衷心地感动。这些都是我生命中的一笔财富。

军训，是我迈向大学殿堂时，最昂贵的一份礼物，既给予我身体的强壮，让我吃苦耐劳，也给予精神的坚强，让我顽强拼搏，这将使我终生受益。这一份优厚的礼物，我会永远铭记，因为有了它的存在，我的明天会更好！

大学军训拉练心得体会篇四

自从8月25日到西安城市建设职业学院报到以来，我就深深的爱上了这个集体，26日我们就参加了军训，军训留给了我有很多难忘的回忆，像电影一样，一帧一帧的历历在目。细雨中，我们军姿站的笔直，纹丝不动；骄阳下，我们齐步走的步伐整齐，动作一致；歌唱比赛上，我们歌声响亮，这些都是军训给我留下的宝贵回忆，让我永远铭记。

__年9月22日，对我来讲是一个难忘的日子，经过了二十几天的军训，我们迎来了盼望已久的军训拉练。出发前，我们学院的李院长作了动员讲话，李院长说：拉练是军训的一个重要的训练科目，旨在磨练学生刚毅顽强的好品质，增强团队凝聚力，同时也是我们城建学子展示风采的平台。要求大家好好珍惜这次难得的机会，锻炼身体素质，提升素养。为了确保我们学生的安全，所有教官指导员全部跟队，保卫处和医务工作人员也都跟队随行，就连东大派出所也派出了警车为我们开道。

一路上我们迎着晨曦，踏着有力的步伐，喊着响亮的口号，从学院西门出发，途经东大零街，绕至学校南门，徒步行进4公里。中途休息时间，大家围坐一团，相声、唱歌等即兴表演迎来了学生们的阵阵掌声，欢歌笑语不断。上午10点30分，我们从南门进入学校，结束了拉练。这次拉练，我觉得很有意义。有很多身体素质不好的学生，尤其是女生不舒服但依然坚持走完全程，贵在坚持的精神值得我们学习。虽然拉练只有一次，但是我们终身难忘，在以后的学习生活中，我们一定会克服种种困难，争取早日成才，报效祖国。

大学军训拉练心得体会篇五

第一段：军训锻造心智的重要性（200字）

在大学期间，参加军训拉练是一种常见而又重要的经历。通过军训拉练，我们可以锻炼自己的意志力、培养纪律观念和团队合作精神。在这个过程中，我们身心得到了挑战和锻炼，同时也明白了军旅生活的艰辛和忍耐的重要性，进一步认同了自己作为一名大学生应该具备的品质和责任。

第二段：军训让我们更加坚定信念（200字）

在军训拉练期间，我们常常面临各种体能训练的挑战，例如长时间的跑步、俯卧撑、爬绳等。在呼吸困难、肌肉酸痛的情况下，我们感到内心的脆弱和疲惫。但是，只要坚持下去，我们会发现自己的体能和耐力逐渐提升，自信心也逐渐增强。这种经历让我们明白，只要坚持努力，就能克服困难，取得成功。这样的信念也同样适用于大学学习和未来工作中，让我们更加坚定地追求自己的目标。

第三段：军训培养了合作精神（200字）

军训拉练的重要一环是团队合作。在战术演练和集体项目中，我们需要与队友紧密合作，配合默契才能完成任务。这个过程中，我们既能学会互相倾听和理解，又能培养责任感和团队意识。人际交往能力的提升使我们更容易适应大学的学习生活，更顺利地融入社会。军训培养的合作精神也会在未来的工作中发挥巨大的作用，我们懂得合作才能更好地完成工作任务。

第四段：军训增加自律和纪律观念（200字）

军训拉练的过程严格要求我们遵守纪律和规定。例如，按时到达训练场地、整齐划一的队列动作、服从命令等。通过反复的重复训练，我们逐渐养成了自律和遵纪守法的习惯。这种自律和纪律观念贯穿于我们的生活和学习中，使我们更好地规划时间、处理事务，提高了效率和执行力。同时，这也是一种养成良好习惯的过程，使我们养成了良好的生活作息

和行为习惯。

第五段：军训让我们更加成熟和自信（200字）

通过军训拉练，我们不仅在体能和意志力方面得到提升，还在心理上得到了成长。在完成严格的军事训练任务后，我们会感到一种成就感和自豪感，同时也会更加坚定自己的自信心。这种成熟和自信心会伴随我们在大学生活中的各个方面，使我们更加勇于面对挑战和困难。它也是我们应对未来人生逆境和困难的一种力量来源。

总结：军训拉练是一次难得的成长机会，通过它我们可以锻炼自己的意志力、培养纪律观念和团队合作精神。同时，军训还能增加我们的自律性和责任感，同时让我们更加成熟和自信。这些宝贵的经验和感悟将铭刻在我们的大学生活中，成为我们未来的精神财富。