

# 参加学生军训的体会(通用8篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 参加学生军训的体会篇一

暑假终于结束了，我也踏上了大学生生活的道路，每次新生入学，都有军训的洗礼，这次也不例外。之前中学也有军训过，但是大学的军训更加的严格了。

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，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，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

在汗水中磨练坚韧更能造就成功：而在泪水中换来的坚持总有一天会随时间消逝。像军人那样，我经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志，虽然明白明天还是一个谜，但坚韧的心能将明天看的更清晰。生活中有许多困难是我想出来的，只要我有坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

在军训过程中，我欢笑过，流泪过；今天，我经历风雨，承受磨练；明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，我珍惜现在的甜；累，我体验到超出体力极限的快感。军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无穷的毅力。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。不积滴水，无以成江海。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，我相信，它将使我终身受益。

## 参加学生军训的体会篇二

军训是无情的，他可以不管我们脚后跟的巨痛，不管我们咬牙切齿地在背后怪罪着刘教官让我们在三十五六度的高温下纹丝不动地拔军姿。军训又是有情的，刘教官那不标准的普通话竟变成了我们竞相模仿的对象。军人们那一首首简单而又刚劲的军歌，那一次次热火朝天的“拉歌”比赛，更使我们感受到了铁的气质，钢的坚硬和山的气概，这里没有世俗的污染，有的只是那最朴实无华的绿色，有的只是我们对军人的敬佩，有的只是一种发自内心的超脱的期望。

还有对他们发自内心的敬佩，敬佩他们的勇气，敬佩他们的耐力，更敬佩他们的自信。无论什么样的训练，成功的背后所付出的心血都是巨大的，正应验了那句“台上一分钟，台下十年功”的智理名言。

## 参加学生军训的体会篇三

高中生活还徐徐会在眼中浮现，就已踏进了大学的校门。回想起高中，还是会有很多的感触，有伤心有快乐，有收获也有遗憾。然而这都已然是过去式了。现在的我们过好每一天，才是最主要的。

去学校是件很苦逼的事情，北京到厦门只有一趟火车，还是慢车，在火车上度过30多个小时，是个很cao蛋很cao蛋的事情。不是看小说就是斗地主，一斗斗了三十多个小时，斗到吐血。无聊得很。父亲也与我一起去，火车上不是睡觉，就

是斗地主，三星手机不给力用不多久就没电。我用的是神机诺基亚你懂得。在最后车厢里出现了这样一幕，俩二货，一大一小，抢着一台诺基亚玩斗地主，最后俩人轮流玩一个玩一个看着，一个看着一个玩。

到了学校，就是军训了。十五天的军训真的可以说是收获颇多，比如一身的黑色素沉淀。

身为二排的一员，我深深的表示，很“激动”，教官对我们总是睁一只眼闭一只眼，全营的人在训练的时候我们在放羊，全营的人在休息的时候我们也跟着休息。

在领导吹休息哨我们休息的时候，我听到最的一句话。“不要休息了，还是训练好了，休息好累啊”不要以为说这话的人是练傻了。其实事情是有原因的。

原因：因为我们是放羊排，每一列有一个班长，一训练，教官就让每个班长带队训练，每当这时我们都会跑的远远的“训练”，找个帐篷，帐篷旁边还有打水箱，我们全部都坐在帐篷下，每个人还打点水喝。还有躺着的。而休息时间只能坐着，还不能躺着，还不能随便打水，还是在太阳下坐着而“训练”你懂得。

不要看我说的这么轻松，其实军训还是很累的，比如每天的早上和下午开训前的全营站军姿还是很累的，太阳也大得厉害，每次站的时候都要有晕倒的冲动，可能是有点中暑的原故，有一次本人在站完军姿后暴吐。

后来听教官说之所以军姿由半小时变成一小时，是因为首长视察问了一个学生军训累不累，那b的说不累，于是首长回去开会说加长军姿时间。妹纸的，如果知道是哪个b说的不累站在我眼前，真想俩巴掌扇烂他的嘴。估计如果全营的人都知道那人是谁，估计那人的菊花就不保了。

在中秋节，福建有个习俗叫博饼，“掷骰子，看点数”。学校组织了万人博饼大会。

## 参加学生军训的体会篇四

大学第一年的时光真是短暂，转眼间我们就迎来了大学期间的必修课——军训。曾经还略带稚气的脸如今也要通过这种军训生活让自己变得坚强起来。青春的岁月有着欢笑，有着泪水，但更多的是带给我们坚强和直面困难的勇气，而军训正是为我们磨练意志提供了绝佳的机会。我想说只有经历过军训的青春才是热血的青春，才是无悔的青春。

在炙热的夏日下训练，接受骄阳的挑战，其实过程中参杂着一成不变，枯燥乏味而又艰苦的项目，但我们依然能够战胜自己，站得挺拔，喊得响亮。立正，稍息，向右转……我们听从教官的指令，掌握好动作要领，整个队伍整齐划一。军人三大步伐，我们走路正，迈步齐，口号响。当这些动作整个队伍做的好时，不仅教官会对我们说很满意，我们同样心里也会对自己说做得好。这时仿佛一切一切的炎热疲惫都会一扫而光，心里顿时充满了力量，而之前的所有的努力付出都是值得的。训练中间也不乏许许多多的活动，更为军训增添了一份色彩，课间学军歌让我们对军人有了更多的了解也有更多的尊重。

军训是一个磨练意志的过程，更是一个训练集体凝聚力的过程。可能在此期间没有学什么能让你谋生的专业手段，但是训出坚强的意志和集体凝聚力将是我们一生受用不尽的。是军训让我们懂得了坚持，懂得了“水滴石穿”。感恩军训，感恩教官的悉心教导，感谢我学到的一切，是这些让我能有一个无悔的青春！

## 参加学生军训的体会篇五

今天的我正式成为了一名高中生，离开了家里温暖的怀抱，

我迎来了高中意义非凡的`军训。教官对我们很严厉，但军训的氛围是轻松的。细心的教官，不管是上午还是下午，在训练时都背对着太阳。

这次的军训，让我初次体会到了作为一名军人的不易，更是让我体会到父母在烈日中还不忘辛勤劳作的辛苦。因此不管今天的太阳再怎么热辣，胳膊和大腿在怎么酸疼，我都丝毫不敢怠慢。无论在接下来的训练强度有多大，我相信我绝不会退缩，并且将一次比一次做得更好。

## 参加学生军训的体会篇六

小时候，我总能在电视上看见一些军人，看见他们站着的军姿是多么帅气，英姿飒爽。我好羡慕，要是我也能参加军训，那一定是很帅气。这次，我如愿以偿。我们初一（12）班将进行6天的军训生活，我心里有说不出的兴奋。

清晨，棉花糖似的云朵飘在湛蓝色的天空里。我们一个个换好迷彩军装，戴上军帽，带着老师的希望，家长的叮嘱，在教官的带领下走向操场。

到了操场，在指定位置放好水杯后便站好，开始一天的训练。教官先教我们“立正和稍息”。“立正的时候要抬头、挺胸、收腹。双臂并拢，贴在左右两边，脚尖分开60度左右，脚跟靠拢，最后把目光对准前方。请大家认真看每一个动作，认真地做，专心地练，站20分钟。”教官严肃地说。同学们开始操练起来。当站了5分钟后，我们就已经想放弃，当我想起电视里的军人，即使站了1小时的站立，也不动。我要咬了咬牙，挺了过去。没想到看似简单的动作，做起来这么难。

下午的训练更是艰苦。女生们更是不服气，个个把腰挺得直直的，尽管汗流到脸上，再从脸上滴下来，却纹丝不动，个个听着教官发出的口令，一丝不苟地完成指令。站在烈日炎炎的太阳下，女生似乎比男生还精神。

## 参加学生军训的体会篇七

进大学，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，一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”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。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不

要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

哈着热气，大口地吃着面包，在饭堂里身穿迷彩服的我正紧张地吃着早餐。军训的第一天，相信大家都是十分小心翼翼的，害怕迟到、害怕找不到同伴。确实，在一大批穿着花花绿绿的迷彩服的同学中间，其实自己是“脸盲”的。但幸好啊，吃完早餐在扔垃圾的地方遇到了慧怡学姐，之后循着她的脚步才找到了我们班的位置。

何世杰体育馆门口的树木依旧表现得很萧瑟，像我们一样“瑟瑟发抖”，似乎想抖落满身寒冷。\_级的军训动员大会上，李燕冰书记的讲话令人满怀的激动与激昂。那些只属于冬日军训的回忆，就此开始慢慢填满。

冬日军训，其实冷得已经不想思考了。但本能上还是不想把这大好青春浪费在枯燥而机械的训练上，所以在训练时除了思考怎么踏步怎么走以外，还在想想寒假的时候的安排。毕竟军训的训练中总得苦中作乐啊。其实也没怎么苦。很幸运遇到了一个很好的教官，所以就感觉军训也没有那么苦。

“欲文明其精神，必先野蛮其体魄。”是的，军训带给我们的，其实除了那些良好习惯，更多的实际上是一个好身体、学习如何锻炼。“工欲善其事，必先利其器。”身体是我们以后搞学习，做研究的本钱。想要在未来拥有健康的体魄，免于早受疾病困扰、专心做研究，早年自律的生活，适宜强度的锻炼是必不可少的。

以上，就是今天军训第一天的感想，希望以后的每一天都有美好往事可回首！珍惜军训的每一天！

## 2022新生军训心得和感想2

军训对于我是充满新奇的，带着这份心情我学会了适应。每

天不到五点起床，每天把东西收拾的整整齐齐，每天的按时作息，每一天都是那么的有条不紊，我看到了那个独立的自己；军训对于我来说是艰辛的，因为不管是黑云压城还是骄阳似火都需要安之若素的去对待，就算是皮肤干裂依然得坚持；军训对于我来说又是伤感的，看着教官的远去的身影，经历着欣喜的相逢与惨淡的离别，叫我如何不悲怆。人生就像是一出戏，上演了各种悲欢离合，军训这个舞台我难以忘怀。

军训是难熬的，每天训练的第一件事就是站军姿，“两肩稍向后张，挺胸收腹，两腿并拢，脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度，五指并拢，大拇指放在食指的第二关节处，中指紧贴裤缝，下颚微收，脖子稍像没有知觉，但我们必须坚持，我们无法抗拒铁一般的纪律，我们已不再是那个傲气十足的大学生了，我们需要学会服从，服从命令是天职。每天不到五点就要起床整理自己的内务，基地不比学校，这里不允许一丝马虎，渐渐的习惯鞭策着我我做事要认真，告诫着我时时要以一个军人的姿态来要求自己。

军训是紧张的，环境是恶劣的，而我的斗志是不熄的。“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香？”在烈日酷暑下曝晒，在漫天黄沙下行进，看着大家坚持的身影，我想起了“掉皮掉肉不掉泪，流血流汗不流泪”，尽管很苦很累我都愿意坚持，没有艰苦就没有磨砺，没有毅力就没有成果。军训时是對我坚强意志的考验，也是对我的挑战，我战胜了内心里那个娇小的我，少了份青涩，多了份战胜困难的勇气与直面人生的冲力。

饭前一支歌已经成为我们的习惯，踏着整齐的步伐，甩着有力的臂膀，高声欢唱着“向前，向前，向前”，我窃喜军训让我痛并快乐着，我学会了好多军旅歌曲，一首首动人的旋律召唤着我爱国的情，军训让我明白了大学生肩负着重任，让我多了份担当，少了份迷惘，军训给我指引了道路，我要坚实的走出自己的阳光大道，给平凡的人生画上绚丽的一笔。

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是刚，比铁还硬比刚还强……”第一次体会到这钢铁般的意志，第一次对团队精神理解的那么彻底。尽管大家高矮不齐，尽管步伐不一，尽管都不认识，但是为了集体大家努力地调整着步伐，为了前后动作的一致大家想尽各种方法，看三连踏着雄劲而整齐的步伐，吼着嘹亮而有力的口号健步像我走来；看着拔河场上那一张张憋红的小脸，听台下紧张而又坚实的呐喊，我们虽输尤荣；每每到休息时间我们女生都会坐下互相捶背按摩，互相讨论学过的内容，互相纠正，我们心连心将团结诠释的淋漓尽致，没有团结就没有一个整齐雄壮的方队。

军训有苦有甜，可是苦又算得了什么，人生何时没有苦，关键是懂得去吃苦，苦尽才会甘来。军训的环境是恶劣的，军训的内容是乏味的，军训的氛围是紧张的，可是又能怎样，经过涅槃才有浴火的凤凰，经历暴风雨才有直面沧海的勇气，没有什么事一帆风顺的。军训改变了我很多，我知道以后不管做什么都要认认真真，我懂得不管遇到什么挫折都要坚强要学会“不抛弃，不放弃”，我知道作为一个大学生要时刻严格的要求自己。

只有经历过地狱般的磨练，才有征服天堂的力量；只有流过血的手指才能弹出世间的绝唱。面对军训，我想说：我没有遗憾，因为我坚实的走过。

## 参加学生军训的体会篇八

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有，然而军训对我们这些娇生惯养的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这

样才能是中国的未来不致落空。军训还能培养人有吃苦耐劳的精神呢。其实军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且还能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避。

军训过后我有以下感受：

### 一、“团结就是力量”

水滴石穿，绳锯木断微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。这种团队精神的打造，友情的培养，完全是由汗水凝成，是无法用金钱来衡量的。而团结要靠共同的信念来凝聚，所谓“兄弟同心，其利断金”。总之，团结是大道理，不团结就没道理。

### 二、苦中作乐

军训虽然使得我们的身体疲惫不堪，但却使得我们的精神无比愉悦。我想，它净化的是我们的精神世界。听教官说起自己的经历，感叹其所受之苦远于我们之上，更感叹于他们以苦为乐，苦中作乐的精神。我也更加懂得了，真正的快乐并不是一种物质满足，也不是一种简单的乐观主义，而是在经历了痛苦磨难后的心灵净化与人格升华。我们的教官也许书读得没我们多，但他们的人生体验却比我们更加丰富，他们比我们更懂得做人的道理。古谚有云，读万卷书，行万里路。

### 三、面对挫折

军训时，我们的双肩虽然很酸痛，我们的双腿虽然很麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它

的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

#### 四、一分耕耘，一分收获。

的确如此呀，没有付出就没有收获。军训，对每个同学来说是多么的艰辛，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。

#### 五、勇敢

我想：一个人面对的是重重困难与艰难险阻，在你面前只有一条路勇往直前，不应该有退缩的想法，也不能退缩。无论这时的你是痛苦还是千千万万个不愿意，也不该有任何怨言。你应该有别人没有的顽强的意志与坚强；因为你是军人，你就不应该有所谓的累与苦，而拥有的是更多的勇敢。

#### 六、不做温室的花朵

温室的花朵，永远都经不起风雨的考验。平静的湖面，永远都训练不出精悍的水手。我们要懂得吃苦，更要经得起磨练，这样我们才经得起大风大浪，才不会被社会淘汰。

天空愈晴，星辰愈灿烂，一天军训后，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。我们爱你！