# 2024年初二军训心得体会500字左右(11篇)

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-11-24

*初二军训心得体会500字左右一军训很苦，又很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我，锻炼意志的良机。在军训中，它有酸楚的四肢，也有苦咸的汗水，更有欢乐的笑声。军姿，师徒情。训练站姿坐姿，教官常挂在嘴上的一句话，便是“站有站姿，坐有坐姿”，“站...*

**初二军训心得体会500字左右一**

军训很苦，又很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我，锻炼意志的良机。在军训中，它有酸楚的四肢，也有苦咸的汗水，更有欢乐的笑声。

军姿，师徒情。

训练站姿坐姿，教官常挂在嘴上的一句话，便是“站有站姿，坐有坐姿”，“站就好好站，玩就好好玩”。我认识到站要端端正正，坐要挺胸抬头。训练站姿，一天基本三个小时，占一天的八分之一。可见有多么重要，站不能歪歪扭扭，而是挺胸抬头，头端颈直。脚成八字形，手自然下垂，便是站姿的基本要求，教官一遍接着一遍的重复，在我们身边转着，哪里不对就指导。我的手一直爱动，于是教官就严厉对我:\"说你不要把精力集中在四肢，把集中力放在眼睛上，手就不会那么爱动了!”听了教官的建议，我照着做，果然手不爱动了。

齐步走，闺蜜情。

齐步走，可是我的大难头，教官要一排一排走，筛沙子一样把我筛了出去。我是顺拐，教官让队长教我。于是我去请教我的好朋友。他说先迈左脚，后迈右脚。先摆右胳膊，后摆左胳膊。我试了试，觉得不舒服。她陪我一遍接一遍的练，一二一，一二一，立正。在我的耳边萦绕，练了大约一个小时吧!我们练得满头大汗，我终于会了，激动得热泪盈眶，真应该谢谢她。

内务整理，舍友情。

整理物品是每个人都应该会的一堂课了，那天我们排着一条长龙，迈着整齐的步伐来到宿舍。教官教我们如何去叠豆腐块。他先示范了一遍，让我们来试一试，我叠了一遍，怎么叠都叠不成豆腐块。我急着像热锅的蚂蚁，旁边的同学问我怎么了?我说我不会叠被子，她来教我，他说先把被子铺展，然后手放25厘米距离。接着，在五分钟以后我会了，我说了句“谢谢”，他说“不客气，同学间互帮互助是应该的。”

师徒情，闺蜜情，舍友情是我这次军训的收获。为期五天的军训是短暂的，但美好的回忆是永恒的。少了份娇气，多了份坚强，少了份依赖，多了份自强，少了份怨天尤人，多了份勇往直前。

**初二军训心得体会500字左右二**

“不要找原因，解释就是掩饰，掩饰就是事实。”教官说的这句话一直在我脑中徘徊。这句话是军训以来我最大的收获。它时刻告诉我——没有任何借口。

在一些军规中，有关于借口的解释：在军队里，失败不容有借口。如果情有可原，可将情况说明，但这种说明即使被解释了也不能作为借口。

于是，从进入桂林中学，我就强迫养成对自己，对他人负责的习惯，有错误也不找任何理由，作为宿舍之长，我暗示督促宿舍成员起床，整理床铺等。对自己，我严格要求，不迟到，不早退，即使有些不舒服也会坚持。

正是对没有任何借口的信念，让我在软弱时保持坚强，在恐惧时勇敢面对。它告诉我保持自豪，不因为失败而裹足不前，在成功时则谦虚有礼;不用语言代替行动。不寻求安逸舒适，而是直面困难和挑战带来的鞭策和压力;它在我心中创造出新奇感，对未知的军训生活充满乐趣，怀有希望。

“没有任何借口，长官。”由于哎找借口的习惯，现在我还无法在教官炯炯质问的目光下说出这些话，因为他们都很严厉冷峻。但是慢慢地的我会大声自信的喊出这句话。以强烈的责任感去处理错误的后果。

这就是我的军训心得，六个字——没有任何借口!

**初二军训心得体会500字左右三**

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坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;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手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

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，无论在哪个岗位上。

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，即使那路每一步都是那样的泥泞、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。

**初二军训心得体会500字左右四**

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

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。

在军训中要求严格， 想做到完美是一种不容易的事， 每个动作都要注意细节， 才能成功完成。 我们之中大部分都是90后， 都是父母的心肝宝贝， 生活中很少吃过苦， 而且身上有很多不好的习惯. 教官教会了我们严于律己， 不怕困难， 要勇于挑战自己。 教官很辛苦， 喊了一天下来， 嗓子都哑了， 由于我们动作的不规范， 教官必须一点点的给我们做示范， 他的指导更给我们指明了方向。 在军训的这几天里， 首先给我的感觉就是一个字“累”。

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默;观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初二(8)班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

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，无论在哪个岗位上。

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，即使那路每一步都是那样的泥泞、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。

**初二军训心得体会500字左右五**

今天是军训的第三天，痛苦真的比昨日来得更进一步，在各个基本动作都完成的基础上，加强练习和琢磨，毫无疑问，我们花了比昨天的心思和气力。军训体验生活，让我感到痛苦也快乐。在军训过程中，教官会时常和我们……

今天是军训的第三天，痛苦真的比昨日来得更进一步，在各个基本动作都完成的基础上，加强练习和琢磨，毫无疑问，我们花了比昨天的心思和气力。

军训体验生活，让我感到痛苦也快乐。在军训过程中，教官会时常和我们开玩笑，一阵笑声后，又立刻恢复了严肃，进入训练状态，教官与学员之间十分和谐。

基本动作一遍一遍的做，我们嫌烦也嫌累。可是为了整个集体在最后的会操时，能够看起来完美，看起来整齐，看起来漂亮，我们只能服从教官的指令，一次又一次的重复，熟悉。不过，在军训生活中，一切行动听指挥，我们不应该有什么怨言。

转眼间，军训生活已过去一大半，想起刚刚来到基地时的好奇与小心翼翼，那种感觉似乎就在昨天。我们即将结束军训生活回到我们最想念最亲爱的家中。然而，这次这样的军训体验在接下来的一段时间都不会在有的。所以，我更珍惜这种机会，珍惜这段不一样的时光，不一样的生活。相信，即使我离开了这儿，我也会怀念这儿的。

每一次训练都要付出最大的努力，这一次次的训练中，锻炼了我们的意志，提高了我们的身体素质，让我们能够越来越好。

希望接下来的几天同学们都能好好加油，希望能与教官相处的更加融洽。

**初二军训心得体会500字左右六**

为期三天的军训，我们都期待已久，等待的时间，似乎度日如年。终于等到了那天，来的学校后我们都很高兴的谈颜欢笑。

经过摇摇摆摆的车程，我们到了一个乡村式的地方，那里很漂亮。风景也很好。我提着桶。背着行李包。很快。我们就到了一块空地，那里算是阴凉的了。换军装时，我心里明白的知道，军训三天正式开始了。

吃过午饭，我们要回宿舍午休了，当然，这里的午休指的是零食，我们回到宿舍就迫不及待的肯起我们从家里带来的零食，边吃边不停的抱怨午饭难吃，这可不是虚有其表，事实就是这样。下午，我们做了些体能训练就冲凉，令我不可思议的是，冲凉的时间竟然是五分钟，出了那么多的汗，我是必须洗头的，可是时间不够，唉，忍着吧。

晚上睡觉是我们来军训的目的，因为我们是很多人一起，边聊天边睡觉，那感觉别提有多开心了。睡觉的时光，是我们最期待的了。慢慢的，我们就进入了梦乡。

第二天，因为兴奋过度，六点左右我们就爬起来整理内务。整理到一半呢，就被生活老师闯进来骂个半死，唉，真是倒霉。

午饭都不好吃，就别提早餐了，白粥很稀，像喝白开水，还有小馒头，都冷掉了，难以入咽。

不知不觉，军训的时间，已经悄悄的跟我们说再见。

虽说军训很苦，但我们还是面带笑容的回来了。和教官挥手道别，我明白了，为期三天的军训结束了，那三天，有苦泪，有欢笑，军训，加深了我们的友谊，军训，我们明年再见。那三天，是我一辈子也不会忘记的。

**初二军训心得体会500字左右七**

一抹绿色，瞬间退去，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，那抹绿色终要离去，现在我才知道一句“再见”的份量。

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志，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。

在一些军规中，有关于借口的解释：在军队里，失败不容有借口。如果情有可原，可将情况说明，但这种说明即使被解释了也不能作为借口。

于是，从进入桂林中学，我就强迫养成对自己，对他人负责的习惯，有错误也不找任何理由，作为宿舍之长，我暗示督促宿舍成员起床，整理床铺等。对自己，我严格要求，不迟到，不早退，即使有些不舒服也会坚持。

“没有任何借口，长官。”由于哎找借口的习惯，现在我还无法在教官炯炯质问的目光下说出这些话，因为他们都很严厉冷峻。但是慢慢地的我会大声自信的喊出这句话。以强烈的责任感去处理错误的后果。

正是对没有任何借口的信念，让我在软弱时保持坚强，在恐惧时勇敢面对。它告诉我保持自豪，不因为失败而裹足不前，在成功时则谦虚有礼;不用语言代替行动。不寻求安逸舒适，而是直面困难和挑战带来的鞭策和压力;它在我心中创造出新奇感，对未知的军训生活充满乐趣，怀有希望。

这就是我的军训心得，六个字——没有任何借口!

**初二军训心得体会500字左右八**

有人说，军训是酸甜苦辣的结合;也有人说，军训是对身体的折磨。而我想说：军训就像是一块儿磨刀石，而我们，是待磨的刀，军训之后，我相信，每一把刀，都会更加锋利，更加闪闪发亮。正如临行前，妈妈告诉我的：如果你能把军训挺过去了，那我相信，再大的困难，你也能克服。

军训教会我太多太多，比如怎么去珍惜，怎么去尊重，怎么去生活，更重要的是，怎么去坚持。

在军训中，我们坐着的时候，我们通常想躺着，而站着的时候，又通常想坐着，可当单脚站立时，我们又只渴望双脚着地了。可我们为什么不学会知足一点儿呢?在站着的时候，想想单脚站着的辛苦，那么站着不就变舒服了?而坐着的时候，为什么不想想站着的累?那样比起来，坐着不就是享受了?所以，只要我们学会珍惜现在的，就会更轻松快乐，而这些，都是军训教会我的。

我想，在军训之前，我们之中的很多人都要求过别人尊重你吧?而这个“别人”所指的，有可能是父母、老师、或者朋友。可是，我们是否去想过怎样去尊重别人呢?在军训后，我们知道，别人在对你讲话时，你不认真听，那是对别人的不尊重;别人在很严肃的处理事情的时候，而你并不严肃对待，也是对别人的一种不尊重。这种不尊重在生活中有太多太多。而更重要的并不是这个。而是军训让我们明白了，在要求别人尊重自己之前，我们必须先学会怎么去尊重别人。

大概同学们都是家中的“宝贝”吧?不会这个，不会那个，衣来伸手，饭来张口。而在校军训，我们什么都必须靠自己。不仅这样，时间上的限制，更令我们慌乱不堪。第一次上早操的时候，有没穿袜子的，有没时间梳头的，乱七八糟的事情，让大家筋疲力尽。可是在经历过无数个第一次后，我们就长大了，学会了怎么去生活。而这些，都是我们军训后的生活。

军训，磨练了我们的意志，让我们彻底的体会了“只要功夫深，铁杵磨成针”，就如站军姿的时候，再不舒服也不能动，再氧也不能抓，度秒如日，而当教官叫我们停的时候，我们才发现，原来自己是可以坚持的。于是，在心中暗下决心：从今天起，坚持到底，决不偷懒!

军训，教会我们好多，告诉我们好多，这一定会让我们在以后的学习生活中，受益匪浅。

**初二军训心得体会500字左右九**

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的七十五中学。在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心情，

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利!

在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，\"功夫不负有心人\"我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

**初二军训心得体会500字左右篇十**

军训这一课是磨炼意志和思想的一课，从站军姿到齐步走，跑步走，都给了我们人生的启示和感想。下面让我们一起来看看作文网小编为您带来的《初二军训感想》。如果想要更多关于军训作文、军训总结，请继续关注我们的作文栏目。

篇一：初二军训感想

瓦蓝瓦蓝的天空没有一丝云彩，太阳把地面烤得滚烫滚烫，一阵风刮过，地上便卷起一股热浪，扑面而来;小鸟们早已经不住炎炎烈日的淫威的逼吓，不知躲匿到什么地方去了;而可怜的草木，更是耷拉着脑袋，奄奄待毙。只有那较为耐热的知鸟，扯着破锣烂鼓般的喉咙，知了——，知了——的哀嚎，倾诉着高温的残酷。可就在这样的日子里，我们一群娇嫩的学生娃娃，却在向太阳公公挑战——进行军训。

(二)

“集体练军姿，有事打‘报告’，没有我的命令谁也不许动。否则被我发现了，一律罚绕着操场跑5圈”，教官铁着脸下达了这条命令。同学们开始还觉得挺容易，不就是站着不动吗?这有啥!可没过多久，脸上便被太阳晒得火辣辣的，那汗水就像玩滑滑梯一样，溜到眼睛里，刺痛刺痛的;溜到嘴巴里，咸咸的;两只脚就像踩在烧红的铁板上，烫烫的。唉!这滋味可真不好受。

用余光瞟了下别的班，咦?怎么都在树荫下呢?

(三)

“动，动，我叫你动!出来!跑圈去!”又不知是哪个耐不住的小伙伴偷偷动时被发现了，受到了惩罚。你们看，这教官可真说话算话，一点也不含糊。“小心点，一定要坚持住!”我暗暗的告诫自己。

(四)

终于熬到了仅有的十分钟休息时间，其它班都一哄而散，而我们却依旧顶着烈日，可怜巴巴地望着教官，希望他尽快吐出简简单单但却对我们十分重要的两个字：“解散”。时间在一分一分的流逝，望着别人享受清凉的惬意，心里酸楚楚的真不是滋味，简直恨透了这个教官——你为什么就金口难开呢?“现在给你们两分钟休息时间”，教官终于发慈悲了。“万岁”!早已受尽“折磨”的我们，有气无力的欢呼到。

虽然只有短暂的两分钟，可刚刚还在担心能否休息的我们，已经知足了。

**初二军训心得体会500字左右篇十一**

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。

一抹绿色，瞬间退去，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，那抹绿色终要离去，现在我才知道一句“再见”的份量。

在一些军规中，有关于借口的解释：在军队里，失败不容有借口。如果情有可原，可将情况说明，但这种说明即使被解释了也不能作为借口。

于是，从进入桂林中学，我就强迫养成对自己，对他人负责的习惯，有错误也不找任何理由，作为宿舍之长，我暗示督促宿舍成员起床，整理床铺等。对自己，我严格要求，不迟到，不早退，即使有些不舒服也会坚持。

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志，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。

“没有任何借口，长官。”由于哎找借口的习惯，现在我还无法在教官炯炯质问的目光下说出这些话，因为他们都很严厉冷峻。但是慢慢地的我会大声自信的喊出这句话。以强烈的责任感去处理错误的后果。

正是对没有任何借口的信念，让我在软弱时保持坚强，在恐惧时勇敢面对。它告诉我保持自豪，不因为失败而裹足不前，在成功时则谦虚有礼;不用语言代替行动。不寻求安逸舒适，而是直面困难和挑战带来的鞭策和压力;它在我心中创造出新奇感，对未知的军训生活充满乐趣，怀有希望。

这就是我的军训心得，六个字——没有任何借口!

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！