# 2024年大学军训心得体会(优质9篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-07-11

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。大学军训心得体会篇一xx日下午...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**大学军训心得体会篇一**

xx日下午，我们第x期中层管理人员为期一周的军训生活由此拉开了序幕。“军训”

二字对于我来讲并不陌生，但这次军训却与以往不同，意义深远。一周的时间很快过去，却留给我许多思绪和感慨。

军训第一天，我们来到百花湖拓展训练基地。从“有轨电车”“巨人梯”“过电网”“

信任背摔”“胜利墙”这些具体训练项目中，给了我很多的启示。所谓“有轨电车”，要求5个人一组，人的两只脚分别踏在两条木方上，另外用手拉住木方上的绳子，然后带动脚下的两根木方到终点。可以想象，如果5个人当中，任何一个人不配合，这个“电车”都不会行走。一个团队只有互相配合步调一致，才可实现目标作好工作。而“过电网”

这项活动告诉我们，只有集中了集体的智慧和力量，才能作到万无一失。那么“信任背摔”，顾名思义，讲求的就是同志间的信任问题，不管是领导班子成员之间还是同事之间;不管是部门与部门之间还是基层单位之间，都要讲互相信任，只想保全自己和不相信别人，都会阻碍我们事业的发展。“巨人梯”这项活动，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合协调，才能收到最好的效果;而翻越“胜利墙”则告诉我们，不仅要有集体的力量，集体的配合，还方法得体并利用每个人的长处精心组织安排，这样团队的力量才能充分发挥出来。

“稍息、立正”

什么工作，都应该养成自觉遵守规则，自觉接受约束的习惯，决不能马马虎虎，更不能视规则于不顾。

通过一周的训练和学习，确实让我收获不少，感慨太多。不过，我认为更重要的是我们在今后的工作中得以充分的体现。

**大学军训心得体会篇二**

第一段：军训的目的和意义

大学军训是每个大学新生都要经历的一项重要活动。军训的目的不仅是让大学生学会一些基本的军事训练技巧，更重要的是培养学生的纪律性、组织能力以及团队合作精神。通过军训，大学生可以更好地适应大学生活，提高自己的身体素质和综合素质。

第二段：军训中的辛苦和挑战

军训期间，学生们会经历一系列辛苦和挑战。一方面，军训让学生们每天早起，进行长时间的体能训练，对于习惯了自由放松生活的大学新生来说，确实是一种身心的折磨。另一方面，军训还要求学生们在完成体能训练的同时，严格遵守纪律，服从指挥，这对于一些个性较为独立的学生来说也是一种挑战。

第三段：军训给予的启示和收获

然而，军训也给大学生们带来了许多启示和收获。通过参加军训，学生们意识到自己的体能和毅力的重要性，并意识到只有放弃个人的舒适和享乐，才能获得更多的收获。此外，军训也锻炼了学生的团队意识和合作精神，通过与队友们相互帮助和配合，解决问题和完成任务，学生们更好地体会到合作的力量。

第四段：军训对个人的影响

军训不仅对大学新生的体魄有很大的影响，对个人的性格塑造也有重要意义。通过遵守纪律、服从指挥，学生们养成了严谨、自律的习惯和态度。对于过于放纵和自由的大学新生来说，这是一种重要的改变。此外，军训也培养了学生的领导能力。在训练中，学生们会被要求承担一些组织和指挥任务，通过这些实践，他们学会了如何管理和领导团队。

第五段：军训给大学生活的影响

军训是大学生活的一个重要部分，它不仅仅是一段辛苦的时光，更是一次宝贵的经历。通过军训，大学新生们能够更好地适应大学生活，培养自己的纪律性和团队精神。这些品质对于大学生们未来的学习和工作都具有重要意义。此外，军训也是一种锻炼身体和提高自身素质的机会，它对大学生的身心健康都有非常积极的影响。

总结：

大学军训是一次锻炼学生体魄和塑造品格的重要机会。通过军训，大学新生们可以更好地适应大学生活，培养自己的纪律性、组织能力和团队合作精神。尽管军训期间会面临辛苦和挑战，但它也给予了学生们许多启示和收获。通过军训，学生们能够培养自己的领导能力，养成自律和严谨的习惯，并为未来的学习和工作奠定坚实的基础。因此，大学军训对于每个大学新生来说，都具有重要的意义和价值。

**大学军训心得体会篇三**

时光飞逝，转眼间十二天的军训已经过去。在军训的十二天内，我虽然很累很苦，但学会了很多。

如果能用一个字来形容我们军训的生活，那就是“累”。刚来的时候，我就特别害怕，不能和同学们玩到一块，谁都不认识，只认识我们一个宿舍的人，是军训让我认识了更多的同学。

每一天开始训练的时候，我和同学们都会站十分钟的军姿训练。在烈日下站军姿，我们挺着胸，夹着胳膊，脚后跟并拢着，身体向前倾，仅仅站了十分钟，我的汗水就已经顺着脸庞滑落在地上。

在转体的训练中，我们集中精力听教官的口令，身体绷直，做完后我全身酸疼!通过那么多训练，我深刻意识到什么叫做“团队”，一人犯错集体受罚，教官告诉我们，这叫集体荣誉感。每次做会操的时候，我都会看到团队精神，在我看来，每个团队就像是一个大家庭，少了谁都不可以，我们都非常的努力。

总之，这十二天的训练，我学会了坚持，拥有了吃苦耐劳的精神。军训对我来说，就像一块磨刀石。我只有不断的磨炼自己，才能是我身心健康，身体强壮。我们班主任常说的一句话“人生没有白走的路，每一步都算数”。我也很喜欢这句话，以后的路都是自己走出来的。

军训虽然累，但就这短短的十二天，磨炼我们坚强的意志和培养了我们吃苦耐劳的精神。感谢军训，更感谢我们的教官们和老师们。这些天来，不只是我们累，还有我们的教官们和老师们：他们陪着我们一起累，个个的喉咙都喊哑了，他们非常的辛苦;老师也因为这个同学请假，那个同学请假，也不少跑腿。

再一次谢谢我们的教官们和老师们。

**大学军训心得体会篇四**

云军训已经成为许多大学生求学时期不可或缺的一部分。尤其是在新冠疫情期间，传统的军训已经遭到了打乱。然而，在云平台上进行的云军训却带给了许多学生全新的经历和体验。在这篇文章中，我将分享自己的云军训心得体会，让更多的人了解并受益于这种全新的军训方式。

第二段：虚拟体验

在云军训中，训练场地变成了虚拟的网络空间。通过网课平台，我们能够收看集体训练、游戏互动等课程，并与其他同学进行讨论、互动和比赛。与传统军训的现场铁血氛围不同，云军训让我们更加放松自在，吸收更多的知识和技能。虽然网络环境有时存在不利影响，但是通过技术手段和训练教练的指导，我们在云军训中获得了强化凝聚力的独特机会。

第三段：重视原则

虽然云军训环境中不会真正踏上军训训练场，但是我们的教练们仍然要求我们遵守训练班规和规则。在云军训中，我们也学习到了一系列的训练知识、体能训练和地图作战技巧。同时，我们也处理了各种危机情况，这些情况可以在现实生活中得到充分体现。在云军训中，我们也反思了自己的行为，使得我们更加向上进取和接受挑战，培养出了敢于面对未知情况的勇气。

第四段：场合之外

云军训不同于传统的军训，更突出了参与者个体的自我实现和全面性。通过与其他同学分享交流，我们在云军训中培养了更多的人际关系。比如，我们从培养班级友谊到参加选拔比赛、组织活动、互相帮助、构建支持网络等一系列互动，带动了我们更多的目标达成和自我提升。我们在云军训中切实体验到：团队合作、平等竞争，对友谊和友爱相互帮助维护也有着深刻的理解。

第五段：宏观意义

云军训并不只是传统军训模式的简单补充，更是探索时代发展，以科技创新思维提高大学生素质和修养的重要途径。云军训通过训练、教育和实践，促进个人意识和全局视野的得到完善与成长。通过云平台军训，我们不断完善自己的心态和思维，发扬自我、绽放魅力的同时，也在学习人类生存、奋斗和发展的方式与实践中，更加深刻认识到学习、合作、奉献的意义与价值。

结语：

云军训，从虚构到实践，将在我们未来的成长中得到充分的体现。珍贵于这种体验，我们将会在未来的充满挑战的工作与生活中，更加坚强、自信、严谨和睿智地面对。我们期待着更多的人加入到这个成长的大家庭，共同风雨兼程，共赢未来行程！

**大学军训心得体会篇五**

伴随着一声嘹亮的哨响，为期x天的\_大学20

\_

级新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线;嘹亮的口号化作一道唯美的歌;整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受领导的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅，不再摆高材生的架子，不再只顾考虑自己。军训告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切;曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望;用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

青春因军训而精彩，x大因我们而辉煌!

**大学军训心得体会篇六**

又一次见到这迷人而且透着威严与遵从的军装，才发觉，我们似乎在某个刹那穿越了时空，属于我们的那个九月已成了过去，那片绿茵场上回荡的不再是我们的`声音，留下的也不只我们的脚印，站在那里的是一群和我们当年一样可爱一样朝气蓬勃的新生。我们的日子变成了记忆，驻足在相册上，记录着往日的光辉。

思绪透过照片，可以飞得好远好远……

那时，我们如你们一般，刚刚撞破中学的藩篱，经过了长达三个月的休整，顿时觉得全身心都得到了解放，内心更是响应了来自远处的呼唤，只盼着日子一天天的近了，去看看大学的世界到底是如何精彩。心中有着一股莫名的冲动，对自己的大学生活更是期盼不已。

好不容易总算踏进了大学校园，新鲜的环境，新奇的事物，处处吸引着我的眼球，也时时撩拨着我的心绪。而其中最值得一提的当然是军训罗！

我站在整齐的队列中，第一次有了如此强烈的团体感和合作意识。那长长的队伍，也就因为你我的参与和努力而变得更加整齐耐看。即使是偶尔才会有的教官的表扬，也会让我欣喜万分，极有成就感；即使头顶烈日，双脚踏在炽热的土地之上，周身有着被火苗灼烧的感觉，汗水如珠串般滑落，我也不曾想过要放弃，更不敢想找个什么理由或者借口去躲在树荫下面，享受那看似很优越很特殊的待遇。因为我知道，凉爽只是一时的，但是后悔却是永远的。同是一个蓝天下的同学，可能就是因为你的放弃，你贪图一时的安逸，你就会失去一段本可以拥有的美好记忆，那些将是你永远不会忘却的经历，那些可以让你的人生变得更加有声有色的经历。

总之，军训是一个绝佳的锻炼机会。你的毅力，你的力量，你的勇敢，你的无畏，你的生命力在这个地方会得到进一步的提升。你的怯懦，你的畏缩，你的懒惰，你的笨拙，你的尖锐，你的傲慢则会在这里慢慢被打磨掉，变得更理智、成熟。

这片土地将是给你带来更多营养的沃土，请你不要拒绝它！即使有烈日，即使有汗水，即使有疼痛，即使有疲倦……你都不要放弃，因为有了它，你才会变得更快乐、更幸福、更甜蜜，不断成长。没有经历军训的大学就如没有经历过高考的中学，都是不完美的。

**大学军训心得体会篇七**

本站后面为你推荐更多大学军训心得体会！

刚刚结束的大学的军训，这次军训让我获益良多。对此次军训有如下

总结

：

军训过程中的国防教育进一步强化了他们的国防意识，增强了爱国热情；消防演习增加了学生的消防知识；急救知识让同学们大开眼界；他们还品尝了自己的劳动成果――饺子。学生在日记中这样写道：“这是我第一次包饺子，模仿着阿姨的动作，我笨拙的一下一下地包着，虽然样子不好看，但这让我懂得了：原来我会的事情震得不多，还有许多东西等着我去学习。虽然我不喜欢吃饺子，但我吃了很多，品尝着自己的劳动成果，果然很有成就感。”

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，这些都体现了他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。但是，虽然训练场上，骄阳烈日，但他们并没有畏惧，处处展示出了军人的飒爽英姿。在五天的军训中，同学们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。比如倪莉同学晕倒了，稍作休息，立即归队，罗啸晨带病坚持训练，拉练过程中没有一个退缩。队伍集合，动作敏捷；站立军姿，满身大汗，纹丝不动；队列操练，步伐规范；训练场外，又能互相帮助，关心照顾，团结友爱。

对这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战――一种自我挑战。在这短短的军训期间，她们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，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。

军训是以后紧张的学习生活的起点，通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。通过军训，增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

军训教会了学生对别人的关爱，它加深了他们理解保卫祖国的责任，它告诉他们面对困难应有的态度。军训后他们不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，他们知道面对高峰，必须自己去搭造阶梯；遇到山崖，要自己去连结绳索。

这五天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。

**大学军训心得体会篇八**

苦涩的咖啡，同样的味道，大家一起喝酒感觉很甜蜜，如果只有自己独自品尝苦涩，说不准会把咖啡倒掉！但对于需要这杯咖啡的人来说，苦涩只是表面而以。。。。。。

15天的军训生活已为大学的军训画下了圆满的句号。这15天来有艰辛，有苦恼，有汗水，甚至有泪水，有抱怨也有不满，但我觉得更多的却是成长与历练！我感谢能有这样的机会锻炼我自己，我要让我变的更成熟，更坚强！

人们都喜欢享受，但殊不知有些苦是上天给予我们的机会，在汇报表演结束的那一刻，在教官排着整齐队伍离开我们的那一刹那，我才明白我苦了但却收获到了人生中最值得珍藏的美好回忆，我才明白原来缘分真的能够让两个陌生的人成为朋友。

老师让写军训感言，其实心里乱乱的，不是不会写而是有很多感触却不知道该从何谈起，那一张张欢笑的脸庞，那一个个严厉的眼神，那一句句鼓励的话语。。。。。。那一切的一切就像电影情节一般在脑海中回放，每每路过操场都觉得好怀念我们一起训练的日子。 还记得第一天见教官时感觉好严厉，因为我们每排都是由多个学院组成的，所以都在那聊的不亦乐乎，教官也成了我们闲聊的话题，是啊，其实这也是一种缘分，我们有缘相遇，我相信在之后的日子里我们也会配合的很好。在那翠绿的草坪上，我们一个个身着迷彩服，伴随着教官们一声声响亮的口号声，操场上一排排方队整齐的站着，或许是因为第一天我们都感到很新奇，我们一个个精神抖擞，洋溢着青春的朝气。我站在那里，置身于这一片军绿色海洋中，体验着这青春的朝气与蓬勃。

每天，站军姿成为了一件必不可少的事，站在那里必须纹丝不动，即使有虫子飞到身上也必须站着。\"腿挺直，两肩往后张，小腹微收，抬头。。。。。。\"教官的指导直到现在还在我耳边萦绕，站在那翠绿的草坪上，清风拂过我的脸颊，送来小草清新的气息，那一块块整齐的方队像一群准备气壮待发的士兵，他们眼神中充满了坚强，主席台上的军训旗帜迎风飘扬，一个个嘹亮的口号声在翠绿的操场上回荡。。。。。。尽管有时艳阳高照，有时狂风暴雨，但同学们还试坚持着，因为我们懂：年轻，值得我们更多的付出！

在练习齐步走，正步走的那几天几乎每天同学都因为开始不适应而腿疼，而且我们宿舍离操场很远，每次去操场都要爬很高的台阶，这不免让我们觉得更累更苦！但我们都没有抱怨，让我觉得很幸福的是每晚收操回宿舍时同学们都唱着刚刚学习的红歌，唱着歌，我们一起回宿舍，那些累，那些疼痛似乎都烟消云散了。更让我们感动的是，每次收操时教官领导都会鼓励我们坚持，还告诉我们这只是刚开始不适应，慢慢会好的，而且回去要泡泡脚。。。。。。渐渐地，我们对于军训不再有厌倦，我们对教官也不再害怕，因为我们学会了享受苦中的甜，我们学会了一起团结一起努力。还记得休息时，我们便会一起唱红歌，拉歌，欢声笑语，嘹亮的军歌随着旗帜在空中回荡，那一刻我感觉到了幸福，感觉到了骄傲与自豪！每晚九点才会收操，其实我挺喜欢晚上训练的，明亮的灯光照着我们这群青春的\"迷彩服\"，响亮的口号声伴随着我们整齐的脚步声，我们张显出了青春的朝气，那一张张洋溢着笑容的脸庞似乎在告诉大家，我们是一名大学生了！我们期待成长！我们会更加坚强！我们一定行！一天的训练其实我们都很累，但回到宿舍想到这样充实的一天，我们感到很满足，很享受！

其实军训期间也发生了件让我不会忘记的事，本来我们营就选择了两个排参加汇报表演，我们排没被选上，心里挺失落的，因为我想参加汇报表演，我想让我的军训生活更有意义。有次别的教官去我们排挑选表现比较好的同学，我有幸被选上了，因为全宿舍就我一个，所以自然心里没有太多的兴奋，有次教官又去挑选时同学们却因为不想去接受更严厉的训练而故意踢不好，我很不理解她们的做法，可能是因为不舍？这也让我想到，我们应该去追求自己想要的东西，我们应该学会适当的放弃！虽然在那段时间真的很累，但我很满足，我争取到了我想要的东西。

而在这军训最后，使我印象最深的就是回报表演那天，所以首长校领导在主席台就坐，操场看台上坐满了观看人员，当音乐响起的时，一个个整齐的队列昂首挺胸地走过主席台，那一刻我感受到了成功的喜悦！我们努力了！我们做到了最好！

军训虽然辛苦，却让我学会了坚强！更让我学会了坚持！也让我真正认识到了我是名大学生了，或许军训的苦和累在今后的生活学习中会不值一提，但我想军训会让我更好的认识到了什么叫苦中有甜，什么叫雨后会有彩虹。感谢军训给我带来的所有，我相信我们都以长大，我相信我们都会很好的面对生活中的种种。军训带来的不仅是让我们身体更加强健也让我们意志更加自信！我们年轻，我们是青春的朝阳，我们更应该自信的面对一切！而且在这些天的军训生活中，我深深地体会到了军人的独特面貌，军人的严以律己，军人的无私奉献，军人的保家卫国，军人的一切一切。。。。。。也让我了解到服从命令是天职！我们应该向军人学习，学习他们不怕苦，不怕累，不怕高阳，不怕暴雨，心里想着自己的目标，一直坚持着，因为只有坚持到最后才会胜利，再大的困难也不能倒下，让我们试着以军人的纪律来严格要求自己，做到愿吃苦，敢吃苦，能吃苦！让我们这群大一的新生变得更加坚强！

**大学军训心得体会篇九**

每年夏天，学生们来到校园参加军事训练，这是全国各高校的传统。对于本科一年级的新生来说，云军训是他们初次感受到大学生活的一种方式，也是他们迎接大学挑战的第一步。

第二段：云军训的经历

云军训是一项具有挑战性和锻炼性质的活动。在此期间，大学新生将接受严格的训练，包括军事基本理论、步操、军事技能等等。但云军训不仅仅是一种训练，它也是一次彼此之间互相认识的机会。在这段时间，大家能够结识同窗好友，并逐渐适应大学校园的生活。

第三段：云军训的意义

云军训能够培养学生的坚韧意志和良好品质。它不仅仅是进一步提高了学生的纪律意识，而且还锻炼了他们的勇气和毅力。这也加强了学生们的集体意识，使他们更加珍惜团队中每一个人的存在，并在活动中形成一股向心力。

第四段：云军训的改变

云军训的经历，让我们感受到了改变。通过云军训的锻炼，我们的生活处于不断的改变之中，学生们需要适应不同的环境，增加对未来的掌控意识，进而形成自我认知和学习思维的渐进。云军训在很大程度上塑造了我们的性格，使我们更加勇敢、坚韧。在云军训的一周时间里，我们将这种精神应用于更多领域，不断提高自我修养，努力成为一个更好、更有价值的人。

第五段：结语

在云军训结束之际，我们拥有了更强的荣誉感和责任感，更多的创新精神和贡献意识，更多的感恩与证明。云军训让我们从迷茫到自信，从自卑到优秀，通过不断地努力和奋斗，我们一定能够找到自己想要的人生之路，为人民和社会做出更多贡献。

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