# 2025年军训心得体会第二天 儿童军训第二天心得体会(优质19篇)

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2025-08-01

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。军训心得体会第二天篇一第一天的新鲜感已经渐渐消散，我和同学们...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

**军训心得体会第二天篇一**

第一天的新鲜感已经渐渐消散，我和同学们继续踏上儿童军训的征程。在这第二天，我们集体感受到了许多新的经历和体会，从而更加深入地理解到儿童军训的价值所在。我在这篇文章中将分享我在儿童军训的第二天所获得的一些心得体会。

首先，儿童军训的第二天我们进行了更为刺激的体能训练。早上，我们全体集结，进行了一场晨跑。刚开始时，我感到有些吃力，但教官鼓励我们坚持下去。经过一个多小时的晨跑，我感到身体渐渐适应，而且也不再困倦。在枯燥的一分钟一圈的晨跑中，我意识到持之以恒的重要性。通过比较、分享和交流，我们队伍中的同学们找到了一路坚持下来的动力和坚定。这让我认识到，只有通过持之以恒和团队的力量，我们才能更好地完成任务。

其次，我在儿童军训第二天观察到了队员之间的互助精神。在一个任务中，我们被要求拉着一根绳子，跨越一条宽户外沟。有些队员很容易就做到了，但有些队员因为害怕或技巧不够，卡在了中间。这时，我看到许多队友主动上前帮助困难的队员，搀扶着他们一起完成任务。这一幕让我感到欣慰，也深刻地体会到团队合作和互助精神的重要性。通过合作和互助，在短时间内我们顺利地完成了自己的任务，这是每个人都为之努力的状态。

第三，我在儿童军训的第二天更加深入地了解了纪律性和自律性的重要性。在一个特定任务中，我们每人都被要求按时完成一项任务。不仅仅是完成任务的内容和细节对我们的纪律要求颇高，更重要的是我们必须自觉地严守规则和时间。这让我认识到，纪律性是每个成功的背后，需要每个人自觉遵守和付出努力的基础。只有自己严格要求自己，才能更好地完成任务并达到更高的境界。

最后，通过儿童军训的第二天，我明白到目标意识和团队意识的重要性。在儿童军训的过程中，我们每个人都有自己的目标和期望，但只有当我们把个人目标融入团队目标时，才能更好地发挥个人的潜力和优势，同时也能让整个团队更加紧密和协同。我们队伍中的每个人都只有在意识到团队目标的重要性，并为之付出努力的人，才能够真正意识到个人的价值。

在儿童军训的第二天，我们不仅仅是完成了任务，还获得了许多宝贵的体验和体会。通过体能训练，我们学会了持之以恒；通过互助精神，我们认识到了团队合作的重要性；通过遵守纪律和自觉自律，我们明白了成功的基础；通过设立目标和巩固团队意识，我们发现了更大的价值。这些心得体会将伴随着我们在儿童军训中的每一天，并且会在我们的生活中产生深远的影响。

**军训心得体会第二天篇二**

军训，是每一位大学生必经的一段经历。它既是对我们生活纪律的一种考验，也是对我们意志品质的一次磨练。而在第二天的军训中，我深刻地体会到了许多东西。

第二段：思考与收获。

第二天的军训中，我们继续学习站军姿、起落身法、正步等基本动作，更加形成了军人式的举止。同时，还进行了一些有趣的集体活动，例如做游戏、进行相互挑战等。这样让我们可以在轻缓的心情中，更好的感受到身心上的锻炼。在这些活动之中，我不仅收获了热爱集体的勇气和意识，也理解到集体的作用是非常重要的，今后要更好地珍惜并保护。

第三段：团队精神的体现。

第四段：感悟与受教。

在这个过程中，还有很多值的思考的问题，例如学会认真思考问题后才行动，对于出现的困难不应急躁处理，而是应沉淀心态，静观其变。协调保持队形，这也是在集体活动中很容易出现的问题，每个人的步伐速度不同，如何在不影响其他的情况下，保证整体效果，是一个需要耐心思考的问题。同时军训、团队精神，实现总目标更是一次励志教育，虽然难度较大，但是收获更大，我牢记这个经历，将成为我未来学习与成长的资本。

第五段：结语。

总之，这次军训是一次过程，既有队员个人的力量，思维以及感性魅力的展示，也有整个集体的团结，协作与配合的呈现。从其中，我们可以看到的不仅是个人上的磨练，而是人与人之间深层次的沟通与参与。只有这样，我们才可以最后走得更远，实现更高的目标！

**军训心得体会第二天篇三**

第三段：军训中对自我的认知。

第四段：军训后对未来生活的思考。

第五段：结束语。

第二天的军训，我感受到了身体和心理上的变化。虽然身体上的疲惫让我感到苦恼，但是思想上的变化也是显著的。我发现我有了更高的责任感和对团队的认同感。在紧张训练和严格要求中，我意识到了规律的重要性，也为自己树立了目标。更重要的是，我学会了坚持不懈的精神，这种精神可以支持我在未来的学习和工作中更加努力。

通过这一天的军训，我获得了许多成长和收获。我学会了如何健康、快速地行进和跑步。通过教官的指导，我也学会了不断地挑战自己，面对困难，迎接挑战。在训练中，我也体会到了团队的力量，每个人都在发挥自己的优势和承担自己的责任。在跑步比赛中，我们组的每个人都尽了最大的努力，这个成功的结果让我们更加相信团队的力量。这样的收获和成长可以引导我在未来的道路上更加自信和坚定。

第三段：军训中对自我的认知。

军训让我对自己的认知更深刻。我发现，我实际上能比自己想象的做得更多，承受更多的压力和负担。我在军训中学会了如何面对自己的弱点和不足，不断改善自己的表现。我发现，自己可以越来越好，可以变得更有耐心和毅力。这让我更加勇敢地面对未来的挑战和不确定性。

第四段：军训后对未来生活的思考。

通过这两天的军训，我意识到了很多，对未来的生活也有了一些思考。首先，我更加相信自己，我相信我能够完成更多的任务和挑战。其次，我也意识到了规则、纪律和常规的重要性。我要学会在生活中以更加认真和负责的态度去对待每一个小事。最后，我发现了团队的力量，这让我知道在未来的工作和生活中，我需要与他人更加合作和协调，而不是孤立地行动。

第五段：结束语。

通过这两天的军训，我学习到了很多。我学会了成长、坚持、认真和团结。我相信这些理念可以指导我的未来，让我更好地迈向成功的道路。我感谢军训让我有机会学习和成长，希望我的思考和体验可以对正在军训中的同学们有所帮助。

**军训心得体会第二天篇四**

第二天的军训明显比第一天好了很多，但不变的依旧是那眩晕的阳光，咸咸的汗水，和酸痛的四肢，这就是对我们的`身体素质与团结精神的考验。俗话说：“不禁一番烈日烤，哪得钢铁意志成。”

今天主要复习昨天的动作和学习原地踏步和齐步走，训练的难度也比昨天大了许多，双手与双脚不停地摆动，汗水也不停地往下落，构成了操场上一幅壮观的景象。

我想，或许只有经过了这样的训练，我们才能从那些所谓的“公子”，“小姐”中蜕变，才能在今后的人生道路上承受风雨，经受住挫折的考验，在遇到困难和挫折的时候能够从容冷静地面对。

的确，军训是辛苦的，但却辛苦的美丽，魅力的让人难以忘怀。在军训的时候，我们和教练在烈日之下同甘共苦，他对我们的每一个动作都要求严格，一旦发现我们的动作有哪里不规范，不到位，即使是很小的偏差，也会细心点给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。当我们疲劳时，他还会给我们讲一些笑话让我们放松一下。

不经历风雨，哪能遇见彩虹，没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香?

“团结就是力量，这力量是铁，这力量是刚……”训练结束时的嘹亮歌声至今都围绕在我的耳畔。

**军训心得体会第二天篇五**

军训第二天的清晨，我们就感受到了整个身体的抗议！暑假长久以来缺少运动的身体在发出酸痛的悲鸣。虽然听到了起床号角，但是实在是——做不到啊！可是当我们的脑海中浮现出教官黑着脸的微笑，我们就就算在床上睡着也感觉到了一丝不安，只能拖着疲惫的身子从舒服的小窝中爬出来。操场中，看着我们虽然不够整齐，但是至少没人迟到。教官点了点头，然后就开始了第二天的训练。

第二天的上午的训练和昨天一样，主要是为了复习昨天学过的内容。可是不知是怎么的，有些同学睡了一觉却像是重置了一样，明明已经练好的动作却又出现了错误！为了重新训练好，我们又花了不少的时间。但是在这段时间中，并没有人抱怨，反而是很多周围的同学再给他们指导和鼓励。

在努力过后，终于我们又回到了昨天的状态，不过食堂现在也开饭了，教官只能就此作罢，让我们先去补充肚子里的存货。

在食堂中，我又发现了自己的另一个变化。虽然之前没有发现，我在食堂吃饭的时候都没剩下了！过往的我总是会留下不少剩菜，不知是因为身上这身军服的责任感，还是因为实在是饿的狠了，总之，这确实是一个好方向的转变。

下午的军训中，我们虽然学会了新的动作，但是疲劳也相对的增加了。而且在训练的过程中，我们队伍的配合能力也越发的强大，新动作的达标率越来越高，连教官想拿我们找乐子都机会都少了。这个变化无无疑是伟大的！至少让我们看到成长之后，训练起来也更加的有劲了！

晚上，我们回到了宿舍，疲惫的脱下了厚重的军训服，回想着这一天的训练。虽然苦累，但是也渐渐的体会到了军训中的真谛。听着周围同学的抱怨声，都开始觉得安心起来。就算是在一起抱怨军训，这也是给我们了一个共同的话题，让我们能在交流中加强了联系。希望在今后的军训中，少一些劳累，多一些趣味。但是我们都知道，现在的这些苦难，到了最后，都会成为我们离开军训时的不舍。

**军训心得体会第二天篇六**

今天是我们军训的第二天，我们学习了健步走。

皮肤晒黑了，嘴唇咬烂了，脚站酸了，这又算得了什么？一个人的意志没有经过苦难的砥砺，就不会以一个强者的姿态站起来，就不会懂得奋斗的乐趣，不会理解成功的艰辛。严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点。

健步走是在军姿行走的基础上，以肩关节为轴自然的前后摆臂动作，还要把手臂抬高，后面的手自然往后排，要达到自己的极限。我们从30秒一次的换臂摆臂训练，到教官说一个数，我们换五下胳膊的摆臂训练，以及加上脚步的一排一排的健步走训练。从上午到下午，我们班没有一个人去旁边单独休息，我们都坚持下来了。教官告诉我们:一个人练好健步走很简单，可是一队、一排人练下来，却是需要很大默契。

漫长的军姿，踏不完的健步走，挨不完的训斥，使个个脆弱的我们慢慢变得坚强。严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，是坚强。

我们需要团队精神，每一个步伐，每个口号。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍。“只要功夫深，铁杵磨成针”尝试毅力让我们渐成一个集体，一切就会成功。

曾几何时，从电视中看到检阅兵队时，军人们个个都雄纠纠，气昂昂，动作相当干脆、利落、漂亮，部队整齐得令人叹为观止。当时头脑中就想：怎么训练得这么优秀?怎么做到步伐、手势一致，连口号都叫得雄浑有力呢?现在我们要为期十五天大学军训去体验军人生活.而对与我们学子来说属于一种新的生活。我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的。他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的\'性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光!激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。总之，通过这次大学军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念;提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质!

我们会记住这几天的大学军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们最大的收获，让我们一起向逝去的时光说声bye-bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

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中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训?军训有什么好处呢?”军训能使我们养成不畏困难的精神;使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人;也只有这样才能是中国的未来不致落空。军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。

热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗?于是我就咬着牙，硬撑了下来。

**军训心得体会第二天篇七**

第一段：简要介绍军训的背景与目的（约200字）。

军训是大学生活中不可或缺的一环，一般在大一暑假或者开学前开展，旨在通过集训、体能训练、阅兵等方式，提升学生的组织纪律性、体魄素质，增强学生的集体归属感和责任感，同时也锻炼学生的意志品质和心理素质。军训要求学生们按时入营，遵守规定，外出时要爱护营地环境，听从教官指挥，展现大学生的优秀素质。

第二段：分享军训第一天的体验与感受（约300字）。

我记得第一天军训的时候，很多同学都因为紧张与不适而表现的不太自然，在开场的教官演讲中，我看到了他们的焦虑和不安。但是随着第一天的训练，我发现我们开始变得亲密起来，彼此之间的陌生感渐渐消失，变成了团队伙伴，我开始享受抬头挺胸的训练态度带来的自信，那种自信是不是每个人能够感受得到的呢？虽然训练很辛苦，但我逐渐发现，锻炼的幸福感很快就会抹去疲惫感，我后来明白了，那些训练和体能锻炼是为了让我们变得更强壮，更耐力，在军事训练也是生活的无处不在，要养成习惯，每天都保持训练的状态。

今天是军训的第二天，我发现相比第一天，今天的训练开始加强了，教官带领我们进行全天的体能训练和枪操训练，虽然训练强度增加了，但是却没有人逃跑。我们一直保持着队伍的整齐与心态的平和。这种精神，让人感到很强大，就像在打羽毛球时，当你击中了一个好球，你的心情就会变得很愉悦，这样的心情也是此刻带给我们的。今天的训练，让我明白了，不仅是在学校，原来在不同的环境中，我们都需要一个团队来协助共同完成既定目标。团队作战，关键在于每一位成员的团队意识和依靠，而对于大学生活来说，这样的心态确实应该得到高度重视。

第四段：分析军训对大学生的影响（约200字）。

军训对于现在懒散的大学生来说是非常有必要的。因为很多同学在平时的生活中，习惯了自由自在地生活，容易放任自己，缺乏纪律性和责任感。而通过军训这样的训练，可以让同学们融入到一个更严格、更自律的环境下，这样有助于其培养一个正确的生活态度和价值观。此外，对于普通大学生来说，军训极大地提高了他们的身体素质，强化了他们的意志品质，更加清晰地认识到自己的能力和潜力，成为了未来挑战的有力支撑。

第五段：总结体会，展望未来（约100字）。

军训的过程虽然辛苦繁琐，但是却带给我们思考，带给我们认识，是一次不可思议的体验。未来的路还很长，在这漫长的道路上，我们不能停止前进。学习，生活，工作都需要我们主动放手更多的责任和义务，如果身上没有了生存的欲望，我们就变得毫无意义。我们将为明天的可能性而努力，相信未来一切都是美好的！

**军训心得体会第二天篇八**

第一天的军训，各种新鲜又紧张的感觉让我难以入眠。而第二天的军训，我已经逐渐适应了这种环境，慢慢地也开始体会到其中的价值和意义。通过这一天的学习和训练，我深刻认识到了团队合作的重要性，同时也意识到了自身的不足之处。我明白，只有通过日复一日的训练，才能真正的提高自己的素质和能力。

军训的第二天，我们开始了体能训练，这也是我最为困难的环节。早上六点，我们集结在操场上，开始进行晨跑。一开始，我的腿脚还是有些僵硬，但是随着时间的推移，我的身体逐渐热了起来，同时也感受到了身体的不适。然而，在教官严厉的口令下，我坚持着一步一步地前进。晨跑结束后，我们又进行了一系列的力量训练，这其中包括俯卧撑、仰卧起坐以及墙壁蹲等。通过这一系列的训练，我发现自己的体力不尽如人意，急需加强锻炼。回到宿舍后，我立即制定了一个科学合理的锻炼计划，希望能提高我的体能水平。

军训中，最令我触动的是团队合作的重要性。在机动队列训练中，我们需要按照教官的指令，迅速进行各种动作。而在这过程中，一个人的行动不仅仅影响到自己，还会影响到整个队伍。经常会出现有人没有按时行动，导致整个队形被打乱，教官加大了对整个队伍的训练强度。通过这一过程，我明白了团队合作的重要性，每个人都要时刻保持注意力和集中力。只有全员配合默契，才能更好地完成各项任务。我也深深地体会到了团队合作的力量，只有紧密地团结在一起，我们才能在面对困难时迎难而上，取得最后的胜利。

军训第二天，我也发现了自身的一些不足之处。比如，在队列训练中，我经常出现身体向前倾的情况，导致了原本整齐的队形被拉开。教官对这一点进行了严厉的批评，让我深感惭愧。回到宿舍后，我认真地反思了这个问题，并利用晚上的时间进行了一些练习。通过不断地调整身体的姿势，我渐渐地找到了合适的方法，也让自己的动作得到了改善。我深刻地认识到，只有不断地改正自己的不足之处，才能提高自身的素质和能力。

通过这一天的军训，我明白了军训的意义和价值。军训不仅仅是为了锻炼我们的身体，更是为了培养我们的意志品质和团队合作精神。只有通过每天的坚持和努力，才能在逆境中不屈不挠，最终达到目标。而这种意志的培养，对于我们未来的发展和工作中也是非常重要的。通过军训，我不仅提高了自己的体能水平，更培养了自己的坚强意志和团队协作精神。我相信，在未来的学习和工作中，这些品质将成为我取得成功的基石。

参加军训第二天的心得体会，让我更加深入地了解到了自身的不足和团队合作的重要性。通过每天坚持的训练，我相信自己的各项能力会不断提高，最终实现自己的目标。同时，我也体会到了军训的意义和价值，培养了自己的坚强意志和团队协作精神。我相信，在未来的学习和工作中，这些品质将成为我取得成功的基石。

**军训心得体会第二天篇九**

军训第二天心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的军训第二天心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【军训第二天心得体会精品9篇】，供你选择借鉴。

记得第一次的军训是在高一开学前,感觉那时候的我是个很守纪律的思想很单纯的孩子,在感觉有点累的过程中度过了人生中的一个军营生活,在后来我心理就对军人产生了些许的恐惧感,恐惧再去尝试那没自由,规则烦躁的生活。

几年后的今天,我却对军人的生活有了些的向往和钟情.也许是几年来的高中经历改变了我的许许多多.我痛恨我高中的散漫的生活所带给我的惨淡的经历以至所结下的果.渐渐我对军人的有条不紊的生活产生了向往,要是我的学习生活等一切都能想军人那么的有纪律,那么的迅速和有效率的话,那我的人生绝对会比现在更加美好。

今天,当我再次踏进那块沉寂的草地上时,我内心却有了一种说不出的伤感之情,可能是伤感我现在的不合自己心意的处境,亦或许伤感几年前那一次的军训并没有带给我人生中的帮助。

和高中的军训一样,开始就是军训的动员大会,一切都那么熟悉,好象回到了三年前的那一幕.不同的是周围的人,周围的环境,还有周围的很多很多.有过前次的经验和同学熟悉的面孔前提下,对军训不再有了太多的好奇与兴奋.不同的是怀着一个目的而来,希望能通过军训让我去很深入的接触到军人所忍受常人所不能忍受的磨练,去锻炼出我所要的处事处物的心态——一种坚韧不屈,无所畏惧的心态。

今天的训练主要是军人的一些基本动作要领,可是这些在我们常人眼中是那么的不屑一顾,我们却花了一天的时间才能凑合算完成任务.这就是人所追求一种完美和精益求精的过程.在我们的生活中,更加需要的是这种心态,在追求自己梦想的道路上,我们难道能让自己放松下来,堕落下去吗?停滞不前就相当于向死亡靠近了一步,人就应该在面对人生的过程中,使自己犯的错误减少到最低,精彩的人生就是一个追求完美的过程。

盼望已久的军训最终开始了。绿色的服装，绿色的帽子，再加上绿色的胶鞋，我们陶醉在一片绿色的海洋中。大家都说，军训会很苦很累，它不但会晒黑你的皮肤，并且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。

在军训时我们总会埋怨：时间仿佛“度日如年”;身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨;教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷，可此刻觉得以前的种.种苦恼是多么的幼稚。军训是对我们的一次洗礼，更是对自我的挑战。军训必然要出去训练，但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浃背了。

军训的日子就把自我当部队的军人看待了，在那里有种命令叫绝对服从，在那里有种纪律叫绝对严明，虽然军训充满条条框框，可是，却足以把人训练得堂堂正正，在那里，没有个人魅力，仅有团结的力量。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样能够品尝出浓浓的滋味，每一次的坚持到底都会让我有超越自我的惊喜感受。军训让我体会到了军人的感受，我已经没有理由抱怨生活的枯燥无味，相反，我们应当每一天都过得充实而有意义。军姿展现的是军人的风采，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。因为我们的教官，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，因为有这样一个群体肩负着比我们重十万倍的职责，因为有种生活比我艰苦十万倍。

军训只是逝去了我们青春年华的一点点，磨练了我们的意志，把我们的生活推到了极限，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，先被洗刷，然后逐渐沉淀直至融入我们生命的最底层。

令人难忘的军训就如同一本记录我们成长足迹的异常的词典，资料丰富多彩。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提高;那飘荡在学校内的洪亮的歌声，这些不都是欢乐的痕迹吗?军训固然辛苦，它就像攀登高峰，那“苦”是路上的荆棘，但更多的是欢乐，那沿途的风景。

在军训中，我第一次接触了在自我印象中有一层威严“面纱”的教官。我却惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官年轻而充满朝气，又不失军人的威风。他们以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中的“冷酷”仅有满腔热情，教官们以他们的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩。

军训让我品尝了许多的酸甜苦辣，我愿意把这短短的军训生活当成我生命中的完美回忆。

今天，是我第一次参加军训，也是与北大附中初一(5)班的同学相处的第一天。

军训的地点是在河北怀来的军训基地。等我们坐着大巴车千里迢迢的来到军训基地，并且吃完午饭后，紧张而艰苦的军训生活就开始了。

训练的第一个项目是站军姿，烈日下，有的同学因为身体的不适晕倒了，有的同学依然坚持着……汗水从头上顺着脸颊滑到下巴，再浸湿衣服。站完军姿，我们又参加了稍息、跨立、抱腹走等训练项目。

时间过得很快，一眨眼就到了晚上。吃过晚饭后，班主任李老师带着全班同学做游戏，好让大家各自熟悉一下。忽然，传来一个消息：学校要选合唱队员，让我们班去食堂。很幸运地，我被选上了。

伴随着我们欢快的笑声，我们一起度过了这劳累但却快乐的一天。

灿烂的八月，刚踏入曙光大门的少年们，怀着对青春的憧憬，迎来了中专生活的第一步--军训。

为培养学生的国防意识，帮助他们树立坚强的纪律观念，以尽快适应中学紧张有序的学习生活，我校于8月25日至30日开展了新生军训活动，经过一周的锻炼，我校的军训工作取得了良好效果。

我们在新生报到时就提出了军训的严格要求，男生平头，女生短发，统一着运动服，军训期间准时出操，不准无故缺勤等等。

从8月25日开始，在教官和老师的带领下，全体新生以昂扬的精神面貌投入到军训中去，有些同学体质差，在大运动量的训练中累倒了，但他们稍稍休息，又坚持了下来。在教官们的指导下，同学们学习了简单的基本军姿训练，立正，稍息，向左转，向右转，正步走等，又学习了三套广播体操。同学们从这看似简单的军姿训练中，也领会了更加深刻的内涵，它不仅表现了当代军人攻无不克的集体主义精神，展示了人民军队战无不胜的钢铁纪律，也折射出绿色军营中好男儿志在四方的远大理想。

五天来，他们强健了自己的体魄，口号响亮、步伐有力的强健的军人，也使自己有了坚强的意志。同学们经受了炎炎烈日的考验，经受了的考验，他们用健康的肤色、饱满的精神、整齐的步伐、昂扬的斗志向学校交了一份令人满意的答卷。

五天的军训虽然很短暂，但他们在军训中磨砺出坚强的意志、钢铁般的纪律、健康向上的决心，将是这短短五天军训中所获得的最宝贵的财富，这意志、纪律、决心将会然后他们更好地渡过三年紧张、艰苦而又丰富多才的初中学习生活，圆满地完成三年的学习任务!

同学们，短短的军训今天就要结束了，军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好的精神，好的作风，把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。

最后，祝同学们在新的学期里学习进步，身体健康。

军讯非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

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运坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

中午，同学们肚子饿了，劲也不知上哪儿去了，叫苦连天，忍不住双腿的酸痛，对军训有一点灰心丧气。有个别的同学脚下被石头一绊，险些栽了跟头，还好反应机敏，手上只是擦破了一点皮肉，腿也无意间磕在石头上。唉，这才尝到军训的不易呀。休息后，个个前俯后仰，双腿又软又酸，浑身没劲，真想退回去，可又于心不忍，只好像一条条虫子一样在床上蠕动，各自诉说着辛酸史。但身上无数条血管里的血液仿佛在急剧滴血，似乎在劝说不要委屈了自己。

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，即使那路每上步都是那样的泥泞、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。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不需要靠父母扶着走，我觉得我所走过的每条路，都留下自己的足迹。因为我们已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。这样我们的路会愈走愈宽，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。否则，我们的前途是暗淡的，理想是遥远的。我相信终有一天，我们的这一代能够有出息，会有出人头地的那一天。

军训是一杯咖啡，苦涩中夹杂着香浓，让你回味无穷。军训是一场意志与毅力的考验。

前几天，我参加了学校组织的军训活动，那其中酸、甜、苦、辣是什么呢?如果你想知道，那就听我给你讲讲吧!

酸--这次一周的军训时间，意味着要离开家三天，三天里我们不但要完成军训科目，还不能与爸爸、妈妈联系，每天只能自己照顾自己。这么长时间看不到爸爸妈妈，我心里酸酸的，很不是滋味。刚来的第一天，我想家，但是我忍住没哭，因为教官教导我们要“学会坚强、学会独立”。

苦--哎，命“苦”呀。每天不管白天还是黑夜，我们都要练站姿而且要站很久。一分钟、二分钟、三分钟过去了，脚早软了、腿已麻了、腰都酸了，头脑嗡嗡作响，真想坐下休息哪怕一秒钟也是天大的幸福。我咬咬牙根，深吸一口气，站了几分钟后，终于到了休息时间，我们像焉了的茄子一下瘫坐在地上，啊!真是太幸福了。嘟嘟嘟，一阵集合的紧急哨声响起，哎，又要集合了，还没休息够呢，但哨声就是命令信号，我只好用手支撑身体爬起来，继续练站姿。太阳火辣辣地照在我们身上、脸上，加上脚酸，练站姿简直是世界上最难受的滋味。

辣——我们还开展了“领导力与责任心”的大型活动。活动的主要规则是：先制定两个队长，我们按照教官的口令做动作，如果一个同学做错了，队长就要沿着我们学校班级围成的200米跑道上跑一圈。如果不自己承认被教官抓出来就要多跑一圈。从这件事，我明白了：懂得承担，珍惜我们身边的老师、家长、以及很多为我们默默付出的人的劳动。这件事在我的思想深处留下了一个辣辣的烙印。

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，让我在今后的铁路行业岗位上更好地履行自己的职责。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。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，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并符合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。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。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。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。

时光荏苒，一转眼，我们告别了小学的懵懂，带着求知的欲望和未来的憧憬，迈入了初中的殿堂，为期三天的军训活动成了我们入学的第一课。

军训这个字眼大家并不陌生，我们都听说过，见识过，却从来未体验过。本以为只有高一的学生会有这种体验，没想到我们竟能提前感受。想想军训那天会穿上酷酷的军装，心里就美滋滋的，所有同学都一样期待，兴奋，又加上一点点的胆怯。

军训活动如期而至的那天，我意气风发地来到学校。还没开始训练呢，就听到有些同学在抱怨：“这军训很苦的，军训完我肯定要黑一圈，我希望这几天都下雨，这样都不用训练啦。“教室里一片嘈杂的声音。有些女生还在议论新来教官的，猜测他们长成什么样。上课铃打过以后，一位瘦瘦高高的教官走了进来，他做了番自我介绍，威严地告诫我们：“军训这几天要好好听话，要不然有你好果子吃!”

军训的第二天，脚痛、腿酸等各种毛病都向我们扑来。军训对我们来说真是一项巨大的挑战啊，但我却不得不接受，只有克服它，战胜它!下午阳光普照，汗水顺着脸颊不停滑落。教官领着我们不断地练习，不服从的还要接受惩罚。一想到明天还要坚持一天，我的全身上下都充满了一百个不愿意。枯燥、无味、劳累，但却不得不坚持。因为我知道这两天来，我们学到的不仅仅是站姿，走正步，练队形，而是一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持就是胜利的意识，一种遵守纪律的意识。

其实这些已经太多太多，足已我们享用一生。

军训最后一天了，训练场上不但有我们那整齐的步伐，响亮的口号，更有那嘹亮的军歌。而这些努力成果，都让我深深地体会到团结的力量，合作的力量及团队精神的重要性。这三天的军训生活，给我们带来的不仅仅是这些感悟，还有那些不经意间触人心灵的感动。同学们无意的一个动作，老师的一句问候和教官的一句话，总能让我们心里荡起一丝涟漪，久久不能平静。

我相信我们的青春会因为有了这段军训生活而变得激昂奋发，我们的人生会因为有了这段军训生活而更加绚丽多彩。

军训的那些日子，云儿丝毫挡不住太阳的烈照，风儿也躲闪到了一边不曾出现。火辣辣的太阳照得我们全身都冒出了热气，两条腿像灌了铅似的，神经都麻掉了。一天中，大部分时间都在训练。操场上似乎也永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的艰辛。我们的动作尽管并不规范，然而漾满整个训练场地，那些饱满响亮的“一二一，一二一”的口号，让每个人感到有一种军人的荣誉感。

我们的教官姓关，他有两道浓浓的眉毛炯炯有神的眼睛，尖尖的鼻子轮廓分明的大嘴，皮肤呈健康的古铜色，很精神。他可是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到符合要求为止。其实教官也是心疼我们的，但他更希望能把我们的坚强、毅力练出来。军训生活的甜是一种“苦尽甘来”的甜，是训练场上教官的一句肯定，一个眼神。放入一这种甜是教官与我们之间建立起来的一种深厚的友谊，就像一块朱古力糖，还会有丝丝苦味。真是让人回味无穷。正因为他的严格，我们才能学会容忍，学会坚持，学会坚强，学会团结。

俗话说，“人是铁，饭是钢，一顿不吃饿的慌”。在军训的时候，这句话更是应验了。中午十二点准时开饭。身着迷彩服的新生们一批批涌进饭堂，不一会的功夫，小小的饭堂就被鲜艳的绿色装点得满满当当。一开饭，女生们也顾不到减肥了，都食量大增。男生们你一筷子，我一筷子，吃得津津有味。一盘盘的番茄，豆腐，豆芽……很快就底朝天了。

不知道我是不是在伪装坚强，默默地藏住我脆弱的伤口，傻傻地笑着说，我很好。猛然想起了平日里妈妈的唠叨;平日里不起眼的床;平日里普通的家常便饭……此刻的回忆，却成为了我的奢望。

军训的日子，有一些累，有点心酸。虽然只是短短七天，却也会莫名其妙的怀念!

**军训心得体会第二天篇十**

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。

“词典”106班余昊。

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：教官在军训中，我第一次接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的教官。我却惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官年轻而充满朝气，又不失军人的威风。他们以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中的“冷酷”只有满腔热情，教官们以他们的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩。我毫不怀疑我们将与教官们将成为真诚的朋友！

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。

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？苦的意义106班刘双洋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。

的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气!

训变得更精彩，更充实更有意义.其实军训也并非是常人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首丰富多姿的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝。”军训是对你身体的考验，锻炼和提升.在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃.我们不愿当两脚书柜，军训给我们最好的证明机会.五天的军训是漫长也是简短的.说漫长，因为苦和累.说简短，因为我们有信心，有能力去克服它.现在我可以自豪的说，我做到了!

方阵的成绩。这个时候，就该唱“团结就是力量”那首歌曲了。军训后。

**军训心得体会第二天篇十一**

古人云：“八月秋高风怒吼”。可是站在太阳下的我只感到微微的风，哪来的风怒吼！杜甫是个骗子，可是又回头想想，他说不定说的是农历。

现在各地都在军训，身在祖国沿海的那帮孩子是幸福的——每逢农讯之日，便是台风来临之时，站在乌云下，没一会天宫作美，教官们就组织他们回班看防灾教育的电影，对于以上我也只是听说而已。

说回自己的军训生活，这也不是第一次了，相对于上次来说，这次更累更苦。

想当年初一的时候，每天我拿着汗气十分的军装去洗衣房，每天都能穿上新的带着浓浓洗衣粉气味的军服，然后到了第二天，那些躲在衣服深处未洗去的洗衣粉小分子，发挥着作用，一会遍痛痒难耐。这次不同了，由于我们军训早了，或种种原因，洗衣房尚不开门营业，我们只好穿着那件湿了一遍，湿了两遍，湿了n遍的军服。不过我们臭并快乐着！

又是一个艳阳天，不如说它是一个桑拿天。株洲又是一个中国的火炉，身处中国内陆的地方，没有海洋效应，只有那热岛效应。当我一动不动的站着时，一滴冰冷的水珠落在了我的脸上。“天要小雨了”，可是等了半风连个雷都没有，原来刚才那一滴只不过是我的一滴汗而已。

看着教官，那个眉毛上有痣的同志，没见他有什么汗，那可能只是表现而已，里头一定也与我们一样汗流夹背了。再看他肩上的军区，我心里我们军训还要从军区调人来管，湖南自己不有一群防空兵吗？有人告诉我湖南士兵属于军区，不知真否！

闭着眼睛想了太多的我被教官喊住，这时一阵凉风吹过，好像清醒了一阵。“脚跟痛、大腿麻”都是自然反应，一天洗两次澡，当党的好同志，我都在想什么，这时我知道自己已经崩溃了，可是这一天过去了！

**军训心得体会第二天篇十二**

开学第二天，学校里嘈杂的声音还未停歇，就迎来了军训的开始。我抱着忐忑的心情进入训练场地，未曾想到，在这场未知的军训中，我会有所收获，意识到自身的不足之处。在军训开始之前，我和同学们都非常担心：考核难度、体力消耗、时间较长等问题。但我还是期待这次经历能够带给我一些新的体验。

第二段：艰苦训练的考验。

在两个小时的军训中，各位教官对我们进行各种训练，例如拍马屁、踢出擒拿、搏击等。每项训练都让我们感觉非常耗费体力和精神。最令我留下深刻记忆的是三公里的长跑。当我跑完两个半圈的时候，我已经感觉虚脱，但我知道只有坚持到终点，才能获得教官的认可。即使身体感到累，而我还是咬紧牙关，使出所有力气，最终成功地跑完赛道。那一瞬间，我感受到了坚持的力量，同时也意识到，只有在体验中，才能真正感受到心灵的成长。

第三段：团队合作精神的重要性。

在整个军训过程中，在个人能力的同时，我们也需要考虑到团队合作的重要性。在搏击训练过程中，我意识到，如果没有团队合作的精神，很难取得胜利。必须团结一致，互相依靠，才能够应对这些训练。因此，在这次军训过程中，我更加认识到了团队合作精神的重要性，也更加笃定了志愿加入学校“三到一”工作队伍的信念。

第四段：身体与心理上的成长。

在这场军训中，我们不仅锻炼了身体，还锤炼了心理素质。在长跑训练期间，我感到意志力的重要性，尤其是面对所遇到的垂死之势。我想要放弃，但是想到即便我们回到班级，别人还在拼搏、坚持，所以我也不能偷懒，迈向前方的队伍。军训过后，我觉得我的思维、思考方式都有所成长，思维的清晰和逻辑性也得到了提高。在那几天的军训中，我收获了一个更加坚强和自信的自己。

第五段：军训对于未来的影响。

军训是一次非常重要的经历，而这份经历对我的未来发展也将起到不可估量的作用。在军训中，我学习到了许多技能，包括各种战术知识和团队工作合作精神。此外，在身体和心智上的锻炼中，我也成为了一个更加强大的人。我相信，这次军训的经历将会让我更加成熟和自信。未来的生活中，我会借鉴这次经历，继续追求自己的目标和梦想，以实现更加积极、健康和有意义的人生。

**军训心得体会第二天篇十三**

这一天，天公不作美，太阳虽然若隐若现，但气温还是居高不下，军训是个艰苦的过程，它在磨练我们的意志力的同时，也让我们深刻感受到生活的苦与乐。

“立正挺胸、收腹、抬头”站军姿已经是我们平时训练的家常便饭了，尽管天气十分炎热，但有了前半天的艰苦训练，一股强大的力量支撑着我们完成了这项之前没完成好的任务，而教官也因为我们的表现露出“孺子可教”的笑容，接着，教官教我们“立正、稍息、跨立、转身（向右转、向左转、向后转）等要领教给我们并示范给我们看，跨立就是左手握住成拳的右手的手腕，快速地放在背后，教官反复强调快、准，但在小学的时候，体育老师都教过了，也就练了几下，就轻松过关，而练的.最多的也就是“向右转”、“向左转”和“向后转，”向右转是，右脚为中心点，左脚发力，转上90度，停顿一下，把左脚快速靠拢，再成立正姿势，双手都不能动，左转就是把以左脚为中心点，这看似简单，但要与大家保持一致，难度却不小，使我们要大声喊出“一、二”洪亮的声音，第一次有人慢了，第二次又有人慢了，第三次……经过几次的失败，我有的懊恼，看似简单的动作，其实让一个新集体做起来十分困难，但就是因为这几次的失败，似乎燃起了我们斗志，十次不行，就十五次，再不行就二十次，我们在炎热的天气里，来回做了几十次，终于在教官的一声令下，我们果然成功了，这是我们集体的成果，这让我们无比的欣慰。

这次训练，让我们更加融入了702班这个大家庭，也同时让一个平时有点懒的我，完成了一次从所未有的蜕变，从懒惰的我变成能独立的我，让娇嫩的花朵变成一块无比坚硬的石头，这让我更加有信心挑战明天的向项目。

**军训心得体会第二天篇十四**

开学第二天，我们迎来了期待已久的军训，一群学生们在军教员的带领下走进了严格的训练场域。第一次经历军训的我心中既兴奋又紧张。随着教官的一声命令，我迅速的投入到了训练中，放弃了想要懒散的想法，以积极的态度接受严厉的训练和军事规律，我感到内心的力量在逐渐增强。

第二段：意识到个人作用。

在军训中，我们不能依赖任何人的帮助，只有一个完好的个人能在整个团队中发挥出最大效能。经过一系列训练，我认识到自己的重要性和自己在团队中的角色。只有在自己的位置上尽最大的努力，才能完成整个团队的任务，提高团队的战斗力。

第三段：体验军人生活。

军训让我更加深入地了解到军人生活的细节和重要性。军人不仅仅是要训练身体素质，还需要承担起守卫国家的重任。只有用坚强的心理素质和训练过硬的技能，才能更好地履行国家对于我们的期望。通过这次军训，我逐渐地明确了自己的职责，同时也收获到了更多珍贵的经验，这种感受是非常难忘的。

第四段：锤炼意志力。

现实中，尊重规则、克服困难以及坚持不懈是非常重要的，而执行任务时不能半途而废，需要具备良好的意志品质。在军训中，我们每天都会遇到各种各样的难题，如：长途行军、高难度体能训练等，在面对各种挑战时，我们必须要有一种特别的勇气和坚定的意志，解决下一个个任务。当我们完成了这些训练任务之后，心里已没有了退缩，我们会带着更显眼的自信走出训练场，满怀毅力的向下一个挑战出发。这不仅是性格的锤炼，也是英勇的象征。

第五段：收获成就感。

在实践中获得成就感，是军训给我们带来的最大鼓舞。当我们完成了这一再来训练任务时，我们懂得了坚信自己而且努力去做一件事情就可以实现，同时也理解了奋斗，坚韧和毅力的重要性。通过军训，我们不仅学习到了一些实用的技能，懂得了如何团结合作，摆脱了懒散和消极的心态，准备着去面对未来的挑战。

在这次军训中，我们获得了极大的成长与进步，如筋实志坚、勇气顽强、勤俭持精、严守纪律等美德，同时也感受到了身体的变化，增强了推动学习和适应环境的能力。在往后的学习生活中，我会在军训所教授的知识和技能中持续提高自己，以适应后续更为激烈的竞争。

**军训心得体会第二天篇十五**

军训就是苦与乐的交响曲，有苦必有乐，有乐必有苦，军训已经第二天了，你有什么感想呢?下面是本站小编带来的第二天。

仅供大家参考。

今天是新生训练营的第二天，也是正式开始军训的第一天。早上我们有四节课的军训，教官先让我们立正，虽然我们站在阴凉处训练，但是炎热依旧没有散去的迹象。平时站立姿势不是特别正确的我立正时感到有些吃力，汗水不断地顺着我的脸颊和脖子流下来，像一条条虫子一样，在不停地爬，真的是好痒。但是我知道这时候千万不可以动，即使再不舒服也不能。因为我知道，现在如果用手抹一把汗就失去了军训的意义，一直所保持的毅力也会随之失去。

我忍住了，顿时有一种战胜自我的快感。又过去了一会儿，教官宣布休息，我们都向自己的杯子奔去，我也不例外。我拿起水杯喝了一口水，发现那水格外的甜，而这种体会在暑假里是从没有感受过的。

接下来，我们又练习了跨立、下蹲与坐下，这些动作都是我们以前没有接触过的，练习的时间长了，我的脚都已经麻了。虽然在身体上说感觉军训很累，但是在精神上是很充实的。

晚上，我们在篮球场上进行拔河比赛与观看月全食活动。军训真的很有意思，它让我的生活变得更多姿多彩，成为我生活中一道亮丽的风景线。

今天是军训的第二天。军训是苦的，我们在教官的带领下，复习了稍息、立正、跨列和下蹲的基本要领，还学会了四面转法。但军训又是快乐的，它会在酷暑、骄阳之中，让你感受到清风般的慰藉。

先来说说军训的苦吧。一次一次的练习，慢慢消弱的体力……这便是此时此刻阳光下的我们所感受到的，如果用一个词来形容，那真可谓是“筋疲力尽”。不过再艰苦也要挺着，看看身旁的同学们个个都是“站如松”，总不能就我一人喊声报告，到一旁休息吧。时光在训练中悄悄流逝，一上午最热的一股热浪终于向我们逼近了，不知不觉中我的额头上有了汗珠，这一粒粒汗珠，还好像是调皮的故意捉弄我一般，在我的脸颊上缓缓流下，弄得我直痒痒，好像是在考验我的毅力，害得我只得咬着牙，继续保持着站姿。

此时的我早已是腰酸背痛，脚底火辣辣的，但是，我现在是一个初中生，这点儿苦算什么，再看我们整个班级依旧是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。下午比早上凉爽的多，但下午练习了四面转法和复习了昨天的课程。在下午最难熬的就是那5分钟的下蹲，那时我真想休息一会，但看着大部分同学能坚持着我也咬咬牙继续坚持蹲着，直到教官下令站起来之后我早已腰酸背痛了。这就是军训的苦。再说说军训的甜吧。今天的军训让我锻炼了意志力，使我学会了坚持，这一点使我非常的高兴，也开始尝到了军训对身体的好处，这就是军训的甜。

总而言之，军训就是苦与乐的交响曲，有苦必有乐，有乐必有苦。这其实与我们今后的学习生活是很相似的，我们既要做好为学习而吃苦的准备，又要在紧张的学习生活中去寻找属于自己的快乐。在明天的军训里我一定会更加的努力。

今天是军训的第二天。经过一天的军训，大家都有了经验了，知道在军训之前应该涂抹防晒霜，知道如何去“应付”教官，知道如何在军训的时候如何去“偷懒”了。

早上，我们6：30就赶到了公主楼前集合，这是早操时间。早操其实并不是同学们想象的做操，只是教官会把前一天学的几个动作复习一遍。剩下便是站军姿了，这也是我们最害怕的了，因为不能动的滋味真的很痛苦，何况是站在烈日下呢。

今天的军训还比较有意思，因为在休息的时间段里我们二连和一连进行了唱歌比赛，那样的场面是我们在平时很难见到的，它显示出了我们团结的力量，让我们明白了只用自己的力量是远远不够的，而需要大家团结一致的力量。在中途我们还一致要求教官给我们来一首，可是没想到我们认为很威武的教官竟然害羞起来，留下了小小的遗憾。

今天军训，教官运用了与昨天不同的方式。昨天当我们做不好动作的时候，教官的批评收到的成效似乎不大。而今天教官采取的激励和鼓励，使得我们很有信心，军训的时候也更加认真了，因为我们觉得自己在进步。

军训只是进行了两天，我相信这后几天的军训生活会更加的有意思，同时也会更加的辛苦。但是只要我们坚持，一定能够愉快的度过这军训生活的。

**军训心得体会第二天篇十六**

开学第二天，我们就迎来了期待已久的军训。刚结束的军训体验，让我受益匪浅。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会。

第二段：警惕自我，时刻保持高度的警惕性。

军训是让我们警惕自我、时刻警惕的一种锻炼，一旦失去警惕，后果就可能不堪设想。在训练过程中，每一次集合、晚自习、起床操等，不断要求我们警醒自己，避免发生意外情况，这是生命安全的第一要义。

第三段：拼搏精神的体现。

在部队里，拼搏精神一直是不变的主题，每一天的军训都需要我们付出更多的努力。起初，我因为缺乏训练，身体适应性差，几乎每天都感到疲惫不堪，但是，我努力摒弃消极的情绪，毅然选择了坚持。通过不断提高自己的训练水平，我在军训中感受到了拼搏精神的魅力。在训练结束后，我的身体适应性也得到了极大的提高。这也让我真正地体会到了“付出就有收获”的道理。

第四段：团队协作的重要性。

在这次军训中，我感受到最深刻的就是团队协作的重要性。不同的部队任务需要不同的团队合作，我把这次军训和我们平日生活中的人际交往类比起来，发现每个团队成员的力量都是重要的。团队不仅提升了自身能力，更在一定程度上使每个人更好地理解了协作的意义，并对我们的日常生活产生着深刻的影响。

第五段：结束语。

总结而言，在这次军训中，我学到了许多东西，潜移默化中，不仅加深了对团队协作的理解，提升了自己的适应性，同时也为更加健康的生活奠定了基础。所以，我深深地感动着说：“军训，让我们成长得更好，更快。”

**军训心得体会第二天篇十七**

怀着对军营生活的噩梦，怀着对军人的恐惧，更怀着对基地设备那极度厌恶的难受心情，我又一次踏上了艰苦的旅途——军训。

心目中的军训充满了教官的训斥；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的哨音；过往的惨痛教训成千上万的浮现在了我的脑海，从心底窜出阵阵的凉意，闪现在了我的眼前，但我还是不得不被赶鸭子上架的去迎接它的来临。

但随着军训生活的展开，却与印象中有些许不同，虽然这里的设施是我住过的最差的，但是军训的项目却是最有趣的，不再是日复一日的队列训练，而是军训加上科学技术的培养。

在军训的第一天下午，我们就体会到了教官那无止镜的“只有你”，第二天还是这样那样的罗嗦声中完成的。值得庆幸的就是在那“只有你”的“陪伴”下我的孔明灯制作完成的非常顺利，它高高地飞到了远处。这时的我，猛然感受的一种自豪感油然而生，它有如我心中的志向的化身，从我的身体中飞出，放飞到人间天上，我在心中暗下决心，一定要让我写在孔明灯上的愿望实现，下午的中国结，可以说，是一种毅力的大考验，只要认真，仔细，耐心，就一定会有所成功的。

这次的军训真是让我获益匪浅，它让我学到了不仅是一些实物制作的技巧和方法，更重要的是无意之间，让我领悟到做任何事情所应具有的很多良好的精神品质，态度等，我会牢记这次的军训，我爱这次的社会实践。

文档为doc格式。

**军训心得体会第二天篇十八**

军训第二天上学，我感到心情十分的复杂。一方面，我很高兴能够体验到军训的艰辛和训练的不易。另一方面，我也感到有些不适应，因为学校里的生活与军训的生活不同，规律和节奏也有很大的差别。这使我开始思考，这种转变对我的成长和学习会产生什么样的影响，以及如何适应这种变化。

第二段：军训对思维和态度的影响。

参加军训，首先让我体验到的是军训训练的过程和军人的职责使命。这些都对我的思维和态度产生了积极的影响。例如，我在军训中树立了积极向上的信念和良好的习惯。我会更加重视纪律和规定，也更加关注自己的身体健康和安全。此外，通过不懈的努力，我也能够更好的适应学校的学习生活，积极面对各种挑战和考验。

第三段：军训对道德和情感的影响。

军训也有助于培养我们的道德和情感。在军训中，我们不仅学习了各种技能和知识，更学会了团结协作、尊重他人、信任和责任等重要的品质。这种训练使我更加珍视和感激身边的人和事，同时也更有信心面对未来的挑战。

第四段：军训对学习的影响。

从理论上说，军训并不是为了提高学生的学术水平。然而，实践证明军训对学习也有积极的影响。在军训中，我们锻炼了自己的毅力、耐心和集中精力的能力，这都是学习过程中不可或缺的素质。此外，有了更好的体力和精力，我更加容易集中精力，从而更有效地学习。

第五段：总结和反思。

回顾军训的经历，我深刻认识到军训在我成长和学习中的重要性。虽然训练非常艰辛，但总的来说，我收获了很多。我更好地了解了自己的强项和弱点，并形成了新的目标和信念。我也明白了思维和态度、感情和道德、学习和生活等方面的紧密联系，更为迎接未来的挑战做好了准备。

**军训心得体会第二天篇十九**

这天是我们军训的第二天，刚开始军训的我们怀着激动的情绪又集合在了一起。这天我们训练的资料是齐步走与跑步。上午的齐步走训练中，听着一声声一二一，一二一的口令，大家迈着整齐的步伐一遍一遍走着，在一次一次的训练中，让我们懂得了大家团结合作的重要性，只有大家整齐的步伐才能展现出我们整个班的风采，大家不怕苦不拍累，一遍一遍地走着，真正展现出了军训带给我们的好处。中午短暂的休息后，两点半大家又准时集合在操场，虽然有了耀眼的太阳，但是仍然没有将我们击倒，刚开始接触跑步的我们开始一点都不熟练，但是经过我们一次又一次的训练，最后我们最后能够喊着统一的.口号，迈着整齐的步伐，这正是我们的收获，虽然累，却也有很多欢乐。正是因为我们的团结与坚持，我们才能体会出这样别具一格的乐趣。相信在后面的训练中，我们依然能够展现出我们班级的团结精神，我们自然也会越来越好，加油!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找