# 2024年七天军训心得体会600(十一篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-10-12

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。七天军训心得体会600篇一我...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**七天军训心得体会600篇一**

我们班虽然被分成几份插到其他班级，但这丝毫没有影响到同学们的热情，都积极配合教官的工作。说道军训最重要的就要数教官了。我们的教官被大家评为最帅的教官，事实也是如此，他是教官中最高的，长的与黄晓明神似，总之就是给我们留下了很深的第一印象。

但是一接触起来才发现他原来是一个特别腼腆的人，说话声音特别小，而且还会脸红，一笑起来有两个浅浅的酒窝，真的是十分可爱，但是作为一个教官，一个军人，这样的腼腆真是急坏了我们，看到其他班的同学和教官一起训练，聊天，唱歌，而我们这边如此低调真是很郁闷的。其实我们都知道教官其实是一个极好的人呢，他虽然不多说话，但我们心里都明白他处处为我们着想，训练是总是不厌其烦的做示范，为了怕我们晒总是找阴凉地，总是扯着嗓子喊着教我们唱歌，总是因为我们挨骂却还是保持笑脸……虽然你不说，但我们都知道。

说了这么多关于教官的事，也该说说我在军训中的所得吧。

其实这次军训与高中军训没有什么本质区别。主要训练了稍息立正跨列，停止间转法，齐步走，跑步走，正步走。这些内容的训练让我们从身体上接触了军事训练。在此次训练中还增加了军歌的学习，教官利用休息时间教我们唱军歌，这是我第一次学这么多军歌，有的甚至连听都没听过。可能是因为我自己是一个十分感性的人吧，每当听教官唱歌的时候眼睛就不自觉的浸满了泪。有的歌慷慨激昂，唱出军人的雄心壮志;有的歌婉转抒情，唱进士兵的内心。

军训在集体会操后正式结束。在会操场上，各个班级都尽最大的努力，发挥出最好的水平，为丰富的军训生活画上完美的句号。

军训虽然结束了，教官们也都返回了部队，但是他们将美好的回忆留给了我们，将军人的风采留给了我们，我们也将美好的祝愿送给了他们，也许我们没有机会再见，但这份感情会一直珍藏在我们心中 。

**七天军训心得体会600篇二**

七天的军训生活结束了。

回过头来，看看自己走过的脚步，有的深有的浅，有的快有的慢，但最终经过层层训练，我们步调一致并肩齐进。

还记得当客车满载着我们急切的心情与无比自豪之感慢慢驶进绿色军营之中，我们整个人的身心完全被震慑住了……面对如此之庄严，我们肃然起敬，心生敬畏。我们带着浑身的力气于士气轻装上阵，便有了后来一幕幕金百合人意气风发而又充满力量的演绎……

短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，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。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限!百合所给予我们的远远超乎我们想要的，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。

在绿色军营里面，时常出现这样一幅画面：一群身穿蓝色t恤的金百合人，铸造了一条亮丽的风景线。无论是饭前饭后，只要稍有空暇的时间，总能看到这样一组组场景;炎炎烈日下，偶有几对整齐的队伍昂首阔步的走着，原来是金百合人正在操作动作要领，动作要领掌握好的帮助比较慢的队员，手把手教着，一步一个脚印，汗水浸透了衣衫，但却没有人停下脚步，队长喊着;一二一……立定，声音似乎沙哑了许多，但却浑厚有力，不失为一种霸气，鼓舞队员们的士气，队员们没有一个说苦怕累的，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!

无数条溪流向一方汇聚，将形成一片大海，海纳百川，有容乃大.每个人将自己手中的力量推向同一个方向，我们的力量将无限大，金百合人将在创辉煌!

虽然我们即将要离开这里，有点留恋不舍，留恋军营的生活，恋着这里的一草一木，还有这浓厚的集体氛围，但我们时刻谨记着使命的迫切感，百合需要我们，我们要把所学的灵活的运用到实际工作中去，这才是我们的最终目的。发扬艰苦奋斗精神，发扬百合人精神，走好每一步，做好每件事。让金百合的名字响彻一方!

**七天军训心得体会600篇三**

是同一个梦想让我们走进同一个校园，是嘹亮的‘立正’声让我们来到同一个训练场，我相信同学们和我一样，怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次‘洗礼’完成半个月的校园军训;亲身体验一次军人生活的艰辛。增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格青年学生。

一、校园军训任务重，提高认识

大家都知道入校前参加校园军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课;它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感;它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的基础。

二、刻苦训练纪律严，以苦为乐笑满面

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城;只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚：无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗?还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗?那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神;还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中---“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历……我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀!军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中回荡，动人的旋律从口中有节律的蹦出陶醉着整个操场，回荡在每个角角落落，大家更是用震天的掌声，欢乐的笑语对“歌星”抱于衷心的感谢和真诚的祝福。

三、欢歌笑语送祝福，精髓实质要记牢

欢乐的笑声覆盖了训练的苦累，美好的祝福送给我们尊敬的老师，和辛勤的教官，留给自己是一份回味，一份责任一个个崭新的挑战，一种不懈的努力。

无论怎样的风浪，无论怎样的艰辛，只要我们拥有一种力量一种不屈不挠的精神，我坚信大家一定会步步高升，只要把这种精神贯穿于学习中，相互学习，共同进步，自觉遵守校规校纪，增强集体荣誉感，努力营造一个美好的环境，创造和谐校园做一名遵规守纪的文明的学生，成一个对社会有用的人。

**七天军训心得体会600篇四**

七天的军训生活，犹如一首激动人心的交响曲，苦与乐构成了它的主旋律，值得回味，难以忘怀!

那铁的纪律，严酷的训练就是我们的军训。我们不断的进行着枯燥的训练，有时在太阳底下站军姿，站得脚软头晕，眼冒白光。每一次训练都是接受汗水的洗礼，每一天生活都在进行意志力的抗争。但即使军训再苦再累，我们也要挺过去。这种钢铁般的意志，遍布了整个军训操场。

火热的太阳无情地炙烤着大地，然而即使太阳毒辣，我们却在运动场上挥汗如雨，尽心地练习。这让我想起一句话：太阳狠，然而比你狠的却是我们钢铁般的毅力。是啊，付出总有回报，你看那动作，虽然没有军人那么标准，但也有一股阳刚之气，这是我们付出与回报的必然，这是用汗水浇灌的成功花儿的绽放。

刚到的时候，我们每个人都很期待，毕竟是第一次到正规严格的军训，然而当我们第一次训练时，那种严格的动作要求，让我们缺乏锻炼的身体很难适应，一个下午就把我们的腿酸的站都站不稳。我们有点动摇了，想过放弃，但是我们克服了软弱，始终坚持着。两天后我们微微地适应了军人的生活，我们面貌一新：不但身体强壮、充满活力，而且我们的意志也得到强化，个个有着钢一般的毅力。这对于我们这三年的学习和生活有着重要的意义。

)

六年的小学生活中，最令我难以忘怀的就是在刚升入六年级时长达一星期的军训。这几天的训练下来，我的感受就一个字——苦!

记得刚听说要军训时，我还真有点喜出望外，以为这次的挑战会多有趣，自己真正接受训练时才体会到，在这期间要付出多少辛苦和汗水。那时候天气很热，而我们却必须穿上厚厚的校服，站在火辣辣的阳光下，晒上3个多小时，纹丝不动。同一个动作，不停地练习，反反复复，不耐烦也得坚持。

而我们这些离学校较远的学生就更累了，每天“千里迢迢”地来到学校，还要遭那样的罪，真是祸不单行。我天生体力就不好，从小就爱呆在家里，大门不出，长一点儿的路都没走过，更何况军训时地走那么长的路，还要笔直地挺立在无情的太阳公公下面3个多小时。我真的是忍受不了，每天晚上睡觉时都咬着枕头哭，第二天再咬枕头时，还能感觉到眼泪咸咸的味道。尽管这样，看到那么多同学都坚强地挺住了，我还是不得不咬紧牙，坚持下去。

训练我们的教官，也许已经够好了，从没见他对哪个同学动过手，但嘴上功夫比较厉害，说得同学们都哑口无言。每次见他批评哪个同学时，我的心就绷得紧紧的，深怕自己也会落得那样的下场。头顶烈日，练习着动作，看着教官狠狠地训斥着某个同学，从我头上滴下豆大的汗珠，同样的泪珠在眼眶里打转，却不敢流出来。真苦，真累!

说心里话，那段时间真是泪也流了，汗也流了，就差没流血了，如果说现在生活在天堂，那军训时就是在地狱。不过，我并不抱怨，这也是我成长历程中重要的一步。正是因为这次军训，我才学会了吃苦耐劳，不怕累的精神，也因些变得更坚强，更能经得起生活的考验。我想，这就是军训的目的。大地上没有不累的营生，在以后的路上，我还会受很多累，吃很多苦，但我一定会挺过去了。小学六年级的军训生活将使我永生难忘，我会把当时同学们所表现出的顽强精神铭记于心。

**七天军训心得体会600篇五**

参加军训之前，总觉得军训的每一个小时都是度日如年，等待着教官最后的5分钟倒数时，时间更是被拉长了好几倍。但是当军训结束的消息从主席台传来的时候，过去漫长的时间一下子就显得很短，过去对时间的执着、军训中要保持的要求、和队友之间的友情……这些在军训中得到的东西充满了我们的内心，但是当教官要离开的时候，我们心中却只剩下了对教官的不舍，原本每个人复杂的心都在这一刻得到了统一。

军训，非常的辛苦，尤其是在大学的军训，这种的疲劳只有在亲自体会过后才会明白。尤其是在暑假的三个月之后，这场军训简直就像是要将我们三个月累积下来的“懒骨头”全部拆散再重装一样!但这样的严格训练确实有效果，这十几天里，我也察觉到自己身体的变化。比起刚开学的时候，我们现在变得更加的勤快、更加的带着大学生该有的青春气息。

还记的在军训的寝室检查中，因为我们的不重视，让我们第一次检查的分数非常的不好看，被子乱，鞋袜乱，连公共卫生区都没人打扫……我们为此被教官狠狠的加训了一番。为了带着要“一雪前耻”的心情，我们发动全寝的同学对宿舍的每一个角落，每一个死角，都仔细、严谨的彻底排查。那次的大扫除真的记忆犹新，所有的同学都为了能给自己争一口气，拿出了自己的看家本事。当教官踩上光亮如镜的地板来检查我们的寝室的时候，他在挑不出什么毛病，只能将手中的优给了我们。

从差转优，这样大反差的体会让我们也体会到了在努力之后所收获的乐趣，大学的乐趣，也在军训中慢慢的展现给我们。

作为大学的军训，自然也有自己不同的地方。要说给我们印象最深的，那就是中秋节的那次晚会了。漫长的军训将我们的中秋也包含了进去，但是在这一天，我们聚集在操场上，整个年级一起度过这个中秋!期间教官和老师们，都准备了不少的节目和表演，不少的同学也即兴发挥的为我们表演了自己的才艺。这场晚会不仅仅是一次中秋活动，在欢声笑语中，它拉近了我们的感情，为我们这艰苦的军训增添了更多的乐趣和欢笑。

军训的辛苦我不否认，但是我认为既然无法避免，我们就不能总将注意力放在它不好的地方，多去观察，多去留意，军训的乐趣一点也不少。

**七天军训心得体会600篇六**

九月来临，我们的军训也开始了。以前军训过的我们，已经知道烈日下的艰苦，而军训中传递的精神将在进一步体会。

不同的班级相聚一个连队，让我们更能互帮互助。主动地扶住一些身体不舒服的人，主动地递水、递纸巾给那些虚弱的人，互相鼓励坚持下去的人……即使不认识，即使不了解，即使以前没有共同的话题，但是军训给了我们一个机会，让我们互相交流，互相关心，互相帮助，互相学习。

军训虽然要求严格，但让我们更加有组织，有纪律。我们都知道军人要严格遵守规则，严格服从命令。对于已经有些懒散的我们，训练的方式让我们很累，很辛苦，但一切行动听指挥的方式让我们更加有纪律，看起来整齐划一的连队更加帅气。只要在队列中，任何的动作都要打报告，这使得穿着军装的我们更加符合我们军训学员的身份。这些小细节更能显示军人的严格要求，也让我们在以后的学习中，做到有一丝不苟。

军训虽然让身体不适，但让我们更加吃苦耐劳，更加坚持。站军姿是军训必不可少的一项内容，我们要保持军姿状态几分钟，就是一个考验意志的事。无论是哪一个动作，都会根据要求努力做好，坚持保持下去。克服着烈日，克服着细雨，克服着身体的不适，坚持着，努力着，尽自己最大能力做好着。有时候我们不是成功不了，而是我们缺乏坚持下的毅力。所以，咬一咬牙坚持下去，在心里给自己打气，做一个不轻易放弃的人。

军训也是充满欢乐的。我们唱着军队的歌曲，或许它没有流行歌曲那么流行，但它记录了战士的英勇，传递着士气。我们唱着那些军队的歌曲，重温战争时代的故事，感受战士的英勇无畏。我们拉歌，靠着声音的力度响度，体现我们的气势。军训中的我们也是很热情的，跟教官一起享受这段珍贵的军训生活。

我们要做乐于助人的人，要做有集体意识的人，要做不轻易放弃的人，要做充满热情的人。军训给了我们一个机会，让我们收复那些懒散的习惯，让我们更加严格要求自己，让我们有了更加坚强的意志。

**七天军训心得体会600篇七**

军训就这样过去了七天，想起来还觉得军训时光意犹未荆短短得不到六天的时间，其实教会了我很多东西。这些是在家里，在学校里，在日常生活中学不到的。

记忆最深刻的是和我一起领队的那个女生。她并不高，而且还很瘦小，在军训第四天的时候，她已经穿着那双黑色皮鞋两天了。可是无论怎样，我就是觉得她走路有些奇怪，问了一下，才知道她的脚磨出了水泡。好几次我叫她去休息，她都摇了摇头坚持下来。她说，她不想让别人觉得她特殊，很娇气。知道被教官几经劝说才走到一边休息，当脱下袜子，我才看到她脚上的水泡已经破了。可是她也只是轻轻垫张纸巾，就有开始训练。

在她身上，我学到了坚强。普通女孩子没有的坚强。属于军人的坚强。

军训让我学到的另一点就是要团结集体。学校组织校歌比赛，一开始班里的同学都不太会。但是为了集体的利益，每个人都在努力的练习。我看到本来害羞的男同学们开始大声唱歌，每个人都竭尽全力的为集体荣誉努力。晚上我上各个女生寝室去看女生们会不会唱校歌，很多女孩子并不擅长唱歌，但却努力地唱出一个有一个音节，虚心的向别的同学请教，背下了所有的歌词。每个人的努力让我看到了集体荣誉，让我看到国际部的团结。

在每个人身上，我学会了集体中的团结一心。我相信，在未来的三年里，我们一定会更加具有凝结力。

就这样，军训已经告一段落，但每每想起，心中走会有一股暖流。

因为这是军训，不同与平常生活的军训，它教会了我坚强，团结，吃苦耐劳，勇敢等美好的品质。

它给我高中三年开了个完美的头。

所以，这篇军训感想的最后我只想说。

军训，i love you very much!

**七天军训心得体会600篇八**

四天的军训转瞬即逝，留下了坚韧不拔的精神，带走了我们脸上那最后一分幼稚。军训是苦的，苦在那对身体的磨砺，它也是甜的，甜在那苦后小小的快乐和倒下后同学老师的关怀。

军训开始是，整个人不在状态，一个上午的训练之后，就有些勉强了，站军姿时，我就坐下休息了。感受到老师关怀的目光后，在那严肃安静的环境下，心中有了丝丝温暖。课后同学的问候，也让我感受到他们的关怀。

呵呵!在冰冷严肃的军训后也有值得我们细细品味的甜，不过和军训的表面情况一样，总是会露出苦的。

军训第二天的下午，我们就开始攻克自己的“弱点”。一次次地重复一个动作，一次次地让教官不满意，于是我们一次次地受到惩罚。经过了这一下午的训练，我们也的确在“起步走”这一动作上有了进步。一下午的训练，也的确让我们吃到了苦头，尝到了军训的苦滋味。

军训中也有快乐的地方，也就是下雨天在教室里学唱军歌，教官交给我们的是《团结就是力量》，军歌很简单，只有几句话，但他能很好的激发我们对军训的热情，激发我们的斗志，以唱出响亮的军歌来一起我们心中对军人的共鸣。

不过随军歌而来的就是实践它所蕴含的道理。那个下午的军训，使我们明白了“团结就是力量”这个道理，只有团结起来，才能把动作做到极致，做到完美。

军训最后给我们带来了很多，也让我们懂得了许多。军训给了我们矫健的身躯，百折不挠的精神和钢铁般的意志。军训让我们懂得了关爱和团结的真谛。

军训是甜苦相交的，像一杯热咖啡，只要细细地品尝它，便会尝到那隐藏在苦之后的甜。它只有靠我们去品尝，去发现。享受军训生活的苦，就会得到它的甜。

**七天军训心得体会600篇九**

还记得高一时军训的烈日和教官严厉的训斥声，而一转眼间，我已经在参加大一的军训了。时光飞快，如指间沙，瞬间流逝……

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透;我们为了把动作练整齐，反反复复地练;知道全身酸痛;我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层……

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆!

**七天军训心得体会600篇十**

七天的军训生活结束了。

回过头来，看看自己走过的脚步，有的深有的浅，有的快有的慢，但最终经过层层训练，我们步调一致并肩齐进。

还记得当客车满载着我们急切的心情与无比自豪之感慢慢驶进绿色军营之中，我们整个人的身心完全被震慑住了……面对如此之庄严，我们肃然起敬，心生敬畏。我们带着浑身的力气于士气轻装上阵，便有了后来一幕幕金百合人意气风发而又充满力量的演绎……

短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，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。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限!百合所给予我们的远远超乎我们想要的，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。

在绿色军营里面，时常出现这样一幅画面：一群身穿蓝色t恤的金百合人，铸造了一条亮丽的风景线。无论是饭前饭后，只要稍有空暇的时间，总能看到这样一组组场景;炎炎烈日下，偶有几对整齐的队伍昂首阔步的走着，原来是金百合人正在操作动作要领，动作要领掌握好的帮助比较慢的队员，手把手教着，一步一个脚印，汗水浸透了衣衫，但却没有人停下脚步，队长喊着;一二一……立定，声音似乎沙哑了许多，但却浑厚有力，不失为一种霸气，鼓舞队员们的士气，队员们没有一个说苦怕累的，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!

无数条溪流向一方汇聚，将形成一片大海，海纳百川，有容乃大.每个人将自己手中的力量推向同一个方向，我们的力量将无限大，金百合人将在创辉煌!

虽然我们即将要离开这里，有点留恋不舍，留恋军营的生活，恋着这里的一草一木，还有这浓厚的集体氛围，但我们时刻谨记着使命的迫切感，百合需要我们，我们要把所学的灵活的运用到实际工作中去，这才是我们的最终目的。发扬艰苦奋斗精神，发扬百合人精神，走好每一步，做好每件事。让金百合的名字响彻一方!

**七天军训心得体会600篇十一**

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的七十五中学。在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心情，

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利!

在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，\"功夫不负有心人\"我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找