# 大学新生军训心得体会 大学新生军训前心得体会(大全9篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-06-15

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。大学新生军训心得体会篇一第一段：军训的意义和价...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**大学新生军训心得体会篇一**

第一段：军训的意义和价值（200字）

进入大学是每个年轻人迈向成熟和独立的重要一步，而大学军训则是大学生活的开端。军训不仅锻炼身体，还培养人们的纪律观念和集体荣誉感，教育学生学会尊重他人、团队合作和服从命令。作为大学新生，我对军训充满期待和焦虑，但也明白它给我们带来的是无法代替的宝贵经验。

第二段：军训前的准备（200字）

为了更好地迎接即将到来的军训，我提前做了一些准备。首先，我重点关注了身体锻炼和体能训练。通过每天的晨跑和体育锻炼，我提高了身体素质，并锻炼了坚持不懈的毅力。另外，我还阅读了一些与军训相关的书籍和资料，学习了一些军训常识和技能，以便更好地应对军训生活中的挑战。

第三段：面对军训的挑战（300字）

进入大学后的军训生活对于大多数新生而言都是一次全新的体验。军训期间，我们要面对严格的作息时间表、操场上的连续操练、严格纪律和一些困难的任务。而对于我来说，最大的挑战是忍受身体的疲惫和各种艰难困苦。然而，我坚信这些挑战能够让自己更加强大和成长，所以我时刻告诫自己要坚持下去。

第四段：军训中的收获与体会（300字）

在军训的过程中，我获得了很多宝贵的收获和体会。首先，我明白了纪律的重要性，养成了严格遵守规则和执行命令的习惯。其次，我体会到了团队合作的重要性，通过与同伴们互相帮助和支持，我们能够更好地完成任务并迎接挑战。最重要的是，我学会了面对困难时要坚持不懈，勇敢地面对挑战，相信自己并始终保持积极的态度。

第五段：军训后的反思与展望（200字）

纵观整个军训过程，我深感这是人生中难忘的一段经历。通过军训，我不仅变得更加坚强和勇敢，还培养了自己的毅力和自律意识。虽然有时候感到压力和辛苦，但我坚信这段经历对我的成长有着重要的推动作用。未来的大学生活，我将更加注重团队合作、自律和坚持，努力追求个人与团队的共同进步。

**大学新生军训心得体会篇二**

军训是一个听起来有点神秘但是很严肃的词。在我们接受军事训练之前，我们总是害怕它。军训结束后，我们对此记忆深刻。很多人说军训是进入大学的必经之路。但在我看来，军训更像是一个里程碑，标志着我们正式进入并适应大学校园;它也像一盏明灯，照亮了我们大学生涯的前进之路，在我们遇到瓶颈，感到迷茫的时候，指引着我们，激励着我们。军训后，我们不仅获得身体健康，还获得精神鼓舞。经过军训，对中国的国防、军事思想、国际战略环境有了更深入的了解;经历军训，学会了坚持，学会了乐观，学会了不畏艰难，不畏退缩;经过军训，我们可以以更高的身体和心理素质迎接未来的挑战!

。每天清晨，英姿飒爽，精神抖擞的教官都会准时出现在我们面前，他们用自己的行动无声地教育着每一个同学。在教官的带领下，每天早晨为时30分钟的早操为我们开启了一天的清爽，令我们能精神抖擞地迎接一天的训练。操场上那一片片的橄榄绿，是每天最靓丽的风景;那一声声整齐划一的口号，是每天最动听的音乐。

当同学们连续好几次都没做好时，教官是这样训道的：身为大学生的你们应该懂得，机会是可遇不可求，可能只有一次的。现在有机会给你练习，就尽量做好，当机会失去时，你想把握也把握不了。这真是话糙理不糙，毕竟机会不是每天都有的。还记得当有的同学因为训练出汗而挽起袖子时，教官略带凶狠地对同学说：还不快把袖子放下，这种天气感冒了怎么办!不经意间的对话就感受到教官对我们的关心。感动，也油然而生。操练是严格的，枯燥的，但在辛苦的同时却也充满了欢笑与感动。教官严格的操练让我明白了不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香的道理。没有经过汗水洗礼的操练，又怎能为训练打下扎实的基本功，又怎能拥有坚强的意志。可充满欢笑与感动的操练，却也让我们打心底感受到了教官的亲切和对我们的关心。

每天的军事理论课程，让我们看到了当前我国在国防和军队建设上面临的新形势，新问题。这不仅引起了我们的思考，更让我们的眼界变得更宽阔，更长远。通过军事课的学习，我们了解到了许多军事上的思想，军事上的技术，军事上的技能等等，受益匪浅。在经验丰富的教学老师的带领下，我们明白了增强国防观念和国家安全意识其实是每个大学生的必修课，因为有关国家安全的问题可能时时刻刻就在我们身边。

围绕军训这个主题，我还有好多想和你们一起分享的片刻。军训，除了每天的操练，不得不提的莫过于唱军歌的时刻。唱军歌可谓是军训最理所当然的娱乐的活动了。当那一首首昂扬向上的军旅旋律从教官的口中唱出，我们感受到的不止是教官洪亮而动听的歌声，更是那种发自肺腑的对军旅生活的热爱，对祖国，对人民的热爱。在那一刻，我相信没有人不会被那种坚定向上的情绪所打动，所感染。拉歌比赛更是增进了同学们之间的友谊。大家一起唱着，喊着，让我觉得大学四年的时光，有你们相伴，一定会很精彩，很快乐，让我难以忘怀。

认真严肃的教官，同学们操练时的挺直的腰板和坚实的步伐，再到军事理论课上认真的听讲这一切的一切，都绘成了那个冬天最五彩斑斓的画卷。海没有波涛就不再壮阔，山没有峭壁就不再险峻，人没有磨难就不再坚强。严格的军训，培养了我们吃苦耐劳的精神，坚韧不拔的品质。正如《孟子》里的一句话是这样说的：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。军训，为我们能成为冬日里的那一朵凌寒傲雪的梅花，成为那一抹夏日独立的小荷留下了无限的可能性，也为我们迎接以后的人生大任打下了良好的基础。

军训有苦有乐，有得有失;教官有严肃，有亲切每个人对军训的感受都不尽相同，有人不舍，自然也有人抱怨。可在我看来，这不过就是因人而异，异的是你面对军训的态度，对待教官的态度。但无论怎么改变，也改变不了军训的命运;无论怎么选择，也无法选择军训的教官。既然如此，我们为何不收回抱怨，用积极的心态去笑对军训呢?我想，让我们学会用积极的心态去面对，也是军训的魅力之一吧!

生活就像海洋，只有意志坚强的人才能到达彼岸。感谢军训，让我不仅拥有强健的体质，更拥有了坚强的意志和笑对的心态。愿每个人都能通过军训，拥有积极的心态，成就意志坚强的人生，跨过生活的海洋。

**大学新生军训心得体会篇三**

大学新生军训是每个大学生活中的重要篇章，无论是对于个人成长还是团队精神的培养，都有着深远的影响。军训给予我们学生们一次锻炼自己意志和毅力的机会，也是展示团结和协作能力的平台。对于即将迎来大学军训的新生们来说，这将是一次机会和挑战并存的经历。

第二段：军训锻炼心理和身体的过程

军训期间，学生们将面临着严格的训练和常规，规定的时间表会让我们真正体会到自律和执行力的重要性。在高强度的体能训练中，我们将锻炼肌肉、增强体力，并通过各种训练项目提高身体的协调性和灵活性。军训的过程中需要支撑我们的不仅仅是体力，还有心理素质的训练。在长时间的训练中，我们将面临疲劳、无聊甚至挫败感，但学会面对并克服这些情绪，坚持到底才能真正取得进步。

第三段：军训培养团队合作和领导能力

作为学生们的第一次大型集体活动，军训不仅是一个个体的训练过程，还是一个团队协作和合作的机会。通过站在队列、打仗、组队等训练，我们将学会与他人合作、相互支持和集体荣誉感。这些合作与荣誉感的培养对我们今后的学习和工作生活有着巨大的帮助。同时，军训也是一个锤炼领导能力的机会，通过分组指挥和训练任务，我们可以锻炼自己的领导才能和团队管理能力。

第四段：军训与大学生活的联系与延续

军训结束后，大家将回到正常的大学生活，但是军训带来的影响和收获将持续延续。在军训中，我们学会了自律和专注，这些质量对于今后追求学业的成功至关重要。此外，在训练和交流过程中，我们将结识各路校友，建立起诸多友谊。这些友谊在今后的大学生活中将扮演重要的角色，在学习、社交和就业中形成相互帮助和支持的网络。

第五段：军训心得与展望

通过军训，我们将获取许多宝贵的人生教训和经验。我们将开始学会面对困难和压力，学会与他人协作和交流，学会为自己制定目标并坚持努力。这些品质将伴随我们走过大学生活，并且对我们的未来起着重要的引导作用。期待军训带给我们的成长和改变，期待学生们能够从这次难忘而又有意义的经历中受益良多。

总结：大学新生军训是一次机会和挑战并存的重要经历，通过军训，我们将锻炼心理和身体素质，培养团队合作和领导能力，并将收获持久的影响和人生教训。期待学生们能够积极投入到军训中，克服困难，取得进步，并希望这次军训能成为我们大学生活中的重要回忆和启蒙。

**大学新生军训心得体会篇四**

军训已经一周多了，在这一周里我们付出了汗水与辛苦，也收获了许多。

立正、稍息 听着这些已经熟悉的口令，我们都已经被融进了军营的那种氛围中了。小时候向往军营，向往那和平绿，总是梦想着长大后有一天自己也能穿上绿军装成为他们其中一员。渐渐长大后，明白了一些事，也懂得了一些道理，不再像孩提时的幼稚，多了几分现实，没有理想的生活是空洞的，迷茫的，可是空有理想的生活也是浮浅的。

高中时的军训只是一周，那时的我们在花季雨季徘徊，无知，迷茫是我们脸上的表情，一周的军训收获甚少，只是知道军训苦，让人受不了，脸上晒的掉了一层皮，在也不想当军人，这时高中，青涩的季节，让我们匆匆走过了那段青涩的年龄。

真正军训的时间到了，有人欢喜，有人悲啊！可是不管怎样总是逃不过去了。大家无一例外穿上了迷彩装。从教官来后一直反复着乏味训练。但军训也不是想象中那样痛苦，欢声笑语，歌声也在其中，大家还是都很积极的。这也许就是团结的力量吧！

军训中我学到了很多新的知识，端正了自己的站姿等。虽然，军训一眨眼就过去了，但它现在还让我记忆犹新，仿佛 切就发生在眼前，好像刚刚结束一样，因为这是我第一次军训。都说难忘的都是第一次，这句话说得一点都没错。还有一周的时间，我们相信，没有逃兵，大家一定都会坚持下去，将军训进行到底，取得一个好成绩。

**大学新生军训心得体会篇五**

大学新生军训是每个大学新生都会经历的重要环节。每当想到即将面对紧张的军训生活，我心里不禁升起一种忐忑的感觉。虽然在学校期间参加过一些体育训练，但是军训显然与之不同，这是一种更加严格和高强度的训练。然而，同时也有一种期待充满了我的内心，我相信军训会给我带来很多新的体验和收获，帮助我适应大学生活新的起点。

第二段：军训对我的影响

通过一段时间的军训生活，我深刻地体会到了军训对我的影响与收获。首先，军训异常严格的要求使我养成了良好的纪律意识和团队合作精神。每天早晨的晨会和操场上的训练，让我明白了团队合作的重要性，更加意识到个人行为对整体的影响。其次，军训的训练项目涵盖了体育锻炼、军事技能以及礼仪规范等方面，使我全面提升了身体素质和综合能力。最后，军训也教会了我如何克服困难和逆境，培养了我坚持不懈的毅力和勇往直前的勇气。

第三段：军训中的困难和挑战

虽然军训给我带来了很多好处，但是其中也有不少困难和挑战。首先，紧凑的训练时间和高强度的体能训练让我体力透支，每天晚上都会感到疲惫不堪。其次，军训中的严格要求和长时间的训练容易引发身体的不适，如晕厥和肌肉疼痛等。最后，军训期间的严格纪律和规章制度也对我自由和个性的表达有所限制，需要我严格遵守各项规定。

第四段：军训带给我的启示与体会

通过军训，我深刻认识到了纪律和规矩的重要性。遵守规章制度和尊重他人的权益是一个人成长的基本素养，也是社会生活所必须具备的品质。此外，军训还让我意识到坚韧和毅力的重要性。只有在困难和挑战面前坚持不懈，才能克服困难，取得成功。最后，军训也让我明白了团队合作的重要性。一个人的力量是有限的，只有与他人合作，共同努力，才能达到更好的效果。

第五段：军训的收获与展望

经过这段时间的军训，我不仅增加了对身体的锻炼，还培养了纪律和团队合作的意识。军训生活虽然有时辛苦和疲惫，但是它也给我带来了成长和收获。通过这次军训，我对大学生活有了更加清晰的认识和期望。接下来的大学生活中，我将更加珍惜时间，更加注重个人的素养和充实自己的知识，同时也将积极参与到学校的各项活动中，展现自己的优秀与才华。

总结：

虽然军训带给我不少困难和挑战，但通过努力与坚持，我获得了良好的心理品质和身体素质的提升。军训不仅仅是一种训练，更是一种心态和态度的培养。我相信这段军训经历会在我未来的大学生活中起到重要的指引作用，让我更加积极、阳光地面对人生的挑战和机遇。

**大学新生军训心得体会篇六**

一切都来得太快，在我还没来得及体会春的多彩、夏的激扬、秋的丰硕、冬的静谧。岁月老人早已将我送入了人生最精彩的花季———大学。此时，一首雄浑激昂的军训插曲即将响彻广州大学这片圣地。

此前，我有过两次军训的体验，虽然它们已经像黎明那般绚丽的云霞，早已被太阳拖走了，却留给我一个美好的回忆，经久不衰。军训的生活无疑是艰苦的，但我依然对它充满着期待与幻想，相信它一定会像大学生活一样，转角总能遇见各种机会和惊喜。

窗外下着淅淅沥沥的雨，然而，军训的画面却清晰地呈现在脑海里———在毒辣的太阳下，我们挥汗如雨，保持军姿，几十分钟纹丝不动，尝着酸、涨、疼各种难受的滋味，肤色也慢慢变成古铜色。十二天的锻炼必将使我们的意志力达到一个新的高度，我们的生活也会由于这些新的困难和挑战，才有了新的成就，新的乐趣。

无论接下来的十二天等待着我们的究竟是什么我想只有有足够的勇气、毅力与坚持，胜利的果实不会拒我于千里之外。英语152这个拒绝平庸的集体，定会神采奕奕展现别样的风姿，最终，在汗水与泪水一同熠熠生辉的军训中，学会坚持，学会服从，学会团结和爱。开拓、进取、超越自己，我将尽己所能，让这首嘹亮的军之歌为唯美的花季增添色彩。

阳光洒落，万物复苏，军中绿花，点缀色彩！

清晨温和的光芒散射在我的面颊上，这一天是我大学军训的开始。第一天是教官的见面会，我的好奇心驱使我走路速度加快。来到训练场地时，我看见了一位身着军装的美女教官，仔细一看原来是我们的辅导员——王老师，呀！我们的辅导员都统一着装了，这让我对于这次的军训感到了严肃性，也同时让我要严格要求自己，努力做好一个兵。

军训时期的我心情就像调色板，不同的颜色代表着不同的心情。

白色——第一天的\'感受。虽说在初中时我们也会参加军训训练，但是这次却是我入大学，成年后的第一次军训。所有美好的憧憬都出现在我脑袋里，让我对接下来的事情充满了想象。教官首先教我们的是站军姿，时刻听到的一句话：挺起胸，抬着头，双手贴紧裤子。站军姿一旦发现有人动了，我们连又得加时站着，这也让我明白了一个道理：我们是一个整体，有一个人受伤了，大家跟着一起受伤，团结就是力量！此刻我的心情就如白色一样，朦朦胧胧。

橙色——可能是因为第一天的开始让我感觉自己浑身有使不完的劲，直到下午训练完毕后才感觉到了一丝丝的劳累。太阳快落山了，我们迎来了晚间训练。教官们把挨着的几个连集合在一起围坐着，所谓的“拉歌”开始了。“拉歌”在军队里来说是一种增进友谊的好办法，训练场地是有说有笑的，欢乐互相传递着……此刻我的心情就如橙色一样，开心快乐。

蓝色——仰头望着天空，万里无云。这一天我们在烈日的摧残下，练习齐步走。“一二一，一二一……”训练场上的口令一声声响彻整个学院。休息时刻，文艺委员带领着大家唱着耳边最熟悉的歌，那时我的脑海中慢慢地浮现出往日的画面，曾经的我们向着高考的目标努力奔跑，今日的我们向着未来继续前进。此刻我的心情就如蓝色一样，明朗开阔。

红色——“日落西山红霞飞……”红军歌声一连传送一连，带动着我们的激情，向着太阳升起的地方奔跑。教官的训练中培养了一批指挥员，在他们的教导下，我们分成几队单独训练。队伍之间相互有了参照对象，有了竞争力。队友们的激情更加强烈。此刻我的心情就如红色一样，激情四射。

伴随着动员大会的开始，训练场上一天又一天地回响着踏步声、教管的教导声、时不时的在队伍中传来一阵阵的欢笑声，心情也随着调色板的颜色变化着。

在接下来的训练中我会更加努力，严格要求自己。服从纪律，认真完成教官交待的每一项任务，努力做好一个学员，向优秀学员靠近。

**大学新生军训心得体会篇七**

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄;扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出;要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

记得高中军训时，我们比这大学的军训还要苦。那时我们就十五六岁，每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到 2点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。而且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。反正军训时你就别想穿干衣服。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人!

现在又经历这大学军训，人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

\_年前的军训让我记忆犹新，那时的我们比此时稚嫩，全身都是名为青春的利刺。那是的军训虽然时间短，但比现在要苦的多，每天天不亮就要起床上课，白天面向太阳站立军姿，驿站就是一上午，汗水流进眼睛也不能擦拭，也不能带帽子，晚上回宿舍，上衣可以拧出一杯水。但是，所有人都坚持到了最后一天，教官的幽默，同学们的团结都令我难以忘记。

现在我正在经历着大学的军训，虽然此时的阳光比之前强烈，虽然现在军训的时间比之前更长，或许是因为人长大了点，吃苦的能力比以前更强，每天除了有些疲惫外并没有其他问题，军训虽然苦，但却能如咖啡般品出别样的滋味：我原先认为不行的，现在却考验了我并告诉我坚持到底，胜利终将属于自己。每天站立军姿，我也不再觉得难熬，纵然两腿发酸，却可换得一身挺拔。如果没有这样的军训，我都不知道拥有片刻的休息和日常的休闲时光是多么的奢侈。

我们的队伍是由四个班组成，虽然不是一个班级，原本互不相识，但因同在一个方阵，随着军训日子的增加，大家的默契度越高，感情也越深厚，特别是对于远离家乡求学的同学们来说，军训真的给了大家一个很好地适应过程。在军训过程中，劳累与紧张减轻了我们想家的情绪，消除了彼此间的陌生感，更锻炼了我们吃苦独立生活的能力，让自己成熟了许多。

军训是酸甜苦辣的组合，军训像一把磨刀石，而我们，就像待磨的刀，军训之后，我相信每一把刀都会更加锋利，更加闪闪发亮!

**大学新生军训心得体会篇八**

开学军训，作为大学新生的第一课，是迈入大学生活的重要一步。军训不仅锻炼了身体，培养了纪律和团队合作意识，更加深了学生对大学的认识和理解。在一片锣鼓声中，大学新生们步入训练场地，探索着新的世界，收获着军训心得体会。

第二段：军训的挑战

首先，军训带给我们的是体力上的挑战。大学军训的课程设置紧凑，并且要求参训学生必须坚持到底。每天早上的晨跑，夜晚的训练，让大多数同学疲惫不堪，但这也锻炼了我们的体能和毅力。特别是在高温天气下，我们不畏酷暑，坚持完成每一个训练动作，这种毅力和坚持精神将在今后的学习和生活中产生重要的影响。

第三段：军训的收获

其次，军训还带给了我们思想上的收获。在军训期间，我们接触到了军事训练中的严肃态度和纪律要求。一丝不苟的动作，整齐划一的步伐，严格的规定和条令，让我们深刻认识到在大学中，学习和生活都需要严格遵守规则和纪律。此外，军人的精神和品质也无时不刻地在我们身边影响着我们。我们从军训中体会到军人的为人处世之道以及对集体利益高于个人利益的追求，这种精神将为我们今后的学习和工作打下坚实的基础。

第四段：团队合作的重要性

而军训中最有意义的一部分就是团队合作。每个训练班都会分为若干小组，每个小组需要在相互配合中完成各种任务。在训练中，大家共同面对困难和挑战，互相帮助、鼓励，在相互配合中达到更好的训练效果。这锻炼了我们的集体意识和团队合作能力，使我们认识到只有团结一心，互相支持才能取得更好的成绩。

第五段：军训心得和展望

通过军训，我深刻体会到了团队合作的重要性和军人的精神，同时也收获了一种对大学生活的新认识。在以后的大学生活中，我将更加注重培养自己的纪律精神和团队合作意识，不断提升自己的学习能力和创新能力，为实现自己的人生目标奋斗努力。同时，我也希望能将军训中的收获分享给身边的同学，共同进步，共同成长。

总结：大学新生开学军训虽然艰苦，但也是一次宝贵的经历和锻炼机会。通过体力上的挑战和思想上的收获，我们不仅增强了自身的体能和毅力，也培养了纪律和团队合作能力，对大学生活有了新的认识。在未来的学习和成长中，我们将继续发扬军训的精神，不断进步，追求更加优异的成绩。

**大学新生军训心得体会篇九**

通过紧张有序的军训，学生可以学会有效利用宝贵的时间，安排日常学习和生活，提高学习效率和效果。以下是边肖编著的20xx年新生军训心得。欢迎大家借鉴，肯定对你有帮助。

军训，有泪有汗，深呼吸，高度紧张的思绪，敏捷有力的动作，都构成了一道道美丽的风景线。我们穿上军装，从最初的慵懒步伐到几天的整齐划一，从最初的娇纵到几天的强势独立。最近几天军训带给我们的不仅仅是肌肉酸痛，还有对生活的一种理解。它教会了我们太多在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的一些生活推向了极限，我们的精神面貌焕然一新。

渐渐地，我发现我走路的时候会很自然的昂起头，站着的时候会习惯性的挺直腰。一个人的时候，我会哼一首《西山夕阳，红云飞，士兵大巴回营》。这些都是军训改变的。军训，我们吃了苦头，累了，笑了。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，我们在暴雨中狂奔，浑身湿透。为了练习动作整齐，我们反复练习；知道全身酸痛；我们学着唱军歌，学着和教官说话，学着一个接一个的笑。这是一段痛苦而快乐的回忆，也是我们青年在新时代的宝贵财富。我觉得我们孩子受的苦太少，需要军训磨练。

军训的时候，我最喜欢的就是军人姿势。军姿是最好的姿势，双脚分开60左右，脚跟并拢，双手贴近裤脚缝，双肩紧绷无缝隙，双肩向后伸，收腹，额头微闭，头昂，眼睛向前看。军人的体态既表现了军人的风采，又体现了悲愤冷静、坚定坚定、坚忍不拔的美。硬骨头以天为荣，微笑以风雪为荣。站在军姿上，感觉有一股浩然正气贯穿长虹。如果说青春是一首动人的歌，那么军姿是最铿锵的旋律。

都说军人最可爱。在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的命令和整齐的步伐给我留下了深刻的印象。在某个时刻，“一、二、三、四”的口号是世界上最美的声音。教官用沙哑的嗓子唱《第一天当兵》这首歌的时候，我忍不住哭了，心里爆发出一种感觉，是对战士们深深的敬意。

人只有经历了挫折，才会在困难面前变得更加成熟，更加坚强。我们放下那份悲伤，小心翼翼的拾起断断续续的梦，带着虔诚的信念和不可动摇的决心，在大学里积极上进，在生活中勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的土壤。经过无数次的洗涤，它最终会沉淀下来，直到融入我的生活底层.

军训真的教会了我很多。同学之间的团结友谊，师生之间的亲情，军民之间的亲情，很多感情都发酵在一起，成为我脑海中最美好的回忆！

短短的9天军训强化了我们的组织纪律性，让我们真正放下了任性和自私，学会了谦逊和包容。最重要的是让我们知道团结合作的力量有多强大。

站成军人的姿势，稍息，立正，左转，右转，步调一致，向前走……似乎最简单的动作，平日里也有那么多规矩。长长的军姿，无尽的积极步伐，无尽的斥责.让我们慢慢变得更强大。军训虽然短暂，但足以让我们认识到，人生的道路并不总是平坦的，荆棘往往是存在的，是与坎坷同行的。

教官对我们要求很严格，但也很关心我们。立正，稍息。我们练了很久，但是去掉了我的驼背。所以当我觉得很苦很累的时候，当教官对我很严格的时候，我就振作起来，因为我知道教官也是这么苦，付出的汗水一样多甚至更多。我们的小痛苦是什么？我想我应该做得更好。虽然我经常被批评做得不好，但只要我努力，就值得被批评或表扬。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官\_\_对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了!

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运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

随着天气的转凉，十五天的军训生活也随之结束。回首军训的足迹，一种潜藏在心中已久的感受油然而生。这十五天的生活是辛苦的，但却辛苦得让人感动，辛苦得让人难以忘却。军训很苦，但是我们还是挺了下来，更没有逃避军训对我们的磨练。通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会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。

虽说军训只有短短的十五天，但是它对我们的影响却应该是一生的，是它锻炼了我们的身体，是它磨练了我们的意志，是它促进了我与同学们的感情。也许很多人会说军训仅仅是强健了我们的体魄，磨练了我们的意志，我却觉得它更是在锻炼我们的心态，在面对困难时不急不躁的心态。

军训带给我们一种尊严，一种不向任何权势卑躬屈膝的品质。军训教会了我们如何面对以后的挫折。军训中的烈日当头和阴雨绵绵我都会认为那是上天对我的眷顾，让我在最需要打磨的时候能够给我机会去坚强。军训虽是苦涩的，单调的，但却让人有幸福感。每一次和同学们并肩前行，每一次和同学们的军姿较量都让我们心中的距离拉得更近。我们心中都有一种力量，都有想要为集体添砖加瓦的愿望。是军训改善了我们的精神风貌，提高了我们的综合素质。

我们从小已经习惯了父母的宠爱，所以军训意味着我们要学会集体生活，自我照顾。军训第一天的训练是站军姿，本以为这是一件很容易的事，但真的做起来却很难，不到一会儿我就觉得站不住了，可不知道那教官是麻木了还是怎么了，竟让我们站了30分钟，再加上太阳不停地向我们泼洒着它的温暖，蒸得我的体液犹如滔滔江水连绵不绝，但教官还是不允许乱动，我那时真的有些撑不住了，真的好想大声的说“报告”，但是话到了嘴边又咽了回去，依然任凭那烈日熏烤，站的脚底发痛。我还是决定坚实的踏出这关，有时我真想向父母宣泄一下，但我没有拿起电话，因为我要学会自强，将来的路是要我自己闯的，于是我开始告诉自己要坚持。终于军姿站完了。

我开始学我几乎不会的其他动作，正步、四面转法、跑步等。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。

当然，这是很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立……但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?站军姿，给了我们炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我们龙的传人的无穷毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。“不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。”歌声“团结就是力量”，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。

军训是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的良机。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。通过军训，我们的面貌焕然一新，我们的爱国热情愈加高涨，我们的意志更加坚定。军训就像是一条鞭子，时刻鞭策着我们前进;军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为;军训更像是一把火炬，时刻照耀着我们的前方。十五天的军训给我们留下的印象无比深刻，军训让我们学会了自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得成熟，让我们走出他人精心编制的暖巢，勇敢地站出来去迎接风和雨。

这十五天的生活是快乐的，因为我们切身体会到了军营般的生活，体会到了团结就是力量，众人拾柴火焰高的真谛。军训结束了，但我们的大学生活才刚刚开始。在今后的生活中，我们还要保持军训中的优良作风，发扬战胜困难、勇于拼搏的精神，保持高度的组织纪律性，认真学好文化知识、专业知识和专业技能，全面提高自身素质，争当一名优秀的大学生。

伴随着一声嘹亮的哨响，为期\_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，\_大因我们而辉煌!

金秋送爽，秋雨始停，连绵不断地下了一整天的秋雨收敛了她的娇纵，取而代之的则是傍晚路灯下的一丝温暖的灯光，也许是心疼我们在寒风冷雨依旧坚持训练吧。

“嗒嗒嗒嗒嗒”，“一，二，一”，“听吧新征程”在训练场中，每个连队的训练声此起彼伏，每一脚正步都要掷地有声，每一声报告都要铿锵有力，每一句军歌都要清晰洪亮。“整齐”是教官说过最多的话，“立正站好”是教官下过最多的命令。虽然军训时的鞋并不舒服，但同学们仍然站得笔直，也许腰酸背痛，肌肉酸痛难耐，但在所有参与军训的同学眼里，都充满了坚持和无畏。

军训是苦的，但更是塑造人格自信的一次重要机会。军训，正如我在漆黑的夜中为我们照亮道路，让我们摸索前行的一盏明灯;是我们筑建万丈高楼的重要基底;是能使我们在天空自由翱翔，飞出无尽深渊的圣洁翅膀。军训，让我们新迎来的大一生活丰富而充实，同时也帮助我们调理我们的休息作息和日常行为规范以及生活习惯，反观那些每日浑浑噩噩，糜烂潦倒的人们，他们才是沉陷自己的漆黑，混沌深远的可悲之人。这也便是军训的必要性，它能将我们托向更高更远的精神境地和梦想所在的彼岸。

军训是累的，但更是一次重塑健康体质和强身健体的一次重要机会。虽然它或许会让我们颈椎酸痛难耐，但会使我们长期低下的头颅又重新抬起来;虽然，它或许会让我们汗流浃背，但会使我们长期僵硬的身体又再次生动有力。因为俗话说得好：那些打不败我们的，都将会使我们变得更加强大!

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