# 最新军训心得体会下雨天(优质15篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-11-28

*心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。军训心得体会下雨天篇一下雨的日子总是给人一种特别的感觉，有时候令人忧郁，有时...*

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**军训心得体会下雨天篇一**

下雨的日子总是给人一种特别的感觉，有时候令人忧郁，有时候让人心生宁静。就在那个下雨的军训日子里，我领略了下雨的独特魅力，也学会了坚持和勇敢。下雨的军训，虽然阻挡不了我们奋进的步伐，却更让我明白了人生的道理。

第一段：下雨让心灵触动。

那天早晨，本该是个阳光明媚的日子，然而偏偏天公不做美，一场蓦然而至的大雨让我们的军训生活变得艰辛。一股凉意蓬勃而来，湿透了我们的制服和靴子，令人不胜其烦。但是，正是这场突如其来的大雨，让我顿悟到生活中心灵的触动。它不仅仅是冷冽的雨水，更是人生的一次洗礼。它让我意识到，无论遇到任何困难和挑战，都要学会坚持和勇敢。

第二段：艰辛中成长。

下雨让军训生活变得艰辛，每天要在湿漉漉的空地上进行各种训练，仿佛整个世界都在与我们作对。它像是一个严苛的考验，更像是一面检验我们意志品质的镜子。面对大雨的冲击，有人开始产生退缩的念头，也有人选择坚持下去。在这里，我看到了同样受雨水打湿的同学们有的坚持不懈，每天早出晚归，磨练自己的意志力；有的却选择逃避，敷衍了事。通过和他们的交流，我意识到在逆境中坚持才能见到真正的自己，坚持才能成长。

第三段：沉浸在雨中的踏实。

每天在大雨中完成训练，虽然辛苦，但是却让我感到一种踏实和宁静。雨水洗涤着我的身心，使我更加专注和冷静。我看到自己的肌肉在雨中舒展，看到自己的心态在雨中慢慢变得更加平和。大雨下，整个校园静谧如画，仿佛世界只剩下我一个人。而我，只顾着沉浸在大自然中的美妙之中，感受每一滴雨水带给我的力量。

第四段：坚持才能见到彩虹。

雨过天晴，彩虹便会出现。这句话在我心中回响不止。在下雨的军训日子里，我意识到只有坚持不懈，才能在逆境中看到生活最美的一面。雨水滋润了我的道路，净化了我的心灵，使我在漫长的军训路上不再畏缩。雨过天晴的感觉就像是成功来临的前奏，只有通过坚持不懈的努力，才能看到彩虹的美丽。

通过下雨的军训日子，我学会了坚持，体会到了困难中的成长。大雨无情地敲打着我们，但正是在这样的困境中，我终于明白了坚持的意义。不论遇到多么艰难的情况，只要坚持下去，心中必定会找到一缕曙光。下雨的军训日子也教会我勇敢面对挑战，勇敢承担起责任，勇敢迎接未来。我从中品味到了勇敢的滋味，明白了成长的道理。

总之，在下雨的军训日子里，我体会到了雨水的独特魅力，也明白了生活的真谛。无论面对什么困难和挑战，只要坚持和勇敢，便能见到明天的阳光和彩虹。我相信，这段下雨的军训经历，将成为我人生中一道亮丽的风景线，永远激励着我向前奔跑。

**军训心得体会下雨天篇二**

终于，在大一结束之前，我参加了xx大学的军训，与想象中不同的是，在第一天伴随着我的不是烈日而是大雨。

渗着雨水和汗水，透着深呼吸，我们就这样揭开了军训的序幕。首先，教官教我们的是站军姿：双脚分开60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，双肩后张，收腹，下巴微收……我觉得军姿是一种很美好的姿态，它展现了军人的风采，还有一种从容的美。如果青春是首动人的歌，那么军姿就是其中最铿锵的旋律。

接下来教官教了我们转身以及齐步走，这些看起来似乎没什么难度的动作其实正考验着我们的思维反应。不积小流，无以成江海。如果不是每个同学都认真、整齐、有力度地做动作，就不可能有一个高质量、整齐划一的队伍。这些锻炼让我体会到了团结的力量，也让我意识到团队精神的重要性，这将会让我终身受益。

在今天的训练中，有一点特别让我感动——无论雨下得多大，所有教官都没有撑伞，而是选择淋雨。我们的顾教官很照顾我们，几次提醒我们撑伞，自己淋透却全然不顾。我对这种行为由衷地敬佩，但也希望在接下来的日子里教官能照顾好自己的身体。为你们点赞！我们一起加油！

**军训心得体会下雨天篇三**

。

渗着雨水和汗水，透着深呼吸，我们就这样揭开了军训的\'序幕。首先，教官教我们的是站军姿：双脚分开60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，双肩后张，收腹，下巴微收……我觉得军姿是一种很美好的姿态，它展现了军人的风采，还有一种从容的美。如果青春是首动人的歌，那么军姿就是其中最铿锵的旋律。

接下来教官教了我们转身以及齐步走，这些看起来似乎没什么难度的动作其实正考验着我们的思维反应。不积小流，无以成江海。如果不是每个同学都认真、整齐、有力度地做动作，就不可能有一个高质量、整齐划一的队伍。这些锻炼让我体会到了团结的力量，也让我意识到团队精神的重要性，这将会让我终身受益。

在今天的训练中，有一点特别让我感动——无论雨下得多大，所有教官都没有撑伞，而是选择淋雨。我们的顾教官很照顾我们，几次提醒我们撑伞，自己淋透却全然不顾。我对这种行为由衷地敬佩，但也希望在接下来的日子里教官能照顾好自己的身体。为你们点赞!我们一起加油!

盼望着、盼望着，九月的脚步终于在阵阵沁人心脾的微风中悄然而至，楼前小花园里的花朵扬起了令人心醉的笑脸。蓝天下欢笑如故的我们不再单纯无知，带着坚强的意志踏入了初中的大门，将要通过第一道严酷的考验——流血，流汗不流泪的军训。

在这几天的军训中，最我印象最深的是今天刚刚经历的那一场雨中军训，没了前几天烈日的肆无忌惮和滚滚热浪的侵袭，取而代之的是阴风怒号，黑云翻墨。刚出教室门，心情顿时如这天气一般，但是当我看见教官那刚毅无比神情，笔挺的身姿时，顿时打起了精神，为自己加油鼓劲。

上午的活动是最考验意志的一项内容——站军姿。教官要求我们双脚分开，成六十度，双腿笔直，不得弯曲，收腹挺胸，中指贴裤缝，双肩自然向后伸展，目视前方，重心向前倾斜，站立时间为十五分钟。

起初，我自按照规则，纹丝不动地站立着，眼神也尽量坚定。可不久，重重困难便接踵而来，肆虐的狂风猛吹着我脸庞的碎发，它们如同令人厌烦的小虫子，屡次搔挠着我的面颊，让我奇痒难耐，不禁想伸手挠一挠。可当我看见同学们岿然不动的身姿，严肃庄重的神情时，瞬间觉得特别惭愧，只得强行忍耐。站着站着，脸颊略微舒适，却忽觉脚后跟一阵酸麻，很快升腾至大腿，双手也跟着不住地发颤，身体无力地松弛下来，感觉目光中夹杂了些许迟疑与退缩。此时，阴沉沉的天空，开始下起了雨，滴滴如针般，随着冷风扎在脸庞，紧贴的胳膊，又冷又痛。娇生惯养的我心中不住叨念着：雨下大点吧，我们就可以“放弃战斗，撤兵回营”了。

今天在蒙蒙细雨中军训，突然有了壮志凌云冲霄汉感受，又平添了几分自豪的感觉，看着学生在雨中训练，一张张稚嫩的脸，求救的眼神，腮边不知是雨水还是泪水，不免又有些心疼，不过这正好也让学生体会一切行动听指挥的真正含义，理解军训的意义，也不是坏事。

军衣有些湿了，为了学生身体健康，不一会儿就进科技楼看《大阅兵》了，原来学校早有预案，不但要从身体力行方面，还从思想上再打上一针,这样有利于教育学生成长，养成严格要求自己，不怕困难，勇往直前的精神品质和勇气，做最好的自己.!

刚踏进初一的校门，我们就开始了严厉的军训，教我们的教官姓韩，他将陪我们度过1天半的时间并教会我们许多有关军姿的练习。

刚开始教官让我们站军姿：双手紧紧贴紧自己的裤子，两脚后跟靠在一起，两脚尖打开60度，脖子紧紧靠着后衣领，目视前方。就这样，我们站了大约半小时，对面有一个女同学吃不消，往后退了2步，只听“砰”的一声她晕倒了，老师把她带走后，我们班也有同学吃不消，晕倒了。接着，天暗了，下雨了，我们以为不用练了，可以回教室了，个个都在拍手，欢呼雨来的及时，没想到教官让我们在雨里继续练，真倒霉!

今天是军训地第3天，6点钟雨已经开始下了起来，这正是参加军训孩子们的起床时间。6点10分，集合哨一响，孩子们迅速集合完毕开始出操，小雨淅淅沥沥的下着。几天来雨点不断，空气中弥漫着水汽，雨点落到身上略有些凉意。孩子们喊着嘹亮的口号：“1-2-3-4,12——3——4。”脚步统一，步伐整齐。跑步的声和口号声响彻整个校园，穿过空气，回荡在卫辉七中的上空。7点，开饭时间到了，集合哨一响，孩子们又迅速集合完毕，雨突然大了起来，瞬间淋湿了孩子们的衣服，可是没有一个人动一下。

在教官的指挥下，孩子们排队来到餐厅前。餐前一歌《团结就是力量》，歌声嘹亮，铿锵有力，大雨丝毫没有动摇孩子们的斗志。看到这一幕幕，我的眼睛潮湿了(写到这，我的眼泪忍不住夺眶而出)。我敬佩教官：在短短的两天内，竟训练出这么高素质的娃娃军，可见教官们付出了很多很多。我更赞扬这群孩子，从刚军训时叽叽喳喳到鸦雀无声，从混乱不堪到整齐有序，从稀稀拉拉到步调一致。两天来孩子们克服一切来自生理心理的困难，少了一份家长的唠叨，多了一份教官的严厉口令;少了一份家长的溺爱，多了一份教官的吁吁教导;少了一份温床，多了一份成长的土壤;少了一份懒惰，多了一份勤奋;少了一份无为，多了一份辛勤。今天的少年拥有的很多，失去的也很多。

优越的生活环境，滋生了懒惰，毁灭了勤奋。安于现状，目光短浅，胸无大志。看到今天参训的孩子，我的感受也很多很多。环境决定将来，没有人生来就是栋梁，钢是要经过烈火的煅烧才能坚韧，人要经过磨练才能成才，苦点累点算什么?孟子曰：“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”梁启超曾说：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。”

**军训心得体会下雨天篇四**

第一段：引言（200字）。

军训是每个大学新生的必修课，它旨在培养学生的纪律性和团队合作能力。而今年的军训过程中，我们碰到了一个意外的挑战——下雨。尽管雨水让军训变得更加艰难，但它也带给我们宝贵的心得体会。

第二段：困难与挑战（250字）。

下雨天的军训给我们带来了诸多困难与挑战。首先，雨水让地面变得湿滑，增加了训练中跑步和行军的难度。另外，雨水导致训练场地变得泥泞，使得比较严格的军姿训练变得更加艰辛。此外，我们的军训服都被雨水浸湿，增加了负重和不适感。面对这些挑战，我们要坚持训练，并积极应对。

第三段：团结与合作（250字）。

尽管下雨给我们带来了许多困难，但它也让我们更加团结和合作。我们相互之间互相搀扶，互相鼓励，确保每个人都能安全通过训练。在雨中，我们一起面对困难，体会到团结合作的力量。从这个过程中，我们学会了相互信任和倾听，这对于以后的学习和生活也是非常重要的。

第四段：坚持与毅力（300字）。

下雨军训考验了我们的坚持和毅力。面对困境，有些同学感到疲惫和沮丧，想要放弃。但是，我们齐心协力，互相鼓励，没有人放弃。雨水的洗礼锻炼了我们的坚持意志，使我们能够在困难和挫折面前不屈不挠，坚持到底。正是这种坚持和毅力，使我们在困境中收获了更多。

第五段：收获与体会（200字）。

虽然下雨给我们的军训带来了困难和挑战，但它也让我们获得了宝贵的收获和深刻的体会。我们学会了坚持和毅力，体验了团结和合作的力量。雨中的军训让我们更加珍惜晴天的阳光，也让我们更加懂得如何在逆境中前行。无论是在军训还是以后的生活中，我们都要时刻保持乐观和积极的心态，勇敢面对困难和挫折，坚持向前。

总结（200字）。

虽然下雨天的军训给我们带来了不少困难和挑战，但正是这些困难和挑战锻炼了我们的意志和毅力。在团结合作的过程中，我们收获了珍贵的体验和心得。我们要时刻坚持，不断追求进步。无论是下雨天还是晴天，我们都要勇敢面对，相信自己能够克服一切困难。

**军训心得体会下雨天篇五**

。

在岳阳城的暖阳下，在南湖的绿藻旁，我们的军训进行到了第八天。

军训中的我们虽无军人之实，却亦有坚毅之魂。习惯了假期晚起的我们，在天刚蒙蒙亮时就已经集合完毕，双手靠齐，目光坚毅，任肌肉紧绷，岿然不动。在这挺立的身姿上绽放的，是我们的青春年华。抬高脚步，挥起手臂，目视前方，踏稳步伐，在这铮铮的踏地声里，是我们的钢铁之心。

通过这几天的训练，我真正的体会到了什么叫“不积小流，无以成江海”，没有每一个人的努力，就不会有高水准的队伍。我们那整齐划一的动作，穿云裂石的喊声，都让我明白了团结与合作的力量。

让我印象最深的，莫过于今日晚训时，那暴雨说来而就来时，出乎我的预料，军训场上口号声却是愈发嘹亮，当雨水从帽沿越来越快滴下，我们脚步声也是越来越响亮。

**军训心得体会下雨天篇六**

在如火如荼的军训期间，我们突然遭遇了一场大雨，课目顿时被取消，同学们顿时兴奋非凡，似乎进入了一个不设规矩的玩乐天地。在这个特殊的经历中，我深深体会到了军训的艰辛和困难，同时也认识到了自己的不足之处。

第二段：坚持训练，挑战自我。

军训下的雨水让我们无法进行原计划中的训练项目，可是我们并没有因此而松懈。突如其来的情况下，我们积极配合教官组织了临时的训练课目，以满足我们在雨中进行军事训练的需求。这个时候，我意识到在军队里，规定和纪律是无处不在的，临时变动并不会改变我们练兵的目标，只是对我们的意志和耐力进行一次巨大的考验。

第三段：团结合作，克服困难。

大雨中，我们团结合作的意识得到了充分的体现。我发现同学们彼此之间犹如一支紧密的战斗队，大家奋勇向前，互相鼓励和帮助，不论是在擦枪、整理装备，还是面对艰苦的训练，我们都以团队的力量凝聚在一起，共同战胜着雨水给我们带来的困难和不便。

第四段：身心锻炼，尽展风采。

在雨中进行军训虽然给我们带来了不少的困难和磨练，但同时也给予了我们锻炼身体的机会。记得那一次在大家的鼓励下，我勇敢地跳入一摊水中完成了军体拳的动作，虽然整个人都湿透了，但我却感到了内心深处的满足。无论是训练，还是在下雨的环境中，我们都能够尽展风采，展现军人的优秀品质和精神面貌。

第五段：励志向前，汲取力量。

在“心得体会军训下雨”的经历中，我体验到了军训给予自己的变化和力量。经历了这一阶段的训练，我明白了军训不仅仅是磨练意志的过程，更是一次磨练心灵的历程。通过军训中的雨水洗礼，我变得更加坚强和自信，学会了勇敢面对困难和逆境。军训下的雨水让我在困难中感悟人生的真谛，激发了我永不放弃、永不服输的斗志，让我对未来充满希望和信心。

总之，在军训下的雨水中，我不仅感受到了军人的担当与牺牲，更明白了困难不可怕，只要我们积极应对，并坚持下去，就一定能够战胜一切困难。这一次意外的经历，让我对军人的辛苦有了更加深刻的理解，也让我在团结合作中体验到了团队力量的伟大。我相信，通过这次军训的经历，我已经得到了一次深刻的成长和锤炼，这将会成为我人生中宝贵的回忆和充满力量的资本。

**军训心得体会下雨天篇七**

。

今天是军训地第3天，6点钟雨已经开始下了起来，这正是参加军训孩子们的起床时间。6点10分，集合哨一响，孩子们迅速集合完毕开始出操，小雨淅淅沥沥的下着。几天来雨点不断，空气中弥漫着水汽，雨点落到身上略有些凉意。孩子们喊着嘹亮的口号：“1-2-3-4,12——3——4。”脚步统一，步伐整齐。跑步的声和口号声响彻整个校园，穿过空气，回荡在卫辉七中的上空。7点，开饭时间到了，集合哨一响，孩子们又迅速集合完毕，雨突然大了起来，瞬间淋湿了孩子们的衣服，可是没有一个人动一下。在教官的指挥下，孩子们排队来到餐厅前。餐前一歌《团结就是力量》，歌声嘹亮，铿锵有力，大雨丝毫没有动摇孩子们的斗志。

看到这一幕幕，我的眼睛潮湿了(写到这，我的眼泪忍不住夺眶而出)。我敬佩教官：在短短的两天内，竟训练出这么高素质的娃娃军，可见教官们付出了很多很多。我更赞扬这群孩子，从刚军训时叽叽喳喳到鸦雀无声，从混乱不堪到整齐有序，从稀稀拉拉到步调一致。两天来孩子们克服一切来自生理心理的困难，少了一份家长的唠叨，多了一份教官的严厉口令;少了一份家长的溺爱，多了一份教官的吁吁教导;少了一份温床，多了一份成长的土壤;少了一份懒惰，多了一份勤奋;少了一份无为，多了一份辛勤。今天的少年拥有的很多，失去的也很多。

优越的生活环境，滋生了懒惰，毁灭了勤奋。安于现状，目光短浅，胸无大志。看到今天参训的孩子，我的感受也很多很多。环境决定将来，没有人生来就是栋梁，钢是要经过烈火的煅烧才能坚韧，人要经过磨练才能成才，苦点累点算什么?孟子曰：“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”梁启超曾说：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。”

七天的军训生活，我尝遍了酸甜苦辣。在这短短的七天里，我懂得了军训的真正意义，知道了华附为何一定要每届新生进行军训，更深深地了解了“吃得苦中苦，方为附中人。”的含义。

在七天的军训生活中，每天我们都必须接受七到八个小时的军事训练，还要自己打扫宿舍，自己洗衣服……这对于许多在家里是“小皇帝”的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

就在军训的第一天，教官就先给我门来了个下马威——站军姿三十分钟。虽说只是三十分钟，但在烈日当空下，同学们都一个个地倒下了。还好，教官们也是会体贴的把身体不好的同学扶到树阴下，并为他们抹汗。可是，当教官们转过头来，看见有同学动的话，那就惨了，动的同学再加十分钟。啊!军令如山，大家只好服从。

当然，教官们也是会说笑的。当大家休息时，教官就会教我们唱军歌，还与我们聊聊部队的生活。每当我听到他们讲部队生活时，我都会感到敬佩。原来，教官们比我们年龄大不了多少，也就大一两岁，可是，他们的生活和我们可是天壤之别。而且，他们都很后悔当初没读好书，所以，他们没天白天就进行训练，而晚上则打着手电筒看书。听到这些，我的眼眶都有点湿润了。我不能想象他们是怎么熬过来的，比起教官们，我不禁有些惭愧了。是啊，如果我们有这么好的学习环境和生活环境而不努力读书，该是多么对不起父母和家长啊!我也知道了华附坚持每年军训的真正意义。

在训练中，让我感受最深的要数拉练了。拉练，也是华附每年军训的一个必须的项目。要求我们从附中跑步到华师大。再回到附中，全程大约一个小时。而规矩就是：每个班必须要全部同学回到附中才算赢，也就是说一场团体战。这是附中为了锻炼我们的集体凝聚力而开展的。一开始，大家都兴致勃勃地跑出校门，没有一点累的感觉。但是到了中途，不少同学都泄气了，还有几个同学受伤了。这就难办了。可是，尽管同学们只认识了不到三天时间，大家还是左右扶搀，帮助有困难的同学。集体的力量是多么伟大啊!大家好像早已不把名次和荣誉放在眼里，只要大家都平安就很满足了。

这次的拉练，把原本是散沙的我们合成了坚硬的混凝土。高一(11)班，已不再是散沙一盘了。

在七天中，我们不只军训一个项目。每天晚上，都会有一位学校领导开报告会。在这些报告会中，我学会了许多。懂得了做人的正确价值取向，集体注意的价值取向。懂得可华附学风的意义，认真刻苦，是苦学精神;求实创新，是科学精神。懂得了华附学生学习的苦乐观：1.吃苦的过程是财富;2.先苦后甜贵在先苦;3.苦得其所。更学会了许多科学学习方法，我们要学会科学借助，因为“借”也一种学问。

七天军训，让我受益匪浅，我真正懂得了什么是“苦”，在以后三年的学习中，我会把这种坚持不屑，吃苦耐劳的精神融入到学习中去。

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。

长这么大，我还是第一次参加军训，第一次住集体宿舍，第一次真枪实弹打靶，这次军训真正让我体验了军人的生活，今生不再遗憾没当过兵了。”近日，参加完为期8天军事训练的职工王春萍告诉笔者。

来自农业生产一线的王春萍是一连的一名普通女职工，也是军垦二代。平日里，她白天忙于农事，夜晚早早进入梦乡。从来没参加过军训的她是怀着对军营的憧憬走进二师民兵训练基地的。紧张的军训生活很辛苦，也很累。在这里，王春萍深切地感悟到：我们安定的生活是这样的一批人在守卫着。多少个佳节他们只得在远方默默地思念着亲人，孤独地在夜空下站岗执勤，她不禁对他们产生了崇敬。

王春萍在这次军训中表现突出，投手榴弹获得女兵排第一名，干活不怕脏、不怕累，抢着打扫卫生、打开水，获得了女兵们的高度赞扬，一致推选她为这次训练的先进个人。她笑着说：“这个荣誉是我实现军人梦想的见证。”这次军训也让王春萍深深感受到了当代军人的风采。

一次意志的磨练。

已是第六次参加军训的八连职工范家源说：“每一次军训都是对我意志的磨练，参加军训能让我更快地成长。”范家源觉得军训生活虽然单调、枯燥，每天重复着同样的内容，但是很充实。军训不仅能锻炼身体，还可以培养吃苦耐劳的精神，磨练意志。一次实弹打靶，让范家源明白了很多事情是要平时刻苦训练，才能取得好成绩。他决心要把军训中的苦和累，化作日后勇敢向前的力量，在今后的工作中发扬流血流汗不流泪的精神。

“这次训练，让我感觉到要在日常工作中高度认真。我要继承和发扬老一辈兵团人艰苦奋斗的精神，为兵团事业的发展贡献一份自己的力量。”3月6日,范家源在军训日记中这样写道。

一次使命的传承。

“军训挺有意义的，下次军训我还要来。”3月11日，兽医二站的技术员邓凤兴奋地对旁人说道。今年23岁的邓凤是一个刚走出大学校门的小姑娘，这次军训让她成长了不少，让她更加了解了屯垦戍边是需要每一代兵团人不断努力才能完成的使命。

8天的军训生活让邓凤的内心深处对兵团精神有了更进一步的体会。

她说，作为一名兵团人，她的肌肤、她的灵魂、她的血液、她的每一个细胞早就让兵团精神浸透，她决心坚守好这片土地、履行好兵团人屯垦戍边的使命。

九日，温江迎来橙色暴雨预警，彻夜下过一场倾盆大雨。早上雨水也还是持续着。室外军事训练也由此改成了整理内务。同学们早晨在连长的统一带领下吃过早餐后，就有秩序地回到了寝室进行内务打扫。

一时间，楼道里呈现出一派火热的景象。前些天连长进行过叠军被演示，同学们学以致用，认真按流程把被子叠过，整齐摆放床上用品，看起来秩序井然，充分体现着军人严谨的生活作风。在整理内务的过程中，同学们通过互帮互助，共同为寝室公共卫生贡献力量，增强了同学们的友谊和凝聚力，体现出一片和谐的氛围。连长亲自挨个走访了每个寝室，并且与大家进行了生活上的一些交流，对内务整洁的寝室进行了表扬，并鼓励其再接再厉;对内务整理不太优秀的寝室给予了严格的要求，也激励大家向优秀的寝室看齐。

狂风暴雨遮挡不住同学们军事训练的热情，除了必要的体能训练，生活上的锻炼也依然让大家情绪高涨。军人气质不仅体现在飒爽的军姿，整齐的步伐，也体现在生活细节的方方面面。整理内务不仅是打扫寝室清洁，更是锻炼同学们严谨有序的生活态度。通过整理内务，大家可以更多地体会到军人生活的魅力，有助于形成良好的生活习惯与作风。

**军训心得体会下雨天篇八**

军训下雨是一种特殊的经历，它既考验了我的体能和毅力，也让我深刻体会到了坚持和团结的重要性。在这个特殊的环境下，我学会了调整自己的心态，并从中获得了一些宝贵的体会。以下是我在军训下雨中所得到的心得体会。

首先，军训下雨让我明白了坚持的意义。雨水滴在头顶上，湿透了我的军装。我感到双腿发酸、筋疲力尽，但是我依然坚持着。在雨中奔跑、练习各种动作，我明白了坚持的重要性。只有坚持下去，才能够克服困难，取得更好的成绩。坚持下来的每一天都是对自己的一次鼓励和激励，让我更加坚定了自己的目标和信念。

其次，军训下雨也教会了我团结合作的精神。当雨水淋湿了我们的衣服，我们紧紧地靠在一起，互相搀扶着前行。在这个关键的时刻，我们发挥出了团结合作的精神。没有个人的英雄主义，只有整个团队的力量才能让我们更好地完成任务。只有相互配合、相互支持，我们才能在恶劣的天气环境中顺利度过。这样的团结合作精神将伴随着我们未来的学习和工作，帮助我们更好地面对各种挑战和困难。

此外，军训下雨也让我学会了调整心态。面对冷雨的侵袭，我不再抱怨无奈，而是努力改变自己的心态，积极应对。我告诉自己，这是一次磨炼意志的机会，只有经历过困难，才能变得更加坚强。同时，我也学会了欣赏雨水给大自然带来的滋润和清新。站在雨中，感受着雨水洗刷心灵的感觉，我逐渐接受了雨水的存在，调整了自己的心态。

最重要的是，军训下雨也让我明白了生活中的不易。雨水不会因为我们的抱怨而停止下落，也不会为我们的苦楚而停歇。这个世界上没有完美的环境，所有的困难和挑战都是生活的一部分。只有积极面对，坚持努力，我们才能取得更好的成绩。在军训下雨的日子里，我明白了生活中无法控制的一面，学会了接受并处理它们。这样的心态将成为我未来面对困难和挫折时的一种力量，让我更加勇往直前。

总之，军训下雨是一次特殊而难忘的体验，它教会了我坚持、团结、调整心态和面对生活的不易。这次经历让我明白了坚持不懈的重要性，并意识到只有团结合作才能获得更好的成绩。同时，我也学会了调整自己的心态，将困难视为一种挑战。最重要的是，军训下雨让我明白了生活中不易的一面，并学会了接受并面对它们。这些宝贵的体会将伴随着我未来的成长和发展，并让我更坚定地前行。

**军训心得体会下雨天篇九**

今天又是崭新的一天。刚开始训练，天空不作美，稀稀拉拉地下起了连绵的细雨。慢慢地，雨越下越大。只觉得巨大的雨滴向自己砸来，一滴，两滴，三滴……一滴滴雨与一滴滴汗交融在一起，刹那间“飞流直下三千尺”，只看见一团团白色的东西顺着军帽迅速地滑落。逐渐，视线已成为雨帘。原以为会唉声叹气的自己竟没有发出一点抱怨的声音，依旧挺拔、挺拔的站着。不久后便回到了教室，伴随着教官的一声声叫喊，终于体会到了军人的利索与干脆。还记得在一个德国的军营中，这里的军人只能对上级的说三句话，依次是“是，长官”“不是，长官”“没有借口，长官”。

那时的我还没有真正的意识到，而现在，我已经完全体会到了其中的内涵。窗外的雨依旧淋淋沥沥地下着。猛然抬头，却发现外边的几颗树们仍旧挺拔不屈的站着，它们任凭一滴滴雨水敲击自己的身体，却依旧没有放弃，没有退缩，因为它们知道“风雨过后必定是彩虹”，因为它们始终明白——正是有了这种艰苦的磨炼，它们才能站得更直，挺的更高。

**军训心得体会下雨天篇十**

军训是我大学生活中的一段特殊经历，而军训下雨更是让我难以忘怀的一次经历。通过这次经历，我深深感受到了坚持、团结、勇气的重要性，并领悟到了人生的一些道理。在下雨的军训中，我经历了许多困难和挑战，但也学到了很多宝贵的东西，这对我以后的生活和工作都会产生深远的影响。

第一段：坚持理想，在困境中找寻动力。

军训的第一天，下了一场大雨。顷刻间，热腾腾的汗水被雨水冲刷得毫无反抗之力。面对着冷雨，我内心产生了退缩的念头，但在教官的鼓励下，我知道不能轻易放弃。于是，我用一个旱激将自己鼓励起来，告诉自己只有坚持下去才能实现自己的理想与目标。这个经历让我明白，尽管困难会突然而至，但只有坚持不懈，才能最终迎得胜利。

第二段：团结合作，共同面对困难。

在军训下雨的日子里，我意识到团结合作的重要性。大雨倾盆，每个人都身处同一片雨水中，感受着无情的寒意。在这样的情况下，大家只能互相帮助才能共同面对困难。我记得有一次，在搭建帐篷的过程中，雨势愈发强烈，我们的帐篷遭到了严重的冲击。但是，我们没有退缩，大家齐心协力，用尽全力去保护帐篷，终于成功地支起了帐篷。通过这次经历，我深深感受到团队的力量，只有团结一致，才能在困难面前坚不可摧。

第三段：勇于面对，克服自我。

军训下雨的日子里，我也经历了一些身体和心理上的挑战。身体上，雨水使我感到极度的寒冷，手脚冰凉，但我并没有放弃。心理上，军训下雨加剧了大家的疲劳和挫折感，很多人开始丧失信心。但我意识到，只要勇于面对困难，积极克服自我，一切都有可能。于是，我用积极的心态去面对困难，坚信自己一定能够克服。正是这种勇于面对的精神，让我在军训的雨水中坚持下来，并且取得了超出自己的成绩。

第四段：生活的不易，珍惜眼前。

在军训下雨的日子里，我深深地感受到了生活的不易。雨水让训练变得更加困难，但也让我更加珍惜每一个片段。每一滴雨水、每一声呼吸、每一个广场操训，都是我大学生活中宝贵的回忆。而这一切都会成为我人生中难忘的经历，在我日后的生活和工作中产生深远的影响。

第五段：感恩与成长。

在回顾军训下雨的经历时，我深深感恩这次特殊的经历给了我很多宝贵的东西。我学到了坚持不懈的精神，领悟到了团结合作的重要性，得到了克服自我困难的勇气。这次经历让我成长了很多，也让我更加成熟了。无论是什么样的挑战，我相信我都能够勇往直前、继续前行。

这次军训下雨的经历让我深刻体会到了人生中的一些真谛，也让我受益匪浅。困难和挫折虽然令人痛苦，但却是我们成长和进步的机遇。只有在面对困难时保持坚持、团结和勇气，我们才能战胜困难，迎接更加美好的未来。在未来的人生旅程中，我会铭记这次军训下雨的经历，并将它引领我走向更加充实和成功的人生道路。

**军训心得体会下雨天篇十一**

军训是每个学生都必须经历的一个过程，不仅可以锻炼身体，更重要的是能够培养大家的逆境应对能力和毅力。而这次训练的过程中，我遇到了一场“特殊”的考验——下雨。

第二段：雨中的军训。

当然，军训和下雨是分不开的。尽管明知如此，还是不禁有些担心和害怕。军训时，天空渐渐阴沉，阵阵风声，不一会儿，细雨飘落，极易让人感到一丝凉意。此时，教官发出了口令，要求我们从瑜伽垫上起身，向着雨中奔去。大家匆匆忙忙地拿起装备，迎着大雨往外冲，任凭寒冷冰雨打得我们瑟瑟发抖。

第三段：抵御困难的意义。

在雨中的军训，虽然很考验身体的毅力，让大家感到很痛苦，但却也很锻炼心理素质，提高了大家的抵御挫折的能力。在经过短暂的调整后，便有了不同的心理和体能的表现。有些同学表现得坚毅顽强，发扬了不畏困难的精神，一直奋斗到最后，不轻易放弃;而有些同学则显得局促不安，无法正常发挥，心态稍有波动就放弃了。可见，困难面前，一个人的心理素质比体能表现更重要。

第四段：逆境下的心态调整。

面对大雨和训练的挑战，我们需要调整自己的心态，懂得耐心与坚持，了解享受与承受的区别，从而在失败与成功之间达到一个平衡点。仔细回忆自己当时的表现，以及身边同学的表现，发现认真对待，积极面对，耐心调整自己心态的同学，无论是军事课的成绩还是旅程中交到的朋友都显得更加优秀。

第五段：结尾总结。

在这场“雨中”的军训中，我们或许只是短暂地经历了一次心理和生理上的煎熬，但对于这个即将步入社会的年轻群体来说，面对现实生活的挑战和压力，我们必须有坚定的目标和信念，以良好的心态面对任何困难和挫折。相信这次军训和下雨的经历将使我们更加坚毅、更加自信。而今后走向社会，在不断的工作和生活中，都会变得更加勇敢、更加坚强。

**军训心得体会下雨天篇十二**

星期六，终于到来了。

这一天，我不知道盼了多久了，今天是军训汇报表演。但是，天上的雨还是在下，似乎还大了点；地上的风还是在吹，似乎还冷了点。而军训汇报表演也没因为风雨的到来而离去。雄浑铿锵的音乐响起，我们站在运动场上，整装待发。立正！军官大吼了一声表演开始了。校长走了过来，深情的大声说：同学们好！校长好！同学们辛苦了！为校争光！我们齐声回答，铿锵有力。可是不知道是为什么，声音越大，风雨也大了起来！珠子纷纷扬扬的洒落在我的头发上，肩膀上。我不禁瑟瑟发抖。

阅兵式终于开始了。随着标兵的号子，我们一样跟着标兵，走到了跑道上。踏步走！我看着标兵的步子，把重音踩在左脚上。齐步走！左右左，左右左。我心里不停地默念着，眼睛也盯着标兵的步子，生怕走错了，影响了整个班。踏步！我用余光看着右边的同学，与他们对齐。齐步走！我心里又默念了起来。一班一班，一二！我们喊起了口号：一班一班，团结如山，高歌猛进，勇往直前，一二三四，一二三四！喊完后的几秒钟标兵又说：向右看！一，二！我抬起我的大腿，使力迈开来，虽然不是很标准，但我每次都尽力做好，不给班级拖后腿。向前看！一，二！我们心里默念了一声加油，然后迅速把正步换成齐步。我们绕着操场一直走。我很紧张，我能感受到背后那一道道炽热的目光。我们走到了我们指定的地方后，就停下来休息了。我抬头望蓝天，珠点丝毫没变小，反而越来越大了。

风，还是无情地刮着；雨，还是无情地下着。风每一吹，我的身子就冷一块；雨每向我倒一次，我的衣裤、头发就湿一处。不到半个小时，我就成了一个大冰人，我全身上下没有一处不滴水的。我的头发在到处滴水，但是我不敢把水挤出来。我想，如果挤了的话会不会全身都湿完了。事实上我全身早就湿完了。

终于，阅兵式结束了，我长吁了一口气。下面就是由每个班几个同学组成的方阵打军体拳了。他们的拳打得很标准，不过因为风雨的原因我无心欣赏。

风冷，雨大。我的头发直接性的流水了，一挤，就像打开了水龙头一样，水源源不断的流了出来。这根洗完澡之后是没什么了。我站在那里全身发抖。冷！我和后面的同学挤在了一起，过了很久，也没有一丝的暖意。我干脆直接和她背对背摩擦了起来，好久之后才有点热了。后来，我们十几个同学挤在了一起，不停地哈气，站在一旁的家长看不下去了，直接冲过来为孩子打伞，把衣服、外套脱下来给她们穿上。

**军训心得体会下雨天篇十三**

在这个世界上，没有哪个军人是没有经过严格训练的。而军训作为一种锤炼意志的方式，始终被视为选拔优良军人的有效途径。但是，有时候军训的过程并不总是顺利的。下雨的天气，更是对军人心理和身体的极大考验。在这场别样军训下雨的日子里，我得到了很多收获和体会。

第二段：困难与挑战。

当我们正准备开始训练的时候，天空突然下起了毛毛雨，此时我们意识到，这次的军训注定是亿无轻松的。即便是在稳固的地面上行进，马路两旁的泥土和涂在鞋子上的湿气，也让我们每一个人，都像小船在海洋中颠簸般地不稳。面对着这突如其来的情况，我们只能选择尽力而为，以最佳的状态参加军训。

第三段：心理调适和合理休息。

尽管天气恶劣，但是我们军人的训练永远不会停止。要对抗恶劣的天气环境，最重要的一点就是要进行心理调适和合理休息。我们要知道，中途休息不仅对身体有好处，也对心理有帮助。适度的休息可以恢复体力，使我们下一步行动更加有力，同时也能缓解内心的压力。

第四段：知难而进、团结协作。

正所谓“团结就是力量”，在这个军训下雨的日子里，团队的力量体现的尤为重要。尽管环境十分恶劣，然而面对各种艰难险阻，我们言出必行，几乎是咬牙切齿，承受所有挑战。我们鼓励彼此，提醒彼此，确保每一个人都有足够的精神支持。人人都表现出对团队的忠诚和贡献。

第五段：总结和收获。

虽然这次的军训经历十分艰苦，但也让我得到了很多收获和体会。相比其他经历，这次可谓是我最难忘的一次。我学会了坚持不懈，尽管天公不作美，也要勇敢面对。更重要的是，我体验到了集体的力量，惟有在这种情况下，我们才能真正地达到最好的状态，表明自己的实力。在未来的训练生活中，我将会以这次的经历为有力支持，不断努力，在以后的军训中逐渐成长壮大。

**军训心得体会下雨天篇十四**

这一天，我不知道盼了多久了，今天是军训汇报表演。但是，天上的雨还是在下，似乎还大了点；地上的风还是在吹，似乎还冷了点。而军训汇报表演也没因为风雨的到来而离去。雄浑铿锵的音乐响起，我们站在运动场上，整装待发。立正！军官大吼了一声表演开始了。校长走了过来，深情的大声说：同学们好！校长好！同学们辛苦了！为校争光！我们齐声回答，铿锵有力。可是不知道是为什么，声音越大，风雨也大了起来！珠子纷纷扬扬的洒落在我的头发上，肩膀上。我不禁瑟瑟发抖。

阅兵式终于开始了。随着标兵的号子，我们一样跟着标兵，走到了跑道上。踏步走！我看着标兵的步子，把重音踩在左脚上。齐步走！左右左，左右左。我心里不停地默念着，眼睛也盯着标兵的步子，生怕走错了，影响了整个班。踏步！我用余光看着右边的同学，与他们对齐。齐步走！我心里又默念了起来。一班一班，一二！我们喊起了口号：一班一班，团结如山，高歌猛进，勇往直前，一二三四，一二三四！喊完后的几秒钟标兵又说：向右看！一，二！我抬起我的大腿，使力迈开来，虽然不是很标准，但我每次都尽力做好，不给班级拖后腿。向前看！一，二！我们心里默念了一声加油，然后迅速把正步换成齐步。我们绕着操场一直走。我很紧张，我能感受到背后那一道道炽热的.目光。我们走到了我们指定的地方后，就停下来休息了。我抬头望蓝天，珠点丝毫没变小，反而越来越大了。

风，还是无情地刮着；雨，还是无情地下着。风每一吹，我的身子就冷一块；雨每向我倒一次，我的衣裤、头发就湿一处。不到半个小时，我就成了一个大冰人，我全身上下没有一处不滴水的。我的头发在到处滴水，但是我不敢把水挤出来。我想，如果挤了的话会不会全身都湿完了。事实上我全身早就湿完了。

终于，阅兵式结束了，我长吁了一口气。下面就是由每个班几个同学组成的方阵打军体拳了。他们的拳打得很标准，不过因为风雨的原因我无心欣赏。

风冷，雨大。我的头发直接性的流水了，一挤，就像打开了水龙头一样，水源源不断的流了出来。这根洗完澡之后是没什么了。我站在那里全身发抖。冷！我和后面的同学挤在了一起，过了很久，也没有一丝的暖意。我干脆直接和她背对背摩擦了起来，好久之后才有点热了。后来，我们十几个同学挤在了一起，不停地哈气（也许，这是唯一一个温暖点的办法了）站在一旁的家长看不下去了，直接冲过来为孩子打伞，把衣服、外套脱下来给她们穿上。

**军训心得体会下雨天篇十五**

。

我们同学不仅在白天认真坚持训练，晚上回寝之后，对于有些难度大的动作，继续训练，直到标准为止。还有在拉练的时候，我们走路没有了平整的广场，吃饭没有了温馨的食堂，在野外就靠着自带的食物来补给身体，对于好多同学而言，这都是难得的体验，或许这一生也不会再有几回。野餐时，我们进行了愉快的拉歌活动，大家都把包里的食物和同学一起分享，一幕幕苦中作乐的情景。在途中，一些体力好的同学帮着其他同学背包，拿衣服;有同学身体弱，累了走不动了，我们就掺扶着并排走，最终，我们顺利成功地完成了拉练。军训中的这些，都构成了一幅幅值得纪念的记忆图片。

军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务：如何叠军被，如何使我们天天生活的寝室更加整洁、舒适。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，好的习惯能为日后的学习生活节约更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。我们的军训之所以收获那么多，我们的胡教官功不可没，在训练中，对我们一直是实行铁的纪律，而在休息时，又和大家打成一片，我们是兵与官的关系，又是朋友关系，我们一起接受烈日的灼射，一起聊天，一起游戏，一起唱歌……从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大，他们拥有健壮的体魄，更有高尚的灵魂，他们有着铁一般的纪律，更有一颗乐于奉献的爱心，他们将自己的青春年华交给了祖国，担起的是保卫国家的重任。

军人身上有我们要学习的太多东西，他们是我们心目中最可爱的人!

岁月匆匆，转眼间我们小学已毕业，进入了初中的阶段。当我们进入初中的第一堂课便是军训。“军训，军训”顾名思义，就是按照军人的要求进行训练。在仅仅只有五天的军训中，我们经历了许许多多的事，有酸，有苦，当然也有甜!

在军训中罪不可避免的就是酸。像齐步走这种就必须要经历酸了。因为每次摆臂都达不到教官所说的那种感觉，所以，教官就让我们摆在空中停下来，然后他一个一个给我们调整好高度。全班六十多位同学，一个一个调，当然时间久了。在教官还没调完之前我们都要把臂摆到那种高度。几分钟下来，臂就有酸了。想随便的活动一下。可是其他同学，他们也都在咬紧牙关，拼命坚持。我想：同学们都能做到，我为什么不行呢?于是又坚持了下来。全班同学调完后。教官喊了一句“一”我们马上将这个臂收回去，摆出另一个臂。酸痛感立马减退一丝，虽然只有一丝，不过那种感觉如同喝了一杯甘甜可口的美酒一般，全身舒畅。像这样，一天下来。臂是油酸又痛，不过一想，我坚持了下来，便觉得这些辛劳是值得的。

苦，是军人必须要吃的。俗话说得好“吃得苦中苦，方为人上人!”每天早上，我们都要早早到军训场地进行军训。几乎这几天都是六点起床。对于我这个“贪睡鬼”来说的话，这确实挺苦的。就在军训的第三天，是我自认为最苦，最累的一天。一到军训场地，教官便让我们站军姿。我心中一想“哈!昨天都站了半个小时，今天站应该不会太累吧!”没想到，今天站的时间更长。一站便是一个半小时。要求更严。要做到“挺胸，抬头，收腹，两肩向后张，双手自然下垂，大拇指贴于食指的第二关节，并且一动不动。大概一个小时后，我的两个腿已经发麻，后背上衣服已经湿透了，现在用”汗流浃背”这个词形容再好不过了。我想打报告休息，但转念一想，这么长时间我都挺了过来，还怕在站一会么?于是我咬紧牙关挺了过来。直到教官说休息时，我才倒在地上，双腿双脚早已没了知觉，但我还是很高兴，因为我成功了，我挺了过来，我没有掉队!

军训中当然也有乐。在军训休息中，教官收起了以往严肃的表情，和我们打成一片，最有意思的莫过于拉歌了!

“一二三四五!”

“我们等得好辛苦!”

“一二三四五六七!”

“我们等得好着急!”

“一二三四五六七89!”

“你们到底有木有，有木有!

“哈哈哈哈~~”大家便集体笑了起来。

在军训中也少不了唱军歌。“军号嘹亮，步伐整齐，人民军队有铁的纪律……”虽然我还没学会唱。但我坚信，只有有铁的纪律，我们初中三年的学习才能更好。

在为期仅仅只有五天的军训中，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强!军训更在心理上给予了我们一个奖品——毅力!我相信，军人的精神将伴我们健康成长!

在四天的军训中。我们体会了人生的酸甜苦辣。站军姿、齐步走、跑步、正步走、停止间转法、蹲下起立、我们一次又一次地重复着枯燥的动作，用尽全身力气喊叫，却总不能换来教官满意的笑容。不管是流汗还是流泪，我们不能停止步伐，铁一样的纪律无时无刻地约束这我们。

在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立。有我们酸痛的手脚重复的动作。烈日下，细雨中，我们坚强的身躯仍挺立在操场上。本来我以为这四天的军训会很刺激，可我错了，全程下来，我像过了几个世纪。部队的生活是那么枯燥与乏味，而我像个无知的孩子，错误百出，啼笑皆非。可我仔细想想我又觉得很庆幸，因为我又一次在困境中磨练了自己，使自己变得坚强起来。这个跨度似乎是从孩童直接到了青年人应该有的成熟，感觉很自豪。

这短短的四天里，哭过，笑过，感动过;疼过，累过，勇敢过。这些日子里想家，所以眼泪是最多的，但想起妈妈的话：“给植物浇水会宠坏了它们，它们的后代只会越来越虚弱，所以你应该让它们周围的环境变的艰难一些，根部会向深处生长，自己寻找地底深处的水分。”想起自己的目标，就有了勇气。

我知道自己必须经受这一切的洗礼，才能争取成功的资格。其实回头想想，我失去的只不过是几滴泪几滴汗，而我获得的是一张张友善而可爱的脸，一个整洁、严明、自信、独立的自己!我感到无限的快乐和轻松。离开部队的那天，有些失落。可我知道，我人生的路真正开始了，我会勇敢，毫不畏惧。因为我相信：成功的花儿，人们只惊蓦它现时的明艳，然而当初它的芽儿，浸透的奋斗的泪腺，洒遍了牺牲的血雨。当你拥有美丽的时候，别忘了所需的奋斗!

所以我们不要太多的祈祷舒适和安逸，这样的祈祷少有如愿。我们应当祈祷我们的根能往纵深处伸展，这样任凭冷风吹，大雨淋，我们依然坚韧挺拔。

九日，温江迎来橙色暴雨预警，彻夜下过一场倾盆大雨。早上雨水也还是持续着。室外军事训练也由此改成了整理内务。同学们早晨在连长的统一带领下吃过早餐后，就有秩序地回到了寝室进行内务打扫。

一时间，楼道里呈现出一派火热的景象。前些天连长进行过叠军被演示，同学们学以致用，认真按流程把被子叠过，整齐摆放床上用品，看起来秩序井然，充分体现着军人严谨的生活作风。在整理内务的过程中，同学们通过互帮互助，共同为寝室公共卫生贡献力量，增强了同学们的友谊和凝聚力，体现出一片和谐的`氛围。连长亲自挨个走访了每个寝室，并且与大家进行了生活上的一些交流，对内务整洁的寝室进行了表扬，并鼓励其再接再厉;对内务整理不太优秀的寝室给予了严格的要求，也激励大家向优秀的寝室看齐。

狂风暴雨遮挡不住同学们军事训练的热情，除了必要的体能训练，生活上的锻炼也依然让大家情绪高涨。军人气质不仅体现在飒爽的军姿，整齐的步伐，也体现在生活细节的方方面面。整理内务不仅是打扫寝室清洁，更是锻炼同学们严谨有序的生活态度。通过整理内务，大家可以更多地体会到军人生活的魅力，有助于形成良好的生活习惯与作风。

20。

\_\_。

年7月6号的早上，我们迎着朝霞，睁着睡的迷迷糊糊的眼睛，怀着无比憧憬又忑的心情坐上了去黄埔军校的车。7月8号晚上又伴着日落，拖着疲惫的身体踏上回来的旅程。在这三天、在黄埔军校、发生了什么。只有我们这些亲自去经历的人才刻骨铭心的记得。而在这三天所学到、所感悟到的，会对我们以后的工作和生活有着重要的意义，甚至会影响我们一生。

part1军事训练。

在路上还在跟小伙伴聊天、看风景的我，一下车就意识到不对劲了。说好的帅气兵哥哥变成了看起来凶狠严厉的教官。没有磨磨唧唧的时间就要下车集合，上厕所也只有三分钟，平均一个洗澡的时间不超过五分钟，吃饭只有十五分钟……这些紧迫的时间让我觉得不可能在这么短的时间内完成，可就是这些不可能的事情是我自己亲身经历、自己做到的。

对军事训练最大的感受是纪律。我们实习生91个人是一个团体，只听教官一个人的命令。对教官的命令，首先不是要去验证他是对的还是错的，而是执行。在公司里又公司的规章制度，我们每个人所作的事情都并不能超过公司的制度条例。

在以后的工作中严格执行公司所要求的标准。杯子要摆放整齐，洗澡的时间五分钟，这个是军训里所给的标准。在工作中，不同的岗位会给出不同的标准。我们要严格按照标准来及逆行那个自己的工作。

给出的休息时间以及吃饭时间让我深深意识到时间的重要性。从来没有想过三分钟或者五分钟、十分钟可以做这么多事情。但是，在黄埔军校却可以拿来洗澡吃饭上厕所。以后，希望我自己可以充分利用自己碎片化的时间来进行学习和提升自己。

part220公里的徒步。

坚持是我第一个想到的词。当时我们队里有小伙伴身体不适很舒服，我问她要不别走了坐车过去也可以。她对我笑笑说：跟上吧，一会要掉队了。最后，她坚持走完了全程，所有人都坚持走完了全程。

part3拍数字游戏。

相信奇迹的发生。我们小组在游戏第一轮犯规、第二轮犯规、第三轮超时的情况下，坚持练习。我都做好要做160、320、甚至480个俯卧撑了。看着别的队一次次刷新成绩，我的心情越来越低落。后来，我们试着练习了一次，发现有进步。接着练习，成绩更好了。又接着练习了几次，发现成绩越来越好。最后一次，我们队也做出了6秒多的好成绩。在结果还没有出来之前不要先记着放弃，奇迹只会发生在坚持的人身上。

part4沙场点兵。

团队协作分工是我在这一环节所学习到的。当时我的角色是士兵，因为提前没有沟通好要参谋提醒我规避炸弹导致我触弹身亡。队友之间的沟通，以及协作是很重要的。无论缺少哪一环，都很难完成这个游戏。

part5毕业墙。

相信自己的潜力和能力。刚开始看到4.5米光秃秃的墙，我们一片混乱，觉得这是不可能的事情。后来在大家的沟通下，在教练的指导下，我们全队参与的都过去了。但当我看到当人梯的哥们那肩膀上的印子瞬间觉得很羞愧。那是我们这些体力不好的人一脚一脚踩出来的。所以，时刻记得我们是一个团队，要记得为我们团队默默奉献的人。

最后我希望自己在以后的工作中可以不忘初心、坚持艰苦奋斗，成为一个更好的人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！