

军训个人总结(优质11篇)

教师总结需要教师对自己的教学进行客观评价，找出问题并及时进行改进和调整。在以下范文中，你可以看到不同的学期总结写作风格和表达技巧。

军训个人总结篇一

萧瑟的秋风吹拂着凋零的枯叶，残阳的余晖弥漫着落幕的气息。岁月的沉淀演绎了苍穹的变幻，时光的流逝遗留了岁月的蹉跎。秋意弥漫，消散了盛夏的暑气。

蹉跎的暑假生活结束，整装待发踏上军训的征途。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”人是在不断地磨练中长大的，我们都经历了最严格的高考，却成为我们从一颗小树成长为参天大叔的契机。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我，磨练意志的最佳时机。古人云“天将降大任于斯人也，必先苦其心智，劳其筋骨，饿其体肤，”有苦咸的汗水，有飘荡的歌声，有欢乐的笑声。十几天的军训生活是短暂的，但他给我们留下的回忆是永恒的。经过这次短暂艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强，少了份依赖，多了份自立。有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。只有亲身体会，才能感受其中的那份苦涩与欢乐。

昨天，我们一起欢笑流泪。今天，我们一起历经风雨，承受磨练，明天我们一起迎接绚丽的鲜花彩虹。苦，让我们更加珍惜现在的甜，累，让我们懂得生活的不易与辛苦。

感谢教官，是他们教会了我们铁的纪律，是他们在我们对纪律不屑一顾是给予我们适当的惩罚，是老在我们最艰苦的时

候给予我们鼓励……为了让我们在军训中能够有更好的收获，教官的嗓子沙哑了，他们对我们的付出与那庄严的形象是我们真实生活中无法磨灭的记忆。

军训个人总结篇二

8月26日，我幸运地成为了濮阳市一中的一名初中新生。开学第一课就是军训。

虽然已过处暑，老天像给我们作对似的特别炎热。教官把我们带到校园庞大的操场，我们忐忑不安，也对军训怀有一种神秘感。真正开始军训，才深刻体会到军训中严明的纪律，训练场上一排排的方队整齐的做着各种动作。在我眼中，一切都是那么的新奇。我站在那里，置身在一群军旅的海洋中，体验着青春的朝气与蓬勃。

在的军训中，最令我刻骨铭心的就是站军姿。当时双脚都站麻了，好像它们都不再属于我。那时，我曾经想喊报告出列，可当我看到别人都认真纹丝不动的站在那儿，我又犹豫了。为什么他们可以而我却不可以。我要证明自己并不比他们差。虽然我站的军姿并不是那么标准，但我却非常自信的为自己鼓掌，因为我坚持了下来的榜样力量是无穷的。我们还学习了跨立，稍息，蹲下，站立等军体动作。教官的仔细的教导最令我感动。他们不厌其烦的纠正我的一个个错误，严肃但是不是粗暴，关心但不是放纵。

在一天的军训中，我收获许多，这些知识与经验都将给我们的将来铺下坚实的基石。我一定会好好珍惜这次来之不易的机会，好好训练，培养自己的体质与意志。做一个合格的学生军人，无愧于自己身上的墨绿军装。

军训个人总结篇三

现在是晚上11点整，此时此刻的我，正在一边泡脚一边写下

这篇心得。期待已久的军训终于在今天拉开序幕，见到严于律己的教官，看到广大学子的我们穿上秀气的军装，一切感觉都那么的美好，又充满挑战性。

今日的北风依旧那么的刺骨，幼嫩的脸颊被吹得僵硬，瘦小的双手被无情地暴露在冷风中，不一会就变成红肿、僵硬、毫无生气的“东西”。庆幸，即使条件严峻，但永远打不败热血沸腾的广大学子，我们依然坚持的站在队列中不放弃、不言弃。感动，虽然天气严寒，但教官暖心的话语能温暖我们瑟瑟发抖的身体。无法用言语去表达的感动，是一直陪伴在我们身旁的导生们！我们军训，他们“观训”，他们同我们一样被冷风毒打，他们同我们一样辛苦，这无声的陪伴像一股力量一样注入我们的血液，无声胜有声啊！他们的身影会在每天都出现，直至我们的军训结束。他们不仅是我们的导生，他们还是我们的朋友，我们可爱的哥哥姐姐们，但他们给予我们的爱有时胜过兄弟姐妹。何以报爱？唯有在训练场上用心对待每一次训练，用力做好每一个动作，尽力配合教官的指挥，才不负他们的期待！

也许是寒风作祟，也许是军鞋太硬，也许是太久没有过高强度地训练，今天一整天下来，双脚疼痛不已，就连回来的路上，脚后跟着地的感觉都得咬牙忍受，才有了现在的泡脚浴，希望得以缓解一天的疲惫。

世上没有什么东西是从天而降，没有什么成果是可以凭空而来，有的是我们的决心，有的是身边人的鼓励和陪伴，有的是永恒的爱。

军训个人总结篇四

_的天气阴晴不定，还真有点翻“天”比翻书还快的感觉。我们这群_级新生学子便在这阴晴不定的天气中开始着大学伊始的军训生活。

桂花香飘，芳香清纯而浓郁，这是此刻校园最令人赏心悦目的风景。身着军装，漫步校园，迎面而来阵阵桂花清香，随风浮动而撞入你的鼻息，身心的疲惫转瞬之间便被这芳香击溃了，转之而来便会有种飘飘欲仙之感，让人忘乎所以。我最爱桂花及她芬芳馥郁的气息，在我高中学校也有十几棵这样的桂花树，那清纯的甜香总是会勾起我那时的回忆，以致我在陌生中也不感孤单。

军训便是在这样的环境里展开的，期间，雨下了不少，这着实让我感到轻松，但却被学姐学长们吐槽抱怨，羡慕我们军训连老天都关照我们。但实际上，我们也经历过烈日暴晒，大雨洗礼。可是，军训生活并不因此而如想象中那样枯燥。休息期间，我们会轮流着唱歌，讲笑话，彼此间的陌生感也随着这浮动的旋律而逐渐被贯穿，我们更接近于彼此，更相知相熟，慢慢的便忘记我们同是来自五湖四海，不久前还是陌生的存在。于我而言，这欢笑中产生的联系，非常珍贵。

还记得刚来学校时，看到这一望而风景尽收眼底的校园，我顿时感到泄气，感觉自己梦想中的大学生活已成幻影。说实话，当初打退堂鼓的心也是有的，只不过被我自己硬压下去了，因此，军训伊始我始终郁郁寡欢。但是，就像学姐说的一样：“不要总想着让环境适应你，而该是你自己去适应环境。这样，心境与立场都会变得不一样。”

时至今日，经历过烈日的暴晒、大雨的洗礼及晚自习的宁静安闲之后，一切浮躁不平的心已随着桂花香飘，吹散至无影无踪。

对啊，我已经选择了这里也不愿重回高中，那我也就无需抱怨。懂得去适应而非总是去排斥，军训中学姐的劝慰使我浮躁的心逐渐平息。此刻，当我再次走在“简陋”的校中小径时，桂香萦绕不止是在空气中，更萦绕在我的心扉。在这桂花飘香中，我又一次完成了我心境的蜕变。

军装下，曾经的懒散被剥离，体格变得坚韧如铁；

军装下，曾经的陌生被打破，关系变得紧密融洽；

军装下，曾经的戾气被磨练，习性变得舒缓。

军训个人总结篇五

新学期来到学校的第一门课就是军训。对于很多过来人来说军训的确是我们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。

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”。也算是最大的体会吧。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重复练习，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。原本无味的生活也不是这样。教官也有可爱的一面，平时都会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。一直到教官离开学校离开我们的那天才知道我们的教官是那么的可敬的。

在这短短的七天里，我们晒的很黑，尝到了酸甜苦辣，最要命的是我们那套军装在这六天中只能洗那么一次。表面都有一层白色的盐粉，但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌，。与别班的拉歌喊到嗓子都哑了那时刚从高中生知走出来，带了很多的梦想。然而到了部队，认识的同学又是多么的单纯。没有利益的冲突。大家讲的更多的是来自哪里？分享自己的趣事。加上离家远，在这里

大家都非常重感情。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

通过这次军训我明白了只要你们用心的投入去做一件事情，总会有很多的收获的。……在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练，训练之后才可以去吃饭。午休之后继续训练，直到晚上十点熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人；在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。

我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，整理未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩膀就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

军训个人总结篇六

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”。也算是最大的体会吧。在这次的军训中也应该是最艰苦的了，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。原本无味的生活也不是这样教官也有可爱的一面，平时都会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呵一直都离开部队的那天才知道我们的教官和我们一样大汗。

对于人生而言，这三天只是转瞬即逝的刹那，但就是这个刹那却将成为我们人生的记忆长河中一朵绚丽异常的浪花，因为它给予我的东西很多。在军训中我学会了去勇敢的面对一切困难，并且用智慧与毅力来克服；学会了挑战自我，超越自我，这对于我今后的学习生活是一个良好的开端，我们要在今后的学习中发扬这种精神，不断向着目标迈进。

三天的军训一眨眼就过去了。在军训时没有想过离别，不过在想到我们即将和教官道别的时候，我真的有点想哭，但是我一定会忍住。人的一生总是会有分开和离别的，别想那么多了，做好教官教我们的，努力践行。一定要把这次军训学到的用到学习和生活当中去！

我当然也不会忘记在这些天里建立起的同学友谊，在这个大家庭里同学相互帮助，相互激励，团结共进，多了一些理解，多了一些忍让，多了一些谦虚，多了一份团结。最后这几天，我感觉自己一下子长大了许多，懂事了许多。从幼稚的孩童成长为羽翼渐丰满的雏鹰，就要展翅翱翔了。最后，我从内心深处感谢领导、教官，感谢所有为我们付出的每一个人！

军训个人总结篇七

开学的第一件事情就是军训，在此之前我也做好了准备，并且这段时间以来的军训当中，我深有体会，我能够在军训当中保持好的心态，对此我还是感觉非常有意义的，作为一名大学生在平时的工作当中，我也深刻的体会到了这一点，这段时间以来的军训我也有一番心得。

对此我也是深深的感到自责，我不会再让这样的情况出现了，并且在这方面我也会做出更好的成绩来，作为一名大一学生这也是我应该要去认真做好的，军训的时间比较短暂，但是这对我的影响还是比较大的，我也深知这对我的意义是比较大的，一开始的时候，我也是有点不适应，天气比较炎热，顶着烈日重复一个个动作，这确实让我感觉非常的有压力，接下来我也一定会做的更好一点，这是我应该要去落实好的，我需要合理去规划好，这对我而言也是非常重要的事情。

虽然大家在训练的时候比价辛苦的，按时但是大家一直都在坚持，我相信接下来能做的更加认真的，作为一名大一学生我也甚至这是我应该要认真去做好的，军训期间还是会有一些问题，在这方面我也确实是感觉非常的有意义，在这一点上面我也一定会做的更加认真，虽然平时在军训当中，做的没有那么严谨，但是我也会继续去维持一个好的状态，让自己获得更多的提高，我也真切的体会到了这一点，我会继续去让自己获得更多的提高，这对我而言也是需要合理去规划好的，我也会去积累更多的经验我，军训当中有苦有累，我们的每一个人都在坚持着，这是步入大学的一个对自己最基本的考验。

我现在回想起来的时候依然觉得很是充实，教官非常的耐心，虽然对我们比较严格，但是大家在这样严格的训练当中，也获得了很多的提高和锻炼，我也始终都坚信这是接下来的方向，需要养成这样好的习惯，并且对此我也一直都是感觉很有意义的，对于这份工作，我现在也希望能够获得更多的提高，我也深知在这样的环境下面能够让自己不断的调整好状态，这也是接下来需要合理去规划好的，受到了这次的军训启发，我也对自己有了新的.要求和规划，我一定会去尝试更多有意义的事情，并且也会争取获得更多的价值，感激这次的军训，感激周围同事对我的信任。

军训个人总结篇八

随着一声响亮的口哨，级新生在当教官们在主席台前集体向我们敬礼时，我们有一种突如其来的悲伤和莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里满是友情。

教官渐行渐远，最后消失在雷鸣般的掌声中。我清楚地看到同学眼中闪烁着晶莹的东西，我的心久久不能平静。我花了很长时间才开始军训。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐，还是那么熟悉。响亮的口号和歌声依然回荡在我的耳边。各种活动都在休息，不要在快乐中失去威严，不要在活泼中忘记纪律。集体和谐让我们懂得分享快乐。历经苦难、煎熬、哭过、笑过，军训只是埋葬了我们孩子的稚气，我们的眼睛不再稚嫩，取而代之的是成熟而敏锐的光芒。

军训苦甜，却累美。绿色的军装成了一道亮丽的风景；响亮的口号变成优美的歌曲；整齐的步伐变成了惊天动地的力量。钢铁般的纪律使我们成为自我，使我们成为一支钢铁般的军队。会议的最后一天，当我们走上主席台接受领导的检阅时，心中充满了骄傲和自豪。

军训的日子总是让人想起汗水和痛苦，但汗水的背后是无尽的收获和幸福。挺拔的身姿，婀娜的身姿，矫健的步伐，都在告诉人们旅途的艰辛。在痛苦中，我们磨练出白杨般的毅力，不再装腔作势，不再只想着自己。军训告诉我什么是团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有很多东西永远不会被抹去。过去的日子和岁月现在是一瞬间；曾经每天的疲惫，变成了现在最充实的记忆；以前恶心的教官，现在像朋友一样友好；过去12天的每一点都被定格为生命的永恒。原来，在苦乐并存的12天里，我们无形中与导师建立了深厚的友谊。教官的威

严活泼，教官的笑脸和背影永远不会像花一样短暂，我相信花永远不会沉睡。

军训虽然只进行了十天，但我们在看、学、练中受到了教育、锻炼，意志力得到了加强。提高了军事素质，增强了国防观念。

军训结束了，但是军训的收获不会消失。这是我们用汗水、泪水、欢笑写下的幸福，是我们大学生活中的一个闪光点，也是一个值得永远回忆和追忆的日子。教官虽然走了，但还是悄悄把军人和气质刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它默默地在我们心中播下了一颗种子，一颗充满希望的种子。

大学四年，我将用军训的精神度过，用梦想创造可能性，用理想浇灌希望；用知识报效祖国，为国家现代化做出贡献。

青春因为军训而灿烂，_因为我们而灿烂！

军训个人总结篇九

军训别因为热就不穿迷彩服，迷彩服的确很厚很沉，穿着很热不舒服，但至少它吸汗防晒还不怕脏，累得要命随地一坐没人会心疼，而且比起被晒得起斑，还是热一会好一些。这并非一个和平的时代，而是我身处一个和平的国家。即使国际关系十分紧张，但有无数爱国人士想方设法应付；所以，不是我们不应承担，而是有无数人为我们承担。我们的发展历程也并非一帆风顺，自1840年起，我们的国家先后有无数满怀爱国热血的仁人志士，他们抗击外来侵略，他们十年内战，只为给人民一个和平安宁的国度。

所以，和平是有人不分昼夜守来的，是有人隐姓埋名的坚守拼搏闯来的。我们不应该忘却历史的耻辱，高枕无忧，而应该铭记历史的教训，居安思危，养成艰苦奋斗的好习惯，负起时代使命，推进社会主义现代化。

我们是：于浩歌狂热之际中寒，于天上看见深渊，于一切眼中看见无所有，于无所希望中得救。

军训个人总结篇十

很久以前，我就盼望着能和解放军打交道，这大概和军人受过严厉的磨练训练出来的刚强意志有关吧。

一转六年过去了，刚迈入中学的我们对一切都很好奇，大约是在22号吧，我爸接到了学校的通知，25号开始军训，军训，顾名思义就是军人的训练，24日晚上，我一想到解放军来就激动的翻来覆去睡不着觉。一开始，同学们的热情大过天上太阳的热度。第二天，有就有点怀念，精彩的游戏和丰富的电视节目，所以就出现了许多擦汗的，东张西望的，交头接耳的，只有少数坚持了下来。下午，由于上午学习站军姿，下午二话不说先站5分钟的军姿，一站下来，可让我们的教官伤心至极。擦汗的，偷懒的占了多数。时间紧迫，教官也顾不上这么多，只好快快的进入下一个环节。第三天，第四天，时间过得很快，第五天就是我们把这五天以来辛苦的训练的成果汇报表演的时候了，精彩的表演很快就结束了，但紧张的成果还在后面：8。0分。我们五天的成果以失败告终。

军训个人总结篇十一

六天军训虽短，却给我们上了初中的第一课。军训中，有苦，有累，但更多的却是无尽的快乐。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几

个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训六天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要不啊纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这十天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

第一天军训，暴雨骤至，给大家一个下马威——好象老天有意告诉我们，军训不是闹着玩的。大家一起学习立正，稍息，一遍遍地做着枯燥无味的四面转。渐渐地，太阳又露出来。被雨水打湿的衣裳刚刚晾干，就又被汗水所浸湿。然而，汗水浸湿了衣裳，却无法打败大家的坚强。第一天，我们学会了坚韧不拔。

第二天军训，艳阳高照。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。这一站，就是半个小时。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。第二天，我们学会了服从命令。

六天的军训，我们付出了辛苦，付出了汗水。然而得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令。军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们获益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。

在今天的军训汇报演出上，大家或许是备感自豪，或许是心喊解放。然而，毕竟我们经历了，我们努力了，我们能够说，军训后，我们更出色。

我们选择了坚持。尽管烈日炎炎，一分一秒地如此漫长，但在训练场上的我们昂首挺胸、精神饱满，认真进行着训练。

最后的结果正像教官说的那样，胜利是属于我们的，我们用我们的汗水和努力换来的是结业式上完美的表演，赢来的是前来参加结业式的院领导、老师以及教官们的认同和掌声。

我们不否认的是，身为独生子女的我们习惯于独来独往，凡事先考虑到的是我们自己，而忽视了许多事是需要大家共同为之付出才能做好的。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。为了使这个团队有一个良好的精神面貌展现在全体教官的面前，为了给学院增光添彩，不少同学是带病坚持训练的。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

在军训过程中，我们不但学会了一些军事常识，我们还学会了尊重他人。开始我们曾为一些小事与教官发生冲撞，以至于彼此之间产生了误会，说话语气也难免会重一些。但是我们随时都在反醒自己，毕竟军训的目的就是要让我们体验军人的生活，了解作为一名军人应遵循的基本准则；而教官们亦在调整，因为我们是学生，和真正的军人是有差别的。为了缓解偶尔出现的矛盾，我们坐在一起聊天，交换着各自的人生经历和对问题的看法，换位思考后彼此之间有了进一步了解的同时，我们也明白了军队铁的纪律，而教官们也接受了我们身上存在的一些问题。从中我们也体会到了学会理解和尊重他人，学会换位思考的重要性。

也许是离家在外，身在军营，我们的教官不能经常回家，所以他们对父母兄弟姐妹有着一种深深的思念，每次回家都会为父老乡亲们做点什么。他们对家乡的怀念和对父母的孝敬，感动了我们的同时，也使我们学会感激父母的养育之恩，所以在打电话回家时，我们会叮嘱父母上班时路上小心，不要吸烟，那有害身体健康；生病了记得要吃药，不要为了挣钱而忽略自己的健康；我们在基地生活很好和同学教官相处很融洽，请不要为我们担心……匆匆挂上电话，擦掉眼角的泪水，心中充满了无限思念。可以说，军营的生活使我们的意志得到

锻炼的同时，也使我们懂得了感恩，懂得了长大成人的意味着什么。

关于军训心得体会

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。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闪亮的恒星。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几天。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此别扭。纠正错误永远是困难的，炽热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然距离教官的标准还有一定差距，但是进步的欣喜摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的唱歌都是单调的军训中的调节剂。在唱歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，两手……”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心……我似乎感到这汗水是那么苦涩。

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们十二个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默；观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调房间外还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。我到现在才理解学长、学姐们把军训看成是学生生涯中一件最值得回忆的事情。也许军训的时光短暂，也许这样的时光

一去不复返。但“稍息、立正、向左转、向右转……”这些口令将永远回荡在我的耳边。

军训心得体会范文

顶着八月的骄阳，我怀着激动向往的心情，早早地踏上了来上海的列车，返校参加8月13日开始的军训。要知道，为了能尽早适应大学期间唯一的一次军训，我整个暑假没有一次在空调房间里睡过。尽管在初中和高中都参加过学校组织的军训，也听取了许多大学军训“过来人”传授的经验，自己的身体素质又相对较好，可仍不能掉以轻心。

到校后的第一个早上，六点还没到，已被窗外小班长集训整齐划一的踏步声唤醒。透过窗户，望着小班长们黝黑而矫健的身影，在惋惜自己当初没有被选为小班长的同时也暗暗下定决心：一定在军训中严格要求自己，以小班长为榜样，争当优秀学员。

当然，自己的投入也有了一定的回报：被选为小班的副班长，协助班长进行一些组织、训练工作；被挑选为连队阅兵方队的排头兵，将在队列第一排向首长展示五连的精神面貌。

对我而言最具意义的是在所在连队的升旗日。我主动请缨担任旗手，手擎国旗正步走过菁菁广场，在朝阳的光辉中与另两位旗手亲手将国旗升起，并在下午大雨到来前及时赶到旗杆下将国旗降下收回。尽管自己后来被雨水淋透，但那一刻，我感到自己尽了一名旗手的责任，感到无比的光荣和自豪。

转眼，短暂的十四天即将过去。在这十四天中，我体会到了责任与使命，磨炼了意志，掌握了不少军事与民防知识，感受到了团结的力量，增强了时间观念与团队意识，体验了忍耐与坚持……感到自己无论是从身体上还是思想上都得到了一次锻炼与升华。相信这次短暂的军训会给我留下永恒的回忆，使我受益终身！