# 学生军训的感悟与心得体会(优质15篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-06-25

*心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。学生军训的感悟与心得体会篇一军训是学生们每年最期待的活动之一，它不仅可以锻...*

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**学生军训的感悟与心得体会篇一**

军训是学生们每年最期待的活动之一，它不仅可以锻炼身体，还能够提升自我的自律意识。本人在今年参加了学校的军训，虽然经历了炎热的天气和艰苦的训练，但在这段时间中我也收获了很多，下面将从几个方面来详细阐述一下我这次军训的感悟和心得体会。

第二段：体能和意志力的锻炼

说到军训，肯定少不了体能训练。我们连续七天进行了训练，每天早上都要在七点多集合，接受军官们的训练，在酷暑天气中进行多姿多彩的战术训练和攀爬、奔跑、跳跃等各种体能训练。虽然训练疲惫，但是我从中感受到了自身潜力的挖掘和体能的提升，对自己的身体也更有了认识和保护意识。此外，在军训中我还接受到了对意志力的锻炼。训练的时候需要不断鼓励自己，才能坚持训练至最后，而意志力的锻炼也使我能更好地面对生活中的种种压力和困难。

第三段：团队协作的重要性

在军训期间，我还深刻体会到了团队协作的重要性。在训练场上，部队每次进行任务都需要全员紧密配合，有了完美的团队协作才能更好地完成任务。在这个过程中，我不仅学到了如何与人沟通合作，也体会到了个人成长是离不开团队成长的。

第四段：严格的纪律要求

除了体能和团队协作外，军训还以其严格的纪律要求令人难忘。可能对于我们这些平日里束手束脚、爱玩乐的学生而言，严格的纪律要求很难接受。但是在军训中我深刻体悟到，只有遵守纪律才能更好地保证人身和财产的安全，才能够让集体更好地运转。在未来的生活中，我也会严格自律，做一个守纪律、遵规矩的有担当的人。

第五段：结束语

在这七天的军训时间里，我不再是一个人面对未来的担忧和困惑。我也变得更加自信，懂得了如何去面对日后的挑战。通过军训，我不仅打破了自己的舒适区，更是在挑战中学会了如何互相协作，严格要求自己，做一个充满自信、纪律严明的人。我相信，在此后的学习和生活中，这些体验和感悟将成为我前进的动力，指引我在未来的路上走得更加坚定和自信。

**学生军训的感悟与心得体会篇二**

这次的军训让我们懂的了许许多多的道理。首先，这次军训让我懂得的了感恩，感恩是一个人最基本的品质，如果没了感恩，那这个人就不像一个人，而是一个连低级动物都不如的人，因为就连小动物都已经会感恩，所以，感恩是一个人最好的品质之一。教练辛苦教了我们一周的基本动作，而且在这之前还没得休息，刚送走了一批大学生，就要迎接我们的到来，告诉我们在军训的作息时间和该怎样整理宿舍等，同时也是最辛苦的一天，因为我们还很调皮。每天要起得比我们早十分钟，又要每天比我们睡得晚和少，可每天依然要以饱满的精神来训练我们，修改我们的错误，不辞劳苦的整日从早带到晚，只有中午一点时间休息。还要以非常大的声音来告诉我们该做什么，和我们一起晒太阳，一起训练，从不说苦。就算脚底起了水泡依然要来教我们，并且做好每一个动作给我们看。所以，我必须感谢教练的付出，感谢教练教我们的一切，把我们教到最好，还要感谢教练的不厌其烦的教这我们没一个动作，并有时分享他的快乐。这就是我们的教练：\"蓝猫\"教练!

第二，我们要学会互助，互助是一个团队的一个好品质，也是好团队的像征，因为它不放弃任何一个队员，让所有队员都能均匀发展，同时，它也能促进队员们的友谊，是一个团队或一个集体不可或缺的品质。如果没了它，那么，这个团队最终的结果只有失败，只有互相推脱，会彻底破坏一个团队或集体的友谊，把整个团队或集体弄垮。下面，我来举我在军训期间同学帮助我的两件事情：我有一次去洗澡，我忘记了整理床上的军服，我非常着急，因为教练要来检查我们的整理情况，我急的像热锅上的蚂蚁，我当时又在洗澡，真不知怎么办，我心里想着回去肯定挨教训了。可事情却超出我的预料，因为我床下的同学帮我整理好了衣服。这让我感动不已······还有一次，我去训练我没有拿水瓶，我还没发现，等到我去到我们的训练场地的时候我才发现我没带水。我当时就非常的沮丧，心里想：这次肯定挨渴了。我当时也没拿有任何的钱，就在我最伤心时我的好同学腾鑫把我的水杯递给了我，我惊讶不已，我心里非常的感动。这两件虽然是很小的一件事，但它却包含了许许多多珍贵的品质——友谊!如果没有同学帮我整理床，那我们宿舍又要挨扣分;如果没有腾鑫帮我拿水瓶，那我肯定熬不过那次训练，所以，这一切说明互助是多么重要的品质!

第三，团结和作的精神。这也是一个团体所必备的`精神，如果没有了团结和作的精神，那么，这就不是团体，而是一个许多陌生人和在一起的集体而已，什么都做不了，最终的结果是解体，整个团体就会这样消失。我们班是一个大团体，是一个乐于助人的团体，我们班有着非常深厚的友谊，同学之间互相都很和谐。比如说，在别人不知道自己的缺点的时候告诉别人并告诉他或她该怎样解决这个问题，或者在别人不记的拿某样东西或忘记整理自己的床或宿舍等提醒别人，甚至帮他或她整理一下;还有，如果别人没带某样东西时，你能借就借，不能借的话看看能不能用其它方法帮助别人。

第四，一个人要有意志和毅力。这是一个优秀的人必备条件之一。我们班还没开始军训时有很多人没有毅力，导致在第一天领导讲话中的一小时内就有四个人抵挡不住而倒下，不仅我们如此，其他班也有很多着样的情况，有些人到半个小时的时候就晕倒了，而且还很严重;虽然太阳比较大，但是我们只需要站一个小时，所然有很多的人站了下去，但到最后，都是疲惫不堪，跟本经不起接下来的严酷军训。就这一点充分说明了我们的毅力和体质很差，所以，军训时一次很好的锻炼，它让我们明白了我们的体质有多差，让我们知道了我们需要多锻炼。不过在=后面的几天里，我们的体质已经比原来好很多了。所以，一个人的意志和毅力也是非常重要的，它不管是在学习还是运动方面甚至是所有的方面，都需要它!

第五，也是我最后的感悟，也是我最深刻的感悟了，那就是：困难中找到乐趣。这么多天的军训都有非常多的乐趣，不单单只是单纯的训练，有同学之间的乐趣，也有同学与教练的乐趣，最后还有领导”给“的乐趣。比如说，在训练一节课后的十分钟内，同学们谈着自己的感想与快乐，还有晚上时的训练，教练总会和我们开完笑，第二天教官们搞了”演唱会“，第三天我们看集体看了记录片等等，这些快乐，这是一个顶尖的人必备的条件，因为他会总结，懂得从苦中找到乐趣，就算只有一小点，不像其他的人，只看的到苦，永远都看不到乐的那一面，所以，如果你学会了在苦中找到乐趣，你就离成功不远了!

**学生军训的感悟与心得体会篇三**

随着一轮明月渐渐落下，太阳缓缓的升起，鸟儿叽叽喳喳叫了起来，人们也都苏醒了。在山东大学南校的操场上，来了一群初中生和几位体育老师，这是初一新生在军训，这群初中生穿着整齐的校服，白色上衣，蓝黑色裤子，上衣上面绣着几个红字：山东大学第二附属中学。我就在这群初一新生当中，我们好奇的看着四周的场景，来到了一片宽敞的操场，开始了五天的军训。

来这之前我听几名大哥哥说：这里教练非常严，军训起来非常苦。我听到这些话以后，心里就打起了鼓。这次军训累不累，老师严不严等等问题在我的脑子里打转，今天是我第一天军训，我带着重多的疑问和忐忑不安的心情开始了军训。

一二一，一二一，稍息、立正、向前看齐，手放下，站军姿2分钟，有一位同学动就加时一分钟!老师严历的对我们说。

不就是两分钟吗?站一会儿就可以了，真简单!我想到。可是说起来简单，做起来难;那些小飞虫好象想捣乱，在我们的头上乱飞，有几个同学忍不住动了几下，被老师发现，加时一分钟，我们不敢再乱动，3分钟漫长的过去了，我们都出了一口气：终于完了!我们练原地转圈，有些同学都分不清左右，不时地转错方向，但最终全体同学没有一个人转错。

后来，我们开始学武术操，从这个名字就可以知道，这个操比较适合男生，这下子，我们可以不做那种到处显着女生味的女生操了。因此，我们学操只用了一个上午就完全学会了。在接下来的几天里，身体不是酸，就是苦，也有辣，但在体质、精神上尝到了甜头。不过有一个同学因说话被罚做蹲起跳200个都快站不起来了，从此没有一个同学乱说话了。

就这样，五天的军训时光就这样过去了，我们在这短短的五天里学了很多，坚持不懈，不到目的不罢休苦中带甜，最后我们都享受到了胜利的喜悦。

一轮红色的\'太阳渐渐落下了，淡黄色的圆月缓缓升起，天空中，无数的星星眨着眼睛，夜晚蛐蛐知知的欢快地叫着，安静极了，我们也进入了甜蜜的梦乡。

**学生军训的感悟与心得体会篇四**

回忆起短暂的一个月军训，一种藏在心里很久的感觉产生了。的确，军训很辛苦，但是很辛苦，很美好，很感动，很难忘。

军训期间，我们和教官在烈日下同甘共苦。他们对每一个动作都很严格。一旦发现自己的动作不规范，不到位，我们会认真的给我们讲解，改正错误，努力让自己做好每一个动作。尤其是站在军人姿势时，肩膀酸痛，双腿麻木，真的感觉很苦很累。但是我们不需要抱怨它的痛苦。它的辛苦和劳累像一棵树一样磨砺着我们坚强不屈的意志。它带给我们尊严、力量和不屈服于任何力量的品质。

俗话说，人生苦短。年轻的时候吃点苦累是什么?俗话说：“不经历风雨，何必见彩虹?”没有一根寒骨，梅花香在哪里?“它教会我们如何面对未来的挫折。休息时，我们游行队伍中的男孩和女孩面对面坐着。在教练队长的带领下，我们每个人脸上都露出了微笑。这个微笑的力量感动了我们周围的一切。仔细想想，幸福和快乐常常在我们心中酝酿和荡漾。只要用心去体验，用心去发现，就能找到瞬间的快乐和幸福。

此外，在军训活动中，还有许多丰富多彩的活动，比如组织我们看电影、听讲座。这些活动不仅磨练了我们坚强的意志、吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们的关系，提高了我们学生的沟通能力和凝聚力，还改善了我们的精神面貌，提高了我们的综合素质和团队精神，为x院的人才发展奠定了文化基础和坚实的能力。

眨眼间，时间就像一条汩汩的河流，仿佛一个月的军训生活就能看出来。回顾多姿多彩的军训生活，印象更深的是——《数风流人物看当下》。也许，这短短的30天微不足道，却给我们留下了深刻的印象。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵充实、成熟，让我们走出别人精心编织的温暖的小窝，勇敢地站出来迎接风雨的挑战。

尊敬的各位导师，一路走好!难忘的军训生活将在我美好的回忆中翩翩起舞!

**学生军训的感悟与心得体会篇五**

这本该惬意而舒服的暑假，应该是每个人的家中都开着空调吃着西瓜吧，可我们并不一样。

酸你瞧，这太阳像火球般炎热，这天气谁想出去呢而我们七年级新生正顶着太阳站着军姿训练着呢，其实，我们也曾抱怨过，为什么要军训我们真的非常羡慕那些不用军训的学校的学生，哎，真羡慕啊。

辣这夏天的太阳可真不饶人，处处都是她的身影，挥之不去。军训的第一天，教官让我们站军姿一直保持不动，我们毕竟也真是没有吃过苦的人，才站几分钟就狼嚎鬼叫，那额头上的汗一滴一滴地往下流，就像吃了辣椒般，这辣椒也是真的辣的够呛。

苦训练的`一天，我们都知道作为一个合格的军人，哪怕再苦，再累，都不能说，都不能中途休息，需一切听从指挥。训练期间，教官总是变着法的训练我们，“立正，稍息，立正，跨立，立正。”总是不停地回响在我们的耳畔，因为从训练的那一刻我们便知道“服从命令，听从指挥”才是当下我们的要领。在训练中做一切动作都要打报告，这是我们最不习惯的了，通常因为这个我们被批评和惩罚，我们的汗水不停的挥洒，我们的训练也在继续，一个动作保持半个小时对于训练完两天的我们已经是家常便饭。到一天的尾声，几个班的队伍会聚集在一起回顾一天训练的动作，当然还会做一些游戏去放松，哈哈!想想就很刺激，毕竟是几个班的比拼呀!

甜甜军训怎么会有甜是的，当然有。其实每一次教官让我们坐下来休息，便是我们最舒服的时侯了，喝口水便会感觉到舒服到了极致，尽管什么事都要按的管理去施行。军训的过程真是让人回味无穷，既学到了知识，也锻炼了我们的体魄。你是不是也很害怕军训呢其实慢慢地你就会享受军训的过程了，一切都会那么有秩序!

**学生军训的感悟与心得体会篇六**

我们迎来了欢快的军训，同学们都非常开心。同学背着行李包，唱着歌儿，谈着军训的事情，跳着向学校走来!

我们的教管是女的，我们一直都以为女的教官会好一些、温柔一些，我们抱着这种期望上了车来到基地里。没想到的是，这个女教管比男教管好要凶啊，受不了阿!我们下来车，来到食堂里，看到桌子上摆了满满的水壶，我们已经知道干么了，就拿了水壶!教官说：“这个水壶是你们以后喝水装水用的，好好爱护，弄坏了要赔阿!”我们打完水，就把水壶背在身上了，就开始训练了。到中午了，我们排在食堂门口等着进去，我们刚开始以为吃饭可以没有那么多的规矩。教官给我们分配好十个人是哪号桌，我们来到饭桌前，准备坐下来吃的，一声哨响叫我们全体起立。教官说：“说要是再说话就不给吃了，给我站好了，否则有你好受的。”站了好一会才坐下吃饭，我的天啊，吃饭也有规矩阿，在家里我是想坐就坐，想吃就吃的，哪有这么多的规矩阿!渐渐的到了晚上，我们冲完凉，就下去集合了。又开始了严格的训练，练到时间了，就上去睡觉了。我们几个一开始是说笑话，我们在笑声中熟睡了!

**学生军训的感悟与心得体会篇七**

军训，不但锻炼了我的体质和意志，而且，对我的思想教育有了不少的影响。尽管德育课上，教官说的都是老生常谈的道理，他不像专业的老师那样出口成章，也没有妙语连珠，但是，从他专注的眼神，和用心的教育里，我读懂了他，读懂了他对我们的严格要求，读懂了对我们无尽的关怀。

初一军训的日子虽苦，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。有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不知道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。

虽然许多道理，我早已懂得，但是在这短短的四天军训里，我发现，那些我曾经以为耳熟能详的`道理，原来有了真正的意义，有了真正的诠释，直到今天，我才赫然觉得，这是我第一次真切地感受它们的真谛——一个人，你可以是矮小的，你可以是瘦弱的，但你绝对不能没有精神!一个集体，你可以不是最优秀的，你可以不是学习最好的，但是你绝对不能失去团结的力量!在一个部队里，在一个班级里，你代表的不仅仅是你个人，你的言行举止还代表了整个集体!人不仅要向前看，有时还应该向后看一下，看自己是否错过了什么!

初一的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。

**学生军训的感悟与心得体会篇八**

期盼着，期盼着，漫长的暑假终究结束了，我们迎来一个崭新的学期。这也意味着我们的身份从学弟学妹成为学长学姐，和我一样，很多人粗手不及，不禁感叹：太快了吧!我大一还没有玩好呢!

但，无论如何，我们都无法拒绝成长，军训亦是成长过程中必不可少的元素。

其实，很多人在中学阶段便接受过军训了，对军训已经不再陌生。而我，面对大学的军训更是倍加珍惜，因为记忆中的军训没有什么值得提的，于是我便寄希望于这次军训了，总是期待能发生点令我难忘的事情。

二十四日上午，经过简短的军训动员大会，我们便开始了具体的军训。全系的男生被编到三营五连一排。其实我是非常向往七连的，惋惜这是上级早已编排好的。向往七连是受《士兵突击》的影响。七连，是最令我佩服的连队。向往最好的事物，这无可厚非。

教官是来自北京军区的空军，叫孟俊繁，这使我想起《我的团长我的团》中的孟凡了。

这是我终生第一次和军人如此般接触。他看上去不高，也很瘦，从他身上我看到了不对生活的艰苦。他在作自我介绍时只说了三句话：“我叫孟俊繁，时河北唐山人。由我担任大家的军训任务。希望大家积极配合。”

接下来就是训练了。

从最简单、最基本的动作开始练起：站军姿、哨息、立正、跨立;蹲下、起立;向左转、向右转、向后转。这些动作看似简单，练起来真的能考验自己的态度。于是大家都全神贯注地等待教官的口令，还是有同学闹出笑话。有时候连教官也受不住了，于是他便大声笑出来，我们也把目光投向出错的同学身上。

以后的训练也像这样，不断地从错误中走出来。看到队伍整齐划一，大家都很欣慰，因为我们的训练有了很好的结果。教官的脾气也很好，很少对我们发火，可能是我们和教官相处地好，起到了很好的润滑作用吧!但是，训练时他总是一副一丝不苟的样子。

再说说同我们一起训练的同学吧!军训前一直不了解全系有多少男生，对他们也不甚了解。这次军训提供了一个很好的机会。大家在一起相处得很融洽，其间有很多乐趣，男生都很幽默。休息的时候最舒服，我最喜欢躺谮地上看着天空的感觉。教官也爱和我们聊天，聊他以前的故事。他的战友——六连的教官——魏教官也爱凑冷落，大家也爱听他的故事，听完或是哈哈大笑或是一片哗然。

快乐的时光总是匆匆，眼看军训就要进行最后一项内容——会操。大家都很认真地训练——因为竞争，因为大家都在争第一，每支队伍都把口号喊地震天响，齐步走过来，正步走过去。踢正步是最累的了，我们踢了将近两天时间。

经过一番准备，会操终究结束了。我们尽了最大努力，问心无愧了。那天，我们每一个人都对与自己想出了近半个月的教官依依不舍，争着和他们合影，他们中午就要回了。

军训结束了，虽然时间短暂，但再每一人心中都是一段难忘的回忆。训练、拉歌、会操、有规律的作息时间，让我真正体验到军人的训练生活，严格要求自己。这也是我在军训中最大的收获吧!

**学生军训的感悟与心得体会篇九**

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。 军训的第一天!累!军训第二天，很累!军训第三天，特别累也特别疼。终于体会到军训并不是块好啃的骨头。第四天，大腿已明显没有前几天那么酸胀。。。

众所周知，进入大学的第一件任务就是军训。虽然因为种种原因军训延期了，但这一任务我们还是必须完成的。在这学期，我们进行了为期一周的军训。

这次军训，得到了训练营部队的大力支持，他们派出了以一些优秀的教官，每天都准时精神抖擞地出现在。。。

 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。。。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏;少年时的军训，仅不过是一种锻。。。

**学生军训的感悟与心得体会篇十**

正式开学之前，学校安排了一次为期不长的军训，最开始我非常不能理解，因为大热天的还要在太阳下暴晒，傻逼一样的每天都是站军姿，练习正步走，很多同学也因为不堪烈日的焦烤，而纷纷中暑。但是我坚持过来了，回头看看军训的日子，这段期间，虽然很辛苦，但是过得很充实，通过这次的军训，我觉得我的人生进入了一个崭新的时代，为此，我特意对这段期间做了一个心得总结。

总是有很多人说我们这一代是吃不了苦的一代，我相信军训不仅给了我们一个磨练自我的机会，更是一个证明自我的机会。刚开始军训，自己还感觉很新奇。可是从第六天开始，自己真正体会到了军训的不易。基本动作都学会后，就要开始规范动作，练习分列式，正是在这时我真正感觉到了军训的严格，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，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。军训中有时会有动作不到位，小班长总是毫不留情面的指出，帮我们改正。同学之间也会相互纠正姿势，互相督促练习。

军训的训练场上不仅有我们的汗水和飒爽英姿，更有欢快的笑声，还有动听的歌声，大家利用休息时间充分展示自己的才能，一起玩游戏，加深了彼此的了解。这感觉，与课堂完全不同，它带给我们的是青春的绚丽，是友谊的美好，拉近了彼此的距离。军训期间学校还安排了很多文体活动，让我们的生活十分丰富多彩，更让许多同学找到了展现才艺的机会。

军训同样留给我们很多有意义的东西。首先是团结协作，荣辱与共。军训中要保持与集体的进度一致，不然可能会拉低连队的分数，这在今后也是十分重要的，集体的利益与个人的利益永远需要一个平衡点，需要我们做好选择，团结集体才能不断增强团队的战斗力，自己也才能得到真正地提高。其次是严格要求自己，永争第一。只有严格要求自己才能不断进步，在竞争中不进则退，我们要一直保持进步的状态，才能立于不败之地。最重要的就是坚持了，军训中我们吃了很多苦，但我们都挺过来了。今后的生活不会一帆风顺，苦难与挫折总会伴随我们，军训让我们学会了坚持，这会是我们今后的生活受益匪浅。我相信军训中的时间观念，严格要求，坚持不懈等等精神会影响我们的一生。

这14天要感谢我们的教官，他们比我们更加辛苦，督促我们进步，关心我们的生活，陪我们一起度过这人生中独一无二的两周。他们用自身的气质深深感染着我们，让我们体会到什么才是真正的军人，教会我们成长。

军训的时间虽然不长，但是军训带给我的影响却是受益匪浅，这种感悟需要用心慢慢品味，军训教会了我如何在逆境中忍耐，寻求解决方法，面对挫折和困难，不能轻言放弃，更加不能逃避，这些都不是解决问题的方法，只有直面对待，勇于挑战，才能突破自我，取得成功，军训是我人生中非常重要的一环，更加是我前行的驱动力，我相信，经过军训的人，都是能够经受住磨练的人，将来我的道路会越发笔直!

领军训的服装是9月12日在体育馆二楼，也不管大小如何，差不多大小就行，鞋子是我家以前干农活穿的解放鞋，那天我去晚了，楞是没有找到两只都合适的，抄起两只就走，回寝室一看尼玛两只相差很多。晚上的活动也必须穿，开始几天军训回来，脱下上衣，里面全是亮晶晶的一层，也懒得洗，阳台上一挂第二天继续穿。军训结束后很多学生都捐给了学院，有的更是直接扔了。后来大三的暑假，帮学院辅导员徐老师整理我们寝室二楼的一个不知道什么名的房间，看到了那会捐掉的军训服装，很多都可以再用，我还搬到了寝室放了一段时间。我的衣服一直保存在柜子底下，那会十一放假回家还特地带回去穿给家人看，呵呵。毕业大包行李的时候，发现也只是旧了点，想来也没有带走的必要，就扔了。前几天班级群里在晒以前的照片，发现我居然没有一张穿着军训的像样的照片，也算是一种遗憾吧。

开营典礼和开学典礼放在一起，那天下着小雨，学校给我们每人一件雨衣，黄色的红色的蓝色的，校长又臭又长的发言让我很不耐烦。我已经不记得和教官第一次见面是什么样子了。只记得在万人体育场东北门迎接教官的时候全部学生迷彩服列队欢迎，就差扭个秧歌了。我们是二营一连二排，营长叫田冲，一个长着40岁中年男人的脸的20多岁激情四射的小伙子，在某晚的新生才艺大赛上，那丫表演了一段口琴独奏，不错。我们教官叫李华亮。那会感觉这些教官都是愣头青木讷仔，就知道吓我们。但是这个李华亮，明显没有营长魄力，以至于我排在最后的，军训下来没感觉多少累。在最后送别教官的那天，李华亮坐在回去大巴的窗口凝视前方的样子至今留在我的脑海中。军训结束后跟教官还有几次qq上的留言交流，二彪更是受到了多次李华亮的留言，后来看到他状态，可能是结婚了，祝福他。

因为流感，我们这一届的军训强度降了许多。真正训练只有早上和晚上，下午主要是集中内务。我们场地安排在万人体育场东边跑道，撑杆跳那边。训练主要是齐步走，正步走，站军姿等等。最累的是站军姿了，有次在风雨跑道，好像是两个营对峙，比赛站军姿和拉歌，那次最久，有40多分钟，虽然听别人说算短的，可是明显感觉体力不支，还有个别女生倒下的，尼玛现在想想不带这么玩的，不过那时，都不知道为什么如此狠命，不过也尝到了以一次扛大旗的滋味。当然休息时候也有活动，我最喜欢的是原地坐，什么都不干，坐的时候还有人表演节目。也有玩四个人类似人椅的游戏，比赛哪组坚持时间最久。还有教官互博表演，呵呵。有时教官也会跟我们吹他们的光辉史。总之忙闲参半，几天下来也累的。阅兵那天各学院挥舞大旗的在操场上奔跑，必是一副充满斗志的画面。因为我排在排头，领到了一张“班长”的证，一直保存到现在不舍得扔掉。领导讲话什么的最无聊，那次我们排获得了队列训练优胜排。最激烈的是拉歌，学校拉的横幅上写着“绿衣红歌贺国庆”歌咏比赛。喊声锣鼓声震天，碰上几个兴奋的傻帽噌噌噌跳到桌子上，举着扩音器喊着某某某排来一个，一二三四五我们等的好辛苦什么的。

我们这届军训期间一切从简，没有迎新晚会，唯一算是大型活动的就是在小剧场的新生才艺大赛了。那时也是第一次观看大学的晚会，印象最深的是三个人的吉他弹唱，还有那个solo光辉岁月的，超赞。还有一个胖子的魔术表演，还有三个妹子的超短裙魅舞，嘿嘿，那会最喜欢这个节目了。还有那个朱力平，说起他09级没有不知道的，跟一个胖妹子男女对唱，他的妩媚打破了我的世界观以及对男人的定义，呵呵。还有些小品什么记不清楚了。因为是第一次看，特别新鲜。后来三年因为搞活动去过小剧场很多次，最后一次是毕业生晚会，当了三年幕后，终于在走之前上台爽了一把，nice!

军训期间小活动也挺丰富的。在17号楼北边拐角处练习《团结就是力量》，喊破喉咙还是继续喊;在大教室学校歌，听军事理论视频，国防知识竞赛，看傻帽们的新生辩论赛等等等等。

送别教官那天，一大群人围着教官，教官们排好队，高声唱着没听过的歌，有些教官控制不住留下了激动的泪花，声音哽咽，然后上车，挥手再见。虽说我对教官没有太多交流，回去的路上还是泛了点小泪水。9月底轻松领到训练证书，我的大学军训正式结束。慌慌张张来到这里，一下子的潮起潮落没有给我太多的时间准备，军训，是大学的开门训练，意味着大学生活的正式开始。有人说军训为了给你一个下马威，让你在大学时刻保持纯洁正直和严肃，不让自己被懒散吞没。谢谢教官，也谢谢自己。

躲在某一时间，想念一段时光的掌纹;躲在某一地点，想念一个站在来路也站在去路的，让我牵挂的人。

还记得第一天军训时站军姿，刚站一会儿就感觉很累。但在教官的要求下，我们坚持站完了十分钟。那段时间每天就是练习站军姿、跨立、走齐步、走正步。每天晚上训练一会儿后，教官就教我们唱军歌、连里的人进行个人才艺表演、和别的连拉歌。每次站军姿时都希望时间快点过，快点结束这种痛苦的生活。

带我们训练的两个教官是国防科大的大四的学生，他们做得每一个动作都非常完美，对我们的要求也很严格。不过很照顾我们。每次我们站军姿快坚持不住时，教官都会鼓励我们，告诉我们只有一会儿了。其实教官还是很辛苦的，每次我们训练完后，他们都还要集合。每次都要提前到集合地点。

那些天每天都很累，晚上回到寝室后洗个澡、聊会天就睡着了，每天早上都有“公鸡”叫我们起床。每天早上起来都感觉全是各种酸痛。穿好衣服、洗漱后就跑到北草坪集合训练，一开始就是站十分钟军姿。一个小时后训练结束，只有半个小时让你吃早餐。吃完早餐后又到那集合。训练到上午11:30后休息，中途有一到两次的短时间休息。上午训练完后都是迅速跑回寝室马上开风扇，喝杯水休息一会然后寝室的人一起去吃饭。吃完饭回来睡一会觉，2:40准时到那集合。集合完后又开始一下午的训练。直到下午太阳快落山时一天的训练也就结束了。下午吃完饭，在寝室歇一会后便又到那集合。夜幕降临，我们便开始了我们的文艺生活。唱歌、跳舞、打军拳…和兄弟连一起去“欺负”其它的连，各种活动，各种high.

全校会操前的一晚，大家在北草坪为教官举行了欢送会，那晚大家都很伤感、都很舍不得教官。我不太记得那晚我们做了些什么事情了，只记得教官为我们唱了一首张学友的《祝福》。“不要问不要说一切尽在不言中，这一刻偎着烛光让我们静静的渡过，几许愁几许忧人生难免苦与痛莫挥手莫回头当我唱起这首歌，怕只怕泪水轻轻的滑落，愿心中永远留着我的笑容，伴你走过每一个舂夏秋冬，失去过才能真正懂得去珍惜和拥有……”

唱着唱着，教官就流泪了，歌词实在太感人了，那一刻我也快哭了。教官唱完那首歌大家就散了。那晚大家都很伤心。

第二天全校会操完成后，教官们就要离开学校、离开我们了。我记得那天会操完后，教官们要会住的地方收拾行李准备回去，大家都很舍不得他们，从田径场一直送他们一直送到他们住的地方。他们吃完午饭后就乘车走了，我看着他们乘着车离去，心里真的很难过。

情难舍，人难留。今朝一别各西东。冷和热，点点滴滴在心头。伤离别，离别虽然在眼前。说再见，再见不会太遥远。若有缘，有缘就能期待明天。你和我重逢在灿烂的季节。

**学生军训的感悟与心得体会篇十一**

从小学到大学，我经历了三次军训，这一次时间最长，影响最大。为什么这么说?因为，军训虽然持续了\_天，但教给我的不仅仅是立正的军训，还有意志的洗礼，精神的洗礼。

在这次军训中，我体会到了一些以前从未体会到的东西。比如士兵的气势，教官的有序步伐，让我想起了远离边境地区的千千数千名士兵和哨兵。是他们不怕风，不怕雨，不怕太阳，日复一日的工作，让我们有了现在的家庭幸福。想到这里，我们的头抬得更高了，胸膛也更直了。

军训期间，我也体会到了团结的力量。听，军歌那么好听，那么好听;你看，伴随着“121”响亮口号的大胆整齐的步伐，是那么的赏心悦目，令人心动。这就是团结的力量，让我坚持训练，让我明白集体荣誉感。

军训，虽然简简单单的动作别我们反复的重复了很多遍，但这反复的过程，磨练了我们的意志，教会了我们坚持。备受关注的会操中、看到主席台上学校领导们满意和赞许的表情、听到同学们那一声声激烈的掌声，那种心情那种感受真的可以用妙不可言来形容了。

军训就这样不知不觉的结束了，虽仅仅\_天微不足道，但让我体会良多，给我留下了不可磨灭的印象。在这里，还得提提我们连的一个同学，因为是他用他乐观的心态感染了我，让我坚持了这么多天，他是站在我旁边的\_\_同学，他是一个真真实实的、身残志坚的人，他本可以不用参加军训的，但他却可以坚持到军训的最后一天，期间教官叫他休息下时，他都是笑着说：“教官、没事我可以”，他尚能如此，我们这些身体完完整整的人还怎么好意思以种种理由拒绝军训呢?他残疾，但他的执着、他的坦然、他的乐观已深深的感染了我，在这里我真诚的感谢他给我的良多感触和自信。

最后总结一下，军训不仅让我们学会了自立自强、自尊自爱，还让我们懂得的团结，树立集体荣誉感，最重要的是在军训中我们懂得了如何做人，做怎么样的人，此所谓“我军训着、所以我成长”。

我相信，军训后的我们一定会踏着稳定的步伐、带着自信的笑容迈向美好的明天。

**学生军训的感悟与心得体会篇十二**

?也是正因为有了军训，让我们和同学从陌生到熟悉之间有了更好的衔接。?第一天刚刚到来，是老师、教官带领着我们认识自己，让我们懂得坚强。教官在休息的时间会和我们聊关于他有趣的故事，男生们也打成一片，相互认识。毕竟第一次离开家，多少会有点不舍，但是同学的热情，教官的爱护，老师的关心，都无一不让我们感到了在家的温馨。

古人说天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。这也算是最大的体会吧。在这次的军训也应该算挺艰苦的了，每天的立正、稍息、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着。这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对同学们也充满很高的期望。教官和我们一起训练，别的连队休息时我们还在训练。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。教官也有可爱的一面，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起聊天，一起感受军人的责任。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，教官对我们说过这样一句话。每个人心里都明白教官的意思，我们一个人要想在事业上有所成就，必须准备迎接各种困难的挑战，不断在实践中丰富自己的阅历，提高自己的能力，才能达到自己向往的目标，成功不经过磨练甚至失败，就不算是真正的成功。

**学生军训的感悟与心得体会篇十三**

时间来到了军训的第十天，我们逐渐适应了军训的模式，即使很累但我们是快乐的。虽然其中也有着许多的埋怨，但到现在至少我觉得我从中收获到了很多，心里有种美滋滋的感觉，我觉得军训带给我的并不是物质上的东西，更多的是从行为、意识、思想、观念上使我们收益，它始终会激励着我在学习中保持着这样的状态。

今天我们始终在练习走分列式：齐步换正步，正步换齐步。这一切都是在为最后的会操做准备，也是检验我们十多天的训练成果。今天的训练仍然出现了很多的问题。上午我们大部分的时间都是在听教官的口令进行训练，以至于没有了教官的口令.我们正步齐步越来越快越来越乱，团队之间少了默契的感觉。即使这样教官还是很有耐心的指导我们动作的细节，以及带着我们一遍又一遍的练习。即使烦了，喊累了也一直在坚持着，使我感触很深，我们又有什么理由不坚持下去呢？今天教官一遍又遍地提醒我们排面的问题，这也让我意识到一个队伍团结的重要性。我们这个团体不仅仅是为了我们自己而训练,另一方面也是为了我们机电系大家庭而努力，还有我们不辞辛苦的助班和教官。我对教官的初印象是严厉，认真、严肃的。因为听说他们在民兵连训练很辛苦，害怕也同样对待我们，使我有些思想负担。刚开始也很不懂事不懂得换位思考不能体会到教官的压力和心情，相处几天后，我觉得教官也是学长学姐，也有属于大学生的阳光开朗，他们只是在认真的工作，负责把我们教好。后来几天的思想教育工作让我对教官更加钦佩，我想对他们说：“你们辛苦了！“我们的助班是个很亲切的人，性格也待别好，时常会关心我们，我觉得她也十分辛苦，希望我们可以交上一个满意的答卷吧！

军训是辛苦的，更是快乐的。我会去享爱这个过程，我也学会了品尝这种苦中之乐，通过军训我学到了很多，也改变了很多，感受到超越自我的快乐，军训不仅培养了我坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气，总而言之，军训使我受益匪浅！

**学生军训的感悟与心得体会篇十四**

黄昏，我站在风雨操场，蓦然抬头，只见天空被晚霞晕染成妩媚的淡红，像羞涩女孩红红的脸颊。那一刻，我被惊醒的挪不开眼。那一刻，所有的辛苦都已释然，对军训的所有不解也都找到了答案。

十天前，我们都一样，成熟有余，稚气未脱，带着几件行李和一个梦想从五湖四海来到了师大。说着各自的方言，有着不同的习惯，但都带着初次离家的苦涩，迎来了军训。哈哈，不怕你们笑话，刚开始的时候，我叫苦不迭，总是抱怨辛苦，念叨着想家。可我又是个“口是心非”的孩子，虽然烈日当空，但我不愿在太阳下低头。虽然身心俱疲，但我不想承认自己不行。

眼前，是教官老师的以身作则;心里，是国要强我们就要担当的召唤回响。在一个个晨曦相随的早晨;在一个个烈日炎炎的午后，在一个个与蚊子相伴的夜晚，我从汗水中领悟军训的意义，也从相伴中享受军训的快乐。因为军训，我知道有一种自觉叫报告;因为军训，我明白有一种汗水叫坚持;因为军训，我懂得有一种责任叫军人。是军训，让我从站军姿中明白军人那飒爽身影背后的不易;是军训，让我从踢正步中领悟军人挥洒汗水只为责任的那份承担;是军训，让我从唱军歌中体会军人身着军装抛洒热血的那份荣耀。

我们正军训，我们正青春。军训是画笔，为我们的青春填上飞扬的色彩;青春是太阳，因为军训而更加灿烂。日暮西山，余晖斜洒，在这美丽的黄昏中，我站着，踏着，喊着，唱着，享受着军训，充实着青春。军训教我成长，我们正军训，我们正飞扬。

**学生军训的感悟与心得体会篇十五**

转眼已经参加军训四天了，经过了大学四天的洗礼发现自己完全变了一个人，以前的我是一个懒惰，随意的人，遇到困难想到的就是回避，怕麻烦，怕累，但是是经过了这次的军训让我脱胎换骨。

军训有严格的纪律要求，每天我们都有规定的任务，我们每天的训练都是非常累的，汗水如同喷泉，汩汩的往外冒，浑身湿透了一样要继续坚持，当我们的站的腿酸了，训练不会结束，当我们感到全身乏力了军训还没有结束，犯了错，就会受到惩罚，因此我们在军训的时候时刻保持这高度的警觉性，时刻提防自己犯错，因为谁都不想成为那个被惩罚的人，军训的难度是一天天增加的，前三天的训练都是一些非常简单，消耗体力比较少的训练，到了第四天训练任务增加了，内容增加了，我们的汗水也随着增加，我们就如同永不停歇的机器人一直奋斗这，一直努力着，当然我们的进步也是，一眼可见的，原本我们站军姿最多可以见识20分钟，现在我们可以加持40分钟，甚至更长，原本杂乱的步伐变得整齐有序，开始我们都是有气无力的，到了第四天我们越训练越有精神，越训练越觉得自己有使不完的力气，军训虽然累了些但是却是真正锻炼人的地方。

每一次的训练都会让我们发生翻天覆地的变化。从来没有想到过自己居然有这么大的潜力，能够发挥出这么大的力量。

对于没有开始的时候对于军训总是充满了紧张，担心，因为未知也因为对陌生的事物的恐惧，让我们开始时认为军训是可怕的，但是只有身临其境才发现军训有苦有了，只是训练之苦，更多的是快乐，在训练的时候我们一起团结，一起努力，相互之间竞争，相互帮助，留下的友谊，是宝贵的，参加军训的也不只是我们这一批，还有全国各地的大学生，虽然不在一个地方但是相信他们一样也在训练，这是一次难得的体验，也可能是我们人生之中的最后一次军训，他值得我们去珍惜去留恋。

最重要的是军训的磨砺，千锤万练，百折不挠，永不屈服，是军训的使命，让我们知道，只要坚持没有完不成的是，咬牙挺过，明天依旧灿烂。

军训还在继续，我们接下来还要面对军训的个种考验，有过了前四天的考验相信在接下来的时间军训只会让我变得越来越强。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn