

# 军训第八天心得体会(实用5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 军训第八天心得体会篇一

七天的军训结束了。

在这短短的八天里，我学到了很多很多……

对我来说，由于初中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的七天

的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的八天里，我不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？。

军训即将结束，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗！相信幸福之神正向我一步步接近！

## 军训第八天心得体会篇二

前天下午，阅兵结束，八天的军训划上句号。对我来说，这是经历最丰富的一次军训我穿上军装，扛起枪，成为标兵。

整个过程十分曲折：那天我们班集结完毕，一个教官来到我们方阵，我们的教官便领他来到我面前，指着我说就是他了，我以为自己旷课的事情终于曝光，谁知又听到教官问还要人吗，他说不用，然后问我名字，用笔记下，随后教官笑着看了我一眼。我就这样成为标兵预备队的一员，和另外二十几个来自不同班级人在国旗下集合，等候筛选。那时我心想一

定要给教官争脸。我对自己满怀信心，觉得自己一定能留下，结果没有，我第一批就被刷掉。

回到方阵，我简直不敢正视教官了，我心灰意冷，并决定不再继续随后的方阵组队，于是，我成为散兵的一员。在散兵队里度过一个百无聊赖的上午后，我觉得不能让自己的最后一次（或许是）军训就这么结束，正好方阵队又来要人，我犹豫了一下，跑出去，成为十人中的一人。说实话，我当时很有自降身价的感觉，但想到那些自愿从方阵回到散兵队的人，想到他们说那里简直是地狱，我又对散兵队如此不屑。总之，我回到方阵，一个陌生的方阵。

经过半个小时的所谓地狱式训练，我迎来曙光：在休息的时候，一个胖教官出现在队列里，问有没有竞选标兵被刷下来的，我们还要两个人我马上从地上弹起来，队里就我一个符合条件，于是我在人群的目送下跟着那位教官，回到标兵队！

再后来，队里要出四名持枪跑步的标兵，但只有第一批选拔中留下的人有资格成为其中一员，也就是说，我被直接淘汰。但我没有放弃，我注意到四名标兵中有一名跑步姿势十分奇怪（难看），我听到教官们在谈论这个人，我听到他自己说我不想干了，于是我开始围着两位教官打转，只要一到休息时间，我就接近他们。终于，我听到他们开始谈论换人的可能性，我马上冲上去说让我试试。这时候我知道，我没有辜负原来那位教官的期望，我要证明给刷掉我的人看，你们是错的。结果我真的合格了。

这件事告诉我，不要放弃属于自己的机会。

## 军训第八天心得体会篇三

军训第八天心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的军训第八天心得体会样本能让你

事半功倍，下面分享【军训第八天心得体会精选10篇】，供你选择借鉴。

年暑假的7月中旬可以说是最热的几天，我迎来了平生第一次军训。以前听高年级的同学讲，他们的军训就如魔鬼训练一般，整天在太阳底下晒啊晒的；如果下了雨，还得淋着雨继续训练……没等他们说完，我已经对军训的场面“了如指掌”了。

那天我怀着忐忑不安的心情来学校报到，心里对军训一词感到有些恐惧，于是苦中作乐，强迫自己开心起来。

第一天的军训看似挺简单，只要费费口舌就可以。可是如果真的要做到还得花一些“精力”。接着就开始练我们的嗓音，大家开始喊誓词，看哪个班喊得响，我们班还真不赖，大家齐心协力，竟然喊的最响，教官见我们有好成绩，也就不再让我们继续喊，让我们养精蓄锐，准备下一项目的“胜利”。军训就这样开始了。

第二天，我们个个领了军服，头戴一顶军帽。嗨，别说，还真像个小兵，穿上军服，神气多了，一个个雄赳赳，气昂昂的，精神饱满，真可谓是英姿飒爽。那几天天气虽然很热，但我们在树阴的保护下，丝毫没有损伤，只是比平时多流了几滴汗水而已。晚上，教官们不辞辛苦，继续给我们上课——折棉被。折被子似乎是一件很简单的事情，在家只需要把被子叠起来就可以了。可是军人折的被子可不能与我们平时折的相提并论。他们折的被子是棱角分明，整整齐齐。被子想要折成这种模样，可是得要掌握一些要领的。就在教官们演示时，同学们个个目不转睛，生怕看漏了哪一点。教官们耐心地讲解，我们也认真地学。功夫不负有心人，我们折的被子还真不错，都能掌握基本的要领。

军训中我学到了很多新的知识，端正了自己的站姿等。虽然，军训一眨眼就过去了，但它现在还让我记忆犹新，仿佛一切

就发生在眼前，好像刚刚结束一样，因为这是我第一次军训。都说难忘的都是第一次，这句话说得一点都没错。

来二中上学的第一天，由于没有住校经验，想家成了必然。站在操场，看到统一着装的同学，耳边回响爸妈的叮咛，不禁鼻子一酸。不久，身着墨绿色军装的教官到了。站军姿是基本训练，懈怠了一个假期的我便感到背痛腰酸。

其实当一名军人一直是我的梦想，当我紧绷双腿，笔直站立时，望着朝气蓬勃的教官，不禁开始幻想：几年后，我会不会成为一名英姿飒爽的军人？我能否再回到二中，为高一新生做出榜样？梦想总会实现，想着自己的梦想，甜在心里。

早在入学前我就听学姐说过，高中军训与初中不同，严格严厉严要求，训练完毕后只想说一个字：累！我明白，梦想没那么容易实现，不先苦怎能后甜，追逐梦想的过程就像品野菜，苦涩后是沁心的清爽。

想必人人都知晓吃完辣椒的滋味，那是品味之后的热血沸腾，就像听罢主任训话后的感觉。我希望能在二中度过活力四射的三年。

汗水肆意地顺着发丝流入口中，咸咸的，回味无穷。

寒风送来隆冬，20\_\_年就要画上句号。现在，我们冬季军训已经开始，我们期待已期待很久了。虽然天气很冷，但是，天气再冷，也熄灭不了我们对冬季军训的火热激情。

在即将过去的这个冬天里，我们举行了城市学院首届冬季军训大会，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，我相信这是一笔宝贵的财富。这一次严格的军训，使我深深地感受到：什么叫团结，什么叫整齐，什么叫严肃，什

么叫集体的力量。我想，在军训当中，我们的每一个员工一定能深深地体会出来，并将铭记于心。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，高质量的队伍。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。每期军训结束，领导都会及时就军事训练、内务整理、思想面貌等各方面进行点评。指出每个方队优点与不足，通过定期评选优秀团体增强了队员们集体荣誉感和集体主义观念。在紧张的一个月军训中，我们的队员努力克服了许多的困难，就拿我们队来说吧，记得在军训时，由于年龄结构差别比较大，刚开始有许多老同志总是掌握不了要领，动作明显不协调，但他们却努力不掉队，保持和大家步调一致。“天下无难事，只怕有心人。”在教官一遍遍耐心地教导下，我们班的齐步走最终还非常不错。他让我深刻的认识到：团结就是力量，坚持就是胜利。还有从贺东过来的同志们，每天早上还要跑那么远的路程，但为了不影响训练，他们每天早上早早就赶过来，在我们努力创优的同时，一种集体荣誉感便油然而生。是一种不服输的信念让我们的队员们努力着，并且一直坚持到最后。虽然每天一回到宿舍都累的腰酸腿疼，可却还是兴有余味的谈论着今天的感想和趣事，虽然每天中午军训完的时候都已饥肠辘辘，但大家都能自觉而有序的排队打饭...军训让队员们体会到汗水的苦涩，坚持的困难，合作的重要，也许在当时很苦，很累，很艰难。我们的口号是“平时多流十升汗，战时少流一升血”正是这种精神鼓舞了大家，激发了大家的训练积极性，为圆满完成此次军训任务，为在会操表演中取得优异成绩奠定了坚实的基础。通过这次军训，我们也清楚地知道我的缺点还是很多的，但无论如何都必须努力克服，才能达到理想的境界。团结、友爱、毅力，都离不开这次军训，离不开生活，离不开他人。

自军训以来，大家深刻地感受到军队生活的快乐与艰辛，意识到军事训练的重要性，军训把我从以前懒散生活中改变过来，使我的生活变得紧张而充实。军人有一种让人无法比拟

的自信：那立定时昂首挺胸，那齐步走时的挥臂有力，那正步走时的雄姿英发等等，每一样都显示了军人的自信。自信--不仅是军人应该有的品质，我们的人生道路中也应该有自信。我相信经过这次军训，我的性格会变得更加坚毅，我的人生将变得更加自信。团队的有效管理，源于每个成员的努力，军训锻炼了大家的团队意识。发扬军训精神，把军训中培养出来的组织纪律性和吃苦耐劳精神带到日常工作去，要把鹰一样的个人和雁一样的团队结合起来，通过大家的不懈努力，把金煤锻造成一支善于打硬仗、顽强拼搏、纪律严明的团队，以崭新的精神风貌迎接未来挑战。

三天的时间虽然短暂，但我从中体会到一种坚韧不拔、雷厉风行、不轻言放弃具有团队使命感与荣誉感的精神，这就是军魂。虽然只是一遍遍枯燥的立正、稍息、转身，锻炼的却是每个人快、干净利落的品质以及严格执行命令的精神。平时的工作中，我一直存在着拖沓的毛病。当天该做好的事情总是拖拖拉拉，直到不能再拖了，才勉强的去完成，完成的质量就可想而知。也正是这种拖拉、懒散的习惯，导致了每次的计划和目标都不能按计划完成。既然认识到问题存在，就要全力以赴去改进。要时刻严格要求自己，做好准备。全神贯注与力量集于一身，随时接受上级下达的各种指令，以军人的姿态与心态去面对一切。没有完美的个人，只有完美的团队，只因此，我们便要更加严格要求自己，打造鹰一样的个人，铸造雁一样团队。因为我们坚信：只要我们认真，去努力，我们一定会做好。我们要发扬不怕苦不怕累的精神。因为我们都是展翅高飞的雄鹰，都是百合的精英！

这个冬天虽冷，但是我们的心还是火热的。这是我参加第一次冬季军训，本次军训活动取得了圆满的成功，我认为这次军训非常有意义。

不知不觉，3天的军训就这样结束了！这次军训我学到了很多东西！

第一天，我们学了立正、稍息、齐步走、踏步走、向左右转等基本队列动作。学这些我并不觉得累，我觉得累的是要在烈日当空下一动不动地站着。太阳把我烤得汗流浹背，脸蛋象涂了橄榄油似的，现在我才知道累。就在这时候我心中打起了小鼓：不如我装晕，这样我就不用军训了。哈哈！正当我得意之时，我忽然想起一句话：吃得苦中苦，方为人上人。顿时，我马上打消了这个坏念头。

终于到了最后一天，我们6个班进行会操。我们先演练一次，再进行会操。会操时间到了。我们班开了个头炮，其他班接着下去。30分钟过去了，会操成绩出来了。激动人心的时候到了，“第六名3班，第5名1班，第4名……”我们班是第5名，这完全出乎我的意料。我本以为我们班是第1名，但我失望，因为我们已经尽力了，我认为我们班是最棒的。

经过这3天的军训，我学到了很多。我相信坚持就是胜利！团结就是力量！经过这3天的军训，让我的抵抗力有所增强，忍耐力有所增强，让我对自己比以前更加严格要求。我要感谢这次军训！

“一、二、一，一、二、一，！”操场上响起了嘹亮的口号声。在浅蓝的天空下，没有一丝的风，———那就是鸡西市第四中学的初一新生，正在进行紧张的军训。

在我想象中军训就像是魔鬼训练营：持续性长跑，无情地惩罚等等。但是我却在军训中体验了苦于乐，双重感觉。你一定会说：“军训也会有乐，怎么可能。”但是我真的体验到了。

首先说苦。每天天刚亮，我们匆匆赶到操场集合，做简单的操练。每当我们训练完时，个个都筋疲力尽，惨啊！军训真苦，虽然苦，但我们要吃苦的勇气和精神。记得有一次，这时，我挠了一下痒，正好被教官看见了，把我揪出来，狠狠地骂了一顿，脸都丢光了！操场的每一个角落上，一个方队正训练



着，这就是我们班的队伍。我们不停地操来操去，虽然中间有短暂的休息，可我们还是累得不成样子；腰酸腿痛。

再来说乐。我们的教官总说我们：“有什么好乐的”，其实，当我们成功地合作完大笑起来的时候，他也会面带笑容。有时我们偶尔会犯错误，但我们总能及时地更正。看着边上那么多同学在认真军训，我们当然也会自觉地提起精神。这就是乐在其中呀。“一、二、一，一、二、一！”这是多么嘹亮的口号声。让我们真实地感受到一个小军人的尊严，辛苦，神气和快乐！

苦与乐是相随相伴的，有苦必有乐，有乐必有苦。俗语都有云：不经历风雨，怎能见彩虹？我们要好好体会军训的苦与乐。军训在严格庄重的氛围中进行。

8月28日 星期一 晴

今天就要开始军训了，我兴奋地期待着那一刻的到来。

军训的第一个项目是站军姿，教官讲解说：“军姿就是两脚朝外约六十度，脚跟合在一起，手紧贴裤缝，抬头，挺胸，收腹，大家仔细看我做一遍。”同学们认认真真地看了一遍”随着教官严厉的口令，我们开始站军姿…十分钟过去了，汗水不停地流下来，教官说：“坚持就是胜利，。”同学们听了这话，更加打起精神继续训练，时间终于做到了！我们好兴奋啊。

休息了五分钟之后，教官吹响了口哨，“接下来练习向右看齐，你们一定要认真，仔细！”教官说。同学们吸取教训，每个人都严格要求自己，仅仅反复了几遍就将这个动作完成的很出色。教官夸我们说“一次比一次有进步，真是好样的！”

军训活动的第一天终于结束了，我的双腿又酸又疼，真正体

会到了什么叫做“苦与累”

军训是大学生活的第一部曲，我期待着用我最娴熟的技巧去演奏，我兴奋，我可以感受那种蕴含人生百味的旋律。

夏日炎炎，太阳好像要用全部的光和热融化这个世界，整个场地好像一个蒸笼，我们在这样的环境下纹丝不动站军姿，不厌其烦练枯燥而烦琐的动作，汗水像决堤的洪流，顺势直下，用“挥汗如雨”、“豆大汗珠”是无法形容的。全身上下只有好累、好热、好疼的感觉，汗珠在脸颊流淌好难受却无能为力，腿脚酸疼好想休息却力不从心，这一切让我对期待许久的军训渐失信心，让我有了放弃的冲动，我多想大声喊出：“我不要练了！”然后飞奔逃离这个即将融化的鬼地方。但我没有，因为在我挣扎与痛苦的时候，我想到了雨中的军训动员大会，“对军训的逃避就是对生活的逃避”，我不要做一个生活的逃兵，以前的我总是在逃避艰苦的事情，让自己变得好脆弱，好失败，我要抓住这个让我坚强起来的机会，赶走脆弱与失败，所以我重拾信息。度过最痛苦的那段时间后，我流下了喜悦的泪水，因为我战胜了自己，去努力承受任何事情。

虽然比起军队生活军训只是短短的几天，但他却给了我一生都受用的东西，军训让我有了对生活坚持的态度，让我明白只要对生活充满信心，做任何事情只要肯付出，那么一定会回报自己一个钻石般的生活和五色石般的人生。我始终都坚信：坚持就是胜利。但它在军训中给了我一个更完美的诠释。每天我们都会在烈日炎炎下接受这残酷而有趣的军训，军训中有泪水也夹杂着又汗水，又欢歌同时也少不了笑语，军训其实并不那么苦闷，因为我们拥有了一个幽默搞笑的教官，他会在我们苦闷的时候给我们快乐和力量，我们就会重拾信心，感到很有力量，是他让我们不再向困难低头，要傲视挫折，我相信只要有恒心一定会成功的，即使失败了我也不会遗憾，因为我曾经付出过，努力过，所以我不会留下什么遗憾，虽然我做的不是很好，但是我们都尽心尽力去做了，去

学了，所谓台上一分钟，台下十年功，哪一个成功人士的背后不是伤痕累累，哪一穗沉甸甸的麦子不是饱经风霜，所以我们要学会坚持。对于这次的军训体会很深，我相信这并不仅仅是我一个人的想法，我们班的每一个人也应该深有体会，所以我们应该认真对待这次军训，发挥出我们最出色的水平，信心十足的向我们的人生目标发起进军，这时你会发现胜利在向我们招手，信心就会更满，大声叫出：“向前冲。”

从“站军姿”、“向左转、向右转”、“行进立定”、这些具体训练项目中，给予我很多启示。“站军姿”，不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们拥有良好的精神风貌。“行进立定”展现的是我们的团队作战意识，一个团队只有互相配合步调一致，才可实现目标作好工作。“向左转、向右转”，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合好，才能收到最好的效果。

## 从军训中得以收获

“稍息、立正”是一个军人最基本的东西，也是我们在军训中做得最多的动作。军训给我们讲述了一个做人最基本的道理，那就是要守规则，接受约束。细想一下，现实生活中，就是这样的。在家有家规，在单位有制度，在社会上有国家的法律。你若违反了这些规则，你将受到惩罚和制裁。所以不论我们处在什么地位，从事什么工作，都应该养成自觉遵守规则，自觉接受约束的习惯，决不能马马虎虎，更不能视规则于不顾。

## 认识军训的目的

态度决定一切，我们今天的训练从早上的无组织无纪律到下午的有模有样，正是说明这一点，因此这次军训的目的是告诉我们在日常工作中，要用正确的态度去面对。

通过13天的训练和学习，确实让我收获不少，感慨颇多。其

实，一个人的年龄并不是工作和生活的障碍，好的心态才是工作的动力和源泉。军训，让我感悟到，如何去面对生活和工作，如何用智慧去工作，如何在工作中用正确的态度去面对，去处理工作中事。

“红星闪闪放光彩，红星灿灿暖胸怀……”嘹亮的军歌响彻云霄，鲜艳的红旗迎风招展，振东小学第三期少年军校开班啦！

### (一)

我们怀着激动的心情，跟随唐教官来到了操场上。我们按早操队伍排了四排，可是唐教官觉得男生分两排每排的人数太多了，就从两排男生中各拎出一些，新组成一排，一共五排，这样队伍看起来就整齐多了。

军训正式开始！第一项——站军姿。唐教官先让我们练立正。他让我们脚跟并拢，脚尖分开约60度，两手中指紧贴裤缝。这动作看似简单，同学们可是问题百出，一会儿这边有人挠头了，一会儿那边有人动腿了。教官用严肃的目光来回扫视了一圈，大家才有所收敛。站了十几分钟后，教官又让我们报数，我们女生注意力都很集中，一遍就过关了。可男生就不那么顺利了，他们还在为7和8争吵，一连报了好几遍，总算弄清楚了。接着我们又练了稍息动作，只能跨出一小步，整个人支撑在右脚上，几分钟后，我的脚后跟就一阵阵发麻了。

别看这简单的立正和稍息，可把同学们折腾得够呛。刚练到一半，董焱慷就脸色发白，嘴唇脱色了。老师见状，立马扶他去休息了。听说别的班还有几个人晕倒了呢！其实，我自己也好不到哪里去，中午休息的时候，我腰疼背疼腿疼脚疼，全身都疼！

一天下来，哎呦，累啊！

## (二)

军训虽然比上课累多了，但也是很有趣的，排里常笑料百出，让人忍俊不禁。

接着，又一个难题拦住了我们的去路——开小差。教官喊“向右转”，张琰糊里糊涂弄反了方向，和沈彦好来了个面对面。王哲源向后转时，差点摔倒，幸好陆熊毅及时扶住了他。齐步走时，男生们只顾大步往前走，后面的女生就跟不上，一阵手忙脚乱，我把自己的鞋踩掉了三次。

今天下雨，我们只好到体育馆训练。第三个难题接踵而来——串音。好多个班级挤在体育馆训练，经常听走音，有时还听不清。练习“齐步走”时，教官喊了“原地踏步”，我们依旧整整齐齐往前走。因为我们压根儿就没听到！教官就说我们“不长耳朵”。还有一次，“齐步走”刚停下，教官就立马喊“向后转”，王忆哲忙中出错，转过来和我面对面。她扮个鬼脸，赶紧转了回去。

虽然军训笑话百出，但在教官的训练下，我们也有了不小的长进，队伍明显比之前整齐了，步伐也变得坚定有力了。我相信，坚持就是胜利。

## (三)

时间过得真快，一周的军训马上就要结束了。今天是我们五天军训的结业典礼，也就是我们的阅兵仪式。老天爷似乎格外照顾我们，太阳公公露出了久违的笑容，天空仿佛被洗过一样，格外明净、湛蓝。跑道旁边，家长们扛着“长枪短炮”，正拭目以待我们的精彩表现。我前后的伙伴王忆哲、周依琳都找到了自己的家长，就我没找到。我焦急地踮起脚，抬起头，努力在人群中寻找妈妈。

随着一排教官大喊一声“按计划进行”！一排同学开始检阅了。

他们向后转，齐步走到了检阅场地，在教官的指挥下，立正、报数、向左转、向右转……动作整齐，精神抖擞，真像一群训练有素的小军人哪！

很快要轮到我们三排了，我紧张得心“怦怦”乱跳，全身绷得紧紧的，一动都不敢动。

我们先向后转，接着开始齐步走。走到司令台前，唐教官大喊一声“稍息”，我们立刻照做。“立正！”我们个个把身体挺直，就像一排排笔直的小松树。第一个环节是“立正、稍息和跨立”，每个动作都做了两遍。大家挺配合的，都做得认认真真、一丝不苟。第二个环节是四面转法，我们随着教官的口令齐刷刷地转身、并脚，动作整齐划一。在向后转时，我看见家长们举着手机、单反相机拼命地按快门。看来家长们对我们的表现很满意啊！第三个环节是敬礼、礼毕，我们半面向左转，敬礼。在平常的练习中，总有几个同学把手举高，再降下来，今天，一个也没有胡来。该退场了。我们边踏步边喊口号：“东风吹，战鼓擂，振东三班怕过谁！”霸气的口号声回荡在操场上空，把典礼的气氛推向高潮。

这是多么令人难忘的军训啊，它让我们感受了军队的纪律，体验了训练的艰苦，明白了个人要服从集体的命令……真是收获多多啊！

谈友情——从军训第一天起，李教官就对我们说，我们七三班是一个团体。是啊！全国学生上亿，我们这48个同学却刚好欢聚一堂，难道这不是缘分吗？短短几日，从首次见面一张张陌生的面孔再到现在一起说笑的伙伴，我们一起经历了风雨，接受了磨难，共同面对艰辛。患难见真情，是军训成就了我们的友谊，让我们懂得要互相理解，互相帮助，患难与共。

谈教官——李教官给我留下的第一印象就是豪放，坚韧，他那洪亮的声音毫不显散漫，脆弱。但是，在他那坚强的外表下，在他的每一次要求，每一声怒吼，每一句批评我们的话

语的背后，也都包含了他对我们的负责，对我们的关心，对我们的期待！他让我深深的体会到什么叫立如松，做如钟，行如风，卧如弓。像我们这种从小就陷入父母溺爱中的孩子，是最需要学习教官们的这种严谨作风和坚韧精神的。

谈训练——军训，让我认识到自己的缺点，并让散漫，放松，傲慢，懒惰随着汗水一起流出体外；军训，锻炼了我的意志，让我更加坚强；军训，助我们从渐渐偏离了的道路回到通向精彩人生正确的航向。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”，因为磨难，生命的光辉才得以绽放！

军训辛苦的不只是学生，教官也在与我们一起流汗。所以我认为，我们不能让自己的努力和教官的努力付之东流，即使在教官离开之后，我们要依旧不改作风，让这次军训变得有意义，变得有价值！

最后，我要感谢包括李教官在内的所有教官。在这里，我要向你们行一个敬重的军礼！

## 军训第八天心得体会篇四

懵懂的`时光悄悄流逝，转眼，初中的生活来临。

作为预备班的我们，平日里衣来伸手，饭来张口，却缺少了独立的能力。像是温室里的花朵，从暑假磕磕碰碰一路奔来，准备接受阳光的洗礼。

学校特地为我们准备了军训，办着强健体魄，快乐塑形的宗旨，提高我们的自身素质。刚开始军训的我们，对军训这个陌生而又熟悉的词颇感兴趣与憧憬。我认为，我们必须提高的不仅是那些军训的动作，更是培养对自身素质的提高。

这四天里，我们一直盯着炎日，在操场上一次又一次反反复复做着稍息、立正、跨立、起步走，九月的阳光下，教官竭

尽全力喊着响亮的口号，尽管嗓子都喊哑了。初一军训心得体会范文初一军训心得体会范文。汗水渗透了我们的迷彩服，豆大的汗珠从脸颊上流淌下来。尽管很热，但大家都没有抱怨，一个个英姿飒爽地站立在操场上。班级是一个集体，团结很重要。

四天的军训迎来了成果，将在这一刻星期五里会操展示评比。

我们比平时还紧张。当轮到我们上场时，我的神经紧绷着。1，2，1，1，2，1教官喊着口号，依旧是那么的响亮干脆。没有一个人是嬉皮笑脸的，以严肃的身份对待这次会操。还是那几个动作，我们却格外整齐，格外认真，比以前都好结束了，一切结束了，在这次会操结束，却在我们的记忆里烙下了深深的烙印。

多少次想过放弃，但对自己的目标，绝不轻易倒下！有时，应该对自己严格要求，即使再苦再累，也要坚持下去。这时候你就可以骄傲的说：我做到了！

许多道理，我们都懂，但在这短暂的军训里，我豁然觉得，那些曾认为耳熟能详的道理，已经有了意义与诠释，但在军训中，我才赫然发觉领悟：一个人，可以不强大，力量小，但绝不能抛掉精神气质！集体里，即使你是微小的，但绝不能因此而不出力，因为，你是属于集体的，要归顺集体，学会团结。一份力量也许微不足道，但两份力量，三份力量拼凑起来是强大的，要有团队意识！你的一言一行，一举一动，都代表了整个班级的形象！

别让在阳光下挥洒的汗水成虚无，有时，必须训练自己的毅力、体质与品德，脱离对别人的依赖感。想想自己的辛苦，再想想教官的不辞辛劳，让自己严肃对待，去迎接这些风风雨雨！因为在人生道路上，还有更多意想不到的磨难还在等你。



宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。让辛勤与努力，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴着我们，将这力量发扬到更大！坚强刻苦，永不言弃。

珍珠因贝壳的磨砺而光彩照人，我们的清纯也因为有了汗水的洗礼而变得坚韧。犹如那军中绿花般贞洁美丽。为自己鼓掌。

## 军训第八天心得体会篇五

军训一天天过去，已经是第八天了，炎热的太阳依旧没有离开我们，我们一直顶着太阳整整训练了八天，我们的肤色，变了，我们的体型变了，松弛的肌肉变得有力，苍白的皮肤变黑了，别被衣服帽子遮挡的地方与没有被遮挡的地方成了黑白两色。

我们的衣服时刻被汗水渗透这，汗水也一直不断的滴落，前几天军训我们是一天比一天难受到了后来酸痛的身体已经让我有些麻木了，每次军训过后全身都是酸痛的，全身都是无力的，但是经过了几天我的体力开始提升，前几天站军姿我最多占十分钟就全身发抖，全身无无力了现在我可以坚持更久了。

军训的蜕变是非常明显的，以前做一件事情动不动就放弃，遇到苦难就知道放弃，遇到问题只知道逃避，因为怕麻烦，因为不愿意面对这都是自我逃避的表现，经过了军训八天的磨砺经过了军训八天的洗礼，我感到了自身全面的改变，在军训中遇到在大的困难我也没有放弃，遇到再到的挫折也没有逃避，遇到在多的磨砺始终不屈服。

我们已经来到了大学了，我们已经不是小孩子了已经成长起来了，已经可以脱离爸妈的保护独自飞翔了，以前的我们在爸妈的保护下没有吃过多少苦没有受过多少罪，更没有遇到多少困难顺风顺水让我们没有强大的意志，没有强大的毅力。

但是经过了军训的打磨经过了军训的洗礼，我翻身了天翻地覆的变化，我能够咬牙坚持能够去拼搏，能够去挑战，更能够承受暴雨的洗礼，能够站在烈日下表率，知识我成长的历程，更是我发展的经历。

没有经历过军训的我是一只不会飞翔的雏鸟，只知道依赖父母的呵护，躲在他们庇护下成长没有直面困难的勇气，但是经历了军训再苦再累我已经不再害怕，不再畏惧，敢于去尝试飞翔，敢于一次次的去努力。我已经可以去天空中飞翔，我学会了军人的坚持，再大的困难也不会让我低头，再累的事情也不会退缩，我会坚持，我会努力更会奋斗做好自己，一次一次的努力让我知道了坚持就总会胜利，不要相信任何不切实际的，一切的收获都是需要汗水和努力才能够获得的，都是要加倍的付出才能够收获。

军训让我知道了努力，让我知道了坚持，让我明白了去付出去加油，我会用我的坚持，用我的努力在大学谱写自己的人生经历。