

大学生军训心得体会 大学生军训十一天 心得体会(模板7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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

大学生军训心得体会篇一

每年的九月份，是大学生们进行军事训练的时间。这个时期，大学校园里充满了军人的味道，大学生们也开始了为期十一天的军训之旅。在这个过程中，大学生们不仅可以锻炼身体，增强体质，还可以培养自己的团队精神和服从意识。以下是本人关于大学生军训十一天的心得体会。

第二段：体验

在这十一天的军训中，我深深地体会到了军人的生活。在贴着烈日进行操练的时候，我第一次感觉到了汗水的珍贵和劳动的艰辛。在进行密集训练的时候，我也收获了身体的锻炼和健康的保持。而更重要的是，我在这个过程中的团队合作和团结精神，使我更加了解自己的责任和使命。

第三段：教育

除了体验之外，军训也是一次全面的教育过程。我们跟随军官们逐渐学习了完整的军事训练流程，从单兵操练到小组作战，再到大规模集体行动，我们都进行了详细的学习和实践。这个过程中，我们从理论到实践，每一步都由专业的教官进行精细的指导，并通过课堂讲解来加深和扩展学生的知识。

第四段：思考

在军训的过程中，我深刻地思考到了对生活、学习和工作的态度。只有认真对待每一个时刻，才能取得优秀的成绩，而这也是成功的前提。在此期间，我也发现自己有很多的不足，如意志力不强、反应速度不够快等。但是这些缺点并不妨碍我在军训中的思考和学习，我相信这段经历将会对我未来的发展有所帮助。

第五段：总结

十一天的军训让我学到了很多，最重要的是通过体验、教育和思考，我明白了：人生需要坚持、需要合作，认真对待一切的事情，才能获得真正的成功。在未来的学习和工作中，我将会继续利用这段经验，锻炼自己，更加热爱生活，成为一个优秀的人。

大学生军训心得体会篇二

作为每一个大学生都要经历的一项重要任务，军训十分考验我们的毅力和耐性。在这十一天的军训之旅中，我学到了许多知识和经验，更感受到了自己所缺乏的不足。接下来，我将从以下五个方面对这次军训的心得体会进行总结和反思。

第一段：对军人的敬意和感恩之情

在军训中，我深深地感受到了军人的辛苦和艰辛。每天早晨6点的晨跑，让我的身体酸痛不堪，但与真正的军人相比，这只是极为微不足道的一点点。在今天的和平年代里，我们已经很难感受到战争的残酷和危险，而军人们每天都在为我们的安全和幸福默默地奉献着。因此，我们必须要对他们充满敬意和感恩之情，更要学习他们的精神和品质。

第二段：发扬集体主义精神

军训中的训练不仅考验了我们的个人素质，更考验了我们的团队协作能力。每一天跑步，做俯卧撑的时候，团队的集体士气更成为了我们奋斗精神的源动力。通过这个过程，我们加深了与同学之间的感情，更发扬了集体主义的精神。在今后的工作和生活中，我会时刻牢记团队精神的重要性，努力发扬集体主义精神，做一个有责任心和担当的人。

第三段：锤炼意志和毅力

在军训中，我们常常要接受苦难和痛苦的磨练。而这种磨练，有助于我们锤炼意志和提高毅力，使我们在以后的生活中更加坚强和自信。不久之后，我就将要面对大学生生活和就业压力，但是我相信，经过这十一天的军训，我已经变得更加坚强和自信，将会更好的应对这一系列的挑战。

第四段：意识到身体健康的重要性

军训让我深刻意识到了身体健康的重要性。在这个炎热的夏天，我们经常要在烈日下训练。体力训练对于身体素质的提高有很大的帮助，而这也让我意识到，只有拥有一个健康的身体，才能真正享受生活的美好。因此，以后，我会更加注重锻炼身体，保持良好的生活习惯，为健康而努力。

第五段：对国家的深入认识

到了最后，我相信这次军训，不仅是一个个人挑战，更是一个对国家的深入认识。通过了解军人的艰辛和战争的残酷，我逐渐意识到国家强盛的必要性和意义所在。作为未来的建设者和开拓者，我们要肩负着责任，为国家繁荣昌盛而努力奋斗。

总之，这次军训让我在成长的路上又走出了一步。虽然这十一天的训练生活艰苦，但让我心灵上获得了一次深刻的洗礼。在今后的日子里，我会坚定信心，勇往直前，未来不可限量。

大学生军训心得体会篇三

皮肤变黑了，笑起来却更爽朗了；七天流的汗比一个月的还多，晚上睡觉却更香了；走路不再懒懒散散了，做什么事都变得手脚麻利、一路小跑了；早上不再睡懒觉了，被子也叠得更整齐了……在xxxx的军训生活即将结束，1000多名身着迷彩服的学生悄然发生了变化。

如果说初中时的军训是一种娱乐，高中时的军训是一种锻炼，那么大学里的军训就已经上升为对一个成年人人格和意志的洗礼。从内务整理到怎么站立、走路，从学习齐步、正步走到练习军体拳，每天7—8小时的训练，就算休息也只能在原地接受“日光浴”，连吃饭、洗澡都有严格的时间限制，这样的训练强度和生活节奏成了对学生们意志的最大考验。

这种知难而上、永不退缩的精神也影响了他们身边的人。传媒艺术系的一名学生体质较弱，两天训练下来就觉得自己坚持不下去了。在老师和同学的帮助下，他逐渐转变了观念，重新鼓起了战胜困难的勇气，一直坚持到军训的最后一刻。参加完最后的汇报表演，他说：“如果明年学校还有军训，我肯定第一个报名参加！”

军训生活看似枯燥，其实却充满了乐趣。连队之间相互拉歌叫劲，休息间隙自告奋勇献歌一曲，晚上有讲座、老电影等“调味剂”，多姿的军营生活为迷彩服们增添了无穷乐趣。

军训结束，学生们终于体会到了什么叫“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”。只是，脱下迷彩服，即将离开，一些坚持了七天没有流泪的女孩却在最后一刻热泪盈眶，可亲可敬的教官、里艰辛而又快乐的七彩生活，都让他们难以割舍和忘怀。“像军人那样去生活、去学习、去迎接崭新的大学生活，这才是军训留给我们最宝贵的财富。”一个学生在军训总结中的体会也许代表了众多学生的心声。

大学生军训心得体会篇四

5月6日—7日，我们进行了为期2天的军训活动，也拉开了我们培训生活的序幕，在这2天的军训中，我们白天练习了停止间转法、蹲下与起立、行进与立定等基本内容，晚上进行了拉歌比赛，军训结束后还进行了会操表演，训练是辛苦的，尤其是在大家很久没有这么长时间训练的情况下，但是从军训中我感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，当我们一同拉歌时，我感受到集体的温暖，从铿锵的歌声中，我体会了奋进的快乐。2天，是一个很短的时间段，它不是足以改变一切。2天，又是一个很长的时间段，它足以使一个团体成员之间产生深厚的友谊。人与人之间的交往不在与时间的长短，而在与我们是否用心去对待。我相信，有了这个凝聚力，战斗力，在以后的学习生活中，我们选调三班会秉承团结互助的精神，共同成长，共同进步，共同创造辉煌。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。南方的太阳，晒在皮肤上是火辣辣的，对北方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，

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。有泪。有欢。有苦。真乃五味俱全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

大学生军训心得体会篇五

每年的这一天，大家是不是只记得“双十一”呢？是否又要剁手了？别忘了，今天也是小青蛙们军训的第四天了！与刚开始对比，我们成长了许多。

还记得第一天时，我在漆黑的早晨被闹铃吵醒，知道这一天终是来临。四天前我有许多问题“腰带怎么系？”“脚上的扣子要扣吗？”等等，而现在的我，每天都是整齐、标准的装着，好似就是一个兵。四天前凌乱的宿舍桌，变得干净整洁；四天前不成型的被子，成了豆腐块；四天前散乱的动作，也已经规范。这一点一滴的变化，都离不开这几天教官们的辛苦付出与我们自己的努力。初次见教官们是在行政楼，我们早早地集合完毕等待他们的到来。我心里在想，教官会不会很凶？是不是会经常被罚？当教官们整齐划一地出现时，我感受到了军人的气质，他们以严格的标准要求自己，做好我们的榜样，我们也该严于律己，像他们学习，展现当代大学生的良好风貌。

天气晴朗，微风正好，刚开始，练的最多的是站军姿，教官说，军姿是基础，基础不牢，后续无法进行。第一天时，我没站多久就觉得累了，身体有些晃，但是耳边一直响着教官的话语“往前倾，重心落于前脚掌”，“抬头，两肩后张”继续坚持下去。到现在，军姿已经标准，并且持续时间长了，就算风大，我仍然能持续不动，把自己当成兵。

休息时，教官会教我们唱红歌“团结就是力量”“听吧新征程号角吹响”“日落西山红霞飞”……这些慷慨激昂的歌曲，让我们的热情更加奔放，以更好的精神面貌进行训练。最有趣的就是拉歌了，有攻有守“东风吹，战鼓擂，一营拉歌怕过谁”“叫我唱，我就唱，我的面子哪里放”左右两边的同学们都互相比拼，看谁更有气势，更胜一筹。还有需要注意的是，训练时只要有一人出错，全体受罚。这是让我们有集体意识，时刻记住我们是一个集体，我们都不能太自私，让

自己舒服，导致全体受难。

成长是会在努力中看到的，我相信，到训练结束时，我们会收获满满！

大学生军训心得体会篇六

近年来，大学生军训逐渐成为了高校生活的一部分。通过军训，大学生们可以培养坚强的意志品质，提高综合素质，塑造良好的行为习惯。在这次军训中，我收获颇多，深感受益匪浅。下面，我将分为五个方面，总结我在军训中的心得体会。

首先，在军训中，我学会了团队合作的重要性。在执行各种任务时，我们被分成了几个小组。每个小组中的成员需要齐心协力，互相配合，才能完成任务。在初次分组时，我们都是陌生人，但随着任务的进行，通过相互沟通、协商，大家之间的默契感不断增加。在共同完成任务的过程中，我深刻体会到了团队合作的力量，并且在这个过程中认识到，团队合作的能力是非常重要的，无论是在学习上还是以后的工作中。

其次，在军训中，我体会到了坚持不懈的重要性。军训期间，每天都需要进行长时间的操练和训练，肌肉酸痛、汗水湿透的感觉一直伴随着我们。尽管有时候感到疲惫不堪，但我们没有退缩，坚持不懈地进行着。这让我明白了只有坚持不懈的努力，才能获得成功。这个道理在生活中同样适用，只有不断奋斗，才能实现自己的目标。

再次，在军训中，我增强了自信心。刚开始的时候，站在操场上，面对指挥员和同学们的眼光，我感到有些紧张。但通过一天天的操练，我逐渐习惯了站在众人面前，也意识到表现自己并不可怕。我开始勇敢地发现问题、提问、发表自己的见解，渐渐地拥有了属于自己的声音。从军训中得到的自

信将对我以后的学习和生活产生积极的影响。

此外，在军训中，我也加深了对纪律的认识。军训是严肃的，军队纪律是军训的核心。在军训中，我们要遵守规定，严格遵循纪律，如按时起床、整理寝室、排队等等。通过遵守规定，我明白了纪律的重要性，只有纪律严明，才能保证训练的有序进行，也体会到了纪律对个人成长的促进作用。

最后，在军训中，我也结识了许多优秀的同学。虽然时间短暂，但我们一起经历了训练中的艰辛和困惑。在相互帮助中，我们建立了深厚的友谊。这些友谊将继续在大学生活中延续，相互支持，激励彼此成长。

总之，大学生军训是锻炼人们意志品质、培养综合素质、塑造行为习惯的一种重要方式。通过军训，我学会了团队合作的重要性，体会到了坚持不懈的重要性，增强了自信心，加深了对纪律的认识，结识了许多优秀的同学。这次军训为我提供了一个宝贵的机会，让我在短短的几天时间里收获了很多，对我的人生道路有了更清晰的认识。我相信这次军训的收获将伴随我走向美好的未来。

大学生军训心得体会篇七

第一段：军训的意义及体会

大学生军训是大学生活中的一次独特经历，它不仅是大学生对军事文化的体验，也是培养学生团队合作精神和纪律意识的重要途径。在短短几周的军训期间，我深刻感受到了军训的艰辛和价值。通过逆境和挑战，我不仅锻炼了自己的意志力，还培养了团队协作和自我约束的能力。军训不仅是身体的锻炼，更是心理素质的培养，为我们的未来奠定了良好的基础。

第二段：团队合作与纪律意识的培养

在军训中，我们被组成一个个训练班，每个班由一个班长带领，并分配了不同的职责。这让我深刻认识到团队合作的重要性。在互相协作的过程中，我学会了倾听和尊重他人的意见，也了解到只有大家齐心协力，才能完成任务。此外，在军训中，我们严格遵守军事纪律，要求严明。这使我养成了自觉遵守规则和纪律的习惯，从而为以后的学习和工作打下了坚实的基础。

第三段：军训对身体素质的锻炼

军训的强度和种类多样的任务都对我们的身体素质提出了很高要求。通过长时间的体能锻炼，我感受到了自己体力的提高。起初，我可能觉得很吃力，但在教官的耐心指导下，我逐渐适应了军训的强度，并取得了一定的进步。同时，军训也增强了我的耐力和毅力，使我在面对困难和压力时能够更好地克服，这对今后的学业和生活都非常有帮助。

第四段：自我约束的养成

在军训期间，我们的每一天都是按部就班的有序安排。每一项任务都需要严格按照规定的时间和步骤完成。这种严谨的训练方式培养了我们的自律能力。我们被要求准时起床、集合、吃饭、上课、休息等，我们必须遵守，不能有任何迟到和早退。通过这样一系列的规定和惩罚，我养成了准时守时的好习惯，这对于今后的学习和工作也将大有裨益。

第五段：团队精神与荣誉感的培养

军训中，我亲身体会到了团队精神与荣誉感的重要性。在集体训练中，我们要充分发挥自己的长处，并尽力帮助其他人。每次完成一项任务，全体士兵都会受到嘹亮的掌声和鼓励，这是对我们团队的肯定，也是激发我们继续努力的动力。通过团队的力量，我们一起度过了军训的困难时刻，也取得了可喜的成绩。这让我深深感受到团队合作所产生的力量和快

乐，也萌发了我为团队争取利益和荣誉的决心。

总结段：军训的体会对我影响深远。军训不仅在短短几周时间内锻炼了我们的意志力，身体素质和自律能力，更培养了我们团队合作和荣誉感。这些收获对我们今后的学习和生活都非常重要，帮助我们更好地面对挑战和困难，迎接未来的挑战。军训使我成长为一个更加自信和坚强的人，我相信这些经历会让我在未来的学习和工作中取得更好的成绩。