# 初一军训心得体会(优秀12篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2025-03-16

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。初一军训心...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**初一军训心得体会篇一**

第一段：军训前的迷茫与期望（200字）。

初一那天，我们初中新生都被安排去参加了一场为期一个月的军训。站在操场上，我不禁心生迷茫。这是我第一次参加如此严厉的军事训练，我对自己是否可以顺利完成充满了疑问。但与此同时，我内心深处充满了期待。军训是一次锻炼意志和团队合作能力的机会，我希望通过这个经历，变得更加坚强，并结交到更多志同道合的朋友。

第二段：挑战与成长（200字）。

军训期间，我们经历了一系列艰苦的训练和考验。包括集合、行进、引导等，这给初中新生们带来了巨大的压力和困难。然而，我们并没有退缩，而是以积极的态度迎接着这些挑战。我记得有一次，在持续了两个小时的集合操练中，我感到腿已经僵硬，但是我告诉自己再坚持一下。最终，我成功完成了这个任务。通过这样的训练，我逐渐感觉到自己的成长。我变得更加坚韧，更加坚定，而且也对自己有了更多的自信。

第三段：团结与协作（200字）。

在军训期间，我们每天都与同学们紧密地生活在一起，这使我们的同学关系更加紧密。在训练中，大家互相帮助，共同解决问题。当有同学在操场上犯错时，我们会鼓励他们，一起找到解决方案。我们也会在集体活动中一起合作，分享任务，共同完成。这种团结和协作的精神不仅在军训中表现出来，在以后的学习和生活中也会对我们产生积极的影响。

第四段：坚持与忍耐（200字）。

军训需要很大的毅力和耐心。有时，在高温下长时间站立会使我们异常疲劳，但我们必须学会坚持下去，因为只有如此，我们才能真正发挥自己的潜力，并逐渐突破自己的极限。此外，在军训期间，我还学会了忍耐。有时，由于某个同学的失误，整个队伍需要重来，而这需要我们重新投入，再次努力。这个过程中，我学会了控制自己的情绪，保持耐心，并且对困难和失败有了更加积极的态度。

第五段：军训的收获与感谢（200字）。

一个月的军事训练已经接近尾声，回顾这段经历，我想说我真的非常感谢军训。通过军训，我不仅变得更加坚强和勇敢，也结交了许多优秀的同学朋友。军训让我明白了团结合作的重要性，也让我学会了忍耐与坚持。这些都是我宝贵的财富，将伴随我一生。因此，我感谢学校给我们提供了这个难得的机会，使我们可以在军训中收获了这么多。我相信，这次军训经历将永远是我初中的一段美好回忆。

总结：通过这次军训，我收获了很多。我明白了坚持与忍耐的重要性，也学会了团结合作。这段经历将会成为我人生中的一笔宝贵财富，我将以此为基础，勇敢地面对将来的挑战。我相信，在未来的学习和生活中，这些能力将成为我通往成功的关键。所以，我感谢军训，感谢帮助我成长的每一个人。

**初一军训心得体会篇二**

\"严格训练，严格要求，努力学习，振兴新中国。\"学生们的口号回荡在训练基地上空，宁海20xx级新生正在军训。同学们为国防基地挥洒汗水，种下心血，获得鼓励和掌声。

古往今来，坚持一直是成功的秘诀，军训也是一样教会了我们坚持，教官教我们踢正步，需要我们把脚定在空中几秒，但由于我们平衡能力不佳，所以总是站不稳，脚坚持不了那么长时间，所以教官的训斥铺天盖地的袭来，我总是站不稳，后面的人大该嫌我走的太慢，总会踢到我，而我又踢到前面的，又会东倒西歪的，所谓四面受阻，但我们不曾放弃，我一场训练都没缺席，这然我觉得很高兴，因为我坚持了下来，每一次的抬脚，我都尽量保证平衡，我经常用牙齿紧咬住嘴唇来实现注意转移，在心中默念着”坚持，坚持！

服从要求我们听从教官，老师的话。记得军训第一天，六点钟到食堂开饭，等待所有的班级都在饭桌旁站好才可以吃，吃完又要在人潮涌动的水池前排队洗完，我不时的抬起手腕看手表，为什么这么急呢？因为我在一班，第一批去洗澡，我在原地跺着脚，看着慢慢行前如龟速移动长队，真有种”此队漫漫无绝期的感觉“。但我们身在曹营不能心在汉，只能服从教官给我们定下的时间规划，这个教会了我们服从。服从还有很多，教官允许我们休息，我们就撒开了丫子休息，但一旦要我们训练，我们必须服从命令，刻苦训练。

纪律体现在很多方面。比如不能迟到，比如寝室的.卫生。那一天，由于没听见哨声，不幸迟到，被罚站在所有人前面，听见哨声没有立即行动，再一次迟到，再一次被罚，寝室卫生不过关，第三次被罚，从此心里留下了阴影，坐在寝室里总觉得有人再吹哨，外面有人在走动，拿起杯子就夺门而出，结果虚惊一场，习惯性的提前两分钟出门，这个教会了我们纪律的重要性。教官不允许动就不可以动，任凭汗水顺着脸庞滑落，流进了眼睛里，觉得很痛，眼睛都睁不开了。

十六日下午，家长们来学校验收产品老天不忍心我们在太阳底下晒着，求了好久的雨终于快来了，彩排过程中就就一直用雷声给我们的进场音乐伴奏。汇报演出要开始了，天空落下了久违了的雨滴。雨一开始并不很大，后来在我让暴风雨来得更猛烈些的祈祷中慢慢转大，烟雨朦胧中，完成了分列式。眼镜被雨水模糊了，由于坚持。服从和纪律，没有一个人去擦干它。这就是训练的成功。

军训已结束，精神留心中。

**初一军训心得体会篇三**

初一军训，是我们迈入初中生活的第一步。初中，对于我们来说是一个全新的起点，我们将面对更多的学习任务、更繁忙的课程表和更多的挑战。而军训，无疑是让我们彻底告别小学生时代的活动。军训的到来，激发了我们对新生活、新环境的好奇与期待，同时也带给了我们浓厚的军事氛围，为我们培养团队合作精神、纪律观念和坚强的毅力奠定了基础。

第二段：初尝军训之苦。

军训的日子非常辛苦，这是我第一次体验到如此强度的训练。天天早起操场上晨练，伴随着教官的声音，听着格外嘹亮；然后是一场场严格的军事训练，如立正、稍息、原地转体、快跑、齐步走等等，常常让我们头昏脑胀、筋疲力尽。尤其是在炎炎夏日，汗水如雨下，几乎把我们的力气都挤干了。虽然苦，但和同学们齐心协力，互相鼓励，我们一起克服了困难，顺利度过了军训的日子。

第三段：收获的成长。

军训不仅仅是训练身体，更重要的是向我们灌输了良好的品德观念和军人的纪律观念。通过每天的训练和教官的指导，我们掌握了严谨的纪律要求，学会了团队合作、服从命令，锻炼了坚持和毅力。这些品质将伴随我们一生，不论是学习还是工作，都会给我们带来巨大的优势。军训还使我意识到，只有通过不断的努力和付出，才能收获成功和成长。

第四段：珍惜对军人的敬意。

通过军训，我深深地感受到了军人的艰辛和伟大。无论是高温的炎炎夏日，还是寒风凛冽的冬天，他们都日夜守护着国家的安宁。军人的坚强意志和不屈精神给了我很大的鼓舞和激励，也让我更加敬佩和珍惜他们的付出。作为初中生，我们应该努力学习，将来为社会做出自己应有的贡献，不负军人们的期望和希望。

第五段：展望未来。

军训的结束并不代表我们只能停留在军事纪律的范畴，我们还要继续努力学习，培养自己的各方面能力，为将来的发展打下坚实的基础。我相信，通过这段军训的经历，我们将更加坚定自己的目标，充满信心地迎接新的挑战。我会用军训的精神，来面对接下来的初中生活，努力成为一名优秀的学生，为自己的人生奋斗，为国家的未来贡献自己的力量。

初一的军训给我留下了深刻的印象，不仅仅锻炼了我的意志力和纪律观念，更让我明白了努力的重要性和军人的伟大。我相信，只要我在日后的学习和生活中能够坚持这种精神，我一定可以在未来的道路上取得更好的成就。我将时刻铭记军训的意义，不断努力，让自己成为一个更优秀的人。

**初一军训心得体会篇四**

坚持，多么简单的两个字，可要做到它，却又是那样的困难。中间，宛若隔阂着一条沟，想要跨过去，却又没有那份勇气。烈日炎炎下，一群初中生笔挺的站着。衣裳，却早已被汗水粘满。草坪上，众多矿泉水摆放着，原本极为平常的东西，现在却变成了我眼中最为珍贵的物品。脚，早已酸麻。想坐下，却又要坚持。

因为，只有坚持，才能见到黎明的曙光；因为，只有坚持，才能真正长大；因为，只有坚持，才能不辜负妈妈的期望。

假如，此刻，我们宣布放弃；假如，此刻，我们坐在草坪上，喝着矿泉水；假如，此刻，我们在家里调着空调，听着音乐。那么，我们将失去精神的洗礼；那么，我们将失去意志的沐浴；那么，我们将永远成为温室里的花朵，永远在妈妈的怀抱里蹒跚学步。

幼苗，不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰，不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；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。坚持，唯有坚持，才能获得成功，半途而废，是遭人唾弃的。

时间，如细沙般在指尖流过。一小时多的军训，在我眼中，却仿佛过了几个世纪一般漫长。坐在教室里，感受着阵阵凉风，心中一片畅爽。疲惫，早已烟消云淡，剩下的只有快乐和坚持的喜悦！

团结

今天，要接受检查了，是否能为班级争得荣誉，就全靠今天了。我知道，这次评比展现的不只是那稍息立正的军式训练，更多的，是意志和精神的体现。

听着前面班级的洪亮声音，看着前面班级的整齐步伐，我不禁感叹一声：他们，都好厉害！是什么，让他们坚持到最后？是什么，让他们获得突出的成绩？不止是那铁铸的信念，钢焊的意志，更多的，是团结的精神。如果不团结，那么任凭他们自身实力再好，也是无用的。

“团结就是力量！”再也不是简简单单的一句话：因为，它把48颗心紧紧的系在了一起；因为，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念。更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。

**初一军训心得体会篇五**

今年，我作为初中新生，迎来了人生中第一次军训。刚收到通知书时，心里倍感兴奋又紧张。我开始担心自己会不会适应军训，会不会被教官责备，会不会受伤，还有一万个问题在脑海中打转。但当军训开始的那一刻，心中的悸动全部被满满的激情所取代。站在操场上，看到同学们一个个站得笔直，整齐划一的队列，我对自己说“军训，我来了！”

第二段：迎着挑战的坚毅。

军训的第一天就是登山训练日。早上6点半，我们就被教官吵醒了。大家还没来得及伸懒腰，就被迫穿上厚重的军装，拿着背包，迈开了第一步。一路上，我感到腿部肌肉酸痛，呼吸急促，但我告诉自己“稍息不是放弃的理由”。终于，我们登上了山顶。望着美丽的日出和远处的城市，我感到自己迎着困难和挑战一往无前的决心，变得更加坚毅。

第三段：合作共赢的力量。

每天的军训都有很多项目需要小组合作完成，而我所在的小组里有一个个性十分鲜明的成员。起初，我们的配合并不默契，经常出现意见不和的情况。但随着时间的推移，我们慢慢学会了倾听对方的意见，尊重和包容彼此的不同。通过相互合作，我们渐渐磨合出了一套高效的配合方式。我们开始互相扶持，在集体项目中表现出色。这让我深刻体会到了合作共赢的力量，只有团结一心，才能创造更大的成绩。

第四段：锻炼意志力的机会。

低头都看不见脚趾，即使在阳光明媚的天空下，我也感到燥热的汗水滑落在额头上。经过几天的军训，我发现这里真的是一个锻炼意志力的好地方。教官严格要求我们站得笔直，动都不能动，无论是在炎热的太阳底下，还是在狂风暴雨中，我们都要坚守阵地。我体会到了坚持的重要性，也收获了一颗强大的意志力。从此，我明白了只有不轻易放弃才能做到最好。

第五段：军训的成长与收获。

军训的日子转瞬即逝，我已经从一个毫无军人基础的初中新生成长为一个更加自信、坚强的人。在军训中，我学会了服从命令，保持冷静，勇敢面对困难，做出正确决策。军训培养了我对集体荣誉的重视和对自己力量的自信。我相信这些经验，将伴随我走向人生的各个阶段，在未来的征程中绽放更加耀眼的光芒。

总结：

通过这次军训，我深刻地体会到了军训的意义和价值。军训不仅帮助我们培养了纪律和团队合作精神，还让我们意识到自己的潜能和能力。尽管军训的过程艰辛，但这些经历将成为我们人生中宝贵的财富，帮助我们面对更大的困难和挑战。感谢军训的机会，我会将这段宝贵的经历牢记于心，将其转化为努力学习、拼搏进取的动力，不断追寻自己的梦想。

**初一军训心得体会篇六**

第一天军训，我满怀期待地来到了校园操场。迎接我们的是一群严肃而威严的教官，他们身着军装，举止有序。他们告诉我们军训的目的是培养团队合作意识和锻炼身体，让我们更加坚强勇敢。在教官的带领下，我们进行了简单的热身活动，并进行了分队集合训练。尽管一开始有些紧张，但是看到队友们一起努力，我感到了一种受鼓舞的力量。

第二天军训，我们开始进行军事课目训练。首先是站军姿，教官要求我们保持笔直的身体，挺胸抬头，背部紧贴墙壁。在保持良好的站姿的基础上，我们开始进行军姿转换。起初，我觉得很难保持平衡，但是通过不断的练习，我逐渐掌握了要领，并能够快速转换军姿。我意识到，只有付出更多的努力，才能取得更好的成绩。

第三天军训，我们进行了队列训练。教官要求我们保持整齐划一的队形，步伐要一致。我们按照教官的示范，开始进行行进训练。刚开始时，队伍总是乱糟糟的，有人步伐不齐，有人距离不够。但是随着教官的指导和我们自身的努力，队伍逐渐变得整齐划一。我明白，只有团结协作，才能完成艰巨的任务。

初一三天军训，对我而言是一次珍贵的成长经历。通过军训，我体会到了团队的力量。在队友们的鼓励和帮助下，我克服了困难，完成了训练任务。虽然累了，但是内心深处却充满了满足感。军训期间，我也明白了纪律的重要性。只有遵守纪律，才能保持队伍的整齐划一。而且，纪律还可以培养自律的品质，使我们在学习和生活中更加自律，更好地完成任务。

最后，我也明白了锻炼身体的重要性。通过军训，我发现自己的身体越来越强壮，更加有活力。军训磨炼了我的意志，提高了我的身体素质。我深知，只有一个健康的身体才能支撑起更广阔的未来。

初一三天军训，让我感受到了作为一名学生的责任和使命。作为新时代的少年，在军训中，我学会了坚持、拼搏和团队合作。我将用这种精神去面对今后的学习和生活，为实现自己的梦想而努力奋斗。

**初一军训心得体会篇七**

面对陌生的军训， 有点开心又有点担心，踏进宿舍，看到了一张张，陌生的面孔，我不感到害怕，在这3年内，我们将会在一起和睦相处。希望会有一个新的开始。

把所有的阳光释放出来，我们的汗水就像瀑布一样，哗啦啦的留下来，我们的新校服不好受 ，我们更不好受，汗水就像毛毛虫一样，黏在身上。幸好教官的心是软的，要不然，我们就要遭殃了。“哎哟，我的腰。”“哎哟。我的脚。\"......我们的哀叫声源源不断，把毛毛虫、小黄蜂、蝴蝶...全都叫过来了也许是我们真的太娇气了，站1分钟的军姿都会晕、累等 ，什么情况都有天气，虽然我们在雨棚下，但是难免会有点闷热的。我的脚后跟好酸啊，烦死了。讨厌啊!!!

军训不仅是锻炼我们的身体，还是磨练我们的意志。虽然很辛苦，但是这是必须的，不锻炼锻炼，我们会懒懒散散的，特别娇气，到时，会连一个1年级小朋友都不如。与其在家里吹空调看电视上网，还不如在学校军训呢，对自己好，对爸爸妈妈也好，在家里，那叫浪费钱，不叫享受。在学校，那叫锻炼，不叫受苦，希望大家不要把意思弄反了。

在学校真的比在家里好玩，可以跟新朋友聊天，可以磨练意志，可以锻炼身体......总之比在家里强多了。

几天就这样过去了，马上就回家了，我舍不得同学啊。

**初一军训心得体会篇八**

第一天军训，我们穿着整齐划一的军装，站成整齐的纵队列，迈着铿锵有力的步伐踏上训练场。首先是军姿训练，教官讲解每个动作的要领和注意事项，然后一遍遍示范。我们紧张而专注地模仿着，一直到每个动作做到标准为止。接下来是跑步训练，教官教我们正确的姿势和呼吸方法，并鼓励我们尽力跑完。尽管累得满头大汗，但我们依旧在教官的激励下坚持到最后一刻。第一天的军训让我明白了，只有全身心的投入才能达到最好的效果。

第二天军训，我们迎来了更加严格的训练内容。首先是集合训练，我们需要在极短的时间内快速完成从教官口令到整齐列队的一系列动作。这不仅考验了我们的反应能力，还考验了我们的团队协作能力。当我们因为操作不协调而出错时，我们并没有灰心丧气，而是迅速调整了状态，重新开始。在这个过程中，我深刻地感受到了集体的力量，只有大家共同努力，才能完成任务。接下来是障碍训练，我们需要从一个个高低不一的障碍物上跳跃过去。教官告诉我们，这是为了提高我们的灵活性和应变能力。虽然有时会摔倒，但我们并没有气馁，而是笑着站起来，继续挑战。第二天的军训让我明白了，团队合作和坚持不懈的努力是获得成功的关键。

第三天军训，我们开始了实战演练。首先是野外生存技巧的训练，教官教我们如何建立简易的帐篷、野外用火和寻找食物。虽然这些知识在平时生活中并不常用，但在特殊情况下却能救我们于危难。我们认真地学习每一个步骤，亲自动手尝试，通过多次练习，我们逐渐掌握了这些基本技能。接下来是战术训练，我们组成小队，模拟实战环境下进行作战演练。这需要我们密切配合，灵活应对，同时还要保持高度的警惕性。尽管每次演习都会遇到各种意外情况，但我们都通过剧烈的活动和密切的沟通来克服困难，最终成功完成任务。第三天的军训让我明白了，实际操作能力和团队合作是解决问题的重要因素。

通过三天的军训，我不仅学到了军事知识和技能，更重要的是学到了团队协作、坚持努力和实际应用能力。这次军训是我人生中难得的一次经历，我收获了自信、毅力和团队意识。我相信这些经历将会对我的未来产生深远的影响。我要对自己说：“不要轻易放弃，要勇往直前，只有这样才能取得更大的成绩。同时，也要相信团队的力量，相信每个人的付出都是值得的。”初一的三天军训给我留下了难以磨灭的印记，我将用这段宝贵的经历，继续努力成长，为自己的未来铺路。

**初一军训心得体会篇九**

“军训”——一个充满热血的词语，它代表了青春、活力、热情与奋斗。每位步入初中的学生都将经历这段辛苦却又快乐的时光。

盼望着，盼望着，军训的日子终于到来了。从未接受军训的我认为，军训就是同学之间在一起嬉戏玩闹，是十分放松的。然而，才刚军训两天，我对军训的认识。

我们的教官非常严厉，军训时不允许我们随便打闹，只要是训练，做任何动作都要向教官打报告。站军姿、齐步走、跑步走、跨立、练蹲姿、……我们每天都进行着不同强度的训练，虽然很艰苦，我们却从未抱怨。通过短短几天的训练，我们自身的气质有了明显的改变。

通过军训，我们真实感受到了军人们的劳累和辛苦。我们才训练两天就已疲惫至极，而我们的军人却是每天都进行比这更高强度的训练，他们是真正的英雄!在此，我向全中国的军人们致敬!

除此之外，我们也结识了许多新的同学，学到了许多新的知识。在一开始我们互不熟悉，也没有默契，但通过这几天的相处，我们也变得越发团结，越来越有凝聚力。正如我们所唱的军歌：“团结就是力量!”

军训是一个锻炼自身体力和毅力的必修课，将会使我们受益终生。

七天的军训，对我而言，一是为了体态，二是为了心态。塑形成功，意志力得到锻炼，这才是军训给我的最终回馈。

军训这几天很累，很辛苦，流过的汗甚至可以把服装浸湿。可是这一切却不是白做的，回馈就在胜利的彼端。每天军训结束后，看到自己哪怕微小的改变，我都会由衷的欣喜。当看到自己的身姿变得挺拔，感到心胸变得开阔，我对待生活的态度也在不断改变。

当一切都在改变时，我才彻底地明白“让我们每天遇见不一样的自己”这句话的含义。积少成多，要相信时间能证明一切。每天少做一点和每天多做一点，结果是截然相反的，未来的自己要靠今天去磨练、去积累!

在训练期间，我时刻注意自己的团体意识和自律意识。自己身处团体被罚也不会有怨言，做任何事情都戒骄戒躁。我想要变成别人只一眼就能记住的人，军训可以帮我实现。

军训成功改变了我，不管是从气质、形体还是从心态来讲，我觉得自己都比原来好了太多。告别小学生活，踏入初中的大门，对我来说一切都是陌生的。但经过这几天的军训，我结识了活泼的舍友，认识了班级里的同学，出乎意料地很快融入了这个新集体。

我很庆幸自己参加了这场军训，感谢那个既严厉又可爱的教官，更感谢双语大家庭举行了这场军训。它让我对接下来的初中生活感到信心满满。

**初一军训心得体会篇十**

今天下了小雨，军训推迟，大家都坐在教室里说这个说那个。从：xxxx年xx月xx日正好是一个小时，使空闲时间，在幕布上放着一个个无聊的军事片，这种东西我想来是不太感兴趣。今天起得真早，6：20!对于我这种懒人来说已经很早了。所以一到学校，看不再出勤，我就开始扒在桌子上睡觉。过了一会儿，沉寂的氛围被打破，突然要开班会，内容也只是讲一些日常工作，台上女老师读的津津有味，台下同学也玩的津津有味。后来居然来了个貌似领导的人，来批评我们乱说话，这种事我早已习以为常，从小学到现在我已听过不知多少次这类批评。为了避免再次批评，老师只得无聊的读着学生手册。讲到中学生守则第18条时，我突然有了不少怀念。记得大概一年前，高一新生军训有感。在初中班主任的催促声中，那些犯错误的只能百十来遍的抄第18条，不知有多少同学都背过了这一天呢。

下午的生活相对上午就有趣多了。由于仍然下雨，下午的军训也只能停止，本又要在教室里看无聊的片子。可就在这时，班主任突然离开，教育片结束，没想到一个胆大的居然自己换了另一部大片《史前一万年》。更没想到，今天下午居然是以这种方式结束的。

正因为这场雨，我们体味了别样的军训，虽然上午有些无聊，可下午是如此惊心动魄;正因为这场雨，我们头一次以这种方式来开始军训;正因为这场雨，我们也体味了别样的校园风情;正因为这场雨，让我记下了如此详细的一天。我感谢这场雨。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，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。

军训是必不可少的，每位学生都要经历这种磨练，并提高自己的意志力，还可以是学到一些东西，能强身健体。没想到这么快就上初中了，真可谓光阴似箭哪，我得好好珍惜这个学习机会，借此来体会一下高中生活的那种苦。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。 立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的，而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望。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。

**初一军训心得体会篇十一**

初一军训是我人生中的第一次军训经历。刚开始报名的时候，充满了好奇、期待和紧张的心情。来到训练基地，看到一群同学整齐划一的队伍，战士般的动作，我倍感自豪和自责。刚开始的几天，身体不适应，汗水湿透了我每一片衣衫。然而，逐渐熟悉了军训的规律和要求，我开始体会到了军训的价值。

第二段：以军训锻造自身品质。

军训是一种身心的锻炼，不仅给我们锻炼了体魄，也锤炼了意志品质。在军训中，我们每天早早起床，整理好自己的卫生，保持队列的整齐，操场上训练的时候，大家肩并肩、背靠背密切配合。每一次训练，都考验着我们的毅力和耐力。有时候会出现一些意外情况，例如受伤或者突发状况，这时候自我应急的能力就得到了锻炼。通过这些训练，我学会了坚持不懈，学会了面对困难勇往直前的精神。

第三段：军训中的溶合。

军训是全班同学在一起的机会，我们没有分班、排座，也没有任课老师。我们只有一个共同目标，就是完成每一天的训练任务。在一起的时间里，我们要互相帮助，互相合作。在每天的任务中，我们共同进退，共同出色的完成任务，在这过程中，彼此之间的友谊更加得到了加深。我们一起满足口渴的需求，一起分享雨天的汗水和阳光下高温的煎熬。在军训中，我们都是平等的，彼此的人际关系也得到了改善。更多的时间是大家自己处理的，我们参与各种游戏和活动，共同度过这段短暂的军训时光，增进了友谊。

第四段：军训与生活。

军训一方面使我们培养了不同寻常的毅力和毅然的奉献精神，另一方面也使我们熟悉和适应了军队式的生活。在军训中要求我们注意卫生，要求我们按时作息，要求我们不奢求过多的物质享受。这样的军队生活使我们更加深入感受到了军人的艰辛，学会了珍惜生活，学会了面对生活的平淡和困难。在军训结束之后，我逐渐明白了战士们平凡而伟大的生活。

第五段：军训收获。

初一军训是一次宝贵的经历，不仅使我更加坚强，更加懂得珍惜，更加热爱这个美好的集体。在军训中，我不仅收获了锻炼身体与意志的机会，还收获了友谊和人际关系的宝贵财富。军训也教会了我如何忍耐与坚持，如何与同学合作。通过军训，我的个人品质得到了提升，我更加有信心，更加积极向上。

总结：

初一军训为我们开启了一扇窗户，让我更好地去了解军队生活，珍惜时间，锻炼毅力和坚持。在接下来的学习生活中，我将更加勤奋努力，继续秉持军训中学到的坚持不懈的精神和合作共赢的态度，更好地发展自己的能力与品质。我相信，初一军训必将成为我人生中最宝贵的财富之一。

**初一军训心得体会篇十二**

又是一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留地散发所有光芒，我们伫立在烈日下，当我站着军姿，虽然只是短短的几十分钟，但对于我们来说，太漫长了，我努力适应这艰苦的生活，第二天,第三天，身上的痛楚终于减少了。军训不光是磨练了我们个人的意志品质，也培养了我们的集体荣誉感。让我们从生疏逐渐走向熟悉，慢慢变得默契，因为在以后的学习生活甚至工作中，都是独立的，我们的成长离不开集体，我们需要在入学之前通过军训来培养集体荣誉感，培养同学与同学之间的默契，这也许能在以后的学习中让我们相互帮助，共同进步，这是军训的意义之一吧。

军人的天职是服从，对于身心疲惫的我，也是个考验，从军训的第一天开始我便努力去适应这里的生活方式，5天的时间太短了，来不及让我细加体会，虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。人类只有在苦难中，才能真正认识自我，的确如此，军训给了我这样的机会，我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处，虽然军训很累很累，累到想哭，但在这5天中，我想了好多，也明白了好多。以前，要是我遇到一点小问题，我就会退缩，逃避，但现在我不会了，我在军训中学会自立自强，自己的事情自己做，困难，算什么，咬紧牙关就能闯过去了，这次军训，让我受益匪浅，我再也不会对自己感到质疑，我学会像军人有铁一般的纪律，学会像军人一般拥有钢一般的毅力，我学会坚强，不轻易落泪，我学会了。

我终于可以自信地说：我不比别人差，我也有我自己的特色！我永远相信，我是最棒的!感谢这5天的军训，可以说是军训让我认识了自己，也完善了我自己，谢谢，谢谢你让我学会了坚强，我会一直坚持下去。

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！