

# 军训国防心得体会(优秀18篇)

在经历军训后，我深刻理解到军训不仅是一种体力的锻炼，更是一种对坚韧意志和顽强毅力的磨砺。以下是一些专家学者对于读书心得的研究和探索，希望能够给大家带来新的思维方式和启迪。

## 军训国防心得体会篇一

“听吧，新征程的号角吹响。强军目标召唤在前方。国要强我们就要担当。战旗上写满铁血荣光。”一首《强军战歌》瞬间把我们点燃，火热的激情熊熊燃烧，沸腾的呐喊响彻天空。

再细细体会半个月军训生活的点点滴滴，我似乎体会到这首军歌更深刻的意义。

我带着对国防生的憧憬和对蓝天的向往来到这里——长春理工大学国防生模拟营。紧张的军训立刻带动我所有的细胞，迅速点燃我全身的血液。

自定的闹铃把我们叫醒，迅速起身，开始我们新的一天。我们紧张却有序地收拾内务，将一切整理得一丝不苟，部放过任何一个角落和细节。班长手里的叠被手法，让我对豆腐块一般的军被充满好奇，投入全身心去压被，叠被。白天队列与体能的训练使我不敢松一口气。但每次在训练中超越自己的极限，我的内心有一种说不出的喜悦和成就感。休息期间，连长带领我们拉歌，铿锵的军歌不仅吼出我心中的苦闷，更吼出我的豪迈之情。到晚上，军训的生活也是多姿多彩。指导员教我们唱军歌，班长给我们讲他们大一的生活。我认真地听着，记着，我清晰感受到他们的关心。虽然我的家乡远在千里之外，但在这里有着家的温暖。

“战士的生活就是这样，有苦有乐有声有色。”这一首《一枚小弹壳》真正唱出了我的心声。军训的生活便是有苦有乐，即使是汗流浹背甚至血迹斑斑，但我与战友们从未被这些困难吓倒。在泥沼中跌倒，我们就立刻爬起。低头看看身上的作训服，看看胸前的空军胸章，以及一起奋斗的战友。我们忍下一切的苦与痛，将腰杆挺得更直。都说军人肩头有座上，其实我们的肩头也有座上。山一样的责任，山一样的担当。我们只是准军人，但我们却以一名优秀的`军人为目标。我相信，我们从现在开始努力，有责任心，敢担当，那么强军将不是梦想。

军训的日子似水如沙，在指间不断流逝。我蓦然发现成熟以爬上我的脸，自信涌上我的胸。不再喜欢那伤感或多愁的流行歌曲，而是喜欢《当那一天来临》这样铿锵的军旅歌曲；做事不再犹豫不决或踌躇不前，而是雷厉风行又不失稳重。虽说黎明前的夜最黑，但只要我们手握手，在互相搀扶中快速成长，最美的日出终会出现。

## 军训国防心得体会篇二

军训是每个大学生生活的重要部分，对于国防生来说，更是具有特殊意义。我作为一名新入学的国防生，于今年参加了大学军训，这段经历让我获得了许多宝贵的体会和感悟。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。在军队里，纪律是最基本的要求。每天准时参加晨练，按时服从命令，严格遵守队列行进等等，这些都需要高度的纪律意识。起初，习惯于自由自在的我很不适应这种严格的要求，但随着时间的推移，我逐渐明白纪律的重要性。一个有纪律的团队更加有战斗力，而纪律也培养了我们顽强拼搏、不怕困难的精神。

其次，军训让我锻炼了团队合作意识。军训注重队列训练，每一个动作都需要整齐划一的完成。而我所在的国防生小组，队员来自不同的地区、不同的专业，初来乍到时大家并不熟

悉。但是通过训练中的互相配合，一起克服困难的事情，我们逐渐建立了密切的联系，形成了一个协作高效的团队。团队中每个人都有自己的任务和责任，只有大家共同努力，才能实现目标。

另外，军训也教会了我如何面对困难和挑战。军训中，炎热的天气、枯燥的训练、刺骨的寒风都是我们所面临的困难和挑战。记得有一次，在户外列队行进时，突然下起了大雨，大家差点就要放弃，但教官却坚定地让我们坚持继续。通过这样的经历，我们学会了在困难面前不怕放弃，而是要一直坚持并寻找解决问题的办法。

此外，军训还教会了我生活的细节和习惯的培养。在训练中，我们养成了吃饭的仪式感，习惯了按时、按量地饮食。同时，在整理宿舍和个人物品的时候，我们学会了有条理的生活方式。这些细节看似不起眼，但却是我们日常生活中必不可少的一部分。通过这样的培养，我们更好地适应了大学生活，也更加注重了自己的形象和形迹。

最后，军训还让我感受到了军人的担当和责任。军人是国家安全的守护者，担负着保卫国家和人民的重任。在军训过程中，我深刻地感受到了军人的辛苦和荣耀。我们每一位国防生都应该自觉地肩负起为国家做贡献的担当和责任，将这种精神融入到以后的学习和生活中。

总之，参加国防生军训让我受益匪浅。通过军训，我提高了纪律意识，锻炼了团队合作能力，学会了面对困难和挑战，培养了生活的细节和习惯，感受到了军人的担当和责任。这些经历将伴随我一生，成为我坚实的内心支柱，帮助我面对未来的挑战。

## 军训国防心得体会篇三

第一段：引言

国防生军训是一次重要的活动，我参与其中后，对此有了深刻的体会和感悟。在军训期间，我认真学习了军事知识，锻炼了身体素质，培养了协作能力。这次军训对我个人成长起到了积极的推动作用。以下是我对军训的感受和体会。

## 第二段：军事知识的学习

在军训期间，我们学习了许多军事知识。比如，如何正确地走军步、敬礼、站军姿等。这不仅仅是一种仪式感，更重要的是增强了我们的自律能力和组织纪律意识。在每次集体行动中，教官们都要求我们严格按照要求进行，这培养了我们规则的尊重和遵守。在将来的军事生涯中，这些精确的军事知识将对我起到重要的指导作用。

## 第三段：身体素质的提升

军训期间，我们进行了大量的体能训练。晨跑、伏地挺身、俯卧撑等，都是我们每天必须完成的任务。通过这些训练，不仅锻炼了我们的耐力和力量，还增强了我们的意志力。刚开始时，我常常觉得自己无法坚持下去，但是教官们的鼓励和同学们的支持让我坚持了下来。在军事训练中，我意识到艰苦和困难是无法避免的，我们唯有坚持不懈，才能取得良好的效果。这次军训让我明白了只有坚持不懈的努力，才能赢得胜利。

## 第四段：协作能力的培养

国防生军训不仅仅是个人能力的锻炼，更重要的是培养团队协作能力。每天我们都要按照教官的吩咐进行集体行动。在操场上，我们要团结协作，完成各种队列动作。在困难时，我们要互相鼓励，共同克服。通过集体行动，我们不仅增强了集体荣誉感，更锻炼了团队协作的能力。这将对我们的工作和生活中有着很大的帮助。我深刻体会到，一个人的力量是有限的，只有团队的力量才是强大的。

## 第五段：心灵成长

军训让我不仅体会到了体力上的提升，更让我在心灵上有了成长。在军训中，我们经常遇到困难和挫折，但是我们不能轻易放弃。每当我想要放弃时，我会告诉自己要坚持下去，因为只有坚持不懈，才能赢得胜利。这样的心态也是我生活中所需要的。我相信，在将来的学习和工作中，我将会遇到许多挑战与困难，但我不会因此气馁，而是会以积极的态度去面对和解决问题。

## 总结

通过这次国防生军训，我不仅收获了军事知识和身体素质的提升，更重要的是培养了自律能力和团队协作精神。我深刻地体会到，只有坚持不懈、敢于挑战自己，才能不断进步。这次军训经历让我更加自信，更有勇气去面对未来的挑战。我相信，通过这次军训，我将成为一个更好的人，为国家的发展贡献自己的力量。

## 军训国防心得体会篇四

我们在国防教育学校参加了军训，因为是在国防教育学校，我们都认为这便是国家给我们进行的国防教育，可这七天只是国防教育中小小的一部分，一个开头而已。

军训中有一天，教官带我们练习正步走，烈日当头，我们被累的一身汗，我舔了舔干裂起皮的双唇，心里暗暗希望教官给我们休息一下，可教官仍起劲地喊着口号，没有停的意思。过了好久——我都觉得腿都快累断了，教官说：“立正，原地，坐！于是大家欣然席地而坐，再没有军训前对所坐之地卫生条件的要求。刚坐一会，我的注意力就被坐在我前面的一个女孩吸引了，她正面对我左边的人，从口袋里掏出一大堆东西：防晒霜、润肤露、唇油、梳子。然后不慌不忙的打扮起来，最后，还对镜子照了一下，说：“哟，我都成了包公了！我转过头，暗自发笑，看见

教官走过来, 瞟了那女生一眼, 说: “你们这些小姐, 这点苦都受不了, 还要学吃苦啊, 干脆, 边疆上站岗的人都边站边涂香好了。”听了教官的话, 她似乎是说, 军训是来教我们吃苦的, 可我们在这之前从未想过我们为何军训, 国家为何要我们军训。

于是, 我豁然开朗: 军训的目的不是把我们练成可以上战场打仗的士兵, 而是培养我们的国防意识, 让我们天天进行各种训练, 不在于要我们身体强健, 而是要培养我们吃苦耐劳的精神, 坚忍不拔的意志和坚持不懈的毅力。

日常的必修课中, 也有培养我们的篇章: 政治常提到台独问题, 这是分裂祖国的行为, 而美国却迟迟不给中国一个明确态度, 带有纵容心理, 可使我们意识到, 为了祖国领土完整, 要搞好国防。

历史课上, 近代历史是屈辱的历史, 战争连绵, 且多是外国侵略中国. 看到书上中国与帝国主义列强签订不平等条约的图片, 看到中国人民遭受屠杀, 家破人亡的图片, 看到外国列强在中国烧杀虏虐的图片, 我们更加意识到国防的重要性. 国防如此重要, 我们要为祖国尽一份力, 使祖国国防事业发达, 无人敢欺, 要保护祖国的每一寸土地, 确保不分离。

## 军训国防心得体会篇五

轰轰烈烈的军训已经在一股强冷空气的侵袭下落下了帷幕, 回首过去的这十几天, 感触良多。

### 一、紧张略带兴奋的开端

9月3日踏入长理的那一刻, 我的心情和三个月前踏入高考考场时一样——紧张略带兴奋。

紧张, 是因为害怕在如此炎热的天气下我不能适应没有空调的生活, 害怕我大少爷的性格不能适应辛苦的训练; 兴奋,

是因为我即将成为一名国防生，我将要穿上那梦寐以求的军装。

## 二、痛苦伴随着快乐的军训

忆苦思甜，每当提到军训，大部分人想到的都是苦，但经历军训的人才会明白，军训的苦中带有多少的甜美。

“两脚挺直；小腹微收，自然挺胸；上体正直，微向前倾……”军姿的动作简单而难以坚持。因为我们是国防生，未来的军官，教官对我们军姿的要求尤为严格：双腿必须时刻绷直、眼神必须有杀气……初初站军姿的时，只过不到二十分钟，我的脚就已经麻木了，踏步都踏不起来，经过几天的练习，我那曾经被我认为再也直不起来的腰杆居然奇迹般的直起来了！纵使站军姿脚会麻，纵使站军姿会汗流浹背，但是如今，站军姿已经被我们认为是最轻松的训练了。

队列的纪律是极其严格的，对于国防生来说，这点更加重要了，队列中不能乱动，不能说话，做任何动作都必须打报告，否则将要面临严厉的惩罚。

在训练的过程中，我学会了团结的重要性，我们是一个方队，是一个整体，只要有一个人心不齐，其他人做得再好也只是徒劳。这一点在齐步和正步就充分体现了，齐步和正步对队形要求都很高，左右要标齐、前后要对正，只有整个方阵团结起来才能把动作做得有气势。值得高兴的是，我们做到了！

在军训期间，最快乐的莫过于休息的时候了。队伍中有才艺的战友们都上去表演，没才艺的也会偶尔上去露露脸。在这时，“对面的，来一个；来一个，对面的……”的声音此起彼伏。这是我们学的拉歌词，可惜的是我们还没有用过。这短短的十几二十分钟，能让我们充足干劲，身体和精神都得到放松。晚上休息的时候，学长们会和我们分享他们的经历和经验，有时还会讲些特煽情的故事，让我们都感动一番。

### 三、一波三折的阅兵

军训的最后一天是阅兵，主要检阅分列式的成果。讲起这阅兵分列式，对我们来说可谓一波三折。

眼看阅兵的日子就到了，我们还在练习端腿，然后就出现了在一天时间里把正步的踢腿、摆臂、一令一动、一令两动全部一起练习的景象，那感觉很特别，大家都着急，但是一着急就练不好，一急就把正步踢飞，大家都有种力不从心的感觉……虽然力不从心，但大家训练都非常刻苦，终于在彩排那一天能踢出个样来。为了能做得更好，在彩排当天下午别的学院休息的时候，我们团结一心，加紧训练，终于在阅兵前一天晚上踢出了几动比较好的分列式。

阅兵当天早上我们早早来到田径场预演了一遍，也许是紧张，也许是没睡醒，我们踢得一塌糊涂。那时候大家的心里可真是纠结啊！大家都怕稍后的正式阅兵没踢好给国防生这个优秀的团体抹黑。就在这时，学长们都过来给我们鼓励，让我们放下包袱，放松去踢。

随着分列式进行曲的响起，阅兵式正式开始了，我们是第一个方阵出场。也许是心态放松了，也许是一种发自内心的荣誉感的作用，我们一个个精神抖擞向前进，最后据说还踢得不错。经过主席台后我们进入田径场的指定区域。那天很冷，我们方阵中65名国防生迎着冷风，穿着短袖的夏常服，一动不动的站军姿到两小时的阅兵式结束。

### 四、收获

经过这次军训，使我很好的融入了国防生这个团体，我收获了千金买不了的战友情，收获了许多对以后工作有用的专业知识；我学会了坚持，学会了奋进，学会了团结就是力量。

虽然军训已经结束了，但对于国防生来说，军事化的生活才



刚刚开始，我相信在以后的学习、工作和生活中能够用军训期间的标准来要求自己，以一颗坚韧、自信、健康的心迎接未来的生活。

## 军训国防心得体会篇六

学生军训的目的，是通过军训这种形式，提高学生的思想政治觉悟，激发爱国热情，增强国防观念和国家安全意识。下面是有20xx学生军训国防教育心得体会，欢迎参阅。

在军训之余上一堂国防教育课对于我来说，是一个学习新知识的好机会。

在此之前，我从未想过在大学教室里上的第一节课是国防教育课。一开始我就纳闷儿：什么是国防教育，它的内容是不是很多很深奥？这与大学生又有什么必要的联系呢？带着疑惑我把目光投向那位陌生的教授，儒雅的外表，时而幽默时而严肃的语气，引领我们这群新生穿越时空隧道，从公元前21世纪的夏王朝到现代，讲述中国国防建设的兴起、发展、变革与完善。在这之中，我知道中华民族经历了无数战争的锤炼，形成了强大的民族凝聚力，培育了自强不息、前仆后继、不畏强暴、卫国御敌的精神，最终成为一个多民族的大疆域国家。

大浪淘沙，淘过千古风流人物，留下漫漫岁月浅滩和沙浪不能带走的贝壳留给后人捡拾。中国的国防历史悠悠漫长，该是遗留在岁月浅滩上的最古老贝壳吧，它的花纹应该是最复杂变幻的吧。有过史上拥有最大国土面积的唐王朝的辉煌，也有过签订无数辱国条约的清王朝的屈辱。有过太平盛世的歌舞，也过血流成河战争。

今天，虽然中国近年来发展迅速，强有力的经济基础奠定了国防建设的日趋完善，使得30多年来中国没有战争可言。但

是历史遗留的国土争端问题却愈演愈烈，中国正面临着潜在的战争危机，且危机四伏。北有俄罗斯，东有日本，南有越南，西有印度……这种国际形势要求每一位中国人积极参与国防建设，加强国防力量。

大学生是祖国国防力量的有力资源，我们应在大学时努力学习科学知识，加强国防教育，做好参与国防建设的思想准备。

来到学校后，我们参加了军训活动，紧接着，我们上了一节意义重大的国防教育课，让我们学到了很多国防知识，受到了深刻的教育。

一、国防教育介绍，什么是国防国防，顾名思义即国家的防卫。自古以来，有国就有防。任何一个国家的国防，都是一个十分复杂的系统，它包括的内容十分广泛，国家的国土，资源，人口，民族和社会制度，涉及政治，经济，军事，科技，心理，文化教育和意识形态等一个国家或一个民族赖以生存和发展的各个方面。一个国家安全系数的多少，生产发展的快慢，国际威望的高低，对世界和平事业贡献的大小等，在很大程度上取决于这个国家国防力量的强弱。

## 二、充分开展国防教育

1、加强国防教育、树立国防观念，是关系到国家强弱和民族兴衰的大事。

2、国防教育对经济建设有巨大促进作用。一方面，国防建设不能离开经济建设孤立地进行，它必须以经济建设为基础。另一方面，经济建设没有与之相适应的国防实力作保障，经济建设的发展也是不能持久的。

3、国防教育是培养合格党政干部人才必要环节。国防知识是一个包容了从天文到地理，从内政到外交，从自然科学到社会科学，从基础科学到技术科学和应用科学的知识群体，内

容丰富，门类齐全。

三、着力抓好“七要”，推动党校扎实开展国防教育。

四、为什么要注重国防建设

当时代的滚滚车轮步入21世纪的时候，对和平的企盼已成为全世界各国人民共同的心愿。但卡扎菲领导的利比亚被美国的轰炸又一次把人们从和平的梦中震醒，隆隆的炮火声反复证明：人类的发展史即是一部轰轰烈烈的战争史。自公元前3220xx年以来，人类共经历大小战争14550次，和平时期仅有292年，无任何战争的日子仅有26天，战争与和平总是在交相更替。虽然和平与发展已成为当今世界的主流，但战争仍不可避免。因此，世界各国都争相把国防建设，摆到十分突出的位置。在这样的国际环境下，要想国家真正的强大，必须拥有强大的国防实力。在改革开放初期，邓小平就深刻地指出，要始终把国家安全和主权放在第一位。只有国防建设搞好了，国防实力强大了，才能给经济建设创造一个良好的国内外环境，才能真正地一心一意搞经济建设。国防是为了捍卫国家安全与发展利益而采取的一切防卫措施的总和。它涉及的范围很广泛，凡是国家为增强自身防卫力量，保卫自己的领土主权，在军事，政治，经济，文化等方面所采取的一系列防卫措施都包括在内。

五、加强国防建设的具体内容

国防建设，是国家根本利益需要的综合国防力量的建设。包括了国防物质技术基础建设，国防精神基础建设以及国防武装力量建设等各个方面。概括地说，它是一个大系统，有很强的整体性，涉及各个领域，主要内容有：武装力量建设，国防经济，国防科技，国防教育，国防立法，国防动员，国防理论，国防外交，兵役制度，战场建设，民防体系以及交通通信等诸方面的建设。这些体现了综合国力建设，构成了国防的完整体系。国防观念，即对国防的看法和态度。是指

以群体为标志的主体意识和潜意识，是防卫外来侵略，自觉维护民族和国家利益的行为观念。它是以爱国主义为精髓，以国家防卫为中心的理性思维，是一种无形的，潜在的国防力量，是每个公民为国家安全与发展而构筑的心理堤防，是国防赖以确立的向心力和凝聚力。在当前看似和平的表象下，其实还有许多不安定，不和平的因素存在，因此，必须强化全民的国防观念。我国20多年来无战事，一些人便随着战争枪炮声远去而淡化了国防观念。有的人把国防只看成是国家的事，军队的事，把国防教育当成战争教育，这是十分危险和可怕的认识。战争可以千日不打，而观念却不可一日松懈。在和平时期重视强化全民国防观念，教育人们树立有备无患，居安思危的观念，无论对国防安全，经济建设还是社会的稳定等都具有直接的现实意义。

## 六、为什么我们要一直保持很强的国防观念

未来的战争不再是简单的敌我双方对垒，而是陆，海，空，天，电(电磁战)一体的五维战场，没有前方后方之分，军队民众之别，一旦战争爆发，需要举国迎敌，全民参与。人们的国防观念怎样，不仅表现为对国防建设的态度，与政治，经济，文化建设也息息相关。世界在走向成熟和理智，为了各自的利益进行直接的军事掠夺的现象不会很多，代之利用经济文化等交往达到获利目的将成为主要方式。我国改革开放以后，我们在对外交往中，一些人解除了心理防线，边防海关成了旅游通道，了望塔变成了浏览风景的参观台，过去的敌人都变成了贸易伙伴，泄密事件屡次发生，经济，科技等情报经常被盗，使国家蒙受损失。如果不加强国防教育，强化国家安全利益观，在国际交往中掉以轻心，失去应有的警觉，必然要造成被动，要吃大亏。强化国防观念对一个国家和民族来讲，能形成很强的凝聚力和责任感。古时有“郑人犒师退秦”的典故，说明了“国家安危，匹夫有责”。我国是一个多民族的大国，反对分裂和外来干预，维护国家的独立和统一是一项长期的任务，需要全国人民树立高度的政治责任感和使命感，团结一致，维护国家安全利益。

当我告别小学的最后暑假，满怀憧憬迈入中学大门时，迎接我们开学第一课的是军训。

虽然军训只是短短的三天，但如果可以选择，我宁愿坐在教室里上课，拒绝艰苦的训练。然而，校命不能违，当我穿上又肥又大的军装时，俨然成了一名英姿飒爽的女兵。

教我们的是一位威武的教官。他对我们非常严厉负责，恨不得立刻把我们教成一位位真正的军人。他一遍遍耐心教我们昂首挺胸，直起腰身；一次次地教我们做着立正、稍息、摆臂、踏步、转身等这些基本动作。这些动作看似简单，但真正做到位却没那么容易。教官敏锐的眼神不时地找出错误的动作，然后帮我们纠正，争取让我们把每个动作好。特别是练站军姿，每次都要练25分钟，收腹挺胸，身体前倾，两肩后张，双眼平时前方，脚后跟并拢，双脚成60度。持久的演练，让我们汗如雨下，脚底发麻，双肩酸痛，真想教官快喊“坐下”的口令。但教官不断地鼓励我们，再苦再累坚持下来就是胜利。于是，我们凭着坚强的意志坚持了下来。

白天的操场上有我们训练的的步伐，阵阵洪亮的号声；到了晚上，又有了我们嘹亮的军歌。唱军歌，给我的军训生活增添了不少的色彩。每天晚餐后，我们集中来到操场的观众席上，教官教我们唱军歌。此时的教官又成了我们音乐老师，他的声音圆润浑厚，铿锵有力。我们放声豪唱，似乎把所有的疲劳与艰苦都挥洒尽。《团结就是力量》、《打靶归来》…充满激情斗志的歌声划破在悠静的校园上空，我越唱越振奋，仿佛在呐喊着心中的那首理想之歌——在新的校园里好好学习，努力奋斗。

三天的军训快要结束了，每个班正在接受领导的检阅呢！你看那一排排，一列列可爱的绿色，统一整洁的军装，豪迈划一的步伐，激昂嘹亮的口号，无不诉说着我们的骄傲。回想起，刚开始练齐步时，如果其中有一个人慌了手脚，整个队伍错乱不齐，那么受罚的不仅是个人，还有整个队伍。所以我们

练习时必须要和队友对齐，迈出脚步划一，才能体现出军人那种团结统一的训练态度。团结就是力量，正是我们每位同学在军训中发扬集体主义精神，才有此时完整的演绎。此时此刻，我为自己的成为20xx年龙港实验中学七(1)的新成员感到自豪。今后，我会爱自己的班，尊敬老师，团结同学，互相关心，共同进步。

军训结束，也是我们初中生活的开始。在这次军训中，我感觉收获很多，让我明白了做事不仅要有毅力和决心，还要不怕苦不怕累。初中三年的学习生活可能不会一帆风顺，但我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，三年如一日的坚持自己的梦想！

## 军训国防心得体会篇七

### 第一段：引言

国防生军训是一种独特的训练形式，它不仅对身体素质的提升有很大帮助，更重要的是锻炼了我们的意志品质和团队合作精神。在经历了几周的军训后，我收获颇丰，深刻感受到军训对我们的影响。

### 第二段：提高意志素质

军训过程中，我们每天都会面对各种各样的困难和挑战，如长时间的站军姿、长途奔袭等。但正是这些困难，让我们懂得了坚持的重要性。在军训期间，我们不管是在烈日下，还是在寒风冷雨中，都要坚持训练，这让我们以后在面对工作和生活中的困难时，都能保持冷静和坚韧。另外，我们还学会了服从命令，并随时准备接受挑战，这是在日常生活中缺乏锻炼的重要素质。

### 第三段：培养团队合作精神

军训中，每个人都要为整个集体考虑，要团结协作，这是一个人是否适合军队的重要标准。在团队训练中，我们一起完成了许多任务，例如搭帐篷、拉绳子等。这个过程，不仅提高了我们的组织协调能力，也增进了我与同学之间的交流与合作。通过这次军训，我对团队合作有了更深入的了解，明白了团结就是力量，只有团结无私的合作，才能战胜一切困难，取得更大的成就。

#### 第四段：加强纪律意识

军训期间，纪律是军人最基本的要求之一。每天按时起床，按时集合，按时完成各项任务，这样的训练规律，让我对纪律的重要性有了更深的理解。同时，军训还严格要求我们的仪容仪表，要求我们整齐划一。这不仅培养了我们的严谨作风，更加强了我们的自律能力。在日后的学习和工作中，我会时刻保持纪律性，不断提升自己的自控力。

#### 第五段：提升爱国情怀

军训过程中，我们学习了许多军姿和礼仪，通过严格的军事训练，让我感受到了国家安全的重要性。当身穿军装，高呼军歌的时候，我深深地感到自己是国家的一份子，国家的安全与荣誉与我息息相关。这个意识的唤起，让我对国家的认同感和自豪感得到了极大的提升。我会时刻牢记国家的使命，为国家的安全和发展竭尽全力。

#### 结尾：

通过这次军训，我不仅掌握了各种训练技巧，也深刻体会到了军人的品质和精神。我相信，这次军训对我未来的人生道路会起到重要的引导作用。我将把军训期间学到的意志坚定、团队合作、纪律意识和爱国情怀用在今后的学习和工作中，成为一名有责任感和奉献精神的人，为祖国的繁荣和安宁做出贡献。

# 军训国防心得体会篇八

大学生军训活动是我国高等教育中的一项重要内容，不仅为高校学生提供了强身健体的机会，也是国防教育和国家安全意识的重要推广和培养途径。我在这次的高校军训活动中，深刻体会到了在军人的集体训练中所体现的团队协作、服从命令以及实际行动力等重要素质。

## 第二段：团队协作

在军训活动过程中，我们初入军营，基础训练的第一课即使练习各种团队协作的技能，在众人各玩各的状态中，集体掌声不断的那一瞬间，我对于集体的认识又更加深刻了。每个人都承担着不同的任务，而团队协作是整体完成任务的保障。不论是操纵武器，抬高旗杆，还是军衔晋升，都需要有良好的团队协作精神，同僚之间互相信任，在完成队伍任务中达成共识，一起实现团结合作的良好氛围。

## 第三段：服从命令

在军训活动中，最令我感触最深的就是组织管理的严明和执行力。要想完成任务，必须贯彻执行“有令必行，有禁必止”的原则。在训练场上，教官们每天吩咐我们进行不同的训练项目，包括站军姿、操练武器等。每项训练之前，我们都要进行前期动员、集合、点名等工作，不达标的会受到相应的惩罚，这让我切身体会到了尊重和服从上级的重要性和必要性。

## 第四段：实际行动力

作为新生，之前在学习过程中我们钻研学习，大多停留在头脑和理论上，而在军训中，训练课不再有两手空空的程式化歌舞，而是实际的枪林弹雨，非常锻炼实际行动力。在战术演习和模拟战时，我们需要在设定的规则和时间内达成一系



列任务目标。而最后的胜利者就是那些能够更好地利用自己的团队资源，熟悉战术和工具，从而带领自己的战友战而胜之的人，这也在生活中所渴求的切实行动力。

## 第五段：总结

在参加这次高校军训活动中，我学会了更好地与人协作、服从管理、掌握行为力等一系列在现实生活中非常重要的技能。这对于我以后的工作和未来的发展有非常重要的启示意义。在未来的时间内，我将重视这次训练和实际情况中学到的各种经验和技能，并在此基础上不断积累与提高自己的能力，以更好地面对未来的学习和生活。

## 军训国防心得体会篇九

高校军训国防教育是每一位大学生必须经历的重要环节。这不仅是锻炼身体的机会，更是展现爱国情怀和国防意识的时刻。我在军训中深切感受到了军人的严格和纪律，也明白了国防意识对于我们每个人的重要性。在这篇文章中，我将分享自己在高校军训国防教育中的心得体会。

### 第二段：身体素质与意志品质

在军训中，通过长跑、仰卧起坐、俯卧撑、体能训练等一系列的活动，我的身体素质得到了极大的提升。每天早晨的晨跑和操练，让我习惯了早起的时间，保持了健康的生活习惯。而军训中的紧凑训练和精准要求，磨炼了我的意志品质，让我变得更加顽强和勇敢。在我经历的这段时间里，我深深地感觉到只有拥有健康的身体和坚强的意志，才能更好地迎接生活的挑战。

### 第三段：培养团队意识和纪律观念

在军训中，团队意识和纪律观念是十分重要的。通过分组操

练和多人协作，我学到了如何在团队合作中取得更好的效果。每个人都扮演着不同的角色，并且需要各自承担自己的责任。同时，在军训中的严格纪律教育，也让我认识到一个人的行为会对整个团队产生影响，不符合要求的行为必须承担相应的后果。这些教育的得益是，让我充分认识到团队意识和纪律观念的重要性，在未来的生活中会更加重视这些品质。

#### 第四段：热爱祖国，坚持做出贡献

在军训中，我们也接受了一定程度的爱国教育，了解到了祖国和军人为我们付出的无尽努力。通过一系列的军训安排和课程，我体会到了国家安全的重要性，并且坚定了热爱祖国的信念。我认识到，一个人要想实现自己的价值，必须要立足在祖国发展的范围内，为祖国的繁荣和发展贡献自己的力量。

#### 第五段：结尾

在高校军训国防教育中，我收获颇丰。身体素质、意志品质、团队合作能力、纪律观念和爱国意识等，这些都是我在军训中得到的财富。在今后的学习和工作中，我将坚持这些品质，不断提升自己，为实现自己的人生价值、为祖国的繁荣发展贡献自己的力量。

### 军训国防心得体会篇十

不能不说“时光如流水，转眼即逝”，大学的生活正式开始有几天了，十多天的军训早已悄然落幕。军训过程中的苦与累早已随军训的成功落幕烟消云散，留下的只有那美好的回忆和圆满结局带给我们的无限喜悦和信心。

回首军训中走过的历程，看那和兄弟姐妹一起走下的脚印，一起留下的汗水，一起毫无拘束的笑……不由自主地我又回到了军训，似乎又置身其中。

不会忘记开训那天，我们在大会堂内足足竖着军姿足足有三个钟头左右。从无忧无虑、自由自在的高三暑假到大学新的生活，这无疑是一种蜕变，而这种蜕变是需要我们去经历和忍受磨难的，“开训典礼”就是给我们一个下马威，当看到别班的同学可以自由坐着的时候，我是多么羡慕啊！后来又想了想，其实也不用羡慕别人，也许别人正在羡慕我呢！羡慕我有这么好的环境，这么好的气氛，这么好的纪律来锻炼那在暑假中放松下来的身体。其实每个人，每个集体在累、在艰难的时候仍有自己的优点，只是有时需要我们把眼睛擦亮点。

不会忘记那晚唱歌后……生活就是这样，没有预演，只有直播，每天似乎都会出现一些小插曲。军训也一样，军歌是军训中必不可少的组成部分之一，可是就是因为唱军歌，我们被整得好惨。不知规矩的我们莫名其妙地被学长来了这一招，差点没把我们整吐。现在想起来还有点后怕，当听到学长们说当年就是这么过来的，我想“这是报复吗？以后对学弟学妹们是继续发扬学长们的作风，还是语重心长地说给他们听呢？”我认识到了：唱军歌是一件严肃认真的事，故在唱时要态度端正，正所谓：心正藏于内，身正现于外。所以唱军歌最基本的是要身正，更不能成群结队的穿着军装歪着身子唱。此经历记忆犹深。我认为学长们的传统还是可以借鉴的。

不会忘记开始正步后兄弟们一起走过的那段时光，开始正步前只有腿疼，开始正步后是全身疼，连脚掌心都快开裂似的。踢正步是一件漫长而艰辛的过程，也许是这份艰辛才成就了我们深厚的友情。不会忘记那月光下练抬腿的两个夜晚，虽然很苦，可是我们一起歌唱着、鼓励着挺过来了，何尝不是一件快乐的经历呢！也许多少年后我们兄弟再次在某个陌生的环境相遇，当谈到当年的军训，我们至少是一起经历过的，一起患难过。是啊，兄弟深情患难得！

不会忘记那训练场嘶哑的嗓音。永远不会忘记两位教官带着病坚持带着我们，多少个炎炎烈日，多少次瑟瑟凉风，多少回风吹雨打……可他们一直在我们身边，从未走远。当他们

在训练中喊破了嗓子的时候，他们为了什么？只是因为他们的负责，对我们的负责。不会忘记分列式后那默许的笑容。是啊，十多天的辛苦只为了得到别人的认同。当我们被接纳的那一刻，我们的胸膛都挺起来了，腰也直起来了，这将是我们的自信的资本，自信的起点，我们将握住自信的风帆远航！

流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。军训虽苦，可我们都挺过来了。

虽然我们曾留下过汗水，可我们却结下了无比珍贵的友谊；虽然我们黑了瘦了，可是我们却变得更加结实和健壮。我相信，在经历了军训后，我们将在大学的蓝天上飞的更高更远。

## 军训国防心得体会篇十一

高校军训是大学生活的一部分，也是国防教育的重要组成部分。国防教育是高等教育的重要任务之一，《高等教育法》第八条也明确规定高等学校应当开设国防教育课程。通过军训，学生们能够锤炼意志，增强体魄，培养爱国精神，了解国防知识，从而提升国防意识。经历了军训，我深深感受到了国防教育的重要性。

### 第二段：感受

在军训期间，我们紧张而愉悦地度过每一天，体验了集体作战、军礼队列等军事训练，还参观了军事设施、听取了国防知识讲座。在紧张锻炼的同时，我们还享受到了军人的荣誉和感觉。在这个过程中，我学到了许多离我远的自我，这提醒我一定要珍惜今天的生活，为祖国的未来贡献自己的力量。

### 第三段：体验

我非常珍视军训期间所经历的所有事情，因为它教会了我很多特殊的東西。在我们深夜进行着漫长的审查和漫长的静态

持续时间后，我开始体会到了坚强的寂寞。但是，这一切都是值得的，因为我感到自己正在接收同龄人所没有经历过的特殊体验。我开始体验到了并非只有功利性、努力工作、没有个性方可赢得认可的事实。经过此次训练，我总结到军队中的团队协作、互相信任、快速、准确地完成任务是我所敬佩并努力去追求的。

#### 第四段：认识

在国防教育的学习中我更加认识到了自己的使命与责任，遵纪守法，保卫家园、民族荣誉是每个公民的基本责任。虽然我们每个人的存在和贡献都很小，但我们每一个公民的力量和贡献积累起来，就能够形成一股强大的力量，保卫国家的安全和荣誉。

#### 第五段：结尾

军训结束了，但这个经历将永远留在我心中。国家的军力需要我们每个人的支持和努力，我想要继续加强自己的体魄、自我管理和国防知识，为国家的安全和荣誉尽自己的一份力。作为一名公民，我也要认真履行自己的职责和义务，珍惜美好的生活，保卫祖国和家园，为了更美好的明天而不断努力。

## 军训国防心得体会篇十二

今天孩子们的军训内容是拉练。在前一天园领导对路线进行了考察，经过一片树林，路面不算平整，对于孩子们来说似乎是二万五千里的模拟，但确实没有这么苦。

期待中，早上的八点三十准时出发。在经过公路时教师提醒大家注意车辆，避开车辆走路的右边，当进入到转弯处时再提醒幼儿左右看加快速度后再行走。一路上的风景可真好看：树叶、石子、农作物等都成了孩子们边看边讨论的话题。当孩子们到达一处居民区时，大喊起来：“老师，我开过这里。

” “老师，我家亲戚住在这里”交谈的声音越来越大。穿过居民区一处农贸市场，孩子们一点儿也不怕生，礼貌的与见到的人打招呼，脸上的笑容一直打开。

路程与风景没有影响到孩子们的兴趣，许多孩子在回程时一直嚷嚷着不累不要回去。是啊，好玩好奇永远是孩子们的天性，不论在什么样的活动中孩子们都能找到自己感兴趣的东西。今天的拉练活动不在于让孩子们走多远的路，吃多少的苦，我们所需要重视的是他们在这个过程中了解了什么，知道了什么，与同伴们相处的过程等等。

回到园内的孩子们稍作休息后又开始了军训练习，吵吵闹闹，追逐欢笑，孩子们永远是孩子。

## 军训国防心得体会篇十三

作为此次消防演练的参与者与付诸实践的人来说，我感觉挺好的，同学们都抱有一种紧张、认真。严谨的态度去对待此次演练，车里及时，有序，路线清晰明确，到达了既定的标准。但此刻我想要说的确实极其重要而又被所有人包括组织者所忽视的事情。那就是所有人都是有所准备、有预判，有固定思路，有人领导的状况下进行的消防演练。试问，如果真的发生火灾，又有谁能够第一时间内摇起那撤离的警报，又有谁能临危不乱，冷静决定，迅速灭火并及时撤离实现自救与呼救，可想而知，答案是否定的，估计当警报及时响起时还没有人能够迅速反应出是因为什么，可能还会因好奇而造成不可估量的灾难。

我在此推荐，所谓演习虽说是假的，但只有越接近真实，越突然，越让人记忆犹新，让每一个人对消防安全都有一种如履薄冰，如临深渊，战战兢兢的心态，让每个人头脑中都有一根紧绷的弦，这样才能对突发火情做出最正确的选取，减少灾害对人、物的损害，这样的演习才是有效果的，期望能够借鉴采纳。

## 军训国防心得体会篇十四

在军训之余上一堂国防教育课对于我来说，是一个学习新知识的好机会。

在此之前，我从未想过在大学教室里上的第一节课是国防教育课。一开始我就纳闷儿：什么是国防教育，它的内容是不是很多很深奥？这与大学生又有什么必要的联系呢？带着疑惑我把目光投向那位陌生的教授，儒雅的外表，时而幽默时而严肃的语气，引领我们这群新生穿越时空隧道，从公元前21世纪的夏王朝到现代，讲述中国国防建设的兴起、发展、变革与完善。在这之中，我知道中华民族经历了无数战争的锤炼，形成了强大的民族凝聚力，培育了自强不息、前仆后继、不畏强暴、卫国御敌的精神，最终成为一个多民族的大疆域国家。

大浪淘沙，淘过千古风流人物，留下漫漫岁月浅滩和沙浪不能带走的贝壳留给后人捡拾。中国的国防历史悠悠漫长，该是遗留在岁月浅滩上的最古老贝壳吧，它的花纹应该是最复杂变幻的吧。有过史上拥有最大国土面积的唐王朝的辉煌，也有过签订无数辱国条约的清王朝的屈辱。有过太平盛世的歌舞，也过血流成河战争。

今天，虽然中国近年来发展迅速，强有力的经济基础奠定了国防建设的日趋完善，使得30多年来中国没有战争可言。但是历史遗留的国土争端问题却愈演愈烈，中国正面临着潜在的战争危机，且危机四伏。北有俄罗斯，东有日本，南有越南，西有印度……这种国际形势要求每一位中国人积极参与国防建设，加强国防力量。

大学生是祖国国防力量的有力资源，我们应在大学时努力学习科学知识，加强国防教育，做好参与国防建设的思想准备。

当我告别小学的最后暑假，满怀憧憬迈入中学大门时，迎接我们开学第一课的是军训。

虽然军训只是短短的三天，但如果可以选择，我宁愿坐在教室里上课，拒绝艰苦的训练。然而，校命不能违，当我穿上又肥又大的军装时，俨然成了一名英姿飒爽的女兵。

教我们的是一位威武的教官。他对我们非常严厉负责，恨不得立刻把我们教成一位位真正的军人。他一遍遍耐心教我们昂首挺胸，直起腰身；一次次地教我们做着立正、稍息、摆臂、踏步、转身等这些基本动作。这些动作看似简单，但真正做到却没那么容易。教官敏锐的眼神不时地找出错误的动作，然后帮我们纠正，争取让我们把每个动作好。特别是练站军姿，每次都要练25分钟，收腹挺胸，身体前倾，两肩后张，双眼平时前方，脚后跟并拢，双脚成60度。持久的演练，让我们汗如雨下，脚底发麻，双肩酸痛，真想教官快喊“坐下”的口令。但教官不断地鼓励我们，再苦再累坚持下来就是胜利。于是，我们凭着坚强的意志坚持了下来。

白天的操场上有我们训练的的步伐，阵阵洪亮的号声；到了晚上，又有了我们嘹亮的军歌。唱军歌，给我的军训生活增添了不少的色彩。每天晚餐后，我们集中来到操场的观众席上，教官教我们唱军歌。此时的教官又成了我们音乐老师，他的声音圆润浑厚，铿锵有力。我们放声豪唱，似乎把所有的疲劳与艰苦都挥洒尽。《团结就是力量》、《打靶归来》…充满激情斗志的歌声划破在悠静的校园上空，我越唱越振奋，仿佛在呐喊着心中的那首理想之歌——在新的校园里好好学习，努力奋斗。

训中发扬集体主义精神，才有此时完整的演绎。此时此刻，我为自己的成为20xx年龙港实验中学七(1)的新成员感到自豪。今后，我会爱自己的班，尊敬老师，团结同学，互相关心，共同进步。



军训结束，也是我们初中生活的开始。在这次军训中，我感觉收获很多，让我明白了做事不仅要有毅力和决心，还要不怕苦不怕累。初中三年的学习生活可能不会一帆风顺，但我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，三年如一日的坚持自己的梦想！

来到学校后，我们参加了军训活动，紧接着，我们上了一节意义重大的国防教育课，让我们学到了很多国防知识，受到了深刻的教育。

一、国防教育介绍，什么是国防国防，顾名思义即国家的防卫。自古以来，有国就有防。任何一个国家的国防，都是一个十分复杂的系统，它包括的内容十分广泛，国家的国土，资源，人口，民族和社会制度，涉及政治，经济，军事，科技，心理，文化教育和意识形态等一个国家或一个民族赖以生存和发展的各个方面。一个国家安全系数的多少，生产发展的快慢，国际威望的高低，对世界和平事业贡献的大小等，在很大程度上取决于这个国家国防力量的强弱。

## 二、充分开展国防教育

1、加强国防教育、树立国防观念，是关系到国家强弱和民族兴衰的大事。

2、国防教育对经济建设有巨大促进作用。一方面，国防建设不能离开经济建设孤立地进行，它必须以经济建设为基础。另一方面，经济建设没有与之相适应的国防实力作保障，经济建设的发展也是不能持久的。

3、国防教育是培养合格党政干部人才必要环节。国防知识是一个包容了从天文到地理，从内政到外交，从自然科学到社会科学，从基础科学到技术科学和应用科学的知识群体，内容丰富，门类齐全。

三、着力抓好“七要”，推动党校扎实开展国防教育。

#### 四、为什么要注重国防建设

当时代的滚滚车轮步入21世纪的时候，对和平的企盼已成为全世界各国人民共同的心愿。但卡扎菲领导的利比亚被美国的轰炸又一次把人们从和平的梦中震醒，隆隆的炮火声反复证明：人类的发展史即是一部轰轰烈烈的战争史。自公元前3220xx年以来，人类共经历大小战争14550次，和平时期仅有292年，无任何战争的日子仅有26天，战争与和平总是在交相更替。虽然和平与发展已成为当今世界的主流，但战争仍不可避免。因此，世界各国都争相把国防建设，摆到十分突出的位置。在这样的国际环境下，要想国家真正的强大，必须拥有强大的国防实力。在改革开放初期，邓小平就深刻地指出，要始终把国家安全和主权放在第一位。只有国防建设搞好了，国防实力强大了，才能给经济建设创造一个良好的国内外环境，才能真正地一心一意搞经济建设。国防是为了捍卫国家安全与发展利益而采取的一切防卫措施的总和。它涉及的范围很广泛，凡是国家为增强自身防卫力量，保卫自己的领土主权，在军事，政治，经济，文化等方面所采取的一系列防卫措施都包括在内。

#### 五、加强国防建设的具体内容

国防建设，是国家根本利益需要的综合国防力量的建设。包括了国防物质技术基础建设，国防精神基础建设以及国防武装力量建设等各个方面。概括地说，它是一个大系统，有很强整体性，涉及各个领域，主要内容有：武装力量建设，国防经济，国防科技，国防教育，国防立法，国防动员，国防理论，国防外交，兵役制度，战场建设，民防体系以及交通通信等诸方面的建设。这些体现了综合国力建设，构成了国防的完整体系。国防观念，即对国防的看法和态度。是指以群体为标志的主体意识和潜意识，是防卫外来侵略，自觉维护民族和国家利益的行为观念。它是以爱国主义为精髓，

以国家防卫为中心的理性思维，是一种无形的，潜在的国防力量，是每个公民为国家安全与发展而构筑的心理堤防，是国防赖以确立的向心力和凝聚力。在当前看似和平的表象下，其实还有许多不安定，不和平的因素存在，因此，必须强化全民的国防观念。我国20多年来无战事，一些人便随着战争枪炮声远去而淡化了国防观念。有的人把国防只看成是国家的事，军队的事，把国防教育当成战争教育，这是十分危险和可怕的认识。战争可以千日不打，而观念却不可一日松懈。在和平时期重视强化全民国防观念，教育人们树立有备无患，居安思危的观念，无论对国防安全，经济建设还是社会的稳定等都具有直接的现实意义。

## 六、为什么我们要一直保持很强的国防观念

未来的战争不再是简单的敌我双方对垒，而是陆，海，空，天，电(电磁战)一体的五维战场，没有前方后方之分，军队民众之别，一旦战争爆发，需要举国迎敌，全民参与。人们的国防观念怎样，不仅表现为对国防建设的态度，与政治，经济，文化建设也息息相关。世界在走向成熟和理智，为了各自的利益进行直接的军事掠夺的现象不会很多，代之利用经济文化等交往达到获利目的将成为主要方式。我国改革开放以后，我们在对外交往中，一些人解除了心理防线，边防海关成了旅游通道，了望塔变成了浏览风景的参观台，过去的敌人都变成了贸易伙伴，泄密事件屡次发生，经济，科技等情报经常被盗，使国家蒙受损失。如果不加强国防教育，强化国家安全利益观，在国际交往中掉以轻心，失去应有的警觉，必然要造成被动，要吃大亏。强化国防观念对一个国家和民族来讲，能形成很强的凝聚力和责任感。古时有“郑人犒师退秦”的典故，说明了“国家安危，匹夫有责”。我国是一个多民族的大国，反对分裂和外来干预，维护国家的独立和统一是一项长期的任务，需要全国人民树立高度的政治责任感和使命感，团结一致，维护国家安全利益。

## 军训国防心得体会篇十五

高一新生为期7天的军训就要结束了，在校领导和武警\_\_中队领导的大力支持下，在教官的细心指导和同学们的努力拼搏下，我们的军训取得了显著的成绩，达到了预期的目标。这次军训，由于部队教官严格要求，认真进行各项科目的训练；同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训的同学都能积极的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和集体观念。培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学习和生活无疑是十分有益的。

军训中，教官们投入了极大的热情。对学生表现出极大的爱心和责任心，认真履行自己的职责，了解学生思想动态，关心参训同学生活，主动做好参训学生的思想工作，热情为同学们服务。在此让我们以热烈的掌声，向最可爱的教官表达最崇高敬意。

同学们，军训是每位高中生重要的必修课。这次军训的200名同学，经过军训技能考核，均取得优良成绩。

7天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带病、带伤坚持训练，从不叫苦叫累。3班的唐大伟、同学在训练中，虽身体不适稍做休息又投入到高强度训练之中。1班的、2班的、3班的、4班的大李帅、谢丽军、刘佳庆等同学是军训学生的榜样，他们高标准要求自己，各项技能成果走在了最前面。

106寝室的同学用午休时间清扫场地积水，热心为集体服务。军训不仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的友谊和集体荣誉感。

军训中在同学们身上真正体现了一名高中生的优良品质和奋

发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了\_\_学子军训的新篇章。

我们参训的老师从军训开始一直关心、体贴、鼓励参训同学，用自己的模范行动影响和带动了同学们积极参训，你们的感召力是无穷的。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保学生军训工作的顺利进行，提前准备，确定目标，体现了军训各项工作抓紧、抓严、抓实的特点。

在这里需要特别感谢的是武警\_\_中队的参训教官，你们严格施训以及高度的责任心，保障了本届军训任务的圆满完成，在这里我们向你们敬礼，向你们致敬！

同学们，短短的7天军训此时此刻就要结束了，军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好精神，好作风。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，祝教官们身体健康，工作顺利！祝同学们在新的学期里学习进步，幸福快乐。愿\_\_学校走向辉煌。

## 军训国防心得体会篇十六

全民国防教育日(nationwide national defense education day)[]是国家设定的对全民进行大规模国防教育的主题活动日。下面是关于国防教育的心得体会范文，欢迎大家阅读。

孙子说：“兵者，国之大事，死生之地，存亡之道，不可不察也。”对于一个国家，一个民族来说，最根本，最长远的利益是安全利益。没有强大的国防，没有安全稳定的社会环境，一切都无从谈起。事实证明，一个国家如果忽视国防建设，居安忘战，马放南山，就难以避免战争的灾祸。

回顾我国近代，腐败的清政府妄生尊大，军备废弛，经不起帝国主义坚船利炮的轰击。备受欺凌，饱尝了“亡国奴不如丧家犬”的苦难。这个教训值得我们深思。由此可见，一个国家如果没有强的国防做后盾，就不能确保国家的安全稳定和领土完整；如果平时不注重加强国防建设，战时就要吃大亏，倒大霉。仗可百年不打，国不可一日无防。养兵千日，用兵一时。敌人打到家门口，等刺刀架在脖子上，再想起加强国防建设，为之晚矣。

当今世界还很不太平，战争危险还依然存在，霸权主义强权政治更加明显，恐怖活动十分猖獗，局部战争连绵不断，特别是美国退出“反导条约”，巴以对抗升级，给世界又带来了新的不稳定因素。从国内形势看，分子气焰嚣张，民族分裂势力活动不止，和平统一面临严峻挑战。在这样严峻的国际国内形势下，战争和动乱依然会发生。

“生于忧患，死于安逸。”我们要切实做到警钟长鸣，居安思危。要懂得，只有常备不懈，才能长治久安；平时注重加强武装工作，增强国防实力，才能在关键时刻赢得胜利。因而我们需要增强国防建设的紧迫感和责任感，深入细致，扎实有效地开展工作，努力实现军队和国防建设跨越式发展，为维护国家安全统一和全面小康社会提供坚强保障。

随着中国在国际舞台上的影响越来越大，中国在国际舞台上的地位越来越高，特别是改革开放以来我国的经济实力越来越强大，中国政府在对外政策上采取了灵活的外交措施，使得周边一些国家感到了震动，一些和中国关系比较紧张的国家纷纷加紧了扩军备战的步伐，加剧了国际形势的紧张局面，应而我们加强学习邓小平新时期国防教育思想是相当必要的。

## 一、周边形势

九十年代以来，日本一直保持防务(国防)费用总额世界第二、人均防务(国防)费用世界首位的状态。日本已完全掌握了核

弹技术。近十年来日本受泡沫经济和金融危机的持续影响，经济一直萎靡不振，可是在军备建设方面却并未松懈，一个强大的军事大国已然形成。

印度为了对付中国。利用“和平核装置”为掩护，秘密研制真正的原子弹！美国政府希望印度获得核技术来抵消中国原子弹的影响，试图直接向印度提供核武器来对付中国。

马来西亚声称为了对付因与该国有领土争端而引起的挑战，必须使空军力量比“现在强大得多和有效得多”，因而正在以最快的速度实现空军现代化。

## 二、国际形势

以小布什为首的美国新政府的诞生和采取的强硬措施，更使国际局势趋于全面紧张。1. 在巴以中东和谈问题上，美国明显偏袒以色列；2. 对伊拉克采取强硬措施，进行大规模空袭；3. 俄美关系进一步紧张。美国和俄罗斯下令驱逐外交官，美国还宣布将退出美俄共同签过字的《反弹道导弹试验条约》，俄美关系再次跌入低谷；4. 美国海军间谍飞机(ep-3e)入侵我国领海领空，并撞毁我新型战机，我优秀飞行员王伟同志壮烈牺牲；5. 美国政府批准新一轮对台武器出售，向中国台湾出售价值40多亿美元的进攻性先进武器装备，是目前对台最大一笔军售。

新时期的国防建设，应当顺应时代的潮流和适应国际形势的需要，我们要加强国防建设，运用先进的军事武器和设施，增强国家的防御力量，增加和友好国家的政治来往和军事技术的交流，遵循和平共处五项原则，人不犯我、我不犯人。我们加强武装力量是为了保卫祖国和人民，我国政府始终强调我们的核武器是为了防御侵略，我们决不首先使用核武器，我国政府始终强调彻底禁止生产和彻底销毁核武器，让世界处在和平的环境中。

我们当代的大学生，是学习、掌握知识和将来接替国家重任的接班人，更要明确国防建设的重要性。世界的形势非常复杂，只要有霸权主义和军备竞赛存在，国防建设的重任我们决不能放弃。

在军训之余上一堂国防教育课对于我来说，是一个学习新知识的好机会。

在此之前，我从未想过在大学教室里上的第一节课是国防教育课。一开始我就纳闷儿：什么是国防教育，它的内容是不是很多很深奥？这与大学生又有什么必要的联系呢？带着疑惑我把目光投向那位陌生的教授，儒雅的外表，时而幽默时而严肃的语气，引领我们这群新生穿越时空隧道，从公元前21世纪的夏王朝到现代，讲述中国国防建设的兴起、发展、变革与完善。在这之中，我知道中华民族经历了无数战争的锤炼，形成了强大的民族凝聚力，培育了自强不息、前仆后继、不畏强暴、卫国御敌的精神，最终成为一个多民族的大疆域国家。

大浪淘沙，淘过千古风流人物，留下漫漫岁月浅滩和沙浪不能带走的贝壳留给后人捡拾。中国的国防历史悠悠漫长，该是遗留在岁月浅滩上的最古老贝壳吧，它的花纹应该是最复杂变幻的吧。有过史上拥有最大国土面积的唐王朝的辉煌，也有过签订无数辱国条约的清王朝的屈辱。有过太平盛世的歌舞，也过血流成河的战斗。

今天，虽然中国近年来发展迅速，强有力的经济基础奠定了国防建设的日趋完善，使得30多年来中国没有战争可言。但是历史遗留的国土争端问题却愈演愈烈，中国正面临着潜在的战争危机，且危机四伏。北有俄罗斯，东有日本，南有越南，西有印度……这种国际形势要求每一位中国人积极参与国防建设，加强国防力量。

大学生是祖国国防力量的有力资源，我们应在大学时努力学



习科学知识，加强国防教育，做好参与国防建设的思想准备。

共2页，当前第1页12

## 军训国防心得体会篇十七

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

严格的军训有利于提高学生刻苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神。而当军训使我们认识到了国防的概念时，我们将由对国防的认识从而产生心得体会。你是否在找正准备撰写“军训国防教育心得体会300字”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

今天已是军训的第四天,也是最后一天.前三天发生的一切事情还记忆犹新,就好象是刚才发生的事情.现在我已习惯了军训的生活,也习惯了苦和累,记得刚开始军训的时候感觉很辛苦,还有几次晕倒了.可现在我不怕苦不怕累,只有个心愿,就是希望我们班在今天的军训比赛中获得第一.

上午的训练严格来说是比平常更辛苦一些,因为下午就要比赛了,教官只好严格执行了.好在上午是阴天,老天爷给我们创造了一个很好的训练环境,就这样,一大早就开始复习前几天训练的内容,中午也就是吃饭睡觉,转眼间就到了下午,就要开始比赛了,我十分紧张,生怕自己在比赛中一不小心做错动作而连累我们班的荣誉,更担心我们班得不到奖.这种忐忑不安的情绪一直延续到比赛开始.

前面几个班的同学表现都很好,可是世上毕竟没有完善美,每个半豆油一些差错.终于轮到我们班表演了,教官的口令,同学们的精神面貌,评委门和其他班的同学门都看得很清楚,依据移动都将会被口风.同学们容光焕发,配合教官的口令,做出一系列标准的动作,照相机的镜头也对着我们闪光,那时候真有一种自豪感.不知过了多长时间,终于表演完了,我们昂首挺

胸,踏着整齐的步伐回到草地.

这次的表演使我了解到,不管做什么事,只要认真,就会成功!

我觉得,军训便是在锻炼我们、磨砺我们,我们要想成为闪闪发光的金子,就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样,我们才能变得更加坚强,能更有勇气去乘风破浪,迎接学习、生活的挑战!

初一时,我们已经试过军训了,但经过这次初三的军训,我觉得初一的军训好像对我们很放松,感觉我们像被呵护的温室花朵,很难经得起风雨的考验。而这一次的军训,才算得上是我们的试金石。

这一次的军训,要求更加严格:烈日当空,我们顶着炙热的太阳,一动不动地站着军姿,任凭汗水肆意地从额头沿着滚烫的脸颊,再流向晒得黑黑的脖子。没有教官的命令,即使汗流浹背,我们也不能用手去擦拭汗水,更不用说是活动手脚了,如果我们当中有一个人放松了,甚至是悄悄地动了,那是逃不过教官的金睛火眼的,我们便要全体受罚——跑圈、俯卧撑、蹲下起立……每一次的惩罚都会使我们筋疲力尽。这时,我真的很像放弃,但是,我心里默默地鼓励自己:一定要坚持!绝对不能轻言放弃……那么我就会咬紧牙关,努力挺过去。哈哈!就让阳光来得更猛烈些吧!我一定不会那么容易屈服的!我会坚持到底!

军训,不但锻炼了我的体质和意志,而且,对我的思想教育有了不少的影响。尽管德育课上,教官说的都是老生常谈的道理,他不像专业的老师那样出口成章,也没有妙语连珠,但是,从他专注的眼神,和用心的教育里,我读懂了他,读懂了他对我们的严格要求,读懂了对我们无尽的关怀。

经过军训,我们能更加勇敢地翱翔天际,搏击苍穹;经过军训,我们不再是温室娇嫩的花朵,我们能长成参天大树,迎接暴

风雨;经过军训，我们人生上了重要的一课！

今天是军训第六天了，也有可能是我们七年级军训的最后一天了，因为我们教导

主任

说明天我们要会操会操就是学校的领导和教官的教官检查我们这6天的军训效果，如果我们做的好的话可以早放假哦。

今天开始军训时天气阴沉沉的，但还不是要下雨，很适合我们的军训，所以就在开始的时候就让我们多站了一会军姿，但是我们已经适应了军训生活，所以没有晕倒的或呕吐的，教导主任在广播里充分的夸奖了我们，说我们意志力很强。所以我們都很认真，但是有个别班的个别同学不自觉，说话，结果被我们教官罚练姿势。好玩极了，教官让他们做俯卧撑的姿势，但不要趴下，一直维持这个姿势，可是逗死我们了，教官还不许我们笑，可他自己却跑到一边笑，样子也很搞笑哦。

今天上午的训练我们班很轻松，为什么呢？因为我们教官说明天的会操对我们来说最有难度的是原地踏步，所以就练我们脚步的团结性，他自己说一遍“121”然后我们自己在心里默念“121”，并一边原地踏步。我们班总是很整齐，所以我们就总休息，而他们别的班却总有几个冒泡的(教官对不协调的同学的叫法)所以我们就给他们做示范，示范完了就休息，所以上午的训练在精力很充沛的精神中结束了。

总之，通过这几天的军训生活，我觉得自己的意志力强了，不再有依赖感，我现在认为军训并不是很可怕，只要你认真去做，就一定不会白费功夫，等到军训结束时自己就会有感触。

军训是每个人升入初中的第一课，你要是做好了，说明你自

己已经学好了第一课，希望我能永远保持这种吃苦耐劳的精神！

今天是我们大学新生正式军训的第一天，我们都激动无比的在操场上等待着教官的到来，我们看着彼此陌生的脸庞，忐忑不安的心情，在我们每个人心中荡漾，终于不远的楼像中出现了一列整齐的队伍，迈着矫健的步伐，向我们缓缓走来，瞬间还叽叽喳喳吵个不停，立刻被这些教官所吸引，不知道是谁说了一句，那是我们的教官，我们便顺着那个人所指的方向看过去，一位皮肤古铜色的，看起来20出头的教官，正向我们走来。

并没有那么炎热，我们都能感觉到身体关节因长期没活动，而造成的那种疼痛，真当我们咬牙坚持的时候，教官终于下了，稍息的命令，顷刻间班上同学的哀嚎声连绵不断都感觉到了，如释重负，休息了十分钟，教官，又让我们做这个，让我们这些从未参加过军训的学生来说，确实算的上一种折磨，虽然有人抱怨，但都还是坚持了下来。

今天一天的军训，让我收获不少，我不仅知道了，军人的素质是怎样锻炼出来的，更懂得了，做一个顶天立地的男子汉，应该怎么做！第一天的军训虽然很累，但是比放假的时候过的充实多了，我现在倒是有些期望后面几天的军训了。

时光飞逝，转眼间，五天的军训时光已经过去，我们告别军营，又回到了温暖而又舒适的家中，回想起在军营生活的日子，不觉有所感想。

五天军训中，我们“品尝”了在寒风的洗礼；“享受”了魔鬼般的训练；体验了“甜美”的军人生活。

五天军训中，我们暂时告别了父母、亲人；告别了自己舒适的小床；告别了应有的家。没有家人的陪伴与鼓励，只能靠自己与同学一起去面对一切困境。

五天军训中，我们感受到了军营的气氛和军人的风采，

学习

了国防知识，增强了国防意识，增加了爱国热情，磨练了我们的意志，增强了体质，学会了团结，形成了纪律观念，学会了约束自己，规范自己。

天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏起身，行弗乱其所为，所以动心韧性，曾益起所不能。当我们真正用自己的心去体会的军人的英伟后，才能更加明白我们肩上的使命，才能更加明确地向目标进发，努力。

就是士兵。我们要在今后的高中三年生活中继续保持军训时不畏艰辛、吃苦耐劳的作风；学习中继续坚持军训中克服困难、勇往直前的精神。希望我们能以军人的顽强作风，高质量的完成高中三年的学习任务。从而能够让自己欢心、让家长称心、让老师放心！

## 军训国防心得体会篇十八

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

是军训，让我们拥有战胜困难的勇气，也让我们懂得团结互助，在军训中开启了我们辉煌的青春吧。军训中，一般会有国防教育，下面小编给大家带来军训中的国防教育心得体会5篇，希望大家喜欢！

### 军训中的国防教育心得体会1

在军训之余上一堂国防教育课对于我来说，是一个学习新知识的好机会。

在此之前，我从未想过在大学教室里上的第一节课是国防教

育课。一开始我就纳闷儿：什么是国防教育，它的内容是不是很多很深奥？这与大学生又有什么必要的联系呢？带着疑惑我把目光投向那位陌生的教授，儒雅的外表，时而幽默时而严肃的语气，引领我们这群新生穿越时空隧道，从公元前21世纪的夏王朝到现代，讲述中国国防建设的兴起、发展、变革与完善。在这之中，我知道中华民族经历了无数战争的锤炼，形成了强大的民族凝聚力，培育了自强不息、前仆后继、不畏强暴、卫国御敌的精神，最终成为一个多民族的大疆域国家。

## 大浪淘沙，淘过千古风流

### 人物

，留下漫漫岁月浅滩和沙浪不能带走的贝壳留给后人捡拾。中国的国防历史悠悠漫长，该是遗留在岁月浅滩上的最古老贝壳吧，它的花纹应该是最复杂变幻的吧。有过史上拥有最大国土面积的唐王朝的辉煌，也有过签订无数辱国条约的清王朝的屈辱。有过太平盛世的歌舞，也过血流成河的战斗。

今天，虽然中国近年来发展迅速，强有力的经济基础奠定了国防建设的日趋完善，使得30多年来中国没有战争可言。但是历史遗留的国土争端问题却愈演愈烈，中国正面临着潜在的战争危机，且危机四伏。北有俄罗斯，东有日本，南有越南，西有印度……这种国际形势要求每一位中国人积极参与国防建设，加强国防力量。

大学生是祖国国防力量的有力资源，我们应在大学时努力学习科学知识，加强国防教育，做好参与国防建设的思想准备。

## 军训中的国防教育心得

### 体会

我们在国防教育学校参加了军训,因为是在国防教育学校,我们都认为这便是国家给我们进行的国防教育,可这七天只是国防教育中小小的一部分,一个开头而已.

,没有停的意思.过了好久——我都觉得腿都快累断了,教官说:“立正,原地,坐!于是大家欣然席地而坐,再没有军训前对所坐之地卫生条件的要求.刚坐一会,我的注意力就被坐在我前面的一个女孩吸引了,她正面对我左边的人,从口袋里掏出一大堆东西:防晒霜、润肤露、唇油、梳子.然后不慌不忙的打扮起来,最后,还对镜子照了一下,说:“哟,我都成了包公了!我转过头,暗自发笑,看见教官走过来,瞟了那女生一眼,说:“你们这些小姐,这点苦都受不了,还要学吃苦啊,干脆,边疆上站岗的人都边站边涂香好了.”听了教官的话,她似乎是说,军训是来教我们吃苦的,可我们在这之前从未想过我们为何军训,国家为何要我们军训.

于是,我豁然开朗:军训的目的不是把我们练成可以上战场打仗的士兵,而是培养我们的国防意识,让我们天天进行各种训练,不在于要我们身体强健,而是要培养我们吃苦耐劳的精神,坚忍不拔的意志和坚持不懈的毅力.

日常的必修课中,也有培养我们的篇章:政治常提到台独问题,这是分裂祖国的行为,而美国却迟迟不给中国一个明确态度,带有纵容心理,可使我们意识到,为了祖国领土完整,要搞好国防.

历史课上,近代历史是屈辱的历史,战争连绵,且多是外国侵略中国.看到书上中国与帝国主义列强签订不平等条约的图片,看到中国人民遭受屠杀,家破人亡的图片,看到外国列强在中国烧杀虏虐的图片,我们更加意识到国防的重要性.国防如此重要,我们要为祖国尽一份力,使祖国国防事业发达,无人敢欺,要保护祖国的每一寸土地,确保不分离.

### 军训中的国防教育心得体会3

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。如果梅花没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；如果人没有经历挫折磨难就不会拥有坚强。

能经历磨练才证明坚韧，能经得起挑战才说明勇敢，能跨过挫折才展示成功。在每一个军训的日子里“一二三四，一二三四像首歌，一个个整齐的方队像一首诗”；在每一个军训的日子里，我们严格要求自己，积极改善自己，彻底反省自己。

烈日晒黑了我们的皮肤，却使我们滚烫的心变得更加坚强；汗水浸湿了我们的衣襟，却留下了许许多多难以言表的东西。我相信每个参加过军训的同学，都会产生一种特殊的感情，没有更多的言语，因为再多的言语也表达不出我们内心对军训深深的感情。

一抹绿色，即将退去，正如潮落时，总有一种蓄势待发、喷薄欲出的冲动。一抹抹的回忆一次又一次地冲击着我的心灵，但潮水终要退去，那身绿色终要离去，现在我才知到一句“再见”的份量。

再见了，绿色！再见了，我无悔的迷彩军训！

嘹亮而悠长的军号拉开了军训的序幕。

文静柔弱的我们用肉体与烈日进行较量，用意志与钢铁进行格斗。

我们感觉到了站在烈日下的每一个中华卫士的艰辛，也感觉到了站在烈日下的每一个中华卫士的无坚不摧的刚强。

我们虽然不是金刚之躯，我们虽然没有达摩之志，但是我们有永不停息的奋斗之心。



我们每天都有收获，每天都在进步。“不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江海”，有志者事竟成，我们的付出，得到了应有的回报。

嘹亮的军号下展示的不再是零乱的步伐，不再是无奈的呻吟，而是铿锵的正步，激情的呐喊：“我们的士气可以压倒一切，我们的勇气可以征服世界。”

我们虽付出的是辛酸痛苦，收获的却是欢声笑语，虽付出的是淋漓汗水，收获的却是橄榄枝翠的绿。军训不再是徒劳的受苦，而是茫茫草原上的一簇新绿，也充满着活力。充满了希望。他让每一位中华儿女为之震撼，他让每一位中华儿女为之先赞叹。

#### 军训中的国防教育心得体会4

不论怎样，苦与累总是军训的代名词；不管怎样，骂与罚总是教官的招牌动作；不知为何，狠毒与热辣总是太阳与大地共同联手的结果。三重危机，并肩袭来，最终能够胜利者的法宝，只有：不断的忍耐和顽强的坚持。

这不就是军训吗？一种充满着忍耐与坚持的魔鬼训练营。

阳光下，我们需要忍耐与坚持。由于总有人表现不佳，站军姿几乎成了白天我们男生的全部生活。站就站呗，站着有什么可怕的？但是要明白，天空中永远是炎炎烈日。天地是微波炉，阳光是发射出来的微波，我们则是盘中的食物。白云不想做好事，它也跑了。太阳光一路上毫无阻挡，直接射入了我们的胸膛。那种又痛又痒的感觉，就是火辣辣的太阳散发出的无限能量所赐予的。但是，站还是要站的，只有站到让教官赏心悦目了，才能休息。我们不能动，多动一动就要多站一站。但是，我们还能干什么别的呢？于是，我们个个贴紧手，直起腿，抬起头。最终，忍耐着身上痒痒痛痛和坚持着以标准姿势站下去的我们，得到了久违的休息。

在被教官骂与罚时，也只有忍耐与坚持。一次，全体男生被罚蹲着，个个蹲得腰酸背痛腿麻木。当时是晚上，蹲不好就不准睡觉。但是，累了一天的我们，谁不想睡觉啊！个个也只能强打精神，不顾酸痛，好好地蹲着。这时，也只能忍耐与坚持。被教官骂也是经常的事情。教官是什么都骂得出来的。“老子”、“小子”、“白痴”、“弱智”这些词，我们早已耳熟能详了。教官骂着，我们还要站军姿。无奈，我们也只有忍耐他唾沫四溅，把难熬的五天军训坚持了下来。

泰戈尔说过：“只有经历地狱般的磨炼，才能炼出创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。”我们在军训基地里，磨炼了意志，增强了体质。透过军训，我明白了，只有学会忍耐与坚持，才能学有所成，将来才能做一个对人民对祖国有用的人！忍耐与坚持，就是我这次军训最大的收获。

## 军训中的国防教育心得体会5

那一排排的队伍犹如大树般伫立在塑胶跑道上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。太阳，晒在皮肤上是烫烫的，就连从小运动出身的我们也受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿房间的整齐来说吧，每间房间宛如刚被打过劫一样，杂乱的东西一点都没有，空空如也！

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间表，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐

不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

，不说别的就军训时间就够拖累人了。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和教官在休息时瞎掰，而且我们的教官跟《康熙微服私访记》里面的三德子很像，大家都叫他三公公。我们还会时不时的捉弄一下教官，趁教官不注意时做做小动作。然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，拽着车门不想上车回家。真的很有意思，也很感人！来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且加上上学期学习的军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。