

最新大一军训心得体会数(优质8篇)

教学反思是教学过程中不可或缺的一部分，它可以帮助教师发现自己的不足之处，进而不断提高自己的教学水平。以下是小编为大家收集的实习心得范文，供大家参考和借鉴。

大一军训心得体会数篇一

在最后的会操比赛，也就是最重要的一次比赛，我们没有拿到名次。但是，我们输了吗？不！我们没有输，我们只不过没有赢！我们还会有机会的，重要的是，我们学会了比比赛更重要的东西。

见面问好尊重他人是我国的传统美德。我们不能以貌取人，即使他是个清洁工，修车工人，我们都会为他的敬业精神，一丝不苟，助人为乐，默默奉献，舍己为人……而感动，或许我们的一句问候，一个真诚的微笑，都会使那些被尊重的人改变自己。

互助在别人有困难时我们应该帮助他，只有互相帮助我们的班级才能更加的和谐，才能更加美丽。同学们，为自己的班级献出一份力量吧！

感受最深的还是要吃苦耐劳。早上六点，我们准时起床了，6:20正式的训练开始了，太阳越来越红了，中午更是艳阳高照。稍息，立正，转身，向右看齐，齐步走，正步走，我们都造就出一种势不可挡的力量！脚疼，腿疼，胳膊疼，手疼……但是，我们忍者，忍住疼痛，勇往直前，吃这点苦算什么！我们不怕！

在拔河，合唱和内务的评比中都拿到了成绩，但这一次，我们输了，不！正确的说，我们是没有赢！我们还会有机会的！我们还会再努力！还会加油！

军训中，我们变的自强，自信，我们学会了面对生活。

信念是人生征途中的一颗明珠，既能在阳光下发亮，也能在黑夜里发光。坎坷人生，我们不能企求尽善尽美，而自信，自强与人生的成败息息相关。把梦想交给自己，去努力开创属于自己的生活！

这，就是我们人生的目标！

幼儿园教师军训心得2

军训很苦，但是我们还是挺了下来！同时感悟了很多很多……

这次军训和以往小学时候的军训截然不同，比小学军训时更苦更累，流的汗更多，当然少不了心得。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直；陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

我在《士兵突击》这部电视剧里面看过，他们军人每天天不是很亮就起床，教官一吹哨，不管怎么样，他们都快速的叠被子穿好衣服，整整齐齐的下去集合。他们每一个动作都做的十分到位，有些人就是想打哈欠都不敢在队伍里动一下，因为那里的教官比齐教官严多了啊，哈哈，没有想到，我也会来像军人一样的训练场地。

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

幼儿园教师军训心得3

我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的.生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以

如此柔和，其实他挺好的，真的！

总觉得以上的文学并不是什么军训感言，我倒是更愿意视之为一篇日记，军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。

幼儿园教师军训心得4

军训，教我们怎样做人，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，培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力；军训，还能提高我们的生活自理能力，培养思想上的自立，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，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，坚决完成各项训练任务；大家要用顽强的意志，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。

所以，我们进入中学学后的第一件事就是军训。

初闻军训，我总以为是一个很好玩的节目，可是我错了。

军训六天后，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了我的耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。首先，定好目标；然后，要有一种不怕苦、不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地向目标前进；接着，遇到困难时绝对不可以向挫折低头，更不可以半途而废，否则之前做的都会白费心机；最后，只要坚持，就会成功。我深深体会到作为一名军人有多么辛苦和

不容易。虽然我腰也酸、腿也疼，有时候还乱动，但是我依然咬牙坚持着完成会操。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

大一军训心得体会数篇二

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，六班的同学没有通过，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。

大一军训心得体会数篇三

800字第五天3篇通用（完整文档）

暮然回首，那些我们曾努力抓住，却无力的逝去的，还有那些我们曾享受着，却悄然的远离的，都在告诉我们，青春的确太过仓促。是啊，人们总是喜欢怀念过去，憧憬未来，却不曾想过把握现在，享受现在。

刚跨入大学的我们，大多都会把大学生活想象的非常美好。但在面对长达半月的军训生活面前，我以为它是水深火热的。所以，我便怀念起那段备战高考时练体育课都不用上的日子。然，在这体验了军训生活的第一天，我却有一种不一样的体验。不，应该是截然相反。今天的训练，没有我想象中的辛苦，但也并不是不累的。刚开始的时候，有教官说，我们今天所学的，只是最基本的。那时候的我其实不知已经在心里哭爹娇娘了好几次。当我站军姿时，满脑子只有“快点结束”。

但在我执笔的现在，我想起了稍息，敬礼，踏步等一个个的动作。也许不标准，但是回想起来还是有一点点的成就感。现在的我，有一点怀念白天的经历了。不过，只是有一点哦，因为今天还是挺累的。

我们还有十三天的军训生活，说实话，我不是非常期待，不过这是我们必须面对的。所以，我想从明天开始，换一种心情来面对它，好好感受这一个过程。接下来的日子，会是现在进行时。

青春也许是仓促的，但是如果活在现在进行时，我们所抓住的就会更多，我们所遗憾的就会更少。我们就不用如席慕容笔下那样含着泪缅怀我们的过去！

九月的艳阳天，火热的太阳炙烤着大地，地面蒸起一团团热

气，和着干燥的秋风，无情的扑向我们。就是在这样的九月，我们开始了维持14天的军训生活，这也是我们大学开始的第一堂必修课。回想两天的经历，酸甜苦辣咸，五味俱全，晒黑了的同时，心灵得到了洗礼，灵魂得到了磨练。

但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛。

当我们早起，当我们整齐的站在早训的场地上时，第二天的军训便开始了。我开始闻不到金桂香气扑鼻的悠然，我只看到了五营整齐的队伍，整营的正气感。这个一天的挑战开始了。

经验取长补短。我们有进步的空间，我们会向更好的迈进，因为我们想对得起这身迷彩服。下午，我们在寝室整理内务，显然达到军人的要求我们还有些距离，但是这除了时间的积累更需我们的努力。

生活还在继续，所以我必须坚持到底。

大一军训心得体会数篇四

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，一月的军训生活就到眼皮底下。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”□xx的明天会更加辉煌灿烂。

，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的一月军训，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，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们xx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。

也许，这短暂的一月是微不足道的，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！

大一军训心得体会数篇五

盼望着，盼望着，终于从军训的魔掌中逃脱出来了。就在前

天，我们才从那片“可怕”的土地逃回了家，回到心灵的依靠。激动的心情可想而知，那是我每天晚上都乞求的梦啊，希望早点回家。即使是现在，我的心里仍然充满了喜悦与感激。可是过去五天的点点滴滴，仍然在我脑中挥之不去。我想忘掉这段充满泪水与欢笑的回忆，回到平日安静的生活。可是，无论怎么努力，那段记忆仍然霸占着我脑海中的一方土地，如潮水般涌出。

还记得我们刚到军训的那一天。早上我兴致满满，终于要逃离爸爸妈妈的“魔掌”了，马上就要开始一段新的人生旅程了！我拖着装满爸妈的爱与担心的箱子，飞快地跑进校门，把爸爸妈妈的告别声甩在身后。就这样，我踏上这条充满磨砺的路程。

噩梦才刚刚开始，更苦更累的训练还在后面。教官把我们领进军训大堂，并分发衣服裤子。大堂顶部的一句话引起我的注意：“流血流冷汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”，这就是所有军人对自己的严格要求吗？如果军队里人人都能做到这一点，那么中国的军力便可得到大大发展了吧。然而，对于我而言，确实很难做到的事。我无法如同真正的军人一样视死如归，离开家还不到半天我便无法控制自己的情绪了。而真正打仗时，却要离家千万里，多年不归，甚至永生不再回家。一丝悲凉与惭愧掠过我心头。

在这里，唯一能照顾我们的人就是自己。从叠被子到整理内务，不会有人帮助我们，全部靠自己。回想起在家里我受到的百般呵护，而现在却只能自己照顾着自己了。我能照顾好自己吗？不管怎样，先迈出第一步好啦，从今往后这几天，我就是自己的妈妈了。在以后的日子里，我也十分努力的照顾自己，在此期间我成长不少。

此外，军训还锻炼出我们团结合作的精神。在那里，同学就是家人，我们都是一条绳上的蚱蜢，每个人的举动都会给集体产生不小的影响。我们常常会因为一两个同学练习不认真

而一次又一次的重新练习。泪水打湿我们的军服，集体荣誉回荡在我们心中。我们是一个整体，每个人都有义务做好自己本分的事，否则便会拖集体的后退，让别的成员与自己一同受累。我们有责任帮助集体中比较落后的同学，让自己的集体更优秀。

吃饭也是一件考验人体力的事情。我们吃饭基本上是抢着吃的，稍有不注意，就可能吃不饱。再加上训练的累与痛，吃饭也成了我们身体的负担。初到育新，我们还认为吃饭与睡觉是我们唯一可以得到放松的机会，可是事实总是与预想相反。而军训总教官偏偏不让我们好好吃顿饭，稍有讲话声，这顿饭就要站着吃完，自己的身心更加疲惫了。

如果说艰苦的训练磨练着我们的意志，那么电影、烧烤晚会、文艺晚会就是解放我们身心的好时机。疲劳的一天下来，能够在晚上好好轻松一下也不错，为第二天的训练做好准备。这也是在军训中，唯一能使我们的心得到温暖安慰的时光。

在这次军训中，严格的要求深深的烙印在我的心上。不能有一丝马虎，不允许犯一点错误。然而，在以前，在我看来是件小的不能再小的事情了。人总是要犯错误的，只有在错误与失败中成长。但是在军训中不能失败，岂不是在说笑吗？我很是不理解。

生活中养成良好的习惯。

军训的尾声在我们的期盼中悄然来临。回首过去的几天，收获颇丰，感慨时间过得竟然如此之快。我们拉着行李箱，离开这充满泪水与欢乐，成长与历练的地方。内心尽奇迹般有些不舍。这是我第一次离开所有家人这么久，这段全新的人生旅程就这样结束了。

记忆的宝箱悄然合上，军训的片段被我收藏在其中。多年后再次翻开，一定有不同的感想吧

大一军训心得体会数篇六

三天辛苦的军训结束了。军训虽然辛苦，但很快乐，也懂得了许多道理。军训不仅可以增强体质还可以磨练我们的意志、考验我们的团结。

先说说站军姿吧，站军姿简单的来说就是按照军人的姿势来站。站的时候要昂首挺胸，还要保持纹丝不动，汗流了，不能擦，任凭它流入眼睛；手麻了，不能动；口渴了，不能喝水……虽然很难受，但是这考验了我们的毅力和耐力。

齐步走，要靠我们的团结，如果不团结那就会走得歪歪扭扭，不整齐。如果大家团结一致那就会走得整齐划一。所以在军训中“团结”也是不能缺少的。

军训在磨练和考验我们同时，也改变了我们。让我们这些“衣来伸手，饭来张口”的“小公主”、“小皇帝”明白了：雄鹰是怎样才能在天空中飞翔的；大树是怎样才能抵抗狂风暴雨的；乌龟是怎样才能赢过兔子的，明白了军人是怎样保护祖国的，也让我们懂得了珍惜父母的付出。

军训，磨练了我们吃苦耐劳、坚持不懈、团结一致的精神。

这次的军训让我长大了，也是我在初一时期的第一堂课。

军训，是让我们这些大学生体会到当兵的辛苦，军人的素质，和责任的含义！提到兵，我们总是满怀敬仰！脑海里总是会立刻浮现出那些在风雪边关哨卡的战士，在抗洪前线的坚强臂膀，在地震灾区的奋勇绿流，在检阅场上的飒爽英姿，挽日月与光明，救苍生于水火，每当在危于累卵的关键时刻，人们马上就会想起他们——人民的件事靠山，国家的中流砥柱。军人本色，是一条贯穿社会的红色的主旋律，是一首弘扬中国军人情操的赞美词！流逝的是岁月，转变的是沧桑，而唯一不变的是那种执着、忠诚的军人本色！

军训是我们大学的第一堂课。它将教会我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。在这次特殊的训练中，也许，我们会遭遇烈日骄阳；也许，我们会面临瓢泼大雨；也许，我们会遇到体力不支的情况。但“逆境是阻挡弱者的`大山，也是冶炼强者的熔炉”，因为我是一个兵，所以我们决不能屈服，要勇于克服困难，培养军人一样顽强拼搏的精神和毅力。巴尔扎克曾说，“没有伟大的意志力，就不可能有雄才大略”。我们要认真对待这次军训，发扬“特别能吃苦，特别能忍耐，特别能战斗的军人作风，磨练意志，强健体魄，提高思想觉悟，增强组织纪律性。我们将在军训中使自己变得更坚强，更勇敢，更自律！并把这种精神带到今后的学习和生活中去。

军训生活已近尾声，无数酸甜苦辣汇聚成心中的感念，如同这斑斓的色彩。

红色——热烈的红色，能够激发起无限潜力与活力。在火红的烈日下我们坚持训练，铿锵的方号喊起来，整齐的步伐踏起来，坚毅的面庞抬起来，指导耐心的教官老师与认真操练的同学们心中充满了奋进与希望。阳光愈烈，斗志愈昂扬。

黑色——黑色予以恐惧之感，让人压抑后冷静。军训永远是艰辛的过程，腿疼——灌了铅般的痛，脚麻——如踏针毡般的痛，头胀——暴晒后无比的痛，连汗水也痛着。但在一番磨砺之后，我们不再惧怕困难，而是更加渴望胜利和光明，因此奋勇向前。

绿色——生机勃勃之色，亦为军旅的代言。我们高一新生代表着学校与家长的共同期望，也是祖国未来；而作为国家安全维护者，武警官兵自然是任重道远。绿色的军训让我们领略了军队的严谨作风，更是我们感到身上沉甸甸的责任。

粉色——温情而体恤的颜色，让人心存感激。第二天站警姿的时候，骄阳似火。班主任见我们挥汗如雨，便拿出纸巾一

个个的擦汗。虽然天气酷热难耐，但老师的关心已经让我们感到无比感动，若一丝清泉流淌心中。

蓝色——海的颜色，博大而容万物。军训中我们不仅提高自我，还与同学互相熟悉时培养默契。队列中，一个人失误往往导致全体错误，我们要积极配合，严以律己，为班级争取最高荣誉。正所谓“团结产生力量，凝聚诞生希望”，团队精神会得到更多胜利。

军训真的很累，却即将与我们告别。留在我们心底的，有痛苦，有欢乐，而更多的是感激。感谢学校给与锻炼的机会，感谢教官不知疲倦的教导，感谢老师同学的关怀，感谢五彩斑斓的跌宕人生。

在这个阳光明媚的早上，我们来到了青岛第59中学参加第一次军训。

所有人都应该知道军训是一项很艰苦的活动，但是经过这段艰苦的过程可以让我们体会到军人的辛苦，强健我们的体质，让我们具有集体责任感。今天在训练过程中，我也看到了许多人因体力不支而倒下，但是他们经过短暂的休息和调整又重新回到了队伍当中，他们这种克服困难，坚强不屈的精神鼓励了我，让患有感冒、疲惫不堪的我选择了继续坚持，没有放弃。

同学们，虽然军训艰苦，但是我们依然要坚持下去，只有这样才能达到我们参加军训的目的，让我们更好的成长。

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。

进入了高一，军训也随之而来，它是对我们更进一步的磨砺，来磨平假期的那颗浮躁的心。

可以这样说，六天的军训比我想象中的要残酷的多。上午我们迎着烈日站军姿，还要去训练什么体美操、广播体操，下午亦是如此，都让我觉得有些像末日临世一样的恐怖。做体美操实在不是什么容易事，花了大半天，我们也才学会三个八拍，不过在我看来已经很不错了。那没有节奏感的音乐响起，我们像无头苍蝇一般乱撞，惨不忍睹。还好广播体操不

是太难，不然真就没法活了。

最后一天的军训检验好不热闹，二十四个班齐出，我们是第十七个出场。操场中央的草地刚沐浴了甘露，我们还是得经此而过，弄得泥水四溅，怨气四起。我站的位置比较特别，全班除了班长在前面带队，其余人都以我看起，好无语啊，弄的我一阵头大，恨不得直接率队跑过去。

我们还算团结，没出什么差错，得了一面锦旗，实属意料之外，看来我们下次不能太低估自己，当然也不能高估，不然就是埋汰了自己。

军训的六天里，我收拢了散漫的心，接受了新气象的洗礼，领悟到了团结的真义，验证了它的强大，面对军训，不需恐惧，接受它的洗礼，焕发属于你的光彩！

今天我们59中学的新生迎接了我们入学的第一次军训。今天上午我们训练的内容有健美操和军训。军训开营式之后教官来到了个个班指导同学们进行队列的分解练习。

时间一点一点的过去了，我们的汗水也浸透了后背。但是我们没有喊累，克服了天热等种种困难。其中有一位同学因身体不适吐了，但是他很快调整好了状态，洗了下脸重新归队了，一直坚持到了最后。这点非常让我敬佩。练习的每一分每一秒都是对我们精神上的磨练。最终我们以饱满的精神完成了今天军训的任务：报数、稍息、跨立、向左向右转。虽然我们教练和老师都说我们做的很好了，但是我知道我们其实还是有提升的空间。

天上没有白掉的馅饼，我们也不会有白努的力。军训不仅是提高我们的身体素质更多的是考验我们的精神毅力。虽然今天天气很热我们也流了很多汗但是我觉得是值得的。

迎着刺眼的阳光，我的大学军训就这样开始了。这是一个战

胜自我，磨炼意志的机会。

我满怀信心与激情站在这操场，与想象中严厉的训斥不同，教官一遍遍耐心的指导使我们的动作不断规范，进步速度让人欣喜。军训也不总是单调的，夜晚组织的拉歌活动给军训生活增了一分甜，期间每一丝欢笑都能将要崩溃的身体唤醒，令我们忘记白日里炙热的阳光和苦咸的汗水。

军训告诉我们面对困难时应有的态度，让我们在阳光的洗礼下摆脱了懒散的生活态度，它会成为我们宝贵的回忆，引导我们走向辉煌的未来！

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，他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。日日夜夜如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。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的职责。因为有种生活比我艰苦十万倍。

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。

随着军训的推进，渐渐喜欢上了这个团结而又亲切的团体。渐渐喜欢上了严肃而又不失幽默的教官，渐渐喜欢上了认真而又负责的教师·····多想这种生活能够一向持续下去呀，可毕竟军训时只是我们生活中一个小片段，可这个小片段让我学会如何去应对挫折，如何再以后的路上走的更坚

定，如何让我打造属于自我的一片天空。

告别了教育我们六年的小学母校，我们踏入了新的大门——初中，迎接我们的不再是以往熟悉的笑脸，而是陌生的面孔和艰苦的军训。

军训对我们这些家中的“小皇帝”来说是十分辛苦的。军训的第一天，教官就命令我们反复做立正、稍息，我心想：立正，稍息这么简单的动作我们小学时每次体育课都要做上三四遍，没想到军训这么简单啊，可是，我错了。立正、稍息时五指间要并拢，并且双手要紧贴大腿，头要抬高，而我们做这些动作时既不标准还很懒散。教官指出，我们不是脚放的位置不对就是头太低了，教官为了惩罚我们连这些都做不好，让我们在太阳下蹲着，当然，蹲的姿势也要规范，一只脚蹲着，另一只脚脚尖踮起膝盖向下，双手不准离开膝盖。刚开始还没什么，可是慢慢地，我感觉双腿发麻发酸，豆大的汗珠从我脸上滑落，此时好像整个世界都安静了下来，最终，有一位女同学受不了了，向教官报了告到一旁休息去了。而我们继续蹲着直到双脚发麻，教官这才让我们起来。我刚一站起来腿就突然没了力差点摔了下去。这时教官告诉我们刚才只蹲了十来分钟，而我却感觉过了几个小时。真是度日如年啊！

军训中，除了苦也有乐，有时军训完了，教官也会让我们做些小游戏，让我们觉得平时一些无聊乏味的游戏，也会如此趣味。

转眼之间五天的军训就过去了，而这五天却让我们受益匪浅，让我们懂得了我们是多么的“娇弱”，让我们明白了什么是“苦”，以往我们认为被太阳晒黑了就是苦，被小小的雨点打湿了衣服就是苦……而五天的军训告诉了我们：我们那些根本算不了什么！在我们未来漫长的学业中无论遇到什么困难、什么挫折，我们都将勇敢而自信地应对。

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严.多少曾娇的女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景.

我骄傲我是其中的一员.

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头；跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤.我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们劳记流汗流血不流泪.

蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害集体受罚.军训中我们懂得团结，我们铭记团结就是力量.

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的本站

视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏.军训中我们学会坚持，我们深信坚持就是胜利.

寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家同学们长着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训.军训中，我们正在长大.

军训是艰苦的，我们是快乐的。

来到了有些期待的真正军营，迎面而来的是军营的严肃气势，我明白真的军训开始了。

军训不但培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“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，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满烈日的炎炎；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合哨音，还有那整齐划一的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现

在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那飒爽的英姿。

不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！用在军训得到的精神去夯实自己以后的道路。

今天是小伙伴们来到军训基地的第五天。和之前一样，我们继续练习了阅兵式。然而我们的举手投足在不知不觉中已与之前大有不同。正步走掷地有声，行进中方阵也基本整齐，让我想到了建军九十周年阅兵中那些战士们的英姿飒爽。一想起一天之后我们就要接受老师家长的检阅，大家练得都格外努力。

就在我们练得格外疲惫时，教官为我们带来了好消息：接下来我们去靶场打靶。整齐的军服配上锃亮的枪，军人的装束意味着责任。“保卫祖国，建设祖国。”这不仅仅是口号，更是军人的责任，是每一个中华儿女的责任。这次的军训还未结束，就已经让我们学会了坚强，学会了担当。

金秋时节，秋风荡漾，我怀揣着追求藏蓝梦的赤子之心走进校园，走上了一条光荣之路。对于“铁警”这两个字，我一直有两个理解，第一：代表着铁道警察学院；第二：代表着一种铁一般的意志。经过四天的军训，我对此有了更加深刻

的见解。

警校军训的辛苦是不言而喻的。其他人避之不及的炎炎夏日，我们迎头面对；其他人敬而远之的倾盆大雨，我们勇敢面对。在嘹亮的口号声中拥抱每一天的朝阳，踏着整齐的步伐送走每一抹绚烂的夕阳。或许，现在的我会抱怨，会哭，会羡慕地方大学自由的生活，但是每一滴洒下的汗水都见证了 my 成长，这是一种生命的拔节，是一种灵魂的锤炼。我想，将来的我一定会感谢如今咬牙坚持的自己。这段艰苦的时光，使我收获了一笔宝贵的精神财富，这笔宝贵的精神财富是任何地方大学都给予不了的。

军训又逢中秋，这使身在他乡的我回家倍加思念。然而教官和同学们的关怀给予了我家一般的温暖。军训期间，同学们互相帮助，互相鼓励。嘹亮的军歌，更是一种心灵上的慰藉，让我知道，始终不是我一个人在战斗。

天再高又怎样，踮起脚尖就更接近太阳，路再难又怎样，咬牙坚持就更接近成功！铁警虽小，我却时刻感觉到它的深处有一颗强劲的心脏在跳动，那是铁警的魂，是铁警人的铮铮铁骨！

从警之路是我自己的选择，同时也应该是一条无悔之路，汗水浇灌了我的成长，烈日成就了我灿烂的明天！

在开学初我们开始了难忘的军训生活。

早上的太阳还是那么温柔，小草上还挂着明珠似的露水。就在这样舒适的环境中，我们开始了一天的军训。各班注意开始军训，30分钟军姿。教官在台上宣布着。在前10分钟的时候所有的一切都很容易。拇指贴于十指的第二节，双手贴紧裤线，背直头正，所有动作都做得非常标准。阳光透过树叶的缝隙变成了一缕缕金丝照在身上是格外的温暖。可是军姿绝对不会在轻松时刻结束。慢慢的我感到腿变得很僵，汗打

湿了衣服，一滴滴豆大的汗珠掉进眼里，眼睛感到很刺痛很想用手揉。可是我看见身旁的同学和我一样，但站的依然很挺拔。为什么他们可以我却不行，坚持住没有什么不可以的。我自己暗暗地说着。十点钟的太阳变得如此刺眼。在这时，一缕阳光射中我，它就像一把利剑给了我继续坚持的力量。操场上初二初三的哥哥姐姐们一直在坚持着。“同学们坚持住，还有十分钟，你们是最棒”教官在一旁提醒着我们。十分钟并不短，在暴晒的太阳下我靠着毅力坚持了下来。突然，在我的眼前出现了一个熟悉的身影，是他——教官。教官和我们一起站军姿，他站的是那样标准。同样在太阳下我却放松了，绝不行，我心中暗自打气。时间就像汗水一样慢慢的一点点的流过。在最后的两分钟时我感觉自己变得如此高大，感觉自己已经成为一名优秀的军人了，一名具有顽强毅力的巨人。

军训是我开学两个月中最难忘的事。它教会我坚持，就像老师曾经说过的话，别人放弃他前行，一次次跌倒在爬起来，坚持就是胜利。军训生活，成为我记忆中的珍宝之一，让我永远忘不了。

军训是丰富多彩的，也是充满酸甜苦辣的。虽然我只当过一天兵，军训了一天，但我却感受到了当兵的不容易。

军训的苦。为什么说苦呢？因为，这一下车，我们还没有来得及参观，就被一位女教官给“害惨”了。一会儿立正，一会儿向右转，一会儿向左转，没几分钟我们就被训的晕头转向，骨头都像散架了似得。突然队里的一位同学忍不住擦了一下脸上的汗，这一举动害得我们全体学生又多站了10分钟。

军训的酸。为什么说酸呢？因为站军姿时间太长了，我的腰也酸了，背也疼了。尤其是小腿，像泡到醋里头一样，快酸化。可即使是这样，有了刚才那位同学的教训，我们谁也不敢动一下，生怕连累了他人。

军训的辣。为什么说辣呢?瞧!太阳当头照，火辣辣的太阳用“火舌”舔着我们的脸颊。我们这群可怜的孩子正在练队列、向右转、向左转呢。一旦有一丁点做的不到位的地方，我们就会被臭骂一顿。

不过在训练过程中，不只有酸苦辣，还有甜呢。在休息时间，教官不仅为我们讲了自己部队的故事，还教我们唱军歌，你从那嘹亮的军歌里就可以听出我们有多开心。

军训的生活可谓酸甜苦辣五味俱全呀!这次军训不仅让我学会了坚强，更让我懂得了团结。

军训是一场挑战心理素质的战斗，是心与心之间尊严的较量。我时刻都在鼓励自己，“我能行!别人能做到的，我自己也能做到”。确实是这样的，一件事情，必须先心理上引起重视，还要有自信，无论做什么事情都要抱着强烈的希望。希望是路，只要路找到了，就不怕路远。只要目标对了，方法对了，才能顺利达到目的地。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不需要靠父母扶着走，我觉得我所走过的每条路，都留下自己的足迹。因为我们已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

经历了军训，我们获益匪浅;通过了军训，我们无比骄傲。现结合自身情况，谈谈个人的军训心得体会。本文是有关精简的军训感言，欢迎阅读。

坚持不懈，每句口号回荡天际;令行禁止，每个动作如臂使手，金石可镂，每次落脚铿锵有力，人生在勤，每个同学牢记在心。

当风翻动起安详的绿叶，当飞燕叫的清晨的一片天空一片苍凉，训练场上有我们口号喊的嘹亮；当月光照的大地一片皎洁，当星上微微露出笑脸，校园里有我们军歌不断飞扬。这就是我们的军训，这其中有苦也有甜，也有人说它就是个炼钢炉，炼出来的都是铮铮铁骨的男子汉，是不让须眉的巾帼英雄！

傲然挺立百败不折百炼成钢百炼之钢百折不摧百折不回百折不挠

百折不屈不挠不折砥柱中流钢打铁铸钢筋铁骨弘毅宽厚疾风劲草

疾风彰劲草疾风知劲草坚定不移谨重严毅烈火金刚南方之强内荏外刚

人无刚骨，安身不牢岁老根弥壮，阳骄叶更阴铁壁铜山铜山铁壁瘦不忘起

咬钉嚼铁真金不怕火炼铮铮铁骨铮铮铁汉中流砥柱中流砥柱柱石之坚。

为期五天的军训结束了，留给我们的是辛，酸，苦，辣和我们永恒的记忆。结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长，路漫漫其修远兮，吾将上下求索。

灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浹背的学生，构成了一道特别的“吃苦风景线”，若大的体育场在阳光下一点一点的融化，缩小，直到把我们吞噬。

飞舞的蝇虫流淌的汗水，酸痛的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气！

教官的勇气是我们的荣幸。正是在教官的指导下，我们才能获得年段会操第一的荣誉。这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳。

对手是最大的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义。

军训是对你身体的考验，锻炼和提升。在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃。我们不愿当两脚书柜，军训给我们最好的证明机会。

五天的军训是漫长也是简短的。说漫长，因为苦和累。说简短，因为我们有信心，有能力去克服它。现在我可以自豪的说，我做到了！这是对一切苦和累最好的回报！

军训让我们懂得了，对与一个真正成长的人，学习上的苦和生活中的苦是必不可缺的，既然学习上的苦我们都挺过来了，那么对于生活上的苦，我们都要说，我能！

军训，是大学美好的开始！

今天是我们军训的第一天，也是我们的大学第一课。怀着夏日缤纷的浪漫梦想，迎着初秋宜人的清风，跟着亲切的辅导员老师和负责的学姐代班走进了我们服装学院的军训场地。

这是一条由美丽的法国梧桐遮蔽的绿色长廊。温暖的日光透过斑驳的树叶在地上投下点点碎金。旁边就是宜人的东湖湖畔。可以听到勤学善思的学长学姐在这里晨读的朗朗读书声。这是一座多么美妙的知识殿堂！我真心的能以这里的学子在这样清幽的校园环境、浓郁的学习氛围中历练筋骨和涵养精神感到自豪！

当看到可爱而又不失严肃的教官，我的心再一次澎湃了。因为那种军人的气质和钢铁般的意志深深感染了我。在教官的

带领下我们训练了站军姿、齐步走、稍息、跨步等。同时了解了不少军中生活。对于我，我终于体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概。

对我们而言，我们学到的不仅是站军姿、练队形。而是在磨练我们一种意识，一种不怕苦的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！

军训是很辛苦的，回想一下苦在脚上磨出的泡，苦在为齐步走踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间。但我坚持下来了，因为我相信这些不是苦，而是一种收获，我将收获的是耐力是坚毅、是勇敢，是不屈、更是团队精神！

今天我期待已久的军训开始了。简短的开营仪式后，教官开始对我们进行稍息、立正，整齐报数，四面转法等队列动作的训练。

在进行四面转法的训练时，起初，我们喊口号的声音参差不齐，就像一盘散沙。但经过多次的练习后，我们的动作与口令都像是一个人做出来的、喊出来的，非常整齐，听起来非常震撼，让我不禁为我们的集体感到骄傲和自豪。另外，在训练过程中，有些同学虽然身体上有些不适，但还是咬着牙坚持站在队伍中，和大家一起完成了上午所有的训练。他们这种坚持不懈的精神令我非常敬佩。

在今后的学习生活中，我遇到困难也会不退缩，迎难而上，为我们20__级7班这个优秀的班集体做出贡献。

在夏日，燥热的日子里，我们开始了军训的第四天。

仍旧是纯净的天空，却又肆意地放纵着烈日，让它毫无忌惮地覆盖整个大地。只是在校内的小路上，留下一片绿荫。

在这一条小路上，我们曾经开始了军训的第一天，在这条小

路上，我们挥洒了我们在一中的第一份汗水，付出了我们在一中的第一次努力。我们的努力，随着这条悠长的小路，慢慢延续。

第四天，我们来到了操场。

满眼的绿色。天空仍然是那么的纯净，纯净地看不到一丝云朵，只有那蓝蓝的天空。

军训时，静静地站在广阔的操场上，只觉得一张张渐渐熟悉的面孔，在我的身边纹丝不动地站立，我只是他们其中的一员。

炎热的天气，丝毫不能动摇我们坚定的信念，我们在心中默念，坚持下去，永不言弃！

我们站立着，烈日不能催垮我们的意志，因为现在，我们都是—中人。

坚持不懈，这就是一中人应有的信念！

在烈日中，我们挺立着，九百五十个身影，在操场上刻下了一个个大写的人！

在经历小学六年的风霜雨露后，我将进入一个新的学堂—初中。在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训。在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落。这对我来说，简直是一种煎熬。因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸。这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我。我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人。

经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支而中暑。看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

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、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。

军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！

作为新生辅导员，军训是与新同学密切接触的机会，是认识新同学，了解新同学的好机会，也是为学生的成长成熟而倍感骄傲和自豪的日子。因为我是第一次担任新生辅导员，内心有期待也有紧张。在x老师□x老师和其他同事的指导和帮助下，我的工作慢慢步入正轨。

看到烈日炙烤下学生的身姿，他们依旧在坚持；看到身体不适困扰着他们，他们依旧在坚持；看到大雨淋湿他们的衣服，他们依旧在坚持。我看在眼里，疼在心里，被他们感动着。看到学生的队列动作从会到熟；看到学生的军纪拳从学到精；看到学生踢正步从乱到齐。我看到了他们的进步，为他们高兴。

军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进学生的记忆中，成为不可抹杀的一部分。它已经成为一种力量，一种在困难时的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

这六天的时间里，当我看到教官和辅导员助理为整个连队的训练安全而奔波于队伍前后，在高温气候下，他们头上的汗珠和对学生的句句关心，给我留下了非常深刻的印象。让我十分震撼与感动！

虽然我每天五点钟就起床，虽然我每天的衣服被汗水打湿了一遍又一遍，但是我的付出是值得的。让我们用拼搏诠释激情，用汗水演绎人生，一起续写信工不朽的华丽篇章。

秋高气爽，我们迎来了中学生活的第一课。虽然军训在我的印象中很苦，可是经过了开头几天的洗礼后，我似乎觉得这份苦没那么难以忍受。也正是这份苦，才能锻炼我们的意志，磨砺了我们的精神，让我们了解到军人们保卫家国的辛苦，理解了军人们的不容易。

神气的军装，向往已久的橄榄绿，我终于穿上了这身衣服。可是军人的英武，却不是一朝一夕可以练成的，他们为了一个动作，甚至是一个眼神，也要刻苦训练。我们的教官是一个二十几的四川汉子，虽然和我们差不多大，但已经是一个实实在在的老兵了。在军训中，他提到最多的就是“团体意识”，我们要走出最美的风采，就一定要互相协调，这让我们形成了良好的团队意识。

最后借用一名言：樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如

果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。迷彩飘扬的军训，最终会是我们人生中不可或缺的记忆。

为期五天半的军训已经落下了帷幕。在其中，我付出了汗水与努力，也有了感悟及收获。

在烈日的照耀下空气中都弥漫着灼热的气息，许久也没有一丝风吹过。长时间的军姿站立使全身都变得酸疼，尤其是教官单独帮我调整，让我把脖子后缩更让我叫苦不迭。汗渐渐布满了额头，身上仿佛有几只虫子在爬一般。

但看到周围人都一动不动的坚持着，我又怎能认输。于是咬紧牙关忍受炎热及疼痛的考验。时间的流逝似乎变得极其慢，十几分钟的军姿训练却变得遥遥无期。仿佛过了许久教官下令放松的口令传来，才得以调整，放松。但令我喜悦的是我撑住了，没有退缩。我学到了只有坚持，才会取得成功。

嘹亮的歌声响彻天际，那是我们班在练歌。刚开始时谁也不肯大声唱歌，导致整个班声音微弱甚至还没有教官一个人声音大。终于在教官指挥下，每个人放开了自己的声音。声音渐渐变得整齐嘹亮。直至达到了将歌喊出来的地步。晚上拉歌时声音更是能盖过其他班级。从中我学到了团结的重要性。

在第五天下午，刘德全将军为我们做了一场报告。被称为雷锋将军的他在这数十年中时时想着助人为乐，实践他向雷锋学习的诺言。他给我们讲述了他这些年来向雷锋学习的故事并教导我们要具有雷锋精神助人为乐，努力学习。要抓紧高中三年光阴有所建树，不要将这时间荒废。他的教导令我受益匪浅。

军训时光一晃而过，军训时我觉得它太过漫长，而今却觉得它太过短暂。它不仅磨练了我的意志，更让我知道了坚持，团结乃至助人为乐等精神的重要性。另感谢老师与教官的默默付出。是您们陪伴我度过这场军训取得了军训的成功，您

们功不可没。

不论怎样，苦与累总是军训的代名词；不管怎样，训与罚总是教官的招牌动作；不知为何，狠毒与热辣总是太阳与大地共同联手的结果。三重危机，并肩袭来，最终能够胜利者的法宝，只有：不断的忍耐和顽强的坚持。这不就是军训吗？一种充满着忍耐与坚持的训练营。

阳光下，我们需要忍耐与坚持。由于总有人表现不佳，站军姿几乎成了白天我们男生的全部生活。站就站呗，站着有什么可怕的？但是要知道，天空中永远是炎炎烈日。天地是微波炉，阳光是发射出来的微波，我们则是盘中的食物。白云不想做好事，它也跑了。太阳光一路上毫无阻挡，直接射入了我们的胸膛。

那种又痛又痒的感觉，就是火辣辣的太阳散发出的无限能量所赐予的。但是，站还是要站的，只有站到让教官赏心悦目了，才能休息。我们不能动，多动一动就要多站一站。但是，我们还能干什么别的呢？于是，我们个个贴紧手，直起腿，抬起头。最终，忍耐着身上痒痒痛痛和坚持着以标准姿势站下去的我们，得到了久违的休息。

在被教官训与罚时，也只有忍耐与坚持。一次，全体男生被罚蹲着，个个蹲得腰酸背痛腿麻木。当时是晚上，蹲不好就不准睡觉。可是，累了一天的我们，谁不想睡觉啊！个个也只能强打精神，不顾酸痛，好好地蹲着。这时，也只能忍耐与坚持。我们还要站军姿。无奈，我们也只有把难熬的五天军训坚持了下来。

泰戈尔说过：“只有经历地狱般的磨炼，才能炼出创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。”我们在军训基地里，磨炼了意志，增强了体质。通过军训，我明白了，只有学会忍耐与坚持，才能学有所成，将来才能做一个对人民对祖国有用的人！忍耐与坚持，就是我这次军训最大的

收获。

经过14天的淬炼，我们收获了太多，汗水与荣耀，热泪与怀念，那些看似难熬的岁月，细细想来，不禁难以忘怀。而今只不过恍惚梦一场。

军训带给我最大的是，成长。我从来都没有想象的到自己能够做到那些自己根本想象不到的事情。痛苦教会我们忍耐，疲惫教会我们坚持。在烈阳的炙烤与尘埃的飞扬间，我们在蜕变，蜕变成坚韧的模样，熟悉而又陌生。

还有简单纯粹的友谊。跟教官，跟战友们，总是有太多太多的故事。教官总是很严厉，却是豆腐心。他们用他们的方式对我们好。军训累不累？累。教官狠不狠？狠。

本以为自己会埋怨教官的严厉，可是到最后离别时分。确是万分的不舍。最后的最后，我们趴在大巴的窗上，望着站在道路两旁的他们。眼眶一热。仿佛所有的相遇都是为了此刻的离别。谈不上残忍，只是觉得生活太颠簸。

军训期间接触了y计划，如果说军训本身是对外表的锻炼。那么y计划就是对思想的淬炼。我们接受优秀的思想，改变已有的固定的心智模式，明确自己的定位。逐渐成就更好的自己。

起初我总是觉得，这种东西，是假大空，是虚的，面子工程。慢慢地才发现，它真真切切，改变着我们的生活，融入我们的生活。我希望我们每个人都能够缓慢坚定的走向我们的目标。

14天弹指间，若白驹过隙，恍惚的不真实。又似林间幻影，清晰的倒映在我们的心底。队列比赛，内务评比，歌咏比赛，以及最后的阅兵式，每一点每一滴都刻进我们的生命里，成为不可或缺，成为荣辱与共。

回首过往，我们感慨万分，再看今朝，我们笃定坚信。

愿这14天成为你我珍贵的回忆。

生活一半是回忆，一半是继续。

明朝征程依旧，请各位收拾好行囊继续。

大一军训心得体会数篇七

进入大学之后，我一直都非常期待这一次军训，因为这次军训是我们学生时代的最后一次军训的，是在校园里经历的最后一次军营生活了。因此，我是充满着期待和向往的，也带着一些激情不断前行的。直到今天，即使军训已经结束了，但是在我的心里，这一次军训一直都会在我的脑海中，它所传递给我的东西将会伴我一生，不断的陪伴着我前进，给予我未来生活一定的基础和保证。

军训开始前一个晚上，我们几个班在一个大教室开课，这时候辅导员带着几个英俊帅气的教官走进来了，我们全场立马欢呼起来了，教官们站在一旁，笔直的站姿，坚定的眼神，透露着一种军人的气质和魅力。这让我对这次军训更加的向往了，大家也纷纷开始欢呼和呐喊了。我们每个人对军训这一件事情来说，或许都是有期待的，也是我们愿意去探索的一个部分。

后来教官们一一向我们自我介绍，然后分配好了班，交代好了明天的事情，然后这节课就结束了。拿到了军训服之后，回到宿舍之后，我们纷纷都开始试了起来，穿上迷彩，仿佛自己就已经成为了一名军人了，这让我们感到很振奋。带着一些激动和期待，我迎来了第二个清晨。

军训开始了，我们每个人都是精神十足的，教官也是非常精

气神的。整理好了队伍之后，我们就开始正常的训练了。第一天大概做了一些了解之后，我们就开始做内务。这对于我来说简直是一件很简单的事情，因为我自己平时是一个有点强迫症的人，在自己的生活方面更是如此，哪里没有做好，我一定会反复的去整理，去做好。所以在这次内务任务中，我获得了一个非常不错的成绩，得到了教官的夸奖，这让我感到非常的自豪。

这次军训虽然让我们越走越难，但是我在这个过程当中收获的不仅仅是军训给我们身体上带来的锻炼，更是给我们心灵上带来的启发。我也会带着这一次军训给予我的勇敢和坚强，走向下一个路口，慢慢去创造一个更加广阔的明天！

大一军训心得体会数篇八

初到上海西点军训基地，心里有点小小的不适应，似乎和我们曾经的军训有点不太一样，不过短暂的适应后，我们队可以快速的适应这个有趣的军训。

军训主要是培养我们团队合作的能力，和员工的执行力，在今天的训练和游戏中，都暴露出我们整个小队存在的问题，首先每个学员自我为中心的态度，这也是在训练初期发现的问题，不过在训练中我们逐渐调节自己，是每个人能融入自己的团队，一个人强大只是绵羊，一群人强大就是一群狼。每个人在团队中都有自己的价值，只有我们团队中的每一个人都团结了，才是一个完整的团队。

在下午的训练中，表现出许多问题，首先作为拓展活动的执行者，不能完全理解信息，没有很好的传达消息，操作者在实践过程中遇到问题又不能及时提出自己的疑问，使整个团队处于迷茫状态，没有完全进入最佳状态。

在这一天的军训中我深刻的体会到了三个词：

1. 服从，服从是军人的天职，也是团队每一个成员的天职，个人对于组织的价值，首先体现于服从，从服从出效率，从服从出执行力，从服从中突破惰性和自私的弱点，拓展胸怀和能力。

2. 责任，每个人职责履行得到位，那么这个团队就是竞争力，有克服一切困难，战无不胜攻无不克的勇气和信念的团队。否则，就是没有灵魂的一盘散沙，打不好一场硬仗，每个成员都会因组员的不负责，不给力而受到市场的惩罚，落后于其他战队。

3. 超越，军人是最富有勇气、最可爱的人，这是因为面对任何指令，任何看似无法忍受的困境和痛苦，面对常人无法想象的艰难险阻，都抱着一颗豁出去、不顾一切的心。荣誉和成就忘我付出，不顾一切，获得所有人的尊敬！