# 202\_年初中军训心得体会 初中军训心得(汇总11篇)

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-11-05

*心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。初中军训心得体会篇一军...*

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**初中军训心得体会篇一**

军训七天，已成回忆。但我知道，这不是结束，而是真正意义上的开始。

如果可以，我多想用相机记录下这所有的一幕幕，可以在以后的日子里把照片拿出来晒晒，微笑着看15岁那年的美好回忆。

是我们那可爱而帅气地教官教会我们什么是坚强的意志，他让我们挺起胸膛，他让我们腰身笔直，浑身充满军人的风采。在炙热的太阳下面，我看到他的脸上也流着成股的汗水，他的嗓子喊哑了，仍然在阅兵式的时候使出全身力量下达口令只为了让我们都能听见。从他身上，我感受到军队严明的纪律，因而不愿再做温室里的花朵。

他让我们懂得团结拥有无穷力量，烈日下我们要穿着统一的迷彩服，就算再热也不能脱掉，我们要迈着整齐坚定的步伐，喊着响亮的“1、2”，振奋人心。我们一起唱《团结就是力量》，我们用团结收获了属于我们的荣耀。团结让我们齐心协力，让75颗心紧紧相连。

我原本以为军训并没有他们口中所说的那么煽情，可真的经历后才明白这其中所蕴含的那么多东西都是我15年以来所未曾感受，也未曾经历过的。他们，她们，它们，都是记忆中如此珍贵的宝物。

如果把整个初中比作一本精彩绝伦的书，那现在只不过刚刚看完目录，最精彩、最扣人心弦的部分还在等我们挖掘；如果把整个初中比作一场华丽的音乐剧，那现在仅仅是序幕，高潮部分还未到，耐心等待它的上演。

就像阅兵结束后老师在阅兵台上所说的话，我们要把在军训中所培养的锲而不舍、坚忍不拔的精神迁移到我们的高中生活中去，初中这场近乎疯狂的战役，只有最坚强、最能坚持的战士才能看到硝烟熄灭、胜利旗帜高举的场面。

我们都知道，初中三年既是丰富多彩的，又是步履艰难的。军训中，我们培养出了坚强的意志品质，吃苦耐劳的精神和团结统一的集体意识。这些都是高中生活不可或缺的。困难是肯定会遇到的，没有谁的人生是一帆风顺的，而一帆风顺的人生必定是了无趣味的。就算遇到困难，别忘了，我们还有爸妈，我们还有老师，我们还有同学，就像那句歌词中唱的：“你说梦在很高的地方，要一起往上爬，天好大，这条路好滑，我咬着牙往前闯。”我坚信，20级的.我们都会找到自己最阳光的晴天。

我喜欢《b小调雨后》里的那句歌词：“我的青春就像西风老树下人家，池塘边落落野花。”军训这七天所收获的，就是我青春中的落落野花。

**初中军训心得体会篇二**

军训是每个初中生活中必不可少的一部分，它既是对身体的锻炼，也是对坚强意志的磨砺。参加完一段军训后，我深有体会地发现了许多值得品味的心得体会。以下是对于军训的感悟和体验的叙述。

第一段：锻炼身体，磨砺意志

通过参加军训，我深刻体会到了身体锻炼的重要性。每天早晨，在寒冷的晨风中挥洒汗水，我们进行一系列的晨练，如慢跑、俯卧撑等。这一连串的体能训练不仅让我们的体力得到了极大的增强，还让我们锤炼出一颗坚强的意志。通过长时间的坚持和努力，我们懂得了奋斗的重要性和付出必然会有收获的道理。

第二段：团队协作，培养责任感

军训中，我们时常组成小组进行集体操练和战术演练。在这过程中，我们逐渐明确了在团队中每个人的角色以及责任，这要求我们必须有高度的协同能力和团队意识。每个人都明白自己不能独善其身，而是必须依靠团队完成任务。只有相互协作，默契配合，才能在操场上展现出整齐划一的队形和威武的气势。

第三段：享受集体荣誉感的滋润

军训的过程中，我们不仅仅是个体的努力，更感受到了集体的力量。当我们身着军装，在队列中整齐划一地前进，脚步有力，神态坚毅时，我们不禁为之自豪。尤其是当我们收获到学校发给的集体优秀奖时，那份喜悦和骄傲溢于言表。因为这份荣誉不仅属于我个人，更属于整个集体。在这个过程中，我体会到了团队的力量和荣誉感的滋润。

第四段：吃苦耐劳，锤炼毅力

军训中，寒冷的冬天和紧张的训练让我感受到了生活的艰辛。每天早晨的起床冷风，冰冷的冷水，以及负重行军等严格训练对我们来说都是一种考验。但是，我们始终坚持下来，这是因为我们明白只有磨砺出坚韧不拔的毅力，才能在今后的生活中更好地面对困难和挑战。军训中的吃苦耐劳教会了我们更好地抵御压力，提高自己的抗压能力。

第五段：人际交往，培养友情

军训期间，我们结识了许多新的同学，并且建立起了深厚的友谊。大家互相帮助、关心和支持，在彼此的陪伴下度过了整个军训生活。通过相互交谈，我们不仅了解了彼此的兴趣爱好，而且还学会了如何与人和睦相处。这些友谊超越了军训的时光，成为了我人生中宝贵的财富。

通过这次军训，我学到了很多珍贵的东西。不仅仅是体能上的锻炼，更是对团队协作、责任感和友情的体验。我将继续保持良好的学习和生活习惯，将这次军训的收获运用到现实生活中，为自己的成长打下坚实的基础。

**初中军训心得体会篇三**

军训是每个初中生活中不可或缺的一部分，通过参加军训，我不仅学会了基本的军事知识和技能，还收获了很多宝贵的体验和体会。在这段军训生活中，我深刻体会到了团结协作、坚持不懈的重要性，也更加明白了努力奋斗的意义。以下是我对军训心得的总结。

第一段：军训初体验

参加军训的第一天，我感到兴奋而又有些紧张。一大早，我们就从学校出发，来到了训练场地。一袭统一的军装，硬挺的军帽，使我感到仿佛成了一名真正的军人。训练场上，官兵们用铿锵有力的口号带着我们，迈开了整齐的步伐。在队列纪律的训练中，我无意中注意到在队伍中人员的配合，虽然生疏得如同铁板烧，然而大家用尽力量使步伐协调一致，凝聚出一股无比的力量，这使我深感团结的伟大。

第二段：团结协作的重要性

在整齐划一的步伐中，我明白了团结协作的力量之重要。在集体操练的环节中，我们要追求整齐划一的动作，一人的不准确将影响整体效果。这时，我们充分体会到了团结协作的重要性。只有团结一致，才能做到整体动作一致。通过这段训练，我明白了在团队中，每个人都要尽自己最大的努力，才能完成一项任务。这样的经历使我意识到，无论是在学习上还是日后的工作中，团结合作都是必不可少的。

第三段：坚持不懈的价值

军训中最艰苦的训练就是长时间的体能训练了。军训期间，我们要进行很多力量训练，跑步、仰卧起坐等等。每次训练开始时，我总觉得自己已经到达极限了，再也坚持不下去了。然而看到教官们连续坚持运动一个小时以上，我心里顿时就坚定了下来。我明白到，坚持不懈的努力，才能获得更好的效果。通过坚持不懈的努力，我的体能得到了提高，也更明白了在任何事情上坚持是成功的关键。

第四段：感悟军人精神

军训期间，我通过学习军事知识和聆听军人们的故事，对军人的无私奉献和坚守信仰深感敬佩。军人们用自己的行动演绎了军人精神。他们乐于助人，不计得失，时刻坚持对祖国的忠诚。军人精神让我深思，让我懂得了奉献和忠诚的重要性，并坚定了我为祖国、为社会做出贡献的决心。

第五段：对未来的期许

通过这段时间的军训，我深刻体会到了军人的职责和军人精神的重要性。我希望以后能够将这种精神融入到自己的学习和生活中，不论将来从事何职业，都能够时刻以国家利益为重、为社会主义事业奋斗。

军训是一段难忘的经历，它不仅是对自己意志的磨砺，更是对集体荣誉感的培养。通过军训，我明白了团结协作的力量，懂得了坚持不懈的价值，也融入了军人的精神。这次军训给予了我很多有益的启示和体会，相信在未来的学习和生活中，我会更加坚韧不拔、锐意进取，为实现自己的人生目标做出努力。

**初中军训心得体会篇四**

初中生活是每个人成长道路中的一个重要阶段，而军训则是初中生活中的一项必修课程。我校八年级学生于近期进行了为期两周的军训，这是一段艰辛而又充实的日子。通过军训，我不仅体验到了军人的日常训练，还学到了许多宝贵的生活经验和处事之道。以下是我对于军训的心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。在军训的过程中，我发现军人严格遵守着一系列的规章制度。比如说，按时起床、按时就餐、按时复习，无一不体现出军人严谨的作风。正是这种严格的纪律要求，让一个个士兵成为一个有责任心的人。通过军训，我也逐渐养成了良好作息习惯和自觉遵守规则的态度。从此以后，我更加懂得了纪律的重要性，并坚信只有自律才能成就更好的自己。

其次，军训让我学会了团队合作。在集体生活中，每个人都要遵守相应的分工和指示。我们要互相帮助、互相倾听、互相支持，共同完成任务。我们要齐心协力，形成一个紧密的团队。当我们面临困难时，每个人都要放下自己的个人利益，为团队的利益而努力。通过军训，我明白了团队合作的重要性，学会了与人合作，学会了相互信任和依赖。我相信这些都将对我的未来发展产生积极的影响。

再次，军训让我意识到了身体的重要性。在这两周的军训中，我们进行了各种体能训练，每天都要完成大量的体力活动。这让我深刻地感受到了保持良好的体魄的重要性。只有拥有强健的体魄，我们才能更好地应对各种挑战和困难。通过军训，我意识到了保持健康的生活方式的重要性，我将以此为动力，更加注重锻炼和养生，使自己能够更好地面对未来的挑战。

另外，军训让我明白了坚持的力量。军训过程中不乏艰苦和疲惫，但是我从不退缩。无论是早上的起床、中午的太阳、晚上的练功，我都始终坚持下来了。军训期间的种种困难和挑战，让我充分体会到了坚持的力量。正是因为坚持，我才能够成功地完成军训任务，获得了这段经历所带来的成长。军训教会了我一个重要的道理，那就是只有坚持，才能取得成功。

综上所述，军训是一段短暂而又难忘的经历，通过这段经历，我学到了很多。我明白了纪律的重要性，学会了团队合作，意识到了身体的重要性，更加懂得了坚持的力量。这些宝贵的经验和体会将成为我未来成长道路上的有力支撑。我相信，在今后的学习和生活中，我会更加自律自信，更加勇敢坚定地去追求自己的梦想。感谢这段军训经历，我将永远铭记。

**初中军训心得体会篇五**

今天是我们军训的第一天。

印象中的宝应，是一个贫穷的小城市。看着窗外的\'景色，市中心高楼耸立，谈不上繁华，但我惊讶宝应近年来的发展，从小平房变成高楼，需要多少人的付出，多少人的努力！

我们来到了宝应国防教育基地，这里绿草如茵，有着宽广的树林、湖泊。进入宿舍，换上军装，在操场上，我们举行了开营仪式。

午休后，在烈日的考验下，我们正式军训。军训中，我体会到了军人的辛苦，少了他们，中国怎能从“东亚病夫”发展到如今这样强大。

短促有力的军歌，唱出了中国人的心声。在教官的歌声中，我听出了他们对军人生活的热爱，对祖国的热爱。

换下的衣服，都由我们自己洗。衣服泡在水中，变得沉重。沉重的校服怎么拧不干，父母平时也这样辛苦吗？虽然我平时也洗过一些衣物，可似乎还不够，还远远不够。

今天的运动量并不大，也许明天会更辛苦。

**初中军训心得体会篇六**

第一段：军训带给我的磨砺和成长

初中的军训是每个人成长路上必经的一段历练，对于我来说更是刻骨铭心的记忆。其间，我经历了体力的磨砺、意志的考验和团队的合作，收获了成长与自信。在这段军训中，我学会了坚持，学会了奉献，更学会了如何成为一个合格的团队成员。这些宝贵的经验和感悟将伴随我一生，影响和帮助我面对更多的挑战。

第二段：体力的磨砺

军训让我切身体会到了体力的重要性。每天早晨，黎明前的操场上，我们就要接受严格的晨练，跑步、做俯卧撑和仰卧起坐等一系列的训练项目。刚开始时，我感到肌肉酸痛、透不过气来，但是我知道，只有坚持下去，才能锻炼好自己的体魄。晨练过后，我感到自己的身体变得更加强健，每天的精力也更加充沛。通过这段时间的体力训练，我不仅增强了体能，也养成了良好的锻炼习惯。

第三段：意志的考验

在军训中，最让我觉得困难的是长时间保持站立，特别是炎热的夏天，烈日当空，让人感到汗流浃背。而我们在军训时，往往需要长时间地保持正立的姿势，不允许稍微歪斜一下。开始时，我无法忍受脚痛、脚麻，想要解脱出来，但是指导员严肃的眼神和语言让我明白，在军训中，严格的要求是必不可少的，只有经受住考验，才能真正锻炼出意志力。通过这段时间的训练，我学会了控制自己思想的力量，使自己更加坚强和不服输。

第四段：团队的合作

军训中，我们每个人都扮演着一个角色，整个队伍需要紧密地协作才能完成任务。只有大家齐心协力，互相支持，才能胜利克服困难。在接受新技能训练时，我们需要互相帮助，共同进步。在进行队列训练时，我们需要默契地配合，保持队列的整齐划一。每当看到队伍整齐，步伐一致地行进时，我感到一种强烈的自豪感。通过与队友们的合作，我明白了团队的力量，只有团结合作，才能实现更大的目标。

第五段：成长与自信

军训让我不仅在体力上得到了锻炼，更重要的是在性格和自信上的提升。通过每天坚持的锻炼，我感到自己的身体逐渐变得强壮，自己的意志变得更加坚定，自己的心理也变得更加坚韧。在整个军训过程中，我克服了许多的困难和挫折，从而打下了不怕困难、锲而不舍的勇气。我明白了成长需要付出，只有勇敢面对并攀登高峰，才能成为更好的自己。

军训是初中生活中一次宝贵的经历。通过这段时间的军训，我深刻体会到了磨砺和成长的力量。体力的磨砺让我更加强健和有活力，意志的考验使我更加坚韧和不服输，团队的合作让我明白了团队的重要性，而成长与自信则是我在这段经历中最重要的收获。这段军训经历不仅让我进步，也塑造了我对未来的渴望和自豪。

（1171字）

**初中军训心得体会篇七**

今天，我们和昨天一样，起了个大早，同时也是军训的第二天。

真是累得很呀!站军姿十分钟，就像过了一个小时、一天，总觉得已经等了很长时间一样，可教官说才几分钟就很泄气，也很纳闷，但在下午军训时，有了一件非常可笑的事件：

虽然，军训很累，很烦躁，但总是充满欢笑。

加油!迎接美好的明天!

最新初中军训心得

大一军训心得【热门】

【热门】军训的心得体会

初中军训心得体会700字

军训心得大学心得

军训随笔初中

通用军训心得

军训汇演心得

初中学生个人军训心得体会

**初中军训心得体会篇八**

作为一名初中生，军训对我来说是一次难得的锻炼和成长机会。通过这几天的军训，我收获了很多，不仅仅是体能的提升，更是性格和意志的锻炼。以下是我的军训心得体会。

第一段：军训初体验，遇到的困难和挑战

刚开始的时候，我觉得军训很艰苦，因为我们要每天早起，跑步和做各种训练。一开始，我感到非常累，无法适应这种高强度的体育锻炼。而且，军训的纪律要求也让我感到吃力。我们要井井有条地排队、整齐划一地走动，这对于平时没有太多纪律要求的学生来说是很大的挑战。

第二段：逐渐适应，发现自己的潜力

随着时间的推移，逐渐地，我发现自己的体能和纪律都有了很大的提升。尤其是在第二天的晨跑中，我第一次感受到了跑步的乐趣。虽然很辛苦，但坚持下来后，我感到非常充实和快乐。通过军训，我发现自己的潜力比想象中要大很多，只要努力去做，就一定可以做到。

第三段：培养团结和合作的意识

参加军训让我明白到一个军队的力量来自于团结和合作。在各项训练中，班级里的同学们要互相搀扶，互相配合完成任务。只有团结一致，我们才能更好地完成任务，取得更好的成绩。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，更加尊重并信任队友。这样的团队精神不仅在军训中有用，而且在日后的学习和工作中也非常重要。

第四段：锻炼意志和坚韧的毅力

军训是对意志和毅力的一次考验。在面对长时间的体能训练和严格的纪律要求时，我必须要有坚强的意志去克服困难和疲劳。有时候，我觉得已经没有力气再跑下去了，但是正是这种时候，我不得不鼓起勇气，坚持下去。通过这样的锻炼，我相信我可以更好地面对未来的困难和挑战。

第五段：军训给我带来的成长和收获

通过这几天的军训，我不仅锻炼了体能，还培养了纪律和团队意识。我学会了更好地坚持和努力，发现了自己的潜力和坚韧。军训不仅仅是一种体育活动，更是一次对个人意志力和毅力的磨砺。这次军训的收获将伴随我一生，让我在以后的学习和生活中更加坚强和自信。

在初中SITIAN军训的几天里，我经历了很多，也受益匪浅。军训让我学会了坚持、团结和合作，锻炼了意志和毅力。这些都是我在成长中必不可少的品质，我相信这次军训对我以后的发展和学习将有着深远的影响。我感谢这次军训给予我的锻炼和成长机会，也希望可以继续通过这样的体验不断提升自己，成为一个更加优秀的人。

**初中军训心得体会篇九**

初中作文军训心得体会

初中阶段是人生中的重要阶段，意味着我们离高中进军一步之遥。为了增强学生们的纪律意识、团队意识和体能素质，许多学校都会组织军训活动。参加军训的这段时间，我深受启发和成长。下面，我将分享我的军训体会。

首先，军训教给我要爱护和珍惜自己的身体。军训期间，我们每天一大早就要做各种晨练，比如操场上的跑步、太极等。最初，我总觉得这些晨练有些难度，不过随着时间的推移，我逐渐适应了并且越来越享受其中的乐趣。通过这些晨练，我明白了保持一个健康的身体是多么重要。只有拥有健康的身体，我们才能更好地学习和生活。

其次，军训教给我了严守纪律和团队合作的精神。在军训中，纪律是最重要的。我们必须严格按照规定的时间进行各项活动，比如集合、训练、休息等。如果违反纪律，就会受到惩罚。通过这些纪律的约束，我学会了自律和遵守规则，成为一个守纪守法的好学生。此外，在军训中，团队合作也是至关重要的。尤其是在操练中，每个人的动作都需要保持一致，我们必须相互配合，齐心协力才能完成训练动作。通过和同学们的合作，我懂得了集体力量的强大。

军训也让我看到了自己的不足，并且激发了我努力改进的动力。在军训过程中，我们经常要进行体能训练和操练，这对身体的耐力和柔韧性提出了很高的要求。刚开始时，我感到身体吃不消，训练时总是落后于他人。然而，我没有气馁，我看到同学们的努力和进步，我也下定决心要迎头赶上。于是，我更加努力地训练，尽量多参与课余运动，提高自己的体能素质。最后，我终于取得了一些进步，这让我深感满足和自豪。

最后，军训不仅仅是逼着我们锻炼身体，更是培养了我们独立思考和解决问题的能力。在军训中，我们经常参加一些任务和讨论活动。通过这些活动，我们不仅能够提高自己的观察力和分析能力，还能培养我们的团队合作和沟通能力。特别是在任务执行过程中，我们要根据实际情况，独立思考并提出解决方案。这些让我明白了独立思考的重要性，也培养了我的解决问题的能力。

总的来说，初中军训是一次锻炼自我的好机会，对于我们提高纪律意识、团队合作精神等方面都有着重要的意义。通过这次军训，我明白了身体健康的重要性，学会了遵守纪律和团队合作，同时也看到了自己的不足并积极改进，培养了独立思考和解决问题的能力。我相信，在接下来的学习和生活中，这些经历将对我有很大的帮助。

**初中军训心得体会篇十**

当汗水浸透全身，眼神开始迷离时，我的身体已经快到了崩溃的临界点，是的.这些天来的军训，基本上每天一结束就是这样的疲惫，洗完澡立马就能睡，连饭都可以忘记吃，这样的状态持续这么多天，我真切的感觉到自己似乎在身体和意志上都强大了不少。

每当我想起我们顶着炎炎的夏日，一个个站着如同坚韧的竹子，任有汗水下滑到脖子。我都能感觉一股巨大的力量在全身流淌，每根毫毛都开始跳舞，就像好不容易登上了一座山峰，终于将他踩在了脚下，远远望去，那都是自己一步步的脚印，这是一种从未有过的成就感，这不像考试得了高分，不是侥幸捡了几十元钱，而是在经历血与汗水的洗礼的后重生。

**初中军训心得体会篇十一**

当汗水浸透全身，眼神开始迷离时，我的身体已经快到了崩溃的临界点，是的`这些天来的军训，基本上每天一结束就是这样的疲惫，洗完澡立马就能睡，连饭都可以忘记吃，这样的状态持续这么多天，我真切的感觉到自己似乎在身体和意志上都强大了不少。

每当我想起我们顶着炎炎的夏日，一个个站着如同坚韧的竹子，任有汗水下滑到脖子。我都能感觉一股巨大的力量在全身流淌，每根毫毛都开始跳舞，就像好不容易登上了一座山峰，终于将他踩在了脚下，远远望去，那都是自己一步步的脚印，这是一种从未有过的成就感，这不像考试得了高分，不是侥幸捡了几十元钱，而是在经历血与汗水的洗礼的后重生。

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！