# 大一军训心得体会合集六篇

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-10-13

*大一军训心得体会合集六篇 有了一些收获以后，不妨将其写成一篇心得体会，让自己铭记于心，这样有利于培养我们思考的习惯。那么要如何写呢？下面是小编精心整理的大一军训心得体会7篇，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。大一军训心得体会 篇1 军...*

大一军训心得体会合集六篇

有了一些收获以后，不妨将其写成一篇心得体会，让自己铭记于心，这样有利于培养我们思考的习惯。那么要如何写呢？下面是小编精心整理的大一军训心得体会7篇，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

大一军训心得体会 篇1

军训不仅培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有云:“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话的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有意志坚强的人敞开的。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里有说不出的酸甜苦辣。在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黝黑但这何尝不是一种快乐，一种更好的朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心。军训更可以增强我们的集体观念，让我们真正的放下任性和自私，让我们变得宽容和谦虚。

军训第一天，让我们体会到了复杂的情感-痛并快乐着。站不完的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥。痛苦在心里慢慢发芽，但当我坚持下来后受到表扬时，一切又都荡然无存。在人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在与坎坷同存。经历军训的磨练，会使我们慢慢坚强起来，给了我们勇气。在人生的路途中大步向前，教官虽然严厉，但也很关心我们，也会把自己的水分给我们。军训虽然很痛苦，但也无形中改掉了驼背的毛病，所以当我们觉得很苦很累的时候，当教官要求严格时候，我们应该振作起来，向着一连的目标，带着七排的荣耀，坚定的走下去。

军训并没有因为天气的变化而停止，它还是那么无情的渗透到我们的生活中，一双双熊猫眼都在无声地呐喊着：“我们好累！”

很多东西只有亲身经历了才会了解得更加透彻，一如军训，我对它有了一个全新的认识。尽管近日天气异常，但不减一丝我们的军训激情，不减一丝我们如钢铁一般的意志，军训的生活中，让我们都学到了很多很多。

在日益高涨的同学们的激情中，我们尽情挥洒自己的汗水，让此刻在军训中挥洒出来的汗水，浇灌日后成功的果实，军训不仅仅是一次军事与军旅生活的初体验，在我看来这更是对我们意志的一次磨练，不经历风雨怎么见彩虹，让我们军训的暴风雨中尽情的锻炼自我，好让我们在今后的生活中尽情的展翅飞翔，到达成功的彼岸。

相信军训过后，我们每个人都会拥有一个美好充实的大学生活！

朝阳如虹，凉风如水，呼号如雷，绿军装，迷彩服，我的军训才刚刚开始。

曾经我以为，这只是开始，不必太严肃。于是，悠悠踱步，当整齐有序的队列闯入视野，“迟到”二字成为必然，有一抹难堪悄然浮上心间。午间集合，再也不敢怠慢，特地早到，然而可爱的绿军装已然厅里，有一抹信服翕然浮上心间。

此刻我终于懂得，这就是开始！守时，并非只是挂在嘴边的宣传语，而应是深入骨髓的一种素质。

曾经我以为，这只是开始，不必太严肃。于是，小小偷懒，当可爱的绿军装转过他的目光，绷紧的弦立刻放松，夕阳下是我的残影，是那于碧波中荡漾的独舟，亦是那于寒风中飞舞的落叶，哪里有不羁的坚持？向右转，稚嫩的迷彩服汗水淋襟，目光如炬，我只知，那个姿势不曾变过，哪怕时间之久，哪怕身体之乏，哪里有轻易的放弃？

此刻我终于懂得，这就是开始！坚持，并非只是纸上谈兵，而应是身体力行的一种品格！

铮铮铁骨，声声如吼，他们，是一列可爱的绿军装，因为无悔奉献，方显军人本色！

烈烈风华，步步如钟，我们，是一群阳光的迷彩服，因为无悔自我，方显少年华姿！

打破无知的“我以为”，因为军训，我在走向成熟！

大一军训心得体会 篇2

军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的大一新生来说，无疑是一种挑战，一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们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。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

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，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我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。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。24日这天教官因为我们，被罚连续五次正面卧倒在水泥地上，整条手臂都肿了，还流血了。那一刻，几乎所有的同学都哭了。但是哭又什么用？我们总是在教官受罚之后跟他说对不起，为什么不一开始就做好自己呢?

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到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，我们无数次地重复着，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。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。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。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

大一军训心得体会 篇3

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的`工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。交院的明天会更加辉煌灿烂。

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，同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。

在这里，我们尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩；那倍受关注的拔河比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚……

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。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

大一军训心得体会 篇4

“困难像弹簧，你弱它就强，你强它就弱。”这是我大一军训后的感悟。

大一军训的这几天，虽然很累，但我的收获却非常大。最使我难忘的一天：那天太阳炙烤着大地，同学们被刺眼的太阳光照得睁不开眼睛。这就是我军训的第一天，又加上以前我从没吃过苦。这一天将会是我最难熬的一天。当练习站军姿时，曹教官叫我们坚持三分钟不能动。刚开始是我还没觉得什么，慢慢的脚麻了，不过我想：只不过是脚麻而已，坚持一下就过去了。后来，脚跟开始酸痛。我又想：哎呀!在坚持一小会儿，三分钟很快就会过去了。于是我用牙齿咬着舌头，以此减轻脚跟的酸痛。但不一会，我的手也开始麻了。此时此刻，手脚的痛，两面夹击，我几乎无法忍受，想打个报告，去休息。教官似乎开出我们的心思，鼓励我们说：“同学们，你们一定要坚持住，这三分钟说快不快，说慢不慢。只要有一颗挑战自己的心理，你一定能战胜眼前的困难。”听了教官的话，我心里不由自主地产生一种力量。而这种力量就让我听过了这难熬的三分钟。

经过这几天的培训，我懂得了认识不能向困难低头的，这反映了一个人能不能吃苦，经不经得起挫折。如果一个人吃不了苦，经不起挫折。那在人生的道路上你是很难前进的。从中我还懂得：人最大的敌人不是别人，而是自己。只要战胜自己，将会取得更大的成就。

小时候我就曾经犯下这样的错误：在5、6岁时，我看着别人有一辆辆崭新的自行车，我羡慕极了。后来爸爸帮我买了一辆自行车。

我开始练坐骑行车了，妈妈在后面那着后座，让我在前面踩。我小心翼翼地踩着自行车，不知什么时候，妈妈松开了手。我往后一看，我高兴的叫了起来，在高兴的同时，也有几分的担忧。我担心我会摔倒，我担心会撞倒人，我担心控制不了车头……万分的担心，使我更加的小心。过了几天，我开始学拐弯，还没过一会儿，我就摔倒了。我眼睛一眨，嘴一嘟，哇哇的哭了出来。爸爸妈妈扶起了我，从此我开始排斥自行车。后来爸爸细心的教育我：人要知难而进，不要知难而退。人生的道路是很漫长的。如果你连这样细小的波浪都翻不过，以后怎能翻得过更大的波浪呢?俗话说：‘吃的苦中苦，方为人上人嘛!’所以你要好好的学骑自行车。于是，我乖乖地听了爸爸妈妈的话，继续学骑自行车，最后终于学会了。

又经过这次军训，让我更加明白爸爸妈妈对我的期望。我们要学会向困难作斗争，只要你强，它就会被你打败，而你将会是至高无上的优胜者。

只有经过许多的艰难险阻，翻过一座一座的高山，才能看得到一个全新的世界和胜利的希望。“不经历风雨的洗刷，你怎能体验那成功的喜悦呢?”其实困难并不可怕，只要你有一颗用于挑战的心。不管是恐怖的黑夜，病魔的骚扰，可怕的怪兽……你都可以战胜。我们要勇往直前，勇于挑战困难。这次军训后，我在以后的学习中无论做什么事我相信我一定能最得更好。

“世上无难事，只怕有心人。”这句话将会伴我一生。

大一军训心得体会 篇5

学院为了加强学生干部的素质、能力，特意安排了一系列的学生暑干培训活动。其中包括开班仪式、基本规章制度的学习、团队管理、军训、军训口令等等。这一系列的学习，教会了我们许多实用的知识和技能，认识了许多的院、系的同学。为我们能更好的带好下一届新生起了很好的作用。下面我谈谈自己这段时间学习的体会。

开班仪式是学长学姐们对于我们这次暑干培训时需遵守的一些纪规章纪律及第二天的培训安排。还有培训班的班委选举，同学踊跃上台竞选和介绍自己。

在第一节课里，学姐为我们简单介绍了下我们学院的历史及院系设置，学生干部的基本素质能力、学生会基本概况等。学习团队是一个整体，是一种文化的概念， 所追求的是一种凝聚能力，团队可以有效地解决复杂的问题；团队可以激发人的创造力；团队可以互相学习、互相弥补不足；。因此，学习高效的团队精神，使我更加增强了责任感、深感责任比能力更重要；深感团结、协作更必要。

第二节课是陈润华教授给我们讲的《指挥员的基本素质》。对于我们的领导能力有了很大的提升。在课程结束之前，陈润华教授教我们做副官之时的注意事项，该如何带好新生军训。为我们如何带好新生军训做出了较规范性的回答。

除了理论培训外，我们还进行半军事化的管理。每天早上6。30起床晨训，8点军训到11点多，军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。为了更好的能带好下一届新生训练，同学们努力纠正自己的姿势，挥洒着汗水。

除了训练之外，学长学姐们还组织我们学军歌，跳交谊舞，举行篮球对抗赛与辩论赛等。让同学之间更加珍惜彼此的友情。

暑干培训即将结束，我很感谢学院给我们提供这样的学习与锻炼机会。也希望学院可以为我们创造更多的锻炼机会，可以让更多的同学参与到其中。为此，要以这次锻炼为起点，要以这次锻炼为动力，为我们交院的发展壮大做出自己应有的贡献。

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？同学们已是汗流浃背，看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

在我们的心中，军训是一件艰难的事。不过我相信，只要我们努力，不怕苦不怕累，这十天很快就会过去的。正如教官说的那样：流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队。只要我们发扬这种吃苦耐劳的精神，八天后我们就是另一种新面貌面对班主任。

挥挥衣袖，用微笑告别今天， 用崭新的面貌面对明天，向自己发出挑战，向八天后的自己预约一个奖赏，相信自己是最棒的！！

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

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。

大一军训心得体会 篇6

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，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

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。

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\_\_点，下午到\_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。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找