

2023年大学军训生活心得体会 大学军训心得感悟(汇总9篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

大学军训生活心得体会篇一

军训总算圆满结束了，如果说要用几个词来形容这次军训，我只能说：酸、甜、苦、辣味俱全。其实，军训付出的是汗水，但收获的却是吃苦耐劳的精神以及坚强的意志。

“嘘——”教官的哨声又响了，又要进行“魔鬼”式的训练了。烈日下，纹丝不动的我们如同一座座雕像。而我就如吃了尖椒般，浑身火辣辣的。我们要站半小时的军姿，可是站军姿的时间走得异常慢，才一分钟、两分钟，我的双腿就开始颤抖，汗不停地流着，我恨不得立刻把它擦掉。我多么渴望有一阵风向我们吹来。半小时里苦苦的煎熬后，最终盼到教官叫“踏步”的口令了。哎，这半小时真难过！过了一会儿，教官还要我们练齐步走，再练踢正步。

训练完，我洗完澡后，躺在床上，全身的肌肉酸软了，异常舒服。

离开了父母，离开了家这个避风的港湾，就注定了风吹雨打。再苦再累也要坚持下去，只要坚持下去就必须会取得胜利。俗话说得好：雨后的彩虹才是最美丽的。

一天晚上，教官教我们唱一首歌，《团结就是力量》。这首歌唱得真好团结就是力量。这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强。在军训过程中，如果缺乏了团队精神，效

果就会大打折扣。此刻的社会，竞争残酷。所以我们必须加强合作，取长补短，优势互补，齐心协力才能更容易取得成功。

睡觉时，我闭着眼睛，泪水顺着眼角流进嘴里，泪是甜的！我以往想过放弃，可是同学们都做不到，难道我就做不到吗？我想到学校里的那句话“我是x人，争为x添光彩”时，我就暗自下定决心我不能这么容易就放弃，我要向白杨树学习，学习它那不畏困难的精神。

真是度日如年啊，好不容易捱到了第七天，我们就把这七天的军训的成果表演给父母看。功夫不负有心人，我获得了“优秀学员”的称号，真兴奋。军训虽然苦，但苦中也带乐。

经过这次军训活动，不仅仅深化了我们的国防意识，也加强了我们的纪律约束，增强了团队精神。我们学到的是坚强、自尊、团结，丢掉的是懦弱、懒散、自私，锻炼了身体，学到了真正的本领。

大学军训生活心得体会篇二

跨进大学的大门，首先让我想到的是很多快乐的场所。如很多活动。很多集会。以及自由无来的生活。但是一场军训改变了我最初的想法，穿上了军装，让我有了紧迫感，同时也让我感觉到，现在的自己还不符合这身军装，因为有多多的东西，需要我在这身军装下改变。

就因为穿上了这身军装，有太多事我们不能去做，也有太多事需要我们去做的，穿上了这身军装我们的站。坐。行都会有一定的标准。不能任由己意，因为穿上了军装。你就进了集体。一个有严格规章制度，神圣不可侵犯的集体，你的一举一动会影响到集体的荣辱，我们不能穿上了军装，不要，玷污身上的绿色。

有的人可能认为严就严吧。反正就半个月。过去就算了。其实并不是这样的。从我们穿了军服。接受军训那一天。我已经是主国的预备军人了。国家时刻都有需要我们的可能。所以军训会结束。但我们身上的使命不会因此而被卸下。这才是军训的意义，苦对于我们来水，苦是苦了点，累是累了些，但我饿有很想到，我们这知识单纯的训练，我们付出的知识些汗水，而真正穿军装的军人呢？解放战争的枪眼谁是堵。九八年的洪水谁去挡，人民最危急的时候军人，他们付出的可能是宝贵的生命呀！

所以苦在累我们也要坚持军训，让我们的意志更坚定，体格更强健，这样我们才有更充足的资本去应付以后生活给我们各种考验，因为生活中也有很多规则需要我们遵守，而且生活是强者才能主宰的。你有梦想吗？你想变得更强吗？那么从这身军装开始做起吧！

迈着矫健的步伐，排着整齐的方队，我们学前教育学院的同学昂首挺胸，步入营地。嘹亮的口号回荡在英才之巅，震撼霄云；教官威严的面孔刻画在心头之石，庄重而美丽。啊！那片营地，你就是一个炼金炉，而我们就是尚待被炼成的金子，太阳似炉炭，而尊敬的教官就是点燃炉碳的守护神，为我们铸造百炼不变之躯。

我们是渡航者，漂泊在海洋中，经受海水拍击；我们是采集人，采集军训中的快乐和邮商；我们是求知狂，迷恋知识宝库中的点点滴滴。展翅飞翔吧！骄阳之下，有你飒爽的英姿，有你坚强的毅力，练就军人的神气，练出人性之刚强！

坚持到底！

大学军训生活心得体会篇三

长达三个多月的暑假生活终于敲响了尾声，这就意味着我们将要踏上大学的'门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己

就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊！”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，可是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要我们保持同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，可是，就算不喜欢还是必须要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐

怖的，习惯了就好。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的！”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗语都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”。因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢？当然不是啦！我们每天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦！在休息时，教官们会让我们坐在一起，教我们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪我们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，我们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

也许对于真正的训练来说，我们的军训是微不足道的，但这十天我们的收获也是不少的。十天，让我知道集体的感念，知道团结的重要性。当然，今后，我们也要记得要有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累！

军训已经结束了，但我们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前！

大学军训生活心得体会篇四

大学军训时光弹指即逝，然而酸甜苦辣尽在这短期考验之中。炙热晃眼的太阳肆意的释放着能量，严酷的军训却容不得半点松懈。但在这般“无情的考验”中，我们依然坚持，依然不屈，正因这是一个大学生必须所接受的磨练，正因这是步入大学前体质和精神的双重考验。

烈日当头，豆大的汗珠一颗又一颗划过脸颊，衣服湿透一遍又一遍。起初，同学们都苦苦哀求雨天的降临，当天空稍稍“作美”之时，便是同学们欢呼雀跃之时。可军姿，齐步，正步的练习是军训的必修课，由于军纪严明，没有规矩，不成方圆。任它脚板疼痛，依然用力踏地；任它喉咙嘶哑，依然高喊口号；同学们将苦累化作甜美，从“一二”“一二”的口号中迸发出青春的活力和军人的气魄。

当然辛苦的不仅仅是我们，教官也同样站在烈日之下，为我们一个个动作进行纠正，为我们激励着。训练时，他冷酷、严肃；休息时，他蓝色冰点般的神情与话语瞬间融化，微笑百般温暖灿烂。我想，这正是一位教官的可爱之处，一名军人的魅力所在。时而辅导员走向队伍，将手放在额前挡住刺眼的阳光，深切地说道：“我知道你们很辛苦，很累，但再坚持不了几天，你们就结束了，同学们再忍耐一下，好好训练，争取拿个优秀方队回来！”这番话又如一缕清风带给我们感动与鼓舞，给我们心灵以慰藉。那些挥洒的汗水，同样见证着我们的成长！

曾经我也以为大学军训就是学校开展的无聊游戏，现在，我发现自己错了，它不仅仅改变了我们的生活态度，同样增强了我们的集体理念。没有整齐的步伐，何来恢宏的气势；没有一致的口号，何来强大的力量。一枝独秀总没有万木成林那般壮观，众人拾柴火焰高，团结才是力量。

大浪淘沙，方显真金本色；暴雨冲过，更显青松巍峨。步伐

要统一，高度要一致，声音要整齐。严格的要求使我们不得不集中全部注意于训练。每当看到自己的队伍整齐划一的那一刻，自己也为这力量与气势感到无比震撼。那正是炎黄子孙不屈脊梁的身体，龙的传人无穷毅力所创造的奇迹。苏轼有言曰：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”军训，是风雨的洗礼，铁的淬炼。只有经得起磨练，奋力向前，不屈不挠，永不言弃，披荆斩棘，踏平坎坷，才能绽放青春的活力，展现生命之气，收获成功的喜悦。

大学的第一课，让我们真正地迈出了大学生涯的第一步！

大学军训生活心得体会篇五

巾帼四连，绿装红颜，钢筋铁骨，风雨无阻。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”在这次军训中，我深刻地领会到了这句名言的含义。虽然咱们是女生方队，但是立正、稍息、踏步……这些基本动作我们和男生方队一样每天反复练习着，教官对动作的准确性要求非常高，对同学们也寄予很高的期望，因此对我们很严格，但是我们并没有怨言。因为我们知道，其实教官们的高标准严要求，也是对我们负责。

在这两周的军训时间里，我们在校园中留下了许多难忘的印记。校园的马路上有我们认真训练的身影，图书馆旁有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号，更有我们和教官嘹亮的军歌。

军训即将结束，它留给了我许多美好的回忆，也让我学到了一分耕耘，一分收获。特别是在面对艰苦环境时，我们应该坚强勇敢地面对，绝不退缩，为自己的未来努力坚持，努力奋斗！

大学军训生活心得体会篇六

一直以来，我对“军训”二字都是心满畏惧的。对大学的“军训”，更是厌恶至极了，在军训之前，人人都说大学的军训是个地狱式的训练，很辛苦，很痛苦！而教官，对于我来说，是恐怖的！但在大学维持12天的军训告诉我，事实并非如此！

从小学到高中，我没进行过一次正正式式的军训，即使有军训过，也是站站军姿，蹲下，做做俯卧撑之类的，所以对“军训”二字认识不深入。但当我上大学第一次领取迷彩服，到穿上它，觉得神圣且压力甚大！

第二天军训，军姿，教官有好几次都帮我调整姿势，当时我再想，天呀，虽然身体不舒服，但我连站个军姿都站不好，有没有搞错！

由于我们站军姿站不好，身体总是往后倒，教官就想出一个办法，那就是要我们站在马路牙上站军姿，第一次站时，站没多久腿就抖啊抖啊，看到一个伙伴请假休息，我顿时也想请假休息，可是教官对我们说“已经有个人倒下啦，我不希望出现第二个人”，我就下定了决心，死就死吧，撑就撑到底吧，相信我可以的。当教官叫我们去休息时，我的腿都麻啦，左脚脚筋抽着抽着的，疼死我啦！该放弃吗？该请假吗？不！这是我心中所想的！

当我正抱怨过中秋节还要军训之际，我的朋友对我说“中秋节快乐”，家人也打电话过来，问我军训辛苦不？过得好不？收到他们的信息，顿时觉得，在异地过中秋也不孤单，中秋军训也不辛苦！

在军训之前，我给“教官”的定义是，凶的，扑克脸的，粗鲁的。可我，错了！

我们的教官脸上有两个深深的酒窝。刚开始军训，教官会给我们找个凉快的地方训练，尽量让我们少晒太阳。他会叫我们多喝水，蛙跳蹲下完后，晚上互相拍拍腿，然后早点睡觉！

当军训到一半时，排里要选方块，我和我的一个朋友被选中，但我们都不想去，于是，教官就跟我们没去的和没被选中的人说，我们应该学会推销自己，抓住任何的机会来证明自己，人应学会自荐！教官也教育我们要待人有礼貌，曾几次我们没向师兄师姐或老师问好，教官就罚我们，让我们记得要有礼貌。

当然，在我们休息期间，教官也会跟我们聊聊天，开开玩笑，当我们见到教官脸红时，我们会笑他，他也会笑笑；当我们说他是高富帅时，他会回答我们哪里高？哪里帅？我是个穷小子；当我们知道他快要走时，我们都会舍不得他，对他说明年去他的老家找他。

教官，其实真的不是扑克脸，不是粗鲁的，不是恐怖的。真的不是！

难道人生的每一次变化，答案都一样吗？初中如此，高中如此，大学如此吗？天的新生活感受真的很多，但也可以说十分的简单。

第一天的报到，体检是盲目的，后面那几天的军训是劳累的。军训是必不可少的，那也许是人生中最后一次军训，但在这样的烈日下真的没有必要，我们要锻炼的只是精神面貌，走出个大学生模样。但是在这样的天气下，只会让脑子里时刻想着休息，少了那军训应有的也是最重要的意义。

提起那酸痛的手，握紧生硬的笔，含着泪，写着体会。眼皮已经千斤重，床是最好的港湾。

母亲的一声声的问候已经是世界上最好美的天籁，父亲的一

句句指导把眼中的泪水不由自主的催化出来，同学、舍友的支持是必须继续的理由。

大学军训生活心得体会篇七

高悬于穹顶的红日炙烤着大地的寸缕，也淬炼着我们军训人在困难面前咬牙坚持的意志力。

气候的炎热、阳光的暴虐，使汗滴点点汇聚终究成一簇顺脸颊蜿蜒而下，它滑过皮肤未添清润，只余丝丝痒意，久久如恶魔在耳畔低语般挥之不去。那一刻，只消一声报告、一次潇洒的挥手，便可拂去这缠人的感觉，可有那么一个声音，来自心底而不是耳边、源于心中而未被强引脑里——要坚持，直到真的挺不下去为止。

我们在军训每一次挺起的腰背、每一声撕心裂肺的呐喊、每一遍不遗余力的动作完成、每一句对自己或无言或朗语的鼓励语句，不仅仅是对队列整齐作出的贡献，更重要的是对立于风雨操场的那个刚刚步入大学校门、意气风发的自己的无价馈赠。

在某种意义上来讲，军训是乏味枯燥、累身累心的，在操场上接受暴晒、汗流浹背，怎么抵得上于空调屋内惬意自如？可就是这种令我们有些接受不了的生活方式，有那么一大群人过往或现在把它当作常态。严寒酷暑是他们天然的“空调”，冰川雪水是他们最可口的“饮料”，他们所处的环境可能是我们想象不到的艰辛，但他们心中的顽强意志与爱国雄心于我们而言亦是必须。

当身体开始不受控制的颤抖，四肢酸痛得难以活动时，我以此勉励自己，也希望可以触动每一个敢于坚持到底的你。

大学军训生活心得体会篇八

似乎从五月份起便感觉到的和着聒噪蝉鸣，闷不透风的空气；还有六月份起爱美的’男男女女开始紧锣密鼓地准备各种防晒修复用品；再到六月末辅导员、班长、导生们接收的各种通知文件——都是为了这出名为《军训》的12天大型纪录片上映作铺垫的。然而，这些细枝末节，并不是军训留给我最深刻的初印象。下面的关键词，才是构成《军训》预告片的核心元素。

关键词1:关爱。一个月以来，无论是部门里的师兄师姐还是导生，都给予我们在军训准备时的各种贴心提示。从鞋垫、护肤用品、饮食等等方面提出的“攻略”，尽管好像微不足道，却凝聚了他们把我们作为亲弟妹般看待的关爱。这种亦师亦友的关系，才构成了我们这批“即将逝去的小鲜肉”大学生活最美的一笔。

关键词2:内务。今年，外院的内务整理需求似乎来得较晚，也来得“图样图森破”。虽然被广大学子吐槽着这么严格的内务整理要求，但整理完后，看着住了一年的环境呈现出一种前所未有的干净整洁宽敞，我们还是被自己动手清洁能力“惊艳”了一番。军训的好处之一，或许就在于它的这种极简性和纪律性。没有电脑，没有wifi的日子，我可以更好地享受阅读，绘画，撰文的宁静。然而，内务整理后最大的问题，就是伴随着人口及其惊人的废物制造能力产生的垃圾。堆在楼梯口的垃圾清了又满，尽管有人在垃圾桶旁边的墙上贴了让大家体恤清洁工人的话语，垃圾仍堆积如山。那些清洁工人，多是上了50岁年纪，已经两鬓斑白，被岁月重负压得腰背佝偻的人，他们为我们做着最苦的工作，却领着最微薄的收入，在社会底层艰难维生。如果，我们可以在整理时多做一步，稍微把垃圾分类；也多走几步，把垃圾拿到楼下，是否就能减轻一下他们的负担？以心换心，真心不希望我们的军训给他们带来困扰。

关键词3：忙碌中的期待。从学校总指挥、学院、辅导员再到班长等各种班干，这半个月来的推送，军训筹备工作让我感到紧张和略疲惫。然而，看着大家按要求整理宿舍，各班干互相协调统筹工作、同学的配合，我还是有点慰藉的。据说，军训时提升班级凝聚力的一个契机，我不知道是真是假；但是，在我们导生忙碌、班主任不在的情况下，班级已能在班干带领下做到如斯，我觉得，或许再累也是值得。当班长一年了，我清楚认识到自己所在的集体，尽管不差，也算拔尖；我们有办事能力很强的精英班干，却没能很好地发掘同学们的勇气、信心与凝聚力。在很多方面，我们班偏向内敛沉静。如果，这是一个可掌握的契机，我衷心许愿，望154能一起努力，扛过军训的苦和累，顶过军训的风雨和艳阳，最后脱胎换骨，如凤凰涅槃，变得更团结，更强大。

军训，你好；愿我们炽诚，愿你给我们的大学，留下苦乐交织却也最浓重的一抹色彩。

军训是人生必须经历的一次次磨砺，无论是在小学、初中、高中还是大学，都必须去体验这一有苦亦有乐的乐趣。回想到一年前的今天，才填报完志愿，没想到今天就已经过完了大一了，在这不得不感叹时间如流水，转瞬即逝。

我特别喜欢这一句话：“做自己从未做过的事情是一种成长。”是啊，军训就是一个非常不错的机会让你去成长、去超越，甚至是蜕变。懒是人之本性，没有人会不愿意在六月酷热下叹空调，吃西瓜。但是，如果在人生道路上，你缺乏耐心与自信心，能得到成功人生吗？显然不能。

正如季老师所说：“没有军训的大学时光是不完整的，经历了军训才有资格成为师兄师姐。”哈哈，对呀，未来十二天，让我们一起与太阳肩并肩！共同创造属于我们的独家记忆。

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！

在我的初中和高中，我都参加过军训，那时年少的我脑海里对军训的印象就是从原本白皙的自己变成像黑炭一样黑；每天就是在太阳下暴晒流汗，重复着枯燥的任务；还有就是教官的任何命令我们都必须无条件服从……我也即将迎来人生中最后一次军训，真的很担心自己会像从前一样被晒伤，而且军训的时间也比过去常，真的不知道如何熬过这一段时间。

但是，该来的我始终没有办法逃避。6月30日的军训动员大会

却让我对军训的印象有了很大的改变，反而让我有点小期待了。

季老师和我们分享了她过去的军训经历，让我明白军训能锻炼我们的意志力，也可以提高班级的凝聚力。是的，没有经历过磨炼又如何能发现自己比想象中的坚强呢。在军训的过程中同学们的互相鼓励、导生姐姐们的悉心关爱、老师们的问候都可以暖彻我们的心。成长能带给我们最珍贵的礼物就是学会用乐观的态度去面对眼前的事物，现在的我也珍惜每个时期自己会看见的风景，而不是去抱怨自己遇见的困难。

于是，我对军训的印象就转变成是大学历练的一个重要过程，没有这十二天的过程我们如何能成为合格的“老腊肉”呢？同学们一起坐着整齐划一的动作，一起喊着响亮的口号，一起唱军歌，一起变得更加坚毅……这就是军训带给我们的不一样的回忆。

不管这几天的天气如何，不管眼前的阻碍有多大，我也会笑着去面对，展现出自己最好的精神风貌！

大学军训生活心得体会篇九

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_天的军训，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_天军训，教会我们的恐怕不只是那立正稍息的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

记得_天前，我们刚着军装，一个个都还是新兵。但我们一个个都以饱满的热情接受着太阳的洗礼。烈日下，汗水流出坚强的河！记得几天前，姚教官一个个帮我们纠正军姿；一遍遍帮我们重复口号；一排排帮我们训练齐步跑。让我们明白什么

是真正的军人!

_天军训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。

_天军训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?那汇报表演上，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_颗紧紧相连的心。团结的动力使我们胜利的那一刻，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。

短短的天军训结束了，这天让我收获了很多，让我明白了什么是友情，什么是努力，什么是坚强，什么是团结。更让我懂得了这几天的汗水没白流!