

# 最新学期军训心得 新学期第一课军训心得体会(通用8篇)

教学反思是一种反思性的思维方式，能够不断进步和完善教学方法和策略。以下是一些来自教育界的专家学者的教学反思，他们的经验和见解可能对大家的教学有所裨益。

## 学期军训心得篇一

近日，新学期军训拉开帷幕，每个新生以及老生都在新的起点上奋力迈步，为了更好的拓展自己的视野和丰富自己的经验，这篇文章将从五个方面来探讨新学期第一课军训对我们的影响。

### 第一段：对身体素质的锻炼

新学期军训第一课，开启了我们的军旅之路。每日六点就让我们起床进行各种体能训练。太阳尚未升起，我们就已经开始了一天的训练。严格的行动规程、多姿多彩的训练科目和那不至于破灭的体力训练，锻炼了我们的持久力与耐力，特别是在每天的跑步中，加强了我们的心肺功能和下肢的肌肉。

### 第二段：培养了团队合作意识

军训更加重视的完成任务可以更好的锻炼同学们的团队精神，调动同学们的积极性，培养大家的集体荣誉感和共同体意识。不仅如此，军训还加强了社会交往能力，使同学们感受到了生命的危险和保卫自己所爱的人、事物的决心。

### 第三段：长大以后的模拟考验

军训不仅可以锻炼我们的体能，还可以锤炼我们的意志力。这种日积月累的挑战可以让我们更容易地在其它方面取得成

功。如：集中注意力、确定目标、确立目标、决策、行动和保持自信等等。这将有助于我们走出校门走入社会后，不会轻易地被生活的起伏所摧毁。

#### 第四段：遗忘与成长

新的学期来临之际，我们忽视了很多事物，遗忘了很多珍贵的经历，特别是那种锤炼永久留存在我们骨髓深处的经历。军训，让每一个新人感受到了凝聚性与速度性。这段历程不仅让我们感受到了身体的苦痛还体验到了一种集体的感受，那就是感受到了成长。

#### 第五段：最后的感悟

我觉得，军训让我学到了很多，既锻炼了我们的体能也让我们具备了团队精神和意志力。我也了解到了自己的不足，并在训练中逐渐超越了自己。我意识到生命有多珍贵，有多脆弱，我也知道，自己的力量是多么的渺小。在这次军训的训练过程中，我深深感受了一份踏实感和安心感，只有这份感受，才是这次军训最重要的经历。

总之，这次军训让我们这些新生收获了很多，既锻炼了我们的体能也让我们具备了团队精神和意志力，也许还有很多不足我们需要改进和学习，但是我们坚信，这强大的团队精神和意志力，已经给予了我们了克服所有困难的力量。

## 学期军训心得篇二

谈到军训，由陌路到相识，再由结识到之后的依舍难分，经历了一个虽短暂却不缺乏情趣的阶段。

刚开始，懵懂的我只认为军训是由“热”，“苦”，“累”三部曲交织汇编的一篇愁苦乐章。持续两周的艰苦训练：在烈日的曝晒下，在体能训练下，使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、虽有烈日的陪伴、虽有教官的严格督促、虽有步伐的艰难行走与奔跑，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。

十几天的军训生活，让我们褪去了往日的稚嫩，大学的军训总结起来就是：时间长，难度大，这是对我们的一次考验，也是在提醒着我们身份的`转变，进入大学，我们不再是曾经那个充满理想化的孩子，我们的目光要放长远，要有更长久的规划！

## 学期军训心得篇三

第一段：

新学期的第一课，我们迎来了军训。初入大学，这是我们第一次接触军训，经过多方了解和准备，我们参加军训的心态也是十分对等的。在军训中，我们不仅仅学习了很多军事知识，更受到了军人的思想教育和爱国主义精神的熏陶，感悟良多。在这个新的学期里，我想把我得到的体验和感悟分享给大家。

第二段：

军训让我们明白了一个古老的名言：军人是最纯真的人。军队是一个精神高度凝聚的集体，每个人都有相同的理念、相同的目标和相同的荣誉感。在军训中，我们发现自己对团队精神的认识太浅薄了，我们总是关注个人利益，而忽视整体利益，但是在军训中，我们必须把团队利益放在第一位。每天早上5点的起床，每天在烈日下的训练，每天晚上累得跌倒，但我们从来没有因为个人利益而放弃团队，因为我们意识到，只有全体成员齐心协力，才能完成任务，达到团队目标。

第三段：

军训不仅带给我们了生活的磨炼，也塑造了我们的品格。军训让我们强制性地接受了队伍纪律的学习，磨练了我们的毅力和耐力，提高了我们的抗挫能力。在训练之前，我们的思想还停留在舒适的生活里，无法忍受各种压力。然而，在一个月军训中，我们逐渐克服了心理障碍，缩短了适应时间，思想逐渐成熟了。我们也变得更加坚韧，更加勇敢了，这些正是我们在未来的生活和学习中所需要的品质。

第四段：

军训让我们也更加热爱和感悟爱国主义精神。军队是国家的坚强后盾，每个军人的胸中都有一片赤诚之心，对祖国深深地热爱。在整个军训的过程中，我们获得了很多爱国主义的教育，学习了泱泱中华的历史和文化，了解了祖国的强大和发展成果。我们要以此为鞭策，更加热爱我们的祖国，为祖国的繁荣富强贡献自己的力量。

第五段：

最后，对于这场军训，我的心得和体会就是：“凝聚精神，锤炼品德，再塑团队。”军训从始到终，都在影响和改变着我们，我们从一个似懂非懂的初人，渐渐成为了一个团队意识和集体荣誉感兼具，应对各种压力和困难自信满满的人。军训结束的那一刻，我们心中有一种莫名的感慨。但是，我们要将训练中学到的精神和智慧带入到后续的学习和工作中，继续不断提升自己的素质，为祖国和民族的发展贡献自己的一份力量。

## 学期军训心得篇四

今天的军训依旧非常累，多数时间都在练习走齐步走，教官总是说我们的齐步走走得很差。有时我有些想放弃的意思，但看着大家都在坚持着，我也一定不能落后。明天就是最后一天了，我们的军训也快要结束了。这五天说长不长，说短

也不短，在这短短的五天中，我学到了许多军姿、齐步走、还有耐力，坚持、服从与定力。

虽然说只有五天的时间，但对教官也有一点的不舍。明天是最后一天了，听说明天要上台表演，内心里还是有点紧张与担心。我们的齐步走走得那么糟糕，稍息和立正也不是很齐。希望明天大家可以好好发挥吧！

## 学期军训心得篇五

我们怀着激动的心情踏入了科大的校门，今天开始了我们为期14天的军训。在动员大会上，我们观看了学长学姐的精彩表演，感到激情澎湃，被他们的表演深深的震撼，所有拼命努力的人都是美丽的。

我和我的同学们来自五湖四海，都在追寻着自己的梦想，我们告别了封闭的高中生活，开始了丰富多彩的大学生活。军训是我们大学生活所要经历的第一场历练，在这场斗争中我们会磨练自己的毅力，锻炼自己的勇气。

在这段日子里，随着时间的流逝，我们会渐渐的融合在一起、形成一个团结的集体。什么事情都要喊报告，就是在告诉我们已经长大成人，要承担自己该承担的责任与义务，不能一直躲在父母的避风港，我们要不畏风雨，追寻理想。

大学的军训和高中时教的内容虽然都差不多，但是氛围却完全不一样，大学的教官更加严格，对我们的要求也更加高，意味着我们要肩负更大的压力，让我们充满信心，一起加油！

## 学期军训心得篇六

经历了大学的军训，我才知道真正的苦，每天站在烈日下的训练，确实让人体验到辛苦，但是辛苦过后，也是一种对身体的淬炼，让我的体格和人格得到升华。

这整整五天的大学军训，我深深感知到训练的不易，不仅是我们这些大学生不易，还有教官们的不易。大家都是一样每天都要站在操场上进行训练，即使衣服每天都是湿的，手脚酸软，也要咬牙坚持着，因为我知道这是大学的第一场风雨，只要真的挺过了，才会迎来更好的明天。一天训练长达十几个小时，我以为自己无法坚持到最后，毕竟自己以前都没有经历过这样的苦，所以对自己没有多少的信心。但是令我惊讶的是，这几天的训练，我竟然跟同学们一起坚持过来了，这让我很惊喜，这也让我在面对困难时，有了更多的勇气，也使我意识到自己身上强大的力量，更让自己有了面对挑战的无畏。

一场军训下来，我对自己有了更多的认识，也对之后的大学生活有了更多的期待。军训苦，这是大家共同的感受，但是当大家都挺过去的时候，发现更多的是美好，也有了许多的收获。这场军训使我成就了更好的自己，也结交了很多的朋友，让自己更加认真地对待生活，培养了很多良好的生活习惯。

军训，我不会忘记，我会把它放在心里怀念，是我进入大学的第一场美好回忆。相信之后的大学生活，我会有精彩的经历，会让自己尽情的展现自我。

## 学期军训心得篇七

时光匆匆，八天的军训时光就这样悄悄地过去了。这八天，有苦有累，也有欢笑与令我终生难忘的回忆。二十四号刚步入西安中学的校门时，我们还带着一些尚未褪去的稚气。但在历经八天烈日的洗礼与教官和老师们的教导后，我们仿佛依然成为了拥有坚韧品质和独立生活能力的高中生。烈日汗雨令我难忘，老师们的尊尊教诲令我难忘，最令我难忘的，是教官们对我们的无私奉献与付出。这八天，我们收获了很多，成长了很多。我由衷地感谢，感谢每一位陪我度过这八天的同学、老师和教官们，谢谢你们！

## 学期军训心得篇八

军训，对于我而言是什么呢？我觉得它不是高大的山脉，更不是扎人的荆棘，而是人生路上的一小段铺满鹅卵石的路。你赤着脚走在上面，尽管它又烫又热，但当你回头看的时候，你会发现你已经得到更好地锻炼，更好地成长。

曾记得第一次军训，在炎热的八月中旬，刚上高二的我被来自学院的女教官带上操场军训。炽热的阳光炙烤着我，就像烤架上的鸡翅。汗流浹背已经成了我的日常。虽然只有仅仅七天，但当我回到家时，我早已变成另一幅模样，黑到连爸妈都认不出我了。我的脖子也被晒伤，洗澡的时候每次擦拭那里都有很痛的感觉。

第一次的军训虽然苦，但我还是很感谢那次军训。那次军训，我认识了认真负责的女教官。虽然我不记得她的名字，但是我依旧记得她严苛却又随和的样子。那次军训，也让我在我自己的人生路上得到一次磨练，一次成长。

那么这次军训呢？它是我第二次军训，虽然还没结束，但我有好多的感谢想说出来。

我对于这次的军训并不排斥，相反，还有点小期待。想到自己三年前的军训就感慨时间过得真快！又想到这次将是最后一次军训，就告诉自己要好好珍惜！

前三天的军训，练的都是基础动作，对正标齐排面，向左转，向右看。带我回味了一次高二的军训。动作虽简单枯燥，可是我却依然会做错。

后来的军训，我被莫名其妙地分配到花样表演队。在这里，我除了接受了不一样的军训——摆图案。更加认识了身边不同专业的人。有建筑学院的x同学，计算机学院的x同学，还要土木学院的x同学。休息期间，我们总是互相吐槽自己的专

业，比如x同学吐槽自己的专业通宵成为常态。当然，吐槽归吐槽，训练的时候我们都十分认真！

最后，我想用我们花样队的队歌歌词作为结束——享受着军训，最后就不遗憾。