

写的大学生军训心得(模板10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

写的大学生军训心得篇一

大学生军训是每个大学生都要经历的历程，尤其对于女生而言，更是一次难得的经历。经历了一天的军训，不仅仅是训练的，还有对自己力量的挖掘，对人际交往能力的锻炼，以及面对困难的勇气。下面我来谈一下我的一天心得体会。

二、初到军训场

当我来到军训场的时候，还是觉得有些胆怯和不适应。首先是身上穿的军训服，刚开始觉得很很不习惯，甚至觉得不好看。但随着时间的推移，我慢慢地适应了军服的领口，衣角，以及虎口、鞋面的擦拭。当然，台风天气让我有些小小的担心，但教官给了我们必要的安全提示，我也就不害怕了。

三、丰富的活动

一天的军训活动非常丰富多彩。除了常规的晨练，操练和游戏，还有极限跑、攀岩、绳索等运动项目。这些活动对于平常久坐办公室的我们而言，既是挑战又是机遇，能够锻炼身体，增强体质。总体而言，我的身体素质只是在常人中等偏上，但我尽力了。我不是很擅长操练，但我虽然跟不上大家的节奏，我仍然用自己的力量、动作支撑着自己的体魄，发现自己的潜力，增强决心和毅力。

四、与队友相处

大学生军训具有团队合作的特点，每个人都有自己的青春年

华，而在这个过程中，互相帮助，互相成长。在晚上的时候，我们一起做了一件事，就是给科技楼和管理楼涂色。虽然只是简单的涂色，但队员们互帮互助，认真细致，从而体现出了团队合作的精神。在一些需要相互合作的活动中，有些人可能不太会，但其他队友会鼓励他们，指导他们，让每个人都感到满足和自豪。

五、收获与感悟

这一天的军训，吸收了刻苦、勤奋、毅力、耐力等习性，对自己的成长有一个全新的认识。在这个过程中，我读到了自己的强项与优势，并意识到自己的缺点和不足。同时，我也感谢这次经历，认为在未来遇到问题和时候，我也可以像今天一样，用自己的力量实现自己的目标。最后，我要感谢我的教练和队员们，他们的帮助与支持，让我取得了这一次难得的成长体验。

总之，大学生军训是一个难得的机会，它不仅能够锻炼身体，还能增强体质和人际关系。在这个过程中，我们学会了相互帮助和团队合作，不仅让我们得到了美好的收获和经验，更让我们更加自信和快乐。

写的大学生军训心得篇二

大学生军训是大学生活中的一部分，是大学生们接触到的训练军事生活的第一步。大学生军训的目的是锻炼自身的意志品质、提高身体素质、增强团队协作精神等。而在军训的一天中，我深有体会，在这里，我分享一下自己的思考和感悟，希望对那些将要进行军训的大学生有所启示。

第二段：坚定的信念

整个军训过程中最重要的就是坚定的信念，这对于我们每一个参加军训的大学生来说都是至关重要的。因为军训是一个非

常测试个人意志品质的过程，在枯燥单调的训练中，有时候难免会有低谷期。这时候我们应该告诉自己坚定信念，向自己的目标坚定走去。信念坚定的我们，才能更好地面对军训中的种种困难。

第三段：坚实的体能

军事训练中最为重要的就是体能，体能状况直接影响着军事训练的效果。所以在军训中，大家必须努力锻炼自己的体能，通过长时间的体能训练和反复的规律的锻炼，我们每一个参加军训的大学生都会逐渐拥有坚实的体能。而这一点，也将会让我们更加坚定地向前走。

第四段：增强的团队协作精神

在军事训练中，团队协作精神也是非常重要的一点，特别是军训。因为在训练中，如果我们没有团队协作精神的话，是很难有效的完成训练的，不仅不能完成训练，还会影响其他训练人员的心态，所以说团队协作精神非常重要。通过军训中的团队训练，我们也将会逐渐地感受到不同人员之间的合作，这样也会让我们对军事训练的知识有更深的认识。

第五段：结论

在大学生军训一天中所感悟到的体会就是坚定的信念、坚实的体能和增强的团队协作精神，这些都是大学生军事训练中不可或缺的一环。在军事训练中我们肯定会有种种的困难，但是只有坚定的信念、坚实的体能和增强的团队协作精神，才能化解这些困难，更好的向前走。相信参加大学生军训的同学们也都可以通过军训中的训练，不断提升自己的意志品质和身体素质，成长为更好的人。

写的大学生军训心得篇三

烈日下的军训磨练着我们的意志，锻炼着我们的体力。立正、稍息、齐步走。最简单的姿势，最基础的要求。但要把它们做到最好却要付出汗水伴随坚韧的意志。军训告诉我们学习生活中也应本着军训精神能吃苦能坚持方能拥抱明天！

一切行动听指挥，铁的纪律，钢的意志，辛勤的付出，让我懂得了军训的意义，生活的意义，军训感想记在了我的心里。

纷飞雨，万千思绪；迷彩衣，众千学子；三两笑语，几许咏叹。

几千年前，木兰花盛。“雄兔脚扑朔，雌兔眼迷离，双兔傍地走，安能辨我是雄雌？”历史风尘，几千年烟雨。望眼兴叹，军姿飒爽。军歌嘹亮，谁说女子不如男？女子幻化，如破茧成蝶。如茧，不畏困苦，摆脱脆弱，以规范要求自已化蝶，坚强飞舞。望，绿茵场上，众茧成行。未来，蝶舞纷飞，伊人所梦。

痛苦与快乐并存着，所以选择痛快。蝶茧如星，闪耀如光。惟愿破茧成蝶，共谱蝶舞一曲。

写的大学生军训心得篇四

忙碌的暑假后，我迎来了大学生涯的第一次军训。这一天，我和我身边的同学们一起走进了炎热的军训场，在严格的军事训练中，我深刻地领悟到了很多道理，下面我将就此分享我的心得体会。

第一段：严格的军事训练惊险刺激又充满挑战

在军训场上，我和同学们体验到了严格的军事训练，比如晨跑、军体拳等，与往常的运动相比，这些训练要求更加苛刻。整个运动过程中，我们都感觉到了训练的紧张，同时也感受

到了军训的锻炼和挑战，这种刺激和挑战激发了我精神力量和毅力，也增强了我身体的适应能力。

第二段：集体生活增进了合作精神和团队意识

在军训场上，我和同学们住在一起，一起吃饭、一起训练、一起上课。在这过程中，我们感受到了一种团队氛围，我们相互支持、相互帮助，大家一起协作完成训练，相互鼓励，在这样的氛围中，我的合作精神得到了增强，也让我认识到团队合作的重要性。

第三段：军训切实提高了我的纪律性

在军训的过程中，我深深体会到了纪律的重要性。我们需要按时按点到达训练场，需要服从教官的命令，需要清晰明确地完成任任务。这些纪律条例强制性地规定了我们的行为，让我们切实提高了自己的纪律性，让我认识到坚持训练、严格遵守纪律的重要性。

第四段：军训激发了我强烈的爱国情怀

在军训场上，我深深地感受到了军人的荣誉和责任，同时也加深了自己对国家和人民的热爱和敬意。让我更加坚定了要做好自己、服务社会的决心。军训让我认识到，一个人的成长离不开国家和民族的支持，也使我感到为时代而奋斗，为祖国而奋斗才是最终的目标。

第五段：军训把握机遇，开启自我成长之路

从一开始的陌生和迷茫，到如今对军训逐渐了解并认识，我在这一天深刻体会到了军训对我个人成长的影响。在未来的生活中，我还将遇到更多困难和挑战，但经过军训的考验，军人素质的锻炼和跨越的心理障碍，我深信我可以走出属于自己的成长之路，和我的同学们一起面对未来的新挑战。

总之，大学生军训一天的心得体会让我重新认识了自己的能力和潜力，也教会了我坚持自我、珍惜机遇的重要性。我相信，通过这次军训，我不仅会在自身锻炼方面取得长足进步，更重要的是，我获取了一批好的军事、素质方面的技能和知识，未来，我将把这些技能和知识践行到我的生活中去，为了自己的成长和更好的社会贡献，不断发扬军人的优秀品质！

写的大学生军训心得篇五

老天还算挺帮忙的，这两天凉爽多了，同窗们渐渐的也习惯了军训生活，你看，这正步踢得多好呀！这离不开边防站9位教官的勤劳指导，也离不开7位临时班主任的全天候陪同，前两天我们看了张国兴老师高一(1)班学生的文章，今天我们再来看一看黄志刚老师高一(6)班学生的心得体会：

有的时候，时间真的流逝得很慢，最起码，今天的我的确深有体会，

军训的苦也乐在其中。站在操场上的我，觉得本人很伟大，从未想过，本人也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢？在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同窗同舟共济，这是上天最好的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获。放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆！

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有意

外风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是平正的了，一道刺眼的阳光开始了我们的军训生活生计。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训打倒，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵暗影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再镇静。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们或许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们目前倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。目前要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，仅此而已！

写的大学生军训心得篇六

从小学到大学，我经历了三次军训，这一次时间最长，影响也最大。为什么这么说？因为，军训虽然只有九天，但大概教会我的不仅仅是立正的军训，更是意志和精神的洗礼。

在这次军训中，我经历了一些以前从未经历过的事情。例如，士兵的气势和教官整齐的步伐让我想起了远离边境地区的千千万万的士兵和哨兵。他们不怕风吹雨打，不怕太阳晒，日复一日的工作，让我们有了现在的天伦之乐。想到这，我们的头抬得更高了，胸也更直了。

在军训期间，我也体会到了团结的力量。听，军歌那么好听，那么好听；你看，大胆整齐的步伐伴随着响亮的口号“121”是那么的赏心悦目，令人振奋。这就是团结的力量，让我不断训练，让我懂得了集体荣誉感。

nt:2em□文本对齐:左对齐□"& gt;军训，虽然简单的动作重复了很多次，但是这种重复的过程磨练了我们的意志，教会了我们坚持。在备受关注的会议上，看到讲台上学校领导满意和认可的表情，听到学生们热烈的掌声，真是太棒了。

于是军训不知不觉就结束了。虽然只有九天微不足道，但我经历了很多，给我留下了不可磨灭的印象。在这里，不得不提我们公司的一个同学，因为他用他乐观的态度感染了我，让我坚持了这么多天。他是站在我旁边的同学徐建华。他是一个真实的、身体残疾的、意志坚定的人。他本可以不参加军训，但他本可以坚持到军训的最后一天。期间教官叫他休息的时候，他总是笑着说：“没事的，教官。”他是残疾人，但他的坚持，他的冷静，他的乐观深深地感染了我。在这里我真诚的感谢他给了我很多感受和信心。

最后，军训不仅让我们学会自立、自尊、自爱，也让我们懂得团结，建立集体荣誉感。最重要的是，在军训中，我们知道如何做人，如何做人。这所谓的“我训练，所以我成长”。

相信军训结束后，我们一定会迈着稳健的步伐，带着自信的微笑，走向更加美好的明天。

写的大学生军训心得篇七

大学生参军训练是培养青年学生的集体主义精神和身体素质的重要途径之一。参军训练是通过在军方组织的一系列训练课目中，锻炼大学生的身心，并培养其团队合作意识和顽强拼搏的精神。参军训练使大学生进一步增强了国家安全意识和紧急情况下的自救自护能力，对大学生成长意义重大。

第二段：阐述参军训练对身体素质的提升

在参军训练中，大学生通过种种高强度的体能训练和军事技能的学习，不仅使自己的体能水平得到了大幅提升，而且锻炼了身体的耐力和抗压能力。在长时间高强度的体能训练中，大学生学会了顶住疲惫和困难的坚持，使身体素质得到了有效提高。

第三段：探讨参军训练对意志品质的熏陶

参军训练有一定的军事化和纪律化特点，在经过连续且高度集中的训练后，大学生注重团队合作，养成了严守纪律、服从指挥的良好品质。通过各类训练课目，大学生的意志力也得到了锻炼，他们学会了不放弃、迎难而上。这种顽强拼搏的精神不仅在参军训练中起到了重要的作用，同时也是大学生未来发展的必备品质。

第四段：谈论参军训练对人生观的影响

参军训练让大学生认识到了军人的崇高与艰辛，明白了自己应该为国家的发展和民族的利益做出贡献。这种国家意识让大学生在人生观上有了新的认识，知道自己的责任和义务。同时，在训练过程中经历的身心磨砺和困难，也激发了大学生面对生活中种种困难的勇气和毅力，他们对未来充满信心。

第五段：总结参军训练的体会和感受

通过参军训练，我更加深刻地认识到了个人在大集体中的作用和责任。训练过程中的困难、压力和挑战使我在身心上得到了考验和成长，并且在意志和毅力上得到了巨大的提高。参军训练不仅让我具备了较高的身体素质和军人品质，更重要的是为我今后的成长和发展提供了坚实的基础。

参军训练是大学生成长和拓展的重要阶段，它锻炼了大学生

的身体素质、熏陶了大学生的意志品质，影响了大学生的人生观。通过参军训练，我们更加热爱祖国，更加成熟自信，并且懂得了珍惜生活和付出努力的重要性。无论是对于个人的成长还是对国家的建设，参军训练都起到了积极的作用。这是一段宝贵的经历，在未来的求学和工作生涯中都将给予我们更多的动力和信心。

写的大学生军训心得篇八

大学生参军训练是一种独特的经历，既是对个人体能和军事素质的全面锻炼，也是对自主性和团队精神的重要考验。亲身参与军训，我有幸深刻体会到了军人的坚韧作风和无私奉献精神。下面我将从锻炼身体、提升意志品质、培养团队意识和塑造自身价值四个方面来总结和分享大学生参军训练的心得体会。

第二段：锻炼身体

大学生参军训练让我深刻体会到体能的重要性。在军队里，身体素质是基础，要求我们具备良好的体力和耐力。长时间的跑步、爬山、攀登等训练，让我意识到了自身的局限性，也激发出了我不断超越自我的欲望。通过这些训练，我不仅增强了体力，磨炼了意志，更让我明白了健康的身体是一切进步的基础。

第三段：提升意志品质

大学生参军训练不仅锻炼了我们的身体，还提升了我们的意志品质。在军训中，训练强度大、时间紧，让我们寝食不安、全身心地投入其中。在训练过程中，面对种种困难和挫折，我学会了坚持不懈、勇往直前的精神。我深刻体会到只有付出更多的努力，才能获得更好的结果。这种经历让我更加明白，只有拼搏奋斗，才能成就更好的自己。

第四段：培养团队意识

大学生参军训练让我认识到团队意识的重要性。在军事训练中，个人的力量是微不足道的，必须与他人紧密配合才能取得胜利。在军训中，我们要相互扶持、相互鼓励，保证整个战斗小组有力地前进。通过集体训练，我发现团队的力量是强大而不可忽视的。只有团结合作，各尽所能，才能取得更好的战斗效果。

第五段：塑造自身价值

大学生参军训练对塑造自身价值有着重要的作用。在军训过程中，我们不仅锻炼身体，也接受思想教育和道德修养。通过参军训练，我懂得了追求平凡生活背后的重要性，更珍惜自由、平等和和平的社会环境。同时，参军训练也让我明白了自己的责任和担当，鼓励我努力学习，将来成为对社会有用的人。总之，大学生参军训练是一段独特的人生经历，让我感悟到了很多，对我的成长和发展产生了积极的影响。

结尾：

通过参军训练，我不仅获得了身体上的锻炼，也感悟到了意志的力量，明白了团队合作的重要性，同时更加明确了自己的价值。大学生参军训练给予我们宝贵的人生财富，让我们在未来面对各种困难和挫折时，能够坚定不移地前进。我相信这段经历会成为我们宝贵的财富，助力我们在未来的发展中取得更大的成就。

写的大学生军训心得篇九

日有所思，夜有所梦。想的多了，自然就来了！

想来，那些过去没有珍惜的日子或许多少是有着自己的理由，却还没来得及解释，便随记忆的波痕消失了。想想，以前做

过的，没做的，错过的，得到的，都变得不那么难受和重要。我们总是要经历一次又一次风雨的洗礼才能够长大。或许岁月，仅是改变了我们的容貌，却终究无法让我们放弃曾经的拥有。

人生之中，一定不能够责怪太多，也不能将自己强加于别人！毕竟别人没有理由为你好。

如今我才懂得，幸福总是会在晴天后出现，嘴里常常挂念的休息如期而至，军训，也不过如此。

很多有关于自己的悲伤故事，关于别人对我的玩弄，我都不记得了。或者更牵强的说不愿意记起了罢！

外面在下雨，拉上窗帘，屋内黑压压的，和白天这个名号格格不入。感觉没什么可以思考的，就是想睡觉，好像患了嗜睡症一样睡不醒。听着舍友被抗日神剧逗笑的声音，感受着雨天时间的平静。这感觉如此的细腻。

不知不觉，步入大学这么久了。日子果真是最易消遣的。不管喜欢与否，最终都会慢慢的，悄悄的，走远。只留下，后悔，亦或，无悔。大概这才叫生活！

我们只是生活中的配角，我们只不过是季节中的匆匆过客。我们注定只能如此！

正如某日，天晴，阳光晒得皮肤发疼。我成为不了军人，也走不进军人的生活。

耳边仍留有“骄阳如火，我心似铁。百炼成钢，谁于争锋。”的号音。还记得教官的夸赞。只是，这种时光走了，就再也没人让我这般兴奋。我想这辈子，再也找不到这样的时光了。

是啊，美好的时光是短暂的。我们总得学会独挡一面，我们总得长大，我们不可能活在过去。

军训的磨练，终于在众人的谩骂和感叹中接近尾声了。虽说有过抱怨，虽说没有过雨天，虽说想办法逃避，却不经记忆的触碰。假如时光逆流，该有多好，可以看见我们重新疯狂一次，可以在这个时段，重新看见我们的幻影，可以再多添得那份无虑的喜悦。可惜，时光终究回不去了！

突然有种毕业的冲动，随着九月一批学弟学妹的到来，我们不得不感叹，我们也将是，也终究是踏入了学长的道路了。还记得曾经，刚步入校园时眼里充满了好奇和无知，那个时候，大学的趣事，似乎永远都会演绎下去，永远充满了惊险刺激。而又忘记是从什么时候开始，发现他们原来都是别人厌烦的曾经，原来那一切在别人眼里都是儿戏，不需也无言感慨。于是乎，匆匆然走过了大一生活，即将踏入大二。

写的大学生军训心得篇十

“前进，前进，前进”，我们的军训还没有结束，它只是我们漫长人生的第一步，还有很长的路要走。同志们，继续努力！

没有付出，就没有收获。确实如此。没有付出，就没有收获。七天军训，每一个学员都有多辛苦，如何在训练中事半功倍？我希望世界上的每个人都能意识到这一点的真正含义。想做好，就得付出。要做得更好，就要付出更多。

军训，我相信经历过或者没有经历过的人，对它的反应都是疲惫和苦涩。的确，严格的日程，长时间的训练，还有耀眼的阳光。让一向娇生惯养的我们有点吃不下了。但经历过军训的人，除了苦和累的反应，还会有其他感受，我就是这样。

记得高中军训的时候，我们比这个大学的军训还要苦。那时

候我们十五六岁。每天早上，天一亮，我们就要去军训一个小时，然后吃早饭，然后再开始训练。中午12点和下午5点结束，晚上还要自习。别的不说，军训时间就足以把人拖垮。此外，我们南方的气温很高，九月是那里最热的时候。反正军训的时候不能穿干衣服。从小没参加过军训。中学时，大部分同学都参加过军训，都说“军训好苦好累。”虽然都这么说，但是我还是很期待军训的。毕竟是人生第一次，也可能是最后一次。

当我怀着无比激动的心情在路上的时候，我在想象我们军训的地方是什么样的！我一直以为我们军训的地方是在林园的通信学校，但是当车经过那里的时候，它并没有停在那里。我有点失望。

终于，终于，我们来到了我们军训的地方。首先映入我眼帘的是“训练基础”。看着那金黄色的四个大字，我的内心激动不已。但人生就是这样，总会有起有落。第一件事是把我們带进我们生活的地方。这很简单。只有一张脏床和被子，连枕头都没有。我当时真的觉得要哭了，不过还好，有责任感，站军姿，一系列动作，顺其自然。对我们来说都是小玩意。但是在训练的第七天，我们让教官生气了。看着平时和我们一起玩的教官，突然不理我们了。教官是个好脾气的人，但是我们让他说不出话来。你可以想象，我们犯了多大的错误，第一次上来。第一次，我哭了。我抓不住的不是眼泪。那是我第一次感到内心的失落和无助。我来到了山上。只有老师，教官，同学在一起，互相进步，互相关心。但是这唯一的東西丢了。我强忍住眼泪，但眼泪还是不情愿地掉了下来。幸运的是，我们都知道我们错了。第二天，我们的精彩表演又开始了。

“稳定是技术”“质量而不是数量”的经典话语回荡在我的心中。就这样，转眼七天过去了。说真的，真的有点舍不得离开这片曾经讨厌的土地。

军训让我们相信坚强，在生活中努力坚强。曾经，我们一起欢笑，一起哭泣。今天，我们一起经历了风雨，一起经受了磨练。明天，我们将一起迎接绚烂的彩虹和艰辛。让我们一起珍惜现在的甜蜜和疲惫，让我们一起体验超越身体极限的愉悦和严格，让我们更严格地要求自己。天越清，星越亮，称之为七天。