

初一军训最后一天心得体会(优秀14篇)

军训心得是我们对军训经历的总结和感恩，也是对未来军事生涯的奋进和期待。现在就让我们一起来阅读一些关于工作心得的文章，相信会对大家的工作有所帮助。

初一军训最后一天心得体会篇一

军训三天来，令我印象最深刻的，是训练齐步走，说到这儿有人会笑了，初一年的学生居然难在了齐步走上，可事实的确是这样，我们为此不但搭了精力，浪费了时间，也因此比别班的进度短了一截，在此我不得不提到一个精神问题，人不但要有坚决和毅力，还要有集体精神。齐步走一开始的时候，我们没有一列队伍可以走得齐，因为步速不同，步子长短不一。后来，在教官的教导下，我们女生队伍相互体谅，统一步伐，几乎达到了“人队合一”的程度。而男生队伍里，却今冬没有人在乎这件事情，队列一会儿呈弧状，一会儿成钝角，一会儿还会如参差不齐的地表一般。于是，我们集体为此花费了近别班两倍的时间和精力训练。我想这并不在于某个男生的原因，而是他们彼此缺乏一种团结。

这几天的军训对于我来说可谓一次脱胎换骨的蜕变，从走路喜欢把手塞在口袋里到规范地甩胳膊，从身体酸痛到慢慢适应……这一切，不禁让我想起了蚕的‘蜕变——当蝴蝶费尽心血地从蛹壳里爬出来，它便拥有了可以飞翔的美丽翅膀；而如果这时人类帮助它剪开了蛹壳，那么这只蝴蝶便永远地失去了飞翔的能力。我想，军训中的我们也一样，需要自己努力做规范化自我，做一只可以飞翔的蝴蝶！

初一军训最后一天心得体会篇二

第一天军训的经历令我又兴奋又忐忑。下面，我将分享我的军训日记，并记录下自己的心得和体会。

星期一早上，我站在学校操场上，看到迎面而来的教官严肃的面孔，我不禁紧张起来。教官声音洪亮：“小伙子们，准备参加军训吧！”他的话语让我感到一阵寒意，不知道接下来的一周会发生什么。

在军训的第一天，我们进行了拉拉练和晨跑。一开始，就觉得非常辛苦，腿部酸痛，甚至出现了轻微的抽筋现象。然而，当我看到教官和同学们都在坚持时，内心难以言表的力量涌上心头。我告诉自己，我不能输给自己，一定要坚持下去。有时候，我们需要找到一种激励自己的理由，这样才能克服困难。

接下来的军姿训练让我尝到了成功的喜悦与痛苦。教官严厉的批评和让我反复进行的动作，让我对自己的要求更高。在前两天的练习中，我总是不能保持直立的身姿，坚持不了太久。然而，在教官的悉心指导下，我努力严格要求自己，反复进行调整，最终取得了进步。这样的经历让我深刻认识到，只要下定决心，不断努力，我们都能战胜自己的欲望和惰性，达到自己的目标。

当教官鼓励我们用最大的力气完成各种动作时，我逐渐明白了团队的重要性。只有与大家齐心协力，互相帮助才能取得更好的成绩。在集体比赛时，我和我的战友们齐心协力，同心协力完成了每一个动作。那一刻，我强烈地感受到我们团结一致的力量，同时也看到了团队合作的重要性。相信只有在和团队和谐共处的环境中，我们才能获得更大的成功。

军训的最后一天，我会永远铭记于心。我们穿着整齐的军装列队待命，整个学校的同学们纷纷驻足观看，感受到了自己的成长与蜕变。当教官向着我们鞠躬致敬时，我知道，这一切都是值得的。军训不仅让我学到了面对困难时的勇敢，也让我更加懂得了珍惜团队合作的力量。

初一的军训，不仅带给了我新的体验和见识，更让我意识到

了自己的不足之处。通过这一周的军事化训练，我学会了坚持、努力和团队精神。这些经验将伴随我一生，成为我未来发展的重要资本。

初一的军训为我开启了新的篇章，给我提供了宝贵的学习和成长机会。我相信，通过这次军训的锤炼，我将成为更加坚强和自信的人。我期待着以全新的面貌迎接未来的挑战，为自己的梦想而努力奋斗！

初一军训最后一天心得体会篇三

第一天的军训，对于我这个初一的新生来说是一个新的开始，也是一个新的挑战。当我来到操场，看到一群穿着军装和军帽的战士们，我不禁感到激动又略微紧张。然而，通过一天的军训，我深刻意识到了军训的重要性和意义。下面就让我为大家讲述一下我的第一天军训的心得体会。

第一感觉是严格和纪律。军训的第一天，我们就向战士们学习了如何行军和站军姿。战士们的一举一动都如此整齐划一，仿佛一个有机的整体。他们严谨的态度和自律的精神，在我心中留下了深刻的印象。我意识到，只有严格地遵守纪律，才能够达到团队合作和协同作战的效果。

第二感觉是团结和合作。在整个军训过程中，我们没有个人利益和私人情感，只有团队和集体的利益。我们经常战士们的带领下进行集体操练和军事课程。在这个过程中，我们互帮互助，共同努力。每当我们的队列出现问题时，我们会齐心协力地改正错误。通过团结和合作，我们的队伍更加整齐有力，增强了战斗力。

第三感觉是坚持和毅力。军训是一项需要长时间持续努力的训练。在高温闷热的天气下，我们要不断进行各种体能训练和战术演练。刚开始，我感到非常辛苦和吃不消。但是，当我看到战士们始终坚持下来，他们的毅力和坚持精神让我受

到了鼓舞。他们告诉我只有坚持下去，才能真正提升自己的能力和素质。

第四感觉是自信和勇敢。军训中，我们经常需要面对各种困难和挑战，如攀登墙壁和爬绳等。一开始，我会有些胆怯和畏惧。然而，随着训练的深入，我渐渐发现，只要保持自信和勇敢地面对困难，我就能够突破自己的界限。通过这些挑战，我在训练中逐渐变得更加勇敢，也更加自信。

第五感觉是专注和执行力。在军训期间，每一个动作都需要我们的高度专注和执行。我们要时刻保持集中注意力，不放松任何一个细节。战士们告诉我们，只有专注和执行力才能保证训练的效果和战斗的胜利。通过训练，我不仅学会了专注和执行力，也意识到在生活和学习中这种品质的重要性。

通过第一天的军训，我对军训有了更深的认识和体会。军训不仅是锻炼身体，还是培养意志力和团队合作精神的重要机会。我明白了纪律、团结、坚持、自信和专注的重要性。我相信通过这次军训，我将会变得更加坚强和自信。我希望每一天的军训都能让我进步，为未来的学习和生活做好准备。

初一军训最后一天心得体会篇四

8月底，骄阳似火。我们来到学校进行军训。这期间，我闹了不少笑话，也学会了不少东西。在这短短的三天里，我感觉到自己长大了。

一

军训场地上，同学们晕晕乎乎的，哈欠连天，一个个好像没有睡醒的样子。几个看起来精神饱满的，七嘴八舌的聊起了天。

教官来了，一名年轻帅气的小正太，穿着军装，迈着正步向

我们走来。“我姓余，大家可以叫我余教官”教官介绍自己。“鱼教官，鱼的教官。”我和几名同学在底下窃窃私语。教官通过声音定位到了我们的位置，大声说：“那边的男生，说什么呢！给大家听听好不好！”我吓了一跳，心里咯噔了一下：“哎呀，耳朵这么尖！”“这个解放军叔叔，这么严肃！”我忍不住对旁边的同学嘀咕。谁想教官指着我和旁边的同学说：“嘿，站出来，说说你们到底在讲什么，全班同学都很想听呢！”

我的脸红到了脖子根，只好从实招来。当我们说到“鱼教官”的时候，全班同学都笑了起来。我看了看教官，他强忍着怒火，微笑着，然后到我们的身边，轻轻地说：“等会儿放学时绕着操场跑5圈。”噫！操场的跑道有800米啊。

唉！遇到了一个厉害的教官，第一天就让我收获了一个共同接受惩罚的难兄难弟。

二

如果说余教官的“杀鸡儆猴”，让我明白了什么是铁的纪律。那么站军姿，又让我领教了什么是毅力，什么是坚持。台风“天鹅”还没来临，天气热得出奇。太阳火辣辣地炙烤着我们，没有一丝风，地上的热气扑上来，舔着我们的身体。我们被要求像树一样种植在大地上，一动也不能动。前面有一个同学晕倒了，重重的摔倒在地上。过了一会儿，左边有一个同学突然吐了，吐完了他的身体开始发软无力，也倒下了。

我头发在起火，耳朵快被烤熟了，豆大的汗珠顺着脸颊往下滴，双腿在微微颤动。哦！要是能让我动一动脚，甩一甩膀子也好啊！看着周围的同学一个个倒下，我眼睛偷偷瞄了一下教官，希望他能发发善心让我们休息。没想到他一动不动地凝视着前方，好像一尊雕塑。阳光把他的皮肤晒成了古铜色，汗水在额头上闪闪发光，他就那么站着，一副安之若素的模

样。这时候，我突然想到了镇守边疆的战士们，不管是冰封雪地的北国，还是烈日炎炎的南疆，他们都是这般巍巍挺立。他们是国家的护卫军，人民的保护者，我们心中的英雄！想到这里，头顶上的太阳好像也没这么热辣了。

三

最后一天，我们进行了会操演练比赛。我们迈着整齐的步伐，听着几十双脚一齐落地时清脆的啪啪声，我感受到了团结的力量。因为只有我们的心合在一起，才能踏出那么整齐的步伐。当我走过主席台时，心中有一些小小的激动，同时感受到了无上的荣耀。

军训虽然艰苦，却让我们学会了尊敬他人，学会了坚持不懈……我开心极了，因为这就是我长大的样子。

初一军训最后一天心得体会篇五

第一天，军训的号角吹响了，在火热的夏日里，我们初一的学生们步入了军训场地，迎接着严格的军训生活。通过这一天的军训，我深刻地体会到了军训的严肃与艰辛，同时也对自己的成长有了更深刻的认识。

在军训的第一天，我们都集中到操场上，校领导和军训教官居高临下地站在台上，严肃地看着我们。军训教官悠悠地说：“军训是对你们品质和意志的考验，它旨在培养你们的纪律性和团队合作精神。”当他们这样说的时候，我的心里有些忐忑不安，但同时我也激发了对军训的好奇心。

军训的第一项活动是引导我们学习站立及站姿，同时还教导我们如何握拳和握枪。在学习站立的过程中，教官们一再强调正确的站姿，告诉我们背挺直、肩并拢。在这个过程中，我意识到了自己平时经常驼背的问题，开始努力纠正。握拳这个看似简单的动作，也有很多技巧，我们需要一遍遍地练

习。握枪更是充满了新奇和严肃感，每个人都小心翼翼地跟随教官的示范，保持枪姿。通过这些学习，我深刻地认识到了军人的严肃和专业精神。

军训的第二项活动是进行体能训练。教官们安排了立定跳远、引体向上、俯卧撑等一系列训练项目。在训练中，我意识到了自己体能的不足，每一次的跳远都离目标很远，引体向上的次数也很少。但是，教官们并没有因此对我们表示失望，他们耐心地指导我们，鼓励我们不断努力。我明白了，这严格的训练旨在培养我们的毅力和坚持不懈的精神。我立下了决心，在接下来的军训中努力训练，不断超越自己。

军训的第三项活动是学习行军。教官们教导我们如何保持整齐的队形、标准的步伐，如何快速地转弯和变换队形。起初，我们的队形紊乱、步伐不齐，但是教官们耐心地纠正我们的错误，指导我们如何配合，如何听从指挥，在很短的时间里我们队形稍微整齐了一些。我发现，行军需要同学们的密切合作和默契配合，只有团结一心，才能做到完美无缺。在每天的行军训练中，我体会到了团队合作的重要性以及集体荣誉感的力量。

军训的第四项活动是进行军事技能的学习。教官们向我们示范了如何正确地组装枪支和扣动扳机的技巧，以及如何使用手雷和进行防空训练。这些听起来很陌生的军事技能让我着实有些火烧眉毛，但是教官们耐心地指导我们，悉心解答我们的问题，并鼓励我们积极尝试。通过这些学习，我不仅学到了一些军人专业知识，更重要的是培养了自己的勇气和坚忍不拔的精神。

这一天的军训让我收获颇多，我深刻体会到了军人严肃的品质和艰辛的训练生活。军训锻炼了我们的体能，培养了我们的纪律性和团队合作精神，同时也让我们明白了军人的严格要求和专业精神。感谢这一天的军训，让我在初一的开始就学到了很多。我相信这次军训的经历会伴随我度过初中三年

的时光，成为我成长的坚实基石。

初一军训最后一天心得体会篇六

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的一__中学。在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心情，开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浹背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！

在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，功夫不负有心人我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的'标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，

我认为即使再苦再累也是值得的。

初一军训最后一天心得体会篇七

今天，是军训的最后一天。虽然军训非常辛苦，但我却有些不舍。

首先，我们进行了国防知识竞赛。首先是班级竞赛，每班30秒时间作答。每当轮到我们班时，都是傅梓轩迅速回答，都回答正确。后来，就是每班拍3名代表上台抢答。抢答开始了，我似乎比台上的人都要紧张，生怕自己班拿不到优胜。4题过去了，我们班怎么还没抢到题呐。正当我愁眉苦脸的时候，他们正好抢到了，居然答对了。之后，我们班以反超的局势冲在冲锋。眼看这最后几题了，胜利再望了，没想到被三班超了上来。最后一题了，一定要赶上“yes”抢到了。这题是“一纳米是几分之几米”我想，这题吴可凡最拿手了，我们赢定了。可是，令人出乎意料，吴可凡竟然答错了，我们被倒扣了十分，拿了个亚军。

国防知识竞赛结束了，我们又进行了叠被子比赛。我是参加比赛的一员，我把被子扑在地上，随着哨声一响便开始了比赛。我认真迅速的完成每一步，每一分，每一秒，都不敢浪费。叠好了，我把被子靠到墙角，整理起来，先把被面整平，再做出棱角。同时，我也听着教官和老师的指挥。时间到，我刚好整好了被子。杨老师过来一看，我们班叠的很好。这下，我才放下心来。

之后，我们又进行了打背包，战地救护，队列会操比赛。都表现的非常出色。到了毕业仪式，高老师宣布了我们班的奖项，有“叠被子优胜，打背包优胜，战地救护优胜，内务整理优胜”五个奖项，全被我们班拿下。我还光荣的评上了优秀学员呢。

军校生活结束了，我坐在车上，有一种不舍涌上心头，好像有什么东西卡在嗓子眼上，泪水在眼眶里打转，我可能是舍不得教官吧。

初一军训最后一天心得体会篇八

火热的军训生活结束了。

四天的风风雨雨，四天的摸爬滚打，增强了我的体质，更磨练了我们的意志。在炎炎烈日下，我们踢正步，排方队；在激昂的训练场上，我们欢呼，呐喊。军营生活苦中有乐，春风化雨，使我终身难忘！这也为我们的“小学生涯”留下一份永久的纪念与回味。

就是这样一段生活，使每个人在滚爬摔打中慢慢成长；就是这样一段经历，使每个人在汗水中变得坚强。军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强意志磨练、思想转变。这一课，令我们难忘终身，受用一世。军训生活，使我们与军人之间的距离一下子拉近了许多，使我们更加清楚地看到了自己肩上的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的民族自尊心和自信心。

军训同样也改变了我们的点点滴滴，使我们这群“衣来伸手，饭来张口”的“小皇帝”“小公主”一下子长大了许多。在这段亦苦亦乐的日子里，我们懂得了珍惜父母的付出，理解了父爱母爱的伟大，明白了一个人要自立于社会难……军训的苦让我们这群昨日温室中花朵变成了今天饱经风霜雨雪搏击长空的雄鹰。军训也将组织和纪律观念深深地注入了“两耳不闻窗外事”只知道埋头苦读的莘莘学子的心中，让“一心只读圣贤书”的白面书生变成了有组织有纪律全面发展的优秀学生。军训，磨练了我们的意志，练就了我们的铮铮铁骨，培养了我们吃苦耐劳的精神。在这短短的四天中我更看到了

平时眼里要求我们的张老师，她就像我的妈妈夜里在我们不知不觉的时候，来到我们的宿舍为我们盖被子，这一切都是老师对我们的关怀。

通过四天的艰苦训练，换来了阅兵式上的昂首阔步，分列式中的整齐雄壮，操场上军拳的威武飒爽。大家一定也感受到了一份收获的喜悦，集体荣誉的自豪。我们的人生经历中也已增添了一笔军训留下的宝贵财富。这当然也是够我们受用终身的宝藏了。

如今，军训生活已成为过去，但我会永远的记住军训里发生的每一件事。

初一军训最后一天心得体会篇九

军训来到第x天了，眼看军训即将结束了，突然有点不舍。

今天上午，我们进行了x次彩排。今天天气很好，多云，没有猛烈的阳光，也没有昨天的大雨。相对而言，这样的天气还是挺舒适的。彩排其实比平时的训练更辛苦。我们从早上x点钟一直站到x才能暂时坐下稍做休息。

因为长时间的站立，我的双腿非常酸痛。脚掌像燃烧了起来一样，我的脚后跟如针刺的疼痛。因为睡眠不足，精神状态不佳，我头晕得难受。但是排练需要整个年级的配合和努力，我又怎么能随便地倒下呢？我又怎么能轻易言弃呢？坚持和吃苦耐劳是军训最美好的品质，我有什么理由放弃呢？军训仍未结束，我必须坚持到底！

下午，我们又彩排了x次。这两天，我们一共排练了x次了。为了汇演，无论是教官、老师还是同学们，大家每天都日晒雨淋，非常辛苦。为了更完美的汇演，教官的喉咙喊得沙哑了，仍然声嘶力竭地指挥着我们；为了更完美的汇演，老师和书记每天都来探望我们，陪着我們日晒雨淋，对我们表示慰

问和关心;为了更完美的汇演，同学们站得腰酸背疼，仍然坚持下来。

今晚听说教官会提前离开，我们并不能欢送教官。听到这个消息之后，我难掩失落。这__天相处下来，我衷心对我们的教官表示感激。之后，教官和我们或许只是过路人，并无更多的交集。但他们仍然尽职尽责地训练我们，严格要求我们，助我们成为更优秀的人才。这__天来他们为我们付出的汗水，给我们带来过的欢声笑语还有严厉的呵责教育，将成为我人生中最宝贵的财富和最难忘的记忆。

感谢可亲可爱的教官们。我向你们致敬!

军训心得体会最后一天2

今天是军训的最后一天，我们的任务就这么结束了。

上午整体练了x次，休息的时间都有x个小时了。不是很累。我发现越到后面越不累，不知道为什么。以前是跟着我们的教官练的，现在队伍多了，教官就忙碌起来了，不分排练了。

下午x点就开始准备汇演了，但是一直到x点才整理好一切。我们站的脚后跟儿都不想着地了。上场之前，一排的教官为我们做了最后一次表演，是一套拳。他说这是最后一次为你们做的事情了。寝室长录了全部的过程。我们大家全部都很喜欢x排的排长，她们说他很有男人味儿，我想那是一个只比我们大一点的男生的成熟魅力吧。他总是做一些摔得很疼的动作给我们示范，很干脆。我们都记得他。后来x排的和x排的教官和我们一起唱了最后两首歌：军中绿花和朋友。后来有人说□x排的教官眼里噙着泪水。当我们唱歌的时候，男生们开始不安分起来，他们先是偷袭了他们的教官，然后把他高高抛起;于是男生女生纷纷欢呼鼓掌。接着是我们x排的教官被抛到了空中，然后是__排的□x排的教官藏了起来，我们

众人都没有发现他的影子，当大家很郁闷的时候，x排的教官突然发现了他的藏身之处，结果众男生一呼而上，逃跑也没用，被逮了回来，也是一样的结果。所有的教官们，对我们来说都是英雄，兄长，大家用这最后的方式，来告诉他们我们到底有多爱他们！当时的场面，很热烈也很壮观！

后来的汇演可想而知有多么的乏味。只要是这类型的大会，都是发言，发言在发言，颁奖颁奖再颁奖。不过特别科目的表演确实很精彩。后来整队跑到主席台下，一排教官对其他的教官说了一句“整好队你们就撤走！”听得我很是郁闷，好像这样就是最后的相见了。站了x个多小时，听校领导，上校，中尉。讲话！

本来说和教官留影的，大家都来了兴致。结果没实现。遗憾中我们赶紧转移去教室开英语系的会。路上看到了整队出发的教官们，他们往宿舍走。包括我在内的许多同学都一边跑一边告别。他们走得太快了。室友挽着我的胳膊，一边哭一边大声地喊：教官再见！不住地喊。我笑着向教官们摆手说再见，心里是酸的。再见了，各位教官！

当我路过__的时候，知道以后不可能有绿色的挺直腰杆的身影们排着整齐的队来训练我们这群不听话的孩子了，军装不会再穿了，命令不会再有服从的机会了，也没有逗教官的时候了。当这一切都戛然而止的时候，让我觉得空虚了许多。不真实。我好不容易才习惯了军训的生活，现在就要结束了，那些可爱的人们，以后再也见不到了。一切的东西都是来去匆匆的，而且全部保密！教官们，以后真的就见不到面了，但是，你们是我心中最可爱的人们，我会记得你们的！

军训心得体会最后一天3

最后一天的彩排了，上午一声声的“校长好”、一次次的“为校争光”，两遍彩排，每个梯队的同学的累是难免的，但大家都一直坚持着，决不再这将近最后关头的时候掉链子。

走分列式，每次队长一声令下“开始”，解放军进行曲音乐起，原地踏步就开始了，一下一下自己始终不懈怠，直到自己的方队要齐步向前走。尽管方队里的大多数小伙伴都用尽了全力去走好队列，很苦很累，但是队列展示始终不尽完美，但进步也是看得见的，相信最终的我们能为学院争光，给自己长脸，走出一个最整齐有力的队列。

5个营各自的表演方阵不得不说实在是亮点多多。拳术方阵、匕首操方阵、短棍术方阵、木兰军方阵、战术方阵的表演，看得大家是热血澎湃、掌声连连。拳术方阵由四营的男生组成，一拳一腿，阳刚大气，尽显男子气概，配上林子祥《男儿当自强》的背景音乐，实在不能更搭；匕首操方阵全部由女生组成，一刺一“哈”，女子的飒爽英姿也是呈现得淋漓尽致，场下观看表演的男生也是为之折服不已；短棍术方阵，大家调侃其为“城管大队”，然而一棍一眼，铿锵有力，爆发力十足，震撼全场；木兰军花样表演方阵，所有女生双手和马尾上绑上了三条红丝带，精神抖擞，一种巾帼英雄即视感扑面而来，表演内容也是创意十足，一篇情怀满满的文章加上配合文意的方阵图案，其方阵在台下所花费的练习时间可见一斑；战术方阵表演也是创意与实力并重，帅气的卧倒、仰倒、侧空翻射击方式让人连连称赞，富有新意的故事情节：徒手搏击、抢救伤员，惊喜不断，赞！

下午练习，我们学院的方阵已越发走出了感觉来，排面走出了训练以来最整齐的一次，只要声音再洪亮一点，便是极好的。

相信明天的汇演中，我们每一个人都将展现出最好的自己。

军训心得体会最后一天4

军训结束，现在我总觉得少了点什么，这段时间的军训习惯了很多之前不能习惯的，做到了之前自己不能做到了，也忍受了自己之前所不能忍受的，至今看来确实对我是一种磨砺，

进入到大学就应该有一个大学生的样子，保持下去做到军训的种种是理所当然，我非常清楚这段时间军训给我带来的变化，这是极具上升的，我经常会觉得这些都是一个过程，军训就是一个比自己进步的过程，身为大学生了，这种精神是可贵的，这十几天军训更加坚定了我的意志。

说起这__天的军训我是给了自己一个实实在在的理由，这个理由也是我坚持下去的很大一个原因，过去的几年时间没有经历过什么磨砺，对于一件事情也没有做到过极致，这次军训就是我逼自己能力的机会，我知道一件事情要做好就需要花时间精力，这次军训喜想要做好就是需要很大的决心，还有毅力，这种感觉给我最深刻，军训当中是不存在什么偷懒的，都在认真训练，都在给自己一个理由坚持。

现在军训倒是结束了，而我觉得这汇总感觉并没有消失，这会指引着我继续坚定接下来的大学生活，我现在才真真正正的体会到军训的意义，实在是让我内心热血沸腾，这段时间以来我每天都在坚持，我从来不敢放弃，因为大家从来不轻言放弃，我作为队伍中的一员自然不能说出放弃，这次军训中经历了很多有趣的事情，尽管军训中大多都是严厉，严肃的训练，但是也会偶尔有欢笑，这种欢乐很难得，这种欢乐不要太多，在军训中偶尔有一次，我们在训练的时候就能够开心很久，要是一直都有反而就没有了那种感觉。

我成长了，从一开始对军训的抗拒，因为一开始是真的觉得累，自己没有那么多的体力去消耗，可是既然来到了哪有放弃的道理，尽管大家都很累，但是这种感觉一直都存在，我也是因为这种感觉在不断的强大自己，军训是一个段很珍贵的回忆，现在尽管已经结束，可是这__天对于一个训练一直在我脑海里，给我的感觉就是我面对困难的时候不会那么容易放弃了，现在我还是对接下来的大学生活充满动力，也对即将到来的学习，热血沸腾，感激军训给我带来的所有，这是精神上的，也是看不到的，但是我哦能够清楚的感受到这一点，我会继续努力的。

初一军训最后一天心得体会篇十

军训来到第x天了，眼看军训即将结束了，突然有点不舍。

今天上午，我们进行了x次彩排。今天天气很好，多云，没有猛烈的阳光，也没有昨天的大雨。相对而言，这样的天气还是挺舒适的。彩排其实比平时的训练更辛苦。我们从早上x点钟一直站到x才能暂时坐下稍做休息。

因为长时间的站立，我的双腿非常酸痛。脚掌像燃烧了起来一样，我的脚后跟如针刺的疼痛。因为睡眠不足，精神状态不佳，我头晕得难受。但是排练需要整个年级的配合和努力，我又怎么能随便地倒下呢？我又怎么能轻易言弃呢？坚持和吃苦耐劳是军训最美好的品质，我有什么理由放弃呢？军训仍未结束，我必须坚持到底！

下午，我们又彩排了x次。这两天，我们一共排练了x次了。为了汇演，无论是教官、老师还是同学们，大家每天都日晒雨淋，非常辛苦。为了更完美的汇演，教官的喉咙喊得沙哑了，仍然声嘶力竭地指挥着我们；为了更完美的汇演，老师和书记每天都来探望我们，陪着我们日晒雨淋，对我们表示慰问和关心；为了更完美的汇演，同学们站得腰酸背疼，仍然坚持下来。

今晚听说教官会提前离开，我们并不能欢送教官。听到这个消息之后，我难掩失落。这__天相处下来，我衷心对我们的教官表示感激。之后，教官和我们或许只是过路人，并无更多的交集。但他们仍然尽职尽责地训练我们，严格要求我们，助我们成为更优秀的人才。这__天来他们为我们付出的汗水，给我们带来过的欢声笑语还有严厉的呵责教育，将成为我人生中最宝贵的财富和最难忘的记忆。

感谢可亲可爱的教官们。我向你们致敬！

今天是军训的最后一天，我们的任务就这么结束了。

上午整体练了x次，休息的时间都有x个小时了。不是很累。我发现越到后面越不累，不知道为什么。以前是跟着我们的教官练的，现在队伍多了，教官就忙碌起来了，不分排练了。

下午x点就开始准备汇演了，但是一直到x点才整理好一切。我们站的脚后跟儿都不想着地了。上场之前，一排的教官为我们做了最后一次表演，是一套拳。他说这是最后一次为你们做的事情了。寝室长录了全部的过程。我们大家全部都很喜欢x排的排长，她们说他很有男人味儿，我想那是一个只比我们大一点的男生的成熟魅力吧。他总是做一些摔得很疼的动作给我们示范，很干脆。我们都记得他。后来x排的和x排的教官和我们一起唱了最后两首歌：军中绿花和朋友。后来有人说□x排的教官眼里噙着泪水。当我们唱歌的时候，男生们开始不安分起来，他们先是偷袭了他们的教官，然后把他高高抛起；于是男生女生纷纷欢呼鼓掌。接着是我们x排的教官被抛到了空中，然后是__排的□x排的教官藏了起来，我们众人没有发现他的影子，当大家很郁闷的时候□x排的教官突然发现了他的藏身之处，结果众男生一呼而上，逃跑也没用，被逮了回来，也是一样的结果。所有的教官们，对我们来说都是英雄，兄长，大家用这最后的方式，来告诉他们我们到底有多爱他们！当时的场面，很热烈也很壮观！

后来的汇演可想而知有多么的乏味。只要是这类型的大会，都是发言，发言在发言，颁奖颁奖再颁奖。不过特别科目的表演确实很精彩。后来整队跑到主席台下，一排教官对其他的教官说了一句“整好队你们就撤走！”听得我很是郁闷，好像这样就是最后的相见了。站了x个多小时，听校领导，上校，中尉。讲话！

本来说和教官留影的，大家都来了兴致。结果没实现。遗憾中我们赶紧转移去教室开英语系的会。路上看到了整队出发

的教官们，他们往宿舍走。包括我在内的许多同学都一边跑一边告别。他们走得太快了。室友挽着我的胳膊，一边哭一边大声地喊：教官再见！不住地喊。我笑着向教官们摆手说再见，心里是酸的。再见了，各位教官！

当我路过__的时候，知道以后不可能有绿色的挺直腰杆的身影们排着整齐的队来训练我们这群不听话的孩子了，军装不会再穿了，命令不会再有服从的机会了，也没有逗教官的时候了。当这一切都戛然而止的时候，让我觉得空虚了许多。不真实。我好不容易才习惯了军训的生活，现在就要结束了，那些可爱的人们，以后再也见不到了。一切的东西都是来去匆匆的，而且全部保密！教官们，以后真的就见不到面了，但是，你们是我心中最可爱的人们，我会记得你们的！

最后一天的彩排了，上午一声声的“校长好”、一次次的“为校争光”，两遍彩排，每个梯队的同学的累是难免的，但大家都一直坚持着，决不再这将近最后关头的时候掉链子。

走分列式，每次队长一声令下“开始”，解放军进行曲音乐起，原地踏步就开始了，一下一下自己始终不懈怠，直到自己的方队要齐步向前走。尽管方队里的大多数小伙伴都用尽了全力去走好队列，很苦很累，但是队列展示始终不尽完美，但进步也是看得见的，相信最终的我们能为学院争光，给自己长脸，走出一个最整齐有力的队列。

5个营各自的表演方阵不得不说实在是亮点多多。拳术方阵、匕首操方阵、短棍术方阵、木兰军方阵、战术方阵的表演，看得大家是热血澎湃、掌声连连。拳术方阵由四营的男生组成，一拳一腿，阳刚大气，尽显男子气概，配上林子祥《男儿当自强》的背景音乐，实在不能更搭；匕首操方阵全部由女生组成，一刺一“哈”，女子的飒爽英姿也是呈现得淋漓尽致，场下观看表演的男生也是为之折服不已；短棍术方阵，大家调侃其为“城管大队”，然而一棍一眼，铿锵有力，爆发力十足，震撼全场；木兰军花样表演方阵，所有女生双手和马

尾上绑上了三条红丝带，精神抖擞，一种巾帼英雄即视感扑面而来，表演内容也是创意十足，一篇情怀满满的文章加上配合文意的方阵图案，其方阵在台下所花费的练习时间可见一斑；战术方阵表演也是创意与实力并重，帅气的卧倒、仰倒、侧空翻射击方式让人连连称赞，富有新意的故事情节：徒手搏击、抢救伤员，惊喜不断，赞！

下午练习，我们学院的方阵已越发走出了感觉来，排面走出了训练以来最整齐的一次，只要声音再洪亮一点，便是极好的。

相信明天的汇演中，我们每一个人都将展现出最好的自己。

军训结束，现在我总觉得少了点什么，这段时间的军训习惯了很多之前不能习惯的，做到了之前自己不能做到了，也忍受了自己之前所不能忍受的，至今看来确实对我是一种磨砺，进入到大学就应该有一个大学生的样子，保持下去做到军训的种种是理所当然，我非常清楚这段时间军训给我带来的变化，这是极具上升的，我经常会觉得这些都是一个过程，军训就是一个比自己进步的过程，身为大学生了，这种精神是可贵的，这十几天军训更加坚定了我的意志。

说起这__天的军训我是给了自己一个实实在在的理由，这个理由也是我坚持下去的很大一个原因，过去的几年时间没有经历过什么磨砺，对于一件事情也没有做到过极致，这次军训就是我逼自己能力的机会，我知道一件事情要做好就需要花时间精力，这次军训喜想要做好就是需要话很大的决心，还有毅力，这种感觉给我最深刻，军训当中是不存在什么偷懒的，都在认真训练，都在给自己一个理由坚持。

现在军训倒是结束了，而我觉得这汇总感觉并没有消失，这会指引着我继续坚定接下来的大学生活，我现在才真真正正的体会到军训的意义，实在是让我内心热血澎湃，这段时间以来我每天都在坚持，我从来不敢放弃，因为大家从来不轻

言放弃，我作为队伍中的一员自然不能说出放弃，这次军训中经历了很多有趣的事情，尽管军训中大多都是严厉，严肃的训练，但是也会偶尔有欢笑，这种欢乐很难得，这种欢乐不要太多，在军训中偶尔有一次，我们在训练的时候就能够开心很久，要是一直都有反而就没有了那种感觉。

我成长了，从一开始对军训的抗拒，因为一开始是真的觉得累，自己没有那么多的体力去消耗，可是既然来到了哪有放弃的道理，尽管大家都很累，但是这种感觉一直都存在，我也是因为这种感觉在不断的强大自己，军训是一个段很珍贵的回忆，现在尽管已经结束，可是这__天对于一个训练一直在我脑海里，给我的感觉就是我面对困难的时候不会那么容易放弃了，现在我还是对接下来的大学生活充满动力，也对即将到来的学习，热血沸腾，感激军训给我带来的所有，这是精神上的，也是看不到的，但是我哦能够清楚感受到这一点，我会继续努力的。

我们会操的成绩不是很好，虽然我们班在训练的时候都很认真，但是还有比我们更认真的班级，同样他们的努力也是得到了应有的荣誉，而我们却没有拿到第一，没有给我们的教官留下一个离别最好的礼物，虽然失落，有些不甘，但是军训还是结束了。和教官的告别，我们很多人都流泪了，一个月的朝夕相处，教官不但是严格的，不但是认真的，也有温情的一面，我们班同学在训练中受伤了，教官会第一时间查看伤情，不严重的给按摩处理，严重的直接背上就跑医务室去了，他对我们很严格，但是也对我们很好。

离别虽然不舍，但是教官们还有他们的事情要做，而我们也要留在学校开始新的学习生活了，最后一天我们的会操虽然发挥不是特别的好，没有拿到第一，但是教官也是安慰了我们，知道我们努力了，很多时候结果反正不容易控制，而且你努力别人也努力，第一却只有一个。回到宿舍，看着整齐的宿舍，这一个月来，每天都是这样，都是教官教我们怎么叠被子，教我们怎么摆放物品，回想起来，其实一个月的时

间过得真快啊。

这一个月我们学到了很多，教官也教会了我们很多，从一开始的坚持，到后面的不放弃，从一个人到一个集体，从跌倒了我们再站起来，军训的收获很多，怎么说也说不完，在今后的学习里，我们也是要拿出军训的精神来，不能丢掉教官一个月来好不容易培养起来的我们的精神。最后一天，我们班每一步的落下，都意味着离军训的结束更近了，所以我们也是格外的珍惜，会操前，我们站得笔直，会操中，我们认真的做好每一个动作，喊好每一个口号。

结束了，彻底的结束了，但我想，虽然军训的内容结束了，但是我们还是可以自己再训练，在以后的学习中，拿出坚持的精神，认真的学好专业的知识，在课余时间，多锻炼，让自己的身体更加的强壮，一个月的训练，我们的体能好了很多，同样，我们也要继续加强。最后一天的军训，真的谢谢你，陪我们训练了这么久的教官，今后我们不会辜负你之前训练的成果的。

初一军训最后一天心得体会篇十一

在我心中，军训永远是一段难以忘怀的回忆。今天，作为军训的最后一天，我想分享一些关于这段经历的感受和思考。

回顾这五天的军训，我感到自己成长了许多。一开始，我对军训的认知仅停留在对军人的敬仰和对艰苦生活的想象。然而，真正参与到军训中后，我意识到军训不仅是一次体能的锻炼，更是一次人生的历练。

在军训中，我们每天进行严格的体能训练，学习基本的军事技能，如站军姿、走正步、打擒敌拳等。这些看似简单的动作，实际上需要我们付出极大的努力。然而，正是在这样的挑战中，我逐渐找到了自己的极限，并不断突破。这种成就

感让我深深地体验到了军训的价值。

军训期间，我们还接受了军事理论、国防教育等相关知识的学习。这些内容让我更加深入地理解了军队文化和国家安全形势，进一步增强了我的国家自豪感和责任意识。

在此过程中，我与同学们建立了深厚的友谊。我们互相鼓励、互相支持，共同度过了每一个挑战。这种团结互助的精神让我体会到了集体的力量，也让我更加珍惜这份友谊。

经过这五天的高强度训练，我深感军训对我的影响深远。它让我更加坚韧、更有毅力，也让我明白了团队合作的重要性。同时，军训也让我更加珍惜生活中的每一刻，让我学会了如何在压力下保持平衡。

总的来说，军训使我更加成熟，更加勇敢。这段经历让我明白，只有通过不断地挑战和磨砺，我们才能成长为更加坚强的人。虽然军训已经结束，但我会将这段宝贵的经历铭记在心，用军训中所学到的精神去面对未来的挑战。

初一军训最后一天心得体会篇十二

军训在我们心中留下了美好的记忆，这段经历将一直伴随着我们。

在军训的最后一天，我们迎来了汇报表演。这次表演，我们用汗水和努力为教官和老师献上了一场精彩的表演。当我们听到教官宣布我们的表现获得满分的那一刻，我们兴奋地欢呼起来。

回想起军训的点点滴滴，我深刻地感受到了军训的艰辛和乐趣。这段经历不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们坚韧不拔的精神。在军训期间，我们每天都要进行严格的训练，包括站军姿、走正步、跑步等。这些训练虽然枯燥无味，但我

们却在不断挑战自己的极限，不断成长。

军训中的团结和互助也是我们宝贵的财富。在军训期间，我们互相鼓励、互相帮助，共同度过了每一个困难时刻。这种团结和互助精神，将一直伴随着我们，成为我们未来人生中的动力源泉。

军训的经历让我更加坚定了对人生的态度。我明白了只有通过努力和坚持，才能实现自己的梦想。同时，我也深刻地领悟到了团队合作的重要性。在未来的学习和生活中，我将不断发扬团结和互助的精神，与同学们携手共进，共同成长。

总之，军训是我们人生中一段难忘的经历。这段经历让我们变得更加坚强、更有毅力。在未来的人生道路上，我们将带着军训给予我们的宝贵财富，勇往直前，迎接挑战，努力实现自己的梦想。

初一军训最后一天心得体会篇十三

经历了连续三周的军训，我收获了无数的宝贵经验和深刻体悟。我明白了纪律的重要性，明白了团结的力量，更明白了自我挑战的重要性。今天，我想分享一些我在军训最后一天的体验和感受。

当天，天空有些阴沉，就像我们内心的心情。我们知道，这可能是我们最后一次站在这片训练场上，感受军训带来的种种挑战。每个人都显得有些沉默，因为我们知道，每一次的集合，每一次的训练，都是我们成长的重要历程。

在上午，我们进行了战术演练。与之前不同的是，这次我们更加注重细节，更加追求完美。因为在大家的心里，这次演练不仅仅是为了胜利，更是为了向自己过去的军训生活致敬。我们以严谨的态度，完成了这次演练。那一刻，我深深感受到了军训带给我们的不仅仅是体质的锻炼，更是一种严谨的

生活态度。

下午，我们进行了拔河比赛。这是我们军训中最期待的比赛之一。每个人都竭尽全力，为了团队的胜利而奋斗。那一刻，我感受到了团队的力量，感受到了团结的重要性。即使在比赛中我们输给了对手，但我们没有放弃，我们以坚韧的毅力，努力争取最后的胜利。

晚上，我们举行了篝火晚会。大家围着篝火，分享着彼此的故事，分享着军训带来的快乐和痛苦。那一刻，我感受到了军训带给我们的是一种深深的情感联系，是一种集体归属感。

最后一天，我感受到了军训的结束，也感受到了即将到来的离别。我明白了，军训带给我们的是一种坚韧的精神，是一种自我挑战的能力，更是一种团队意识。这些，将在我未来的生活中起到重要的作用。我感谢军训给我带来的这一切。

军训，结束了，但我们的生活还在继续。我知道，我们还会遇到更多的挑战，但我相信，我已经有了足够的信心和勇气去面对它们。

初一军训最后一天心得体会篇十四

今天是军训的最后一天，我们的任务就这么结束了。

上午整体练了两次，休息的时间都有一个小时了。不是很累。我发现越到后面越不累，不知道为什么。以前是跟着我们的教官练的，现在队伍多了，教官就忙碌起来了，不分排、连了。

下午两点就开始准备汇演了，但是一直到三点才整理好一切。我们站的脚后跟儿都不想着地了。上场之前，一排的教官为我们做了最后一次表演，是一套拳。他说这是最后一次为你们做的事情了。寝室长录了全部的过程。我们大家全部都很

喜欢一排的排长，她们说他很有男人味儿，我想那是一个只比我们大两岁的男生的成熟魅力吧……他总是做一些摔得很疼的动作给我们示范，很干脆。我们都记得他。后来五排的和三排的教官和我们一起唱了最后两首歌：军中绿花和朋友。后来有人说：五排的教官眼里噙着泪水。当我们唱歌的时候，男生们开始不安分起来，他们先是偷袭了他们的教官，然后把他高高抛起；于是男生女生纷纷欢呼鼓掌。接着是我们二排的教官被抛到了空中，然后是四排，五排，六排的。三排的教官藏了起来，我们众人都没有发现他的影子，当大家很郁闷的时候，五排的教官突然发现了他的藏身之处，结果众男生一呼而上，逃跑也没用，被逮了回来，也是一样的结果。所有的教官们，对我们来说都是英雄，兄长，大家用这最后的方式，来告诉他们我们到底有多爱他们！当时的场面，很热烈也很壮观！

后来的汇演可想而知有多么的乏味。只要是这类型的大会，都是发言，发言在发言，颁奖颁奖再颁奖……不过特别科目的表演确实很精彩。我们大一新生分为四个部分，第一部分的由xx的女生方队表演，内容是整装，敬礼，车辆指挥等；第二部分的由xx系（好像这么叫的）的男生方队表演，是匕首操——很漂亮很整齐的动作，帅呆了！第三部分的由xx系的男生方队表演，内容是军体操，徒手的——很郁闷的是□xx系的居然还不如xx系的，表演的整齐度和标准度让人伤心，不过还是可以看的……第四部分的由在xx住的学院表演，哪个系的忘了，反正是女生方队。我总觉得因为他们和我们不在一起，就像是远方的客人一样，类似于《哈利波特与火焰杯》里的。他们做的是车辆指挥等，很齐，佩服。

本来说和教官留影的，大家都来了兴致。结果没实现。遗憾中我们赶紧转移去新阶梯教室开xx系的会。路上看到了整队出发的教官们，他们往宿舍走。包括我在内的许多同学都一边跑一边告别。他们走得太快了。室友挽着我的胳膊，一边哭一边大声地喊：教官再见！不住地喊。我笑着向教官们摆

手说再见，心里是酸的，为什么还能笑得出来……再见了：一排的老好人郭教官，我们二排呆呆的蒲教官，三排最帅的杨教官，四排最让别的班讨厌也最受本班欢迎的许教官，五排的虎头虎脑的猫头鹰教官（不知道姓什么），六排矮矮的可爱教官（长的小却也是士官了）……当我路过新篮球场的时候，知道以后不可能有绿色的挺直腰杆的身影们排着整齐的队来训练我们这群不听话的孩子了，军装不会再穿了，命令不会再有服从的机会了，也没有逗教官的时候了……当这一切都戛然而止的时候，让我觉得空虚了许多……不真实。我好不容易才习惯了军训的生活，现在就要结束了……那些可爱的人们，以后再也见不到了……他们曾说：你们可以忘记我们，也可以记得我们；但千万不要联系我们。我们不知道他们的名字，不知道他们来自哪里，不知道他们的军队是哪支，也不知道他们以后会怎样……一切的东西都是来去匆匆的，而且全部保密！教官们，以后真的就见不到面了，但是，你们是我心中最可爱的人们，我会记得你们的！