

最新大一军训个人心得体会(汇总8篇)

通过教学反思，我们可以更好地激发学生的学习兴趣 and 积极性。以下是小编为大家准备的军训心得范文集，希望能够激发大家的写作灵感，写出自己独特的军训心得。

大一军训个人心得体会篇一

由于疫情原因，我们开学的军训推迟到了现在，这短短几天时间让我体会到了军训生活的艰苦，但更多的是收获。

首先是站军姿，军姿十分重要，它是做好其他动作的基础，也是一个考验我们耐性和体格的标准，想要站好军姿，就要有不怕晒和不怕累的精神，还有坚持不懈的态度。完成了军姿的站立，接着开始了立正、稍息、跨立的学习。大家都无比认真地看着教官教的每一个动作。从慢到快，从不标准到标准，每一个动作都是那么的铿锵有力，听着整齐的步伐声响，大家都露出了灿烂的笑容，这不仅仅是我们个人的表现，更是我们以连队为单位的一次收获。学会了这些，后面便开始了学习齐步、跑步和正步，这些都是在考验我们团队的团结合作能力，动作标准，步伐整齐便成为了我们一个团队走向另一个高度的必修课，就这样教官开始卡点每一个动作。因为只有这样才能做得更加整齐，有层次感。每一个动作都要定几分钟，耳边也不断传来同学们的抱怨声，军训是累，可是没有付出怎么会有收获呢？抱着这种心理，我们一次又一次的训练着，功夫不负有心人，我们终于可以流利地走几次漂亮的.分列式了。

军训作为大一新生的必修课，它告诉我们要学会坚强，懂得团结，做一名有勇气，有担当的好青年。虽然我们会晒黑，会流汗，但是我们的收获远远大于我们的付出。

大一军训个人心得体会篇二

喧闹的城市踏入宁静的校园，为期x天的大一军训如火如荼地拉开了帷幕。

这几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻x天已经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。x天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，

一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力，是坚毅，是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

x天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

大一军训个人心得体会篇三

军训是每个大学生必上的一课，作为新时代的天之骄子，我们负担着振兴祖国的大业，只有拥有强健的体魄，坚强的意志，严格的纪律才能出色完成这一任务。通过军训，我们锻炼了自己的意志品质，提高了组织纪律性，实现了思想上的转变。

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健康的。

军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，"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，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样："还硬比钢还强"。

军训已经过去，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，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，它教会了我很多以前没学到的东西。

大一军训个人心得体会篇四

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。由于上学期陕西省宝鸡市受甲流的影响，全院全体14级的军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的_仍然高涨，等待这次军训的到来。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。

漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身.....

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。

中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。

如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。

国家兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，

让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

大一军训个人心得体会篇五

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的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。

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

大一军训个人心得体会篇六

军训生活曾是许多人的梦想，绿色的军装，嘹亮的歌声，整齐的步伐，兄弟般的战友情对我们都是那么的遥远而又诱人。

在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。

但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。

这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。

记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。

纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。

迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。

汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。

最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

我深知，我离军人的标准还很远；也在这时，我才意识到，军营生活表面的五彩是用背后严格而又残酷的训练凝结而成的。

大一军训个人心得体会篇七

今天是20xx年xx月11日，19级新生的军训已经到了第四天，晴朗凉爽的天气为同学们军训注入了新的活力。绿茵茵的草地和绿油油的迷彩军装相互映衬着，显得同学们活力十足。

每日的训练从站军姿开始，同学们昂首挺胸，精神饱满，正如军训横幅所写的那样：“团结奋斗、刻苦训练、磨练意志、力夺优秀。”以军人的标准来要求自己，不断提高自身。今天，教官们以更严格的要求来要求同学们，以“手夹扑克”的训练方法增加了训练的难度，让同学们的军姿逐渐向更加标准的目标靠拢。经过昨天各方队的挑选，同学们组成了防

暴方阵、拳术方阵、花式方阵等方阵，于今天进行了分队列练习。在教官的严格训练，以及同学们高标准要求自己的原则下，在这短短几天的训练里，队列动作、纪律作风、内务卫生都取得了比较好的效果。在训练休息期间，同学们进行了拉歌，前几天学习的《强军战歌》、《当那一天来临》等等，都成为了同学们拉歌的对象。

“听吧新征程号角吹响，强军目标召唤在前方……”。激昂嘹亮的军歌伴随了同学们一整天的训练。虽然现在已是秋天，但是万里无云的天气并没有给参加军事训练的大一新生们带来任何一丝秋高气爽的感觉。在太阳公公毒辣眼光的注视下，大一新生们发扬不怕苦、不怕累的精神，锻炼自己、磨练自身意志，积极完成教官布置的军训任务。经过这几天的训练，同学也开始慢慢适应有序、自律、严格的军训生活。

军训，既是多彩的，同时也是充满挑战性的，各方阵的同学们，在时间短、任务大的巨大压力下，需要完成各种困难的军训任务，十五天的艰苦训练，十五天的点滴艰辛，都会化为同学们人生经历中的一段美好回忆。

时光飞逝，今天已是军训的第四天了，青春正步走，无悔军营路。让我们挥别昨天，展望明天，军训还未结束，未来更待制造。

让我们整装待发，去迎接美好的未来吧！

大一军训个人心得体会篇八

军训能培养人有吃苦耐劳的精神、能磨练人的意志、锻造人的品质。军训的目的是：增强国防意识与集体主义观念，培养团结互助的作风。不吃苦不知人生的艰难。苏轼有句话：“古之立大事者，不唯有超世之才，亦必有不拔之志。”所以说想要将来成大事，不但要努力学习，还得磨练意志。

心目中的军训充满教官的训斥，心目中的军训是紧张与艰苦的合奏，心目中的军训是夜间忽然听到紧急集合的哨声。脑海中想象雨中的军训大集合，烈日下的严格训练，有时会胆怯，有时又盼望军训快些到来。

在这次军训我们的确感到很苦很累，但这是一种人生体验，是战胜自我，锻炼意志的最佳良机。以往在学校跑操，因为操场小，跑不开，我们经常跑跑停停，有的同学偷懒，故意装作鞋带儿开了，蹲下系鞋带从而少跑一圈，这样跑一会儿队列就乱了。

军训时，强烈的阳光下我们长时间的练习站军姿，皮肤被阳光晒得黑黝黝的，双肩和背部酸痛，腿也是又疼又木，汗水顺着脸颊、脖子往下流，脊背上汗津津的感觉像是有蚂蚁在爬很不好受，但经过教官的教育我们坚持着，没有人半途而废。经过苦练我们能喊着嘹亮的口号，步法整齐的走队列，快速整齐的蹲下、起立。

军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去锻炼，去磨砺。从集合到分组休息、学习整理内务、从不会叠被子到学着把被子叠成豆腐块，床铺的平平展展，房间的东西摆放的整整齐齐；吃饭时不挑食，不说话，晚上熄灯后休息不准说话等在完成这些任务的过程中我们增强了集体主义观念，培养了团结互助的作风、提高了生活自理能力，也加强了纪律性和自律。

在军训的活动中，还开展了许多丰富多彩的活动，如组织我们拉练、唱军歌等。这些活动，既活跃了我们的生活，开拓了眼界，给军训增添了情趣还磨练了我们的坚强意志，培养我们吃苦耐劳的精神，增强了团队意识，增进了同学之间的相互了解，提高了我们学生的沟通能力和凝聚力，又改善我们的精神风貌，提高我们的综合素质。

军训让我体会到团队的力量、合作的重要性，磨练了意志、使我心智成熟，让我认识到人生需要挑战，军训使我受益匪浅。