

最新大一军训心得 大一军训大会心得体会 (优秀10篇)

教学反思是教师对自己的教学过程进行反思和总结的一种重要方法。接下来请大家阅读一些令人动容的军训心得，相信会让大家重新回味起军训的点点滴滴。

大一军训心得篇一

大学新生入学后，必定会经历一场关于军训的大会。这场大会不仅仅是一种身体上锻炼，更重要的是对于新生的全面训练，在此过程中需要个人的自律和团队合作。作为一名大一新生，我也参加了这场难忘的大会，并在其中体会到不少的心得与感悟。

第二段：对军训的体验介绍

作为一名身体素质较弱的小白，我在军训时也曾遭受到很多的疲劳和挫折，但在这个过程中，通过团队的支持和教官的传授，我有了不少的进步。在跑步时，我们一起呼吸，一起前进；在打排球时，我们一起默契，一起配合。这一切细节中隐藏着的默契，让我认识到了团队合作的重要性，也在这里学会了为了更大的目标而放下自我。

第三段：机会与挑战并存

军训的过程中，除了对身体的锤炼以外，最重要的就是给我们提供了认识和发掘自己的机会。曾经有一次在练习仪仗队的过程中，我遭遇过一次意外，丢了手套，当时我内心深感尴尬和困惑。但是，当我看到教官甚至其他同学都毫不在意，都仍旧奋力训练时，我也鼓起了勇气，重新站好了队伍。这次失误，后来成为了我成长的一个转折点，让我明白到：错失的不是本次机会，而是更多的成长机会。

第四段：坚定信念与磨炼意志

在整个军训的过程中，坚持始终是最重要的因素之一。在高温的环境中，身体会不可避免地出现疲乏和口渴，甚至有所不适，但是我们需要坚持下去。在雨中奔跑，汗水和雨水混泪，虽然疲劳困扰着身体，但是我们需要坚定自己的信念，告诉自己不言放弃。在整个军训的过程中，我意识到坚韧和毅力是我们逐渐取得成功的最重要因素。

第五段：结语

作为一名大一新生，这场军训对我来说不仅是一次身体上的训练，更是对于团队合作、个人奋斗精神、坚持信念、发现自我的一个机会。如此艰苦的训练，以及最终的胜利，都让我牢记了一个道理：走向成功的道路非常漫长，但是如果我们认真地、不懈地努力，付出所有的时间和精力，将终究会到达胜利的彼岸。

大一军训心得篇二

大一军训大会是大学生生活中的重要一环，它不仅标志着军训正式开始，也是新生加入大学大家庭的重要仪式。在本次军训大会中，我们收获到了丰富的知识和宝贵的经验，受到了前辈们的教诲和指引。因此，值得我们好好总结和反思。

第二段：团队合作的重要性

在军训大会中，我们经历了许多体能训练和团队活动，这些活动的背后都是团队合作的重要性。在团队中，每个人都有自己的优点和不足，要想达到最好的效果，就必须将团队中每个人的优点和不足合理地结合起来。通过这些训练和活动，我们更加深入地体会到了团队的重要性，同时也加深了团队之间的信任和默契。

第三段：坚韧不拔的精神

在军训大会中，我们不仅体验了恶劣的天气和坚韧的体能训练，还经历了漫长而艰辛的长途行军。在这些训练中，我们需要的不仅是强健的身体，更需要的是坚韧不拔的精神。在行军中，我们暴露了许多自己的不足，也需要不断地调整和改进，才能完成任务。这样的经历让我们更加坚强，更加勇敢，更加有信心地面对未来的挑战。

第四段：正确的学习态度

除了体能训练和团队活动，我们还在军训大会中收获了许多有关军事和防卫知识。这些知识不仅对于我们的生活有帮助，也让我们更加了解国家和军队的背景。在学习中，我们更加认识到了学习的重要性和正确的学习态度。只有为了自己和将来的事业，我们才会愿意和更加认真地去学习。

第五段：总结结论

通过军训大会，我们不仅锻炼了身体，更锻炼了意志和精神。我们懂得了团队合作的重要性，也了解了正确的学习态度。大一军训大会是我们大学生活中最珍贵的时间，它让我们得以更快地适应大学的环境，更好地理解人生的价值。我们将以这次军训大会为契机，努力拼搏，迎接更加美好的未来。

大一军训心得篇三

今天是军训的第三天。经过前两天军事理论课和消防课后，训练有重新步入正轨。

天气依然酷热难耐。阳光热辣辣地照射在训练场上，也无情地照射在同学身上。突如其来的高强度训练却没有摧垮同学们的坚定，依然拼尽全力训练。

同学们热情洋溢。点点汗水折射出阳光的热烈，诉说着青春的激情。训练场上回荡着稚嫩却坚定的口号，展现着同学们的自信与坚毅。

在教官更为严格的训练下，同学们都成长了很多。经过七天军训的洗礼，同学们的脚步整齐而坚毅，队列划一而自信，俨然已从一名象牙塔里的大学生蜕变为训练场上挥洒汗水的士兵。

我们都有一个坚定的信念：天将降大任于斯人也，必先劳其筋骨，饿其体肤，苦其心智，行拂乱其所为。所以动心忍性，增益其所不能。我们今天的付出，是为了明日的辉煌！

新的开始，新的感悟，穿上新军服，感觉真得很不同，就连面貌也焕然一新了！大家都用最快的速度冲到楼下集中。

在教官的带领下，我们来到了足球场，没有太多的寒暄，我们开始了最紧张的训练。尽管训练非常艰苦，尽管大家都觉得很累，但没有一个人决定放弃，大家都坚持到了最后！

军训的主要目的并不是让大家在短短的十四天里就能锻炼出强健的体魄，而是希望我们能在艰苦的训练中培养出我们坚强的意志！

大一军训心得篇四

大一的军训大会，是我们迈入大学生涯的第一步，也是大学生涯的一个重要组成部分。通过一个月的训练，我们不仅锻炼了身体，提高了身体素质，还培养了我们顽强拼搏的精神和团结协作的意识。在这个阶段，我深深感受到了军训大会给我带来的影响和收获。

第二段：体验当兵的感受

在军训大会中，我有机会体验到了当兵的感觉。在军训场上，我们执行各种军姿动作，坚持各式各样的训练课目。这种感觉让我的身体变得更加强壮，我的志愿也更加坚定：成为优秀的人，为服务国家建设出一份力。同时，这个感觉也让我深深体会到兵之间的互帮互助，同伴间的默契配合，这种感觉也让我深深感受到了军人的朴实无华，坚忍不拔的精神。

第三段：增强集体荣誉感

在军训大会中，集体意识也扮演了极其重要的角色。首先，我们组成小组，自愿互帮互助。当我们在累了一整天之后，同学们的支持和鼓励就成为了我们坚持到最后的动力。其次，我们训练的成果直接体现在队伍的整体成绩上，而这一点也强化了我们对于集体荣誉的认识。我们为自己的小组成绩而自豪，同时也为整个队伍的成绩而感到激动和自豪。这种荣誉感的增强也使得我们深刻体会到了相信集体的重要性和价值。

第四段：锤炼意志品质

在军训大会中，每一次训练都对我们的意志品质提出了更高的要求。只有顽强拼搏，才能够坚持到最后；只有默默坚持，才会在队伍中得到认同。教练们耐心而严格地指导，不断引导着我们去战胜困难、超越自我。在这个阶段，我懂得了坚持才能成功，认真细致才能修为深厚的道理，并且将艰苦奋斗的精神带入日常学习中。

第五段：总结回顾

军训大会让我受益良多。在这个阶段，我不仅培养了顽强拼搏的精神和团结协作的意识，更树立了对集体荣誉的认识，锤炼了身体和意志品质。相信这些总结经验，可以帮助我更好地面对未来的挑战，在大学生涯中获得更多成就和收获。军训大会，是大学生涯的重要一步，值得永久铭记。

大一军训心得篇五

军训对于我们所有的大学新生来说都是一次必不可少的珍贵经历。想到这个，就觉得累也是值得的了。每天的军训都是以站军姿开始的。站军姿是所有训练中最需要耐力和体能的，当我以一个军人的姿态与大家站立在场地上时，我渐渐感到自己并不是想象中的那么柔弱。对我来说这是离开父母羽翼保护的第一课：原来我可以独立生活，并不需要任何特权。

每次训练，教官都会以站军姿开始，这也是我自己觉得最艰难的部分之一。保持一个动作，做到纹丝不动，这对缺乏耐心的我来说就是挑战，更何况这个动作需要我们全身上下都使劲儿，不过这也是一个很好的锻炼，是我们更有耐心和毅力，更能专注地去做一件事。要单独做好齐步走和停止间转法也许并不是很难，要做到全体一致一个动作一个声音，就需要极高的团队精神了，在教官带领同学们一遍遍锲而不舍的练习后，终于取得了较大的进步，同学之间的生疏感也在一点一点消散，正渐渐融为一个和谐的集体。

虽然军训很苦很累，但这苦中也有甜，那便是我们通过努力取得一点一滴的进步。相信通过这次军训，我们会被军人气质感染，逐渐成长为一个刚毅不屈，执着追求的青年。军训是我们大学生活的第一堂课，更是我们认识道路上浓重的一笔。尽管这堂“特殊”的课对我们来说是个极大的挑战，但是这堂课却对我们有着极为重要的作用。它不仅磨练我们的身心，更激发了我们“不怕苦，敢吃苦。”的精神意志。

认真军训，享受军训，在军训中成长。瞬间军人的形象高大起来。我们对军人的崇拜油然而生。保卫祖国需要的不仅仅是他们，更需要我们。祖国的强大，离不开充满活力的我们。少年强则国强。让我们以最严肃的姿态，迈出人生最重要的一步。

大一军训心得篇六

军训是大学生活的第一课也是每个大学生必上的一课。终于，我等到了这期待已久的大学军训。

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，大学生入党志愿书，会计顶岗实习周记，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，大学生暑假实践报告，一种鞭笞在督促我勇敢前行。

尽管军训很苦，但它更多地让我学会坚强。军训不但让我们的身体更加结实强壮而且锻炼了我们的意志增强自信。作为一名男孩就应该有男儿当自强的倔强和穷且益坚不坠青云之职的傲骨。古人云“天将降大任于斯人也必先苦其心志，劳其筋骨”。在这些天的军训生活中，我深深体会到军人的独特面貌，服从命令是军人的天职。我们应该学习军人铁一般的纪律。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。

军训是人生最生动的一课，它教会我们坚强和不轻言放弃。军训思来苦后甜，人苦励志趁少年。让我们以一个军人的姿态来严格要求自己，在以后的大学生活中发扬军人这种“特别能吃苦，特别能战斗的精神”。

大一军训体会

大一军训心得篇七

近年来，军训成为了大多数高校学生必须要经历的一段历程。大一学生也不例外。军训可谓是实现新生快速适应大学生活和培养优秀的国民素质的有效途径，在大学四年里占有着重要的地位。军训的目的在于通过体育锻炼和军事教育来锻炼学生的身体素质和纪律意识。

第二段：遭遇的突发事件与坚持训练的重要性

在军训期间，我们遭遇了突发状况。就我所经验的来讲，有一天晨跑开始时遇上瓢泼大雨，教官下令取消晨跑。但是黄色的预警标识仍然没有撤下，这就意味着我们仍然需要在操场上进行训练，在教官的呼吁下，全班同学都坚持接受训练，这时我们可以感受到教官给我们的信任和肯定。虽然训练时遇上了骄阳、大雨等各种挑战，但坚持训练的重要性也就体现出来了。

第三段：体会到的领导能力和团队精神

在军训期间，领导能力和团队精神是必不可少的。时常，教官为我们安排分队，我们每个小队由队长带领，并要遵守各

自的规章制度。在这个过程中，我们体会到团队和领导的重要性。队长应该发挥团队合作的重要性，建立信任和团队精神，并且组织并执行任务。在同学中，我们应该发扬团队协作和沟通的重要性，帮助彼此达成目标。

第四段：要领进或退的态度

在军训期间，我们学会了应对各种挑战，并且不断地进步和增长。但是，我们也应该知道什么时候需要退后，哪些是我们该坚持的。教官会教我们做好规划并实行，做到实际行动中方案和思路的完善，尤其是当在过程中遇到挑战时，我们需要学会让步或逆刻意退后，保护好自己，但是抓住好的机会和趋势，向前一步步的迈进，这便是要领进或退的态度所体现的。

第五段：军训经历的感悟

军训经历给我们带来了许多感悟和收获。首先，我们学会了要为自己的体能素质和独立思考能力负责。在军训期间，我们要考虑个人身体状况和自己的能力，并且制定适合自己的锻炼方案。其次，我们学会了坚持和适应，这种精神可以贯穿整个大学生活。最后，我们也明白了团队合作和领导能力的重要性，只有通过这种方式，我们才能更好地融入团队，并取得成功。

通过军训，我们不仅学会了军事技能，更重要的是获得了价值观、行为规范和自我管理能力等素质的培养。这种经历可以塑造我们的性格，并且推动我们走向更高层次的发展。我们应该珍视这段经历，并且不断的回想和反思，以便在以后的工作和生活中更好地运用体验所得到的东西。

大一军训心得篇八

作为一名大一学生，在高校进行了一段时间的军训，这是我

第一次接触到军事训练，也是我人生中的一次独特体验。在这段时间里，我认识到了自身的不足和提高的空间，也感受到了军训带给我的锻炼和成长。在此，我想分享一下我对于军训的心得体会。

第二段：军训提高了身体素质和纪律性

在军训中，我最直观的感受就是身体得到了很好的训练，我能感受到自己的体能逐渐提高。从最初的无法完成一些基础训练，到后来能够完成更为复杂的训练，这些都是军训初学者的必须过程。此外，在军训中，纪律性也得到了提高。每天按照黄、蓝、红、绿的步调行进，听从教官指挥，这些都能培养我们的自律和服从性。

第三段：团队合作意识和精神受到激发

在军训中，常常需要进行集体配合完成训练任务。这些集体训练是锻炼我们团队合作意识和精神的好机会。在集体训练中，我们必须考虑其他队友的实际情况，分配好任务并保证任务完成。如果一个人出现问题，整个队伍都会受到影响，团队的精神和效率是至关重要的。

第四段：军训锻炼了自我调节和管理能力

在军训中，每天都会有训练和学习任务，而且通常都是由教官指导执行。这需要我们具备良好的自我调节和管理能力，按时按要求完成任务。如果无法按时完成任务，可能会拖慢整个队伍的进程。因此，军训锻炼了我们的时间管理和自我管理能力，培养了我们的内部意志力和自我效能。

第五段：结语

总的来说，军训让我深刻体会到了自身的不足和成长的空间。在军训过程中，我积极进取、锐意进取，努力超越自己，做

出了我自己也想不到的成绩。现在，我深深地感受到这段军训虽然短暂，但对于我以后的学习和生活有着非常重要的意义。

大一军训心得篇九

从我上学开始到现在已经军训过5次了。前4次都是在上学的时候，而第5次也就是这一次是我刚刚跨入中青旅公司大门时培训所上的第一课。公司把军训作为第一课有着其目的：

- 一、可以使我们彼此了解增进感情；
- 二、可以培养我们的集体荣誉感；
- 三、可以使我们适应公司的军事化管理。

这一次军训同前几次有着本质的区别，最突出的就是表现在前4次我是以学生的身份参与的，而这一次我则是以一个公司职员的身份参与的，对我来说，这是从学校这个小圈子走向社会这个大家庭的转变。

这次军训给我的感觉与前几次截然不同：

1、这次军训参加的人数不多，只有40多人，分为4个班，不像在学校的人数那么多。此次军训又让我认识了许多朋友，也就是以后公司的同事，通过军训我们彼此都有了一些了解。这使我们在工作前相互沟通、相互信任，并可以使我们在工作中相互帮助、相互团结。这有助于以后我们各方面工作的开展。

2、军训培养了我们的集体荣誉感，因为在以后的生活工作中不可能是真空的，一个人的成长离不开集体，集体也可以说是一个群体，他的力量是无穷的。生活在集体中的任何人自觉或不自觉的都会互相影响着，因此我们就应该关心集体、

热爱集体，现在说就是关心中青旅、热爱中青旅。对中青旅我们应该只讲付出，不讲私念，从小的事情做起，要做到公司的利益高于个人的利益。只有中青旅发展了，我们的个人利益才能得到实现。现在中青旅连锁刚起步还不完善，处于建设的初期，也就是最苦最累的时期，我们更应该以公司的发展为己任，先公司后个人。

3、军训不仅使我们相互了解，还让我们认识到了集体荣誉感的重要，更重要的是他还让我们认识到了军事化管理的必要性，没有规矩不成方圆吗。公司也有公司的制度我们应该坚决服从。这次军训使我深刻认识到作为一名公司职员必须严格执行各项规章制度，加强组织性和纪律性。我们是企业的门面，又是来宾进入企业的第一接触者，我们的业务水平和精神风貌直接关系到企业的形象。而且此次军训还提高了我们的凝聚力和战斗力。

这次军训包括三大步伐，停止间转法，跨立等，强度不是太大，但每一个人都很认真的对待。我们当中小的18岁，大的40多岁，从职员到经理，在军训中我们相互配合，协调的都很好，统一安排，统一行动。有了困难大家都相互帮助真像是老同事了，可以说达到了预定的目的，圆满完成了军训。这就是我这次军训的一些感受。

大一军训心得篇十

不知什么时候，军训给我们的印象已经从“可怕的锻炼”变成了每天的“日常任务”。这真的非常的不可思议，曾经那么排斥军训的我，渐渐习惯了它。甚至，在听到军训结束的消息的时候，我竟忍不住眼角的泪水。

确实，军训给我们留下最深刻的印象多它那“无情”的军事化训练！那辛苦的经历，让人一想起来就会感到一阵酸痛。但也正是因为它是这么的深刻，所以我们才能牢牢的记住在军训中的收获！是这场训练，将这些成长刻在了我们的心底！

回想这场军训，作为大二的学生，我们共经历了20多天的军训！这是比过去任何一次军训时间都要长久的时间！也是我们最初的“噩梦”。还记的当时，在听到这个消息的时候，不少同学都既感到奔溃，又有些无助。先不论军训的实际锻炼如何，但这漫长的20多天都已经是对我们心理上的极大考验！

但是，尽管感到很艰难、很辛苦。尽管对即将到来的劳累感到一阵阵的纠结，但最终，我们没有一位同学选择放弃！从始至终，没有人从这个团队中脱离，也没有的人在军训中说过一句后悔。我们只是一支刚刚拼凑起来的队伍，甚至在班上，还有许多有许多没能认识的同学，但我们在这一点上却出奇的一致。也许也是因为我们都明白，这是我们最后的一次军训，也是最为重要的一次军训！

后来的20多天里，我们一起努力，一起坚持。在辛苦的军训中我们互相鼓励，互相学习。慢慢的，陌生的同学开始变的熟悉起来，冷漠的集体氛围也变得活络起来！这场军训就像是一场催化剂，尽管在感受上很辛苦，但我们却在这场军训中彻底的打开了心扉，并认识到了许多的同学、朋友，更感受到了大学的各式体验！这才是真正大学生活的开始！

但最让人激动的，还是最后军训汇演！这是我们第一次的集体合作的为了这一刻，我们已经共同努力了20多天！在走过主席台的那几分钟里，我感到我们整支队伍都化作了一体！整个队伍的动作无比的整齐，我认为，当时的我们一定都想着一件事——拿下第一！

但是，“天下无不散的宴席”，尽管我们还是一个班级，但xx连队已经解散了，作为核心的教官，也已经回到了属于他的队伍。但有了这次的经历，我们早已经成为了一密不可分的集体！无论军训与否，我们一定都能在大学的生活中奋勇前进！