# 202\_年初一军训心得体会 初一军训心得(精选15篇)

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2025-03-29

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**初一军训心得体会篇一**

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!

**初一军训心得体会篇二**

在我为初三画完结局的时候，我带着稚嫩的翅膀飞到了绚烂的一年级，用画笔描绘了我期待已久的新生活。就这样，我欣喜地迎来了高中军训的全面展开。

“给我一群学生，给你一支军队。”这是基地教官对学生的要求。听的时候有一种气势，也夹杂着疑惑和夸张。毫无疑问，过程决定结果，如此巨大的变化背后需要无尽的汗水和毅力。就像雨后绚烂的彩虹，下雨哭泣时，彩虹桥会浮现在天空。那时候很多感情是一切最好的见证。

你很严格，纪律严明。在烈日和汗水下，我们只是跟着教官的口号一直走。稍息，立正，向左看，向右转。口号在变，行动在变，不允许改变纪律，无论做什么都要做报告，没有人是例外。每天几个小时的训练造成的疲劳是用语言表达的吗？每天早上都要早起，以军人的姿势站半个小时。我不明白这样做的意义。我抱怨说不明白。每天，每天，脚痛促使我回家。

但这就是非人的训练，把我们松散的沙子凝结成坚硬的混凝土。训练教会了我们团结、坚持和力量，教会了我们……我知道，经过几天的训练，我们的行动，无论是个人还是集体，都达不到当兵的标准，即使我们不断重复做这些动作。也正因为如此，我佩服教官们为了当兵所付出的努力。这让我想起了重新学习。也许，我应该以这种精神去面对，为我的高中生活而奋斗。

你温柔，有说有笑，有唱有跳。烈日下，汗水，随着总教官的鸣响，在苦涩的等待中，迎来了休息的那一刻。时间可能不长，但却是我们最轻松的时刻。我们盘腿坐着，跟着教官学唱军歌，和教官开玩笑，聊天，在笑声中相识。渐渐的，我越来越喜欢这样的日子，期待着训练后的休息，只是为了开心的笑。我们离开前一天晚上举行的篝火晚会更令人印象深刻。那天晚上，我们笑得那么灿烂！教练风度翩翩的态度。教官的幽默风度，教官的认真……难忘的教官，难忘的军训！

雨后，彩虹出现了。我尝遍了各种酸甜苦辣。我受苦，也有收获。我获得了耐力、毅力、勇气、不屈和团结。这五天，我受益匪浅。

我以为我在苦苦等待，以为我在期待回家的那一天，以为我只数着时间倒数军训，但在我离开的那一刻，我没有放弃。这几天，点点滴滴都变成了一串音符萦绕在心头。

“军训”从未结束，但我仍要奋斗，向着目标，向着前方。不经历风雨怎么看彩虹？只有当你痛苦的时候，你才能拥有幸福的笑容！

**初一军训心得体会篇三**

军训是每个初中一年级学生都要经历的重要环节，它不仅是锻炼身体的机会，更是塑造品格的重要途径。参加初一军训，让我受益匪浅。在这段时间里，我学到了很多关于团队协作、坚持不懈和勇于拼搏的宝贵经验。以下是我对于初一军训的心得体会。

首先，军训锻炼了我的毅力和坚持性。整日奔波在高温下，体力的消耗让我感到疲惫不堪。然而，我了解到只有坚持下去，才能尝到胜利的滋味。每天早晨，起床的钟声准时响起，我总是告诉自己：“不管多累，一定要坚持！”在这种坚持中，我发现自己的体力逐渐增强，对待困难的态度也变得更加积极。坚持不懈是军人的品质，也是我在军训中受到的最珍贵的熏陶。

其次，军训教会了我团队协作和相互帮助的重要性。军训中，我们要组织进行各种集体活动，例如操场上的队列训练和操场倒立这样的团队项目。如果没有良好的团队协作，就无法完成这些任务。在我所在的小组中，每个人都有自己的长处和短处。有些同学擅长带队领导，有些同学擅长掌握技巧，还有些同学非常有耐心，专注于指导他人。我们相互之间互补，相互协作，取得了出色的成绩。我懂得了合作、尊重和信任的重要性，这些是在军训中必不可少的品质，也是在以后的学习和工作中需要长久发展的素质。

再者，军训让我学会了面对困难时的勇敢拼搏。军训中的各种项目对我们来说都是新鲜而困难的挑战。例如，壁垒爬越和水中救生等尤其对我来说十分困难。一开始，我总是怀着恐惧和不安的心情面对这些项目。但是经过教官耐心的指导和同学们的鼓励，我渐渐放下了心理障碍。在每次训练中，我会鼓足勇气、全身心投入，并且尽力克服困难。最终，我成功解决了各种项目，这让我对自己的能力充满了信心，也激发了我更高的目标和追求。

最后，军训教会了我如何管理时间和规划生活。短短几周的军训时间，我们每天的安排都被严格按照训练表执行。早晨的起床、中午的休息、晚上的时间安排都有严格的规定。在军训这段时间里，我强迫自己遵守时间表，养成了良好的时间管理习惯。这也让我认识到，规划和管理时间是成功的一大关键。只有合理安排和管理好时间，才能更好地充实自己，提高学习和生活的效率。

初一军训是我成长道路上的一段特殊经历。通过军训，我学会了坚持不懈、团队协作、勇于拼搏以及时间管理等重要的品质和能力。这些经验将在我今后的学习和生活中起到重要的作用。希望未来的我能够将这些宝贵的经验应用于自己的人生道路上，取得更加辉煌的成就。

**初一军训心得体会篇四**

初一军训心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的初一军训心得样本能让你事半功倍，下面分享【初一军训心得精选3篇】，供你选择借鉴。

其实军训是锻炼你毅力的最好方式：当你在你需要坚持而你又挺不住的时候，你又会采取什么行为呢?是按兵不动?还是立即撤退?为了炼就坚强的毅力，为了团体荣誉，相信你会认真地坚持下去!毅力是长期锻炼出来的：成功者是如何成功的?毅力起着决定性作用，你坚持下来就胜利了!没有毅力，许多事情是办不成的。

就像一句话：“不抛弃，不放弃”，记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会!珍惜这个机会!

“坚持也许不一定意味着胜利，但是放弃，就一定意味着失败。”你能坚持就一定要坚持，不要只是因为几滴汗水、几次脚麻就向困难低头了，那样将是一事无成的!

8月21日，我校202\_级初一新生军训正式进入第一天。军训，顾名思义就是军人式的训练。从小学升入初中，就要训练一次。我们也不例外。今天，我们早晨7：30举行了“湖塘实验初中军训开幕式”。看着那一位位坐姿端正、面色严肃的教官，我顿时肃然起敬。

紧张而又辛苦的第一天军训终于结束了，虽然我们都很累，但我们心里都有一个信念：技压群雄、永夺第一!在军训结束前的比赛中，我们一定会成功的，绝不会让班主任和教官失望!学生们在操场上接受艰苦的训练。有一个女同学说：军训很辛苦，而且第一次住校，特别想家，晚上都睡不着，但这毕竟是一次尝试，还是很快乐的。另一位女生说：自己从一年级开始住校，现在都已经习惯了，可是军训特别辛苦，而且天气炎热，不过这也是一种锻炼。她说军训还是很快乐的，虽然辛苦，但也是苦中有乐吧!

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\_\_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。

**初一军训心得体会篇五**

初一军训是我人生中一次难忘的经历，通过近10天的军训，我收获了很多，不仅增强了体质，提高了纪律观念，还培养了良好的集体意识和团队合作精神。在军训结束后，我总结了一些写初一军训心得体会的方法，希望能够帮助到其他同学。

首先，写初一军训心得体会时，我们可以从自身的感受入手。军训是一次辛苦的体力活动，但它也是一次锻炼意志力和毅力的机会。我们可以通过记录自己在军训期间的困难和挑战，以及克服这些困难的方法和感受来体现自己的成长和进步。

其次，我们可以写一些与集体活动相关的心得体会。在军训期间，我们不仅需要团结一心，互相帮助，还需要营造积极向上的集体氛围。我们可以写一些关于团队合作、互动交流、集体意识的感受，以及如何通过团队合作实现共同目标的心得体会。

第三，写初一军训心得体会时，我们还可以结合自己的收获和进步来写。军训是一次很好的锻炼机会，它能够让我们在短时间内突破自己的极限。我们可以写一些关于体能提高、纪律观念养成、自我管理能力增强等方面的心得体会，并提供一些实用的方法和建议，帮助其他同学更好地适应军训生活。

另外，写初一军训心得体会时，我们还可以结合一些有趣的事情来写。军训期间，难免会发生一些有趣的事情，我们可以记录下来，分享给其他同学。这样不仅能够生动地展现自己的经历，还能增加读者的兴趣，使文章更加生动有趣。

最后，写初一军训心得体会时，我们可以结合一些感恩之情来写。军训是老师们为我们精心策划的一次集体活动，他们在我们身上付出了很多心血。我们应该感谢老师们的辛勤付出和悉心指导，同时也感谢家人们的支持和关心。我们可以写一些关于感恩之情的心得体会，表达出自己对他们的感激之情。

在写初一军训心得体会时，我们需要注意以下几点：一是要突出自己的思考和感悟，通过真实的体验来写，尽量避免陈词滥调和空洞的口号。二是要结合实际，提供一些实用的方法和建议，帮助其他同学更好地适应军训生活。三是要注意文采的表达，使文章更富有情感和张力，增加读者的兴趣。

综上所述，通过写初一军训心得体会可以总结自己的经验和感受，帮助其他同学更好地适应军训生活。在写作过程中，我们可以从自身的感受、集体活动、个人收获和成长、有趣的事情和感恩之情等角度来展开叙述，既突出了自己的特点，又能够吸引读者的兴趣。最终目的是启发读者思考，传递正能量，让大家能够从中受益并得到启示。

**初一军训心得体会篇六**

经过这两天的军训，体会最为深刻的就是“军人的辛苦”。

两天时光转瞬即逝，从一开始时的无知到后来的艰辛，我深刻感受到了军人的不易。

第一天，还未懂得什么叫做“军训”的我们，就踏上了操场。而迎接我们第一天的早训，就让我们见识到了“军训”。站了一会儿，我们的双腿已经发酸。

上午，真正的“军训”拉开了帷幕。教官教了我们一些基本动作：稍息，立正，四面转法等等。每个动作都教得十分细致。在军人眼中，他们容不得半点马虎。下午，我们还学了很多，渐渐地，我们了解并融入了军训中。大家也从刚开始的不认识到后来的了解，都成了朋友。晚饭后，五个班为一营，一起学唱军歌，唱军歌时不管会不会跑调，只要大声喊出来，要的就是气势。就这样，我们愉快地度过了军训第一天。

回宿含后，双腿已经麻木了，脚也疼得发酸。第二天的模式和第一天基本一样，早训时要跑操，复习一遍昨天的内容，继续开展新的学习，第二天感觉比第一天还要累，站军姿时，一动不动。“蹲”的时候，教官对我们说，他曾从吃完晚饭蹲到天黑，一动没动，站起来时，双腿已经没有知觉了，第二天还要接着跑步。听到这时，我内心不禁感慨，我们连十分钟都坚持不了，更何况几个小时。如今这样强大的中国，多亏了这样一群有气势，有担当，不怕苦，不怕累的中国兵!

吃完晚饭，我们继续在操场集合唱军歌。这次和昨天不一样，我们和高中部的一起拉歌，高中部唱一首，初中部唱一首，场面十分热闹。即使是晚上，累了一天，也阻挡不了我们唱歌的热情，我们的歌声欢乐且不失气势，大家都沉浸在欢乐热闹的氛围之中。

这两天的军训，我感受到了大家的热情，军人的不易和坚持到底的精神，同时，也更加期待后面的军训生活!

**初一军训心得体会篇七**

每年的军训比赛都是初一同学们的重要经历，今年的新初一军训比赛也不例外。在这个为期一周的军训中，我不仅锻炼了身体，提升了意志品质，还体验到了团队合作的重要性。通过这次军训比赛，我收获了很多，下面我就来给大家分享一下我的心得体会。

第二段：体验艰辛与坚持。

军训比赛过程中，我们要面对高强度的体能训练和各种极限挑战。比如，晨跑、爬山、障碍赛等。尽管刚开始的时候，我感到十分吃力，但我并没有退缩。因为我明白只有经历过艰苦，才能收获真正的成长。我每天都以坚持的态度训练，尽管苦，但我不会抱怨，因为坚持是成功的关键。

第三段：团结协作的重要性。

军训比赛中，我们分为小组进行比赛。在比赛中，团队合作和互相扶持显得尤为重要。我发现，只有大家团结一心，齐心协力，才能做到最好。在攀登高山的比赛中，我一度疲惫不堪，但我的队友们没有选择放弃，他们鼓励我，一同想办法，最终我们战胜了困难，并成功完成了任务。这让我深刻体会到团结协作的力量是无穷的。

第四段：加强意志品质。

军训比赛中，我们不仅要面对体力上的挑战，更要面对心理上的考验。在强度很大的训练中，我经常感到身心疲惫，想要放弃。但我懂得了坚持的重要性，学会了自我鼓励和调节情绪。我告诉自己要坚持下去，要相信自己的能力。通过这次比赛，我克服了很多困难，提升了自己的意志品质，更加坚定了取得成功的决心。

第五段：成长与收获。

通过这次军训比赛，我不仅增强了体能和意志品质，还培养了自律和自强的精神。我也明白了，只有通过不断地努力和付出，才能取得成功。此外，我还学到了团队合作的重要性，明白了团结协作的力量是无穷的。这次军训比赛是我人生中一次宝贵的经历，让我受益匪浅。

在这一周的军训比赛中，我变得更加坚强，更具有自信心和毅力。我相信未来的道路上，将会有更多挫折和困难，但我有信心能够面对并克服。军训比赛让我明白，只有不畏艰辛，勇往直前，才能成就更好的自己。

**初一军训心得体会篇八**

军训第一天，我们满怀好奇地踏进宽阔的操场，我们还不停地嘻嘻哈哈，交头接耳地说着什么，一会儿就被炎热的太阳晒得无精打采的。

在烈日下晒的滋味可真不好受，无情的太阳涨红了整长脸，使出九牛二虎之力，散发着身体里的全部力量，灸烤着大地，我们在烈日下练站军姿，稍息、立正，教官在队伍中穿梭，不停地讲述着站军姿的要领：“头放正，眼平视，挺脸收腹，五指并拢，紧贴两边……”

时间一分一秒的过去了，每一分钟都像一年，蜗牛似的一步步，慢条斯理地从身边爬过，我不禁感叹：“唆，真累!”

一上午过去了，我却感觉过了五个春秋，当教官宣布全体休息时，所有人苦声响成一片，开始坐在地上，休息够了，我们便继续练军姿，顶着炎炎烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落，这对我来说，简直是一种煎熬，这可把我急坏了，我只能听命令，站在那做一个昂首挺脸的木头人。

军人也许真的是那么一丝不苟，这次军训，使我受益匪浅，军训让我学习到了我们理解保卫祖国的责任，面对困难应有的态度，至少不再是娇滴滴的孩子，让我有了自己的责任，正解的人生观，价值观，我要把从军训中学习到的优良作风和各种品质，去迎接新的考验，新学期，加油!

**初一军训心得体会篇九**

军训即将结束，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。我也将会为自己的未来而努力奋斗!相信幸福之神正向我一步步接近!

**初一军训心得体会篇十**

军训是大学的一项重要活动，可以锻炼学生们的意志品质、培养纪律观念和团队合作精神。作为新初一学生，我参加了今年的军训比赛，体验到了许多难忘的瞬间。在这个军训比赛的过程中，我收获颇多，对自己的成长也有了更深刻的认识。接下来我将从体能训练、纪律意识、团队合作、坚持不懈和奋斗精神这五个方面，分享我在新初一军训比赛中的心得体会。

第一段：体能训练。

在军训比赛中，体能训练是一个非常重要的环节。我们每天早上都要进行体能训练，包括晨跑、俯卧撑、引体向上等。起初，我对这些训练感到非常吃力，自己的力量和耐力都不足以支撑训练的全过程。但随着时间的推移，我逐渐意识到只要坚持下去，力量和耐力都会得到提升。通过每天的努力，我不仅能完成训练，还能保持笑容和积极的态度。这个过程让我明白了，只有付出汗水和努力，才能超越自己。

第二段：纪律意识。

军训比赛中，纪律意识是不可或缺的。我们需要严格遵守教官的指示，按照规定完成各项任务。但在开始的时候，我对军训纪律并不了解，经常犯错误。教官们严厉的批评让我深感自责，但也让我懂得了规则的重要性。通过不断地自我调整和改进，我慢慢养成了良好的纪律意识。我学会了按时起床、不随意离队、不说脏话等，这些不仅在军训中有用，也对今后的生活产生积极影响。

第三段：团队合作。

军训比赛中，团队合作是至关重要的。我们需要彼此携手合作，共同完成各项任务。在训练中，我们需要一起奔跑、一起拉绳子、一起完成各项动作。初次接触时，我对团队合作并没有太多概念，经常以自我为中心，不善于与他人合作。但通过和同学们密切的交流和合作，我渐渐明白了团队合作的重要性。我学会了在团队中发挥自己的优势，也善于倾听和理解他人的意见，共同努力达成共同目标。

第四段：坚持不懈。

新初一军训比赛的过程很辛苦，但我们都坚持了下来。有时天气炎热，汗水湿透了衣服，有时雨水淋湿了我们的体操服，但我们仍然始终保持着挺胸抬头的姿态。这让我深刻理解了坚持不懈的重要性。只有坚持下去，才能取得好的成绩，才能收获更多的收获。无论训练时的疲惫还是遇到问题时的困惑，我都会告诉自己要坚持住，因为只有坚持下去，成功的机会才会属于自己。

第五段：奋斗精神。

在新初一军训比赛的活动中，我充分体会到了奋斗精神的价值。我们每个人都需要为自己的目标去努力，只有用心去闯，才能够取得成功。在这个过程中，我学会了更加勇敢、坚定地面对困难，不畏挫折。无论是在体能训练中还是在纪律遵守中，我都努力践行着奋斗精神。正是这种奋发向上的精神支持着我，让我能够克服一切困难，不断进步。

总结：

通过新初一军训比赛，我深刻体会到了体能训练、纪律意识、团队合作、坚持不懈和奋斗精神的重要性。这次军训比赛不仅让我成长了许多，也让我更加明确了未来的方向。我相信，在今后的日子里，只要我坚持不懈，永不放弃，我一定能够获得更多的成就，实现自己的理想！

**初一军训心得体会篇十一**

白驹过隙，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，五天的军训生活就结束了。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸”。

让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，双肩酸痛，双腿麻木，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗?于是我就咬着牙，硬撑了下来。

**初一军训心得体会篇十二**

三天军训生活，在人生长河中虽仅一瞬间、是短暂的，可是它对青年生活乃至人生价值是无法估量的，它将对人生发挥着潜移默化的作用。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。军训是艰苦的，相对于好几年从小学、中学整天在教室里读书的初一新生来说，无疑是一次思想、意志、毅力与体质的挑战。这种“苦”是他们由不适应到逐渐适应、由“要青年训”到“青年要训”的升华，是信心与毅力的铸就。这种“苦”唤起他们的思索，激发出一种勇敢、刚正、牺牲、奉献的民族精神，感受到生命所在的真正价值和庄严。正是这种“苦”使他们懂得了时代的责任感和历史使命，在他们的人生里程中会放射出更加夺目的光彩。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回味。那味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进青年的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给青年的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给青年最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。

军训”一个只听其名，就能让各大中小学生闻风丧胆的字眼,却让我这个军训了十天的初中生成长了起来。

我相信全校的新生肯定都在这十天的军训里变了个大模样。就拿我们六班来说，我从第一天训练了几个小时就恶心的“小公主”,变成了一个训练了几个小时也面不改色心不跳的“女汉子”。班里的男生也从动不动就休息的“病秧子,”变成了训练了一上午也不喊一声苦的“男子汉”。每个人都进步了不止一星半点。

也许会有人讨厌军训十天的苦日子。但我觉得，在这十天的军训里，好处可比坏处要多得多。比如：大家都渐渐地熟悉起来，交到了朋友，收获了友谊;从军训看透了一个人，知道该和哪种人交朋友;强身健体，让身体硬朗了许多等等好多好处。

军训还让我体会到了军人的辛苦和他们肩负的责任。每天重复着相同的训练，为了保卫自己的祖国和家园，坚守着自己的使命，放弃了家的温暖和亲人的怀抱，日日夜夜的想念着自己的亲人。而现在的我们，天天抱怨着生活有多枯燥，学习有多无聊。通过军训，我已经没有任何理由来抱怨了，因为军人的生活比我的生活艰苦十万倍，我应该更加严格要求自己才对。

**初一军训心得体会篇十三**

第一天军训的经历令我又兴奋又忐忑。下面，我将分享我的军训日记，并记录下自己的心得和体会。

星期一早上，我站在学校操场上，看到迎面而来的教官严肃的面孔，我不禁紧张起来。教官声音洪亮：“小伙子们，准备参加军训吧！”他的话语让我感到一阵寒意，不知道接下来的一周会发生什么。

在军训的第一天，我们进行了拉拉练和晨跑。一开始，就觉得非常辛苦，腿部酸痛，甚至出现了轻微的抽筋现象。然而，当我看到教官和同学们都在坚持时，内心难以言表的力量涌上心头。我告诉自己，我不能输给自己，一定要坚持下去。有时候，我们需要找到一种激励自己的理由，这样才能克服困难。

接下来的军姿训练让我尝到了成功的喜悦与痛苦。教官严厉的批评和让我反复进行的动作，让我对自己的要求更高。在前两天的练习中，我总是不能保持直立的身姿，坚持不了太久。然而，在教官的悉心指导下，我努力严格要求自己，反复进行调整，最终取得了进步。这样的经历让我深刻认识到，只要下定决心，不断努力，我们都能战胜自己的欲望和惰性，达到自己的目标。

当教官鼓励我们用最大的力气完成各种动作时，我逐渐明白了团队的重要性。只有与大家齐心协力，互相帮助才能取得更好的成绩。在集体比赛时，我和我的战友们齐心协力，同心协力完成了每一个动作。那一刻，我强烈地感受到我们团结一致的力量，同时也看到了团队合作的重要性。相信只有在和团队和谐共处的环境中，我们才能获得更大的成功。

军训的最后一天，我会永远铭记于心。我们穿着整齐的军装列队待命，整个学校的同学们纷纷驻足观看，感受到了自己的成长与蜕变。当教官向着我们鞠躬致敬时，我知道，这一切都是值得的。军训不仅让我学到了面对困难时的勇敢，也让我更加懂得了珍惜团队合作的力量。

初一的军训，不仅带给了我新的体验和见识，更让我意识到了自己的不足之处。通过这一周的军事化训练，我学会了坚持、努力和团队精神。这些经验将伴随我一生，成为我未来发展的重要资本。

初一的军训为我开启了新的篇章，给我提供了宝贵的学习和成长机会。我相信，通过这次军训的锤炼，我将成为更加坚强和自信的人。我期待着以全新的面貌迎接未来的挑战，为自己的梦想而努力奋斗！

**初一军训心得体会篇十四**

新初一军训比赛是我参加的第一次大规模军训比赛，通过这一短暂但紧张的经历，我深刻感受到了集体的力量和个人的重要性。这次比赛不仅是对我们学习军事知识和技能的检验，更是对我们团结协作能力的考验。在这篇文章中，我将分享我在比赛中的真实感受，以及通过努力克服困难所获得的体会和启示。

第二段：感受体验。

整个比赛过程中，我充分体会到了军事训练的艰苦和严格，但同时也收获到了成长和进步。起早贪黑的排练时间，严格的纪律和规章制度，都让我明白到要想在军队中胜任工作，必须掌握严谨的作息和习惯。在排练过程中，领导教官始终强调团队合作的重要性，我在与队友间的默契和配合中体会到了团结的力量。当我们共同完成某个动作时，那种成就感和团队的荣誉感让我充满动力，愿意更加努力地付出。

第三段：克服困难。

尽管军训比赛是一项极具挑战性和高强度的训练，但是我坚信只要努力，就能战胜一切困难。在比赛的过程中，我遇到了很多难题和困扰，但是我始终保持积极的心态，不断地调整自己的状态和心理压力。在完成长时间的长跑时，我的双腿已经酸痛无力，但我告诉自己要坚持下去，最终成功完成了任务。同时，在比赛中也学会了让步和尊重，相互理解，一起为一个共同的目标努力。

第四段：收获与体会。

通过这次比赛，我不仅明白到了团队合作的重要性，更懂得了自身的责任和责任感。在与队友共同奋斗的过程中，我发现只有当每个人都尽自己的最大努力，才能实现我们共同的目标。同时，我也认识到自身存在的不足之处，比如对细节的重视程度和自律性等方面，我会在以后的训练中不断改正和强化自己。通过这次的比赛，我也更深刻地体会到了自己的力量和潜能，只要勇敢面对挑战，相信自己，就能突破自我，创造奇迹。

第五段：结语。

新初一军训比赛正式落下帷幕，但是我将这次比赛中的经验和体会带到了自己以后的学习和生活中。我深信，只有在不断挑战自我、锻炼自己的过程中，我才能变得更加强大和优秀。通过这次比赛，我收获了成长和进步，更增添了对军人职业的向往和热爱。我会坚持继续努力，争取在以后的军训比赛中取得更好的成绩，为我们学校争光，为我们国家贡献自己的力量。

**初一军训心得体会篇十五**

六年的小学年月仓促而去，现在我所迎候的，是我的第一个中学年代——初中。一开端我不知道进入初中之后还会有一次军训，所以我也并没有做什么预备，仅仅单纯的想进入学校之后就开端学习，没有想到的是，班里许多的人都知道要军训了，唯一只要我不知道。所以我也只要草率的预备了一下，然后就进入这次军训傍边了。

我们是一个新的班级，许多同学彼此之间也不是很了解，在这次军训傍边，我们我们都处于一个不断交融的过程中。刚开端两天的军训并没有那么高的强度，所以留给我们相互知道和了解的时刻许多。趁着那段时刻，我也知道了几个很风趣的朋友，我们一同军训，一同吃饭，树立起了很好的友谊。

到了第三天之后，训练就加强了许多，我们苦不堪言，气候越来越热，许多同学在站军姿的时分，坚持不住都晕了曩昔。但是其他的人仍是在坚持，并没有由于一个人的倒下而挑选抛弃，这也是我觉得最为震动的一个当地。我们都有着很激烈的决计，让我们这个团体也变得愈加的\'坚决和英勇了！这是团体所影响我的当地，教会了我没有到抛弃的那一刻永久都不能屈服，只要坚持下去了，未来才会开花，变得绚烂。

这几天短短的军训，尽管看上去仅仅在苦和累中坚持，其实它静静的就训练了我们每个人的毅力和决计。在学习的路上，这二者是非常重要的，假如读书和学习中，不能够坚持住自己的心里，那么一些略微的风吹草动就可能乱了我们的阵脚，所以不论怎样，这次军训仍是给我们带来了一个提示，让我们正确的去面临往后的路途，不要畏缩，也不要惧怕。只要一往无前，才干触摸到真实的成功。

军训这段日子尽管完毕了，但是未来学习的日子还有很长。军训教会了我们爱惜时刻，也教会了我们要仔细的去对待每一件工作，因而我信任往后自己在踏入学习之后，不论遇到怎样的苦难，都是能够英勇去处理和面临的。

军训时刻虽短，可它是精而简的，它把最中心的东西留给了我们，也把对我们最有利的东西放进了我们往后的时刻里。我感谢这次军训，也感谢每一个协助过我的同学，严厉的、鼓舞我的教官，也感谢我的教师静静对我们的关怀和支付。往后的初中日子，我一定会掌握好，走稳每一步，不负我们每一次等待。

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！