

# 军训的区别 军训学习心得体会(汇总13篇)

众志成城，共谱辉煌！如何进行有效的团队沟通和协作？以下是一些优秀团队标语供参考，请予以借鉴：

## 军训的区别篇一

怀揣着儿时的梦想，终于飞进了四中的天堂；拥抱着青春的考验，我们踏进了军旅的征程。

军训的头两天，训练的科目是站军姿。炽热的太阳无情的射向我们。面对眼前严峻的挑战，同学们没有向困难低头，顽强的站在烈日下，头顶着毒辣的太阳，身上被晒的滚烫。军人的使命是永不服输。在阳光下，我们如一棵青松顽强的挺立着。在烈日的暴晒下，留下了我们迸射出顽强的绿。我们是青松，屹立不倒。从不向军训中的困难低头。

说到军训生活，最令我难忘也最令我痛苦的莫过于拉炼了。巨龙一般的队伍，浩浩荡荡的走在大街上，在城市的外环游荡。公路上，时而驶来巨型大卡车，时而响起拖拉机巨大的噪声。风烟四起，吹得同学们睁不开眼睛。路漫漫，同学们的心却急急。我们央求教官：“一路向北何时回，路上可否停一停？”教官面不改色，丝毫没有同情我们的意思，说：“永不言弃方可回，到达目的是真理。”我们面无血色，只有跟着队伍，步履蹒跚的前往传说中的森警大队。

军训的最后一天，我们举行了会操表演。同学们整齐的站在操场上，等待着学校领导的检阅。我们步伐整齐、抬头挺胸、目视前方、动作敏捷，把教官所传授的发挥的淋漓尽致。仿佛自己是一名真正的军人，在开国大典上，昂首挺胸的走过主席台。最后，我们用今天优异的成绩，作别军训的生活。

军训的生活既是苦的，又是甜的。它是同学们用汗水与泪水凝结成的一片花瓣，珍藏在我们的记忆中。我们用艰苦的军训生活，磨练了毅力，风发了意气和精神。我们是阳光下舞动的绿。

## 军训的区别篇二

经历了多少风雨的折磨；体验了多少紧张的时刻；承担了多少困难的考验。我们终于迈进了高中的门槛。本以为在高中就是要将所有的心血都放在学习上。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，原来那些都只是幻想，军训能带给我们的远远比课本上的多多了。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个多月的，这也标志着高中生活开始了！自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰；无数汗水的浇灌；无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是“苦”和“累”的表现。

在军训期间，发生了许许多多感人的故事。这些感人的举动也都表现出了一颗颗坚定的心；一份份坚强的勇气；一种种值人学习的精神。在高中、大学，以及未来的社会上也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。“没有规矩，不成方圆。”这也正是军训中，我们所明白的。如果一个人在生活中放荡的地，那么这个人将被称为“疯子”；如果一个家庭在生活中争吵不息，那么他很快四分五裂；如果一个国家总产生内战，那么最后只能走进灭亡这一恶门。因此，我也深深地懂得了只有团结、友爱、奋斗、坚强才能在这个世界上生存。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信“阳光总在风雨后”这句话，这也是为今后的生活奠定了一个坚实的基础。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真正的一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

## 军训的区别篇三

记得那天，老师告诉我们要去军训，要在外面吃住五天，听到这个消息，我心里特别高兴。我们用零食把书包塞得满满的，又准备了一些生活必需品，坐上了汽车来到了沙河子迎宾路南侧的军营——军训基地。

这里四周是连绵起伏的群山，绿树葱葱郁郁，景色怡人。群山间有一块宽敞的场地，周围有一些军事器材；山脚下是几排整齐营房。远离城市的喧闹，这地方新鲜而又陌生。

我们的教官是一位男士，他既威严又亲切，让我们对他肃然起敬。他对我们要求很严格，军姿训练的时候，要求我们立正站直，目光上仰，重心前移，双手紧帖裤缝。动作虽简单可我们不论是在寒风中，还是在烈日下，都要坚持不动一段时间，有时冻得龇牙咧嘴，有时热得满头大汗，我们也得坚持。我们还学习了阅兵的队列式，这是我们比较熟悉的，无论是踏步走，还是齐步走、立正、稍息，我们都做得精神抖擞，动作敏捷。

军训虽然受了累，吃了苦，但是我们得到了锻炼，学到了军人坚韧不屈、顽强拼搏的意志和精神，这在任何行业、任何时候都是需要的。也使我们掌握了保卫祖国、热爱祖国所必备的本领。在生活上我们又得到了独立自主的锻炼，吃饭时自己盛饭，自己打菜，有时甚至拥挤和拼抢。这里和在家衣来伸手、饭来张口的生活大不相同，使我真正体会到慌不择路、饥不择食的道理。我已经把平时吃饭挑肥拣瘦的习惯抛到九霄云外了。

虽然军训很紧张，但我们也很愉快。晚上军训基地搞活动，所有连队都在二区集合。教官们组织每个连队围成一个圆圈坐下，开始促膝谈心，说说笑笑增加了同学们之间的了解和团结友谊。

军训不但让我们受到了一次军人的洗礼，也让我们享受到了离家在外独立自由的生活乐趣。

这次军训是我人生中一部神秘而快活的插曲，我会永远珍藏在心里！

## 军训的区别篇四

一周前，我们开始了为期五天的军训。这是我一直梦寐以求的事，我认为军训很好玩，而且还有五天的时间。我们去军训的地方在深圳市育新学校，我怀着激动、兴奋的心情参加了军训。

我们军训的教官身材较高，比较年轻，十分严肃认真。他对我们的要求较高，教给我们的动作要领不能出一点儿差错，否则就要受罚。

很快就到中午，因为我们在进入饭堂时发出了一点声音，就被惩罚站着吃饭。

当天下午，我们班有水上活动：划龙舟、走断桥，这个活动锻炼了我的勇气。

我们学习了一些军人在部队中的基本动作，比如站军姿，站军姿虽然看起来很简单，做起来却很难，要求脚跟并拢，双脚分成60度，双手用力按紧大腿，肩膀后张，抬头，重心向前倾，练这个动作累得我们双腿麻木，双肩酸痛。我已经感觉到了军训是劳累的艰苦的，一天下来几乎没有一点儿休息时间，一个个十分简单的动作，每天下来无数次的重复，太

枯燥、乏味了。

到了晚上，因为喊口号声音没有达到总教官的要求，总教官惩罚我们蹲水壶，我们累得满头大汗，感觉腿和手像断了似的疼。后来，因为我觉得痒用手挠了一下，教官竟又拿了个水壶让我拎着，真累！

晚上到了练叠被子环节，叠被子虽然很容易，但要达到教官的要求却有些难，最后，在和同学的合作下，我们五班的所有男生都顺利通过了教官的检查，六班同学没有通过，被罚叠到了十一点。

在宿舍中，我们每天六点就得起床，要在几分钟内叠好被子穿好衣服，培养了我们良好的习惯。

第二天，我们练习了走齐步、走正步。教官要求我们走正步的脚要伸直，每一排走下来要对齐，脚要同起同落。

下午我们参观了育新学校的很多展览馆，在蝴蝶馆里，我看到很多我熟悉的蝴蝶标本，也看到了我没有的我国国蝶金斑喙凤蝶。在安全馆里，我了解到了针对各种灾害的应对方法。我还在机器人馆里了解了机器人的基本构造等知识。

接下来的几天里，我们主要训练了广播体操。虽然我们在学校已经学会了，但在这里是强化训练，要求每一个动作上手非常快，手要伸的特别直，手落在腿上要发出响声。

最后一天晚上我们进行了烧烤，大家经过几天的辛苦吃上了香喷喷的香肠、牛肉丸子、鸡翅等食物，味道好极了。

这几天军训有不少同学抱怨不停，还有些想逃避军训。这都体现出我们平时的生活太顺畅，缺乏了这个年龄应有的能力。虽然军训是异常艰苦的，但通过军训提高了我们的身体素质。

这次军训让我认识到了严谨的时间意识和坚韧不拔的意志。我们体会到了军人的一丝不苟，站军姿的纹丝不动，跨正步的整齐有力。军训培养了我吃苦耐劳的精神，磨练了我们的坚强意志。“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志”，成功的大门从只向有意志坚强的人敞开。

## 军训的区别篇五

在xx月份的xx日至xx日，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浹背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的部队纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内

务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊！

最后一天，我们班获得了“先进班集体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同努力的成果；这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到。

## 军训的区别篇六

军训，教我们怎样做一个坚强人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度；军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去锻炼，去磨砺，其目的是：增强国防意识与集体主义观念，深刻领悟“效率源于执行”的真正含义；培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力；军训，还能提高生活自理能力，培养思想上的自立和独立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。

这就需要我们在军训过程中要令行禁止，我们不但要领略军人们无私奉献的伟大精神以及不怕困难的崇高品质，也要发扬我们“同心协力，艰苦奋斗”的光荣传统。我们要坚持铁一般的纪律，严于律己，服从命令，听从指挥，坚决完成各

项训练任务;希望大家用顽强的意志,用敢于吃苦、勇于拼搏,发扬“流血流汗不流泪,掉皮掉肉不掉队”的精神,彻底完成军训使命。

## 军训的区别篇七

“哈!哈!哈!”伴随着一阵阵响亮的喊声,我们五年级五个班级在礼堂里打军体拳。同学们动作整齐划一,个个精神抖擞,加上穿着整齐的军服,使我们看上去很像解放军。

军体拳包括“弓步冲拳”、“马步横打”、“反弹侧击”等十六招,“弓步冲拳”出拳迅猛,右拳直出,左拳收于腰间,双脚下蹲成马步,眼睛直视前方。

我很喜欢军体拳,既可以强身健体,锻炼身体;又可以用来自卫,抵御坏人。军体拳出拳迅猛刚烈,出掌攻击精准,出脚攻敌要害。

练军体拳练好很苦,很累,但更多的是来自自己辛苦换来的无尽快乐。我从练军体拳中学会了坚持不懈,服从命令,协调一致。练军体拳我付出了汗水,付出了辛苦,然而换来的是一个袋子,里面装满了欢乐,装满了坚持,装满了一颗颗沉甸甸收获的果实。

军体拳锻炼了我的意志,我的毅力,我的身体,是我的好伙伴。

## 军训的区别篇八

大学军训早已开始,军训,磨练我们的意志;军训,增强我们的耐力;军训,塑造我们的品格。万事开头难,而军训正是四年大学的第一课,它的老师便是我们的教官。

提到教官,我们想到的或许是严厉、苛刻,殊不知正是教官



的严厉苛刻才让我们的意志得到了真正地磨砺，真正地增强了集体意识和集体荣誉感。他们陪着我们一起晒太阳、流汗，一遍又一遍地示范，一个动作一个动作地给我们纠正，不厌其烦。即使是一个小小的姿势，也要纠正多次以达到要求。我们以为最轻松愉悦的环节一拉歌，正是提高凝聚力，增强集体荣誉感的捷径。短暂十五天军训，让我们受益匪浅，让我们对教官产生了深厚的感情，让我们对教官心生敬意。

在此深深地向教官敬礼！

小雨淅沥沥，桂花飘香，这个季节总是有种莫名的感伤，不像独上高楼的悲凄，有点像满地黄花无人堪摘的无奈。然而我们相遇相识在此，一起欢乐消去了疲倦，释放激情放晴了阴云，在阵阵的小雨中享受着别样的大学生活。

它似乎格外优待我们：没有骄阳似火，没有蒸人暑气，徐徐微风，几点秋雨。在这让学长们羡慕嫉妒恨的环境中，我们为青春拉歌，嘹响人生的号角，也在历练着自己。

一遍一遍的稍息立正，齐步踏步，跨列下蹲，看似简简单单的基础对我们却是一个一个的挑战。夹杂着汗水，我们学得了一份坚韧，养成一丝不苟的性格，学会了团结一致的精神，磨练了面对挑战困难的意志。

桂花香依然飘着，军训还在继续，我们享受着珍惜着这的每一分每一秒，期盼着风雨洗礼后的蜕变。

今天是我来到常州大学的第五天，也是新生军训的第一天。早上八点钟，我们在校体育场进行了军训动员大会。在各位领导和负责人简短有力的讲话和观看列兵表演后，我们正式开始了新生军训。我们的教官姓刘，非常精神，人很严肃又不失幽默。

第一天的训练安排没有想象中的那么紧张，主要是熟悉教官

和最基本的练习，例如军姿、稍息立正、停间转法和齐步走呢。内容看起来虽多，但是大家基本都经历过军训，所以训练起来难度不是很大。在一天的训练中，我们六排六班两次获得了连长的表扬，大家心里都十分高兴，毕竟这是用大家的汗水换来的。

通过第一天的军训，我知道了我们六排六班都是好样的，我们副排是多么的尽职尽责，同学们相互间配合十分默契，都能按时到达训练场。我们不抛弃不放弃，流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。我希望同学们可以将这种精神发挥下去，在继续拼搏十多天，在军训汇演中取得优异的成绩，为我们物流142班争光。

## 军训的区别篇九

当我刚踏入云浮中学历经风雨九十余年的著名校园时，首先面对的挑战该是七日的军训了。还稚气无知的我没有真正理解军训，所以那军训之初体验的感受颇少，只是累，热，渴等等罢了。然而时间如梭，光景如歌。如今，我又迎来了军训之再体验。

现在，七日的军训虽已结束，我们班还荣获汇演一等奖！可我认为事实上的“军训”并未真正地结束，它就仿佛一面鲜红的旗帜永远高举在我的生活道路上。

头顶一轮火辣辣的太阳，不禁叫人埋怨道：“军训为什么偏选在这种日子里头？”之前我也不例外。可后来，我才想清楚着并不奇怪。军训，一提到这个词就离不开辛苦之说了。因为军训是军人日常生活不可或缺的活动，它诚然辛苦。而现在它又进入了学校，也就是要求中学生应以军人为榜样，向他们看齐。其实军人之所以令许多人崇拜、尊重，就在于他们吃过苦不怕苦，不怕累，有敢于奉献的精神。这一切又恰好体现在军训之中。所以，如果那些平日里怎样怎样崇拜军人的中学生，如果你是真的崇拜他们，那么你们最起码的

要求就是要好好地军训。

有的中学生说：“军训是他们军人的事，为什么现在要我们受苦，我们最辛苦了！”而我认为，军训不但是军人的事，而且是所有中学生的事，包括大学生的事，更是全民族的事。不知军训之苦，怎晓得解放军战士之苦，责任之重大。军训不仅是在身体上锻炼我们，更是在意志、修养、品质和教育上完善我们。在军训之中，我们能培养大无畏精神，能提高自己为人处世的修养，能培养利他主义观念，加强国防意识和培养爱国主义情感。军训对我们来说是获益匪浅的弥足珍贵的重大一课！军训的学习心得体会（四）

操练是我们十四天军训生活的主旋律，我们将学会一些基本的动作，之前教官们给大家做了完整的一套演练，飒爽英姿，坚实的步伐、笔直的脊梁、雄壮的口号让我们掌声雷动，短短十四天，这便是我们心中的目标，操练是严格的、枯燥的，也是很辛苦的，突然想到不知曾几何时听过的一段话：世界上最远的距离不是我站在你面前却不知道我爱你，而是站军姿时教官掐表的时间漫漫无尽头。世界上最痛苦的事不是明明相爱却不能在一起，而是当汗水肆掠你的脸，很痒却无法伸手擦去。也许十四天后回首，这段操练的日子会留下太多珍贵记忆，那种苦与练镌刻上军训十四天的日期永远烙进我的脑海里。

人总是在回忆过往日子时发现以前的点点滴滴是无可估价的人生财富，是每个人真实生活过的证据。现在度过的每一天也许都为明天积累下珍珠般的回忆，年轻无极限，在军训我们每个人都在挑战自己，适应一种脱离习惯范畴的新生活，学会忍耐，学会坚强，“把眼泪种在心上，会开出勇敢的花，当我们疲惫的时候，低下头闻到一种芬芳”。大学生活从军训这里启程，后面的路还很远很长，但人只有双脚没有翅膀，风浪再大，也要永往直前，这是从军训中我认识到的精神，也会伴着我一直走下去。

mp3中响起孙燕姿的《一起走过》：“在我心中，我知道，这是永恒的长跑，好不容易来到这里，明天还要追更多的荣耀。把自己角色扮演好，全力以赴每一秒，我的家人和我的朋友，肩并着肩手牵手，一起走到。”一个开始让我预见未来的路，一次挑战让我前进并非一帆风顺，在这个痛并快乐着的起点开始永远的长跑，去追更多荣耀，去闻那勇敢花儿的芬芳，难忘那年的风，那年的阳光，难忘那年的雨，那年的歌儿，再回首，难忘那青涩微笑成长着的孩子们。

## 军训的区别篇十

五天的军训生活，我的收获很多，学到了不少新知识。在这期间，酸甜苦辣这四种味道我都尝过了。

我们每天都要早起早睡，有的时候晚上洗澡时间不充足，有的同学还得摸黑洗。白天，我们要站在热辣辣的太阳底下训练，经历了风吹雨打的考验。我想，这就是军人们的生活吧。虽然军训很辛苦，有时候还腰酸背痛，但是想想，军训生活是在帮助我们锻炼身体，寻求新知识啊！这样的训练可以说是来之不易的，人的。一生只有不过几个小小的训练，便能磨练我们的意志力，上进心。让我们离开家门，接受军训的挑战，就是为了使我们大家学会自力更生，吃苦耐劳。

最重要的是在这五天里，我学到了在班集体里不可缺少的精神，那就是团结。所谓“团结就是力量”，这次我们初一（一）班在会操比赛中获取第一名的好成绩，是团结的力量让我们做到最好，我是班里的一分子，我努力，大家努力，胜利才会站在我们这一边。为了集体的荣誉，谁不希望把自己班里最好的一面表现出来呢？团结的力量就是这么大。拿第一并不是轻而易举的事情，在这“第一”的背后有过我们辛勤的汗水，苦涩的泪水。当听到这个光荣的第一是，军训的苦味已经变成像蜜糖般甜的滋味了。

军训的苦，军训的累，将永远铭刻在我心中。我要以军人们为

榜样，学习他们不畏艰险，自强不息，积极进取，敢于牺牲，知难而进的高尚品德，相信有一天，我一定会成为生活中的强者。

## 军训的区别篇十一

“哈!哈!哈!”伴随着一阵阵响亮的喊声，我们五年级五个班级在礼堂里打军体拳。同学们动作整齐划一，个个精神抖擞，加上穿着整齐的军服，使我们看上去很像解放军。

军体拳包括“弓步冲拳”、“马步横打”、“反弹侧击”等十六招，“弓步冲拳”出拳迅猛，右拳直出，左拳收于腰间，双脚下蹲成马步，眼睛直视前方。

我很喜欢军体拳，既可以强身健体，锻炼身体;又可以用来自卫，抵御坏人。军体拳出拳迅猛刚烈，出掌攻击精准，出脚攻敌要害。

练军体拳练好很苦，很累，但更多的是来自自己辛苦换来的无尽快乐。我从练军体拳中学会了坚持不懈，服从命令，协调一致。练军体拳我付出了汗水，付出了辛苦，然而换来的是一个袋子，里面装满了欢乐，装满了坚持，装满了一颗颗沉甸甸收获的果实。

军体拳锻炼了我的`意志，我的毅力，我的身体，是我的好伙伴。

## 军训的区别篇十二

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。

大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。

或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。

我想这也就达到了军训的目的. 了吧。

## 军训的区别篇十三

今天是学打军体拳的第二天了，我的兴奋度可一点没减。中午，我们排着整齐的队伍兴致勃勃地来到了操场。

教官已等候在哪儿了，我们满怀期待地排好队，等待教官再次英姿飒爽地打起拳来。这次，我们要学三、四招了，只见教官在第二招的基础上，大气第三招来，教官的拳头刚劲有力，打起来真帅啊！我在心里暗自称赞起来。

教官打完就来叫我们。我想，男生们一定在心里“耶”起来了。教官把分解动作做给我们看，我们也都照着认真做。即使我们不会，教官也都会耐心地教我们。“功夫不负有心人”，第三招终于学会了。下面就学第四招。第四招看似简单，其实也很难，看教官们打得轻松，自己打时却什么也不会。还有，一人还行，大家一起打就乱了，什么动作都有啊。练了几遍，教官看还行，就直接往下教了。第五招简单，一会就学会了。

最后，我们学踏步。一开始踏得不整齐，教官叫了几遍，还是不齐，教官命令再练，到会为止。我们在阳光下暴晒了好多时间，一回到教室，同学们就像蔫了的. 黄瓜，无精打采的。

军训虽然很累，但锻炼了我们的意志，增强了我们的生活能力。