# 军训的感想和体会 军训心得体会感想总结(优秀12篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-08-14

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。军训的感想和体会篇一从未踏入军训场地的我，充满了对于军训的期待与好奇。军训的第一天，我...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**军训的感想和体会篇一**

从未踏入军训场地的我，充满了对于军训的期待与好奇。军训的第一天，我们站在整齐划一的方阵中，身穿统一军装，我不禁感叹自己仿佛融入了军队的大家庭。在教官的指导下，我们学会了整齐的步伐和英姿挺拔的站姿。虽然初学者，但我们脸上洋溢着自豪与自信的笑容。

第二段：顽强的意志力

军训中，最大的挑战来自于体能训练。早晨起床，紧张的训练，严格的纪律，使我们顶着沉重的负担，但我们从未停止过。逐渐，我们的体能水平得到提升，而身上的汗水与疲惫感成为我们前进的动力。经过辛苦的训练，我们意识到只有坚持下去，奋发向前，才能收获成功的喜悦。

第三段：团队的力量

军训让我们深刻认识到团队的重要性。在队列训练中，我们需要保持整齐一致，同时还要与队友配合默契。在团队活动中，我们协作合作，共同完成各项任务。团队的力量让我们产生了深深的敬意，我们感受到每一个人都是团队中不可或缺的一部分。相互之间的支持与鼓励，让我们的友谊更加紧密，更坚定了我们的信心。

第四段：纪律与坚持

军训的纪律训练，是对我们严格要求和磨练意志的过程。无论是整队行进还是站军姿，我们都需要保持冷静决心，严格要求自己。在军训中，我们深刻认识到，只有严格要求自己，坚持不懈，才能实现更高层次的要求。坚持训练的日子中，我们学会了调整自己的心态，只有不屈不挠，才能在逆境中迎接挑战。

第五段：个人成长

在军训的日子里，我不仅锻炼了自己的体能，也培养了自己的坚强意志和团队合作精神。通过集体的训练，我变得更加自信，学会了敢于面对困难，充满毅力地奋斗。我不再害怕吃苦，反而更加追求进取，勇于面对挑战。军训成为我人生中重要的一段经历，我将永远铭记这段让我成长的时光。

总结

通过军训，我深刻体会到军队的精神风貌与要求。军训不仅仅是体能上的锻炼，更是一次对意志力与纪律的磨练。通过团队的合作，我们不仅变得更加团结，而且取得了很大的成绩。在这个过程中，我明白了只有坚持不懈，才能超越自己。军训结束之际，我有了脱胎换骨的感觉，我知道在今后的生活中，我将能够更好地应对各种困难和挑战。

**军训的感想和体会篇二**

第二段：锻炼了体魄，信心倍增

军训是一项身体上的考验。频繁的体能训练让我们的体力逐渐被消耗，人也变得疲惫不堪。但是，这段经历真正的意义并不在于我们自己的体质变化，而是在于我们在心理上得到的锻炼。很多同学在开始军训时，都是胆小的、不自信的，有些甚至胆怯到连个人影子都不敢扎进去，可在这样一场全民皆兵、人人平等的“比武”中，我们慢慢获得了信心。国旗下许下的誓言，操场上呐喊出的口号，都改变了我们自己的心理机制。而这种自己克服恐惧的动力，也会在日后的人生中推动我们迎接更大的挑战。

第三段：升华爱国情感，培养社会责任

军训不仅是学生个人成长的过程，更是一次从阳光世界走向白热化战争状态的国家实验。在这个过程中，可以明显感受到海量爱国情感在涌动。一面鲜艳的五星红旗，一套沉稳的动作，一齐铿锵的口号声，都深深刻在了我们的脑海之中。我们站着的每一步，都代表着国家的富强和未来的神圣。这是一次爱国主义的洗礼和社会责任感的培养。军人不仅需要拥有勇气、毅力等各种个人素质，也要有责任、有担当，以身作则，肩负起保家卫国的责任。

第四段：团队合作，竞争共赢

在军训过程中，大家是一个集体，所有的动作都要整齐划一，要重视同伴间的默契、团队合作以及相互扶持。在这个过程中，同学们也明显感受到彼此之间的友爱与合作。无论在哪个战位上，只要听从指挥，找到合适的位置，就能使整个团队的动作显得井然有序。而在战斗比拼中，团队和个人之间也展现出了十分有意思的较量和合作。我们可以互相鼓励、互相协调，也可以通过竞争来激发自己和队友的斗志。因此，军训的过程也符合“竞争共赢”之道。

第五段：结束语

适量、有序的军训，有利于抒发个人的爱国热情、增强体魄、提高综合素质和推动社会责任。当然，想要从中得到更多收获，得靠自己在参加军训的时间里，把自己的心态调整好，真正领悟其中内涵，悟得其中奥义。希望学生们能够从这段特殊经历中，在成长的道路上迈向更高的台阶，为自己和社会做出应有的贡献。

**军训的感想和体会篇三**

历经军训的洗礼，我学会了在挫折面前不再低头，学会了在坎坷人生路上，要披荆斩棘，懂得了自制、自爱、自理、自强的真谛，同时也相信自己将走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会默默地将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训——一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的最佳良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

这次军训是我第一次接触“迷彩”，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为之装点，于是，生命中又多了一道“神奇”：军人本色。上天赋予了我们很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗？但是，很值得庆幸的`是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

激动。心想：如果每一次练的时候都有进步，哪怕也只有一点点都行。这样我们就能像别的班走得那么好。那么教官与老师都会十分开心。我其实很想对教官与老师说一句，“谢谢您。”

**军训的感想和体会篇四**

军训期间，我们接受了严格的体能训练、紧绷的纪律规范和贯穿始终的团队意识。这段时间经历了许多体力和心理上的挑战，收获了许多宝贵的经验。在军训结束后，我深深地感觉到这段经历对于我的成长与发展起到了重要的作用。

第二段：体能训练所带来的启示

在这段时间里，我们进行了许多严格的体能训练，如长跑、俯卧撑、仰卧起坐等。这让我们明白了身体素质的重要性和付出的必要性。虽然训练时会感到极度疲惫，但坚持下去，我们的体能水平将会得到显著的提升。这也启示了我，在今后的生活中要重视锻炼和保持健康的生活习惯。

第三段：纪律的意义

在军训期间，纪律被贯穿始终。每天早晨的集合、严格的队列训练和整齐划一的军姿展示，都让我们深入刻画了军队的严谨。这种经历让我意识到，只有严格遵守规章制度和纪律，才能建立起一个和谐有序的团队。在今后的工作和生活中，我也要从严要求自己，遵纪守法，保持自律。

第四段：团队意识的重要性

团队意识是军训中无可避免的话题。在这段时间里，我们参加了许多团队协作的活动，如翻越障碍、搭建帐篷等。这让我们深入体会到了团队合作执行任务的紧迫性和必要性。只有每一个人都充分发挥自己的特长，才能最终完成团队的目标。这也给我带来了深刻的启示，在今后的工作和学习中，我一定要注重团队合作，培养和提高自己的协作能力。

第五段：总结

通过这段时间的军训，我深受启迪和教育。在军训期间，我不仅锻炼了身体，更重要的是提高了对于纪律和团队合作的理解和认识。这段经历让我成长了许多，也为我今后的学习、工作和生活带来了许多宝贵的经验。我会全身心地承担自己的责任，发挥自己最大的潜力，为自己和团队的成长作出积极的贡献。

**军训的感想和体会篇五**

在这个烈日炎炎的季节里，我们相约一起来到了环境优美的文理校园。在这里，我们将开始自己的求学之路；在这里，我们将谱写自己人生中的每一个精彩的乐章。

古人云：“人贵有志，当志存高远。”每个人都有一份属于自己的志向，也许远大，也许平凡，而要实现志向就要不懈奋斗，勇往直前，脚踏实地的走好每一步。xx天的军训生活培养了我们顽强拼搏，积极向上的良好作风，铸就了我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。还记得《xx特种兵》里，军人们面对国旗许下的誓言“如果需要我将为国捐躯，如果必要请将最后一颗子弹留给我。”让我不禁佩服作为一名军人的胆量和钢强。军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去面对生活，怎样去面对困难，怎样去承担责任，怎样去赢得荣誉。

踏着雄赳赳，气昂昂的步伐，让我领略到了那一身绿装下的钢强军魂！军训，在某种程度上已经成为了我们的一种精神财富，并刻进了我们的记忆中。它已经成了一种力量，激励我们在今后的日子里自强不息，奋发向上。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”！让军训的苦于累，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴我们在最后的几天训练里发扬流血流汗不流泪的精神，坚强刻苦，永不言弃！

同学们，我们的青春因为有了这一段军旅生活而变得激扬奋发；我们的青春因为有了汗水的洗礼而变得坚韧不拔！我们的青春犹如那军中绿花般贞洁美丽。

最后，让我们高喊科创校训：修身强体，博学感恩！我们没有鲜丽的外表，但我们认真；我们没有永不逝去的年华，但我们懂得珍惜。

也许是日子过得太充实，太快乐，仿佛易逝的流光，令人难以把握，常叹其变幻莫测，然而，这炽热烘烤的军训却仿佛是将青春的年华烙印在我们的思想、骨骼中，让我们深切地感受到这青春朝气的难得及可贵。

一转眼三日过去，渐渐的，面对烈日我不再畏惧；面对教官严厉的批评我已懂得坦诚地接纳；在这匆忙的时光中，面对无休止的训练，我已不再抱怨。

在这充实的日子里，我提起了笔，想要抓住青春易逝的朝气与坚持不懈的品格，才发现语言是那么的单薄无力。

也许我们仍需要更多的锻炼才能成长，才能在风浪中寻得属于自己的港湾，才能在这关键的三年明确自己前进的方向，但我相信，我能行，我们能把握这美好的年华。

现将此短小的感想真心致我们流光般的青春。

**军训的感想和体会篇六**

为期10天的军训时光如白驹过隙般一闪而逝，但它使我的集体荣誉感，精诚团结，相互服务，为人服务的团队协作精神得到了进一步的培养和提升;使我像军人那样，经历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志;使我通过坚忍和服从等自我约束的方式达到实现拥有雷厉风行的工作作风、勇于奉献的牺牲精神的思想境界，从而更坚定自己的人生理念。回首军训，留给我许多思绪和感慨。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。几乎每个人都能以微笑的脸庞迎接明天，以昂然的斗志和饱满的精神投入到军训中去。此次军训内容主要有军姿、立正、稍息、跨立、蹲下与起立、正步行进与立定、敬礼等队列训练及其军体拳。

队列训练强调的是个人与集体的步调一致，企业同样需要个人与集体的统一。队列中一个成员的步伐错误会影响队列的整齐，而企业中一名员工的失误同样会影响一个部门乃至公司的效能。冰心曾说过：一朵孤芳自赏的花只是美丽，一片互相依偎着而怒放的锦绣才会灿烂。我们生活在一个集体里，唯有团结，才能为团队增光，为自己加彩，才能促成灿烂的锦绣。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。军训的内容或许是单调的，但在教官的标准指导下，及时发现并改正错误，纠正个人姿态，渐渐养成了雷厉风行、自觉遵守规则，自觉接受约束的习惯和严肃的纪律意识。我想从事煤炭工作，也决不能马马虎虎，更不能视规则、纪律于不顾。企业文化建设是企业长续发展的潜动力，企业的.独特魅力需要独特的企业文化来体现。仔细聆听公司领导关于企业文化的报告后，我们都被公司那“强抓机遇、埋头苦干、追求卓越”朴素而有坚定的企业理念所感召。

早上的微雨天气带来了凉爽的气氛，迎来了快乐的心情和第二天的军训。由于下雨的关系，上午并没有训练，只是简单的学了一首军歌，看了看书而已!

眼看着“美梦”就要成真了，只是好景不长——下午雨停了，我们开始训练。原以为还是像昨天一样，简单做几个动作，便草草了事。谁知，教官又增加了难度——练习蹲。山外有山，楼外有楼，这个动作完全打垮了我们的自信心，原来以前只是简单的认识军训而已，是希望我们不要在第一天就气馁。一声声惊叹从心中冒出，不想坚持的想法浮上心头，但是最终战胜困难的决心变成了力量，替代了不靠谱的想法。

“骐骥一跃，不能十步;驽马十驾，功在不舍”，其实军训很简单，关键看我们是否有正确的态度，是否有设立目标，是否坚持。“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”，为所想而所做——不累;“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，为所求而所动——不苦;“锲而舍之，朽木不折;锲而不舍，金石可镂”，为所需而所持——不馁!

**军训的感想和体会篇七**

星期一，我怀着愉悦的心情来到学校，方老师领着我们上了班车，来到山青世界。

在广场上站好队，教官给我们分好连，就往公寓里带，教官在门口给我们发好被单，叫我们去整理内务。整理完内务，教官让我们拿好饭盒在广场上站队去食堂吃饭。

吃完饭就要上课了。我最喜欢的课是勇敢者之路，是什麽样的路呢?这是一条搭在一铁丝网上的桥，网下面是一条湍急的河流，人走上去桥会很抖，随着人在桥上站立得不稳，脚下的桥也随之不稳，有几名男生闭着眼睛就往前冲，但也不是全都能冲过去，有的人冲到一半就重重地摔在网上，我可不是往前冲的那种，我是一路摇晃着过桥的。

在军训的过程中，我学会了叠被子，自己料理自己的日常生活，不像在家时被家长催促着干着干那的。

而且大家那么多人住一个宿舍的感觉也很新鲜。

五天的时间过得飞快，我们就要和山青说再见了，大家都去找教官要签名，然后坐上了回家的班车。我们带着留恋的泪水离开了教官，再见了山青，再见了教官。

**军训的感想和体会篇八**

新生军训是每个大学生入学的第一课，作为一名刚刚踏入大学校门的新生，我对军训充满了期待和紧张。在报到的时候，我看到了许多和我一样新奇和紧张的脸庞。我们之间充满了对未来的期许和探索，也有了对军训的各种美好期待。在准备军训的时候，我进行了一些体能训练，以提前适应军训的要求。这些准备让我觉得自己已经做好了迎接军训的准备，同时也让我重新审视到了自己的身体素质。

第二段：军训的严峻挑战

军训的第一天，我们在操场上集结，接受着军官的讲解和指导。我第一次感受到了军人的纪律和严肃，同时也意识到了军训将会是一项艰巨的挑战。从晨练到升旗仪式，再到各种军事训练，每天都充满了考验和挑战。我一度觉得自己忍受不了这样的训练，但是在军官们的鼓励和同学们的支持下，我坚持了下来。每一天的军训都让我不断超越自我，不断挑战自己的极限。

第三段：军训的成长之旅

军训过程中，我不仅学到了军事技能和战术知识，还学到了如何团结合作和互相帮助。在队列训练中，我们需要严格按照军姿要求行进，这要求我们个人的纪律和集体的协作能力。在障碍训练中，我们需要相互扶持和鼓励，这锻炼了我们的团队合作和勇气。同时，在经历了高强度的体能和军事训练后，我感觉自己的意志和毅力得到了锻炼和提升。我变得更加坚强，更加自信，也更加懂得了团队的力量。

第四段：军训的带给我的收获

军训不仅仅是一个体力和意志的考验，更是一个对自己的认识和成长的过程。通过军训，我对自己的能力和潜力有了更深刻的认识。我明白了自己在面对困难和挑战时的勇敢和坚持，也意识到了自己的不足和需要提升的地方。军训让我明白了集体的力量和团队合作的重要性，我学会了与他人协作、理解他人、包容他人。这些收获将会伴随着我进入大学的整个学习生涯和人生旅程。

第五段：对军训的感悟和展望

通过这次军训，我深刻认识到军队的严谨纪律和一丝不苟的作风。这将成为我在大学生活中的一种力量和底气，帮助我更好地适应大学生活和面对各种困难与挑战。同时，我也渴望将来的自己能够成为一个更好的自己，不仅在学术上有所突破，更要在品德和精神层面不断成长。军训是我大学生活中的一个起点，也是我走向成熟和成功的一步。通过军训，我战胜了自己，也展示了自己。我相信，在未来的学习和生活中，我会更加坚定地走自己的道路，不断奋斗和进步。

总结：

新生军训是每个大学生活中难忘的一段经历，通过军训，我们在体力和意志上得到了锻炼，更在思想和团队协作上获得了成长。军训让我们明白了个人的力量和团队的力量，让我们明白了军人的严谨和纪律。带着对军训的感悟和未来的展望，我们迈入了大学的大门，迎接新的挑战和机遇。这段经历将会伴随我们一生，成为我们成长和发展的砥柱。

**军训的感想和体会篇九**

傍晚，微风拂过脸庞。又站在这个操场上，然而人已不见。

前几天正是我们军训的日子，时光似流水，看着这物是人非的地方，难忘，不舍……

黎明时分，充满向往的我们，饱含热情在操场上集合，不一会儿，一位身材魁梧的帅小伙大踏步的走来，身上散发着军人的气息，他简单地说了几句，却在无形中给我们增添了庄严感。

渐渐地，我们与他熟悉起来，他在训练时威风凛凛，而在歇息时又可谓柔情似水，他的言谈举止让我受益无穷。两天时间，我们学会了队列动作，如静止间的转换跑步行进与立定等等。还有那一提起就让我们咬牙切齿的站军姿，动作虽然简单，但可以说是要把全身肌肉绷紧，豆大的汗珠流进嘴巴里。不时还下点小雨，当初的热情无一不剩的化为尘土。但我们心里都有一句话，用心去做好每一件事！正是这个信念，纵使前面刀山火海也阻挡不住，尽管泪如雨下。

“当兵的日子短暂又漫长！”眼前军训结束了，经过那雷打不动的信念，我们取得了理想的成绩，这纵然使人开心，可别人都没有看见那帽檐下的泪花。有人说时间可以冲淡一切，我颇为质疑，我不相信若干年后，没人记得那些天汗泪齐下的日子？难道没人记得那些天雨中狂奔的日子？难道没人记得那些天欢乐前行的日子？不！不可能！时间冲不走的是回忆！纵使全世界都忘记，我也会记得那些天苦中作乐的.时光！

不舍教官，难忘那树荫下与我们嘻乐的军人！难忘那训练时，威风八面的军人！您在叫我们军训的同时，也教会了我们做人。不忘您对我们许下的承诺。三年之后，考上大学的我们会来与您相聚，尽管时光改变了我们的模样，不像您忘记我们！我都记得烈日下我们谈论年少轻狂的事，教室里我们畅谈理想的日子。中心谢谢您，教官！

徘徊在集合的地方，想起高声怒吼“一、二、三、四”的日子，看见别人绕过水洼，想起在水中踏起阵阵水花的日子；听见树木“沙沙”的响声，想起那树下苦中作乐的日子。纵使人走了，留下的精神不朽。等我们，教官！三年之后，我们如约而至，凭借着这些天学到的精神。

**军训的感想和体会篇十**

盐城军训结束了，闷热的夏日中满是汗水、训练场上刺耳的口哨声回荡在耳边，我和其他同学一起度过了一个充实而难忘的夏天。这段时间我们不仅锻炼了体能，还培养了品德、收获了友谊。盐城军训给我留下了深刻的感想和体会，让我深刻认识到了自己的不足，更加坚定了我的信念和目标。

二、体能的提升

军训迫使我们锻炼身体，昔日软弱无力的我在不断地锻炼下展现出了强健的体魄。在长时间的站立、奔跑、跳跃和攀爬训练中，我们感受到了汗水和疲劳，也锻炼了自己的毅力和耐力。终于，我可以一口气完成一千米的长跑，身体素质有了飞跃的提升，这让我深刻体会到了“身体是革命的本钱”的道理。

三、品德的塑造

在军训期间，我们得知与感受到了许多关于军人的故事和军队的使命。这种精神对我们的影响很深，在训练过程中，我们锤炼了自己的毅力、韧性和专注力，勇于承担责任和坚守纪律。我们在行进时，同学之间互相帮助，善意相助，彼此之间形成了深厚的友谊，同时也强化了我们的集体意识和荣誉感。

四、信念的坚定

军训的许多磨砺是不仅体力上的，还有心理上的。没有雕塑刀模糊地胆量，很难在气喘吁吁的情况下完成任务。在夏日的热浪中，我们还得发扬坚韧和顽强的精神，以面对磨砺与挑战。这些经历激发了我们年轻人的斗志，激起了自信、勇敢与坚持的勇气。在军训后我有了更加明确的目标，也更加坚定了自己不断进取的决心。

五、结语

盐城军训是我生命中一个重要的历程，经过这段时间的锤炼和洗礼，我已经变得更加坚强、勇敢和自信。这次训练不仅锻炼了我们的身体，也加深了我们对健康生活和艰苦训练的认识。同时，我们也明白了只有敢于面对困难、用心准备去迎战挑战的人才能获得真正的成功。我相信在身心健康的情况下，我会不断追求自己的目标，奋斗不止，在生命的旅途中展现出更加美好的自己。

**军训的感想和体会篇十一**

在这丹桂飘香，硕果累累的金秋九月，我们的军训生活即将划上圆满的句号。

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的责任心。看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦。一个部队那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的。

军训，让我深受真诚待人的感动，当你走正步踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句“没关系”时；当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时；当你学不会一个动作，别人耐心教会你时……这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力。

军训，让我懂得的，太多，太多……

这十多天里的军训场上，几乎是一成不变的风景：教官严肃的面孔，沙哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服，一切都是似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我我懂得了许多。

怀着对军训的不舍之情，我们完成了今天的阅兵仪式。在军训中，我们提高了自身身体素质，锻炼的体能，增长了见识。都说大学是逐梦的地方，那么军训过程中我们所学到的一切就是我们在逐梦路上必备的技能。

军训过后，我们终于成长为真正的大学生，我们终于可以踏入崭新的大学生活。军训教会了我们坚持，军训教会了我们直面困难勇往直前。当然，军训也教会我们做人处事。与人相处之道，这位我们顺利地适应大学生活奠定了基础，创造了条件。

军训，谢谢你，是你的严厉让我们成长，是你的艰苦，让我们坚强！大学，我终于可以投入你的怀抱。无论面前迎接我的是什么，我都会努力微笑面对一切，就像在军训中教官教的那样，直面困难，永不退缩。

军训是我们人生中十分重要的一课。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。同时，军训是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。

军训，作为大学生的一门必修课程，培养了我们吃苦耐劳，艰苦奋斗，克服困难的良好品质，为我们今后战胜在大学生活中遇到的各种困难打下了坚实的基础。有了良好的作风和心理素质，而对今后学习上，生活上及工作上的困难，我们都可以克服。

大学入学后的军训足以让我学到很多东西。从教官站在我们的前面开始，我就意识到了或许会有很多改变发生在我的身边。从站军姿，稍息，齐步走，敬礼等等的基础动作学过之后，我才发现自己已经收获了许多重要的东西，而不仅仅是动作本身。

一分耕耘，一分收获，散训为将来的集中军训奠定了良好的基础，也让我对集中军训充满信心。

**军训的感想和体会篇十二**

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我 那是军人的飒爽英姿 ;那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。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。不是吗?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六十三颗紧紧相连的心。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。

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。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。 “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，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页;如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕;如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制，自爱，自理和自强。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人曾经说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才知道其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的`强者。昨天，我们一起欢笑，流泪。今天，我们一起历经风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。

(二)

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

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;心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有白花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀，荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日离得一位君子;梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

———题记

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09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激情仍然高涨，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，回收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。国之兴亡，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！

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