

# 最新大一新生军训病号心得体会(大全7篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 大一新生军训病号心得体会篇一

在充满激情和活力的11月，19年級的華光學生迎來了軍訓的第一天。

7點鐘，學生們聚集在籃球場上，準備出發。經過“拍拍手”、“做好坐姿準備”、“前後對打”的短暫訓練後，教官去操場參加軍訓動員大會。五個陣營的學生都是統一的，響亮的口號响彻云霄，顯示出學生心中的激動。

8點，軍訓動員會準時開始，校領導的講話很真誠，對學生充滿了鼓勵和期待。它給了學生們很大的支持，讓學生們感受到了巨大的責任和光榮的使命。接下來，學員們被教官們惊心动魄的軍體拳表演所折服和驚艷。教官們精彩的表演給動員大會增添了不少色彩。

隨著動員大會的成功召開，學生軍訓生活正式拉開帷幕。每個營都被教官帶到了自己的訓練場。在導師的精心指導和嚴格要求下，學生們學會了站姿、放水、彎腰等基本訓練。期間有學生生病，但稍有好轉後繼續參加訓練，體現了華光學生頑強的意志力。

隨後，教官對學生進行了gfd檢查和要求，並鞏固了解散大會等訓練。短暫休息期間，教官帶領學生們大聲唱軍歌。軍歌

在部队里永远是流行歌曲。铿锵有力的歌曲激励着许多士兵为国家而战，勇敢无畏地冲锋陷阵。”听着新的征程吹响号角，强大的军事目标在前方召唤。”这熟悉的旋律和激昂的歌词在我耳边回荡。当我们真正自己唱这首歌的时候，心里充满了骄傲和自豪。

尽管阳光明媚，天气炎热，无数的星星在清澈的夜空中眨着眼睛，学生们坐在地上唱着歌，哼着小调……这是军训中的一幕。烈日下，所有的学生都在出汗，但他们仍然抱着胳膊和腿，在绳子前练习走路的姿势。这也是军训中的一幕。军训有苦有甜，有玩笑有冲突。我们班军训生活在12天的训练和段子中结束。

军训结束了。这12天让我们舍不得去集体生活，舍不得去三个严明善良的教官，舍不得去湖边看不到美丽星空。有太多的事情是我们一时忘不了的，数量无数。我们经历过的所有经历都是难忘的。

军训刚开始，同学们都容光焕发，对军训充满好奇。但是第二天，第三天，第四天，问题来了。有同学开始发牢骚，抱怨连连。有的同学向教官提出意见，有的甚至想逃避训练。这些都反映出我们正常的生活太过顺畅，几乎被衣服拉得喘不过气来，缺乏同龄人应有的能力。这正是我们自己必须提高的素质。然而，我们的导师经常因为我们自由散漫的坏习惯而受到惩罚。你太细致了。抱着我在军训，今天，我体会到了我严格的时间意识和毅力。哪怕是最简单的动作，在训练场上重复无数次，用心去真正体会军人的英气。军姿不动，跨步整齐有力，让我们真正体会到军人的精细。

现在军训结束了，看着晒黑的脖子，脸，胳膊，就能想起烈日下的汗水。但是汗水并不能淹没我所有的回忆，因为有更多的东西让我充实。我记得军训开始的时候，似乎很安静，我没有花太多时间准备。在这样的几天里，每一点点的收获都渐渐的烙在了我的记忆里。

我们每天都在唠叨：还有三天，两天，一天，但是当我们离开的时候，又有一种不想离开的想法。我们希望最后几个小时过得慢一点。或许这就证明了“拥有了不懂得珍惜，失去了才后悔。”这句话。人生就是这样。它是由短暂的经历组成的。自己经历的时候感觉那么长，回忆起来感觉那么短。

有多少眼泪可以偷偷抹去，有多少人可以相处，有多少人可以被深深打动，有多少人可以回到自己的心里，有多少人可以笑，有多少人可以永生，有多少痛苦可以不留疤痕，有多少故事可以再讲一遍，有多少自信的话可以从头讲，多少人可以快乐地去爱，有多少爱可以尽情地分享，有多少期待。

这就是军训，带给我们一丝苦涩，一丝甜蜜，一丝成长。

## 大一新生军训病号心得体会篇二

喧哗的城市踏入安静的校园，为期15天的大一军训如火如荼地拉开了帷幕。这几天，咱们感到既绵长，又时刻短，充溢了艰苦和高兴，此刻15天审问曩昔，我遽然发现，我感触更多的是妥当与不舍。关于咱们这些一个个日子条件优胜的孩子，军训是个再好不过的练习时机。一个小时，两个小时，乃至几个小时，都重复同一练习内容，换了谁都会疲乏，都会厌恶。可咱们只能在心中低声地叫一声累。

练习场上回荡着同学们响亮的标语声：“一，二，三，四……”稍息，立正，中止转法，齐步走……这些动作看起来简略，可学起来就没那么简单了。握拳，摆臂，脚步都有严厉的要求。并且光动作到位还不可，还得做到规整划一。练习是辛苦的，歇息是高兴的。歇息哨一吹，全场欢呼。歇息时，就免不了和教官闲谈，促进军民沟通嘛。

从军训的零星天开端，我便尽力去管束这儿的的日子、这儿的的日子方式。15天的时刻或许过分时刻短了，来不及让我细加领会。尽管我没有能够学会管束，但我学会了坚持。人只要

在磨难中，才干真实知道自我。确实如此，军训给了我这样的时机。我知道到了自己的缺陷与缺乏，也看清了自己的利益与利益。军训也给了我考虑人生的时刻，让我理解了许多道理。假如一个人正在遭受磨难，那么此刻他的思想才华最理性的；当这个人面临应战时，他将临危不惧，一往无前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有畏缩的时分。但我坚持了下来，军训是一个进程，一个检测自我，练习自我的进程，功败垂成是羞耻。咱们都咬紧牙关，不到万不得已绝不中止练习，要知道军训原本才华练习咱们的毅力，练习咱们的身体，那么，为什么要抛弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺曩昔。或许坚毅在累酸的腰间堆集，终究将坚实、挺立与不平。或许这些不是苦，而是一种收成，一种让我获益毕生的收成，我收成的是耐力，是坚毅，是英勇，是不平，更是团队精力。不论往后我做什么，想到今日的苦与收成，全部困难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的意图了吧。从军训中咱们也感触到许多高兴。从咱们规整的脚步声，昂扬的标语声中，我领会到了联合的欢喜，当咱们行列经过一整天的练习，终究遭到领导的表彰时，我自豪地笑了，当咱们班一起歌唱时，我感触到集体的温暖。

15天过得如此之快啊，感触最多的仍是咱们持之以恒、永不抛弃的精力。坚持下去，坚持究竟。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎样会有归于自己的风雨彩虹，怎样会有归于自己的精彩六合！生命不息，斗争不止，所以我坚持，我成功！我为我这不会成为真实武士的芳华有一段这样的痕迹而自豪。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人思念。

## 大一新生军训病号心得体会篇三

而面对军训，我们是知道的，毕竟这也不是第一场军训了。可是感悟却是不一样的，以前只是觉得累还有佩服，可是这

一次却不一样了，我们除了累，除了佩服，还有的就是感动，甚至还有一些觉得佩服。

穿上军训的衣服，踏进军训的宿舍的时候，我想我就准备好了接受这一次的军训磨砺，准备好了接受大学生活的开始。当我看见我们的教官站在我们的面前的时候，我不禁在脑海中想想，他和我以前的教官应该是一样的吧！一样的经历了风雨的洗礼，经历了烈日的烘烤。

和以前的军训一样，我们还是在烈日下面被烘烤，还是汗流浹背，还是不断地奔跑，还是超负荷的锻炼。可是我已经不再像以前一样总是想着放弃，而是开始想着坚持，更开始想，教官他们每天过的都是这样的日子，甚至比我们训练的还要多，人家能坚持而我为什么不能坚持呢？我们之间差的是什么呢？并不是很多啊！他们最开始也是在我们这个年代接受训练的，所以人家能坚持下去，我们为什么不能，而且我们还只是这样训练一段时间呢！

而这一次的军训则是让我对人生的再一次的感悟，我开始觉得没有什么事情是不能坚持下去的，然后好好的完成的，学习也是这样的，我要努力的，不放弃的学习。这样最后才能站的更高一些，军训其实也就是对我们做的这样的一个暗示，我想这也是把军训放在大学开始的时候。

军训的这一段时间是很有充实的，每一天的训练都是紧贴的，每一天都是快乐和劳累的，但是却是真的很开心和充实的。并且也对军人的生活有了很深刻的体会。

军训其实真的不仅仅是在磨砺我们的身体，更多的也是磨砺我们的精神，我们的精神上面从老是想着放弃转变成了努力拼搏，从吃不得苦转变成了不怕吃苦。这些真的能使我们受益终身，还有就是我们不仅在个人精神上面得到了提升，面对团体的精神也得到了提升，经历了军训的考验和锻炼，我们变得更加团结了也更加的有团体意识了。

## 大一新生军训病号心得体会篇四

十月是收获的季节。带着金桂的芬芳，今天，我们在华南理工大学广州学院进行为期14天的军训周。从早上金鸡破晓开始，一些同学陆续从睡梦中醒来，为这生机勃勃的一天做准备。穿着军装，戴着军帽，年轻的大一新生立刻变成精力充沛的男青年和女青年。

“快点，快点，帮我看看扣子扣好了没有？”“我的皮带系好了吗？”在紧张和期待的声音中，我们的同学终于在篮球场上走到了一起。只见身材挺拔，皮肤黝黑，一副刻板的教官风范。

教官给学生简单训练后，我们去操场参加华南理工大学广州学院20xx年新生军训动员大会。排队。从观众来看，身着军训制服的学生就像一排排光滑的幼苗，预示着学生们将在14天的军训中茁壮成长。

在庄严的升旗仪式上，我们欢迎领导的讲话，热烈欢迎学校领导到来和学生积极参与培训。“一定要服从教官的命令，服从教官的指挥，做到团结拼搏的精神。”学生代表铿锵有力的发言仍然在耳边回响，让学生们感到一种巨大的激情。随后，军训团团长发表了讲话，用简短的话提到了国防教育的重要性和对学生军训的承诺。军训动员大会最精彩的是教官们的精彩表演，整齐的队列，完美的步伐，响亮的口号，惊人的擒敌技巧，所有这些都让坐在这里的同学们拍案叫绝！由衷的掌声。

军训动员大会结束后，学生军训生涯拉开帷幕，华光学生挺拔地站在阳光下，挥洒着金色的汗水。一排排整齐的队列，稚嫩的面孔，响亮的口号，折射出梁红在《少年中国说》中的一句话：“红日初升，路明。这条河一直往下流。当你潜得很深时，你的爪子会飞起来。奶虎在山谷中怒吼，百兽震惊。”对中国青少年的期望。他们是目前华光最可爱的人！

夕阳西下，一天的军训到此结束。即使烈日炎炎，汗流浹背，华光的学生也从来没有抱怨过。每个人都坚持自己的努力。今年11月，我在华光遇见了我最美丽的自己。

## 大一新生军训病号心得体会篇五

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十六天的大一军训生活，对每个大学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。

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12点，下午到5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，我们南方的气温高得很，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。从小到大，我都没有参加过军训，在上中学，大多数同学他们都参加过军训，他们都会说，“军训好苦、好累”。虽然他们都这样说，可对于军训我是非常的盼望的，毕竟那是人生的第一次，也可能是最后一次。

当我怀着非常激动的心情上路的时候，我在想象我们军训的地方到底是什么样呢！我一直认为，我们军训的地方在林园，那个通讯学校，可当车从那个地方经过，并没有在那里停下，我有些失望了。

终于，终于我们来到了我们的军训的地方，首先进入我眼前的就是“训练基础，”看着那几个金光灿灿的四个大字，我心里是激动的，可人生就是这样，总会大起大落，首先就是把把我们代进我们住的地方，那简直是……只有一张脏脏的床和被条连枕头都没有，我当时真的有一种哭的感觉，还好的是，我们的教官很帅，很会关心人，很有责任感，站军姿，等等一系列的動作，都那么顺其自然，对我们来说都是小玩意，可就在训练的第七天，我们把教官惹生气了，看着平时跟我们玩成一团的教官，突然就不理我们了，教官，本来就是一个好脾气的人，可我们却把他若得无语，可以想象，我们犯了多大的错，第一次在上来的七天里，再苦再累，我都忍受，坚持下来了，第一次，我哭了，那不是坚持不下来的眼泪，而是我的心里第一次感到失落，无助，来到山上来，只有老师、教官、同学在一起，一起进步，互相关心，可这唯一的一点都失去了，我强忍住泪水，可它还是不争气的摔了下来，还好的是，我们大家都知道错了，第二天，我们优秀的表现又让原来的教官回来了。

“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。

## 大一新生军训病号心得体会篇六

军训不只培养人有吃苦耐劳的精神，而且能检验人的刚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚毅不拔之志。”这句话意思是胜利的大门从来都是向意志刚强的人洞开的，甚至可以说是只向意志刚强的人洞开。

心目中的军训充溢教官的训斥；心目中的军训是重要与困难的合奏；心目中的军训更是无常地响起那聚拢手哨音，还有那瓢泼大雨下的大聚拢、严训练；心目中的军训生活成百上千次地显现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我照样满怀欣喜与信心地去拥抱我憧憬已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导取代了严厉的训斥。训练场上不只有我们划一的方式，也有我们阵阵响亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活泼敏捷的思维，更体现了集体主义的巨大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的尽力，就弗成能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了连合的力量，互助的力量，以及团队精神的紧张，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在本身的人生路上，也应该印满一条本身脚步的路，即使那路随处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让本身去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假假装之意。

## 大一新生军训病号心得体会篇七

在紧张的备战高考结束后，我来到了华南理工大学广州学院这个大家庭。经过两个月的适应后，我们开始了大一新生的’

必修课——军训。

清晨六点钟，天才蒙蒙亮，我们就纷纷从睡梦中醒来。一顿洗漱整理后，我们身穿整齐的迷彩服来到田径场，开始准备军训的动员大会。

十一月的广州，虽有轻风拂过，但娇艳的太阳却同样的照射在我们一张张坚定的脸庞上。在几位领导与学生代表的演讲中，我们感受到了接下来的军训有多么艰辛，但也同样体会到了军训对我们的重要性。因此我们不会畏惧军训的艰苦，反而会迎难而上，为自己的军训生活添上丰富的色彩。

动员大会的结束标志着军训的正式开始，虽是军训的第一天，但教官们对于我们要求可丝毫不低，漫长的一天就在反复地站军姿、原地踏步、练坐姿、蹲姿中结束。

晚上我们也同样带着酸痛地身躯在田径场上唱起振奋人心的《强军战歌》。“国要强，我们就要担当”是我们其中感触最深的一句歌词。国家要强大，不仅靠军人们在他们各自在岗位上担当，身为当代大学生的我们同样也要担当起国家责任，努力学习好专业技能，将来我们也要在互联网领域上担当好属于我们的国家责任。

夜幕降临，我们结束一天的练习，一番洗漱后，我们执笔坐在书桌前，写下今日一天的感受，锤锤酸痛的肌肉，同时也对明天的军训充分期待。

继续努力，继续向前冲吧，大一新生！