

军训的感悟初一 军训的感悟心得体会(优秀13篇)

请示也是一个学习和成长的机会，通过和长辈、前辈交流，我们可以获得更多经验和智慧。请示时，要倾听上级的意见和建议，虚心接受他们的批评和指导，以便能够更好地解决问题。请示是一项重要的工作技能，下面是一些实用的请示技巧和经验，供大家参考和借鉴。

军训的感悟初一篇一

军训作为大学生活的一部分，对于大多数人来说都是全新的经历。初次踏入军事训练场，面对严峻的纪律要求和繁重的体能训练，不禁让人感到压力倍增。然而，通过这段时间的锻炼，我逐渐体会到军训的重要性和价值。

第二段：纪律意识的塑造

军训严格的纪律要求使得我们逐渐从松散的状态中转变为高度纪律化的状态。军训过程中，教官严格要求我们时间的分配、行为举止的规范。通过严格的纪律培养，我们学会了遵守规则和团队意识。纪律让我们懂得，只有在团结统一、严守纪律的基础上，我们的力量才能最大化。

第三段：体能素质的提升

在军训过程中，我们每天都会进行一系列的体能训练和军事操练。这不仅培养了我们的体魄，也让我们明白了一个人的身体素质对于自身的重要性。体能的提升不仅可以增强我们的抗压能力，还能够让我们更好地适应各类困难环境。与此同时，通过军训还能够让我们更加关注和珍惜自己的身体，知道如何保持健康的生活方式。

第四段：集体荣誉感的建立

军训是一个集体活动，每个人的努力与付出都将最终汇聚成集体的荣誉。通过共同的训练和目标，我们建立了集体荣誉感，为团队的荣誉而努力。在军训过程中，我们要相互帮助和支持，不仅要关心自己的进步，也要关心其他队友的成长。体会到集体荣誉感的建立，我们明白了团结协作的重要性，只有团队的力量才能实现更大的突破。

第五段：自我成长与价值感

通过这段时间的军训，我们不仅收获了纪律意识、体能素质、集体荣誉感，更重要的是我们从中体会到了自我成长和价值感。在面对艰苦训练和困难挑战时，我们坚持下来，不仅展现了自己的勇气和毅力，也证明了自己的价值。军训过程中的自我成长感和价值感，将成为我们大学生活中宝贵的财富，为我们将来的人生打下坚实的基础。

总结：

军训是一次锻炼意志力、培养素质、锤炼团队协作精神的过程。通过军训，我们不仅磨砺了自己的意志力，锻炼了体能素质，还对纪律意识和团队协作有了更深的认识。军训过程中的自我成长和价值感，将伴随着我们走进未来的人生道路。在军训的感悟中，我们能够更深刻地理解团结协作的重要性，坚持不懈的努力将成为我们未来迎接各种挑战的最强支撑。

军训的感悟初一篇二

第一次看五星红旗冉冉升起，是和咱们的教官一起，和一群不知道日后会有多铁的伙伴一起。记得第一天我们还没拿上军训服，在走向升旗台的路上，柔柔的阳光淡淡地照在慵懒的身体上，我们不时揉着惺忪的睡眼，像温顺的小猫享受着来自清晨的问候。然而，一列整齐的队伍打扰了这个原本安

静的世界。“一，二，三，四，一二三四”，炸裂般的声音划过天际，一个身着海军军官服的白色方队出现在升旗台下。挺拔的身姿，英俊的相貌，据说都是某某海军派来的教官。那时，我们肃然起敬。

当我们领了军装穿上的那一刻，一种说不出的使命感油然而生，一股热血在胸腔涌动，心想着终于可以再锻炼自己一次了。但让谁也没想到的是，从前轻松欢快的军训生活在大海这个地方变得严肃起来。没有表情挂在脸上，总摆出一副雄赳赳气昂昂的姿态，我们的教官就是如此，像极了电视剧里边那些从不给人好脸色的霸道总裁，我让你扎马步你就得扎马步，不扎给我滚蛋。然而军训场上的我们就像塞住嘴了的被吊打的囚犯，再痛再累也不能吭一声。更让人不能理解的是休息你还得给我坐直了，真是撞到鬼子窝里了。一开始我还真就是这样想的。

“我受够了等待，你所谓的安排，说查内务到底多久才来”，还有个事情真让人受不了，军训前几天只要一待在宿舍就是叠被子，我记得我们宿舍4个人的被子都差不多要被叠哭了。如果说叠一床被子可以救助一个人的话，我们15新生都不知喂饱了几个国家的人口。总之那时候的我总感觉整理内务就跟猫捉老鼠似的，在宿舍里像打地道战，时刻观察敌方动静，一有情报，马上动手。

但是我们的内心里总有那么一股精神，一股不服输的精神，在灵魂的旗帜上飘扬。所以在一个个鸡还未打鸣的清晨，太阳还赖在床上，一列列迷彩军团早已挺拔了身姿等待即将到来的考验。之前的抱怨和一切不愿意都如烟飘散，我慢慢感受到心中那一股热血，在胸膛里面迂回流动，等待喷薄。黝黑的面孔，坚定的眼神，流汗了我们不敢擦，站累了我们不敢动，此刻的我们已觉自己是一名军人，应该拿出军人的气魄，站出军人的风采。

军练一天天进行着，似乎快到白热化的阶段。我们仍然顶着

骄阳，踏着绿草地，但不同的是我们不再是只会走齐步的娃娃兵，我们是表演方队，我们练的是擒敌拳，我们有着别人从未有过的洒满热血的使命感。那一天天，我们对抗，我们跌倒，我们展现着一个新兵蛋子应该有的气势与热情；那一天天，我们冲拳，我们呐喊，我们喊出属于15级新生自己的气魄和激情。那一天天，我逐渐明白军训的意义，军训只不过后悔14天，不军训必然要后悔一辈子。

在苦累的日子里，我们大家也有欢乐，教官教我们唱歌，我们学会了一首超级萌萌哒的教官之歌：“教官教官，帅气的教官，你是我们的好教官！”当然，最令我们笑破底线的就是我们的拉歌比赛，尽管嗓子喊得跟含着唾沫的鸭子似的，仍然是笑得不亦乐乎。还有咱方队的每个战友都蛮热心，互相帮忙整理着装，在烈日下挥洒出一幅其乐融融的迷彩色画卷。

当象征着出战的大鼓擂起来，我们擒敌拳方队像汹涌的波涛滚滚而出。不为任何人而战，我们从第一次冲拳到最后一次呐喊都是为自己而战，为荣誉而战，为咱们大家共同的努力而战。也就是在那一刻，世界安静了，我心中的那一股热血燃烧了，沸腾了，我找到了人生继续精彩地走下去的理由。不为自己，也为这个精彩的世界。

惆怅，但青春终归是美好的，它在开头给我们开了一个玩笑，却又在结尾给了我们一个荡气回肠的吻。最美好的年华献给最珍贵的行程，永远羡慕那14天的汗水，永远铭记那几张负责任的嘴。无论他们是蓝天碧海上英勇无畏的海军，还是中国海洋大学里一名合格的学长，他们都是我们的好教官。“教官教官，帅气的教官，你是我们的好教官！”

当我脱下脱下这身军装，不舍难忘或感伤，仍面向前方。

军训的感悟初一篇三

军训对于大学生而言是一段难得的经历，它不仅是体验军事

化管理，锻炼身体的机会，更是培养集体荣誉感和纪律意识的重要环节。通过参加军训，我们开拓眼界，感受到了军人的坚毅与勇敢，同时也体验了一种排除杂念，全身心投入的力量。军训的目的不仅是为了提高我们的体质素养，更重要的是培养我们的坚韧、团结和坚强的意志力。

第二段：体验军训的苦与乐

军训不仅让我们享受到军人的荣耀，还经历了许多辛苦和煎熬。在炎炎夏日的训练场上，我们每天挥汗如雨，从晨练到黄昏，甚至连喘息的时间都几乎没有。然而，正是这样的考验，让我们逐渐克服了对疲劳和困难的恐惧，也锻炼了我们的意志力和毅力。而且，军训中严格的纪律要求，让我们深刻体会到了集体意识和自律的重要性。在团结合作中，我们也找到了军人之间相互扶持、团结协作的乐趣。

第三段：学会管理自己

在军训中，我们从学校和军人身上学到了很多，其中最重要的一点就是自我管理的能力。每天要准时起床、整理床铺、保持卫生，按时出勤，服从命令等，这些都是对我们自我管理能力的严苛考验。通过军训，我们学会了规划时间，合理安排自己的生活和学习，养成了良好的生活习惯和工作方法。这将对我们的学习和工作产生积极的影响。

第四段：感悟到的军人精神

参加军训，我们还深刻感悟到了军人的精神。军人是无畏的战士，他们总是以责任和使命感为前提，始终保持着良好的状态。军人精神包括了对国家、对人民的忠诚与担当，面对困难与挫折从不退缩，勇往直前的品质。军人始终保持着饱满的热情和极高的精气神，这点值得我们借鉴和学习。无论在学习或工作中，都要坚持不懈，不怕困难和失败，始终追求卓越。

第五段：军训的收获与启示

通过这段军训，我们不仅在体能上得到提高，更重要的是在意志和心理上受到磨练和锤炼。通过参加军训，我们明白了勤奋与付出的重要性，更加明白了团队合作和集体荣誉感的力量。此外，还培养了我们的纪律性和自律性，为我们今后的学习和工作奠定了坚实的基础。军训的经历对于我们每个人来说都是一段宝贵的体验，它不仅是对我们个人成长的锻炼，更是为我们的未来打下了坚实的基础。

总结：

通过军训，我们明白了军人精神的重要性，体验了军人的辛勤和伟大。我们收获了许多，锻炼了意志和身体，学会了自我管理和自律。这段经历不仅是一种历练，更是对我们个人价值观和人生态度的一个重要检验。军训的成功举行，离不开相关人员的付出和努力，更离不开我们每一个参加军训的学生的积极配合和坚持不懈的努力。希望每一位参加军训的学生都能从中吸取到宝贵的经验和教训，为自己的人生奠定坚实的基础。

军训的感悟初一篇四

一眨眼，军训就快结束了，离开了教官，刚坐上了从空军基地回学校的大巴，望着窗外的风景，我的脑海里突然浮现出了这几天以来的军训，心里像打翻了的调味料，酸。甜。苦。辣，都涌上了心头。

军训的结束算不上是一个句号，而是漫长的高中生活的一个逗号。需要我们努力的日子还很长很长，路漫漫其远兮，吾将上下而求索。

在军训的这几天里，我结实了很多的新朋友，大家住在一个寝室，在一起训练，有福同享，有难同当。当自己遇到困难

的时候，他们总是第一个伸出援助之手，这份深厚的友谊，将成为我一生珍贵的财富。

其实我觉得军训这几天里，我们学到的不仅仅是站军姿，齐步走，练队形，而是在磨练一种意志，一种吃苦的意志，一种坚持不懈的意志，一种团结互助的意志，一种遵守纪律的意志！在烈日下，我们笔直地站着，飞舞的蝇虫，流淌的汗水，酸痛的四肢。但是我们没有一个人叫过苦，叫过累，我们在接受着磨练，这是我们人生必须上的一课！其实已经太多太多，足以让我们一生受用。

我感觉已经把我们这一群十六七岁的人锻炼成了真正的高中生，让我们真正知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会了怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。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，都让我深深的体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。或许学到的东西远不止这些，但是紧张而又愉快的训练中的亲身体验，严格而又平易近人的教官的谆谆教诲，我想，我终身享用不尽了。

其实军训也并非是人人心中的魔鬼训练，灰色的咏叹调。紧张而忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢宏豪迈的气势。拉歌时，大家围坐在一起亲热劲儿，以及互相争论的不服输劲儿，而这些都是我们平日中未曾感受的。所有这些都是我们人生道路中难得的一次奇遇，我一定会将它铭记于心。

军训结束了，但我却感慨万千，回想起这几天，感觉时间过得好快。但是，我体会到的却很多。军训的感受是虚掩我们用心去体会的，他教会了我对别人的关心，加深了我们理解保卫祖国的责任，告诉了我们面对困难应有的态度。在这几天中我学会了忍耐，谁想到最后。谁才是真正的胜利者，谁坚持到最后。谁才是真正的英雄，此时战胜了自己的强者。

我也体会到了自己做的才是最好的，在自己人生路上有一条艰险的路，我们不能依赖长辈温暖的怀抱，即使那条路布满了荆棘，即使每一步都是那样的泥泞，那样坎坷，也要让我们自己去踩，去踏，去摸索，去进行，那样才是真实的！

军训虽然结束，但高中的生活才刚才刚开始！让我们鼓起勇气，迎接新的挑战！

军训的感悟初一篇五

军训，将军事化的纪律带入大学校园，不仅培养了同学们的坚强意志和团队精神，还锻炼了我们的体魄和突发事件处理能力。这段不长的时间里，我受益匪浅，收获颇多。以下是我对军训的感悟心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。参加军训，意味着要严格遵守各项规定，服从命令。每一天清晨的起床，每一次操场上的训练，都需要我们准时、准确地完成。而这些看似简单的任务，却是考验我们执行力和自我约束力的一次次机会。在军训的过程中，我很容易发现，只有按照规定要求行事，才能在集体之中得到尊重和认可，也才能提高自己的品质和能力。

其次，军训让我认识到集体的力量。在军训过程中，我们分为小组进行各种活动和训练，在团队中发挥每个人的特长，共同努力完成任务。从开始的陌生到最后的默契，每个人都不断地为集体付出，也收获了同伴的支持和帮助。通过集体活动，我体会到了集体的力量是无穷的，只有团结一心，互补优势，才能完成更多困难的挑战。

再次，军训增强了我的体魄和突发事件处理能力。军训期间，我们进行了大量的体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等，这些训练不仅使我们的体魄变得更强壮，还培养了我们的毅力和坚持不懈的精神。此外，军训期间还进行了突发事件处

理的模拟演练，如火灾逃生、抢险救援等。这些演练使我们学会了沉着冷静地应对突发事件，增强了我们应对危险和困难的能力。

最后，军训让我感受到了军人的担当与责任。军人的职责就是保卫国家和人民的安全。参加军训让我意识到，身为公民，我们要对国家和社会承担起自己的责任。无论是在军训中严守纪律，还是在日常生活中积极参与社会公益活动，我们都应该传承和发扬军人的担当精神，为家、为国、为民做出自己的贡献。

总而言之，军训是一次宝贵的经历和锻炼机会。通过军训，我明白了纪律的重要性，认识了集体的力量，增强了体魄和突发事件处理能力，体验了军人的担当与责任。这些收获将伴随我一生，成为我迈向未来、面对困难时的坚强支撑和动力源泉。我相信，只要在以后的生活中坚持用军训所学到的知识和精神指导自己的行为，我一定会走得更远，成为一个有担当、有责任感的人。

军训的感悟初一篇六

军训，一个令人听到就感到汗颜的字眼，一个能让人终身受益的字眼，一个令人激动万分的字眼，一个令人个幻想的字眼。七天的军训，就像一个调味瓶，酸甜苦辣样样齐全；就像美味的食物，让人回味无穷.....

第一抹晨曦绽放在了天空，深蓝色的天空淡了几分，云层染上了金灿的颜色，仿佛烫了金。黎明，洪亮的号声让我们这些还在梦游的娃子“噌”的回到了残酷的现实，拖着极不情愿的身子，睁开朦胧的睡眼，理了理乱蓬蓬的头发，开始了一天的生活。

理想很美满，现实很骨感！

炎炎烈日，汗珠顺着发梢，缓缓流下，滴落在干裂的水泥地上。是那么晶莹，是那么耀眼，染湿了那挺拔的身躯，染湿了那绿色的军装。操场上那个绿色的方阵犹如雨后春笋般挺立，朝气蓬勃。偶尔有一阵微风吹来，带着丝丝凉意，我不由得挺直了腰板，享受着片刻的凉爽。刺眼的阳光，使我只能微微睁开眼睛，皮肤就这么一日一日的变红，再变黑，虽然已经涂了防晒霜，但是仍阻止不了汗水的流淌。

太阳依然重复着东升西落，时间仍然一秒一秒的从我们身边悄然流逝，也从此告别了以前稚嫩的自己。从立正到稍息，从稍息到跨立，从跨立到蹲下，从蹲下到齐步，从齐步到正步，从正步到跑步，每天只为了一个小小的动作，一个小小的细节，练得筋疲力尽。可我们坚持了，我们坚持下去了！我们不再是温室里的花骨朵儿，而是一枝枝傲然挺立的梅花！

夫孟子曰：“天降大任于斯人也，必先苦其心智，劳其筋骨，空乏其身。行弗乱起所为。”军训者，不亦情同？然临行落泪者，前日劳苦皆忘。却念多日情感，为之何？学亦如此，过程固苦，成功之时，其不劳苦皆忘？是的，只有站在成功的峰巅时，这时，你回过头来看一看过程，你就知道你所吃过的苦、你所受过的伤是值得的。

人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们小心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持！这就是我七天军训的感受，人生一笔宝贵的财富。

“团结就是力量，团结就是力，这力量是天，这力量是钢，比天还硬比钢还强”当然，军训不单单学会坚持，还有团结。团结，团结，顾名思义，大家聚集的力量。在这七天中，如果把整个班级体比作一个机器，那么团结就是核心。洪亮的口号，需要大家喊；整齐的队列，需要大家对齐；分组训练

时，需要组员的默契；遭到其他班的讽刺时，需要大家的努力，足以知道团结的重要性，而在今后的学习道路上，也需要这种团结。而在这几天里，有趣的事情不少：讨论教官有没有脱单啊、去看影片啊、学唱歌啊（团结就是力量这首歌就是这么学来的）等等什么的。

傍晚，渐渐的半边天开始由白变红，仿佛有一群天兵在天上举着火把准备出征杀敌。天上的星星若隐若现。这彩霞嵌着钻石般的星星，像中国的红绸缎上绣了钻石在阳光闪着耀眼的光芒。那红色又渐渐变成了黄色，黄色的光芒闪烁得耀眼。天染成了紫色时，我恨不得下去拿台相机拍下永远收藏，可惜既没有手机，也没有相机。太阳越下去，晚霞就越美，而存在的时间也越短。吃完晚饭正在收衣服的我，注视着基地上空的晚霞。没想到啊，在这里还可以看见美丽的晚霞。就这么落下了帷幕？？第一次军训让我终身难忘！

军训的感悟初一篇七

军训是每个大学生生活的一部分，它不仅是一种严肃而难忘的经历，也是人生中的一次难得的锻炼机会。在这段时间里，我不仅收获了军事知识和技能，还体会到了许多关于自我、团队和责任的重要观念。下面，我将结合自己的经历，分享一些关于军训的心得体会或感悟。

首先，在军训中，我深刻体会到了纪律的重要性。纪律是军训的灵魂，也是培养大学生严谨态度和高效工作能力的基础。在军训中，我们每天都要遵守严格的时间表，按时起床、吃饭、上课、休息。违反纪律的后果是严重的，无论是被罚站、被罚俯卧撑还是被扣分，都是对我们个人的惩罚。通过这样的惩罚，我明白了只有遵守纪律，才能保证团队的顺利进行，也才能更好地完成自己的任务。

其次，军训中锻炼了我的意志力和耐力。军事训练对身体和意志的要求很高，包括长时间的站立、奔跑和承受高强度的

训练。在开始军训的时候，大部分同学并没有足够的体力和耐力。然而，经过几周的训练，我们的体力明显提高了，而且也能够坚持更长时间的训练。这不仅是因为我们的肌肉适应了训练，更重要的是我们的意志力得到了提升。在军训中，没有放弃的念头，只有坚持的信念。通过这样的锻炼，我学会了面对困难时咬紧牙关坚持下去的精神，这对我以后的学习和工作生活都有着重要的意义。

同时，军训让我理解到了集体的力量。在军训之前，我往往习惯以个人为中心，做事情往往在自己掌握能力范围内为好。然而，在集体宿舍、集体操场和集体训练中，我发现单打独斗是没有用的。只有紧密团结，相互配合，我们才能更好地完成任务。在军训中，指导员教会我们如何相互合作，配合动作。在集体训练中，一个人的错误常常影响整个队伍，因此我们必须保持高度的集体意识和责任感。通过与战友的相互帮助和鼓励，我逐渐明白了集体的力量是无穷的，只有团结一心，才能战胜困难，取得成功。

最后，军训教给我责任与担当。在军训中，每个人都有自己的职责和任务。作为旅队干部，我不仅要带领战友完成各项训练，还要负责各类队务和组织工作。面对团队的期望和自己的责任，我感到压力很大，但我也理解了责任是一个人成长和进步的重要动力。只有担当起责任，才能更好地发挥自己的能力和价值。通过军训的历练，我深刻体会到责任对于人生的意义，以及每个人都应该为集体和社会承担应有的责任。

总之，军训是一次难得的锻炼机会，它教会了我们纪律、意志力、团队合作和责任担当。通过这段经历，我真切体会到了军人的辛苦和坚韧不拔的精神。我相信，无论将来面对什么困难和挑战，我都能借鉴军训中学到的经验和理念，坚持不懈地追求自己的目标，努力成为一个有信念、有责任感的人。

军训的感悟初一篇八

当我的目光刚扫视完周围的一切，当我的手指触碰上身边的所有，当我的耳边响起教官的指令时，我开始相信自己将准备过七天“度日如年”的生活。

这是一个曾经让我痛恨过千遍万遍的地方，刚一到，从被子到枕头都是潮湿的，木板的正中央是一个圆圆的大洞，摔掉床上都几乎可以种上花草的沙石，我有些不情愿的把床单被罩套好。我们必须穿基地发的衣服，潮湿地贴在腿上，以为皮带不适合，它还在不停地往下掉。不等我抒发完悲痛的情感，我们就被拉过去训练了。天气并不是很热，但是我们要求坐在马扎上一动不动的听完开营式还是上了一个难度。身在福中不知福的我这一刻才留恋起中关村几乎无尘土的操场和崭新的教学楼。

我一直都不觉得自己娇气，然而在这一切面前，我去对自己的这一看法十分犹豫。“战士的生活就是这样”，正如歌词所唱，他们的生活环境和我们一样，甚至于比我们还要苦很多，此时的我们，其实仍然身在温室当中，被人保护着、关爱着，这样，只是小小的苦难，或许在以后的路上，我们会遇到更多挫折。

日照，炎热，要坚持。

在这里呆一天两天十分容易，然而，坚持一个月、一年的时间一定会让人难以想象，听说我们的小黑教官当兵服役11年了。每天，在出去训练时，我都不忘记擦上厚厚的防晒霜；有的时候训练的时候到一半，我真的开始咬牙，天气很热，站着站着都会有晕晕的感觉，尤其是早晨没有吃早饭的时候。

任何事情都不可以半途而废，阳光下，我们亦是如此。这七天的生活和训练，除了那些身体不可以剧烈活动的同学外，大家都撑下来了汗流浹背、阳光刺眼，那是对我们的挑战，

发烧的感冒的都坚持了，丁思佳和石雪昀，是我的两个特别好的朋友，她们都发烧了，摸着她们烫烫的额头，心里油然而一种感动。

这一次军训，“坚持”是我的一个十分重要的关键词。

教官，谢谢你。

我们的教官姓曾，对我们特别好也特别忍耐，曾教官感觉憨憨的、很朴实。但是他对我们的训练毫不懈怠。第一次接触教官，第一次感受教官带来的温暖。他一般不会发火，跟我们说话的感觉很柔和，有的时候又像个孩子一样。教官也让我心疼过，那是联欢晚会的时候，大家都哭了，教官嘱咐我们：以后的路，要我们好好走。我们抽泣着哭着，然而，等到老师喊完解散，大家陆陆续续的走回了自己的宿舍，我蹲在一旁盛水，当我要上楼的时候，看到楼角有一个黑影，我定神一看，教官站在黑黑的角落里哭泣，听说教官是第一次带军训的学生，3小时的狂欢总会过去，而现在留给我们一丝怀念和忧伤。疲惫的我突然心里又有了力量：明天我该怎么做，我该怎样表达我们七天的努力，我们要怎样拂去教官的泪水。任何事情面前，教官总对我们是无私的。

军训的感悟初一篇九

前不久，我们刚迎来了一场锻炼心智的校外实践活动。在那次活动中，我们感受都非常的多。有人在其中体会到了团结的力量，有人在其中体会到注重细节的重要性，跟友人理解了“爱”这个字眼的含义……总之，当我们历尽酸甜苦辣之后，才明白了生活的真义！

在这为期3天的活动中，我们每个人的心灵都受到了巨大的震撼，无数人为此流下激动的眼泪。

还是先说说那部动人心弦的电影吧！当我们还没有进场时，我

们个个都是不屑一顾，一脸无所谓的样子。但当这场影片播放完时，我看到将近一半的同学都流下了激动的泪水。的确，这部电影引起了所有同学的内疚与沉思——父母13年如1日的照顾我们，而我们回报父母的是什么呢？恐怕都是贪玩、调皮和不听话吧！俗话说：“滴水之恩，涌泉相报”，面对父母如长江之水一般的付出，我们是否能以大海似的胸怀去报答父母？相信当我们看完这部电影时，我们能调皮少一点，关怀多一点；争执少一点，理解多一点——要知道，父母的心中，装满了比地心还要火热的爱呀！这份爱，温馨之时，如同明净温柔的月光；热烈之时，就象火山迸发而出的炽热岩浆，能将一切消融！

如果说亲情能让世界充满温馨，那么团结的力量就可以直冲云霄！

实践活动的第二天，基地又举行了一场很大的活动，名为“团队浮桥。”规则其实也简单，全班每两个人共同扛一块木板在肩上，所有人组成一个桥，由一个人从桥上爬过，依次循环。别看规则简单，只要中途哪一个桥承受不住，同学就会掉下来，团队浮桥就会宣告失败。就这样，一个简单的游戏，却极度的考验了班级的凝聚力。是的，当一个个人从自己肩上爬过时，我们甚至有一股天塌了的感觉，但——我们啦啦队队长还在拼命的喊着我们班级的名称——那是一个娇弱的女生，此时发出的声音却是那样的有力量，如同晴天霹雳一般，大声的喊出“10班！”，响彻云霄！大家——拼命的喊着加油，似大海翻腾，翻滚着，咆哮着；似潜龙出海，迸发着，奋起着；更似火箭升天，划破蓝天，直冲云霄！同学们一个个从浮桥踏过，所有人的肩膀都麻痹了，毫无知觉，可我们竟然忘记，还有几个人，承受的却是我们两到三倍的重量——安保员。在浮桥下面，他们无畏的用双手撑起上面的木板，与我们共同分享那一股股巨力。自古就说“男儿膝下有黄金”。可为了同学的安全，他们一齐选择了跪下，没有自卑，也没有颜面丢尽，那是怎样的奉献与团结精神啊！

眼泪似乎将从眼眶迸发出来，心啊，不停的震颤着——我不能解释自己身上所发生的一切，然而，心中仿佛有一股声音在对我说，你知道什么是团结吗？如果你想赢得它，请你继续敞开你的胸襟，包容别人，体谅别人，体验着团结给人带来的快乐！于是，我忍住了眼泪。在人生的道路上，我们一定要学会坚强，坚强，只有坚强，才能挺住肩上所负的‘千斤之担’——朋友啊！放心的过吧，我将用全身的力量让你通过，相信我！

体验着亲情，学会了团结，我们是否能真正的战胜困难？不，我想，一个没责任心的人，永远都是言的矮子，行的侏儒！这样的人只会夸海口而不会付出行动——因为，他没有一颗责任心！

在即将闭营时，责任正在考验着我们尚未成熟的心灵。当我们第一次做错动作时，我甚至不敢诚实地举起自己的右手——想起我们的同学，我们的领袖气喘吁吁，满头大汗的站在我们的面前时，我们的心仿佛都被扯碎了，如绞肉一般的痛啊！可是，我们并不知道，这正是一种逃避责任的心理——人世间共有两种角色，一种是依赖者，一种是承担者。人依赖他人的越多，他人就得付出二倍乃至三倍的努力去承担本不该担负的重任——责任。爸爸妈妈数几十年如一日的教养着我们，这是当父母的责任；老师们无怨无悔的教授新知与我们，这是当老师的责任……每个人都有责任，只是他是隐形的，虽看不见，但却能用一颗感恩的心体会到。所以，从现在起，我一定要培养自己的责任感，哪怕这个代价有多大，都请记住这四个字——一诺千“斤”！

在这次活动，我们的收获是无法能完全用语言来表达详尽的，它已经深深铭刻在我心里。在漫漫人生之路上，每当遇到困难时，想起这次难忘的社会实践活动时，便天雷一般爆出一个响亮的吼声：“我已经长大了，我能行！”

军训的感悟初一篇十

作为砥砺青春、锻炼意志的一种训练，军训是大学生生活中一段难忘的经历。在这段时间里，我感悟到了许多，获得了对生活和自己的新认识。下面，我将就我的军训心得和感悟进行分享。

一、训练的艰辛与团队合作的重要性

军训的日程紧凑，训练强度大。炎炎夏日里的军训让我们感受到了骄阳的炙烤和汗水的湿透。每天的晨跑、拉伸、军姿训练都让我们精疲力尽，但我深知，这些艰辛的训练是必要的。通过与同伴们的相互鼓励和支持，我渐渐体会到团队合作的重要性。当一个个困难和挑战接踵而来时，只有团队的合力才能战胜困难，完成任务。

二、自律的重要性和对时间的合理利用

军训期间，我们接受了严格的规定和纪律约束。课间休息时间的几分钟，我们要求按要求整理好军容，不让一切迹象显露出来。这时我明白了自律的重要性，只有自律，才能使自己更有条理，更加高效地完成工作和生活。再加上训练强度大，时间快速流逝，我也学会了合理利用时间，充实每一秒。

三、坚持不懈和永不放弃的信念

在严格训练的过程中，我们遇到了许多困难和挫折。每次起床的时候，内心都会忍不住想要放弃，但是每次看到教官、同学们不屈的意志和坚持不懈的精神，我便坚定了自己的信念：永不放弃。在紧绷的弦上，我始终如一地前进，为了追求自己的目标而努力。

四、团队精神和荣誉感的培养

军训期间，每个人都要服从整体利益，摒弃个人主义。我们学会了工作团结，相互帮助，共同进步。在烈日酷暑下，我们与队友们挥汗如雨地完成一项项任务，体验到团队精神的力量。同时，通过集体荣誉制度，我们广泛培养了荣誉感，对自己的行为负责，时刻以良好的形象代表自己所在的集体。

五、对未来的规划和对生活的感悟

军训让我对未来有了更明确的规划，坚定了自己要不断努力追求目标的决心。我认识到，在一片红旗飘扬的背后，有无数个青春梦想。军训改变了我对生活的看法，让我更加珍惜时间，懂得了坚持和奉献的意义，对自己的未来充满了希望和信心。

通过这次军训，我不仅收获了锻炼身体的机会，更汲取了人生道路上宝贵的经验和教训。军训让我体察到了团队合作、自律、坚持不懈、团队精神和荣誉感的重要性。这些心得和感悟将会伴随着我走进未来，成为我人生路上的宝贵财富。

军训的感悟初一一篇十一

从小，军训在我的心目中，是那么令人神往而又遥不可及，没想到随着小学毕业升入初中，军训成了我和同学们新学期最难忘的一课。

军训第一天，我们全年级700多名新生首先到学校操场集合，召开了隆重、庄严的开幕仪式。之后，宁静的校园俨然训练场，教官带着我们开始了军训的第一项“魔鬼训练”——站军姿。

带领我们初一5班的是平步云教官，他英武、精干的身姿让我们肃然起敬。队形站好后，平教官先让一、二排同学蹲下，向我们讲解动作要领，告诉我们站军姿时，手要放在两腿两侧，手要握拢，膝盖要贴紧，身体要昂首挺胸，双眼目视前

方，双脚展开60度，成“v”形。

军训进入第三天，没有了起初军训时的好奇，同学们的兴奋感几乎消失殆尽，取而代之的是军训时的紧张与疲惫。

经过连续两天的站军姿训练之后，教官开始了新一轮的教学——走正步。平教官先示范了正步走的动作，他首先站好军姿，然后自己向自己发号施令：“起步——走！”，话音刚落，脚在一瞬间抬了起来，腿和脚尖仿佛笔一般直。手臂在抬起时刚劲有力，从裤缝到前胸，期间擦过裤缝时，发出“嚓”地一声，之后抬起的腿用力回落砸向地面，只听“咚”的一声脚在瞬间砸了下来。教官又喊到“一——二——一，一——二——一”，就这样走了几个来回，地上的尘土被扬起来，飘在他的身后，仿佛起了一场小小的沙尘暴。

平教官在告诉我们动作和要领后，便让我们进行正步走，教官喊一，我们伸左脚右手，喊二伸右脚、摆左手。教官喊一后，却迟迟不肯喊二，我们的腿刚伸出去后起初感觉很好，可是，几十秒后，腿开始发麻，开始左右乱摆，不听使唤，心中唯一的想法就是教官赶快喊二，不再让脚、腿伸着，可是教官仿佛知道我们的心思，说什么也不肯喊“二”，还不让我们乱动，尽量保持平衡，谁乱动就走到你的面前，笑着望着你，再伸出食指对着你的额头，使用“一指禅”或是用中指弹你的大头。

一周的军训不知不觉转眼就进入尾声，我们将要面临的最艰巨的挑战是周五的汇报表演赛。周四上午进行了预演——结果很失败，教官很严肃地给我们做思想工作：要冒着“必死”的决心，认真仔细做好每一个动作，教官的激将法“阴谋”得逞，我们在他的严格指导下，每一位战士都提高警惕，聚精会神，以高度警戒的状态面对比赛。

周五下午4点钟，军训汇报表演正式开始。尽管当天赤日当空，

我们穿着向初二校友借来的校服，浑身冒汗，但经过几天的“考验”，大家都可以承受这点小小的“磨难”。轮到我們出场了！“立正”、“稍息”、“报数”，“向后转”、“齐步走”——教官的口令短促有力。同学们全神贯注，斗志昂扬、步伐整齐、英姿飒爽。

最终，经过量化评比，评委老师们说出了我们期待已久的一句话：最后的冠军是——五连！我们高兴的欢叫起来，军训画上了一个完美的句号。

军训虽然结束了，军训的每一天，都是感动与成长的一天。回首这段军训生活，大家在汗水、泪水的交织中茁壮成长，受益匪浅，“感谢你，教官！我们在今后的学习和生活中一定永不言弃！”

军训的感悟初一一篇十二

军训是每个大学生生命中必经的一段时光，不仅是通过体能训练提高体质，同时也是培养纪律性和集体意识的重要过程。在军训的这段时间里，我不仅学到了很多军事知识和基本训练技能，还收获了许多宝贵的经验和感悟。

首先，在军训中我深刻体会到了集体的力量和纪律的重要性。军人的力量来自于团结一致的集体，只有大家一起协作，才能完成各项任务。在晨练、队伍训练等过程中，每个人都要严格遵守纪律，执行指挥，这需要我们具备高度的集体意识和纪律性。我清楚记得一次晨练时，我遇到了困难，本来想要退缩，但是看着身边队友们坚定的眼神和坚持不挠的姿态，我明白了集体的力量是无穷的。从那以后，我下定决心坚持到底，最终取得了出人意料的进步。

其次，军训锻炼了我的意志力和毅力。军训的过程中，身体的疲劳和训练的强度给我们带来了巨大的压力。但是，面对这些挑战，我们不能退缩，只有坚持下来，才能取得进步。

我还记得有一次操场训练，大家已经完全筋疲力尽了，此时教官突然下令再来一组俯卧撑，看似简单的动作对我们来说却无比艰辛。但是，我没有放弃，我告诉自己，只有坚持下来，才能战胜困难。最终，我成功完成了这组俯卧撑，不仅锻炼了身体，更增强了我战胜困难的意志力。

再次，军训教会了我如何与他人合作。在军事训练中，团队的配合是至关重要的。每个人都要尽自己的最大努力，为了整个团队的利益而奋斗。在我所在的班级中，每次训练中，教官都会强调团队的重要性，并且进行集体协作训练，比如分组抬杠铃或者长跑接力。通过这些训练，我学会了与他人协作，放下个人的私心，只有团队共同努力，才能达到最好的效果。我发现，只有与他人合作，才能真正发挥出自己的潜力，取得更好的成绩。

最后，军训还启发了我对于生活的思考。军人的生活有着严格的规定和极高的纪律性，这让我意识到在日常生活中要保持条理和自律，不仅对于自身的成长有益，也对于周围的人产生积极的影响。我回到平时的学习生活中，建立了良好的时间管理制度，合理安排学习和休息时间，提高了效率。同时，在与他人相处时，我也更加注重礼貌和谦和，懂得关心他人，尊重他人的权益。这些改变不仅让我更好地适应了大学的环境，也提高了我的交际能力和人际关系。

综上所述，军训是一次宝贵的经历，通过这段时间的训练，我不仅增强了体质，也收获了许多心得和感悟。集体的力量和纪律的重要性，意志力和毅力的培养，与他人合作的意义，以及对生活的思考，这些都是我从军训中学到的重要经验。我相信这些经验将对我未来的学习和生活产生积极的影响。

军训的感悟初一篇十三

一轮烈日当空。

硕大的钢铁棚拦得住刺眼的阳光，却驱散不了空气中的`闷热气息。偶有清风拂过，撩起垂在额际的几缕碎发，带着短暂又珍贵的清凉，同学们衣角飞扬，英姿飒爽。

汗水顺着脸庞流下，“滴滴答答”掉落在地上。小小的尘埃飞溅，后背已汗湿，鼻尖上沁出了点点细汗，但大家目光炯炯有神直视前方，昂首挺胸，腰杆像把剑一样笔挺，站如松，坐如钟。空气似乎凝固了，时间在这一秒静止，整个平台宛如一片军绿色的森林。我们在站军姿。

没有初来军训时的拘谨与懵懂，我们的“一二三四”已喊的震慑天空，冲上云霄！我们的正步已踏的啪啪作响，整齐划一！我们的打饭技术已熟练至极，炉火纯青！

在与舍友的交谈中，我们已把国防学校称为了家。这里就像家一样：教官训练时严肃认真，在闲暇时却与我们一起玩游戏，开玩笑；舍友们热情，温暖似火；时不时的讲座更是开拓了我们的眼界，放松了我们的身心。

军训使我们有了坚强的意志！

军训使我们获得宝贵的友谊！

军训使我们懂得更多的知识！

军训使我们拥有健康的体魄！

当明年的蝉鸣声又响起，下一届六中的伙伴是否也会在这里，他们是否也会锻炼出钢铁般的意志？我相信，一定会的，因为人民军队的精神正是如此：用顽强的毅力与健壮的身躯撑起我们的共同家园。

就像我们寝室里有一句话一样，这也是我们全体人员的心愿——让我们放飞梦想，翱翔九天，奋勇向前！