# 军训心得体会初中生 军训初中生心得体会(大全17篇)

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-11-05

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。军训心得体会初中生篇一...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**军训心得体会初中生篇一**

在初中生的人生旅程中，军训是一段难忘而充实的经历。作为对长大的初步尝试，这段时间对于塑造学生的性格和培养他们的各种技能至关重要。在参与了军训后，我不仅明白了许多重要的价值观，还发展了一系列的技能，这让我从中受益良多。

首先，军训教会了我纪律和自律的重要性。在军训期间，每天都有严格的规定和时间表，我们必须准时参加各种活动。违反纪律将受到相应的惩罚，这种惩罚会对我们的生活产生不良的影响。因此，我学会了控制自己的行为，按时完成任务，从而发展了自律能力。这种自律不仅在军训期间有用，在日常生活中也同样重要，因为它有助于我们管理时间并取得更好的成绩。

其次，军训帮助我发展了团队合作和领导能力。在军训训练中，团队合作是至关重要的。无论是完成一次行进还是进行一场战术演练，我们必须保持良好的合作和沟通，才能达到目标并发挥出最佳效果。这让我深刻明白了团队的力量，并学会了倾听他人的意见并照顾其他人的需求。此外，作为一名军训班的班长，我还有机会锻炼领导能力。我学会了组织和指导其他队员，并帮助他们解决问题。这些经历对于我将来在组织和领导方面发挥作用十分宝贵。

军训还让我意识到坚持和克服困难的重要性。在军训过程中，我们经历了各种各样的体力和心理上的挑战。长时间的站立、重负的行进和严格的训练都让我们感到疲惫和困惑。但是，我们必须坚持并保持积极的态度。这种坚持不仅让我们战胜了种种困难，还培养了我们坚韧不拔的品质。我相信，只有在面对挫折和困难时，我们才能真正成长并取得成功。

最后，军训也加强了我对身体健康的重视。在训练中，我们进行了大量的体育锻炼，从晨跑到拉伸操再到各种体能训练。这不仅让我体验到了健康的乐趣，还让我意识到保持身体健康的重要性。我学会了如何更好地照顾自己的身体，包括饮食和锻炼。这些习惯对我今后的生活有着深远的影响，因为它们帮助我保持了身体和心理的健康。

总之，军训对我而言是一段难忘而充实的经历。通过军训，我学会了纪律和自律，发展了团队合作和领导能力，培养了坚持和克服困难的品质，以及加强了对身体健康的重视。这些经历对我人生道路的定位具有重大影响，我相信这段经历将成为我成长的重要里程碑。军训锻造的品质将在我未来的学习和工作中产生积极的影响。

**军训心得体会初中生篇二**

军训是每个初中生都不可避免的阶段，每年九月都是初中生迈入新学期的时刻，也是军训的季节。经历了几周的辛苦训练，我们终于迎来了军训结束的那一天。军训后的心得体会对于我们来说至关重要，它不仅能让我们回顾军训的经历，更能对我们今后的生活产生深远的影响。

在军训过程中，我们经受了酷暑的鞭策和队友间的相互鼓励。我们从军训中理解到了团队合作的重要性，原本不熟悉的我们因为军训而走到一起，形成了一个和谐的小集体。在集体活动中，我们学会了互相关心和帮助，每当有队友出现困难，我们总是伸出援手。这种集体意识的培养不仅可以在军训中体现，更可以在以后的学习和工作中运用。无论是做项目还是完成任务，只有团队成员相互帮助、密切合作，才能最终取得成功。

军训中的艰辛也使我们更加懂得了生活的不易。在难以想象的高温下，我们穿着厚重的军装接受体能训练。炎热的阳光下，我们满头大汗但依然坚持着，这让我们对生活的困难更加深刻的体会到了。在以后的生活中，我们将会遇到更多的困难和挑战，我们不应该退缩或者抱怨，而应该像军训一样坚持不懈地努力。只有真正走出舒适区，才能迎接更大的成长和进步。

军训不仅磨砺了我们的体能，也增强了我们的意志力。每天早起、起床、训练、杂项、点名、穿军装、整理物品……这些看似简单的事情，却需要我们做到严格遵守，不出一丝一毫的差错。这对我们的自律能力提出了很高的要求。军训让我们学会了按时完成任务，学会了遵守规章制度。这些习惯的养成对我们今后的学习和生活都非常重要。只有有纪律的人，才能更好地规划自己的时间，更高效地完成任务。

军训期间，我们在各项训练中收获了丰富的知识和才能。通过队列训练，我们学会了整齐划一的行进和礼仪动作。通过体能训练，我们增强了体力和耐力。通过军事技能课堂，我们学习到了防护和自救的知识。这些军训中学习到的技能和知识不仅只在军事理论课上有用，还可以用在我们日常生活中。例如，急救知识可以在家中遇到意外时救助他人；队列训练中的规矩纪律可以让我们在其他场合中举止得体，落落大方。

通过军训，我们的身体和心理得到了很好的锻炼，也塑造了健康向上的人格。军训后的心得体会，让我们明白了团队合作的重要性；体验到了生活的不易和坚持的价值；培养了自律和规矩意识；学到了各种实用技能和知识。这一切都为我们今后的成长和发展打下了坚实的基础。无论是面对学习还是面对生活，我们都将充满信心和勇气，以更加积极的心态去迎接未来的挑战。

**军训心得体会初中生篇三**

这个星期，我们桂园中学初二年级的同学举行了为期4天的军训生活。也在这次的军训生活中，学到了我们在学校、家庭等等学不到的东西，领悟到了成熟的心得。

在这次的军训生活中，让我最有感悟是两次的活动。一次是“人肉浮桥”，另一次当然是“领导人与责任心”。在这两次的活动中，不少人因为同班的同学而深受感动，也使得很多人热泪盈框。最后承受不住，终使泪水落下。

“人肉浮桥”是需要班级里的每位同学同心协力才能完成的一项活动。而且需要每两个同学在肩膀上搭上一块木板。如果这两名同学稍微有点把木板弄倾斜了或者没有扶稳的\'话，在木板上面的同学就很有可能从上面摔下来。这就是体现班级凝聚力的重点之一了。我们班派出了陈少彬和万博文两位同学作为保护木板上同学的帮手。他们两个原本个子就很高，还要在个子不一样的同学搭成的木板下来回穿梭，他们唯有跪在地板上一步步艰难移动。

活动开始了，一开始都是由个子矮小的同学先行在上面爬过。她（他）们的体重并不会过重，所以在下面支撑木板的每位同学都是在破着嗓子为上面的同学喊着“加油。”随着时间的进行，个子高的、身材过重的同学都要在上面爬过，肩膀上的重力也在增加。有些同学支持不住了，也在咬牙忍着过去。很多女生看到这一幕，不禁被感动了。主席台上还播着《朋友》这一首歌，泪水也落下了。这是军训第一次，被我们班的集体同学的行为感动。

“领导人与责任心”活动则要推选出两名小领袖。我们班的小领袖是辛如意和陈少彬。我们都知道辛如意当时还有着特殊情况的时候，很多同学都劝她不要跑了，我们代替她上去跑。她都只是坚决的摇摇头，一定要去跑。银瓶山军训基地还邀请了中央电视台的主持人大宋老师为我们讲我们人生可能做错的错事，在叛逆时期不经意的一个小举动也许也会让为自己操心的父母和老师伤心难过。从训练的动作中，只要做错了动作，或者是站立的时候动了，一个回合下来你要向前走一步，大声喊道：“对不起，我错了。“如果没有自己承认的话，小领袖就要从原来跑的一圈增加到两圈。一个班里原本就有50几个人，一但有人做错了动作或者是慢的话，就可能会让小领袖承担下所有人的责任的了。每当教官大声的喊出两名小领袖要跑的圈数时，是多么的残忍，教官也许也在心里难受着。甚至连老师也要为我们做错动作而受到惩罚，也要为我们跑圈。那时候的我们心里会有多难受。

当我看到方老师低着头背向我们的时候，我们都清楚的明白，老师哭了。我内心突然反复的播放出我叛逆的时候，与妈妈顶嘴的样子。当时的妈妈也会伤心难过的吧。

虽然这次的军训只是短短的4天而已，但也是在这四天，我们7班，学会了团结，学会了互相关心与帮助，这是我们曾经在学校当中没有领悟到的。

我们是钢7联。钢铁意志，钢铁捍。一群猛虎，钢7联。不抛弃，不放弃，我们7联，无可替。

7联是最棒的！

**军训心得体会初中生篇四**

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。我以前的同学都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长?溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页;如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中。

**军训心得体会初中生篇五**

第一段：准备军训的心情

初中时光即将结束，我和同学们进入了最后的军训阶段。虽然军训仅仅持续了几天，但是其中的经历却给予了我很多启示和感悟。刚开始军训时，我对于即将到来的严格训练感到忐忑不安，同时也充满了期待。“全副武装”、“战斗力”这些词汇仿佛把我拉到了一个全新的世界，我想要借此机会来锻炼自己，展现出不一样的个性。

第二段：生活和学习的转变

军训的第一天，我们就遭遇了严格的战斗力测试，其中包括长时间的军事操练和户外生存训练。这些都是我们平时没有接触过的活动，我们需要用真正的军事步伐行军，用坚韧的毅力撑过艰难的户外训练。刚开始时，我感到身体疲惫不堪，心里也有一些动摇。然而我很快就明白了军事训练的目的，它不仅仅是要锻炼我们的身体，更是在短时间内改变我们的心态。通过军训，我学会了坚持不懈、团结协作和顽强拼搏的精神。

第三段：领悟军人的品质

在军训中，我逐渐认识到身为一名军人所应具备的品质。首先，他们要有责任感，始终以集体利益为重，并为此忍受各种困苦。其次，军人要有坚定的意志力，能够面对逆境和困难，不放弃，坚持到底。最后，军人还要具备团结和协作的精神，只有团结一心，才能完成各项任务。这些品质都是我们平时所需要培养的，只有把它们融入到我们的生活和学习中，才能更好地面对未来的挑战。

第四段：收获与反思

通过军训，我不仅仅获得了更好的身体素质，还收获了对自己以及对团队合作的更深刻的理解。在之后的训练中，我和队友们学会了互相帮助与支持，懂得了团结的重要性。同时，我也意识到了自己的不足之处，比如应对压力的能力和自律性。军训结束后，我会更加努力地改善自己，在学习和生活中更加注重细节，提高自己的自律性。

第五段：军训的意义

军训不仅仅是一次锻炼身体的机会，更是对我们品格塑造的过程。通过军训，我们不仅可以学到理论知识，更可以学会将理论知识付诸实践，并形成自己的独立思考能力。我们在团队中的合作和同学们之间的友谊也将成为我们记忆中珍贵的一部分。未来的道路上，我们都将会遇到各种各样的困难，但是只要我们能发扬军训中学到的精神，相信我们一定能够战胜一切困难，取得自己想要的成就。

在军训的日子里，我饱含着感慨和兴奋，希望能够用自己的经历激励更多的人。军训不仅是锻炼身体的一个机会，更是塑造我们品质的过程。通过军训，我学会了坚持不懈、团结协作和顽强拼搏的精神，也更加明确了自己未来的方向。军训让我重新审视了我人生中的价值观，也让我更加懂得了与人为善的重要性。我相信，我所收获的一切都将对我的未来产生积极的影响，而且我也将用所学展现出不一样的个性。

**军训心得体会初中生篇六**

这一次，我来到后宅中学参加军训，这是我第一次参加军训，所以非常激动，前一天我怎么也不能入睡，因为我一直想穿上军服的样子，又在想在太阳底下晒的样子，以前我姐姐因为有一次训练场上晕倒，从那以后，我就讨厌军训了，因为我最怕的就是在太阳下晒了.

昨天，我终于来到学校里了，本来我以为军训很简单，只要一站就行，不会怎样，可我和同学们站在太阳下，不过三十分钟，同学们接连倒下，我也不例外，我竟然连续倒下了两次，其中第二次是归队还不到十分钟，中午的时候，我还吐了一回，这才知道军训有多么艰苦，这时候大家都知道了什么叫军训，军训是不能和家里一样自由自在地玩，也不能随心所欲了，再也不是家里的小公子，现在我们是个小军人，我们应该好好听从教官的指挥，接受教官教我们的每一个动作.在吃午饭的时候，我们还在餐桌前站了一会儿军姿，又过了一段时间我们才开始吃饭，我就想：军训怎么这样，连吃饭都要半天，还有这么多规定，真烦！

下午果然比上午有更多的经验，没有几个人倒下了，大家都轻松地过了一下午.晚上是大家最喜欢的时间了，终于可以安心休息了.

这一天的军训让我刻骨铭心，我一定会牢记在心.

**军训心得体会初中生篇七**

军训前充满了期待，希望能锻炼体魄和意志力。

一到军训场上，被训导员严厉的口令吓了一跳，心里暗暗发誓要严格要求自己。

第二段：初次接触军训

军训第一天，我们充满了疑惑和紧张，不知道未来的训练会是怎样的。

身上的军装让我感到格外崇拜自豪，虽然沉重，但我坚持挺直了腰杆，迈开了有力的步伐。

第三段：不畏艰苦，坚持到底

训练步骤愈来愈复杂，但我不退缩。

烈日下，我不禁有些疲倦，训练场上的汗水仿佛冲淡了一切疲惫，我坚信只要坚持下去，成功就在不远处。

第四段：军训收获

通过军训，我不仅学到了军营纪律和集体荣誉感，更重要的是，培养了坚强的意志力和勇往直前的决心。

我发现自己可以做到比自己想象的更好，只要不怕困难，努力奋斗，就一定能走向成功的道路。

第五段：军训心得体会

军训期间，感受最深的是集体荣誉感的力量，通过一起努力，我们培养了相互间的团结合作精神。

军训让我懂得了不论何时何地，只要有坚定的信念和努力的行动，就能战胜一切困难。

我会把军训期间的经历悉心保存在记忆里，它将成为我成长路上的宝贵财富。

**军训心得体会初中生篇八**

军训生活有苦有乐，让我懂得了很多东西，概括为六个字：忍耐、坚持、服从。军训生活让人与人之间的距离从比较纯真的一面反映出来。

军训这七天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。

给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了七天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生(严以用权学习心得体会)活的一个侧面，叫人受益非浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。

军训生活将作为记忆中的一抹绿色永远留在我的脑海中。坚持、奋斗、团结这些曾经陌生了许久的东西也因而回到了我的生活中。感谢军训，我会永远记得。

初中生个人军训心得体会

初中生军训总结

初中生军训的总结

初中生军训自我鉴定

初中生军训自我鉴定-军训自我鉴定

**军训心得体会初中生篇九**

军训研学是初中生学校生活中不可或缺的一部分，它为学生提供了锻炼身体、增强意志力、培养团队合作精神的机会。在军训研学中，学生将以更加严格的纪律训练、高强度的体能训练、饱含历史文化气息的研学活动为契机，感受到了不同寻常的磨炼，也收获到了丰富的成长经验。本文将从个人角度出发，结合研学活动的不同场景、不同任务，来分享自己对初中生军训研学的心得体会。

第二段：研学讲座的体验

在军训研学中，我们有幸聆听了一些退役军人的讲座，他们和老师一起，为我们讲述了军队生活、战争历史和国防建设的重要性。这些讲座贯穿军训研学的整个过程，为我们提供了一个认识中国军人、了解国防意识的机会。通过这些讲座，我们更加深刻地体会到了国防教育的重要性，也使我们深深感到，作为未来祖国的建设者，爱国爱家是我们义不容辞的责任。

第三段：野外拓展的收获

野外拓展是军训研学的一大亮点，我们被分为若干个小组，进行了一系列拓展训练。这些活动对于我们的挑战可不是一般的大：划艇、滑绳、越障、穿越等等都需要我们团队配合密切，寻求最优解，才能顺利完成任务。在任务中，我们要考虑到自己的身体素质、队友的特点、对任务地形的观察，不仅要灵活应变，还要有合理的战略思维和坚定的执行力。这些拓展训练在砥砺我们的团队协作能力和领导力之外，也增强了我们的自我认知和自我管理能力，让我们对自己以后的人生规划有了更加明确的认识。

第四段：苦砺身体、坚定意志

军训中的体能训练可谓是每个人心中的噩梦，半小时的晨跑、无数个俯卧撑、下蹲跳、原地踏步……这种训练不仅考验了我们的体力和耐力，更考验了我们的意志力和毅力。不管是在炎热的夏季还是在寒冷的冬天，我们都要时刻保持高亢的斗志，不抛弃、不放弃，坚持到最后。这种身体的苦砺不仅锻炼了我们的体魄，也让我们懂得了在困境中奋力拼搏、迎难而上的信念，让我们以更加坚定的姿态面对未来的人生挑战。

第五段：总结与展望

通过军训研学，我们在思想、文化、体能等方面都有了很大的提升，更重要的是，这些磨砺让我们收获了更加深刻的人生体验，成长了更加扎实的充实感。我相信，这样的成长经历会伴随我们一辈子，激励我们在今后的学习和生活中能够以更加积极的心态去面对困难和挑战，并始终保持着一颗热爱祖国、热爱生活的坚定心态。

**军训心得体会初中生篇十**

军训生活虽然是短暂的，但我的收获应该是丰硕的；军训生活是辛苦的，但却不乏激动，甚至更多的是感动。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。

心目中的军训是紧张与艰苦的交响乐；心目中的军训更是无常地响起那集合哨音，还有那烈日炎炎下的大集合、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，但我也相信这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良好契机。心里虽有些说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这又何尝不是一种快乐，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。

我当然也不会忘记在这些天里建立起的同学友谊，在这个大家庭里同学相互帮助，相互激励，团结共进，多了一些理解，多了一些忍让，多了一些谦虚，多了一份团结。最后这几天，我感觉自己一下子长大了许多，懂事了许多。从幼稚的孩童成长为羽翼渐丰满的雏鹰，就要展翅翱翔了。

**军训心得体会初中生篇十一**

作为一名初中生，我参加了一次十分有意义的军训研学活动。在这场活动中，我深受启发和感动，收获颇丰。下面，我将从五个方面分享我的心得体会。

第一，锤炼意志力。军训之所以被广泛应用于教育领域，一方面是因为军训对于锤炼意志力的作用。通过一系列针对性的训练，我得以逐步增强自己的意志力。在经历了长达一个月的训练后，我已经可以坚持做一些我原本难以坚持的事情，并且心态也更加稳定。这些练习对于我未来的成长具有非常重要的意义。

第二，增强体魄。进行长时间的训练，一个重要的意义在于可以增强体魄。在这个过程中，我能够感受到自己的身体得到了很好的锻炼。同时，身体的锻炼也伴随着心理及精神上的训练。在疯狂的跑步中，我能够感受到心情得到了极大的提升。这对于年轻人身心健康具有有益影响。

第三，尊重与纪律。在军训中，尊重和纪律是非常重要的。每次军训都要求我们遵守具体的规则，让我们养成了严格遵守纪律的习惯。并且，尊重教官和其他队友也是一个重要的价值观，这也是我们在训练中学到的。尊重教官能够让我们自觉地去遵守规则，在团队中相互尊重能够增加团队的凝聚力。这一点，在日后的人生道路中也会带给我们很大的帮助。

第四，认识到自我价值。军训研学也有一个排队的训练，这个训练看起来似乎是一个很普通的练习，但是却非常有意义。在每次排队的时候，我都会感受到自己的条件和能力与其他人不同。然后通过攀比，我更加清晰地认识到自己的优点和缺点，使我能够更好地规划自己的未来。

第五，团队合作能力。军训的最终目的是使队员之间建立和谐的关系，并以此为基础进行良好的团队合作。在训练过程中，我们通过步伐统一、跑步、绳索等一系列训练来增加队员之间的互动和信任，从而有效提高了我们的团队合作能力。在以后的学习、工作生活中，这个能力也会为我们扫清很多障碍。

军训研学是一项十分精彩的活动，更是提升个人能力和求职的一个不错的途径。对于中学生而言，参与这样的研学活动不仅可以加强自己的体魄和意志力，还能通过与人互动，成为更好的团队成员。相信这次研学活动对于我未来的成长一定会带来巨大的收益。

**军训心得体会初中生篇十二**

军训对初中生而言，是一次很重要的经历。通过军训，我们可以锻炼身体，增强体质。同时，在军训中，我们能够学习到团队合作的重要性，培养责任心和纪律意识。在军训的过程中，我们的目标是通过锻炼和培养，成为更好的自己。

段落二：挑战和困难

军训虽然具有很多的好处，但也存在着一些挑战和困难。首先，从未经历过军事训练的初中生来说，军训无疑是一次新的挑战。其次，军训期间的体力和耐力训练需要我们付出更多的努力和毅力。此外，军训期间的严格纪律和长时间的训练也对我们的意志力提出了更高的要求。

段落三：成长和收获

虽然军训中存在一些困难，但通过不断的努力和坚持，我们逐渐适应了军训的环境和要求。在训练中，我们学会了如何坚持、如何克服困难，逐渐提高了自己的耐力和意志力。同时，我们也认识到了团队合作和协调的重要性，并与同学们建立了更紧密的友谊。

段落四：领导能力和责任感的培养

军训中，我们通过学习和体验获得了一些领导和管理技能。军事训练需要我们积极参与和负责，培养了我们的责任感。在军训中，我们也有机会担任班级干部，锻炼并展示了自己的领导潜力。这些经历对我们今后进一步成长和发展起到了积极的推动作用。

段落五：对军训的总结和展望

通过军训，我们不仅增强了体质，提高了军事素养，更重要的是在很多方面得到了锻炼和提高，包括自律、团队合作、领导能力和责任感。军训不仅是一次锻炼身体的机会，更是一次塑造品质、培养人格的宝贵经历。未来，我们会将这些宝贵的经验和体会应用到学习和生活中，成为更加优秀的人。

**军训心得体会初中生篇十三**

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦，军训中的忍耐、坚持、顽强。短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊！

操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了！在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟；在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕。”这些声音依然还在我耳边游荡！对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍。大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。在这次军训中，我长大了！军训的感想将牢牢的记录在我的人生长卷上，永不会丢失，永不会忘记。

**军训心得体会初中生篇十四**

军训是每个初中生都会经历的一段特殊时光。在这段期间，我们迎来了严格纪律的考验，体验了军人的生活方式。我通过这次军训，不仅收获了健康的体魄，还培养了坚毅的品质。下面我将从军人生活的新鲜感、身心锻炼的成果、集体荣誉的触动、自我成长的启示和对未来的展望等五个方面，分享我的军训心得体会。

首先，进入一个完全陌生的军营，我感受到了一个全新的生活。整齐划一的队伍、坚毅刚毅的教官、严谨的军事训练课程，都让我觉得仿佛置身于一部军事题材的电影中。在这个环境中，我开始学会严格要求自己，时刻保持军人的形象和军人的风度。我认识到军营文化是一种特殊的文化，它需要我们适应、懂得如何与之和谐相处，体验其中独有的奉献精神和稳定的生活秩序。

其次，通过长时间的体能训练和纪律教育，我明显感觉到了身心的变化。军训期间，每天严格的晨运和操练，使我们的体能得到了很大的提升。脸上的红光和汗水，是我们用心换来的成果。训练中的困难和挫折，锻炼了我们的毅力和耐力。在攀登高峰的同时，我们也更加懂得了珍惜每一个休息时刻，感受生活的乐趣。身心的锻炼不仅使我变得更加健康，更增加了自信，让我相信只要下定决心，没有什么可以阻挡我前进的脚步。

军训是一个集体的过程，每一个人都为了荣誉而奋斗。第三点，军训的集体荣誉给我充实了梦想与奋斗的精神力量。在军训期间，我们经常进行小组之间的比拼和竞赛，这种竞争激发了我们的斗志和团队合作精神。每次取得胜利，都是我个人成长的荣耀，更是整个集体的骄傲。每次失败，都是我个人懈怠的耻辱，也是整个集体的不幸。在这种集体触动下，我明白了一个人的力量是有限的，但团队的力量是无穷的。只有合力前行，才能突破自己的极限，达到更高的高度。

通过这次军训，我也明白了个人成长的重要性。第四点，我在军训中领悟到自我成长的启示。在面对困难的时候，我学会了坚定的意志和不屈的毅力。在严格规定的环境下，我锤炼了自律和自我管理的能力。在与队友的相处中，我体会到了团队合作的重要性。每天起床、军容整齐、齐步行进，这些细微的要求让我树立了极端守时和自我约束的观念。军训期间的艰辛锤炼了我的意志，塑造了我坚韧的性格。我坚信，这些能力是我未来成长道路上最宝贵的财富。

最后，军训对于我未来的展望是积极的。在这个过程中，我不仅感受到了军人的生活，更加明白了人生的一些道理。我认识到困难并不可怕，只要有勇气和恒心，就能战胜一切。我意识到拖延和懒散会让宝贵的时间一去不复返。我也明白了团队合作的重要性，只有通过集体的力量才能突破自我的局限。我将在未来的学习和生活中，一如既往地保持坚毅的品质，并且积极主动地面对困难和挑战。

通过这次军训，我收获了健康的体魄，培养了坚毅的品质。我从一名普普通通的初中生，变成了一个拥有军人风度的自信少年。军训对我的成长起到了不可磨灭的影响，它教会了我如何坚强面对困难，并且锻炼了我的毅力和自律能力。我深信，这次军训所获得的收获将伴随我一生，并指引我走向我的未来。

**军训心得体会初中生篇十五**

在这次的初中生军训中，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材，军训是我们人生一次特别的经历 ，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。下面是本站小编为大家收集整理的初中生

军训心得体会

500字，欢迎大家阅读。

升入初中后为期五天的军训结束了，这期间，是充满欢乐的、是难忘的、是不舍的……交集着各种情感，有种说不出的滋味。

当我第一天来到这所学校，开始军训时，我无法控制住自己的心情，像有一只小兔子在心里，怦怦直跳。既是紧张的、好奇的，也是开心的、快乐的。

当教官站在我们面前时，我开心极了!因为想到马上可以军训了，可以感受军训是怎样的了，就不由的开心起来。教官教会我们立正、稍息、踏步、齐步等时，我们高兴得快要爆发了!在那时，心中感到无比的自豪与骄傲。

每一个动作，大家都认真在做，都在用心、努力做到最好、最准、最快。教官脸上的微笑，就是对我们最好的回报，就是我们的期待!

艳阳高照，我们不怕苦、不怕累，依然坚持着。流下的汗水，是我们努力、用心的见证。我们的笑声、

口号

声，时刻萦绕在耳畔，我们的脚步，整齐而有节奏!

我们在阳光下成长，我们快乐，我们健康。我们是带着芳香的花儿，爱阳光，不爱温室，爱探索，不爱退缩。经历风雨的我们，必定能够见到最美的彩虹!我们迈着铿锵的步伐，一步一步向前走去，创造着更好的未来!本站挥汗如雨、团结一致，是为了得到日后的辉煌!

我们有方向、有决心、有节奏，我们永不言败!是这次的军训，让我感受到了团结的力量，让我懂得坚持，就是胜利!

这次的军训，是对我们身体上的锤炼，是对我们精神上的磨练与洗礼!

这一切的一切，都让我们受益匪浅!

在军训中，我们接受了教官的严格教导，学会了站军姿、齐步走和正步走等多项的训练项目，我们还看到了军人的威严。同时我们也能强烈地感受到要努力地奋斗，不能向任何困难低头!

军训中，教官总严格地要求我们。“站军姿要认真、标准!不要乱动!谁站不好的给我去做俯卧撑!”“内务卫生要搞好啊 !要是谁的宿舍扣多于三分的要去跑球场!”我们每一天都进行着紧凑的学习和生活。虽然要求严格了一些，不过从中，我们也学到了很多。之前我们都是“小公主”、“小皇上”，可现在我们能独立生活了!

8，9月的太阳骄阳似火，如果没有汗水又怎能迈过重重的困难?只有战胜自己，战胜困难，才能获得最终的胜利。回首曾经走过的难关，我们为自己感到万分自豪!经过这次军训的我们，不是娇身贯养的小孩子了。

军训以后才知道军训的意义有多大，对我们有多么重要了!那几天，我们的脸涨的红红的，汗珠一颗一颗往下掉，但我们非常开心。在这三天里，我们过得很充实，很快乐。

军训的时候，老师为我们做了很多。当我们被教官罚站的时候，老师陪着我们一起站在热辣辣的太阳地下，其实，在这4天里，很多人都为我们做了很多。教官在陪我们顶着太阳，饭堂人员为我们琢磨菜谱，学校领导为我们费尽心思，家长们也为我们加油鼓劲，每人都为我们付出了很多。

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。 上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。我的哥哥姐姐们都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长?溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历 ，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀!可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直,手......”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心......我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己:你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持......

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。我们初一(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。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

**军训心得体会初中生篇十六**

军训两天半，大家都觉得很累，天气很热。我们在炎热中大汗淋漓。在教官刺耳的吼声中，我们动弹不得。这让我意识到这是一次非常艰苦的训练。当教练走开时，我们中的一些人很快就走了。

站在军姿的时候，让我觉得这是所有训练中最累的一次。一站五分钟十分钟。教官也说这个还是比较小的。他们站了一个小时，仍然暴露在阳光下。站成军人姿势时，腰挺直，双手贴在大腿两侧，双脚分开60度，脚跟贴紧，即坚持五至十分钟。这让我觉得肩膀酸酸的，有时候想耸肩，手出汗，蜜蜂蚊子在训练场里蹦来蹦去。但我一直告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！

军训的最后一天，我们表演了曹晖。我们有十六节课。我们一年级一(2)班的同学都各尽所能，获得了优秀奖，凝聚了我们班每一个学生和老师的心血和汗水。

在这两天半的时间里，我们学会了标准的站姿，跨站，左右转，向后转等。也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，让我们学会了做一个有钢铁般意志的人，有着执着的精神，有着克服一切困难的执着的决心。

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。

初中生个人军训心得体会

初中生军训总结

202\_初中生军训心得

初中生军训的总结

初中生军训自我鉴定

初中生军训自我鉴定-军训自我鉴定

**军训心得体会初中生篇十七**

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

我想这也就达到了军训的目的了吧。

初中生军训心得体会范文5

初中的第一堂课—军训，就在今天结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

初中生军训心得体会

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！