

军训心得体会大学生(通用12篇)

教学反思的目的是为了不断改进自己的教学方法，提高学生的学习效果。下面是一些教学反思的方法和技巧，供大家参考和借鉴。我们一起来看看吧。

军训心得体会大学生篇一

军训是每个初中生都必须经历的一段历程，这段时期让我们经历了很多。在这里，我要分享一下我的军训心得和体会。

第二段：军训的意义和重要性

军训期间，我们每天步伐坚定的跑步、硬朗挺拔的站军姿、齐鸣整齐的口号，不仅是一种训练，更是一种态度、一种信仰。这些训练不单是要我们变得更强壮、更健康，更要锻炼我们的毅力和排斥自我设限的心态。除此之外，军训还能够增强我们的集体意识和团队合作精神，让我们感受到团队协作胜于个人力量的力量。

第三段：我在军训中的收获

在军训中，我学会了很多在日常生活中不会学到的事情。在炎炎夏日中，我们每天早上四点就起床，开始一天的训练。即使体力不支，也不能妥协，训练要一直坚持，这让我明白了坚持不懈的重要性。当我们疲倦的时候，教官会响亮的喊出鼓舞人心的口号，这让我学会了心里的自我激励。而在训练课目上，虽然刚开始不熟练，但是在重复练习中，我不断地调整动作，一步一步进步，同时也增强了我的自信心。

第四段：军训中的挑战与困难

军训可不是轻松的事情，训练课目非常之多，动作指挥难度也很高，而且训练时间比较长。我记得有一次上午操场上的

训练，阳光直射，温度高达40℃以上，而我们还要练习五公里长跑。当时我感觉到自己的脚像是烈火在燃烧一样，而我们还要在这样的日子里连续训练好几天。然而，我非常感谢我的同学和教官们，正是他们帮助我度过了这些困难的时刻。

第五段：总结与感悟

军训期间是一段难忘的经历，虽然训练时期很短暂，但是它教会了我们很多东西。被炎热的阳光和汗水浸渍身体的人们都充满了自豪感，是的，在这里，我们不仅学会了军人应该如何做人，更能够将这些精神和技能应用于未来。我相信，在未来的生活中，会有许多困难和挑战向我扑来，但正是在军训这段经历中，让我变得更坚强、更有毅力。

军训心得体会大学生篇二

于艰苦困难的`磨练之后换来的是新的面貌，犹记起冰心奶奶那篇《成功的花》，“成功的花，人们只惊羡她现时的明艳，然而当初她的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。”我们，面对的军训，也是塑造人格的重要一部分，你未来的方向，无论是就业的成功还是其他，都离不开顽强的意志。

军训的时间，其实说快也很快，说慢也很慢，当我站军姿感到腰酸背疼，双脚乏力的时候，就感觉时间是静止的，世界都只有我一人，但在学军歌，拉歌的时候，我感受到那短暂的轻松和快乐，就像是暴风雨过后，彩虹挂在天空的美好，令人心动。

激情澎湃的军歌，让我仿佛看到了边疆战线上那些士兵在冒着严寒守卫着祖国的土地。你可以感受到年轻与活力，梦想与现实的交织，总而言之，当你还能在校园里感受军训的这份美好，说明你还很年轻，你有很多的时间和机会，你可得好好抓紧时间，而不是抱怨军训有多苦多累，你要记得吃得苦中苦，方为人上人的这个道理。

美好的岁月在大学的校园里，伴随着冰冷的小雨淋淋淅淅的下着。晚自习学唱军歌，也是一种美好的享受，悠扬的旋律，整齐的歌声，十分悦耳动听。说是没有男孩子那浑厚的气息能够如此气势蓬勃，但曾几时，我总闪现出这样一句话：“谁说女子不如男？”是的，女子也有那一份帅气和酷，也能够响亮地唱出歌曲，唱暖这冰冷的秋冬时节，似一股暖流，温了心灵，甜了岁月。

慢慢滑走时间，别惊醒了岁月，珍惜这短暂的军训，趁着年轻，挥洒着汗水，请记住“眼眶里没有泪水，眉毛上只有汗水。”

军训心得体会大学生篇三

为期两周的大一军训生活终于结束了，我们大一学生算是经受了一次严峻的考验，火热的洗礼。

这两周虽不敢说战绩辉煌，但真可谓收获不小。

某日是军训的最后一天。上午，大家依旧英姿勃勃地听从教官的指挥，认真地训练着。几天的训练，使大家变得皮肤黝黑，饭量大增。举手投足之间，分明流露出一种自信和坚毅。

军训是苦的。尤其痛苦的是站军姿，一站就是半个多小时，这期间动都不能动一下，稍微一动，就会被教官批评，甚至连累所有人再多站一会儿，开始所有人都抱怨，甚至诅咒。第一天站立军姿，就有人两腿发软，接下来，又陆续有人因不适而请假出列。然而看到大家都热汗涔涔地站在那儿纹丝不动，有几个人也稍作休息便迅速归队。

但现在回过头再看看，才发现这正是一种意志品质的考验，我们如果连这个都坚持不下来，将来还怎么去面对更大的挑战？换句话说，如果我们连这个都坚持下来了，我们将来不管遇到什么困难，不都能在一笑中解决吗？训练是极为艰苦

的，但我们本着：“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神顽强的坚持了下来，我想以后回头看看这些经历，绝对是一笔宝贵的财富。

大一军训的日子，让我真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的顽强意志和勇往直前的钢强毅力。我们坚信，大家凭着这样藐视困难，一往无前的精神，一定会在今后的工作中取得更好的成绩。

军训心得体会大学生篇四

在经历了漫长的等待之后，所有如我一样的高一新生最后迎来了期盼已久的，为期一周的军训生活，未来的七天，对所有的同学们来说都将会就是一次考验，一次历练，一次洗礼。七天后，我们会蜕变，蜕变成一个崭新的自己。

在一步步蜕变的过程中，最苦最累的不就是我们，而就是和我们一齐站在烈日炎炎下大声地喊着口令，带领我们训练的教官，可敬可爱的教官。

我拿什么赞美您，教官？

您教会我军人应有的姿态，您教会我做人应有的精神，您让我明白好多好多。

当我们趁您不在就偷偷休息，您却用苦口婆心代替了严厉训斥；教官，我不明白能够拿什么来赞美您，因为简单的词汇在您面前都显得那么苍白，也许因为您的付出本来就无需回报！所以，我只能说一句：教官，您辛苦了！

军训心得体会大学生篇五

作为一名初中生，在学生生涯中的某个时间节点，都要经历

一次军训。军训是学校为了提升学生的纪律意识、增强体质、锤炼意志而进行的一项重要活动。初中军训一般在新学年开始前一周进行，通常持续5天时间。对于我们初中生来说，初中军训是一次锻炼、成长、感悟和收获的机会。

第二段：阐述个人经历和感受

在这五天的军训中，我深刻地感受到了自己的不足之处。在体能训练时，我经常感到力不从心，出现了阶段性的放弃。不过在班主任和教官的鼓励和帮助下，我坚持下来了。在集合操练过程中，我克服手足不协调的问题，锻炼了协调性和对细节的认真态度。在生活训练中，我学会了独立思考、团队协作、灭火救援等实用技能。在晚上的心理疏导课堂上，我了解到许多心理知识，有了更多对人生的认识。五天的军训虽然疲惫，但我觉得这是我成长和锤炼意志的宝贵时光。

第三段：论述军训对学生的作用

军训对我们初中生有着很重要的作用。首先，军训提高了我们的纪律意识和集体意识。在军训期间，我们每个人必须服从统一指挥，相互协调，保持稳定的步伐和动作。其次，军训增强了我们的体质和耐力。体能训练和长途行军让我们对自己的身体有了更多的认识 and 了解。再次，军训锤炼了我们的意志和毅力。在各种困难和不适中，我们必须坚持不懈、克服自我、超越自我。最后，军训培养了我们的合作精神和交往能力。在团队中，我们团结一致、互相帮助，通过互动和协作促进心理状态的调整和成长。

第四段：探讨军训的启示和意义

军训给我们带来非常丰富的经历和启示。首先，军训告诉我们要坚定的信仰和追求，始终保持昂扬向上、勇攀高峰的态度。其次，军训告诉我们要自我约束意识和良好的自我纠错机制，始终保持谦虚、认真、负责、守纪律的态度。最

后，军训告诉我们要团队意识和协作精神，始终保持互敬互爱、互利共赢的态度。

第五段：总结军训体验和感受

通过这次军训，我深刻地领悟到了军训的意义和重要性。军训不仅是一种体育运动、一种社会活动，更是一种思想教育、一种人生经验、一种成长历程。在军训中，我收获了友情、力量、快乐和成长。军训给了我很多的知识、技能、信心和勇气，让我更加自信、自立、自律、自强。我相信，这次军训将会成为我人生中宝贵的经历和财富，让我在今后的学习和生活中更加自信、勇敢、坚毅、乐观。

军训心得体会大学生篇六

军乐回荡在绿茵场上，为期两周的军训生活在脚踏声中渐渐拉下了帷幕。时间虽短，但这短暂的军训生活留给我的又岂止是熟练的队列动作，它留给我的，更多是心灵的震撼，使我从一名普通的大学生成长为共和国的准军人。

期待已久的军装在军训时就发下来了，穿上军装，我感到无比的高兴与自豪。但同时我也清楚地知道，对于我们国防生来说，这军装不仅仅是象征着一种身份，它更是一份责任，一份国家赋予我们的责任。我们是准军人，将来是要到部队去的，保家卫国是我们的责任。如果战争真的来临了，我们会义无反顾地走向杀敌的战场，为共和国奉献自己的一生。军训的生活使我认清了自己肩上的责任，使我走向了成熟。

“一人犯错，全体受罚。想知道为什么吗？我告诉你。因为你们是一个团体，你们要有集体荣誉感。”教官的话深深地刻进了我的脑子里。在军训过程中，除了“服从命令”，我听得最多的就是“集体荣誉感”了。我们来自五湖四海，有着不同的经历、不同的兴趣爱好和思想观念，但是我们共处国防生这个集体中，我们有着共同的理想，是集体把我们牢

牢地拴在一起。从军训第一天开始，教官就教育我们，我们不再是个人，我们的一举一动都代表着集体，我们必须有强烈的集体荣誉感。为了在阅兵场上用实力去征服别人，维护我们国防生的荣誉，我们比别人都要刻苦地训练，教官对我们的要求也严格。当代军人核心价值观中就有崇尚荣誉这一点，但我们追求的是集体的荣誉，绝不是个人的追名逐利。一个人优秀不是优秀，集体优秀才是真正的优秀。军训生活把集体荣誉感刻进了我的骨子里，在以后的学习和生活中，我会铭记维护集体的荣誉。

军训生活留给我的还有浓浓的战友情。我们是一个团体，我们团结互助。训练时有人吐了、有人跌倒了，兄弟们会在第一时间去把他扶起来。一杯水，我们几十个人传递着喝，尽管每人才一小口，但那感觉足以沁人心脾。阅兵式彩排时，我们上场的兄弟还没吃早餐，但是飞虎队的兄弟早已拿着食物在观礼台等着我们，彩排完毕，我们就直接在体育场上吃早餐，我们成了一道独特的风景线，这感觉暖暖的。是军训生活把我们凝聚在一起，我们感受着彼此的情与义，互相帮助，即使有再大的困难，我们也会一起渡过。军训生活让我体会到了战友情谊，感受到了家的温暖。

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，在大学生们的生活学习中，努力学习，积极表现，实现自我，超越自我。

我很幸运能有这些兄弟。没有谁会丢下谁，没有谁会抱怨谁，

哪怕毕业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。

军训心得体会大学生篇七

8月20日，这个令我盼望已久的日子终于来了。身着军绿色的迷彩服，挺立于偌大的操场上，我们将面临初中生活的第一次挑战——军训。

军训的第一天，我们的任务是“站”。挺胸，抬头，下颚微收，手贴裤缝，双脚叉开60度，站好了不能动。没想到，简简单单的军姿都有这么高的要求。操场上，同学们整齐地站着，组成了十个方阵，这是校园里一道靓丽的风景。太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？我们伫立在烈日下，当我站着军姿，几丝热流飘过脸庞，留下的是一颗颗闪亮的汗珠。我向上瞟了一眼，那可恶的太阳刺的眼睛好痛。而军姿一站就是半个小时，整个身体早已麻木，膝盖处发酸，脚底下如一团火在不停的燃烧，背、腰、肩如针扎一般疼痛。老师在一旁提醒着：“如果挺不住，可以向教官报告……”渐渐地，头晕忽忽的□“tobeornottobe”两种想法在我脑里争执起来。最终，我选择了坚持。

50分钟过去了，同学们已是汗流浹背，可军训不就是这样吗？再苦再累，都得继续。只有努力学，认真做，达到标准，才能休息。一撇一捺，才是“人”，写起来容易，做起来难。人生的道路本就曲曲折折，起起伏伏，虽然走起来辛苦，但它却通向幸福。

又是一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留的散发所有光芒。而我们将进行军训的第二项内容：走。先是齐步走。经过反复的摆臂练习，我们在跑道练习走步。我们时快时慢，步子时小时大，教官在一旁，反复地讲“注意排面”……好不容

易可以休息了，坐在地上是火辣辣得烫。练习跑步时，更要集中注意力，步伐整齐。“跑步——走，一二一，一二一……”操场上回荡着一遍又一遍的口令。唉，军训真累。

依然是站依然是走

第三天，太阳似乎没有一点消停的意思，依然全力地照射着大地，照射着我们。而今天的任务依然是站军姿，齐步走，跑步。汗水一滴一滴地往下淌，教官的要求一点一点地高，同学们的抱怨声也越来越大。可教官却视而不见。一旦发现同学违反纪律，便叫出来做俯卧撑。单调沉闷的训练还在继续，可我已经学到很多。成绩是自己的，好坏系在自己手中；生活是自己的，未来在于自己掌握。虽然训练很苦很累，虽然烈日下的风寥寥无几，但我相信我们能坚持下去。军训是一项考验毅力的课程，它教会了我在逆境中要坚持不懈，勇往直前的道理。

军训三天，站了三天，走了三天，想了三天。突然发现，自己变了很多。学会独立，学会不轻易地说放弃。明白往往在狂风暴雨过后，会有一片灿烂晴空。刺目的阳光还在眼前闪烁，我会对自己说：“坚持下去……”

军训心得体会大学生篇八

军训是每一个大学新生都要经历的一段历程，它既是对我们身体素质的锻炼，也是对我们团队协作精神的培养。通过这次军训，我深刻体会到了军事训练的严谨和艰苦，也收获了很多宝贵的经验和体会。

首先，军训是一次身体力行的锻炼。在军训期间，每天早晨的晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等训练项目让我们感受到了极大的身体疲惫。尤其是在炎热的夏季，汗水从额头滚落，一阵阵燥热感袭来，但我们不能停下来，只能坚持下去。通过这些训练，我不仅感受到了自己身体的极限，也激发了自己面

对困难时的勇气和毅力。

其次，军训培养了我们的团队精神和集体荣誉感。在军训过程中，我们都被分成了各个连队，每个连队都有自己的队旗和队魂。每一次战斗的任务，我们都要紧密配合，密切合作，彼此关心和帮助。每天晚上的集会时刻，领导会表彰优秀个人和连队，这时我们感受到了自己的付出与收获，也为连队的荣誉感感到自豪。这种团队精神和集体荣誉感的培养，使我们明白了一个团队的力量是无穷的。

再次，军训让我体验到了纪律的重要性。在军训过程中，我们必须遵守种种规定和纪律，否则将受到相应的惩罚。起床、吃饭、锻炼、休息，每个环节都需要遵循严格的规定。纪律的执行不仅是为了训练的顺利进行，更是为了培养我们的自律和责任感。只有在纪律的约束下，我们才能掌握自己，不被外界诱惑所动摇，做到不拘小节，不放纵自己，养成良好的习惯。

此外，军训让我认识到困难并不可怕，只要我们勇往直前，努力克服困难，一定能够获得成功。在军训中，由于种种原因，比如骨折、蜜蜂蜇伤等，有些同学曾经放弃或受到了打击，但更多的同学选择了坚持下去，包括我在内。虽然军训非常辛苦，但我认识到，只要我们拥有坚强的意志和不屈不挠的精神，就能在任何环境下克服困难，取得成功。

最后，军训给了我们一个全新的学习环境和相互交流的机会。每天晚上的自由活动时间，同学们可以互相切磋拉小提琴、舞蹈、口才等，这些都让我感受到了大学生活的丰富多彩。此外，我们还有机会互相学习和交流军事知识和技能，了解和了解更多有关军队的信息，为我们的未来发展打下坚实的基础。

总之，军训让我受益匪浅。通过军事训练的锻炼，我增强了自己的体魄和毅力；通过集体活动的参与，我培养了团队协

作和集体荣誉感；通过严格的纪律执行，我养成了自律和责任感。军训让我从许多方面都受益，并准备好迎接大学生生活的挑战。我相信，通过这次军训，我已经变得更加坚强、勇敢和自信，这将成为我未来人生道路上的宝贵财富。

军训心得体会大学生篇九

参加军训，是每一个在校学生都会经历的一段时光。这段时光不仅仅是为了锻炼身体，更是为了提高自己的意志力、纪律性和责任心。在这段时光中，我也收获了许多体验和感悟。

第二段：体验

军训第一天，我感受到的是军人训话的严肃和冷酷。他们不容许我们出现任何违规行为，更不容许我们的行动丝毫慢或者不够顺畅。在第一次长跑的时候，我颠簸不已，身体疼痛难忍。但是当军教员满脸欣慰地说：“你做的不错，继续坚持吧”这个刹那，我感觉到了自己的成长和进步。在接下来的训练中，我坚持不懈，付出了所有的脑力和体力，终于从一个青涩的学生变成了一个有一定素质，有一定担当的年轻人。

第三段：感悟

通过这段时间的军训，我深深地感触到了人与人之间的调与协作。在团队中，每个人的力量都显得微不足道。但是当这些力量相互融合和调和之后，就可以产生更大的能量。同样的，人的能力的提升，也需要个人和团队的协作。我想这颗理念也是人生道路中一个重要的因素。

第四段：启示

”，即使没有参加真正的军队，军训也会影响我们的人生。通过军训，我们可以锻炼自己的自律、意志力、毅力等能力，

在之后和拓展人际关系、处理人际关系上也会有较为优秀的表现。同学们在军训中学到的除了军人的对待待人的方式和技巧，更多的是对自己施加的进一步挑战，检验自己本真的机会。

第五段：总结

参加军训不仅仅只是身体上的锻炼，更是心理上的一次磨练。学会冷静应对各种突发事件，提升自己的人生素质和领导力，让我们的学习生活更加充实丰富。希望在未来的学习生活中，我们依然可以这样做，继续开拓自己的人生，成为更好、更出色的自己。

军训心得体会大学生篇十

20xx年8月22日，我怀着一颗忐忑的心回到学校参加本该去年就进行的军训。说到军训，一想到要在顶着夏日炎热的阳光站军姿，我就无法做到坦然面对。

军训在8月24日毫无悬念的如期进行，教官们虽帅却依然无法为我们抵挡住烈日的浓浓照射。仅24日一天，我们本来尚可以引以为豪的白皙皮肤就成功晋级为健康的小麦色，前一天还生机勃勃的我们，第二日军训完就像一只只被霜打败的茄子。

教官跟我们说，军训是新世纪学生服兵役的形式，而且军训能够锻炼我们，经过这为期12天的军训，我们都一定会得到蜕变。呵呵，蜕变与否还是个尚待商榷的问题，但蜕皮就定是在预料之中。早上要在太阳下曝晒，下午也一样逃不脱这个令人悲戚的事实。好在太公作美。军训第三天太公作美，一早就下起了淅淅沥沥的雨，接下来的两日，太阳也只是温柔的普照，没有了烈日的搀和，印象中应该是难熬的军训倒是给我带来了不少乐趣。

军训的行程安排的其实很满，白天的我们每天都有预先安排好的任务。除去基本的练站军姿，踢正步等外，我们还有机会去接触了一些其他的事项。比如第三日的消防演练，火灾逃生。其实都是一些很好玩但有能让人受益匪浅的事情。而贯穿整个军训过程的除了随时保持的军姿外，我觉得能让同学们兴奋的大抵就是每日少不了的学军歌和拉歌了。拉歌是个非常好玩的过程，每个连或是排之间的口号除了队名不一样，台词基本不变，所以这个比拼的过程，比的不是口号，而是谁更加“赖皮”，否则拉歌的时间拿来唱歌的话，那可不止是一两首的问题。在拉歌这个问题上，我们比的可是气势。

我们亲爱的教官可是不下一次的告诉我们军训的众多好处。其实我们也已经深刻的体会到它的益处。至少它让我们这些本来白天当黑夜使，黑夜当消遣用的人，轻易的成了一个个每天早睡早起的乖孩子。军训的苦和累不可避免，但是我们也都知道，没有付出就不会有收获。就像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。虽然我们的军训还没有结束，但它已经教会我什么是团结的力量。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。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九连全体同学紧紧相连的心。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。

我们的军训还在进行着，我们每天免不了的会抱怨，但是我们每天都在收获着不一样的东西。我相信在接下来的日子里，我们还会每天都过得充实和精彩。

军训心得体会大学生篇十一

今天是军训的第二天。我在昨天的日记中记录的那一推断，今天被证实是错误的。上午，教完两节操后，便开始军训了，下午也是军训，并没有继续教操。上午教的两节操中，有一节“转体运动”，是我感觉最绕人的：一会跨左脚，一会跨右脚；一会把手背在后面，一会把胳膊抬平、伸直……我老是搞错。

上午的军训内容是“站军姿”。带我们的教官姓周。他要求我们抬头，下巴回收，两眼平视前方，闭嘴，挺胸，收腹，收臀部，双手四指并拢，姆指靠于食指第二指节，手掌绷直，中指紧贴于裤缝处双腿挺直并夹紧，双脚脚跟并紧，脚尖叉开约60度左右，十分严肃，但整个人都要放松下来。

他把我们也当成了军人。他叫我们“同志们”，“第一个”，“那个五列三排的”等等。我们站军姿时，哪怕要吐，要昏倒，要调整军姿都得请示：“报告！（周）教官，我……”

戎老师让我们站在绿荫之下，本是一片好意，让我们凉快凉快，站太阳时里，别中暑了。可是却好心没好报。因为那里全是蚊子、蜘蛛、蚂蚁、鼻涕虫，以及一些说不上名字的昆虫。好多虫子往身上爬，就已经很痒了，而且它们似乎还挺喜欢人血的。休息时，我发现身上多了些红点，小疙瘩。

下午又练习了军姿。接着又练了稍息，向右看齐，向前看齐，向右转，向左转，向后转等。

“稍息”几乎与“立正”无异。只不过是在那个基础上，把左脚向那个方向往前伸约三分之二个脚的长度，不能蹭地，动作要快罢了，双手并不向后背。

向右看齐时，头迅速向右转90度，轻踏小碎步，眼睛的余光瞟一下前面的人，瓶微微调整一下自己的位置。踏小碎步时

要快，不要有声音，腿一点也不能弯。向前看齐时，便一听到口令就立马停止小碎步，把头转90度，朝正前方看。

转来转去，有点晕，且教官略有点口齿不清，于是总不免有个把人转错。要领是（以向右转为例），以右脚跟为圆心，左右两脚前脚掌发力，身体向右急速地一转，左脚再立刻抄捷径并向右脚。

转好后，难免会身子一歪，差点摔倒。教官说这是因为我们腿没挺直，重心不稳，注意力不集中。

军训心得体会大学生篇十二

一眨眼为期半个月的军训结束了，军训表面留给我们的是枯燥与乏味，但是却锻炼我的意志，使我从中受益。

其实军训中我也能体会到很多快乐拉歌，同学们的表演，还有学长给我们带来的歌声。给我们送水，这真是满满的幸福，在这里我想说一句，感谢学长、学姐，军训虽苦，但能磨练我们的意志，锻炼我们的能力。

刚离开父母生活一段时间，就来到这里受到了这种强化的训练，难免会想家。军营中的十多天，注定会让大家学会独立，学会吃苦，学会离开父母襁褓自己去生活。所以，请大家铭记这军训吧！它将让大家受益一生，它也会是我们心中永远的红日。

我们军训已经接近尾声了。回想军训的那几天，站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。所以，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们需要抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样30分钟站立不动，在教官的法眼注视下，想动一下都很难。想起了有一次，就在我们都快坚持不住的时候，教官说了句让我感到惊讶的话，他说他们当兵是最爱喜欢最享受站军姿，因为他们当兵时站军姿

是最轻松的，这话让我顿时有种对军人的敬佩之心。然后还有齐步走，正步走，跑步走。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许因为是最简单，最轻松的，让我们有足够的时间歇息，放松。后来因军训快结束了，我们的训练也越加的辛苦和繁重，在列队训练中，我们不能随意乱动，做任何一点小动作都要打报告，就连休息的方式都要经过批准。但就是在这样一遍又一遍的列队训练中，让我找到了一种挺胸抬头的军情和豪迈，更多的也是让我学会了坚持，让我体会到了《亮剑》中军人“一切行动听指挥”的严明和纪律。给我印象深刻的还有和教官们之间的互动，我们与别的排的拉歌，教官的逗趣给我们很多欢笑。还有排列阅兵方阵时，让我想到了国庆阅兵的场面，有点小激动。大家在烈日下尽管被烘烤着，但没有一个人退缩。

时光飞逝，军训生活很快结束了，也许我们每人都会有这样的感受，爱上军训，竟然是在它接近尾声之时。在今天的彩排中，一个个士兵英姿英发，昂首阔步地走着，十几天的日光浴没有让他们屈服，反而将他们打造成了一支钢铁之师！他们的头没有低下，以最激昂的斗志，完成了他们的一次人生的洗礼。军训过后，我想我一定会想念我们呆萌呆萌的逗教官，想念大家斗志昂扬的口号声，想念这可能一辈子就这一次的军训时光。