# 最新一个星期军训心得体会(8篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-10-07

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。一个...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**一个星期军训心得体会篇一**

烈日下，我们毫无怨言。

汗水中，我们绝不退缩。

我们，站在了军训的场上，便注定了一往无前。

我们，站在了人生的路口，便注定了风雨兼程。

生活，总是需要一点考验的。而军训，便是这人生旅程中不可获却的一段。即便是疲惫不堪，我们依然咬牙坚持;纵然是炎热酷暑，我们依旧挺立昂扬。因为，我们以军人的姿态站在了战场上。因为，我们坚信时代的精英需要这样的考验。

真的，在这次短短的军训中，我明白了很多，感悟了也很多。我看到了以前没经过的动人场景，我听见了以前从未听过的呐喊，我知道了，那以前不知道的事。

感谢我们最可爱的教官!我知道，那看似严厉的呵斥，是谆谆的教导。感谢我们最团结的战友!我知道，那些许的分歧是为了整体的利益。感谢我们最积极的后勤人员及老师!我知道，那杯杯饮水是爱的鼓励。感谢你们!

这次军训，给我的确实很多。这段人生的精彩的旅程，让我成长了不少。坚持就是胜利，团结就是力量，学会感恩……这些以前随便说说的字样，此刻变得如此深刻，如此坚定。我信心，这样的成长势必伴随着的一生，驱使我不断前进，不断前进!

初一新生暑期军训心得体会范文四

军训，是一种考验，也是一种磨炼。短短的五天，让我明白了人生中的一个道理：一份耕耘，一份收获。同时，也培养了我坚强、独立、吃苦耐劳以及强烈的集体荣誉感。

军训刚开始，大家真是叫苦连天，适应不了这种生活。但是，我们作为一名踏入新校的初中生，怎能连这点苦也受不了呢?这是我们的第一炮，怎能不打响就要投降呢?现在，我们早已不是家里的公子、小姐，我们站在训练场，面对教官，就意味着我们现在是一名军人!我们要有军人严明的纪律、说一不二的作风以及钢铁般的意志!

严热的夏日，骄阳似火，连续几个小时的操练，让我们吃劲了苦头。单调乏味的军训日复一日，头顶上的烈日记录着我们的汗水。军姿、蹲起、行进……一系列的动作不停地重复，直到教官满意地点点头，我们才算“过关”。我们就是这样，一步一步苦练过来的。

最后一天，我们向领导、老师和家长汇报了军训的成果，轰轰烈烈地打响了我们的第一炮!

真是一次难以忘怀的军训，它让我深深地感触到那句话：一份耕耘，一份收获。你只要付出了，就一定会有相应的收获，你付出得越多，收获也就越大。人生往往也是这样。虽然，这五天来的军训是前所未有过的艰苦，但它也是我这一生中快乐美好的回忆。

**一个星期军训心得体会篇二**

在八月份，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浃背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的部队纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊!

最后一天，我们班获得了“先进班级体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同努力的成果;这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。 。 。

**一个星期军训心得体会篇三**

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的大学，进入大学的每个新生都必须参加军政训练。

军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去煅炼，去磨砺。其目的是：增强国防意识与集体主义观念，培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力;军训，还能提高我们的生活自理能力，培养思想上的自立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。

这就需要我们在军训过程中，我们不但要领略军人们无私奉献的伟大精神以及不怕困难的崇高品质，也要发扬我们“同心协力，艰苦奋斗”的光荣传统。我们要坚持铁一般的纪律，严于律己，服从命令，坚决完成各项训练任务;大家要用顽强的意志，用敢于吃苦、勇于拼搏，发扬“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神，彻底完成军训使命。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。来到操场后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。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己：你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持......

在军训时教官对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹;没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

烈日烘着大地，我们的衣服湿了又干，干了又湿，留下一圈又一圈的痕迹。汗水沿着脸颊一滴又一滴地滑下，热气充斥着我们的鼻翼。军姿已站了三十分钟了吧，脚的刺痛感越来越清晰。别班的同学一个个地倒下了。倒下吧，那样就能好过点。然而，我怎么能倒下呢，都已坚持了那么久，现在倒了，以前的努力不就白费了，还是站着吧。我相信，我一定能行。半途而废不可为，只有坚持才能赢得最后的胜利。因怕苦而倒下的人是懦夫，能吃苦而不怕累的人是勇士。作为一个健康的大学生，我跟我的同学都选择了后者，当勇士，力争坚持到底。结局，当然是大获全胜，赢得了教官与大家的认同及尊重。

随着时间的流逝，我们渐渐地融合在一起，团结一致形成一个凝聚力极强的集体。军训的日子又苦又累，但斗志高昂的我们从不妥协地勇闯。慢慢地，我们学会了分享，分享水分的甘美;分享身边发生的趣事;分享节日的快乐;分担别人的忧愁，分担他人的烦恼;分担思乡的感慨，不再当墙角中的小花默默地孤芳自赏，而是当伸出双手拥抱阳光的向日葵，不畏风雨，追求着理想。

一声又一声的“报告”，提醒着我们已长大成人，要负起自己应负的责任，做事要光明磊落，做人要活得洒脱，事事有家人护着的日子是我们都回不去的从前。自强不息，我们才能走好自己的路。

今天是军训的第\_天，随着一声“齐步走”的口令，我与队友们整齐地一步又一步向前走。我们都高昂着头，目光直视前方，英姿飒爽，不用看地，我们都知道，我们走得很好。听着一声“稍息”，我们都被选入方队了，真的是一分耕耘一分收获。若无教官的严厉与悉心的教导，哪有我们今天被选中的荣耀，若无自己的努力与永不言败的意志，又哪来今日的成绩。时间会流逝，然而我们会用热情换回时间，让年轻的心永不改变，今天我们献出的是青春与汗水，他日我们所收获的将是累累的硕果。我相信，有心人，天不负。只要肯干，总有出头的日子。

**一个星期军训心得体会篇四**

有多少人喜欢军训，就有多少人不喜欢军训。前面有个影像的女同学说她只想静静的看着教官装逼……虽然她没有直接说……对于我来说，我不想静静，因为训练场不能抽烟，也没人能给我一支兰州，也不想婷婷，我想继续当病号。但我总觉得我该说点什么了，我想接着那位女同学的话说……同学，你不是一个人……其实每个装逼的教官内心都有一颗逗逼的心。

我的高中教官说我们是迷彩猪，我的高中教官说我们站军姿像怀孕，我们高中教官喊口令这样喊：鸭二鸭!高中教官的军姿要领是这样的，抬头挺胸收腹翘屁股，说什么屁股要夹紧，紧得能夹住扑克牌才能及格，说完我们就真的菊花一紧.

我的大学教官文化素质比较高，他叫\_\_，我特地回去复习了一下这位古人……想着能不能找到一点穿越的迹象，显然是我头脑发热!他不太吹牛，还是说一下隔壁的教官好了。隔壁教官会吹牛，会撩妹……说到撩妹，有学长这样说过，每年都有学妹被教官撩得不要不要的，说到这里，我要为我们男同胞们宣扬一下主权意识，我只想对教官和大门口的学长们说，学妹是学弟的!我真不想看到教官与女教员的倾心虐恋这些狗血剧情，能和学妹们升华纯洁的革命友谊的只有学弟。对了，补充一点，门口的学姐们，学弟可以是学姐的，欢迎来撩。

在说一下军训间隔我们的情况吧，学长说食堂一片绿巨人，不敢这个点去吃饭……呵呵呵，信不信学弟们能把你们拉去做老干妈!

好吧，学弟没这么暴躁的。学弟相反还有点感伤。一个人来大学，孤独到在食堂因为是一个人吃饭遇到熟人也不好意思打招呼。来学校之前以为能有一场美丽的邂逅什么的，但是学校没有懂小姐，也没有沙菲娜，没有莉莉安，也没有维纳斯，更没有陌生人的兰州。呵呵呵，转角看到狗血教官，我分分钟想把自己做成老干妈。继续谈孤独，热闹是他们的，我什么也没有，熄灯之后穿着一条裤衩坐在寝室的楼梯上，这么好的意境，得抽烟啊，没想到宿管阿姨来了，我发誓，这是我成年发育良好以来，第四个这样看我的女生，第一个是我妈，第二个是女医生，第三个就是她……然而学长轻描淡写的说了一句，呵呵，宿管阿姨什么没看过，吃亏的又不是你。不，我是拒绝的。这哪里是上大学，感觉被大学上了。

写了这么多的题外话，该一本正经回到军训心得上来了。说真的，我觉得战争还是挺远的，没必要动不动就这么强调，高喊报国的口号，这是道德绑架好吗，我不是什么正派分子，会烦的，或许以后我不这么想，但现在我就是这么想的，怎么样，从老干妈厂回来，从草垫下站起来互相伤害啊。我不是什么反社会啊，什么三观扭曲的人，(对了我要提醒一下总教官，世界上并没有正确的错误的三观，下次别用这个来训我们了)我只是一个普通十几岁的青年小伙，我没有什么护党情怀，也不知道什么军队主义，但有绝对的爱国主义，要是国家真的有一天需要我们上战场，我相信大家绝对没有二话。

最后，我觉得军训只是一个载体，承载我们和教官的故事，或许这个故事里只有自己一个人有台词，只有自己一个人的意淫，但我觉得这就是青春。我们应该享受孤独，故事才刚刚开始。教官就像陌生人递来的兰州，短暂却回味无穷。

对了，我是病号团的，该站在病号的角度发言。作为病号，我最能体会到的军队精神就是，有困难要上，没困难创造困难也要上，花钱找困难，妈的智障。病号属于三不管，医生嫌弃，教官嫌弃，辅导员嫌弃。辅导员骂我的时候，我简直看到了大号的高中班主任，但辅导员过来看望我们坐在地上的时候，我觉得她是绝对的玛丽苏主角，完美。病号还能听美女辅导员的各种辅导，虽然是别人家的辅导员，辅导员会坐到病号团的这里，给男同学创造当护花使者的机会，亲传的撩妹技能。辅导员会和同学们聊暗红色内裤，辅导员该会聊她坐到病号团的地上被染了一大片暗红色。辅导员这天和暗红色很搭，穿了暗红色服装，小波浪的及腰长发，还有性感的大长腿。

这就是别人家的辅导员，简直了。她要给我下令去做老干妈，我绝对跑得屁颠屁颠的。病号每天干什么呢?时间一多了就容易乱想。我们就这么坐着，感觉内裤都要破了，九年义务教育加三年高中坐破了不知道多少内裤，进大学了，还得继续。我们坐着数飞机，一架飞机，两架飞机，三架飞机，比数羊还管用……不能数飞机，当然也没到打飞机的时候，放眼望去，才正真感觉到学长当初说的并不是吹牛逼，我们学校有神奇大草原，对啊，进校门右手边;我们学校有空中足球场，对啊!我们学校有地下食堂，也对啊!高大的学校，呵呵呵，我tm能用两支烟一首歌的时间绕场一圈。或者教官们接个吻的时间。

把眼睛收进一点，看着同学们集合的阵势，感觉我们神奇大部队就要拯救世界了好吧，能分分钟把教官拉到隔壁老干妈厂做成老干妈，或者把撩妹不过瘾去撩汉子的教官分尸，把整个皮剥下来留下头，往人皮里塞稻草做成稻草人，让他们站军姿。光荣牺牲，捐给学校做实验，做解剖，或者分尸切成五花肉放在草垫下面，正步齐步跑步，我们有一百种姿势让你们变得血肉模糊。还能把教官放在地上原地踏步，把教官从三次元送到二次元，然后每个方队可以用二次元的教官做队旗迎风飘扬，哈哈哈，原谅写到这里的我无耻的笑了。我曾经不止一次幻想过大家利用共振原理，把空中足球场弄塌，和地下食堂融为一体。

**一个星期军训心得体会篇五**

在八月份的22日至25日，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浃背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的部队纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊!

最后一天，我们班获得了“先进班级体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同努力的成果;这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到。

**一个星期军训心得体会篇六**

也许，一段记忆中的悲痛可以转瞬即逝;也许，一段印象中的欢乐也可以立刻忘却。但是有一段酸甜苦辣、悲欢离合的记忆，有一处我们曾挥洒过汗水与泪水的土地，或许我、我们9连的全体同学一辈子也不会忘记，一辈子都会深深地烙在心里……

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

严明的纪律、严格的要求、紧张的节奏、以及辛苦的训练，这就是军人吧。虽然我们的军训并没有部队里的正规、严格。

我们是需要团队精神的，个人走得好并不意味着什么、让整个团队都能完成得很出色这才是真理。但是团队精神也是需要个人的，很可能就是因为一个人的小小失误，而影响到了整个团队的整齐。

一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，正步踢得有些散乱，口号也没那么响亮，队伍便显得毫无生气。

为了达到理想的效果，教官监督着我们一遍遍的训练。一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……就这么一遍遍的纠正我们的错误。

军训已经接近尾声，通过短短的10天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力。

此次军训，进一步强化了我们的国防意识，增强了爱国热情。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进;军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为;军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。军训，让同学们普遍增强了体质，磨练了意志，培养了团结协作的精神，形成了良好的纪律观念，增进了师生之间的了解和情感的沟通，为较快地形成一种积极向上的良好班风和班级凝聚力奠定了基础。

十天的军训虽然快要结束，但留给我们的是永远美好的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的理想。经过十天的训练，我们相信，这十天必将在我们人生的里程中留下难以磨灭的记忆，挥之不去，我们一定会把在军训中形成的良好习惯，学习到的好思想、好作风，继续发扬下去，贯彻到我们的整个人生。

我会珍惜这次军训的经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守信，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前进，做一个\"讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好\"的合格的中学生。

军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，我们一定会珍惜这十天的宝贵时间，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，为今后的学习和生活打下良好的思想基础。军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台。军训可以锻炼我们的意志，使我们更加坚强。

同学们，人生之路非坎坷，所以我须以坚强的意志来踏平这通往幸福之路。同学们，让我们一起努力，互相帮助，互相关心，做一个全面发展的人才!

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，因为胜利终将属于有信念的人!

**一个星期军训心得体会篇七**

军训开始时，我们幻想着军训;军训进行时，我们幻想着结束;军训结束时，我们幻想着再来一次!

开始我还在队列里面的时候，我们的教官姓廖，和我们差不多大!有点腼腆和害羞。当我们动作没有做好的时候，他经常说\"快点了啊!\"当我们班女生跟他开玩笑的时候他红着脸腼腆的笑着! 当几个班一起拉歌的时候，他一般是躲在旁边一声不吭，生怕别人发现了似的!

再后来，我们换了一个教官!姓郝，年龄比我们大，圆圆的脑袋，满可爱的!我们都叫他是\"大嘴\"，因为他和武林外传里面的李大嘴满象，不过后来在他的’威迫\"下我们都\"不敢\"叫了!也就是这个教官，在军训中给我留下了很深的印象!郝教官应该是所有教官中最好的教官了!当我们一个动作做好了后他就让我们休息，而且休息的时间是最长的!当别人还在站军姿的时候我们做在地上休息在，别人那羡慕的眼光啊!

军资，稍息，立正，向左，右，后转体，蹲下，坐下，踢正步，走起步，步法变换，我们基本上都没有叫他失望!只有一次，全班都象着了魔似的，都做不好，就那次他发了火，我们一次都没有休息!因我的眼睛不能见强光，所以在后来的军训中我只能早上跟晚上去军训!

郝教官还是满照顾我的，只要太阳大了点就会让我休息，只要有大点的光就让整个班背对着光站，我们背对着光就意味着他要面对着光站着!训练的时候对我们的要求很严格，是不准我们偷懒的，不过只要我们做好了，就让我们休息!晚上大家一起活动的时候就教我们唱军歌，玩游戏!有时还能看见别的同学跳拉丁跟街舞!

12天说累不假，但过的也快!昨天中午送教官的时候那个场面叫个感人啊!许多女生哭了，不少男生眼圈也红了，教官们其实也就是空军雷达学院大三的学生，不少的教官眼圈也红了!一个教官说:\"不要这要样，我快忍不住了!\"

当我们跟郝教官合影的时候，那种感觉……当他们集合的时候，当他们报数的时候，当他们在饭前唱歌的时候，我觉得声音特别的响!我一个无意间晃了一眼，看见好多教官，也有我们的郝教官，一进他们吃饭的房间里，都用手擦了擦眼睛!

他们有的比我们大，有的比我们小，尽管他们也是大三实习的学生，不管怎么样，我都想说声:谢谢你们，辛苦了!

**一个星期军训心得体会篇八**

“星期三，我们航天小学五年级的同学要去洛带的“雏鹰基地”军训。赵老师这样告诉我们的时候，同学们都因为听到这个振奋人心的消息一蹦三尺高。我也高兴得叫着：“哇!好爽呀，终于可以军训了。”我盼望已久的军训终于来了，真让人迫不及待。

到了星期三，全体同学都“全副武装”地来到了学校开始等车，我也不例外，早早地来到了学校。看，同学们身穿红色校服，各个脸上都洋溢着灿烂的笑容，可精神了。带领我们班的教官穿着绿色的军装，看起来很严肃。教官开口说话了：“同学们，这三天的军训及社会实践活动都由我来负责。我姓黄，你们可以叫我黄教官。车马上就来了，同学们排好队跟我来，不许说话!”接着，我们按顺序上了前往“雏鹰基地”的车。在车上，既激动又紧张的我，心嘭、嘭直跳。

在这短短的三天日子里，同学们要离开我们的爸爸、妈妈，在野外生活。在这其中也有不少的酸、甜、苦、辣，可是也有让我们意想不到的收获。让我们一起，努力做一个“小军人”吧!加油!

转眼间，车就开到了目的地——雏鹰基地。在大门口，可以清楚地看见几个大红字“雏鹰基地欢迎您”，接着，黄教官就教我们字样叠军被以及牙膏、牙毛巾的摆放。然后就给我们安排了寝室，让我们知道哪里是垃圾池，哪里是厕所。忙了这些都要到吃饭时间了，我们排着队来到了吃饭的地方，“传凳子准备”黄教官一声令下，前五名同学马上用手按住凳子，准备随时向后一个同学交接。“开始”教官又说，前五名同学迅速地把一个接一个的凳子传到后一个同学的手中，依次这样传下去，所有同学都有了凳子，“放凳子坐，要保持坐姿”教官大声“吼”道，只见同学们马上挺起了腰，双手放在大腿上，一动不动，像个石人一样坐在凳子上。同学发下了碗筷，一个一个地去盛饭盛菜。“开饭”教官那洪亮的声音从耳边掠过，同学们双手捧着饭碗，狼吞虎咽地吃起来，我也不例外，拿起筷子就往嘴里猛刨。“哎!好烦呢!我最讨厌睡午觉了，要是现在我已经坐在家里柔软的沙发上，津津有味地看着动画片了。”旁边的同学不高兴地说。

是啊，我们是温室里的花朵，不经历风雨怎能见彩虹呢?我们要经受挫折才能顽强地成长，人也是一样，如果什么都一帆风顺的话，人生对你来说还有什么意义呢?如果你遇到一点小挫折就倒下的话，那你干什么都不能成功，因为做任何事都要付出代价的。

在接下来的两天里，我们学习了：坐姿、跨立立正、稍息立正等军姿。到了最后一天，也就是最让教官们辛苦的一天，我们要会操。大家早早地起了床，叠好了被子，洗漱完毕后，我们去食堂吃早饭。饭后，个个都精神充沛，我们来到操场开始练习。经过长时间的练习，我们已经是个“小标兵”了!时间飞速流逝，转眼间就到了下午，大家的心都像藏着一只小兔。马上要会操了，在台下三天的练习，在台上一下就看得出哪些认真哪些不认真，正应了那句话“台上十分钟，台下十年功”。

表演开始了，第一个是一班，第二个就是我们班了，我的新已经跳到嗓子眼了。“请航天小学五(一)班进行会操表演”指挥员在台上说。一班的同学用他们的真工夫得到了一片掌声。“下面请航天小学五(二)班进行会操表演”指挥员在台上说，该我们二班上场了，“我一定要为我们班争光”我一边走心里一边默默地想。到了最后一个动作的时候，我不禁舒了一口气，终于圆满结束了。

到了发奖状的时间了，我一听，没有我的名字，心里难免有一些不舒服，但我会努力的。

同学们说：“回家咯!”大家又坐上了车，离开了雏鹰基地。

在这三天中我最大的收获是：节约、效率。在和教官分别时，同学们流下了滚滚的热泪，在这热泪中，我看见了教官慈善的脸……

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