# 2024年小学军训心得体会100字左右(6篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-09-21

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么你知道心得体会如何写吗？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。小学军训心得体会篇一军训的时间在别人的眼中可能是很短很短...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么你知道心得体会如何写吗？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。

**小学军训心得体会篇一**

军训的时间在别人的眼中可能是很短很短的，但是，对于我们来说却是十分漫长的。在军训中你有怎样的军训心得？不妨和我们分享一下。你是否在找正准备撰写“军训心得体会小学”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

我在那里，当然是要吃苦的啦!有时你们把军训当成挣钱，你说挣钱也是要吃苦的呀!军训也要吃苦的呀!所以一想到这句语我就会坚持下去的，不会说累或者等一些不想干下去的活。

对，一定要干下去只要，坚持下去就一定会成功，默默我听到了这样的一句话。我们的老师——教官帮我们做了魔鬼训练，我们不敢轻易放松，可如果放松的话就会挨教官打，用铁棍打我们，在那里我们就有人挨打了好几次，我看到这一幕都不敢放松了，都挺胸，抬头、动都没动过。

对，只要坚持下去就一定会成功的。

军训的生活可真艰苦啊，尽然连肉也没一个。胖姐姐们可可以减肥了。

中午，迎着火辣辣的太阳去训练，这哪是训练啊，简直是虐待未成年儿童，让我们暴晒，还说让我们感受阳光的温暖，大地的炽热。

下午，不用军训，但宿舍却像在宿舍里蒸桑拿，闷出一身臭汗来，真让人受不了。

晚上，本以为可以洗澡睡一个舒舒服服的觉，但却还说要唱歌，好不容易熬过去了，教官又说要拉歌。

可以洗澡了，但洗这个澡是规定时间的，5分钟没到就要被人催一次，想洗干净些都不行。

反正，在军营里，除了抱怨还是抱怨。

谈到军训，由陌路到相识，再由结识到后来的依舍难分，经历了一个虽短暂却不缺乏情趣的阶段。现在依旧是品茶之味，似挽余香。

刚开始，懵懂的我只认为军训是由“热”，“苦”，“累”三部曲交织汇编的一篇愁苦乐章，任我怎样的修改其乐符，弹奏其旋律，也无法将其转奏为一篇和谐乐章，更无法舞动出那属于自己的美妙旋律。

激情七日，难忘的七日。持续一周的艰苦训练：在烈日的曝晒下，在雨水的浇淋下，使我彻底改变了对军训的种.种看法。虽在“热”，“苦”，“累” 三部曲中挣扎，虽有烈日的陪伴，雨水的“抚慰”，虽有教官的严格督促，虽有步伐的艰难行走与奔跑，但是依然能够体会其中的趣味，苦中寻乐，依然能够在汗水的背后微笑。

初到这一片陌生的土地，心中自有许多的放不下：放不下家乡的每一片土地，放不下家中的每一位亲人，放不下故土的一草一木;放不下母校的青树绿草，放不下三年的师恩难忘，友谊情深。怀着如此多的困扰在这儿也无法渲泄，而让我一向头痛的军训却解救了我，也许是我对这种军训的情有独钟，也许是怕做不好受到教官的处罚。总之，训练的时候，虽不是心中了无杂念，但却也是一心一意的训练，将所有的烦恼抛之脑后，也没有一丝的伤感，甚至觉得很好玩。

上个星期，全班同学以及所有四年级的班级都参加了一个活动——军训。我们回来后，一个个都深有感受，像摘到了一筐筐累累的硕果。

我觉得我学到了军人的敏捷、干净利落的办事速度。我还学到了军人那种“站如松，坐如钟，行如风”的军姿。虽然大家都还没有达到真正军人那样雷厉风行，英姿飒爽的风格，但我们的站姿，坐姿都有了很大的转变，干事情的速度也比以前提高了许多。这都是我们军训所收获的成果。

我们除了学到军人的风姿以外，我还学到了许多手工技术。如食品雕刻，做风筝，传统中国结的制作等。这些都是我们平常课堂上没学到的手工制作。

不仅如此，大家在野炊活动中体验了亲身动手做饭的乐趣和一日三餐父母在家做饭的不容易。每一盘香喷喷的饭菜都凝聚了父母对子女的关爱和辛劳。我们应该感恩我们的父母，尊重他们，爱戴他们!

这次军训我们可真是受益匪浅，它能让我们学到许多东西!

本站作文栏目为大家带来最权威、种类最多的关于军训作文、军训总结，希望大家能够喜欢。

我们在教官的指导下还学会了如何整理床铺。

哦，对了!我还忘记介绍我们的教官，我们的教官叫谢力军，我们都叫他谢教官。谢教官高大，身高有1.8几。谢教官自称是基地最会变脸的教官。谢教官还有几句口头禅：1、你们等着啊，你们完蛋了。2、教官很生气，后果很严重!

在基地的第二天晚上，我们看了电影《冲出亚马逊》。主要讲了1999年的两位中国士兵在亚马逊的猎人学校的故事。第三天，我们因为表现不好进行了魔鬼式训练，我们双手拿着装满水的水杯，双手台到肩膀的明年就回家位置，我们才台了几分钟就坚持不住了，可是我们还要台25分钟呢!宽宏大量的谢教官就放我们一马。晚上，累了一天的我们马上洗漱之后就睡了，晚上我们宿舍有些女生在自己的床上偷偷地哭。第四天大早，我们一想到明天就要回家了，我们高兴疯了，我们认真训练，晚上我们高高兴兴的看了一场联欢会，心里也希望第五天的到来。第五天中午一点多钟我们坐上大巴车就回到了我们亲爱的学校进行表演和表彰。

虽然，军训辛苦但是我们很开心，以前我们从父母的掌上明珠，变成了一个个小军人。这段快乐而有意义的时光我永远都不会忘记!

**小学军训心得体会篇二**

既短暂又漫长的军训生活这样结束了，但在我的记忆里已成为一颗耀眼的星星。

军训让我们体验了一次军人的生活，跟这比起来，我才觉得以前的军训跟旅游一样，轻松，毫无压力。每天只睡六七个小时，床上放着四四方方的豆腐块，不厌其烦地踢正步，不顾嗓子沙哑憋红着眼喊口号……这些都深深地刻在我们的记忆里。

军训不但培养我们的军人般的毅力，还培养我们的团结意识。在基地里，我们就是一条绳子上拴着的蚂蚱，不敢轻举妄动，不然就会牵连到其他人。没有争吵，没有不和，大家合作叠好被子，合作完成动作，一个人受伤或生病会受到所有人的关怀。这样的和睦相处，相互帮助，真是让所有人感到欣慰。

军训让人痛苦。一次次的惩罚，让所有人都疲惫不已。这种痛是我们这些“温室里的小花朵”很少体验到的。每天回到宿舍就跟一摊烂泥一样，不顾形象地横七竖八地趴在床上。晚上天气凉，稍微一不注意就会着凉，第二天还要吸着鼻涕带病接受训练，五天的训练，说长也不长，说短也不短，虽说每天腰酸背痛脚抽筋，但和同学们谈笑风生几句，也就麻木了，不痛了，这五天就这么痛苦又快乐的过去了。

军训让我们做事更严谨，效率更高。平常早上睡眠朦胧地让妈妈帮忙穿衣服，叠被子，现在一睁眼就是陌生的环境，随之而来的是身体发出的酸痛感。当然，我们没时间抱怨，一个鲤鱼打挺起来，马上开始整理乱七八槽的床，这种紧张感也是往常没有的。短时间的洗漱，短时间的吃饭，短时间的集合，总感觉时间不够用。我相信所有同学回去之后会更加珍惜时间，好好利用时间的。

还记得第五天我们离开的场景。结营仪式结束后，大家兴高采烈地回到宿舍，急急忙忙地收拾行李，整个宿舍充满了欢乐的笑声。这时不知道谁冒出一句：“突然有点舍不得这里。”是呀，虽然很苦，但也有感情了，气氛渐渐变得伤感起来。

我们拉着行李箱，不由自主地唱起教官教给我们的歌：“我是一个兵，来自老百姓，打败了日本侵略者……”看着教官少有的笑容我们更是感到不舍。

我觉得这是一次让我们印象深刻的社会实践活动，有哭、有笑、更增强了同学位之间的友谊，让我们受益匪浅。

**小学军训心得体会篇三**

五一前夕，学校组织了红心教育活动。让我们体验军营生活，来锻炼我们的毅力和耐力。

第二天，我们怀着好奇的心情来到了红心教育基地，放下书包，活动就开始了。教练讲了几点要求：1：军营很大，不要乱跑。2：如果要去那里要和教练讲。3：然后我们去活动了。

飞越天池——我们在飞越天池前站住了，我们脱下鞋子，开始了。我看见前几个易如反掌般的过去了，我心动了，可是事事难料，我因为没抓好掉了下去成了落汤鸡。

突破腊子口———我开始兴高彩烈，当我在细网上时我的双腿在颤抖，我担心我掉下去了，也担心网突然断了，但我一咬牙，下来了，我不敢相信我的勇气。

最后一个是智破八卦阵。我们被这个智破八卦阵的简单吵了起来。有人说：“这是诸葛亮发明的，一定很难。”有人说“：不对，一定是这边。”在争论中，我们还是走了出来。

这次军训给了我们深刻的印象。

**小学军训心得体会篇四**

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，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!

**小学军训心得体会篇五**

六月底至七月初，学校组织我们四年级全体学生参加了一次军训活动。这次军训虽然已经过去了半年时间，但在短短半个月的军训生活中，老师的关怀、教官的严厉、同学的互相帮助以及训练中的苦与乐让我终生难忘。

一进军营我们就听到一阵震耳欲聋的口号声：“欢迎新兵蛋子入队！”原来是老兵们在欢迎我们这些新兵。一下车一片宽阔的、绿荫荫的大操场出现在我们眼前，后面是一座大山，山边的树林枝繁叶茂，小鸟在树林中叽叽喳喳的叫着，仿佛唱着欢快的歌曲，欢迎我们的到来。我一下了就喜欢上了这里。

我被分到军训二大队四中队，与路博涛、肖阳等十个同学住在第二分宿舍顶层第三间，很不错的一间哦！大家一进宿舍就开始忙着整理内务，这时队长叫大家出来认一认本班的教官，我们班有两个教官，一个姓姚，另一个姓赵，他们两位都是参军多年的老兵了。

第二天一早期待已久的军训终于开始了：早晨六点钟起床开始半小时训练之后早餐接着是四小时的训练。十二点准时开饭之后进行一个半小时的午休。下午的训练更艰苦时间长达五小时直到六点开饭，六点半后进行四小时训练，一天下来训练时间就是十三个半小时。军训科目很多：第一周有行进分列式（正步）、站军姿、坐军姿。第二周有擒敌拳、海军旗语、交通手势。每一个科目都要求必须过关。刚开始的几天，真让人有点受不了，日复一日的训练，习惯了，就不觉得辛苦了。训练结束后，每天睡觉前的卧谈会都会准时召开，也最有意思了，同学们都会说一些搞笑的事，特别是路博涛讲的笑话，让你笑得合不拢嘴。军训期间不断有同学的爸爸妈妈来部队或者发短信请杨老师转达对同学的关心，这个时候我就有点想爸爸妈妈了，每当这个时候我就想起爸爸的话，鼓励自己要坚强。

检阅的时刻终于到来了，我们一大早就赶到训练场，反复训练着早已掌握的每一个姿势，因为今天马上就要见到爸爸妈妈了，每一个同学都想把最好的一面展现给爸爸妈妈。我看到爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、外公、外婆、姑姑和妹妹坐在检阅台上了，心情非常激动，但我不能和他们打招呼。检阅式开始后，我们按照教官的命令完成了所有的检阅科目，取得了军训的最后胜利，终于可以和爸爸妈妈在一起了。

回想半个月的军训生活，我突然觉得自己长大了，对爸爸所说的“自尊、自立、自强，独立地面对生活。”有了进一步的理解，军训生活让我受益非浅，终身难忘。

**小学军训心得体会篇六**

今天是军训的第二天，我早早的起了床，来到学校。

上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

就这“立正”就让我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。

我实在是受不了了，手也在不自觉地准备擦汗。可就在这时，教官走到了我面前，刚抬起一点点地手又回到了原位。我的心“怦怦”至跳，还以为是我抬手被教官发现了呢。可教官抬起手，手里握着一叠面巾纸，另一个手拿出一张纸。为我擦干了眼睛上的汗，又给我擦了额头、鼻子上的汗。

擦完汗，教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有所不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人。

其实，教官也有温柔的一面。

今天是我们训练的第2天。

下午，同学们都兴高采烈的来到了足球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就象带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人一样！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浃背，看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

在我们的心中，军训是一件艰难的事。不过我相信，只要我们努力，不怕苦不怕累，这十天很快就会过去的。正如教官说的那样：流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队。只要我们发扬这种吃苦耐劳的精神，八天后我们就是另一种新面貌面对班主任。

挥挥衣袖，用微笑告别今天，用崭新的面貌面对明天，向自己发出挑战，向八天后的自己预约一个奖赏，相信自己是最棒的！！

怀着一丝紧张，带着些许期待，我走进了一中的校园。她的古朴中透者现代，她优雅稳重却不失青春活力。浓浓的书卷气息将我包裹，差点忘了此行的目的——军训，也许苦日子才刚开始。

在三伏天，在烈日下，我们不再是温室的花朵，而是那一排排青松，挺拔笔直。

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，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，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。

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，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

令人难忘的军训就如同一本记录我们成长足迹的特别的词典，内

容丰富多彩。

关键词1：苦并快乐着

我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了第一天军训，我才体会到：军训何只是一个“苦”能描述？那要求严格却和蔼可亲的教官；那经过多次艰苦训练而取得的进步；那飘荡在校园内的洪亮的歌声……这些不都是快乐的痕迹吗？军训固然辛苦，它就像攀登高峰，那“苦”是路上的荆棘，但更多的是快乐——那沿途的风景。

关键词2：教官

关键词3：坚持

炎炎夏日，当我们如一棵棵劲松军姿站立时，无人不是“汗流如注”；当我们不断得重复着枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。有的同学在身体不适的情况下经休息又重新踏上了这没有硝烟的战场。一中的新同学可以自豪地宣告：“坚持”成为了我们军训的主旋律！

这本特殊的“词典”才拉开序幕，相信在今后的日子里还会出现更多的精彩。让我们用热情和信心来迎接新挑战吧！

军训“词典”（2）

关键词4：教训

关键词5：军歌

我们的军训从不死气沉沉，因为那洪亮而节奏明快的军歌不时地响彻在一中的校园里。学唱军歌成为了军训中最轻松愉快的时光。教官们铿锵有力的领唱声中流露出了他们对当军人的自豪。这情怀感染着每一位同学，大家都尽了最大的努力唱出了最响亮的军歌。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢……”也许是教官期望我们能团结一致克服困难吧，无论如何，这嘹亮的军歌 将激励着我们努力圆满地完成军训。

精彩还在继续，明天在这军训“词典”里又会增添哪些词呢？

又是一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留的散发所有光芒。我们伫立在烈日下，当我站着军姿，几丝热流飘过脸庞，留下的是一颗颗闪亮的汗珠。我向上瞟了一眼，那可恶的太阳似乎担心我们看不到它的强大，突然感觉刺的眼睛好痛。而军姿一站就是半个小时，整个身体早已麻木，膝盖处发酸，脚底下如一团火在不停的燃烧，背、腰、肩如针扎一般疼痛。就连盼了1个小时的喝水时间还要用全劲跑步，才能不是最后一名，避免所谓“跑圈圈”的噩运。

军训不光是磨炼了我们个人的意志品质，也培养了我们的集体荣誉感。让我们从生疏逐渐走向熟悉，慢慢变的默契。因为在以后的学习生活甚至工作时，都不是独立的，我们的成长离不开集体，我们需要在入学之前通过军训来培养集体荣誉观，培养同学与同学之间的默契，这也许能在以后的学习中让我们互相帮助、共同进步，这是军训的意义之一吧。

来之不易的赞扬

累

自从来到第一中学开始军训，所做的每一件事，都让我们知道我们不是被疼爱的小公主、小皇帝，以后只有靠自己，不可再有任何的依赖。

军训，或许就是考验一个人吧，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。如果真是那样，我一定要完成教官说的每一个动作，做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。“吃得苦中苦，方为人上人。”为了自己美好前途，吃这么一点苦又算得了什么呢？我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我对自己充满信心，永远永远都会。

中国武学博大精深，讲究一个循序渐进。军训也是同一个道理，动作由易到难，就连教官的态度也越来越严肃。真不敢想象未来的日子里还有多少风风雨雨。

挥挥衣袖，用微笑告别今天，用崭新的面貌面对明天，向自己发出挑战，向十天后的自己预约一个奖赏，相信自己是最棒的！！

教官安静的坐在地上，低着头，手一下下地锤着地面。没有看到他的脸，但我想他的眼神一定很茫然。没有多少人注意到你，在别班响亮的歌声中，你的身影显得很渺小。

对不起，刘教官，我们又让你失望了。

在我们唱完歌后，你一句“声音小了”，我们的心就凉了半截。知道我们是你带的第一批学生，你很想把我们带好。可是我们一次次的让你失望，确实很打击你。

六班的战友们，大声喊出来好吗？？？我们真得做不到吗？不，我们也曾经让如雷的口号声响彻整个操场，拉歌是扯着嗓子盖过别的班，然后带着胜利的喜悦高呼……大声喊出来吧，让我们的声音如潮水，习卷每一个角落；如闪电，干净利落；如高山，坚定而有力度。

为了六班，齐声呐喊！！！！

我是一个兵

累啊，累啊……

下午，闷热又加剧了，厚厚的云翻滚而来，吞掉了太阳。不久灰色的天空就响彻滚滚雷声。

齐步

可出乎预料的是，我们班并没有受到表扬……沮丧啊沮丧。听了教官的讲评，意外变成了叹息，不如就是不如，客观、主观因素再多，也不能成为借口——军队中没有借口，只有执行，成功地执行！

今天没有下雨，雨水被生生压在阴霾中，埋住了……

记忆中，汗滴里有痛的声音……

——题记

心情因人而遇，而精神却是上帝抚慰我们痛的手，狠毒的阳光在这个时候蔓延，蔓延。但我知道痛楚正是提醒我门正在生存的最好的证据。

一滴汗从脸颊划落，在空中自由陨落，最终打在地上，支离破碎。静静的操场上我听见 汗里有通的声音。

抬起头，看见镜中的自己。

走到镜前，发现自己拥有一些近似军人的魂魄。

我看着她，她嘴角上扬，她在笑…

我缓缓地伸出手，轻轻地扶摸镜中的自己，想得到一丝的抚慰：

记忆中，汗滴里有没有痛的声音？

有,但那已蜕变成美丽!

后记：

我不会忘记

我在追逐的

就是那痛的声音带给我的美丽!

军训进行到了第4天，每一次的训练开始前，教官总是要求我们站15~30分钟的军姿。所谓军姿，顾名思义，就是军人的姿态：立正站直，目光上仰，重心前移，双手紧贴裤缝。动作虽然简单，但是在炎炎烈日下，坚持不动的站上这么一段时间却不容易。体质好点的会是满头大汗，龇牙咧嘴；虚点的往往直接喊报告要休息，还有人连报告都没机会喊就晃晃悠悠，直接昏倒。几乎每一站次军姿都是一次折磨，但是在今天下午，在第八次享受到这种军人的洗礼时，第一次没有人倒下。准确的说，站完这次军姿之后连抱怨之声也少了许多。军训的内容依旧，但是同学们的态度已经有了变化，变的积极了许多。这才是军训，受苦受累只是过程，自己积极的变化才是最终的目的。我们今后的生活，也会因此而受益。

钢铁意志

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。

军训随想

一年四班陆杭

在夏日，燥热的日子里，我们开始了军训的第三天。

仍旧是纯净的天空，却又肆意地放纵着烈日，让它毫无忌惮地覆盖整个大地。只是在校内的小路上，留下一片绿荫。

在这一条小路上，我们曾经开始了军训的第一天，在这条小路上，我们挥洒了我们在一中的第一份汗水，付出了我们在一中的第一次努力。我们的努力，随着这条悠长的小路，慢慢延续。

《5》《6》

第三天，我们来到了操场。

满眼的绿色。天空仍然是那么的纯净，纯净地看不到一丝云朵，只有那蓝蓝的天空。

军训时，静静地站在广阔的操场上，只觉得一张张渐渐熟悉的面孔，在我的身边纹丝不动地站立，我只是他们其中的一员。

炎热的天气，丝毫不能动摇我们坚定的信念，我们在心中默念，坚持下去，永不言弃！

我们站立着，烈日不能催垮我们的意志，因为现在，我们都是一中人。

坚持不懈，这就是一中人应有的信念！

在烈日中，我们挺立着，九百五十个身影，在操场上刻下了一个个大写的人！

昨晚突降的暴雨并没有驱散丝毫暑气，今天仍然是烈日当空，但火热的天气丝毫不能减退我们更加火热的热情。

毫无疑问，此时在每个人的内心中，军训就是意志的考验和磨练。因为这是一场对手是自己的战斗，所以我们都有不能输的理由，能够坚持，那么你就是胜者。宽阔的操场成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道风景。

整齐的队列，笔挺的身姿，是我们用意志描绘的风景。我们磨

炼的是非凡的毅力，较量的是超常的体力，拼搏的是出类拔萃的耐力。听！耳畔拂过的清风在为我们喝彩。看！似火的骄阳在为我们加油。时间伴着汗水从指间滑落，这是意志的考验，每一个身影，充满着执著和坚定。

震天

的呐喊，嘹亮的歌声，是我们用声音描绘的风景。“一，二，三，四——”洪亮的番号声在操场上空此起彼伏，久久回荡。那声音仿佛能穿透的云层，用我们的豪气和热情感染头顶的烈日。愉快的歌声缓解了军训紧张而严肃的气氛，我们认真的学习平时并不熟悉的军旅歌曲，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。

勇敢地挑战自我吧，挥洒汗水的同学们！炎炎烈日下，广阔天地间，时间早已见证了我们坚定的意志。只要我们坚持到最后，我们就是胜者，就是这道美丽的风景。

今天是军训的第三天，虽然天空依旧是烈日中升，暑气蒸人，但我们仍然精神抖擞，如笔直的行道树一般伫立在操场上卖力地训练着。

晴空万里，天上没有一丝云彩，炙热的骄阳猛烈地烘烤着大地，把地面烘烤的滚烫滚烫，一阵风吹来，从地上卷起一股热浪，火烧火燎的使人窒息，旁边的花草树木早已被晒蔫了，无精打采的低垂着，但我们都纹丝不动的站着警姿，勇敢地同太阳作对，任凭汗水打湿衣襟。

下午快放学时，首长说，要对我们这三天来的训练进行一下测验。终于到了检验我们的时候了，我们当然要卖力地为班级争光，于是我们斗志昂扬地走进赛场，满怀信心的憧憬着受到表扬。

“向右看齐！”教官严肃地发出口令后，我们齐刷刷地把头向右摆，脚也不停地跺着小碎步。首长竖起大拇指，夸我们小碎步跺地响亮。接着，教官命令我们齐步走，“一二一，一二一”我们在心中默念着，担心走错步伐。“大家看，他们步子迈地多么整齐啊！”首长赞扬我们说。其他班级的同学都为我们鼓起了热烈而持久的掌声，这时我们每个人的心里都乐滋滋的。最后，首长在总结上又一次肯定了我们的训练成果。

看来这几天我们的辛苦没有白费，终于得到了首长的肯定和赞扬，我们会继续努力，在以后的训练中更加刻苦卖力，争取在最后的汇报表演中取得更好的成绩！

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