

# 最新五天的军训 五天军训的心得体会(优秀8篇)

环保标语是用简短的语句表达保护环境、节约资源的观念和方法。如何通过环保标语传递积极向上的环保价值观？以上是我为大家精选的环保标语，希望能够为环保事业的推广和倡导贡献一份力量。

## 五天的军训篇一

第一天，是军训开始的第一天。当我踏入训练场地，听到教官的口令声，我的内心感受到了一种强烈的紧张和不安。但是，面对着头头喊出的指令，我只能硬着头皮迈开步伐。从行军训练开始，训练的节奏就从未降下。每次的长距离行军训练都让我体验到了汗水在背上的湿润感和酸痛感觉。我意识到，军训不仅是对身体的考验，更是对意志力和毅力的磨砺。在这一天的训练中，我体验到了身体和意志的双重挑战，但也明白了坚持与团结的重要性。

第二天，训练内容进一步升级，从行军逐渐转向器械训练。在练习每日军事拳和操场上的各种动作时，我深深地感受到了训练的用心和严格。教官们不厌其烦地纠正我们的动作，反复讲解每个动作的要领和技巧。通过训练，我渐渐体会到了一种严谨和纪律的力量。在军训中，纪律是不容违背的底线，而严谨则是认真对待每项任务和工作的态度。机械式的重复训练并不单调乏味，而是一种对工作、对生活负责的态度。

第三天，训练的重点转向战术训练。通过模拟实战演练，我们学习了如何组织阵地防御、突击和战术撤退等基本战术动作。在模拟战场上，指挥员迅速下达指令，队员们默契配合。我们亲身经历了战术的重要性和团队协作的力量。在战术训练中，我明白了一个人的力量是有限的，只有团队的力量才

能打造一个强大的整体。而战术则是组织团队行动的重要工具，只有通过严格的训练和紧密的配合，才能真正提高我们的战斗力。

第四天，我们进行了一场演习，展示了我们在军训期间的所学所练。站在擂台上，我担心自己会出错，但当我看到我身后的队友们，我感到了一种强烈的安全感和信心。我明白了一个人的力量是脆弱的，而团队的力量是强大的。我也明白了一个团队的实力不仅仅取决于个体的表演，更取决于团队的默契和团结。在演习中，我真切地感受到了团队带来的无限力量和凝聚力。

第五天，是军训的最后一天。当我穿着整齐的军装，站在擂台上，我感受到了一种前所未有的自豪和成就感。五天的军训让我明白了坚持与努力的重要性，也让我体验到了团队的力量和纪律的力量。在这五天中，我不仅收获了身体上的训练成果，更收获了团队精神和自我提升的能力。军训的收获是无法用言语来形容的，它是一种身体、心灵和精神的全方位锻炼，让我受益终生。

五天军训的心得体会，让我明白了坚持和团队的重要性，也让我更加了解自己的潜力和能力。在未来的日子里，我将继续发扬军训的精神，努力运用所学所练，为自己和团队的进步贡献自己的力量。军训不仅仅是一种培训，更是一种思想和精神的熏陶。通过军训，我感受到了坚定的信念和追求卓越的决心，这将成为我成长的一笔宝贵财富。

## 五天的军训篇二

军训，是我们苦乐人生的缩影。在这一段痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的疼痛和离家的失落。但是，在这炎炎的烈日下有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是，在这片绿茵上，有我们洒下的汗水，相信在以后，必将开放出鲜艳的花朵。

军训告诉了我们要坚持不懈。我们战胜了阳光，因为，我们比阳光更灿烂！

## 五天的军训篇三

五天军训的心得体会，源自于我作为一名大学新生所经历的一段难忘的经历。那是我人生中第一次踏入军事化管理的集训营，充满了期待和担忧。在军训开始之前，我满脑子都是对未知的恐惧，担心自己是否能够适应军事化的生活，是否能够经受住体力上的考验。然而，这五天的军训经历却给了我意想不到的收获和改变。

### 第二段：适应和磨合的过程

在军训的开始几天，我陷入了一种完全陌生和不适应的状态。严格的军事训练、纪律的要求，以及军训小组里的陌生同学，都让我感到压力山大。然而，慢慢我逐渐适应了这种生活，也开始与同学们建立起了深厚的友谊。大家共同经历过体能训练的痛苦、紧张的军事操演，这种共同的经历让我们更加亲近和理解。通过大家相互帮助、互相磨合，我开始懂得了团队合作的重要性。

### 第三段：突破自我，超越极限

在五天的军训中，我们要经历各种考验和挑战，不仅是对体力的考验，还有对心理的折磨。在高温下进行长时间的体能训练、低温下的夜间操场集合，每一个环节都需要我们超越自我极限。曾经以为自己无法承受的痛苦，竟然成了我短暂的生活常态。这不仅让我更加坚强，也让我知道自己的潜力是无限的。每一次战胜自己的挑战，都会让我更加自信，更加坚定地面对困难。

### 第四段：感受纪律与责任的力量

军队注重的不仅是个人能力，更重要的是整体纪律和责任感。在军训的课堂上，教官时刻强调纪律的重要性。我们需要背诵并遵守严格的规章制度，像机器一样执行。尽管一开始觉得这种纪律有些僵硬，但随着时间的推移，我逐渐认识到纪律是为了更好地完成任务和保障整体利益。责任感是军训中的另一个重要品质，每个人都必须对自己的决策承担责任，严格要求自己，不推卸责任。这种纪律和责任感不仅在军训中 useful，在今后的工作和生活中也是必不可少的品质。

## 第五段：军训的意义和启示

五天的军训给我留下了深刻的印象，也让我明白了军训的意义和启示。军训不仅是为了训练我们的体能和军事素质，更重要的是培养我们的坚韧意志和团队合作精神。在军事化的训练营里，我逐渐学会了独立思考和快速决策的能力。在与同学们的相互帮助中，我懂得了团队精神和协作能力的重要性。更重要的是，军训还教会了我们如何去面对困难，如何适应环境的变化。这些都是在今后的人生道路中非常宝贵的财富。

总结：五天的军训生涯给了我很多宝贵的经验和体验，让我从内心深处锻炼出了坚韧不拔的毅力和积极向上的心态。我学到了纪律与责任的力量，也明白了集体利益高于个人的观念。这些经验将伴随我一生，成为我人生中最宝贵的财富。我相信，在未来的学习和工作中，我一定会发挥军训所培养的优秀品质，迎接更大的挑战和机遇。

## 五天的军训篇四

星期三的早晨阳光灿烂，一阵微风吹来，有一些凉爽，我和同学们推着行李箱去参加学校组织的一次军训体验活动，这是我们第一次参加这样的活动，同学们都很兴奋，一路上，我们非常开心，还唱着军歌，大巴车飞快的向目的地驶去。

来到训练营，教官让我们穿上了漂亮的迷彩服，好威武啊！这时，教官开始给我们示范基本动作，看上去很严肃的样子，我们都不敢说话，十分紧张，教官走路的步子很正规，踏步的声音震耳欲聋，那种场面感到很震惊。

训练开始了，我们跟着教官一起踏步，还不时的喊口号，我们顶着烈日，汗水湿透了衣服，虽然感到很累，但我们还是站的很直，为了我们班最终能取得优异的成绩，同学们依然坚持着训练。

后来，训练强度加大了，我们感觉到一天比一天累，同学们都很疲倦，咬紧牙关的坚持着，在第三天闭营的时候，活动终于结束了，教官在讲台上说了一些感动和激动人心的话，尤其说到离开父母这三天的感受，这时，许许多多的人都哭了起来，我也被感动的流泪了。

在这次军训体验活动中，我们学到了很多知识和道理，学会了不怕苦，不怕累，遇到困难自己回坚持去做，懂得了坚持就是胜利的’道理。

## 五天的军训篇五

五天军训让我体验到了军人训练的严苛和团队合作的重要性。在这五天里，我学会了坚持、勇敢和乐观，也深刻体会到了军人的辛苦。通过这次军训，我不仅在体能上得到了提升，更重要的是在心态和团队意识方面有了更深刻的认识。通过这篇文章，我想与大家分享一下我在五天军训中的心得体会。

在军训的第一天，我看到了教官们严格的军事化管理和教学方法。他们让我们整齐列队，学习军事礼仪，并且要求我们严格遵守规章制度。刚开始的时候，我感到有些不适应，但渐渐地我理解到这是为了培养我们的纪律意识和团队合作能力。通过反复的排练和训练，我们的队伍变得越来越整齐，步伐也越来越稳健。这让我体会到，只有严格要求自己，才

能够变得更强大。

在军训中，我们要进行各种体能训练，如晨跑、体能训练和战术课程等。这些训练是非常辛苦的，但我学会了坚持不懈地努力。每当感到疲惫时，我告诉自己要坚持下去，因为只有克服困难才能成长。在早晨的晨跑中，我看到了太阳升起，感受到朝阳的温暖，激发了我对未来的热情。在体能训练中，我感到自己的体力逐渐增长，这让我更有动力去追求更高的目标。通过这种坚持不懈的努力，我更加相信自己的潜力是无限的。

在军训中，我们不只是个别个体，而是一个团队。每天的操练中，我们要求默契地同步动作，展现出团队的力量。我深刻地认识到，一个优秀的团队是由每个成员的努力和默契组成的。在与队友一起完成任务的过程中，我们互相支持、鼓励，共同克服困难。在训练中，我学会了倾听他人的观点，尊重别人的意见，这让我与队友之间建立了更好的合作关系。每当有队员取得好成绩，我们会为他们欢呼，这种团队精神让我感到温暖和骄傲。

在军训的最后一天，我们举行了毕业典礼，教官们对我们进行了总结和点评。这一天，我感到了成就感和满足感。通过这五天的军训，我不仅身体得到了锻炼，更重要的是性情得到了磨炼。我学会了坚持不懈、勇敢追求和乐观面对困难。在将来的学习和生活中，我将更加努力，更加坚定地去追求自己的目标。同时，我也意识到一个人的力量是有限的，只有与团队紧密合作，才能够实现更大的目标。

通过这次军训，我成长了很多。在未来的道路上，我将更加坚定地走下去，勇敢迎接挑战。同时，我也理解到军人的艰辛与付出，对他们怀有更深的敬意。这五天军训让我从内心深处认识到了军人的荣耀和意义。我相信，在将来的日子里，我会怀念这段特殊的经历，并将其化为前进的动力，不断成长、不断进步。

## 五天的军训篇六

军训或多或少会给我们带来很多的感动，下面是由小编为大家带来的关于军训感言五天，希望能够帮到您！

军训真的这么累吗，对于第一次军训，我既兴奋又畏惧。然而，当真正经历过时，才领悟到它的真谛，那是一种感动和喜悦交织在一起的心情。

阳光像一道道利剑直刺向皮肤，紧接着是炸裂般的疼痛，我们却要机械式的不断重复那单调的动作，汗水汹涌的流过脸颊，花草拉聋着脑袋，无精打采。就连篮球架都要被晒化了。喉咙干的要冒火，水！这是主任发给了教官两瓶矿泉水。此刻，51人的目光都聚集在这两瓶娃哈哈上。教官咽了下口水，把水递给了我们“快喝吧，一人一口。”我立刻被震撼了，主任也张着嘴巴看着教官，教官不仅要和我们一起训练，还要一遍一遍拉大嗓门喊口令，讲解，在灼热的阳光下谁愿意多说一句话呢？轮到我了，我只轻轻喝了一小口，却觉得炎热尽失，仿佛一股凉风拂来，浑身充满了力量，也许这就是感动的伟大吧！

其实这样的例子不胜枚举，在陌生的环境里，彼此的一句问候，一个微笑；上下楼梯，互相的一个侧身，一个让步；训练劳累时，同学的一句坚持，甚至一个鼓励的眼神，都如纤纤细雨，滋润干涸的心田，给予灵魂莫大的慰藉。

这感动伴我度过了五天魔鬼似的训练，当教官宣布军训结束时，心中是止不住的笑意，我高兴是因为我又跨越了一道险阻。忽然间我明白了这个道理：其实人生都会出现这样的绊脚石，只要你带着感动上路，迎接你的将是另一片辉煌。我将一如既往，跨越更多险阻，一次又一次战胜自己，超越自己！

我们这次军训，就是要锻炼同学们流血流汗不流泪的顽强意

志……”最初一份精彩，就此拉开序幕。

军训第一天，操场大集合，站军姿。看台上的总教官两眼如x光般扫射全场，十分钟后，他慢慢拿起话筒，几句简短的语言从教官嘴里吐出，我却感觉是如此漫长，仿佛隔世纪。“有人动了，全体同学蹲下去，20个深蹲。”埋怨声响彻操场，“再加10个，30个深蹲。”无情的话语一下子把我们打下了地狱，十八层，地狱。

军训几时走，把汗问青天！

第二天，教学楼楼梯，同学们个个两股战战，扶着扶手，艰难地走向教室。“寒风落叶飘飘，军训是一个恶魔~”，我唱着这首歌，凄凉地踏上了军训之路。

第三天，第四天各有各的精彩，原地肩转法，跨立，蹲下，踢正步，走齐步。我们被教官夸过，罚过，我们意气风发过，垂头丧气过，但我们，却不曾放弃过。

正步踢得不齐，没关系，我们反反复复练，先练踢腿，再练摆手，最后全部来一次。从最开始的一排人踢成教官所叙述的wifi信号(弯弯曲曲)，到最后表彰大会中的一条直线(也差不多)，有付出就有收获。

有时候，我们缺少的是一种“没关系”精神。

第五天，是军训的最后一天。天气忽晴忽暗，我们在老师、家长和教官的见证下，展示了我们的军训成果。整齐有序的跑操，慷慨激昂的呐喊声，掷地有声的正步，无一不展现了我们的风采。

我们在细雨的飘落中打拳，嘹亮的“杀！”声宣誓出我们的决心——把所有的懦弱和怯苦都杀掉，我们无所畏惧！“数风流人物，还看今朝。”



天下无不散之宴席，最后的离别之际，是属于我们全体同学和教官的。并没有我想象中的鲜花，不舍和拥抱，甚至，没有一张合照。教官并没有和我们所有人作离别之意，在夜色中悄然离开。

你轻轻地来了，正如你轻轻地走了，你挥一挥衣袖，不带走一片云彩。

教官教会我们团结，坚强，不放弃，不抛弃。但在最后，教官教给我们的，是学会离别。有些事，只能一个人做。有些关，只能一个人过。有些路啊，只能一个人走。

感谢父母给予我生命，感谢老师给予我教育，感谢教官给予我坚强。

军训终于回来啦！解放咯，好开心哦！想想这几天的苦难日子，我都不晓得是怎么熬过来的。我表哥去了军训时舍不得回来，我是巴不得回来。根本就不好玩，人家好歹也有爬山，烧烤之类的东西，在这里，做梦！

在这里军训真的很累，每天的大集合就可以累的够呛。30°的高温，太阳毒辣的晒着你，还要一动不动站一个小时左右，天天这样，谁受得了啊！练坐姿就更惨，一样的环境，坐到你腿发麻，你就死也不能动！动一下，你倒是敢~还要不发水，那里的水贵的要死，每天的水又不够喝，50块，几天就空寥寥了~我都怀疑教官是不是变态~还好，我们的刘教官不会，就是发起火来有点可怕。

而且他们一熬就几年，我们才一个星期，哪有他们累啊。就是这样的自我安慰下，我熬啊熬，终于熬到了回家……虽然很苦，但也不是没有学到东西。这次军训，让我意识到了，团队，很重要。比如说洗澡，不能洗太慢了，要想后面还有人在等；出操不能太慢了，不然会连累大家被罚（我总是被连累的那个~）；一个人的步调不整齐，就会连累整个集体……

还有，学会了如何独立，学会如何在脱离父母的怀抱下自力更生。最主要的一个观点，最老套，也最实用“坚持就是胜利”我老是想坚持一下，很快就回家了……就这样，我什么事都没有，健健康康的回到了家，爽呆了！战胜别人不是最爽的，战胜自己才是最爽的！

当兵很累，很苦，甚至很变态！但，没有这些兵，没有革命的老一辈，我们就什么都不是。我们就不能在灯光下安心的写作业，我们就不能吃好住好……这一切一切，都是“兵”用鲜血换来的啊！

向“军人”敬礼！

## 五天的军训篇七

军训的天数根据每个学校而定，有些同学就经历了五天的军训生活，下面让我们来看看他们对这五天的军训生活都有什么看法吧！

我们随着一天天的训练，也慢慢适应了军训的生活。在这短短五天里，我学到了很多值得学习的东西，学会了团结；学会了自立；学会了感恩。现在的我们，是一名初中生，有了焕然一新的环境，陌生的新同学，新老师。虽然我们周围的一切都改变了，但我们已经利用这五天的时间熟悉了身边一切新的东西。

军训中我们看到了团结的力量。虽然已经进入了初秋时节，但天气仍然十分炎热，大大的太阳在我们头顶上炙烤着，额头上的汗珠也在一滴一滴的流淌着，但我们的身姿依然挺立着，跑道上依然有我们整齐的步伐，依然喊着响亮的口号。每当遇到困难时，班上的每个人都没有退却，而是团结起来，迎难而上，去打败它。“流血流汗不流泪：掉皮掉肉不掉队。

”就是这句口号，一直鼓励我们前进。在我们远足拉练的时候，同学们表现得都很好，没有一个掉队的。不管是磨破脚的，还是身体不舒服的，都坚持了下来，我看到了坚持不懈的精神。路上有同学需要帮助，同学们都伸出援助之手去帮助他。一路上的好风景使我们把疲惫忘记，只有一个愉快的好心情。努力过，付出过，就一定会有收获。正是这样，因为我们流下了辛勤的汗水，所以，我们在这次军训汇报演出中获得了第三名的好成绩。我看到了一个集体的力量。

这五天里我们也学会了自立。我们成为了初中生，也就是说，我们长大了。许多事情不需要父母的帮助也可以自己完成，学会了自己的事情自己做，不依赖父母。这几天里，我们体验到了军训的生活，要遵守纪律听指挥，自己宿舍的内务要整理好，被子要叠成豆腐块，洗漱用品要摆放整齐。我们真的长大了。

我们还得到了锻炼学会了感恩。感受到了训练的艰苦，想到了家里舒适的生活与父母无微不至的照顾。同学们都说想家了，我也不例外，我想要对父母说：曾经的我，做错了很多事，希望在初中这三年里，我会有改变，因为我长大了。

我们的训练结束了，我们的班级也取得了不错的成绩，这为我们开了一个好头。希望在以后学习中，发现别人的优点，补缺自己的缺点，也像这次汇报演出一样，名列前茅，跟上老师的步伐，走在最前面。

为期5天的军训生活圆满结束了，带着不舍回到了学校，这5天的辛苦充实美好的回忆将永远烙在我心里。

军训是一个特殊的课堂，这次军训让我们领略了兵营的气氛，感受了军人的风采，培养了军人的情怀。进一步强化了国防意识，增强了爱国精神。通过军训，所有同学都提高了体质，磨练了意志，培养了集体荣誉感，养成了良好的纪律观念。通过军训，更促进了师生和同学之间的感情，让这个新建立

的集体更好的融合在一起。

训练中，稍息立正，动作敏捷；站立军姿，纹丝不动；停止转法，踏地有力；起步跑步，队列整齐。口号嘹亮，响彻整个基地。大多数同学都能严格要求自己，严守纪律，按照军营、教官的要求，一切行动听指挥，尽管期间，有的同学身体不适，但他们仍然咬紧牙关，坚持训练，保质保量地完成了军训任务。军事训练虽然苦，但正如孟子所说，只有“先苦其心志”，方能“曾益其所不能”，只有经过“苦”的洗涤，才能显示出我们的“飒爽英姿”。

在此次军训中，我们高一1班刻苦训练，互相帮助，团结友爱，在会操中队伍雄壮，排面整齐，以近乎完美的表现取得了优异的成绩；在唱军歌的比赛中，歌声激昂，队形新奇，另全校老师和同学耳目一新；内务整理更是一天比一天做的好，无论男生女生宿舍都整齐如一。在各项评比中，我班也独领风骚，都可以证明这次军训极大的成功。

这次军训，要感谢学校给我们这样一个难得的机会，要感谢基地所有教官领导在这几天时间里教育训练我们这些顽皮的学生，我们学到了在学校学不到的知识，更学会了做人，学会了吃苦耐劳，体验了军人的辛苦，丰富了自己的阅历，可能几天的时间在我们的生活中并不算长，但军训几天的时间却尤为充实，集体生活让自己提早尝试独立，让自己与同学更好相处。在今后的学习中，我们要时刻以军人为榜样，铭记军人的精神，强健我们的体魄，磨练我们的意志，提高我们的素质。把军训中养成的坚韧不拔的意志、坚不可摧的作风、勇往直前的气概和团结互助的精神继续保持下去，继续以后的学习生活。

## 五天的军训篇八

时间乘着年轮循序往前，一段时间的工作已经结束了，我们一定都积累了不少宝贵的经历，是时候静下心来好好写写小结了。你所见过的小结应该是什么样的？以下是小编帮大家整理的五天军训小结，希望对大家有所帮助。

五天的军训转眼间就过去了，虽然时间并不长，但是这五天我却学到了许多有价值的东西。

受极了。那时恰有同学报告自己不舒服到一旁休息，我便也萌生了这样的想法。可转念一想：军训不就是训练我们的意志品质吗，在这烈日当空，骄阳似火的日子里军训，不更能提升我们的意志力吗？于是我咬咬牙，坚持了下来，一天下来腿酸了，脚也麻了，但是晚上躺在床上静静一想平常诸如“磨炼钢铁般的意志”“不怕吃苦，不怕艰难”的口号经常挂在我们嘴边，但真正做起来却是很困难的，可人的意志可以锻炼，最重要的是我们要以内心认识到这一点，克服千难万险去磨炼，才能将口号变成现实。

除了军训，这几天的学习生活也给我许多感动，第一天要把饮水机抬到操场上，可军训已经够累了，班上还有两名同学主动承担起这份任务，用自己的汗水换来大家休息时的阵阵清凉。我自己也作为一名在夏令营呆过的“老人”了。本应该为大家多服务，但就在第二天，其他同学就主动要求承担寝室清洁工作，真令我感到一阵阵温暖。

明天就要会操了，虽然我们之前表现得并不优秀，但我们都有一个共同目标，那就是追求卓越，永争第一。

军训就要结束了，可我学到的东西却会让我在以后的三年里收益不尽。我相信，通过这次军训，我们高一30班在以后会齐心协力，同舟共济，争当优秀华师一人。

在这次军训中，我们增强了集体意识，增进了同学们之间的

友谊，增加了克服困难的信  
息与能力。未来三年里，有了这  
坚实的基础我们定能乘风破浪，  
披荆斩棘。