

七天军训心得体会(优秀13篇)

教学反思可以提高教师的自我认知和专业水平，使其成为一个更加高效和有影响力的教育者。工作心得的总结是一个不断积累和完善的过程，每一份心得都值得我们认真思考和借鉴。

七天军训心得体会篇一

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的味道。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。假如没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平常休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤沉着之美，坚决之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。假如青春是精品，那么军姿就是漂亮。

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难十万倍。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，把我们的局部生活推到了极限，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。军装最漂亮，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。

七天军训心得体会篇二

今天是军训第六天了，也有可能是我们七年级军训的最后一天了，因为我们教导主任说明天我们要会操会操就是学校的领导和教官的教官检查我们这6天的军训效果，假如我们做的好的话可以早放假哦。

今天开始军训时天气阴沉沉的，但还不是要下雨，很适合我们的军训，所以就在开始的时候就让我们多站了一会军姿，但是我们已经适应了军训生活，所以没有晕倒的或呕吐的，教导主任在播送里充分的夸奖了我们，说我们意志力很强。所以我们都认真，但是有个别班的个别同学不自觉，说话，结果被我们教官罚练姿势。好玩极了，教官让他们做俯卧撑的姿势，但不要趴下，一直维持这个姿势，可是逗死我们了，教官还不许我们笑，可他自己却跑到一边笑，样子也很搞笑哦。

今天上午的训练我们班很轻松，为什么呢?因为我们教官说明天的会操对我们来说最有难度的是原地踏步，所以就练我们足步的团结性，他自己说一遍“121”然后我们自己在心里默念“121”，并一边原地踏步。我们班总是很整齐，所以我们就总休息，而他们别的`班却总有几个冒泡的（教官对不协调的同学的叫法）所以我们就给他们做示范，示范完了就休息，所以上午的训练在精力很充足的精神中结束了。

总之，通过这几天的军训生活，我觉得自己的意志力强了，不再有依靠感，我现在认为军训并不是很可怕，只要你认真

去做，就一定不会白费功夫，等到军训结束时自己就会有感触。

军训是每个人升入初中的第一课，你要是做好了，说明你自己已经学好了第一课，盼望我能永久保持这种吃苦耐劳的精神！

七天军训心得体会篇三

稍息！立正——瞧，我们都当上兵了。在万物茂盛的夏季，南昌市绿野军体培训中心变得热闹起来，我们——南昌市外国语学校的新生，即将开始4天的军训生活。我们身着一身亮丽的迷彩装，整齐的站在的操场上，如同五线谱上舞动的旋律。

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

烈日下的军训磨练着我们的意志，锻炼着我们的体力。立正、稍息、齐步走。最简单的姿势，最基础的要求。但要把它们做到最好却要付出汗水伴随坚韧的意志。军训告诉我们学习生活中也应本着军训精神能吃苦能坚持方能拥抱明天！

军训是很辛苦的，也是千篇一律的。教官把基本动作交完后，每天练的就都是一样的内容。站军姿，整理着装，齐步走，齐步跑，踢正步，列方队。所有内容和高中军训时无疑，要真说一点区别，那就是大学里的军训比高中管得松。

军训时大家觉得苦，除了每天高强度的训练之外，还要一个重要的原因就是炎热的天气。不过像这过去的六天里，老天还算眷顾我们。每个早晨基本都是无风的阴天，上午或下午时不时地下雨，打打雷。每当这时候，我们都异常开心，在光明正大地躲雨的同时还贪心地祈祷雷雨天气再持久点。

我们的教官此时只是看着我们无奈地笑。

一切行动听指挥，铁的纪律，钢的意志，辛勤的付出，让我懂得了军训的意义，生活的意义，军训感想记在了我的心里。

七天军训心得体会篇四

放置好行李后，我们便被召集到主席台前进行开训典礼。在烈日下，严厉的教官要求我们拔出军姿——挺胸抬头。这是给初来乍到的我们一个下马威吧！好几个同学由于抵挡不住烈日的考验而晕了过去。于是，刚下车时的美好印象遭到了彻底的改变。美丽的环境与艰苦的训练形成了鲜明的对比。

随后的几天，比我想象的还要艰难。每天同样的哨声、同样的军训动作，就这样不知疲惫地重复着。

在训练场上，教官要求我们拿出士气，要用脚跺响地面。于是，在训练的时候，地面的浮土就被带到了空中，漫天飞扬的尘土刚开始时就呛得我们不住地咳嗽，但后来，我们学会了忍耐，因为我们知道队列纪律的重要性。在宿舍，疲惫的我们还要整理好内务，被子叠得要像豆腐块一样棱角分明。脸盆、毛巾、拖鞋都要按规定摆放到位。

鸟巢中的小雏鸟，需要妈妈的照顾，但飞出鸟巢的我们都已慢慢习惯，因为我们知道“一屋不扫何以扫天下？”在团队训练时，尽管教官一遍一遍地耐心指导，还是会有人由于动作不到位，而牵连我们全体受罚，但没有人会因此而抱怨，因为我们是一个集体，无论荣辱，大家都应该一起承担。

五天来，我们学会了唱军歌。嘹亮的军歌声，使我们明白在这个世界上除了流行歌，还有那样一种使人精神振奋的旋律。我们学会了真挚的感动，学会了队列动作，也学会了更多我们以往不具备的优秀品德。

五天的军训生活在我们挥洒的汗水中结束了，当我再次背起行装走出军训基地时，我还真有些舍不得这块留下我们汗水与微笑的土地，舍不得曾朝夕相处又严格要求我们的教官。

我们不再是未经世事的小雏鸟，我们从付出中学会了珍惜，从得到中学会了给予，这就是军训的威力或是魅力吧！

我将会带着这段美好的回忆，勇敢地接受人生中的每一个挑战。

七天军训心得体会篇五

“寒风飘飘落叶，军队是一朵绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈妈……”嘹亮的军歌声随着早晨的第一缕朝阳回荡在早早集合的队伍中，拂去了我们对家中生活的些许思念，五味陈杂而又多姿多彩的军训生活亦早已拉开了序幕。

炼

军人百炼而成刚，参加军训如同军人般刻苦的我们付出的不止是汗水，得到的不止是对训练科目的掌握。站军姿的每一分每一秒对我们来说似乎都是一场难熬的战争，然而这个日复一日的科目让我们不断向自己毅力的极限去挑战，一步一步加强自己的意志，更渐渐让我们将这份坚持的信念融会贯通于未来的学习、生活、事业等各项中去，深深烙印成我们人生中最难忘的一刻。

励

“你不是一个人在战斗”这句曾经的网络热词用在这次的军训上是再好不过的体现。每一日作为成果体现与总结的军训会操都是令人瞩目的焦点，被抽中的班级教官带着班中的一队走入众人眼前，每一队的会操表演既有不足亦有闪耀，而四连的连长也总是不留情地戳出缺点，也不吝啬亮出优点，无

论褒贬都是一种对我们的鼓励，我们踏下每一步的背后都凝聚着教官、同学、连长共同的努力与期盼。一分耕耘，一分收获，让每一滴汗水都挥洒成鼓励我们前进的原动力吧！

融

军营的生活绝不只限于一场又一场的训练，我们与教官间亲密激情的互动绝是另一种风采。训练时教官严格按照规章制度，为我们提供一个良好的军训环境；拉歌时，即使咱们的金教官嗓子已哑，也倾尽全力放声带动我们学歌的热情，训练后更是为大家买润喉糖，让人不由心头一暖；午间被太阳怒晒几近四十多度的篮球场上，是教官在不断鼓励着我们坚持，那句“看见教官我都不希望下雨”是我们向其最好的呼应。

“天行健，君子将自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”在这军训路上我们必将发扬军训精神直至日后生活的每一天，向着阳光挥洒的大道不断前进！

“寒风飘飘落叶，军队是一朵绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈妈…”嘹亮的军歌声随着早晨的第一缕朝阳回荡在早早集合的队伍中，拂去了我们对家中生活的些许思念，五味陈杂而又多姿多彩的军训生活亦早已拉开了序幕。

炼

军人百炼而成刚，参加军训如同军人般刻苦的我们付出的不止是汗水，得到的不止是对训练科目的掌握。站军姿的每一分每一秒对我们来说似乎都是一场难熬的战争，然而这个日复一日的科目让我们不断向自己毅力的极限去挑战，一步一步加强自己的意志，更渐渐让我们将这份坚持的信念融会贯通于未来的学习、生活、事业等各项中去，深深烙印成我们人生中最难忘的一刻。

励

“你不是一个人在战斗”这句曾经的网络热词用在这次的军训上是再好不过的体现。每一日作为成果体现与总结的军训会操都是令人瞩目的焦点，被抽中的班级教官带着班中的一队走入众人眼前，每一队的会操表演既有不足亦有闪耀，而四连的连长也总是不留情地戳出缺点，也不吝啬亮出优点，无论褒贬都是一种对我们的鼓励，我们踏下每一步的背后都凝聚着教官、同学、连长共同的努力与期盼。一分耕耘，一分收获，让每一滴汗水都挥洒成鼓励我们前进的原动力吧！

融

军营的生活绝不只限于一场又一场的训练，我们与教官间亲密激情的互动绝是另一种风采。训练时教官严格按照规章制度，为我们提供一个良好的军训环境；拉歌时，即使咱们的金教官嗓子已哑，也倾尽全力放声带动我们学歌的热情，训练后更是为大家买润喉糖，让人不由心头一暖；午间被太阳怒晒几近四十多度的篮球场上，是教官在不断鼓励着我们坚持，那句“看见教官我都不希望下雨”是我们向其最好的呼应。

“天行健，君子将自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”在这军训路上我们必将发扬军训精神直至日后生活的每一天，向着阳光挥洒的大道不断前进！

“寒风飘飘落叶，军队是一朵绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈妈……”嘹亮的军歌声随着早晨的第一缕朝阳回荡在早早集合的队伍中，拂去了我们对家中生活的些许思念，五味陈杂而又多姿多彩的军训生活亦早已拉开了序幕。

炼

军人百炼而成刚，参加军训如同军人般刻苦的我们付出的不止是汗水，得到的不止是对训练科目的掌握。站军姿的每一分每一秒对我们来说似乎都是一场难熬的战争，然而这个日复一日的科目让我们不断向自己毅力的极限去挑战，一步一

步加强自己的意志，更渐渐让我们将这份坚持的信念融会贯通于未来的学习、生活、事业等各项中去，深深烙印成我们人生中最难忘的一刻。

励

“你不是一个人在战斗”这句曾经的网络热词用在这次的军训上是再好不过的体现。每一日作为成果体现与总结的军训会操都是令人瞩目的焦点，被抽中的班级教官带着班中的一队走入众人眼前，每一队的会操表演既有不足亦有闪耀，而四连的连长也总是不留情地戳出缺点，也不吝啬亮出优点，无论褒贬都是一种对我们的鼓励，我们踏下每一步的背后都凝聚着教官、同学、连长共同的努力与期盼。一分耕耘，一分收获，让每一滴汗水都挥洒成鼓励我们前进的原动力吧！

融

军营的生活绝不只限于一场又一场的训练，我们与教官间亲密激情的互动绝是另一种风采。训练时教官严格按照规章制度，为我们提供一个良好的军训环境；拉歌时，即使咱们的金教官嗓子已哑，也倾尽全力放声带动我们学歌的热情，训练后更是为大家买润喉糖，让人不由心头一暖；午间被太阳怒晒几近四十多度的篮球场上，是教官在不断鼓励着我们坚持，那句“看见教官我都不希望下雨”是我们向其最好的呼应。

“天行健，君子将自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”在这军训路上我们必将发扬军训精神直至日后生活的每一天，向着阳光挥洒的大道不断前进！

七天军训心得体会篇六

军训其真正的含义就是体味军人生活，军训的目的是增强国防意识与集体主义观念，深刻领悟“立德、立学、立行”的真正含义；培养团队互助的作用，增强集体凝聚力与战斗力。

通过军训，我们懂得学海无涯苦作舟的人生哲学，挫折和考验，能以平常心对待，勇于拼搏挑战，超越自我。7天的点点滴滴，历历在目。我更明白不经历风雨，怎能见彩虹。这几天的军训，最难的莫过于站军姿，抬头、挺胸、目视前方，收腹、脚站直、腿绷直、重心前倾。不过我们坚持不放弃。

毅力是成功的重要条件，没有毅力，成功只能是虚幻。人的一生中，会遇不同的挫折，这是一生的岁月中所不可避免的，面对这些挫折，只有迎难而上，就像的音乐家贝多芬，他从小就双耳失聪，但他最终还是完成了他的梦想，他凭借着那股毅力劲儿，努力攀登到达人生的巅峰，创作出《命运交响曲》获得他人的赞许；还有那小提琴王子帕尔曼，获得这样的称号，可见他的能力非凡。虽然他从小双脚瘫痪，但他并没有像许多同命人一样，在福利院度完此生，而是走上了耀眼的舞台，实现自己的理想。那么他们这种成就，依靠的是毅力这种可贵精神，毅力是攀登智慧的手杖，是漂越苦海的舟楫！

坚持同样是不可或缺的因素。坚持不等同于毅力，坚持是种品质，需要我们去培养，为期14天的军训，已过一半，我们学会了很多学会了坚持下来，坚持下来很不容易，鲁迅先生非常赞赏虽然是最后一个，但仍能坚持跑到终点的人，这样的人在过程中是最不引人注目的，但却最能鼓舞那些退缩的人。每个人都有惰性，而且每天都处在惰性包围之中。惰性像稻草一样，一根根的向我们压来，一开始你感觉不到它的重力，但日积月累，终于有一天，只添上最后一根举足轻重的稻草，你就会坚持不住了，终于被它压趴下。在那些惰性稻草压迫我们的过程中，人是不知不觉地坚持下来，这是一种心灵上的抗争，都知道，一鸣惊人的人，肯定是默默无闻相当长的时期，像苗发芽生长，最后长成大树，惊羡他人。豁然开朗的境界，必然经过一段昏长狭窄的路程，像古诗词里的“山重水复疑无路，柳暗花明又村。这之间最重要的是坚持。所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”也正是这个意思。

军训告诉我们要坚持不懈和毅力坚定。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂。军训这个机会可遇而不可求，我们更应该珍惜！

七天军训心得体会篇七

我不曾想过我的生命当中会出现这样的一些人，他们可爱，可敬。他们英姿飒爽，赤胆忠心，威风凛凛。他们付出了常人不知道的辛苦，跨过了无数个要保卫国家必须经过的坎。他们的名字叫：军人。

高一开学后有为期一周的军训生活，有些满怀期待，有些小扭捏，有些小抱怨。然而后来这些都变成了干净利索的军姿。军官的命令就是一切，向右你不能向左，蹲下你不能起立。来回的走，反复的练，不断的加重你肩上的担子，不停的操练你会发现你的一言一行变得更加得体规矩了。

我们有两个教官，一个叫姓张，我们叫他叫张教官。到现在为止，他的兵龄将近7年。在我们相处的一个星期里，我们知道了他是四川人，被发配到这里。刚开始当兵的时候，他非常吃不消，一整天除了睡觉就是想回家，训练也想，吃饭也想。但是他咬咬牙坚持下来了。试问，身为一个男人，是有多苦的生活才会令他如此产生如此强烈的想回家的念头？同时，他是一名消防兵，深知自己身上的责任有多么重，对于国家来说是有多么重要。所以他选择了前进而不是退缩。离开父母要学会一个在异乡的独立，要习惯在部队的摸爬滚打。终于，他成为了一名优秀的消防员，在汶川大地震的时候他是去了。没有任何的回报，也没有任何的施加在他身上让他必须去，可见他是完全的听从了自己内心的想法。

他说：“当我带着第一个活人了离开废墟的时候我能感觉我是一名真正的军人”。当他说这句话的时候我感受到了他的自豪，我看到了他眼神中的坚定。那是一个只有军人身上才能散发出的光。

我们还有一个刘教官，他有高高的鼻梁，圆圆的眼睛，薄薄的嘴唇。当他稍息立正侧向我们的时候，他的轮廓在阳光下显得格外耀眼，仿佛被切割过的钻石般，有明显的轮廓。平时的相处里，他有些内敛，比起严肃的军人，他的内心更像一个害羞的大男孩，除了训练时的口令以外他几乎不说话。他只懂得用不厌其烦的指导来规范我们的动作，只希望我们可以做得更好，我们在他看来只是一群孩子，一群还没有成年的孩子。但是他在我们看来就是一个哥哥，一遍一遍的口令，一遍一遍的示范，甚至是举手同足的辛苦，他都只是在我们的埋怨中笑笑不说话。直到有一次我们玩游戏的时候，一大帮人好不热闹的在玩得热火朝天，只有他在远远的树下站着，我悄悄的出队，跑到他身边想邀请他参加，他却说了一句话：“我只读过小学，你们的这些游戏我不会玩，你快去参加吧他们都在等你呢。”

这句话从他嘴里说出来，云淡风轻的好似不是他一样，可是说者无心听者有意，心酸了好一阵的我知道是军队的生活让他学会了坚强和学会了忍受孤独，尽管我还是想要他融入我们，让他知道他也是我们的一份子，可在最后我选择了尊重他，和他一起在树底分享我的校园生活。他说，他向往大学，向往和我们一样的学习生活，但是一想到国家需要他们这些人，所以他选择了国家。他说，个人是小，国家是大，不能因为一己私欲而放下了匹夫的责任。他说，他希望我好好学习，成为能为国家出一份力的好孩子。

他们的眼睛散发着的的光里包含了很多，军人的铮铮铁骨，军人想家的无奈，军人保卫国家的决心，还有军人心里的中国。在阅兵典礼上我们看到的整齐有力的军人们步伐，我们只是羡慕，你不曾知道他们将近一年多的训练都是用十字铁架来不断训练的昂首挺胸，你不曾知道他们的脚底的洞是因为不停的走，三天就可以踏烂一双鞋，在阅兵村，忙碌修鞋队是一道亮丽的风景。你也不曾知道不管骄阳还是暴雨，他们都在不停的训练。这就是军人，保卫国家为国争光！国家哪里有难哪里就有他们，他们的付出是物质衡量不到的。

七天军训心得体会篇八

“剑桥，起床了”“剑桥，嗓子还好吧”“剑桥.”
面对同学们的问候与关怀，我感到十分感动。

七天来，我们从就像蜗牛伸出触角试探外面的世界一样小心的接触、了解着对方，到熟悉亲近对方，像多年熟识的朋友，友谊就这样无声无息的交织在我们之间，把我们联结为一个整体，一个集体，一个大家庭。同学们不再拘束，我们会一同聊自己喜欢的兴趣爱好，把自己的快乐分享给大家，在困难时自然的请求别人帮忙，在互帮互助中成长，孕育友谊。

“军训联欢晚会，到此结束！”放下手中的稿子，面对大家的笑脸，我偷偷给自己点了个赞，曾经幻想过的冷场、错词等错误并没有发生，虽然场面曾一度因为观众过于兴奋而失控（这也是为什么其他三位主持觉得没发挥好的原因），但我认为，能站在这个舞台上，已是莫大的荣幸，这表明着我的成长。

七天军训心得体会篇九

立正，正的是人生道德的标杆。

稍息，息的是坎坷征途的疲倦。

军训，训的是铮铮铁骨的意志。

一声报告，是一种服从；一句口号，是一种团结；一声教官，是一种尊敬。

下午的活动则是出乎了我的意料。我们盘腿坐在地上，和隔壁的班级凑在一起扯着嗓子和另一个场地的同学拉歌。当然，这还要多亏了教官的放得开玩的性格，让我把平时内敛含蓄的小性子收了起来。各种调侃的拉歌歌词也让我们忘记了军

训的辛苦和对教官的敬畏，轻轻松松地坐着，轻轻松松地开着教官的玩笑。在这个时间，这个地方，我们没有了对待陌生人的警惕和客气，所有人都打成了一片。这或许就是军训的魅力。曾看到一句宣传征兵的话：“你将在军队里收获不一样的友谊”。现在我深刻明白了这样的友谊，这样一种将我们从钢筋混凝土的小房子放到同一片蓝天下的友谊。

经过一天的训练，我认识到了自己体力方面的严重不足，并且欠缺坚定的意志。在以后的训练中，我希望自己能坚持到底，再难的时候也会选择咬牙挺过。军训才刚刚开始，我希望自己能在这次的军训中磨练自己的意志，提高自己的素质，加强团队意识。我坚信，短短十几天的军训只是我们人生的一个小插曲，但是它必将影响我们的一生，也将会教会我们何为人，为何生。

七天军训心得体会4

七天军训心得体会篇十

我不曾想过我的生命当中会出现这样的一些人，他们可爱，可敬。他们英姿飒爽，赤胆忠心，威风凛凛。他们付出了常人不知道的辛苦，跨过了无数个要保卫国家必须经过的坎。他们的名字叫：军人。

高一开学后有为期一周的军训生活，有些满怀期待，有些小扭捏，有些小抱怨。然而后来这些都变成了干净利索的军姿。军官的命令就是一切，向右你不能向左，蹲下你不能起立。来回的走，反复的练，不断的加重你肩上的担子，不停的操练你会发现你的一言一行变得更加得体规矩了。

我们有两个教官，一个叫姓张，我们叫他叫张教官。到现在为止，他的兵龄将近7年。在我们相处的一个星期里，我们知

道了他是四川人，被发配到这里。刚开始当兵的时候，他非常吃不消，一整天除了睡觉就是想回家，训练也想，吃饭也想。但是他咬咬牙坚持下来了。试问，身为一个男人，是有多苦的生活才会令他如此产生如此强烈的想回家的念头？同时，他是一名消防兵，深知自己身上的责任有多么重，对于国家来说是有多么重要。所以他选择了前进而不是退缩。离开父母要学会一个在异乡的独立，要习惯在部队的摸爬滚打。终于，他成为了一名优秀的消防员，在汶川大地震的时候他是去了。没有任何的回报，也没有任何的施加在他身上让他必须去，可见他是完全的听从了自己内心的想法。

他说：“当我带着第一个活人了离开废墟的时候我能感觉我是一名真正的军人”。当他说这句话的时候我感受到了他的自豪，我看到了他眼神中的坚定。那是一个只有军人身上才能散发出的光。

我们还有一个刘教官，他有高高的鼻梁，圆圆的眼睛，薄薄的嘴唇。当他稍息立正侧向我们的时候，他的轮廓在阳光下显得格外耀眼，仿佛被切割过的钻石般，有明显的轮廓。平时的相处里，他有些内敛，比起严肃的军人，他的内心更像一个害羞的大男孩，除了训练时的口令以外他几乎不说话。他只懂得用不厌其烦的指导来规范我们的动作，只希望我们可以做得更好，我们在他看来只是一群孩子，一群还没有成年的孩子。但是他在我们看来就是一个哥哥，一遍一遍的口令，一遍一遍的示范，甚至是举手同足的辛苦，他都只是在我们的埋怨中笑笑不说话。直到有一次我们玩游戏的时候，一大帮人好不热闹的在玩得热火朝天，只有他在远远的树下站着，我悄悄的出队，跑到他身边想邀请他参加，他却说了一句话：“我只读过小学，你们的这些游戏我不会玩，你快去参加吧他们都在等你呢。”

这句话从他嘴里说出来，云淡风轻的好似不是他一样，可是说者无心听者有意，心酸了好一阵的我知道是军队的生活让他学会了坚强和学会了忍受孤独，尽管我还是想要他融入我

们，让他知道他也是我们的一份子，可在最后我选择了尊重他，和他一起在树底分享我的校园生活。他说，他向往大学，向往和我们一样的学习生活，但是一想到国家需要他们这些人，所以他选择了国家。他说，个人是小，国家是大，不能因为一己私欲而放下了匹夫的责任。他说，他希望我好好学习，成为能为国家出一份力的好孩子。

他们的眼睛散发着的目光里包含了很多，军人的铮铮铁骨，军人想家的无奈，军人保卫国家的决心，还有军人心里的中国。在阅兵典礼上我们看到的整齐有力的军人们步伐，我们只是羡慕，你不曾知道他们将近一年多的训练都是用十字铁架来不断训练的昂首挺胸，你不曾知道他们的脚底的洞是因为不停的走，三天就可以踏烂一双鞋，在阅兵村，忙碌修鞋队是一道亮丽的风景。你也不曾知道不管骄阳还是暴雨，他们都在不停的训练。这就是军人，保卫国家为国争光！国家哪里有难哪里就有他们，他们的付出是物质衡量不到的。

很快，军训就要结束了，我尽力的去抓住时间，可是连尾巴都碰不到，我只能珍惜每一分每一秒，我们都在努力的军训，我们相信自己，别人说我们不行我们也不能说自己不行。我们希望用最傲人的成绩来报答教官，我们希望证明我们一直在用心的训练着。在汇操表演上我们在操场上铿锵有力的动作取得了优异的成绩。

我始终坚信每个人在你的生命里出现，只是为了告别，只是为了上一堂课让你能够更快的适应这个社会的残酷。这个时候，他们也将踏上另一个新的征程，我们的任务他们已经漂亮的完成，我们无悔，他们也无悔，大家心里的都是满满的不舍，可这终究都是会让人牵挂的东西，我们不能变成阻碍他们前进的绊脚石，我们选择了把所有的不舍变成了一个个美好的祝愿，相信他们可以在中国的长空翱翔，保护中国这一个已经有五千多岁的老爷爷。

当紧紧握住他们手的时候，我感受到了来自军人的力量我感

受到了他们的赤胆忠心和中国流动的新鲜血液。他们远去的背影在我的视线里渐渐的消失，一直强忍的泪终于破眶而出。

军训里，我收获了很多。我只想说，教官放心，我会努力成长，成为国家的栋梁，和你们一起撑起这个古老的文明之国，你们不再会孤军奋战，你说过的，别人说我们不行我们也不能说自己不行，所以，我能行！

难忘20xx的军训里面的教官，更难忘这次在我成长上推动我走得更远的军训。

七天军训心得体会篇十一

3、军训最后的阅兵式，不是要喊一，二，三，四的.吗，那天不知哪根筋不对了，喊完一，二，三，四后，我紧接着又喊了个五！结果满校园，包括主席台的领导在内都笑喷了！

4、大学刚入学军训，据说踏正步脚会很痛，于是咨询学长得答复：买大姨妈纸来当鞋垫……男生们不好意思去楼下的超市买，只好打电话拜托女同学代劳。隔壁寝室8个哥们集体找某女代买，到手后又打电话过去。女不解：你们8个人，我买一包10个，够你们用了啊！男回：我们一人两只脚……——！

七天军训心得体会篇十二

一直以来我对高中的第一周军训充满了幻想，但当真正地进入了军训时又不免有些激动。当听到指挥官一声令下，几位教官就踏着整齐的步伐来到我们面前，透过他们挺拔的身姿，庄严的神情，我仿佛又看到军队训练的样子，那该是多么艰苦啊！

军训生活有苦又累，有欢也有喜，一切滋味尽在其中。

每天早晨训练的日子是漫长的也是辛苦的，有时倾盆大雨，有时烈日当空，但这也是磨砺的必经过程。有时也在想，狂风有

什么了不起,暴雨又有什么了不起,正好可以练练我们的定力,炎炎夏日也可以晒晒我们的娇气,懒散。

每天的清晨,朝阳还在遥远的天边,而寒风就已经悄悄入屋,寒意促使我们早起。经过一番的忙碌我们终于开始了新的一天。刚进入高中,进行人生的第一次军训,什么都得从基础学起,然而每一个项目都要教官的反复组西地教,同学们反复地联系。

在练习每一个项目都要花费很长的时间和许多精力,在几项练习项目中,我认为正步是最艰难的,也许是因为只有在重大场合才能走的吧!我也知道在升国旗之前运送国旗就是要用正步走的正因为如此我对待正步走是如此谨慎,而且一开始我们都需要分解动作,有时抬起一只脚不懂那种滋味可想而知,虽然脚很酸很累,甚至有时都快抬不起来,但是必须坚持因为只有坚持才是胜利。

学习军歌的时间是欢快的。尽管窗外事乌云密布,狂风暴雨,教室里的`气氛依然高昂,一首首动听的军歌在学校的走廊里此起彼伏,不断回荡。这个班响起了激昂的《团结就是力量》,那班也不甘示弱,清清嗓子,吸吸气唱起了《学习雷锋好榜样》。积极,欢快的调儿四处飘。就这样下午歌声中度过。

军训是人生的必经旅程,逐渐地在军训中成长,收获乐趣,收获希望!

七天军训心得体会篇十三

七天的军训生活,犹如一首激扬的交响曲,苦与乐构成了它的主旋律,值得回味。

那铁的纪律,严酷的`训练就是我们的军训。我们不断地进行着枯燥的训练,有时在太阳下站军姿,站得脚软头晕,眼冒白光。没一次训练都是接受汗水的洗礼,没一天生活都在进行着意志立的抗争。但即使军训再苦再累,我们也要挺过去。

这种钢铁般的一直，遍布了整个军训场。

犹记那一夜带着我们找了一块光照的地方搬了马扎坐下。说是要参加歌咏比赛。经过讨论，教官决定教我们一首这样的军歌风平浪静的日子，你不会认识我，我的绿军装是最普通的颜色；花好月圆的时刻你不会留心我，我的红帽徽在远方默默闪烁。

军训？谁听了不害怕？是的，我们这三天军训了。当我们听到要军训时，所有人都在抱怨，但是这是学校安排的又能怎样呢？哎！只好老老实实的去军训了！

那天早上7：30到校时，我听别人说我被分到了七班，于是我赶紧跑到了三楼的七班。