

大学军训心得(大全8篇)

读书心得是一种对自己思考和阅读能力的检验，通过书写读书心得可以更好地记录自己的思维过程和成长点。在下面的范文中，作者通过自己的学习经历，总结了一些学习心得和方法，希望能给大家带来一些启示。

大学军训心得篇一

军训的生活已经结束了，这次军训让我受益匪浅，它让我明白了团结就是力量以及让我学会了顽强不屈的精神。今日小编就为大家整理了关于大学生军训心得体会范文，欢迎借阅学习，一起来看看吧！

云中谁寄锦书来?精美的入学通知书姗姗来迟，带着我盼望已久的通知书和我对大学的憧憬静静地跨入了这个美丽的校园，大学生活正紧锣密鼓地进行着，而军训正是这美妙生活的序幕，15号军训悄悄地拉开了帷幕。

军训让人痛苦，立正、稍息、跨立整得我们这些温室中的花朵苦不堪言，尤其是站军姿，它真的让人欢喜让人忧，腿绷得老直，教官仍在一边叫嚣：“有的同学又在偷懒，拿出点毅力！”没办法，大家只好抛下十二分的不愿，挺直双腿任他雨打风吹皆不弯，大腿好痛，手臂手酸！

军训让人坚强，李阳曾说过“pain past is pleasure”是的，困难其实并不可怕，敢咬牙克服困难的才是真的英雄，只有面对任何痛苦都能一笑置之，才是真的快乐之人。绿色军营令多少华夏青年充满神往，令多少壮志之士抛汗撒泪，七天转瞬就过去了，这期间有笑有泪，有酸有甜，有脆弱更有坚强，超载了军训的痛苦，似乎每张稚气的脸都染上了坚强的光辉，每个初入大学的学子变得更成熟，更能经风历雨了。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持“在家靠父母，在外靠同学”的人生信条，说话做事慢条斯理，对人对事无动于衷，已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦？是军训陶冶了我们，使我们明白了口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢地采取行动，除了服从命令我们别无选择！

军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。

七天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。在这七天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

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

真正的快乐是苦中作乐。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！

经历了多少风雨的折磨；体验了多少紧张的时刻；承担了多少困难的考验。我们终于迈进了大学的门槛。本以为大学之路是轻松的；本以为大学之路是渺茫的；本以为大学之路是自由的。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，原来那些都只是幻想。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个月的，这也标志着大学生活开始了！自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰；无数汗水的浇灌；无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是“苦”和“累”的表现。

在军训期间，发生了许许多多感人的故事。这些感人的举动

也都表现出了一颗颗坚定的心；一份份坚强的勇气；一种种值人学习的精神。在大学中、社会上也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。“没有规矩，不成方圆。”这也正是军训中，我们所明白的。如果一个人在生活中放荡的地，那么这个人将被称为“疯子”；如果一个家庭在生活中争吵不息，那么他很快四分五裂；如果一个国家总产生内战，那么最后只能走进灭亡这一恶门。因此，我也深深地懂得了只有团结、友爱、奋斗、坚强才能在这个世界上生存。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信“阳光总在风雨后”这句话，这也是为今后的生活奠定了一个坚实的基础。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真正的一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

经历了了如火如荼的高三，挤过了高考这座独木桥，体会了三个月的总结与休整。一番激烈，一番宁静，回首高三，我无怨无悔，展望大学，我信心百倍。。此刻，真的是心潮澎湃。青春的大学，绿色的军营，将是我未来四年生活成长的平台。向大学生一样学习，像士兵一样训练，丰富知识，强健体魄，国防生的生活紧张而有序，向上而团结。

九月的长理，丹桂飘香，香樟繁茂。碧草繁花中，总会有一片片迷彩时隐时现。至诚轩前，总会有一支支整齐的队伍威武前行；云影湖畔，总会有一声声震天的号角惊起波澜；体育场里，总会有一个个巍然不动的身影、一幅幅目光坚毅的表情走进你的视线。从军姿到正步，从严肃的训练到激扬的拉

歌，这是我们短短十几天的军训，时而很苦，时而很甜。但在结束的时候，起初的不理解和抱怨早已烟消云散，留下的只有一份份感动与留恋。

军训后的我们懂得了吃苦，懂得了坚持，懂得了挑战自己。作为国防生，我们懂得了责任，懂得了服从，懂得了团结，懂得了荣誉。我们战胜的可能是烈日，可能是叮人的飞虫，也可能是严厉的惩罚，但我想，我们战胜的终究还是我们自己。蜜罐里长大的我们在训练时会肌肉抽筋，会恶心呕吐，会头晕中暑，可在坚持与服从中，我们挺了过来。虽然这看似是一种折磨，但我更愿把它视为一种磨砺。我们的皮肤黝黑了，肌肉结实了，背也挺直了。面貌上，我们雄赳赳，气昂昂，势不可挡；精气神上，我们的血液里多了一股威武雄壮，灵魂里多了一股刚毅不屈。军训让我们的躯体与精神双双受益。此刻，我愈发的体会到军训的必要，愈发的体会到作为一名军人的荣光。

一二三四，像首歌，绿色军营教会我。忠诚于党，热爱人民。军队，永远是一个不辱使命的群体。作为一名国防生，我热爱军队，同时也更希望走进军营大家庭。和战友们情同手足，听从上级的命令指导，流的是汗水不是泪水，练的是体魄，强的是素质。虽然我们距离一名合格的军人还有一段路要走，但我们会始终不渝的坚持训练，以军人的标准严格要求自己，努力学习，用知识武装头脑，凭过硬的技术在部队实现价值。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。为了自己的军旅梦，为了成为一名真正的军人，为了头顶上的军徽，我会认真地完成今后的每一次训练，在国防生的生活学习中，努力学习，积极表现，实现自我，超越自我。

既然选择了地平线，留给世界的只能是背影。既然选择了远方，便只顾风雨兼程。从九月刚入学到今天，我经历了很多，认识了很多。一路上有风雨，有困难，有挺不住的时候，更有想家的时候。即使这样，我并不孤单。因为有和我同甘共苦的兄弟。虽然我们在紧张的军训期间没有机会坐在一起畅

谈天地，去了解彼此，但我们能够感受到彼此给予的支持和我们整个集体的向心力。

我很幸运能有这些兄弟。没有谁会丢下谁，没有谁会抱怨谁，哪哪怕以后我们会奔向祖国各地，我们也会永远相信这份战友情谊，相信我们会永远存在于彼此的生命里。在或寒冷或温暖的时候，都能够幸福着彼此。

其实，我们这些“新生的雏儿”要感谢的人有很多。是选培办的首长们一次次亲临我们的训练场，我们的每一分提高，首长都记在心里；我们的每一分不足，首长更是急在心里。虽然我们对选培办的首长们怀着一种敬畏的心理，但我更愿相对自己的“大家长”那样对首长们说一声谢谢，道一声辛苦。还有我们含辛茹苦的教官，还有我们的班主任，还有学院的老师们，我们要感谢的人太多太多。与其我们一一道谢，不如我们一心一意的学习知识，学会自律。我想，我们成长为一名合格的军人，一名优秀的大学生才是对所有关心指导我们的人最好的感谢。

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，晒着我的执着。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。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

大学生军训心得体会_军训心得全新范文摘选

大学军训心得篇二

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严。同学们穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景。我骄傲我是其中的一员。

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦，军训中的忍耐、坚持、

顽强，短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

大学军训心得篇三

“有一份耕耘，便有一份收获。”这是我军训七天下来的心得。因为心中一直敬仰军人，佩服他们坚强刚毅的性格，吃苦耐劳的精神，更羡慕他们能够站在前线、不惧困难保卫国家，为祖国做贡献；也因为心中一直也想要成为一名军人。所以每一次军训时，都想要做到竭尽全力、认真的完成每一个动作，在想放弃的每一分每一秒都逼着自己咬牙坚持下来。大汗淋漓、身心疲惫，无数次想要放弃，又无数次的告诉自己——如果真的想要参军，成为一名军人，这点训练又算得了什么呢？如果这点磨难都把自己击倒，那凭什么去参加军人的选拔呢？坚持，坚持，再坚持。从最开始因军训而万分痛苦，到如今经历一星期的锻炼后，发现站军姿也不是一件难事，齐步也可以和大家配合得很整齐。腰杆挺直了，背也不驼了，姿态和精神面貌都得到了焕然一新。让我更加的相信“有耕耘，才有收获；有付出，才有回报”，只要坚持、认真的完成军训，军训结束后，我一定会背上硕果累累的行囊。

大学军训心得篇四

军训，是每个大学生一生中必经的课程，在军训中我们感受着如军人铁一般的纪律，遵守着他们严格的要求，这对于没经历过什么挫折的我们来说无疑是大学中的一个巨大的考验，我们在这场考验中成长，成为更好的自己。

今天是军训的第三天了，我们从第一天的慌乱到现在的从容不迫，我们逐渐适应了军训紧张的时间和强度。三天来，我们学会了很多东西，比如说立正、稍息、跨立、停止间转法、敬礼、原地踏步、齐步走……虽然站军姿的时候很累，脚会麻、腿会酸、腰会疼，但是痛并快乐着。我们还有一个有趣可爱但是又很严厉的教官，她会在我们休息的时候讲笑话、

教我们唱军歌，为我们的军训生活增添了一丝欢乐。

昨日一场甘霖降临，我们感受到了秋日的凉爽，今日则是雨过天晴，万里无云，昨日下雨的痕迹也被掩盖，但雨水冲刷不走我们这些天留下的汗水，骄阳也无法改变我们要继续训练的决心，今天我们排无一人倒下，这不仅是对我们体力的考验，更是对我们毅力的考验。骄阳似火，我们的心也跟着炙热起来，军训还在进行中，我们的大学生活也刚刚开始，军训结束后，我们要带着这些在军训中锻炼出来的品质，投入到学习中，而军训，也会成为我们往后的日子里回忆起来的一段美好时光吧。

大学军训心得篇五

参加军训是同学们接受素质教育的良好形式。它能够激发、培养和彰显我们的团队精神、集体意识和艰苦奋斗、吃苦耐劳的品质。通过军训，将使我们同学更好地领悟纪律的含义、规范的意义，领悟生活的真谛、生命的价值，使我们大家在思想认识和行为方式等方面再上一个新的台阶。在烈日的曝晒下，在雨水的浇淋下，我彻底改变了对军训的种种看法。虽在“热”，“苦”，“累”三部曲中挣扎、烈日的陪伴、雨水的“抚慰”、教官的严格、步伐艰难地行走与奔跑，但是依然能够体会其中的趣味，苦中寻乐，依然能够在汗水的背后微笑。

大学军训心得篇六

军训从教官的第一声哨响开始拉开帷幕。操场上此起彼伏军令口号是教官们的尽职尽责，他们秉承着“只晒教官不晒学生”的原则，在烈日炎炎下，绅士地喊着“向后转！”，背对阳光，影子映到教官身上，教官却没有半句怨言。同学们的身姿愈加挺拔，口号愈加响亮，眼神愈加坚定，整理着装的动作愈加干净利落，原地踏步的步声愈发整齐……似乎是在感恩在烈日下秋姑娘偶尔送来的凉爽，似乎是在回馈迎着阳

光坚定不移的脸庞。

教官费心地为学生们寻找阴凉，在集体休息时教大家整理着装、带领大家唱军歌。男同学们的胜负欲总是来得匆匆，在唱军歌时纷纷比着哪个方队声音洪亮、哪个方队气势更强；女同学们在一旁津津有味地看着，总有人永远保持童心，总有人可以在苦累的日子中寻得快乐。

军训结束后，同学们汗流浹背，但仍义无反顾地奔向食堂与澡堂。书记说，这是同学们与最可爱的人近距离接触的一天，在未来的每一天，每一个人都会在他们的保护下安心成长。2班的同学们也将心怀感恩，在教官的辅佐下培养军人精神、军人意识、军人体魄。使“请党放心，强国有我”不再是一句口号，复兴中华，他们一直在路上！

大学军训心得篇七

伫立在烈日下，几丝热流飘过脸庞，留下的是一颗颗的汗珠。偶尔刮过的风便能让人感到满足。军姿一站就是半个小时，站到身体麻木，汗流不止，膝盖处发酸，但是最终我们都坚持了下来。

通过军训，我学到的不仅仅是教官所教的，更多的是磨练了这样一种意识：一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识。无论是为保卫祖国而刻苦训练，还是充斥在这期间的铁骨柔情，我想这十四天所经历的一切都值得我永远铭记。

大学军训心得篇八

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。军人的肩膀壮，肩负着祖国和人民的期望。下面小编给大家带来关于大学军训心得笔记总结，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

大学军训心得笔记总结1

军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑和辛苦这两个概念。而伴随着军训日子一天天过去的经历中，我似乎又收获到了一些不一样的东西。

这个秋天的太阳比哪一年都热烈，即便校园内绿树成荫，却总也挡不住烈阳的照射。阳光不偏不倚地透过树叶洒在我们的脸庞，稚嫩的我们身着蓝色迷彩服，头戴蓝色帽子，整装待发，走着整齐的步伐，准备开始新的一天训练。

操场上是整齐一致的步伐，阵阵秋风拂过发梢，汗水顺着脸颊滴落，炽热的阳光烘烤着我们。在教官一遍又一遍的悉心教导下，我们从最开始站军姿摇摇晃晃到昂首挺胸，从蹲姿歪歪扭扭到竖直挺拔，从互不相识到团结一心。在这一训练过程中，我们被罚过，奖励过，痛苦过，也开心过，心中有着说不出的酸甜苦辣，有着道不尽的无可奈何，但却慢慢懂得了这就是人生最难得的体验。

这一次军训，让我懂得了何为“无规矩不成方圆”。教官教我们文明用语，礼仪礼貌，教我们整理内务，也许这对于他们而言并不难，但对于我们却不易。

于我而言，在这场军训中，艰苦难熬。许多连都在练踢正步，走齐步以及踏步，整齐划一，每个连的口号声一声比一声大。反观我们连，歪歪扭扭的齐步，劈里啪啦的正步，似乎我们连永远都走不齐。但是二营三连的同学们丝毫不松懈，不放弃，调整好队伍又重新训练起来。即使练到腿脚酸痛，喉咙喊破，我们连也从来不会低头，而是一直勇往直前。

在周五的会操表演上，我们一定能以最严肃，最认真的态度完成此次分列式的表演。

大学军训心得笔记总结2

随着时间的流逝，我们的军训时光也迎来了尾声。

军训期间也让我们成长了很多，当我们穿上一袭绿衣走到训练场时一切都变得严谨起来。我们的步伐由当初的懒懒散散到现在的整齐划一。由初入学时的娇生惯养变的独立坚强。由最初混乱的作息到每日的规律入睡。军训这几天带给我们的除了肌肉上的酸痛，更多的是对生活的认识。我们的教官在队伍待了四年，当了两次兵，当我们问他在哪当兵时他说：“当初入伍时就想去新疆或者西藏当兵”从他那坚定的眼神中我读出了太多太多的东西。突然就理解了：“人民有信仰，国家有力量，民族有希望”愿以吾辈之青春，捍卫盛世之华夏。

渐渐地，在这十多天的军训期间，我发现我也悄然的改变着，走路时开始自然而然的昂首挺胸了，站立时习惯性地挺直了腰杆，会在嘴边时常哼起：“听吧新征程号角吹响，强军目标招呼在前方”漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，都使我们更加坚强与快乐，也是我们美好青春的一段证明。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。教官说：“感觉军训不是我训你们是你们在训练我们教官的耐心”对啊，这段日子我们何尝不是在共同进步呢。一个动作因为一颗老鼠屎我们得反反复复的练习，教官也在不断的纠正我们步伐的错误，全连一起陪练，“一人生病，全家吃药”培养了我们的责任心与集体荣誉感。我们踏出的每一个脚步，喊的每一句口号，在十多天的反复磨合下终于做到了整齐有序。

在这十多天里我们远离了繁杂的学业，每天体能训练，培养礼节礼貌，拉歌成了我们生活的主旋律，军训即将结束，但我们的生活还在继续，少年不惧岁月长，彼方尚有荣光在。让我们一起加油吧！

大学军训心得笔记总结3

不知不觉军训已经即将到底尾声，在这最后的几天里，更应该坚持下去。

军训教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

我在表演方队的花样方队中，学习到了许多，为了表演的好，每一位同学都尽心尽力地配合教官的指挥，经历了几天的训练，我们也变得更加的熟练。的确，练习的过程中十分辛苦，但这份辛苦却令人难忘，在军训的时候我们全体学员在烈日下同甘共苦，教官对我们也十分严格，时不时，会被教官训斥。

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，是在磨练不屈不挠的意志，它带给了我们尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正因为人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。

军训真的很累，却即将与我们告别。留在我们心底的，有痛苦，有欢乐，而更多的是感激。感谢学校给与锻炼的机会，感谢教官不知疲倦的教导，感谢老师同学的关怀，感谢五彩斑斓的跌宕人生。

大学军训心得笔记总结4

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。

是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

大学军训心得笔记总结5

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透；我们为了把动作练整齐，反反复复地练；知道全身酸痛；我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于

体会

到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的

口号

声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

大学军训心得笔记总结6

置身于童话王国般翠绿的草坪上，清风拂过我的脸颊，送来小草的气息。这是我第一次艰辛又快乐地与大地亲密接触。伴随着一声哨响，一群群身穿迷彩服的“义务兵”在教官的带领下排成一排排直线。一面面军训的旗帜在风中飘扬。一首首动听嘹亮的军歌响彻云霄，回荡在操场的四周。

青色年华，迷彩军装，巾帼须眉，尽显英姿，军歌嘹亮。这些都尽显了军人独特的气质。尽管军训很累很辛苦，但我们还是要坚持。军训渗透着泪水但也夹杂着欢乐，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道奇异的风景线。虽然是在烈日之下，但我们还是充满激情充满自信。毛泽东同志有首诗“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒，指点江山，激扬文字。当我们忘掉酸痛继续前行时更多的是收获大自然的美丽与芬芳。

此起彼伏的哨声时时在我的耳边响起，这不是躁声而是一种警醒，一种鞭笞在督促我勇敢前行。

军人铁一般的纪律。经过军训的磨练和洗礼，我懂得了“铁要经过冶炼才能成为钢材，人要经过磨练才能成为人才。坚持到最后才是成功者，男儿流血不流泪，再大的困难也不能

倒下。经不起风浪打击的船只是永远也达不到胜利的彼岸。军训更让我明白团队精神的重要性。团结就是力量，再小的力量集中在一起就变成了一股不容忽视的力量。活中发扬军人这种“特别能吃苦，特别能战斗的精神”。大学军训

心得

笔记

总结

7

在3月31日中午，我们延平中学初一年段的同学出发去省新镇南安五中，实践基地军训。

一到基地，安排了宿舍后，就把学生集合教同学叠被子、被褥、毛巾等，还布置各班的卫生区。一想到能和同学同吃、同睡，心里乐滋滋的，又想到要打扫卫生区。又要限制我们，晚上10点睡觉，早上6点起床，又不能出去外面，心里很不是滋味。

傍晚，教官用广播叫同学们集合，准备吃饭了。同学们一听到吃饭，便顾不得别的，直奔操场。操场上顿时人声鼎沸，不一会儿，便对齐了。由三路进食堂，进食堂后，还要一席10个人把桌子围住，身子要站直，不准乱动。有的同学眼巴巴地望着饭菜，却吃不到，肚子激烈地做出反抗，“咕噜、咕噜”地直叫，可还是有些忍下来了；有的同学饿提受不了，看到饭菜就猛吃，结果被教官教训了一顿。看到这种情况，有的惊恐不已，有的幸灾祸，真不该是喜还是忧。必须等到教官喊“坐下”才可以坐，并且不能太吵，如果太吵，教官便再次喊“起立”，我们就得再站起来，如此循环，只要安静，便可坐着。这样就能开饭了吗？当然不是，到这个阶段必须腰挺直，两手放膝盖上，当然要等到喊“开饭”才可以吃。

这样开饭的事就告一段落了。

第二天，由于早上3、4点起床，在6点20集合的时候，教官便籍此处罚了我们，套教官的一句话，就是“不遵守纪律，就开‘运动会’”。因此，我们做了200多个下蹲，同学们叫苦连天。我并不觉得这是坏事，反而觉得是好事。因为没有纪律的集体，就像一盘散沙，如果在军队里，纪律就是一切，破坏纪律，就得接受处分，教官严格要求我们，这并无不妥，也培养了我们自觉遵守纪律的思想。

吃过早饭后，我们开始了魔鬼训练。教官教导我们“坐如钟，站如松，行如风”，要有军人的风范。在训练过程中，有的同学做不好，就被叫出去挨几个耳光，看见同学挨耳光，真同情他们。

在参观展馆活动中，教官叫我们参加晚会表演。

大学军训心得笔记总结8

坐在班车上，我们赶往__基地参加我人生中的第一次军训。一路上，在心中都是军训期间对教官的满是排斥，心里一直在击着鼓，这是对军训紧张的节奏。当时的我在想这次的经历会是在我人生的白纸上画上浓墨重彩的一笔，也不知道自己的这份紧张是从何而来，是因为喜悦或者是恐惧。

其实，在之前我一直在等待着自己的军训的到来，虽然一直都听说了军训的痛苦艰辛，但是还是想要亲身的体验一次。这三天的军训是我在自己这么长时间的求学道路上，体验过最极苦的训练，心中有酸甜苦辣交杂在一起。这三天每一天都很累很苦，但是确实是锻炼我们意志力的时机，我们在这三天不断的挑战自我。

我第一天满怀信心的开始了自己的军训的训练，我已经准好了在教官的训斥中坚强的走下去。但是好像并不和我幻想中

的一样，教官好像用他耐心的声音一遍遍的教我们动作，这个场景打破了我对军训的教练排斥的想法。我们学着如何在操场上踏着整齐的步伐，又学着如何可以异口同声地喊出洪亮的班级口号，又学着是如何在灼灼烈日下坚持自己的信念，让我们可以不被疲惫和暴晒给打败。有一句话说的好啊，“不积滴水，不能成江海”，是的，我们只要有其中一个人不努力，我们初一_班就不能组成一个完整的队伍，而我不想成为破坏整个队伍的人。

三天的训练，最让人印象深刻的，训练时间最长的就是，早中晚各一次的站军姿，很准时，就跟每天三餐的正餐一样不可以缺少，感觉确实就不完整了。记得三天前，刚刚穿上军装的我，就是从站军姿开始的。当天的军姿感觉是在劝说自己放弃军训的训练，因为，那是分钟真的很难熬，全身上下的每一根神经都要被自己紧绷着，不然就会出现在队伍里偷懒的现象，真的很想放松自己，就觉得我让自己身体紧绷到全身都在颤抖，脚已经开始发软。

而且我很清晰地能感受到的汗水从头上的各个方位，一直往同一个地方交汇，那就是我的下巴，然后顺着我的下巴滴落到地上蒸发，背上的衣服也被强忍而留出汗水打湿了，但是，好在我坚持下来了，不然肯定会是我的遗憾。

三天下来，真真切切的感觉到这次的军训是一次对意志力的沐浴，对自己精神上的洗礼。

大学军训心得笔记总结9的人，平时也比较独来独往，但是通过这一次军训，我认识了很多的朋友，也发现了一个更加开朗的自己。我也才认识到，原来一个人的改变，或许是从突破自己开始的，这条路固然是有一些痛苦的，但是如果可以坚持下去的话，一个人就注定有所成长，有所改变。

还记得军训的第一天时，我整个人都很窘迫，因为从小学开始，我就很少去和其他人交流，我就一直学习，一直做自己

的事情。我自身知道这样是不太好的，但是我还是坚持着做这样的一件事情。很多时候我也想要去改变自己，但是总觉得自己有心而力不足，所以这也一直阻碍着我前进。直到在这一次军训当中，和大家有了这样一次历练的机会，才让我认识了一些交心的朋友，我也才感受到原来和朋友在一起，是会非常开心的。在人际交往这一块，我是有一些进步的，也是有一些改变的。

军训里，我们一起站军姿，一起进行拉练，小队一起齐步走，一遍又一遍的重复。还记得在站军姿当中，因为一名同学动了一下，所以导致我们多站了半个小时。那一次我才认识到原来一个团队，个人力量也是很重要的。我们尽可能去做好自己，但不要去做一些影响整个集体的事情。

这七天的军训很热，每个人的衣服几乎都是湿的，上面全是汗的味道，每天晚上下训之后回到宿舍的第一件事情就是把这一身迷彩服洗干净了，等待着第二天穿。当我看着那一身迷彩端端正正晾在我的面前时，我才感觉到原来自己也在经历了一次特别的经历。想到这里，我就更加感受到军训的珍贵了。

现在，军训真实的结束在了我的眼前。我从以前那个不太爱说话，不太喜欢交际的人，变得慢慢开始喜欢交际，喜欢去展示自己了。军训带给了我很大的改变，也教会了我很多道理。当我进入中学之后，或许接下来的每一天都会有挑战，但只要我带着在军训里的这一份决心。我相信接下来的日子也会顺顺利利的走下去的。未来的时光，依旧是需要去期待和憧憬的，我也会成为一个更好的自己，在未来的道路上继续去前行，继续去突破自我，完善一个全新的自我。

大学军训心得笔记总结10

落日把一腔英雄的块垒吐在这片倔犟高傲的冗道上，每名学生皆披一层滚烫的金红，让我想起罗丹的《拉奥孔》。军训

场上是永远傲立的战士，是永远斗志昂扬的勇士。虽无可以炫耀的王冠，无斩妖除魔的宝刀，但当我呐喊出坚如磐石的口号时，会让我感到一种坚韧的东西，在我的思想里，在我的血脉中，在踏着正步行走的厚厚的泥土中，迎接那令人生畏的虚土侵袭，而毫无躲避！

此次军训，感谢谭导、教官、班代班助们的付出，让我对动医集体产生浓厚的温馨感与归属感；也授予了我们“国防意识、责任意识”与“团队精神”，让我更好地体悟到“哪有什么岁月静好，不过有人替你负重前行”。

我们每个人心中都会有一种品质，我们用品质来衡量别人，也要时常度量自己，这个世界应有军训，于情充满温暖，于理凸显公平，于法彰显正义，只要坚持从我做起，从一点一滴做起，苟责自我、宽厚待人，星星之火，势必燎原。人间终会洒满阳光，洒满爱！