# 写军训400字心得体会8篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-03-26

*我们相信，通过积累心得体会，可以不断提升自己的人生品质，通过不断总结经验，我们逐渐形成了丰富的心得体会，帮助我们更好地应对各种情况，以下是职场范文网小编精心为您推荐的写军训400字心得体会8篇，供大家参考。写军训400字心得体会篇1很怀念军*

我们相信，通过积累心得体会，可以不断提升自己的人生品质，通过不断总结经验，我们逐渐形成了丰富的心得体会，帮助我们更好地应对各种情况，以下是职场范文网小编精心为您推荐的写军训400字心得体会8篇，供大家参考。

写军训400字心得体会篇1

很怀念军训的时候，虽然最后两天没有跟着军训，很不快乐，但也有不少乐趣。总之，就是很快乐啊!

在那时候，太阳每天都是火辣辣的(我们初中军训的时候还见过阴天呢)，我们都穿着同样的服装，穿着同样的鞋子，戴着同样的帽子。生活基本一样，老师就像是生活老师，虽然很不适应，但是感觉还是蛮不错的。初来到这，同学都不相识，但也都在默默的互相帮助着。我感觉还好，我一直都保持一份好心情!

我们的穿着打扮一样，迷彩服就像是一层很久没擦过的玻璃一样，很难看清楚站在你面前的每一个人。

我和陈宁在一个区队，她21班，我22班，很幸运啊，能有一个同学，并且我们的个头也差不多，就站在一起拉。后然我们认识了21班的刘雨田，很漂亮的一个女孩，她也是我们原来一个同学纪美会的姐姐，感觉挺幸运的啊。我们当时出的很不错啊。后来就形同陌路啦。这也许就是韩喜悦(我的朋友)所说的吧：“家庭出身不一样，就不会成为朋友!”

那个时候，我觉的我们语文老师何薇薇很好，可是没想到后来……唉!不过他真的是一位好老师，我真的不想换语文老师!!

王满强当时真的是和蔼可亲，可是后然才知道他是多么的令人憎恶!不过他也够令人敬佩的，各方面都很棒啊!就是在金钱方面很吝啬!

在我不参加训练的时候，我和刘鹏那认识了。她给我讲了好多在他身边曾经发生过的事情，我很佩服她，在那种环境下还能当我们班第一，学号072201，多让人羡慕啊!

咱说我们那赵教官，我只记得他很爱脸红，清晰地记得在烈日下他冲我们喊：“坚持就是胜利!”还有第一天他对我们说：“我不要求你们跟我们男人一样……”

就这样吧!这就是军训的一些记忆吧!

写军训400字心得体会篇2

军乐回荡在体育场上，为期两周的军训生活在脚踏声中缓缓拉下了帷幕。时间虽短，但这短暂的军训生活留给我的又岂止是熟练的队列动作，它留给我的更多是心灵的震撼，使我从一名普通的高中毕业生成长为共和国的准军人。

期待已久的军装在军训时就发下来了，穿上军装，我感到无比的高兴与自豪。但同时我也清楚地知道，对于我们国防生来说，这军装不仅仅是象征着一种身份，它更是一份责任，一份国家赋予我们的责任。我们是准军人，将来是要到部队去的，保家卫国是我们的责任。如果战争真的来临了，我们会义无反顾地走向杀敌的战场，为共和国奉献自己的一生。军训的生活使我认清了自己肩上的责任，使我走向了成熟。

“一人犯错，全体受罚。想知道为什么吗?我告诉你。因为你们是一个团体，你们要有集体荣誉感。”教官的话深深地刻进了我的脑子里。在军训过程中，除了“服从命令”，我听得最多的就是“集体荣誉感”了。我们国防生来自五湖四海，我们有着不同的经历、不同的兴趣爱好和思想观念，但是我们共处国防生这个集体中，我们有着共同的理想，是集体把我们牢牢地拴在一起。从军训第一天开始，教官就教育我们，我们不再是个人，我们的一举一动都代表着集体，我们必须有强烈的集体荣誉感。为了在阅兵场上用实力去征服别人，维护我们国防生的荣誉，我们比别人都要刻苦地训练，教官对我们的要求也严格。当代军人核心价值观中就有崇尚荣誉这一点，但我们追求的是集体的荣誉，绝不是个人的追名逐利。一个人优秀不是优秀，集体优秀才是真正的优秀。军训生活把集体荣誉感刻进了我的骨子里，在以后的学习和生活中，我会铭记维护集体的荣誉。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”我们是准军人，我们更要吃苦耐劳。虽然军训生活还远远达不到部队生活摸爬滚打的那样苦，但它也足以磨练我们的意志。光着头在太阳下练队列动作的滋味确实不好受，站军姿站到脚麻了也要一动不动，练正步端腿时腿一直在发抖，踢出去的腿一点点往下压，但我们又把它一点点向上提，撑俯卧撑时，任凭汗水打湿双眼。训练虽苦，但我们都坚持下来了，因为我们都有一个信念：掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪。有梦想的人是幸福的，能为梦想努力奋斗的人更是幸福的。我能为我的军人梦想而奋斗者，所以我也是幸福的。军训生活告诉我，不管以后的路多么难走，我都要坚持走下去。

军训生活留给我的还有浓浓的战友情。我们是一个团体，我们团结互助。训练时有人吐了、有人跌倒了，兄弟们会在第一时间去把他扶起来。一杯水，我们几十个人传递着喝，尽管每人才一小口，但那感觉足以沁人心脾。阅兵式彩排时，我们上场的兄弟还没吃早餐，但是飞虎队的兄弟早已拿着食物在观礼台等着我们，彩排完毕，我们就直接在体育场上吃早餐，我们成了一道独特的风景线，这感觉暖暖的。是军训生活把我们凝聚在一起，我们感受着彼此的情与义，互相帮助，即使有再大的困难，我们也会一起渡过。军训生活让我体会了战友情谊，感受到了家的温暖。

军训已过，但它留给我的体会、回忆是永恒的。我从军训生活中获益匪浅，在日后的学习和生活中，我定会牢记自己的使命，运用自己的所学，去践行一个军人的誓言。

写军训400字心得体会篇3

做为一名小学生接到学校的军训通知，一开始是兴奋的，因为终于可以体验到军人的训练。但是真正训练时，发现自己想的太简单了。其实军训对于我们每一个人来说都是一个考验，但是只有通过军训，我们才可以真正明白纪律的重要性，因此军训又是开学的必修课。

军训第一天的时候，由于带着强烈的好奇心和新鲜感，刚开始的时候并没有感到十分累，甚至还为摆脱了繁琐的学习而窃窃自喜。可是随着训练的难度和时间的不断加深，逐渐开始有些力不从心了。头上炎炎烈日，身上早已经湿透了，感觉汗水顺着脸颊向下流，心里不由默默祈祷着明天不要有太阳。可是到了第二天，虽然没有太阳，但是却下起了雨，由于雨势不是很大，军训就依然继续。雨虽然不大，但是却十分的稠密，雨中不一会儿全身就淋湿了，感觉雨水把眼镜片打湿了，很想伸手擦下，但是由于没有教官的命令不敢乱动。

就这样，军训的时间很快就过去了。最大的感触就是军人十分的辛苦，看到阅兵仪式他们排着整齐的方阵，整齐划一的步伐，每一个队伍都像是一块豆腐块在移动，每一动作都十分的干净利索，心中不由暗生佩服之情。

透过此次的军训，磨练了我的意志，强健了我的体魄，也同时让我意识到自身存在的不足任然需要解决和完善。

编辑推荐

学生时代的我们经常会写作文，多看一些优质作文可以为我们的写作打下良好基础，作文，可以描写身边的细微事物，也可以大胆想象。所以说，写作文是需要一朝一夕慢慢累积的。军训作文怎么写才能让人眼前一亮呢？下面是工作总结之家小编帮大家整理的《军训展示充实感受心得作文》，仅供参考，希望能帮助到有需要的朋友。

我们这一代的孩子，大多数都是在父母的庇护下成长，都没怎么经历过磨练。就像温室的花朵，经不起风吹雨打。军训对我们而言，无疑是一种考验。在这充实而又短暂的几天里中我受益良多，知道了什么该做什么不该做。

一开始的时候，许多同学都抱着应付的心态去完成教官的要求，所以总是被教官罚，有些同学还十分地抱怨。教官让我们站军姿，我便一动不动地站在太阳当下。我觉得：教官对我们严格，是想让我们知道，做任何事情都要严于律己。不做则已，要做就要做到最好。同时，也在磨练我们的忍耐性。当我想放弃的时候我就会想：这点困难怎能把我击倒，我要坚持下去，既然别人也能做到，我也不会例外。我们要让别人知道我们这些小花不是经不起挑战的。练习军姿是让我们这些独生子女学会军人的那种坚持不懈的精神。

接下来，我们练习的“四面转法”和“立正、稍息、敬礼”的转换。练好这个，首先就得反应迅速，正确地听从指挥。我想：他可能是想我们懂得一个道理：就是做事要反应迅速，而且要全神贯注地完成，不能因为一时粗心而听到错误的口令做出错误的行为。

到了吃中午饭的时间，同学们都对这些饭菜珍惜不已，不敢挑食。在家里十分挑食的我，也不例外。从中，我又懂得：我们应该珍惜眼前所拥有的，不要学会去攀比，我们要学会知足。

这次军训，既提高了我们生活自理的能力，又培养了我们思想上的自立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。而且还让我们领悟出了一个个道理。虽然只有短暂的几天，却在我心中留下深刻的记忆。

三天的军训生活很快结束了，这三天的军训让我学会了吃苦耐劳，学会了坚持不懈，学会了自强自立。再之后的周六、周日里，我在家里便发生了很大的变化。

那是周六的早上，我按照军营里的规矩6：00就起了床。看到凌乱的床上被我踢到一边的被子和不知什么时候被我扔下床的枕头，我心想：唉呀！这么乱，要整理多久才行啊，我还要去写作业呢！还是让妈妈来收拾就行了。正当我拿起笔时，我又转念一想：不对，我是一名军训过的学生啊！自己的事情自己做，怎么能让妈妈来代劳呢？想到这儿，我丢下手中的笔，走向床边。怎么叠被子？在军营里，都是有同学的协助，才使我成功地叠好被子，现在只有靠自己了。我先把被子平整地铺在床上，将被子的两角向另外两只角折去。哎呀！我没掌握方法，不仅把被子弄皱了，还把被子弄歪了。重来重来！这次我小心极了，费了九牛二虎之力，叠了一半。接着，我又照同样的方法，把被子的另外两角向前面叠去。为了防止“杰作”被破坏，我连动一下都不敢。终于，“豆腐块”叠好了，尽管有点儿不像样子，但我还小嘛！

这一天，我又扫地，又洗碗，忙得不亦乐乎。

忙点又有什么呢？自己的事情自己做，帮家人分担家务，这难道不是军训归来的最大的收获吗？

相逢是首绿色的歌，阳春三月，你我同行青春的道路上同甘共苦，在军训的操场上洒下汗水点点，三月二十五日迎来了我们的第一天军训。

在早几天，我们就听见老师说，星期四会军训，我们心里直痒痒。终于到了星期四第六节课，已经做完眼保健操。易老师焦急地伸长脖子望着门外：“这节课不是军训吗？怎么教官还没来？”话音刚落，说曹操曹操到——教官来了。教官讲一口不太标准的普通话告诉我们他姓郭，我们可以叫他郭教官。

郭教官一声令下，我们赶紧到操场集合。

首先，郭教官让我们练习立正、稍息。这还不容易，我心里想。可时间一分一秒的过去了，一下站了几十分钟。大家开始坚持不住了，同学们有的开始抱怨，有的挠挠痒，还有的弯弯腿。郭教官严厉地说：“不要乱动，站好了！听口令立——正……”

终于下课了！

幼苗不经历风霜洗礼，如何成长为参天大树;雏鹰不经历狂风暴雨，如何升上万里苍穹;溪河不经历颠簸流离，如何交汇于浩瀚大海!而年少的我们，不经历艰苦磨难，又如何成为我大中国的栋梁之才?

“站军姿要做到抬头、挺胸、收腹，双眼平视前方，大拇指靠在食指第二关节中指紧贴裤缝线，脚跟靠拢，脚尖分开约60度，身体前倾。”这是教官对我们说的。严格的训练，严明的纪律让我觉得自己仿佛真的是名军人。

军训的几天天空出奇的晴朗，站在操场，却仿佛身处太上老君炼制孙悟空的那炼丹炉，而我们似也变成了那石猴受着烈火的炙烤。想要用手扇风，可军训就是军训，早已不是当初在家的甜美生活，军训，训人之体，训人之心。军训，苦累必然，劳其筋骨，成练达，成坚硬。若这种小累，小热都忍不住，那谈何成就大事，报效国家?

军训不但培养人吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的意志，还能练就铮铮铁骨，可不为百利而无一害?

少年不惧岁月，长彼方尚有荣光，我从军训中感悟着坚守，并立志以坚守筑国之未来，旭日起东山，必照耀天下!

今天，我真的验证了肖旭说的话。我们中午睡了三个小时，但是睡不了那么久，我就偷偷躲在床上写日记，把第一天的日记补上。

我们今天起床穿上了迷彩服。教练训练我们站着，不要看我们的眼睛，盯着前面，不要碰我们的手。训练真的很辛苦！但是我们还是要咬着牙坚持下去。

下午吃饭之前，我们排队洗澡。淋浴房没有淋浴，只好往身上倒小桶装水。我们不习惯，但也没办法。6点20分，我开始吃晚饭。当我看到这里的食物时，我想吃妈妈做的美味食物。虽然不好吃，但还是要吃饱，不然晚上睡觉前肚子会唱空城计。

晚上，我们看了一部电影，是少林寺的武侠片。感觉很好。看完电影，我们九点四十五分上床睡觉。今天一般还好，一次都没哭。心情很好。

今天军训结束了。五天过得很快也很漫长。

第一天来到学校的操场看到教官整齐地站在国旗台下，我心中肃然起敬。不知总，教官在说些什么过了一会儿，教官就要挨个排在我们队的前面。我们是按考场的顺序站的队等，以为我们教官会胖乎乎的，不是特别严厉课，可并不是这样第一天就给我们来了一个下马威。

第二天，分班结果出来了，本以为可以逃脱这个教官的魔爪，唉，别说了，刚出了五指山又被拉了回来。

第三天第四天也很快的结束了。终于等到了汇报演出的那一天。上午我们简单地排练了一下，下午就正式开始了，整个上午我们都在紧张的训练，当中上午在不知不觉中度过了。

下午2:30左右，我们出来来操场教官又带我们复习了一下，不太熟练的动作。到了演出的时间叁点半时家长都到观看台的位置第一个班级是我们班，虽然走得还不错，但是还有不足的地方，最后得了个三等奖。

这几天军训实在是太累了，每天高高兴兴地去一身疲惫的回来还好通过了这次军训，我认识了许多同学朋友也让别人更了解了我。

斗转星移，时间过得真快。转眼我们已是六年级的学生了，又一次军训即将到来。上一次军训我因病没能去，恨遗憾。所以我对军训非常向往。军训的日子即将到来，我十分激动，我也可以当一名“小军人”去体验一把当兵的滋味了！

上一次的军训，我生病只能呆在家里，可我的心早已和同学一起飞到了少年军校。我的大脑仿佛装上了监视器，想着同学们都在生龙活虎地当军人。一幕幕“一二一，立正，稍息！”教官响亮、有力的口令，“响”在我的耳边；同学们精神抖擞地在军校的操场上训练的场面“尽在眼前”。我想：军训再苦再累，也比闷在家里好。

我打开校园网，看到我们的“随军”老师，每天把军训发生的事和同学们写的日记发到了校园网上。看着这些文章和照片，我好像就是身临其境。我也同时觉得，原来军训并不是像我想象的那样可怕、那么苦，相反，是一种十分快乐的体验活动。

同学们军训回来在学校里会操表演，我也急不可耐地跑到学校里去“凑个热闹”。刚刚归来的小军人们一个个英姿飒爽，看军事操练，真像是已经久经沙场的老兵了。

看着这些小军人们，我羡慕极了，期待着下一次军训的到来。我也希望我这身体要争气一点，别在“关键时刻”再生病了。下个星期二，我们将要去军训，我太激动了，盼了好久的军训终于又来到了。我在这次军训里一定要有出色的表现，做一名优秀的小军人。让我们一起期待，期待这一次军训的到来！

军训我们分到了一个颇有经验的中年男教官，只一节课的功夫，孩子们便把稍息、立正、跨立、变换队形等操作要领掌握住了，看他们一个个小白杨似的挺立在那里，和平日是多么不同啊！挑选队长时，教官让大家毛遂自荐，说只要声音洪亮、会喊口令的就行。孩子们还是有些胆怯，只有胡博、黄晶玮、吕梦媛、王凌波、韩旭这几个孩子举手。看到前两排男孩子不自信的目光，我心里有些难受。课下，我向教官提议再给孩子们一次机会，这次除了侯倩、江艺华、王艺欣这几个女生外，寇镇宇、杜沛霖、罗一卓三个男生也举起了手。当他们站在台前的时候，我真为他们感到骄傲，因为从他们练习口令的声音里，我听出了从未有过的自信。

有了下午严格的军训，傍晚六个连队集中起来学习队歌时，我们班的孩子纪律特别好，他们已经开始知道在教官发出命令后约束自己的言行了。我真希望这几天能多有几次这样的军训。

虽说是头一天独立排队打饭，孩子们还是挺有经验的，盛完菜就盛汤，什么都准备好了，才开始吃饭。看他们盘子里又是菜、又是米、又是馒头，就知道他们绝对不会委屈自己。

晚上的叠被子比赛掀起了一天活动的新高潮，每班十名代表在台前展示了自己叠被子的基本功，每一轮成绩宣布后都会引起一阵极大的欢呼，而当选手在比赛时，台下的加油声更是此起彼伏。虽然赛前我对选手一一进行了指导，但他们的表现却没有为台下的孩子们带来多少激动的情绪，只有李开妍和王晨曦取得了小组比赛的最高分。我猜想可能分到我们班的被子太厚了吧，总之，不管输赢，都快乐！

回来后便是孩子们洗漱、休息的时间了。我一个寝室一个寝室询问、叮嘱，让他们洗脚、提前上好厕所、睡觉盖好被子，却还是发现一个男生寝室全体没有洗脚，我站在门口就再也无法说服自己走进去了。回来刚一会儿，熄灯号就响了。

唉，腿疼的事也忘了，睡吧！

我们翻开了初中生活的扉页，开始了一段不寻常的旅程。很快的，很快的，我的四天军训生活结束了，自己是又喜，又悲。

“故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。”这段话选自《少年中国说》，我们少年是祖国未来的希望。

第一次穿上迷彩服，第一次不再被当成孩子，第一次感到自己是个真正的男子汉，也是第一次懂得了承受苦累与负起责任。那段难忘的军训生活会永远的记在我心里的，那经历永远陪伴着我，那种精神也一直督促着我遇到困难一定要坚持。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。”

给我们训练的教官是一个警官，他身材不高。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看，并且，还让我们反复练习，一丝细节都不放过。他告诉我们：100-1=0一个人不行就得连累他人，我们大家都为了不连累他人，都十分听话。军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、收腹、中指夹紧贴于裤缝线；真是难受。第二课则是：稍息与立正、跨立与立正、蹲下与起立和敬礼与礼毕；第三课则是齐步走，踏步走，跑步走，还要喊口号，声音必须要大，并要整齐，速度要一致。即使是要上厕所要买水也要排好队去，否则不去。衣服有些臭，裤子有点大，我们还是忍着穿上了。食物有限，有些东西没有了就没有了，还想吃都不行了。宿舍更是让我们惊讶，床上到处是铁锈，床很硬，许多东西都没有，父母不在身边，什么事都要自己做。想起妈妈对我说过：用完的东西要还原。这次我也是深深感受到这点，这让我眼里不禁闪起泪花。

最后一天，从那里回到学校，进行了结营仪式：

结营仪式之“阅兵式”：“同志们好！”——“领导好！”“同志们辛苦了！”“为校争光！”一声声响亮的口号将家长的视线带到了一群身着迷彩的同学身上。

结营仪式之“优秀班级”：本次军训我们荣获了“优秀班级”这个荣誉，领奖学员高举锦旗，同学们响起了热烈的掌声。

结营仪式之“军歌”手语操，“感恩之心”手语操：大家十分有力的做着动作，但我想到父母的操心还是悄悄地留了几滴泪水。

结营仪式之“校领导讲话”：“学员们在军训中表现出了良好的素质、积极的进取心和军人风貌，五天来的军训成果是丰硕的，希望同学们能够继续保持这种军训作风，在以后的学习中持之以恒的发扬下去。”

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。以上的感触是军训中的一点感触，同时我了想到生活上又何尝不是要有吃苦耐劳的精神，强烈的责任感，热忱的协作精神呢？我可以自豪地说，军训让我成长，让我远航。难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩。

星期一的早上，天气晴朗，万里无云，我们班来到了中心操场听王校长讲话。操场上已经聚集了四年级所有班级的学生，操场上密密麻麻，一片人的海洋。王校长说：“今天我们很高兴请来了教官为我们进行为期两个星期的军训。我们欢迎他们。”激烈的掌声响彻了校园的上空。

首先，这几个教官为我们表演了起来，哇！他们排队排的真整齐呀，一会儿立正，一会儿列队走，动作整齐划一，太棒了！过了一会儿，老师带我们到了军训的地方，我们第一天的军训就要开始了，我又是激动又是兴奋！教官说今天我们练站军姿。我以为立正很简单，可是没想到很难做，头要看准前方，手要贴紧裤缝，双脚要立正成90度，还要站两小时，到后来我站的腿发软，但是看看同学们都还坚持得站着，我赶紧又站直了一点。过了一会儿教官说回教室了，不然我们真的要累垮了。

第二天，我们练习向右看，教官说：“向右看头要转60度，如果跟旁边的同学不对齐就要小碎步对齐，和同学之间的距离10厘米。我们练得很好，还被教官表扬了呢！

第三天，我们练习向右转，教官的要求是做这个动作时要分两步，第一步是向右转，第二部是双脚并拢，女士练得很好，而男生差了一点，但是都在努力。

第四天，我们练习报数，教官的要求是人人要报得响亮，特别是最后一个要报得最响亮，因为男生的嗓门大，所以比女生练得更好。

第五天，我们练习大步走，教官说要用余光看着旁边的人，动作一致，到我说停的时候就要原地踏两步再并拢双脚。我们一开始走的不齐，经过努力地练习，我们做得越来越好了。

通过这五天的训练，我们变得更强壮了，体验了军人的辛苦生活，体验了他们的高纪律性，我们要学习他们的坚强不屈的精神。

开学已经三四周了，觉得一直学习很枯燥，不过正好，老师报来一个消息，是什么呢?“军训”。听到这个消息我的心情特别激动，就等着明天的到来!第二天，两位军官来到我们班上。啊!教官来了，来的是一个女教官，和一个男的。风别是叮叮教官和大虎教官。我们训练的位置在操场上，叮叮教官一声令，我们站得直直的，我以为很有趣，原来不是，叮叮教官一直让我们练习，好无聊啊!很快，一上午的时间就过去了。下午，我们和别的班比赛，我真的希望我们能拿第一。

20xx年10月17日，我们离开了家，开始我们为期三天两夜的军训生活。我们就像飞出笼的小鸟，一路上兴高采烈的，丝毫没有离家的忧愁，更没有去想后面会有什么样的苦等着我们。

到了那里，教官简单地讲了一下注意事项。接下来的几天里就是整理内务、训练。白天训练好还要进行比赛，什么投手榴弹、队列、叠被子等。晚上还会搞些活动，什么三人制篮球、跳长绳、拉歌、拔河等。同学们都很积极，热情高涨，唯恐把自己给拉下了。让我记忆犹新的就数拔河比赛了。

我们的队伍相对于对手来说，并不是很强的一方。最惊险一局就是，我们已经处于下风了，只要绳子再移过去那么一点点，赢的就是对方。在这千钧一发之时，在一旁观战的一位老师军训是苦，但是苦中有甜，同学们互助互乐，老师们关爱有加。cc我们这几天的收获胜过以往的任何时候。喊出了“一、二、三，加油!”同学们也跟着一齐喊，整齐划一的加油声，让选手们士气大振，犹如神助，绳子一点、一点移了过来……我们赢了，同学们相互拥抱，参加比赛的同学也全然不顾手掌的疼痛，相互激掌，以示庆贺。只要我们齐心协力，没有困难是我们打不倒的。

军训是苦，但是苦中有甜，同学们互助互乐，老师们关爱有加。我们这几天的收获胜过以往的任何时候。

在这段充满劳累而又不乏趣味的军旅生活中，有太多的东西值得我们回味，有辛酸，有欢乐，有泪水，有笑容…… 关于这七天的生活，我不想多说，我认为有些东西更值得我们去记忆。

我们或许会很快遗忘当初学到的军姿，正步和军体拳，也会很快淡忘当时吃的苦，受的累。但从军训中我们得到的灵魂上的提升却会伴随我们到永远。 这次军训时我印象最深刻的一位人物就是我们的教官--段龙贵中士了。他有着俊俏的英姿，严格而不乏幽默。他总能在同学们处于最艰苦的条件时，一个笑话使我们转悲为喜，也能在同学们散漫之时一句呵斥让我们回到正轨。 起初，我们或许认为他对人过于严厉，让人紧张的无法呼吸，而当临走时又感到他待人的温暖，使人恋恋不舍。 6月9日是个不平凡的日子，那不仅是军训结束的倒数第二天，那一天还是我们教官的生日。为表祝贺与前些日子的感激，同学们自发的送给教官一副有着全班同学集体签名的贺卡，那种场面，令人难以言表。

晚上，当同学们被饥饿所困扰的时候，段教官特意拿来了他的蛋糕和可乐来到宿舍与同学们分享。让我们吃到了这7天来最美味的一餐晚饭。 遗憾的是，段教官20xx年1月就有退役了，我衷心的希望在大学军训的时候仍然能做他的学员。人的一生能有几次军训呢？能遇到这么好的一位教官着实不易。

如果人生是一段旅程，那么军训就是这段旅程中最奇妙的一篇，如果人生是一本书，那么军训就是这本书中最美的一篇，暑假已近尾声，我们也开启了八年级的学习课程，但在开始之前，我们又迎来了令人可喜又可恶的军训。

俗话说：不经历风雨，何以见彩虹？立正，稍息，向右转，跑步走一遍又一遍地重复着这些滚瓜烂熟的动作，太阳也不带休息，火辣辣的照射在我们每个人的身上，同学们个个汗流浃背，精疲力尽，但没有一个同学让放弃的念头，在脑海中荡漾，让反抗的心理呈现在眼前，都站得笔直笔直的。

军训的最后一天，我们每个年级都一起参加了汇演比赛，在赛场上，同学们个个精神饱满，把每个人最好的姿态展现出来，但遗憾的是，我们班级只获得了二等奖，在我心里，我们班级是永远的第一，我们表演的不比获得一等奖的班级差，不过最重要的是在军训中得到了知识磨练意志。

军训虽然结束了，但是我们所收获的不仅仅是比以前更能吃苦，更多的是一份深情，一份理解，在我们身上寄托了太多太多人的期望，他们为我们付出了很多，却不需要任何回报，我想这份寄托，让我们为了未来而努力。

这次的军训有漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，但是个个脆弱的我们，慢慢变得坚强，训练场上使我们每个同学英姿飒爽，有的是勇敢，有的是坚强。

军训，意味着我们要走出空调房，离开游戏机，来到酷热的操场，接受烈日的烘烤。

在体育馆的初次见面，看见他有一身黝黑的皮肤，饱经日晒雨淋；他的腰板很直，浑身透露着一股军人独有的气质。

尽管对这位教官怀有众多疑问，但我们不敢太过嬉皮笑脸，毕竟他刚才就“杀鸡儆猴”了。

心里有点忐忑，因为运动一直以来就不是我的强项。看这前面的对面开始绕着操场跑，我担心我能否坚持跑完，还好，是慢跑，紧绷的心一下就放松了下来。

首先是站军姿。单单只是站军姿，我想都能通过，不过头顶的太阳越来越大，很多同学的头上都布满了豆大的汗珠，从额头滑落，打湿了自己所处的地面。

接下来是跑步。完了，我对跑步一直十分抗拒，而且这次要我们跑两圈。没办法，只好在队伍的末尾。两圈过后，大多数人气喘吁吁，头上的汗流的更多了，我已经是出气多，吸气少了。太阳还愈加变热，眼前的一切仿佛还是融化了，汗水覆盖了双眼，从眼里所看到的世间开始慢慢变黑了。“教练，我退出！”

现在是下午，阳光依旧是那般炎热，但我们仿佛游刃有余，一个下午，没有人退出，排着回去的队伍，我们的心情十分的愉悦，不约而同的说话来表达内心的喜悦。这不说不要紧，一说就导致我们被教官全体罚站，看着周围的队伍一个接一个都走了，我们在心里大喊不服，但脸上却不敢表现出来，不是说只要5分钟吗？我斗胆将头悄悄扭过去，只见教官对着一位同学说，叫你动，再加一分钟，难怪为什么会罚站这么久，我彻底知道了。这下，我们大气都不敢出，只是站在那，宛若一个个雕像。“班长，带回去。”尽管我们走在回去的路上，可我们人不敢说话。

今天的事，让我懂得了军训的严格。相信等军训结束，我们这些小皇帝，小公主都会彻底蜕变吧！

上天赋予了我们许多选择，而我们却没有选择去当一名军人，然而上天却宽恕的把一次体验的机会给了我们。

无论生活中有多少数不尽的苦难与绝望，但一想到军训，我就能从沉潜的心底感悟到苦涩中的甜蜜。

军训是辛苦的，但它却辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀！

的确，军姿站得让人双肩酸痛，双腿麻木，但无需抱怨它的磨难，它的辛苦，因为人生苦难，哪里会没有曲折没有辛苦。如果不管遇到什么挫折，都能以这样的精神面貌去对待，那么所谓的困难也就不是困难了。

军训确实是一种很有效的教育手段，它在不知不觉中为你的生命铺上重重的底色，让你养成一种良好的生活态度。军训生活对于一名当代大学生来说是短暂的，但它对于鲜活的生命个体而言其影响是远大的。

建军节快要到来了，在这个时候，就可以以这个节日为主题写一篇作文，通过文字来表达自己对军人的敬意以及感激之情，那么八一建军节作文怎么写比较好呢?下面是由工作总结之家小编为大家整理的“八一建军节作文400字五年级”，仅供参考，欢迎大家阅读。

八月一日建军节那天，我跟随童军去慰问解放军叔叔。我们一下车，首先看到是洁净的马路，两旁耸立着茂密的苍天大树。

沿着小路我们先参观了他们的宿舍，一进门就看到了整洁干净的床铺，尤其是被子叠的整整齐齐，像一个四四方方的豆腐块。

然后，我们又去阶梯教室。

在那里观看了一场电影，电影的名字叫士兵的桂冠。解放军叔叔还演了小品，童军也表演了旗语。

最后，在操场上解放军叔叔让我们亲眼目睹了擒拿格斗的本领。

他们每一个动作都是那么的整齐划一，刚劲有力，所有的童军都情不自禁的鼓起掌来。

我想这些本领一定是和平时的刻苦训练分不开的。今天的参观，让我对军人有了进一步的了解。

以后我要学习解放军叔叔的这种勤奋努力的精神，遇到困难不退缩。只有这样才能不断进步，最终取得成功。

爸爸对我说今天是八一建军节，举国欢庆的日子。

但是我不理解八一建军节的来历，所以爸爸决定陪我去了南昌八一广场，到了八一广场首先映入我眼前是那庄严雄伟的纪念碑，上面写着“八一南昌起义纪念塔”我把这几个字大声的读了一遍，可是读了一遍还是懵懵懂懂不理解起义是什么意思。这是爸爸说慧慧不懂没有关系，再带你看旁边石碑刻着起义的由来，讲述1927年8月1日，有中国共产党在南昌打响了武装反抗革命党派的第一枪，标志着中国共产党独立创造革命军队和领导革命的战争的开始，8月1日凌晨2时有，有周恩来、刘伯承、朱德，叶挺、贺龙等率领的起义部队按照预定的部署向敌人发起进攻。歼灭敌军3千余人。

爸爸还跟我讲了有关八一的地方比如八一公园、八一馆、八一大桥，八一大道……等等，都是为了纪念南昌八一起义。

经过爸爸一一讲解，我也懂的了我们现在幸福生活是那么多革命烈士用鲜血和生命换来的，所以我们要珍惜现在的美好生活。

天下英雄城—南昌，欢迎您。

8月1日是我最难忘的一天，今天是建军节我要去慰问消防员叔叔。

那天我早早的醒了，和妈妈提前出门可是我们开错路了，等到的时候同学们差不多都到齐了。过了一会便开始活动了。首先是消防员叔叔给我们演示穿消防服。1秒、2秒、3秒……13秒!他们只用了13秒就完成了。接着我们也体验了一下穿消防服，看着消防员叔叔如此迅速的就可以完成这一系列动作，我想：我肯定比不上他们，但是我一定要尽自己的能力以最快的速度完成。终于我费了九牛二虎之力穿上了，消防服真的好重呀!就像铁一样压得我喘不过气来。这时我才体会到消防员叔叔在大热天穿着如此厚重的衣服工作是多么的辛苦。

最后是我们给消防员叔叔带来的表演，我很荣幸可以代表我们班级为他们演唱一首歌。这是我第一次独自上台表演，我怀着紧张的心情走了上去，唱着唱着我紧张情绪慢慢的放松了，还带动同学们和我一起唱。我陶醉在自己的歌声里，我只想把这首歌用我最动听的声音唱给那些辛苦的消防员叔叔听。他们为了保护市民的生命财产不顾自己的安危，我们要向他们致敬。

那是难忘的一天，因为我看到了保卫我们人民的战士们是多么的英勇。

八一建军节前夕，社区组织了一次夏令营活动——游军营。

大清早，社区的叔叔阿姨带着我们来到了榴炮连的驻地。我们首先来到了武器库，和向往已久的大炮来了个近距离接触。在摆放整齐炮库里，最吸引目光的就是加农榴弹炮了。它不但个头儿大，还是远程射击的高手呢!它的炮弹最远能射45千米，还参加过北京的阅兵仪式。接下来看到是火箭炮，这是连射型的射手。请你想象一下，48发炮弹，在同一时间同一地点向敌人射去，敌人还不被炸成烤乳猪。反坦克火炮我就不讲了。最激动的还是现场操控反坦克导弹车，驾驶员让导弹露出来，向四周旋转，最后归位，真酷!

出了武器库，我们走到操场，榴三连的指挥官和五名解放军战士顶着烈日，给我们进行队列表演，什么八点向左、向右转，脱帽，戴帽，每一个动作都做得英姿飒爽。

接下来是参观宿舍，在二楼，战士们则给我们表演叠“豆腐”被子。口号是“苍蝇上去劈叉，蚊子上去打滑。”勇敢的我也上去尝试一下，结果成功了，还得到战士们的表扬!

最后，士兵们还给我们表演了拿手好戏-军事技能展示，如武器的拆装结合，打背包等。特别是在40秒内完成手步枪的拆装结合，没有平时的刻苦训练，是不可能完成的。

今天的军营游让我受益非浅，不仅学到了许多军事知识，也深深体会到战士们平时训练是多么辛苦，懂得了平时多流汗，战时少流血的道理。

作文相信大家都写过吧，我们经常会在一些作文书中阅读到优秀的作文，作文，是我们内心情感通过文字的一种方式。一篇优秀的作文其感情表达会很细腻和委婉，军训作文怎么写才能让人眼前一亮呢？工作总结之家小编收集并整理了“第一次军训的心得体会作文”，仅供参考，希望能够帮助到大家。

窗外下起了小雨，小心地滴落在树叶上，轻轻地敲击着窗户。雨啊，无声无息地下着，滋润着万物，那么静，那么美，一切仿佛都成了画。

不过，更令我们兴奋地还是不用站在太阳底下军训了，同学们暗暗欣喜，都急切地盼望着：雨啊，下得更大些吧！

我也一样，心情一下子阴转晴。这些天，军训真是把我们折磨死了，这下下雨了，教官总不能再把我们带出去训练了吧！终于可以安心地写作业了！

我刚将书本打开，教官就下令了：“把桌上的东西全部收拾干净，然后，人坐在凳子的三分之一处，双脚并拢呈90度，把手放在腿上，背挺直……”

我们个个迅速调整好姿势，极不情愿地按照教官的要求去静坐。

“不就坐一会儿吗，有什么大不了？这还能难道我！”我心里满不情愿地嘀咕着。

渐渐地，我感觉肩膀和背开始变得酸痛起来，鼻尖上冒出了颗颗晶莹的汗珠！

“好累啊，教官，什么时候能休息一会儿啊！”我暗暗叫苦，“唉－－原来坐着都这么累啊！怎么突然感觉站着是多么舒服幸福呢！”教官还是没有让我们停下来的意思。

我的手用力地抓着裤子，皱着眉头，紧咬着嘴唇，告诉自己要坚持下去。

又过了一会儿，我感觉自己的身体仿佛被掏空，毫无知觉。

我用余光扫视了一下左右，发现教官走到后面去了，就赶紧耸了下肩膀，放松了一下。

时间好像越来越慢，渐渐地被停止，无比漫长。

窗外的天渐渐沉了下来，雨也越下越大，丝毫没有停止的意思；空气也仿佛凝固了，四周异常的沉闷。

我闭上眼，长长地叹了一口气，又看了看旁边的同学，他们的身体也有些微微颤抖，但却挺直腰板一直坚持着。

我慢慢认识到了自己的错误，也慢慢理解了军训的意义。

要磨炼自己的意志，学习军人不怕苦不怕累，坚持不懈的精神与百折不挠的品质。

窗外，雨依然在下，却是那么欢快，那么轻松……

今天，是9月18日，是国耻日！为中华之崛起而读书！做一个有志气的中国人！

今早，应大部分同学的请求，基地临时决定带他们到洛阳石桥参观。真是太棒了，不虚此行，看来我的担忧是多余的。

我们于8时15分从基地出发，班级所在队伍为第一连，走在最前头。沿途经华光新校校门口、洛阳镇政府、惠安五中、三角台、旧街、桥北，于9时到达终点----洛阳石桥保护区。在桥南榕树下，基地教官简要向学员介绍洛阳石桥的历史，随后大家分散参观。

一个小时后，集合返回基地。返途另走他线，主要是欲沿途参观、浏览红树林。旧村、屿光、新市场，于10时30分安全返抵基地。

原计划中的队列汇操取消，学员休息。

午饭后，作本次社会实践的表彰。我班有学员杨蓉、郑云雯、刘晓玲、庄梅红、陈燕婷、张彬彬等六位人受到表彰。太棒了，有六人次之多！

随后是整理内务，归还训练服。

中午13时50分，天马车队先期5辆抵达基地。全体学员集中，炎热，在老师的要求下，同学进入食堂避暑，好！期间有同学买纪念光盘。

至14时30分左右，全部车辆到齐。同学依班级为单位上车，我班分男女两队，于14时50分从基地出发返校，并于15时13分到达惠安四中东大门。

而后，全体同学回到教室，我作简要说明和要求，之后，同学放假回家。

紧张而又欢快的四天军训圆满结束！

“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”我们出色地完成这次社会实践----军训！

参训同学从中学到礼仪、尊重、珍惜、吃苦、坚持等等，这次军训，对心灵和身体都是一次升华。

好样的！全体参训学员！！！

步入高中的大门，便迎来了一项艰巨的挑战——军训。

第一次见到教官时，他那突出的外貌已然成为了人群中的目光聚焦点。黝黑的肤色使你无需分辨就能一眼找到他。一双小眯眼总是不愿打开，生要把眼睛挤得透不过气，仿佛要经过无数次挣扎，才能窥见一丝光明。高耸入云的眉梢虽不似关公那般张扬，却也毫不逊色。不过，有着这样“嚣张跋扈”的眉毛的教官，性格却可以用温和来形容。

当大家的训练进度赶不上时，教官既不抱怨也不苛责，而是耐心的告诉我们该怎样做，不厌其烦的向那些学不好的同学把动作要领教了一遍又一遍。训练过程中，也有同学埋怨军训的辛苦，哪个人的拖累，可最终大家还是和好如初，互相帮助，一起进步。除此之外，也少不了一些挫折，比如齐步走走不整齐，上下左右分不清楚，一些同学因身体不舒服而少学了动作……可这些都没有影响到我们争夺冠军的信心，因为我们知道，今日无花，明日无果，若不付出些什么，我们是无法胜利的。虽然我们还无法克服齐步走不整齐的困难，但我相信在大家的努力下，我们一定能在军训会操那一天战胜它！

终于，检验成果的最后一天到了。大家都怀揣着激动，担忧与喜悦的复杂心情打算大展拳脚。可是，当同学们观看了前几个班级的会操，却士气大降，因为时间不够的原因，我们还没有做好克服齐步走不整齐的准备。怎么办？马上就到我们了，看着大家一副垂头丧气的样子，我心急如焚，不禁说：“把你们的头都抬起来，一个个像丧家犬似的，各个班级走的都差不多，为什么要杞人忧天？”好在大家被这么一激，总算有了精气神。最后，我们带着不同的心情，整齐的步伐给这次军训生活画上了浓墨重彩的一笔。经历了一次次的希望，一次次的努力，一次次的失望，我们不曾想过放弃。虽然我们只得了三等奖，可收获的远不止这些。

军训是一次艰巨的挑战，几乎没有人相信我们能够完成，但我们成功了，同时也油然而生一股坚持不懈，砥砺前行的勇气。山高自有客行路，水深自有渡船人。

上次学校组织我们去雨花营地进行军训。老师说：“吃苦耐劳是劳动人民的本色，你们不是去享清福的。”听说那里的管理非常严格，如果稍有不是，就会“活该”。我的每根神经绷得紧紧的，但无可奈何，只好随大流，乘车来到雨花营地。刚下车，教官就对我们说：“先跟我站二十分钟再说。”一分钟过去了，两分钟过去了，三分钟过去了，四分钟过去了……太阳的脸涨得老大，把我们烤得头晕脑胀，豆大的汗珠像断了线的珍珠，从我头上掉下来。泪水流进眼里，也不敢擦，同学眼巴巴的你望着我，我望着你：“百思不得其解。”这时，一位教官对我们大声说：“现在你们跨进了这营地，就是一名军人。

虽说是军人，可你们合不合格还是得要严格的训练。”站完二十分钟后，教官对我们说：“如果你不想接受雨花营地三天魔鬼般的军训的话，你可以退出，现在还来得及。”不知道是没有听见还是胆子小，同学中没有一个人举手。这时教官为我们拿来了崭新的军服。我们穿上军装后，教官正式宣布，我们已经是一名小军人了。我高兴极了。吃饭也有纪律。一上午的艰苦训练，我的肚子开始抗议，咕嘟咕嘟直叫。我实在忍不住了，口里吐清水了，铃声一响，教官一声令下：“集合！”——终于可以吃饭了。可是，还要先学会唱军歌，总教官只教三遍，教完三遍后我们开始唱，他对我们的“杰作”评价是还可以。

总教官对我们说：“吃饭的时候不准说话，谁说话就给他们连扣分。营地里的饭是我们家里从未吃过的饭菜。米饭有的蒸得稀稀的，没有一点饭味；菜则是一碗酸菜汤、一份腐乳、一丁点瘦肉炒一大盘辣椒。虽然看起来不起眼，可真是好吃，现在回想起来，还觉得很香。舍不得教官，舍不得营地。三天后，我们要回学校了。在这三天里，我们已经合教官建立了深厚的感情。虽然我们舍不得教官，但是我们还是要回学校。最后那一刻，我们全体同学流下了眼泪。我将永远记住我在雨花营地训练的三天。

为期四天的军训结束了。同学们走在路上，都庆幸着能回家。而我的心里，除了高兴，还装着慢慢的不舍——对我们的教官，对我们的宿舍，甚至是对这几天辛苦的训练。

军训当然是十分辛苦的。我们在烈日的炙烤下，练习站姿、蹲姿，打军体拳，走正步，几下就累得大汗淋漓。但我们都知道，军训就是为了磨练我们的意志，让我们更坚强，所以，我们依然站得笔直，接受这日光的洗礼。不过，在我们休息的时候，我们的教官还会和我们一起唱歌，逗我们笑，在这辛苦的军训中给我们带来一丝丝清凉与快乐。

在军训中，有这样几个同学，他们虽然生病或是受伤，却用自己坚强的意志力战胜了艰苦。我们班有一位同学，他为了给我们班争光，喊口号喊得嗓子都哑了，却仍然坚持；还有一位同学，他的腿受伤了，很难弯曲，却仍然坚持把每一个动作做到位。同学们都叫他休息一下，别那么辛苦，他却说：“没事，我才不会为了一点小事偷懒，坚持就是胜利嘛。”我想，既然他们都能这样坚持，我又怎么不可以呢？我一定要向他们学习，绝不轻言放弃。在以后的几天，我一直这么暗暗告诫自己。

每天搞内务的时候，生活教官对我们的要求都非常严格：枕头被子要放好，床上不能有杂物，所有东西必须摆放整齐，不能有一丝杂乱。起初，我们还是有些抱怨的，因为平常在家里都没有注意这些，很不习惯。但后来我们发现，这锻炼了我们独立自主的能力。我们要自己洗衣服，叠被子，整理好自己的东西，收拾床铺，这都是在家里爸爸妈妈替我们做的事，现在我们要自己完成，自己照顾自己。

我们宿舍的舍长给每个人都分配了事情，大家有计划地分工合作，认真负责好了自己负责的方面，你倒垃圾，他晾衣服，我扫地，有条不紊的进行着。平常在家不经常做家务的我们，为了维护集体的荣誉，贡献出了自己的一份力量。

在这短短的四天里，我真的学到了很多。我已经下定决心，用面对军训中一切困难的心态，去面对初中紧张的学习中遇到的一切难题——那就是：坚持不懈，迎难而上！

10月14日星期六雨

20xx年10月11日，文一街小学三个校区的全体六年级同学在这个难忘的日子里开始了为期三天的军事体验活动。本次军训活动地点在西溪湿地南边偏北处举行。尽管有时赤日当空，有时刮风下雨，但是我们文一街小学六年级的学生们一个也没有退缩，深蹲、鸭子步、俯卧撑、军蹲，每一样训练都很认真达到目标。

在军训中，因为天气原因，给我们带来了很多的不便，有许多同学生病感冒，发烧，肚子疼，脚痛，许许多多各种各样的症状都使同学们的训练进度条缓慢进行。但是，有些很坚强的同学坚持参加训练，他们每一个人都值得鼓励，每一个人都值得歌颂。

每天午饭的时候，大家都会在吃饭前念三遍“珍惜粮食，杜绝浪费”，有时还会唱军歌。然后再一齐坐下吃饭。吃饭时，就由那天的小职一人站起来给我们盛饭、分发水果，蔬菜、肉汤就由我们自己来盛。一连的总教官常常教导我们“食不言，寝不语”，所以我们吃饭的时候都很安静，不然就会被惩罚。吃完饭后由每一个人自己清洗好碗和勺子，那一天的两位桌长还需要洗完自己的碗后把菜碟、饭勺、汤勺洗干净。

除了吃饭，我们还举行了有趣的联欢晚会和严肃的会操评比。

在充实的生活和匆匆流水般的时间里，我们结束了军训，让我们一起大喊：“再见了，军校！再见了，军训！再见了，教官们！”

新学期开学前，我们学校组织了七年级新生为期五天的例行军训。

军训期间，不管是凉风习习的清晨还是烈日当头的正午，同学们都严格按照教官的要求一个动作一个动作一丝不苟的练习。站军姿时，同学们一动不动像挺拔的松树一样一站十多分钟，汗水不断的从脸颊上流下。练正步走时，同学们用力挥着手臂，踏着整齐的步伐，响亮的口号声在校园里回荡。为了让每一个同学做的动作规范、让每一个同学都听清口令，教官极其耐心地一遍又一遍做着示范，用最大的声音喊着口令，把嗓子都喊哑了。休息时，教官像一个大孩子似的和我们说笑、玩乐，我们都开怀大笑。正是因为教官的严格要求、耐心指导和同学们的刻苦训练，我们连获得了先进连队的称号，十几名同学被评为“军训标兵”。

晚饭后，一位教官给我们上了难忘的一课。他讲了许多父母关心孩子的故事，其中一个故事让我印象很深：有一个单亲家庭非常贫穷，整个家仅靠女孩妈妈每月六百元的工资生活。这个女孩十分叛逆，有一次她因为一件小事和妈妈吵嘴，最后摔门而出。她妈妈很着急，于是动员了她认识的所有人来找她的女儿。而这个女孩正在街上流浪，忽然闻到饭菜的香味，觉得肚子饿了，但是她身上没有带钱，面馆的老板看女孩的样子，就端过来一碗面说：“孩子你吃吧，我不要你的钱。”这个女孩接过面狼吞虎咽的吃完了。然后，她“扑通”一声给这个老板跪下了，泪流满面的说：“老板，你就是我的再生父母，你比我亲妈还好啊！”老板听了这话，说：“我要是知道你说这话，我就不给你饭吃了！我只是给你了一碗面，而你妈妈却把你从小养大，这是不能比的！”女孩听了，向家里走去。她回到家，走到了妈妈面前，又“扑通”一声跪下了。听完了这个故事，许多同学流下了感动的眼泪。它让我想到了这五天时间里有许多家长前来探望，他们有的是来送钱的，有的是来想见孩子一面的；它让我想到了生病时，父母无微不至的关爱；它还让我想到了回家时父母的关心：“在学校里怎么样？”“吃饱了吗？”“钱够花的吗？”“累不累？”……它还让我想到了许多许多。

通过这次军训，我们身体得到了锻炼，思想得到了提升。同学们从陌生到熟悉，都找到了自己的知心朋友，收获了珍贵的友谊。在这次军训中，我们学会了团结，学会了要遵守纪律，学会了感恩，还学会了坚强，我们还学会了很多很多。可以说，这次军训让我受益匪浅。

在8月25日的那一天起，我就已经真正的成为一名初中生。当然步入新学校的第一步就是军训。

早餐过后，我来到那美丽的新校园，我们七年级新生全体成员集合，排队有序的领取军装，换上军装以后就有一种飘飘欲仙的感觉，我们迎来了第一次军训。我们拖着懒洋洋的身子三三两两的来到了操场。随着教官严厉的呵斥下，我们陆续进入了队列。我们快速整理好队列，便开始了今天的训练，立正稍息我们这几天联系着同样的科目，目标就是练好练标准整齐，为了最后一天的仪式。

终于到了最后一天，只见家长们蜂拥而至，在操场两侧观看这一场华丽的表演。随着音乐歌声响起，先走过的是国旗队，后续进场的是一班，二班，三班他们呐喊着嘹亮的口号，他们迈着整齐的步伐，他们斗志昂扬我们二班也是功夫不负有心人，在我们二班的共同努力下，获得了一等奖的好成绩，虽然军训结束了，但学习的路途依旧遥远，加油，二班，一起共同努力吧！

刚刚步入中学的大门，我就开始了五天的军训。关于这次军训，也是我第一次军训，自然有许多体会和感受。

我从小到大就是属于娇气的那种小女生，根本吃不了苦，很懒，因而一听到军训，我就开始埋怨：为什么要军训啊？军训那么苦，那么累，我可不想军训。于是我对军训有关的一切都很反感，包括教官。

我们班的教官姓马，对我们十分严厉，就因为这个，我很讨厌他。在军训站军姿的时候，不能随便做小动作，不能随便说话，做错动作，迟到、违反纪律还要体罚……这么多要求和规矩，我甚至都想请假了。马教官动不动就体罚我们，使我很“恨”他，巴不得他快点走。可谁知就在他离开我们的时候，我和大家都哭了，不知为什么，我很伤心，想努力把眼泪憋回去，但回到教室，我还是一个人默默哭起来。虽然我们只和他相处了四五天，但也毕竟有了感情，他的严厉也是为了我们。

再说到军训。其实这次军训交给我的不仅是一些齐步走、正步走之类的步伐，更多的是坚持不懈的精神，信念，是面对困难不退缩的态度。军训，谁都会累、都会疼、都会热、都会渴，但遇到这么一点小问题我们就要放弃了吗？不，我们要勇往直前，我们坚不可摧！我们不要抱怨，不要烦躁，持之以恒，坚持到底，我们就会胜利。有的同学平时在家受父母的娇声惯养，自己懒懒散散，养成了坏习惯，通过军训来锻炼一下自己，是很好的。

我以前就在家里饭来张口，衣来伸手，不会吃苦耐劳，这次军训过后，让我懂得了许多道理，增强了我的毅力和意志力，改变了我对军训的看法。军训，其实很“简单”。

转眼之间，在秋高气爽的日子里，我们迎来了崭新的初中生活。同时，也迎来了为期六天的磨炼——我人生中的第一次军训。

军训，在常人看来，或许是所谓的“魔鬼训练”，每天都筋疲力尽，教官也十分可怕。但是，在军训过的我看来，这是一次精神和意志上的磨炼，它会成为我们人生中一次珍贵的历程，陪伴我们成长。而教官则是我们的“大朋友”，在军训中和我们一起成长。

还记得，六天前，那是我第一次走进初中校园。明朗、宽敞、充满书香气息的书吧，绿草如茵的操场，那镌刻着“xx省xx市实验中学”的大门，让我对这里的一切都充满了敬意。几天相处下来，我渐渐发现校园里不仅有紧张的军训氛围，更有和蔼可亲的老师、领导，有亲切的学姐，有无论何时都能“皮”起来的同学们……他们让我们初一新生在校园里倍感亲切，不会再拘束，更不会对新的环境感到害怕。

军训期间，我们每天顶着似火的骄阳，接受7个多小时的训练。开始我很诧异，小学体育课上做的动作为何要一遍遍重复：立正、蹲下、起立、敬礼？可是今天，我明白了，军训本就是意志上的磨炼，只有历经磨砺，生命才能变得更加伟大，而过去的磨砺也只会成为生命中的一抹亮色，陪伴我们成长。正所谓“梅花香自苦寒来”！

六天的军训，是为了锻炼自己，更是为了在汇报演出时交给自己一份满意的答卷：宣誓，让我学会了如何报效祖国、如何成功；手语操“感恩的心”、“阳光总在风雨后”教会了我感恩，懂得遇到困难不气馁，懂得先苦后甜；唱“强军战歌”、“纪律歌”、“当那一天来临”让我体会到军人豪迈的气概，祖国的伟大；校园自卫术——“拳击型”、“肘击型”则是让我离真正了解中华武术更近了一步。

军训的这段时间，正如主持“20xx届初一新生军训结业典礼”的学姐所说，“这六天，大家虽然晒黑了皮肤，可精神意志上都得到了洗礼”，又如一连（x班的同学）所说，“6天太短，军训永恒”，大家都在军训中得到了成长，校长和军训团团长也寄语，“希望大家在未来的学习生活中可以不惧困难，奋发有为，为中华之崛起而读书”。

教官也仅比我们大了四岁，他是我们的朋友，会陪伴我们一起长大。

军训虽然已经告一段落，可初中三年紧张的学习生活才刚刚开始。经过这次磨炼，我不会再向困难低头，我会昂首挺胸，迎接美好的明天。在明天到来之前，让我们微笑着向远方大声地说：“明天，你好！”

军训，或许我们心中对于这个词最初的理解还是不足以真正体会他。吃苦和坚持对于军训之前的我们自身来讲是空洞的。

早晨起床，神情还是懒洋洋的，似乎还没有准备好今天的军训，走到操场上，也打不起精神来。后来我们班的教官就为，听完安排后，便迅速开始了训练。教官也仅仅是简单的做完了自我介绍，心中不禁有些不快，认为简单，草率。从他说训练开始再到午饭以前，我们几乎没有什么停留。其实到头来算一算，我们所学的动作并不多，动作也并不难，但奇怪的是我们整体做得很凌乱。正如陈教官所说许多口令是我们开始念书那一刻起，我们便听过了。十几年的口令我们到今天却还是不能做好，这是为什么呢？是因为老师对我们教导不严厉？是因为从一开始老师没教规范？我想不是的，在今天军训结束后，我想我已经领悟了一点点。

其实，年幼时的我们还不能理解军人的世界，不怕吃苦的军人精神还不足以让我们承受。因此，在这之前的我们是没有对“坚持”这个词真正的认识。军训很累，但是不得不说在这个过程中，我们有所成长，在以后的我们，还可以回味今天的辛酸。当我们精疲力竭的登上一座巨大山峰时，回头一望，俯视自己所走过的一切路程。这时，我们会记得自己的苦与累，可最刻骨铭心的还是自己能爬上山顶的那份坚持与信念！我想，这就是高中。

军训如学习，学习如生活，我们在每件小事上都能领悟一些道理，而每一天的生活都是我们人生中的美好回忆。当多年后的我们，可能会为今天的苦与累留下一抹笑。

写军训400字心得体会篇4

我们\_\_中心校于09年2月23日，举行了体育教师军训活动。目的是各校搞好军校特色，来自\_\_一中、\_\_三所小学的体育教师共计12名体育教师参加军训。我这次有幸参加了这次军训，让我感悟颇深。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。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。

心目中的军训充满教官的训斥;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手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、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。

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，在冒着风雨雪恶劣天气，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?

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，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你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。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!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

很快的，很快的，我的军训生活即将结束了，不知道自己是喜，还是悲。

军训之前自己还是个老师，记得自己在军训之前说过： 军训反正没什么用的，大伙都是这么说的 。难道不对吗。一直以为军训在委屈我们，即使训练的再多那也不过是短暂的，现在又不是我们上战场打战，既然我们在这里学习，我们就要去做学习该做的，未来假如真有战争的话，那也是轮不到我们的，更何况现在是和平年代呢。一直抱着这个念头很委屈的去参加训练，尽管冒着风雨雪恶劣天气，我还是有话不敢说，因为同事们都在努力坚持着。我放弃了反抗的念头，继续让那崭新的军服湿漉。一天过去了，没什么感觉，那一晚我睡不着，我去体会今天的所思所想，打算去忘记今天的辛苦，可是不知道为什么它在我的脑海里记忆犹新。

如果我们不随时看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。 学然后知不足 ，这是前人的经验总结，也应该作为我们不断前进，奋发努力的座右铭。

不论是孟夫子得 天时不如地利，地利不如人和 还是范晖的 同舟共济，患实共之 ，说的都是人与人之间要团结协作，可见 团队精神 的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而 团队精神 正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

流血，流汗，不流泪;掉皮，掉肉，不掉队 。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接工作上更大的挑战，争取做得更好!在这次军训中所学到的知识，教给我的学生们，让他们做到不怕苦、不怕累，让学生们体验军训生活带给他们无限的快乐。

写军训400字心得体会篇5

军训的资料也许是单调的，每一天做着一样的动作，心中抱怨着自我的汗水白流了很多。在教官的标准指导下，慢慢的发现自我和同学平时的习惯如此的懒散。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们有坏习惯的孩子，燃烧了自我的每一寸肌肤。可是努力的力量是永恒不灭的，虽然离教官还有差距，但提高的欣喜摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每一天的拉歌是军训的调节剂，在拉歌中听到的不仅仅是原始的吼声，更多的是大家的欢笑声，每一丝的欢笑声都能使即将崩溃的身体唤醒。

军训不仅仅是对行动的操练，更是对精神和思想上的深化，迎着刺眼的阳光，一天的训练就这样开始了，疲惫让我发觉在清凉的空调间外头还有另一种生活，让我发觉平日充满责备声的家是多么的温馨，让我发觉自我其实还多么的娇嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的讥饿需要忍耐，似乎一切都需要忍耐，就在这不知不绝强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘出来了。

军训让我认识了自我，完善了自我，无论怎样，我都相信用汗水浇铸的鲜花必须开的最灿烂。

写军训400字心得体会篇6

今天早上，我们起了个大早，洗漱过后就开始晨练了。我们绕着湖外的路跑了一圈，然后继续练军姿，虽然是清早，但阳光穿透雾气还是很晒人，我的眼睛都睁不开了，帽沿上都布满了汗珠，汗水把眼睛淹的很疼。早上有没吃早饭也没喝水，我都要晕倒了。

终于熬到了吃早饭，我看到饭盒，为离开时翻江倒海，教官宣布开饭，我开始狼吞虎咽，吃的一干二净。吃过早饭，我们稍微放松了一下，又开始训练。

上午的训练比早上简单了一些，但天气很热，所以我还是有些累。我们复习了“立正”、“稍息”、“蹲下”、“起立”等动作。还学习了“敬礼”，我的手臂都要断了，腿也疼得要命。但还是坚持站着。半天下来，我全身都要散架了。

中午我们吃了一顿丰盛可口的饭菜，我感觉不太累了，就跟队回宿舍了。之后我们就睡午觉了，可能因为我们太累了，一躺在床上我就迷糊了，骨头都好想不属于我了，滩成了一堆。我浑身酸软，但怎么也睡不着，就那么躺着。下午，我们和五班进行了拉歌友谊赛，每个人都很投入，一个带领我们的同学喊得嗓子都哑了。好几次我们都盖过了他们。

军训的第二天，我们都感到了集体生活的快乐和军训进步的幸福，以后每一天我都要得到更的进步。

写军训400字心得体会篇7

时间在飞逝，匆匆而去，一去不复返，今天是军训的第四天，正如xx的诗“别有一番滋味在心头。”又或许是“不经风雨，怎能见彩虹。”在这过去的四天里，我们经历过苦，经历过笑，留下过美好的回忆，在痛与坚持的交替中坚持军训。

“乘风破浪会有时，直挂云帆济苍。”痛与坚持交替的军训，让我们接受着风风雨雨的洗礼，让我们变得更加坚强，更加有勇气去迎接军训的挑战。军训的痛与坚持的路上去踩、去踏、去摸索、去前进，展现军训真实的自我，摩擦出属于自己的火花，在人生的道路上打好良好的基础，在痛与坚持交替的军训中夹杂着歌声与欢声笑语，还有艰苦，所以军训让我觉得过的比较快。发挥着团结的力量，永不言弃，坚持到底，今天我们依然有严明的纪律、紧张的节奏。下午就连平日里觉得不怎么渴的水也变得如此甘甜，如此充满渴望。痛与坚持交替的军训，让我追求责任与纪律，迈向更远，走得更坚定、更加积极，也给我的生活添上了一抹绿，正是军训好风景。

军训是那无声的冷月，磨练着我的意志；军训是那静谧的荷塘，让我们变得更加安静而又平和；军训是那沉舟侧畔的万点白帆，让我们变得更加纯净而又宽广。让痛与坚持交替的军训更加美好，让我自己走的更加完美。责任与纪律同在，演绎人生画卷。在军训的路上，我们勇往直前、不懈奋斗。让军训的绿色流浪在迷彩之中。踏着整齐的步伐，喊着响亮的口号，我们在前进，即使存在着不完美，即使很累，但我们仍然如此享受，享受同学之间的和谐与快乐，享受教官的谆谆教诲，享受微风的滋润。

我们永远在军训的最美风景上，怀着自己的本心迈向前方。

写军训400字心得体会篇8

何为心得？我亦不知，或许是用心过后的体会吧。奥运正热火朝天准备闭幕时，我们新高一定军训才真正开始了。三年一次轮回，三年一次感动，等待在这三年来这一刻的刻骨铭心，当新校长戴着墨镜奇异登场的那一刻，我知道命运的典章在此刻开始。

要再回首一次吗，还是就此坚定的向前走呢？站在人生的转折点上，每一秒都珍贵的不想失去，因为我们知道，这一秒的拥有，下一秒就要分离，转动青春的轮盘吧。我们，和，你们，坚定着，相守这宝贵的高中三年。

那一声哨声，把我带出了无尽的遐想，那整齐的队伍侵占了我的眼睛，像一场突如其来的阳光，灿烂得让人无法招架，烧灼出震撼，绿，很绿像14棵苍天大树，有一种要直插云霄的气势，军训第一天正式开始，今天的天空是迷离的蓝色，头顶是一片火红。在这个刚刚组成的班级，在这火热夏天，在蓝天下，经受着考验，这四天里得以融合。

四天的军训即将结束，还真有点怀念那太阳下火辣辣地感觉，这次军训给予我们的有身体上体力的加强，但更多的则是心灵上的陶冶。高一，一个全新的开始，我将以一个学习者的姿态，在厦门最美的地方，学习，生活，学习互帮互助，友好相处，不让父母为我担心，做一个新时代，社会需要的中学生。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com