

# 最新军训开始心得体会大学生(优秀10篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 军训开始心得体会大学生篇一

初次参加军训，我怀着一种复杂的心情踏进了军训场。久闻军训严格，紧张与期待交织在一起，让我心情颇为复杂。坐在集合广场上，看着周围各色的同学，我不禁感叹军训的魅力、自强与锻炼的重要性。看着教官严肃的表情，我知道接下来的日子将充满挑战。

### 第二段：艰辛的过程和成长

刚开始军训的时候，我们需要按时起床，整整齐齐地穿军装，参加晨练。对于我这个没有早起习惯的人来说，这是一个巨大的挑战。然而，不久之后，我逐渐适应了规律的生活，甚至开始享受起早晨的新鲜空气和晨练带来的活力。随着训练的深入，我们需要进行长时间的跑步、体能训练和队列训练等。这些训练不仅考验了我们的毅力和耐力，也让我们逐渐感受到自身的成长和突破。军训让我意识到，只有付出努力，才能取得回报。

### 第三段：律己和团队合作的重要性

在军训中，我们学会了律己和纪律，这是每个士兵都必须具备的素质。在规定的时间内完成各种任务，要求我们保持高度集中的注意力和良好的自控能力。此外，团队合作也成为

军训的重点。每次队列训练中的合奏指令、集体行进等都需要大家的密切配合和默契。通过与队友间的相互帮助和支持，我懂得了一个成功团队的力量，原来团队协作可以让一切变得更加顺利和高效。

#### 第四段：坚持的意义和价值

军训是一项艰苦且持续时间较长的训练，人们往往面临诸多困难和挫折。而这些困难和挫折，正是对我们毅力和坚持的考验。经历了不断的挑战和困难，我懂得了坚持的重要性。只有坚持下去，才能完成每一次训练，只有坚持努力，才能提升自我。军训教会了我如何面对困难，如何不畏艰险，从而使我能够更好地应对人生中的各种困难和挫折。

#### 第五段：军训收获的思考

军训不仅仅是一次体力上的锻炼，更重要的是心理上的成长。通过军训，我不仅学会了纪律和团队合作，更懂得了做事情要有计划和执行力。在军营中，我学会了如何按部就班地完成任任务，并在压力下保持良好状态。军训不仅让我更加了解自己，也懂得了珍惜团队的力量。此外，军训还让我明白了生活的艰辛，让我更加珍惜平凡而美好的生活。总的来说，参加军训是我人生中一次宝贵的经历，它让我成长、坚持、改变，也让我更加深刻地认识到了自我和团队的重要性。

（831字）

## 军训开始心得体会大学生篇二

在刚开始军训的时候，我感受到了训练的艰辛和困难。整日紧张的训练课程、严格的纪律要求，让我有些措手不及。每天的起床时间早，训练课程密集，而且往往要进行长时间的体能训练，真的非常辛苦。而艰辛的训练也让我感到了自己的无能，刚开始的时候，我常常觉得体力不支，没有办法适应军训的节奏和强度。

## 第二段：挑战带来的成长

然而，正是这种艰辛的军事训练，让我逐渐理解了困难中蕴含的机遇和成长。通过每一次的挑战，我越来越能够适应体能训练的负荷，渐渐地我也能和同学们进行一些激烈的训练对抗了。尽管每天都很辛苦很累，但坚持下来后，我发现自己的体力和耐力明显增强，而这种成长带给我极大的满足感和自信心。由于训练的连续性和系统性，我逐渐掌握了动作的技巧和训练的方法，使得自己能够更好地应对各种训练项目。

## 第三段：纪律的重要性

在军训中，纪律要求是核心。严格的纪律要求强制我们保持队列整齐、步伐一致，严守队形和行军规程。这让我深刻地认识到，纪律是一切的基础，是军人的起点和底线。只有强调纪律，才能使得一个集体保持高度统一。同时，军训的纪律要求也让我养成了自律的好习惯，我变得更加守时、守纪律，且以身作则对周围同学进行引导和督促。

## 第四段：团队合作的重要性

军训中，与队友之间的默契和配合至关重要。我们在日常的训练中需要互相帮助，互相鼓励，这样才能让整个集体形成一个有力的整体。在队伍中，我渐渐明白，团队合作不仅仅是为了实现一个目标，更重要的是学会相互关心、宽容和理解。团队合作需要遵循不抛弃、不放弃的原则，这样才能达到最好的效果。只有每个人都明确自己的责任和角色，并为集体目标而努力，才能形成团队的凝聚力和战斗力。

## 第五段：军训带给我的收获与启示

在即将结束军训的时候，回顾这个过程，我发现自己从中收获了很多。首先，坚持和自律是成功的关键。军训让我认识

到只有我自己能决定是否坚持，只有我自己能改变自己。其次，团队合作的重要性让我明白只有团结一致才能应对困难。最后，纪律的重要性让我明白犯错会有相应的惩罚，而让纪律成为常态会带来更好的效果。这些都让我成长为一个更好的人。

总结：

通过这次刚开始的军训，我深刻认识到了自己的不足和需要提高的地方。而军训所教會的纪律、团队合作和坚持努力的精神，更是成为我人生道路上最宝贵的财富。军训让我学会如何面对挫折，如何克服自己的困难。这也是我从军训中获得的最宝贵的财富。

### 军训开始心得体会大学生篇三

这十几天对我来说就像是几个世纪一样的难熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”我的思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去抗，又有好多的义务等我们去尽。大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不建康的。

军训已过去十天快接近尾声了，这十天中我的感触很深。感觉到我比以前坚强多了，总觉得自己全身都是力量，叠被子是我在军训前几天中觉得最难的，因为以前没有叠好过被子，叠起来就头大，怎么也叠不好，尽管教官一而再的教，可我还是叠不好，使我都觉得我没有这方面的天赋，呵呵，经过不懈的努力，我最终还是叠了，军训中还有很多很多的感慨，它们都会影响我的一生。

感谢军训，它教會了我很多以前没学到的东西。

## 军训开始心得体会大学生篇四

每年夏末的军训，都是我们大学生生活的一种特殊经历。在刚开始军训的时候，我迎接了大学生生活的新挑战。刚进入训练场地，脚步感到有些沉重，火辣辣的太阳让我的眼睛有些不适应，但是我明白，这是我成长的机会。我接受了新的环境、新的规则和新的任务，带着期待和决心，开始了这段特殊的军训时光。

### 第二段：磨练意志力

军训期间，军官严厉的口令让我们体会到军人坚韧的意志力。在高温下进行体能训练，每个动作都要迅速而准确地完成，如履薄冰。我意识到，只有将自己的思维和行动紧密结合，才能在艰苦的环境中坚持下去。这种磨练我们意志力的训练方式，教会了我承担责任、坚持不懈的精神，给我增添了很多自信。

### 第三段：培养团队意识

军队最大的特点就是团队合作，一人的力量是有限的，只有团队的力量才能战胜任何困难。在军训中，我们与队友一起训练、吃饭、休息，人际关系日益融洽，逐渐形成了一股团结的力量。每个人都承担着自己的责任，互相配合，相互支持。通过共同的训练任务，我学会了互相帮助、互相信任，培养了团队意识和合作精神。

### 第四段：培养自律能力

军训要求我们遵守纪律、讲究时间管理，这严格的要求让我们养成了自律的习惯。每天早上的整理内务、训练期间的严格自律要求，无一不在考验着我们的毅力和责任心。我学会了按时起床、遵守规定、按时完成任务，在这个过程中，我逐渐培养了自律的能力，锻炼了自己的意志力。

## 第五段：感悟成长

军训结束之后，回首这段经历，我深深地感悟到了自己的成长。我学会了面对困难不退缩，学会了乐观积极地对待生活中的挫折和困难。我不再害怕紧张和压力，而是积极寻找方法，克服困难。我深知一切都是付出代价的，只有付出努力和汗水，才能收获成功和成长。军训体验让我明白，成长需要我们去拼搏和奋斗，只有在不断挑战自我、超越自我的过程中，我们才能真正成为一个更好的人。

总结：通过这段军训经历，我收获颇丰。它让我变得更加坚强和自信，明白了坚持和团队合作的重要性。我相信，这段军训的经历将对我以后的学习和工作产生深远的影响，让我成为一个更加优秀的人。

## 军训开始心得体会大学生篇五

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

半个月的大学军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

文档为doc格式

## 军训开始心得体会大学生篇六

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大。汗。

在这短短的七天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉。我们的鞋也穿了洞。但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有利益的冲突。大家讲的更多的是来自哪里?分享自己的趣事。加上离家远，在这里大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

只要你们用心的投入去做一件事情，总会有很多的故事，点点滴滴……在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练，训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点熄灯睡觉。一

种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人；在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的'成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩膀就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。

军训已经快结束了，我也是时候写下我的心得和感受了。

这五天来我学到了很多，不只学会了动作还明白了许多道理。先说说这几天学的动作吧。我学习了向左转、向右转、向后转、齐步走、跑步走、跨立、敬礼、坐下和原地踏步。这些动作别人看似简单，但是我们要注意到细节。哪怕是手指动一下，没有夹紧这个动作都不合格。我深深地感觉到细节的重要性，也体会到了“台上十分钟，台下十年功”这句话的含义，这几天的磨练使我不再是以前的那个小王子。

以前我一直以为我做到了站如松、坐如钟、行如风。可现在我发现这与军人要求的这三点有天壤之别。我们只要在阴凉的教室里坐半个小时就会东倒西歪，而军人站在烈日下都不会叫苦叫累。这就是我们与军人的差距。有了他们保卫祖国我们还怕什么？有了他们的存在，中国一定会更强。人民一定



会生活的更好。我要学习军人的优良作风。

这次军训我还学到了许多东西，比如说整理被子，我一定要把军训的这种精神用在学习上。

最后我衷心地感谢各位教官和老师。是你们让我度过了充实的五天，有意义的五天。谢谢你们。

## 军训开始心得体会大学生篇七

等待着，等待着，盼望已久的军训终于开始了，绿色的服装。构成了绿色的海洋，使人陶醉在其中，人们都说，军训会很苦很累，它不但会晒黑你的皮肤，而且会限制你很多的自由，但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心的如去迎接。从……时间开始到现在，我们训练了一些日子，在这些日子里，有许多刻骨铭心的画面，忘不了第一次站军姿，汗流浹背时仍然站如松的情景，忘不了第一次教官来，大家欢呼喜悦的样子，忘不了一个人倒下时，几个人互相搀扶的画面，我不知道，是否很多忘不了拼凑在一起，组成一本军训成长的书，在这本书里，记录了我的成长和成熟，经过一次刻骨铭心的军训，你就能体会成为一个真正的英雄，皮肤晒黑了，嘴唇咬破了，这些都算不了什么，一个人的意志，没有经过苦难的砥砺。就不会以一个强者的姿态站起来，就不会懂得奋斗的乐趣。不会理解成功的艰辛，军训虽然是短暂的，但军人严格训练，铁的纪律是永恒的主题，在我们心中永不逝去，使我们懂得，对于生活中的磨难和坎坷，我们不但不咬惧怕，逃避，还要张开双臂以拥抱的姿态去迎接，以沐浴的心情去享受，因为磨难实在是成就不凡人生的甘霖，能够用心去感受磨练。

我们才能在激励的竞争中游刃有余，漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，使个个脆弱的我们慢慢的变得坚强，严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽，凡绝没有娇揉造作，有的是勇气，有的是坚强，严明的纪律，严格的要求，紧张

的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭，虽然我们军训没有部队里的正规，但从中可以让我们体会到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意，军训虽然短暂，但也让我们体会到人生的路途中并非一帆风顺，时常会有荆棘存在，坎坷同行，我们需要团队精神，每一个步伐，每一个口号，团队精神让它们发出单一的声音整齐，而团队精神是需要个人努力的，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，刚开始我们的队伍缺乏默契以至疏远了整齐，队伍显得毫无生气，我们要达到整齐，就必须不断调整步伐的错误，一遍不行，再来一遍，“只要功夫深，铁棒磨成针”“功夫不负有心人”。尝试和毅力让我们渐成一个集体。只要有团队精神，一切就会成功。

## 军训开始心得体会大学生篇八

大学生军训是大学生活的其中一个重要组成部分，也是他们进入大学后的第一件重要任务。家长对于大学生军训的重视程度往往可以从他们的行为和心态中看出来。军训是大学生成长的重要阶段，它可以提升学生的纪律观念、坚毅品质，充实和丰富他们的大学生活。作为家长，亲身经历过军训的家长更能体会到军训对大学生的重要性和意义。

### 第二段：大学生军训家长的辅导角色

在大学生军训期间，家长扮演着一个重要的辅导角色。首先，家长要为大学生提供心理支持。军训不仅仅是为了学生锻炼身体和训练军事技能，更重要的是锻炼学生的意志力和恒心。在军训过程中，学生会面临很多困难和挑战，这时候家长的理解和支持显得非常重要。其次，家长要督促学生积极参与军事训练。大学生军训是一个很好的锻炼机会，家长可以帮助学生从中发掘更多的价值和意义，鼓励他们积极参与，主

动关心和探索。

### 第三段：家长的安全关怀

家长在大学生军训中要特别关注学生的安全问题。军训是一个相对较为严格的训练过程，学生可能会面临一些较为危险的情况。在这个时候，家长要时刻关注学生的安全情况，了解军训场地的环境和安全保障措施，并与军训负责人建立联系，及时了解学生的情况。同时，在军训结束后，家长也要关注学生的身体健康和心理状态，及时与学生交流，并提供必要的支持和帮助。

### 第四段：加强家校沟通与合作

大学生军训是家校合作的一次重要机会。家长在军训中要积极与学校保持联系，了解学校对于军训的要求和安排，及时提供学生的相关信息。同时，学校也应该积极与家长保持沟通，及时向家长反馈学生的军训情况，加强家校合作，共同关心和培养学生的成长。

### 第五段：鼓励学生自我反思和总结

大学生军训结束后，家长可以与学生一起进行一次深入的交流和总结。鼓励学生自我反思和总结军训的经验和收获，从中找出不足，并制定相应的改进措施。这样的反思和总结可以帮助学生更好地认识自己，提升自己的军事素质和综合能力。

### 总结：

大学生军训是大学生成长的重要阶段，家长在军训中扮演着重要的辅导角色。他们要提供心理支持，督促学生积极参与军事训练，并关注学生的安全问题。家长和学校之间要加强沟通和合作，共同关心和培养学生的成长。军训结束后，家

长要鼓励学生进行自我反思和总结，帮助他们更好地成长和发展。

## 军训开始心得体会大学生篇九

大学生军训作为一种全面体验式的活动，对于学生的成长具有重要意义。家长作为大学生的重要支持者和见证者，亲身参与军训活动，不仅可以更好地了解孩子在大学期间的实际状况，还能对孩子的成长有更深刻的认识。因此，通过参与大学生军训，家长能够获得许多宝贵的体验和心得。

### 第二段：培养孩子的坚毅意志

军训活动对于大学生来说是一次身心磨砺的重要机会。家长参与军训可以亲眼目睹孩子面对各种困难和压力时的坚持与努力，这将对孩子的坚毅意志的培养起到积极的促进作用。家长的参与不仅能够与孩子共同体验艰辛，还可以通过参与和孩子一起度过挫折和克服困难，让孩子更加明确目标，树立信心，锻炼毅力。

### 第三段：加强家庭沟通与理解

在日常生活中，家长与孩子之间不可避免地会存在一些沟通障碍。而参与军训能够为家长提供一个与孩子共同经历和交流的机会。通过亲身体验，家长可以更加了解军训对于孩子的意义和作用，了解军训所需付出的努力和付出，以及孩子在军训过程中的心理和情绪变化等。这将加深家长与孩子之间的理解和沟通，使双方更加密切，建立起更加牢固的亲子关系。

### 第四段：倡导家庭教育的新理念

大学生军训的参与，为家长提供了一个展示家庭教育理念并加以实践的平台。家长在军训中可以向孩子充分展示家庭教

育的理念，让孩子感受到家庭对于他们成长的重要性，并通过具体行动去落实这些理念。家长的积极参与和付出，将为孩子树立一个良好的榜样，激发他们学习的动力和兴趣，促进他们自身的成长和发展。

## 第五段：收获亲子情感的升华

大学生军训对于家长来说也是一次珍贵而具有纪念意义的回忆。参与军训的同时，家长可以亲身感受到孩子的成长和变化，以及孩子在军训中展现出的优秀品质和能力，这无疑是一种享受和满足。军训结束后，家长与孩子之间将产生更加深厚的情感联系，而这种亲子情感的升华将成为家庭关系更加紧密和和谐的基石。

总结：

通过大学生军训，家长能够获得许多宝贵的体验和心得。军训不仅可以培养孩子的坚毅意志，加强与孩子的家庭沟通与理解，同时也提供了一个展示家庭教育理念并加以实践的平台。最重要的是，军训能够让家长与孩子之间的情感更加升华和牢固。因此，建议大学生家长积极参与孩子的军训活动，通过亲身经历去感受和培养孩子的成长，为家庭的和谐发展贡献自己的力量。

## 军训开始心得体会大学生篇十

前一阵有一部很悲壮，挺能感动人心的军旅电视剧《我的团长我的团》，而今天，我要写我们的排长我们的排，因为我们的故事跟这部电视剧一样精彩，或者说因为它的真实更能触动我们心底的那泓清泉，让记忆的根扎得更深，让青春的果实香甜芬芳。

茫茫人海，相逢即是缘。冥冥之中的机缘巧合让我成为一个集体的一名，三营八连八排，一个注定让我们欢笑让我们流

泪的连队。而这一切更是因为来自不同学院、不同班级的同学的组成而充满偶然性，因为我们的排长而精彩。

不会忘记第一天陌生的同学站在一起组成一个新的集体，不会忘记有点紧张、严肃的教官给我们敬的第一个军礼，不会忘记刚穿上迷彩的我们对战士生活的向往和期盼。我们的开始很平淡，但这份平淡却蕴含着我们波澜壮阔的军训生活。我想了又想，不知从何谈起我们的故事，因为每一个细节，每一时刻的苦乐都像轻盈的蝴蝶，停留在我心间，我害怕一经触动，它们就会轻轻地飞走。但是，我想每个人都来聆听我们的故事，都来感受我们排那份真挚的情谊。一切得从我们的排长说起，因为他是我们这个集体的核心。

我们的排长会让每一个第一次见他的人很快记住他，因为他有一个很特别、很浪漫的名字——白马王青。当我们第一次听到这个名字，每个人都在暗自忖度，用女生特有的浪漫情怀，想象着拥有这样特别名字的人是不是跟白马王子一样呢？不料，冲过来的不是白马王子，而是一匹黑马。那黝黑的皮肤，坚毅的眼神，军人刚强的气质与我们想象中的教官形成巨大的反差，但没有人失望，因为我们看到的是一位真正的战士，我们未来学习的榜样。他工作起来是那么认真，会一遍遍给我们解释、做示范，纠正我们的错误；他是那样的善解人意、关心学员，对我们没有责骂埋怨，只有耐心与关怀；他在休息时是那样的幽默、开心，让每个人都快乐起来，笑容荡漾在心间。在我们排长的带领下，艰苦的军训生活中我们寻找着精彩，学习到了太多太多。从被动学习到主动探索，从同学之间的陌生到为集体荣誉而努力战斗，我们的排，成为一个优秀的排。我们在艰苦的训练中学会坚强，学会坚守信念；我们在嘹亮的号角中追寻战士的精神，感受军魂；我们用激昂的军歌唱响军旗下的迷彩青春。

或许，有些东西失去了才觉得珍贵，因为我们不懂得珍惜

看看，欢迎查阅！

# 军训开始心得体会大学生