# 最新初一军训心得体会 军训心得体会初一日记(优秀16篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-06-16

*心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。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...*

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**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**

清晨，我们伴着浓浓的雾开始了一天的生活，“鸣—”的一声，同学们像脱缰的野马般冲了出去，冲到了草地上站着，听教官的训话，我们一个个像一座座雕像贮立在清晨的寒风中，伴随着第一缕朝阳开始了一天的训练。

临近中午，烈日当头。在太阳下的我们一个个汗流浃背，哈欠连天，一个个面容憔悴，这个时候正是考验我们意志力的时候，可是有几位同学都因为身体不适都“下了战场”。

吃过午饭，我们回到了宿舍，这时，我们发现这个拥挤的宿舍才是我们的天堂，同学们你一言我一语，仿佛把一上午的压力和苦累都宣泄出来了。午睡时我看着头顶上“热爱生活，学会独立，创造生活”这几个字，回想着两天的经历，我仿佛渐渐懂得了军训的真谛，再苦再累也要坚持。

一直到晚上，我们躺在各自的床上，回想着这一天，我们发现，正如教官说的：“咬咬牙，一切都会过去的。”

明天，我们就要离开了，我真感觉，我长大了。回到家后，爸爸妈妈一定能看到一个全新的我。

十一营倪朔。

**初一军训心得体会篇三**

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四**

在这个依旧炎热的九月，经过了x天的军训，此时的操场再次恢复往日的平静，短短几天的时间，同学们都得到了一定的成长，作为班主任的我，将这一切也看在眼里，看着他们在这炎热的天气中挥洒汗水，我的内心也产生颇多的感受。

这些同学们都是今年的初一新生，刚刚结束了小学生活，看着他们一双双清澈的眼睛，我也感受到他们身上满满的活力，初见他们时，一个个小脑袋东张西望，对这个新校园充满了好奇，而他们的初中生活也即将开始，那么等待他们的第一课就是军训。

第一天军训的时候，大家都处于很茫然的状态，因为对于大部分同学来说，这是他们人生中的第一次军训生活，难免有一些不知所措，因此教官也对大家进行了细心的引导，同学们也很快进入状态，这确实是在我意料之外的，本以为大家会很难适应一个全新的环境，而且可能要花费很长的时间，但是看到大家仅用了半天不到的时间就基本进入状态，我在心中也默默地为大家点了个赞，不过就算是大家真的出现什么问题，我作为班主任也会及时为大家解决的，因为这是我的职责。

在进入军训生活的第三天，明显看出来有一些同学出现了体力不支的情况，一个上午的时间，先后有x名同学从队伍中出来，进行短暂的休息，看着他们一个个泛白的脸，我的内心也不免担心了起来，还好事先准备了一些物品，刚好给他们应急使用，但是在训练过后我也仔细地询问大家的相关情况，发现他们早上经常不吃早饭，就算到了食堂也只是喝一杯牛奶就走了，他们说是因为早上吃不下饭，当我了解到情况后，给大家紧急开了班会，因为这关系到大家身体健康，绝对不能忽视，那么为了能够让他们认真吃饭，我每天早上都去陪着孩子们，和他们一起，也是希望能用自己的行动影响大同学们。

对于新初一的同学来说，第一次离开家，因此在日常的起居上我也多留意了些，同时，看到他们在训练场上一个个挺拔的身姿，听到他们一声声嘹亮的口号，也逐渐看到了大家的成长，即使是在炎热的天气中，他们也能够始终坚持，这是我作为班主任感到很欣慰的事情。同学们开始了新的学习生活，这一刻大家不再是小学生，身份的转变，也希望同学们能够尽快适应。

最后想对我的同学们说，欢迎你们来到新的学校、新的班级，从这里开始你们新的学习生活吧!

**初一军训心得体会篇五**

初中生升入高中后，首先经历的便是军训。这对于初一新生来说尤为重要，不仅是对人生的一次历练，也是走向成长的重要一步。经过这一段时间的军训，我收获了很多，也体会到了训练带给我成长的关键。

第二段：身体和意志的锻炼。

很多人都认为军训就是一场纯粹的体育课，但是我认为这比普通体育课还重要得多。军训锻炼了我们的身体，也锤炼了我们的意志。从早到晚的训练，不断地跑步、俯卧撑、仰卧起坐等动作，不仅让我们身体得到了最基础的锻炼，也让我们的意志更加坚定。即使感到疲惫，还能坚持到底，不放弃。

第三段：团队意识的培养。

军训除了个人的身体和意志锻炼，也十分重视团队意识的培养。团队中要求每个人密切配合、互相鼓励、共同完成任务。每个人都要想办法如何配合团队完成任务，这种团队合作的思维方式不仅能够在军训中体现，也能够为以后的学习和工作中提供极大的帮助。

第四段：领导能力的提升。

在训练中，还要求我们担任小组组长，带领小组完成任务。这种领导方式要求我们善于沟通、懂得分配任务、能够协调组员间的矛盾。这在以后的工作中也至关重要，能够成为一名优秀的领导者。

第五段：结语。

经过这段时间的军训，我深深体会到成长的关键在于如何跨越自己的极限，在如何与他人合作，在如何给予他人帮助的同时，不断自我提升。军训期间，我和我的组员们一起缓慢地向前走，知道了如何面对挑战，如何成长。在未来的日子里，我会在学习和生活中保持这种精神状态，成为更好的自己。

**初一军训心得体会篇六**

第一段：引言（200字）。

初一的军训终于结束了，这为我们这群新生带来了许多回忆和体验。经历了这次严格而充实的军训，我们深刻体会到了为人处世的道理、如何做一个好的学生和一个对社会有用的人。在这篇文章中，我将分享我的学习心得体会，希望对大家有所启发。

第二段：军训让我们更自律（250字）。

在军训期间，我们每天都要早起准备，在规定时间内完成任务，并遵守军队的纪律。这种紧张的生活让我们认识到自律的重要性。我们明白了时间的珍贵，学会了按时完成任务，遵守规则和纪律。这种训练不仅让我们更好地适应学校和社会生活，还使我们成为更好的人。

第三段：军训让我们更团结（250字）。

在军训期间，我们一起训练、一起吃饭、一起生活。在漫长而辛苦的过程中，我们经历了许多挑战和困难，但我们没有放弃，相反，我们变得更加团结。在军训中，我们互相扶持、互相鼓励，一起参加活动、一起完成任务，这让我们深刻体会到了团结的力量。这种感觉不仅让我们更好地理解了合作的含义，还让我们更好地融入到这个大家庭中。

第四段：军训让我们更勇敢（250字）。

在训练期间，我们进行了很多挑战自我和锻炼勇气的活动，如绳索周旋、士兵突击等。这些活动对大家来说都是一次变革，它们不仅是一种身体上的挑战，更是一种挑战我们内心的勇气。在这之后，我们可以感到自己变得更强、更有信心。这种意识和勇气不仅可以让我们勇敢前行，还可以让我们更好地面对学校和社会生活中的挑战。

第五段：总结（250字）。

军训是一次很好的训练和培养的机会，除了让我们更自律、更团结、更勇敢外，还让我们体验到了社会和生活的不同角度。我们应该感谢这次军训，它让我们成为了更好的人，也为我们未来的学习和成长打下了坚实的基础。我们应该记住军训中学到的一切，将其融入到学习和生活中，为自己和社会做出更多的贡献。

**初一军训心得体会篇七**

“军训”——这多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，使人对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的\'小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样我们才能更好地建设祖国的未来。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威。让我们在烈日炙烤后的操场上站上一段时间。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸又烫，汗不断地从脸上流下来，滴在地上，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。我一直告诫自己：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，那我前面所做的不就是白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

一天下来，我已经是筋疲力尽了，晚上，当我软绵绵地躺在床上，回想军训时由于我们大家的努力，得到了教官和老师的好评。不一会儿我就进入了甜美的梦乡。这一天虽然很累，但让我懂得了想要完成一件事，就必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

本来我以为这四天的军训会很刺激，可我错了，全程下来，我像过了几个世纪。部队的生活是那么枯燥与乏味，而我像个无知的孩子，错误百出，啼笑皆非。可我仔细想想我又觉得很庆幸，因为我又一次在困境中磨练了自己，使自己变得坚强起来。这个跨度似乎是从孩童直接到了青年人应该有的成熟，感觉很自豪。这短短的六天里，哭过，笑过，感动过；疼过，累过，勇敢过。这些日子里想家，所以眼泪是最多的，但想起妈妈的话：“给植物浇水会宠坏了它们，它们的后代只会越来越虚弱，所以你应该让它们周围的环境变的艰难一些，根部会向深处生长，自己寻找地底深处的水分。”，想起自己的目标，就有了勇气。我知道自己必须经受这一切的洗礼，才能争取成功的资格。其实回头想想，我失去的只不过是几滴泪几滴汗，而我获得的是一张张友善而可爱的脸，一个整洁、严明、自信、独立的自己！我感到无限的快乐和轻松。离开部队的那天，有些失落。可我知道，我人生的路真正开始了，我会勇敢，毫不畏惧。因为我相信：成功的花儿人们只惊蓦它现时的明艳然而当初它的芽儿浸透的奋斗的泪腺洒遍了牺牲的血雨当你拥有美丽的时候别忘了所需的奋斗。

所以我们不要太多的祈祷舒适和安逸，这样的祈祷少有如愿。我们应当祈祷我们的根能往纵深处伸展，这样任凭冷风吹，大雨淋，我们依然坚韧挺拔。

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，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训六天，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，而是要不啊纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这六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，我不会忘记这第一次军营生活。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。六天谓之辛苦的军训后，我要大声说：军训，感谢你，感谢你！

**初一军训心得体会篇八**

初一学习军训，对于每一个学生来说都是一次锻炼。通过军训，我们可以体验到军人的生活，提高自己的纪律性和意志力。在这段时间里，我学到了很多东西，这篇文章就是对我学到的心得体会的总结。

第二段：训练中的困难。

军训是一项高负荷的训练，一旦放弃或松懈就会失去训练的效果。在训练过程中，我遭遇了许多次的疲劳和身体的痛苦。有时候我的双手、腰部会因为站立姿势时间过长而感到酸痛，但这都是小问题。

除了身体的疲劳，精神上的疲劳也是一项需要面对的挑战。每天早上起床，第一道任务便是统一集合。一些同学需要远道而来，在时间上也需要早很多起床。当所有人都有些昏昏欲睡的时候，训练内容变得更加复杂多样，难度也大了许多，我们必须时刻保持警觉和决心。

第三段：备战军训的准备。

在军训之前，我们就应该准备好体能和精神，以迎接全新的体验。体能是重中之重，对于这点我们需要提前进行打底和训练。这样才能在未来几天的训练中承受大量的身体负荷。

精神准备也同样重要。要不断的提醒自己要保持警觉和积极心态。在军训期间，争取保持一份放松、开朗的情绪，能更好的享受军训的过程和收获。

第四段：军训的价值和成果。

通过军训，我们可以学到很多军人的优良品质，包括纪律性、意志力、荣誉感、团结协作等。在这段时间里，我体会到了军人要付出的辛苦和困难。他们为了生命、安全和祖国的安定而坚守岗位，尽职尽责。

军训也增强了我的自信心。通过训练，体验并尝试了很多我平时不敢尝试的事情。每完成一次训练任务，就会对自己的能力和自信心有更好的认识。

第五段：结论。

在我看来，军训不仅锻炼了我们的身体，更是锻炼我们的意志力和心理素质。人生中，有很多时候会遭遇挫折与磨难，正是通过这样的训练，让我在未来面对困难时勇敢面对和坚持下去。这次军训，让我更深层次地认识了自己，也让我更加珍惜这一次机会的重要性。

**初一军训心得体会篇九**

军训有辛酸的泪水，有甜蜜的微笑，有苦涩的汗水，有火辣的太阳。

逝者如斯夫，不舍昼夜。在炎炎烈日下，为期一周的军训终于结束了。军训结束了，但军人具备的坚韧不拔的意志、勇敢面对困难的精神，将会一直伴随着我们今后的校园生活。

回头看看，第一天咬牙坚持的模样还在脑海里。刚开始因为站不好军姿而被罚做下蹲、俯卧撑的酸楚还那么刻骨铭心。每天早上起床时感觉全身散架，下楼梯扶着扶手一步一步移，走路一瘸一拐的。操场上，训练后，不齐的口号变得整齐，懒散的步子变得坚定，刚开始的叫苦叫累，到后来的默默忍受，无不表现我们在成长。

严格的训练下，不知道有多少人都哭过，脸上流的分不清是汗水还是眼泪。经过这些天，我觉得连队生活越来越亲切，越来越温馨了，我们的团队意识更强了。都说一根筷子易折断，十双筷子抱成团。一个人的踏步声，一个人的口号，一个人的力量都是渺小的，但是，我们团结在一起，就可以发出整齐的踏地声，震耳的口号，走出整齐步子。

军训的期间，我们了解到了军人要有不屈的信念，保家卫国，随时都准备为国献身。他们为了人民的幸福，用钢铁之躯，保卫我们美丽的家园！

军训是短暂的，但对我们的启发是巨大的。我们要学习军人的作风，遵守时间，坚定意志。军训让我们离开了家里的温床，学会了自立、自强和不怕苦不怕累的精神。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。短短几天的军训，让我成了一名小军人，感谢所有辛勤付出的老师和教官们，这将是我们成长路上的珍贵记忆！

**初一军训心得体会篇十**

军训的日子很难忘，夏天的汗水是难忘的，暴晒下的人群是难忘的，互相帮扶的同学是难忘的，严肃认真的教官是难忘的……还有很多很多难以忘怀的东西，都藏进了这个依旧炎热秋天的军训里。这次军训虽然已经结束了，但是对于我们每一个初中生而言，或许这正是一次征途的启程，带着这样的一些坚定和勇敢，我们可以走向一个更好的远方，奔向一个更好的前程。再见了军训，你好啊青春！

刚刚开始军训的时候，我每天都是不开心的，因为我不喜欢晒太阳，我也不喜欢运动，我最喜欢做的事情就是宅在家里看书，所以对于我来说，我是极少运动的。当我一步入这次军训当中时，我就发现自己真的很难扛下来，每天要面对这样高强度的军训，对于我来说真的就是一份煎熬。

但有一次在齐步走的时候，我们小组得到了当时最好的一个成绩，教官对我们这一队进行了重点表扬，甚至让我们当着同学们的面走一遍。我还记得教官说我们就是一排标兵，非常好，非常棒。听到这句话的时候，我的心里非常的激动。我坚持这么久是有回报的，原来所有的努力也是可以得到回报的。可能有时候回报来得晚了一点，但它终究还是会来的。

军训的最后一天，我们在训练完了之后，教官就带着我们唱军歌，我们之前已经唱过几次了，最后一次一起唱的时候，我们居然都感动到流泪了。教官认真的教我们，我们认真的学，内心也开始下雨了，这场雨，淋湿了我们的军训，也让我们收获了一个雨后晴天的美好结局。这次军训完美的落幕，为我们接下来的这一段初中时光打开了一个很好的方向，告诉我们只有带着一份决心和毅力，接下来的日子就会越来越顺利，我们学习上的进步也会越来越快。

这次在各种欢呼和呐喊声中，我们的军训结束了，教官们坐上大巴远离了我们的视线，现在我们留下的就是我们这所校园了，充满了书声的朗朗校园。我会带着军训交给我的勇敢和坚定去学习，去把握好青春里的每一次机会，为自己的成长贡献力量。我会好好珍惜时间，好好去努力学习，把接下来的这一份学习任务完成好，给这个青春里的自己一个努力的答案。

**初一军训心得体会篇十一**

短暂的军训生活已经过去了两天，回顾这其中的点点滴滴，让我感到既精彩又疲惫。此时此刻，当我执笔写下这短短两天的军训感言时，深知自己不仅仅是健壮了自己的体魄，增强了国防意识，提高了政治素质，更受到了一次心灵的深刻洗礼，磨练了自己坚强的意志，增强了团队意识和组织纪律观念。这也是我在这几天的军训中所获得的最宝贵的财富。

一滴滴的汗水从脸颊滑落，在空中自由陨落，最终打到地上支离破碎。操场上那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，这短短的军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军事训练，更多的是它让我们接受了一次意志的洗礼。

那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的士气，告诉我们那是军人的飒爽风姿。那骄阳下矗立的身影，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我们震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒，严肃而不乏责任感的教官们，将他们铁一般的纪律展示在我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

看吧，那统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴随着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样的赏心悦目，振奋气势。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢”，这些歌词不断地在我耳边响起。它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训中铸起了一座不倒的城墙。

短暂的军训生活很快就会过去，然而它给我们留下的印象是不可磨灭的。它让我们学会自立，自强，自尊，自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出长辈精心编制的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战！

**初一军训心得体会篇十二**

几天前，步入新学校，也开始军训了，这次军训对我印象特别深，我都晒得很黑很黑。

那天，来了一个教官司，他很风趣幽默。我们在休息时间叫他“苗哥”，但是在训练场上，他又很严格，一点儿都不马虎，非常认真。开始在太阳底下晒几分钟都受不了，可都官司叫我们要坚持，所以这样让我变得坚强一些了，遇到总是不能退缩，只要坚持不懈，是风是雨总会过去的。

我还受益非浅，比如说：“以前一些不好的习惯也让我有所改正，要站如松，坐如钟，行如风。还让我体会到了父母每天工作都非常辛苦，为的就是让我好好读书，我不能虚度光阴，浪费光阴，浪费青春，一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，钱来之不易，不能与同学攀比金钱，而要好好学习，回到家中，要孝顺父母，帮父母做力所能及的事情，让父母感到幸福，做起事情来不会那么累，还要取得好成绩让父母高兴，这是对父母最好的回报。”

通过这些天的军训，真的真的让我难以忘记，它让我改京戏，它让我上进，它让我懂得感恩，这次军训晒得好，黑得好！

着是清华给我们上的第一堂课，我终于明白了它为什么给我们上的第一堂课是军训。它想我们以后踏踏实实的做人，做一个真正的清华人。它想我们以后踏踏实实的做好每一件事。不管在学习上，还是生活上，我们一定要做好每一件事。以后我回互相帮助不管在什么地方我也会尽我的力气去帮助一些需要别人帮助的人。以后我会团结友爱，只要团结才有一个好的班集体，才会有一个好班。

在军训的时间里我看见了很多教官。虽然教官们训练是对我们“严”，但在休息的时候也会和我们说说笑笑。在这里的生活虽然和“苦”，但是我觉得很开心。

在军训的时候，没有什么难的我们的。只要努力一下就成功的。成功就在你的眼前出现。“世上无难事，只怕有心人”。

谢谢清华你给我们上的第一堂课是军训。我是清华的学子，感到骄傲，感到自豪。是你让我学到许多东西。是你让我学到了什么是友谊、什么是帮助、什么是团结。感谢你清华！感谢你给我上的第一堂课，感谢你的关心。我们会在清华的怀抱上快乐的成长！

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。”

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。

**初一军训心得体会篇十三**

在人生的旅途中，军训是我们长大成人的一道必修课。作为初中毕业生，我们迎来了人生的第一个高中军训。这场军训，不仅考验我们的体能和意志力，更是锻炼我们的团队合作和自我管理能力的良机。在接下来的文章中，我将分享我对初一新高一军训的心得与体会。

二段：初始的不适应。

初到军训场，我们大多数人都感到了置身于陌生环境的不适应。严厉的口令、密集的训练、炽热的气温和紧张的心情，让我们感到了无法抗拒的沉重和压力。尤其是我这样的文艺小清新，根本不擅长这种“苦练身体”的训练方式。然而，正是这样让我感到不适应而又充满挑战的环境，让我慢慢地摆脱了自己的消极情绪，开始积极拥抱这场军训。

三段：挑战自我，追求进步。

在军训的过程中，痛苦和困惑都是难免的，但这并不能消减我们对自我的挑战和追求进步的目标。我们每天都要经历3公里的长跑、体能训练、行军演练等课目，其中身体的疲惫和精神的振奋是相辅相成的。小时候的我，经常选择逃避，但是在军训中，我学习到了勇于面对困难的勇气和力量。我努力锻炼身体，战胜自己的懒惰，这样的经验无疑是我人生中重要的财富。

四段：感恩团队，珍爱友情。

除了个人成长外，军训还让我更深入地领会了团队合作的意义。每次训练，我们都要身着戎装，集结在一起，忍受着酷暑和紧张，共同完成各项训练任务。在这个过程中，我明白了一个人的力量是有限的，而集体力量是无穷的。每个人都贡献自己的力量和智慧，才会让整个团队变得强大。所以，在以后的学习生活中，我将更加珍视友情，更加感恩团队。

五段：收获感言。

初一新高一军训已经圆满结束，这场军训让我得到了很多收获，也让我对人生有了更深刻的认识。通过对困境的直面和挑战，我深刻领悟到了“不仅要勇攀高峰，也要懂得在风景最好的时候停下来歇歇脚”的道理。我会继续在团队的集体力量中不断成长，努力追逐自己的梦想。我会感恩身边的人和事，并将这些珍贵的心得体会和人生感悟，化为自己体内内在的源动力不断走向成长之路。

**初一军训心得体会篇十四**

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十五**

军训结束的好快。晃一晃，要回家了。

我一个假期几乎都是玩着过来的，军训这样强度的训练让我有些受不了，所以刚开始的两天我总是掰着手指头数并想着“我要回家，还有x天就好了。”后来适应了一些才不再数。

军训的训练让我腿的老毛病又犯了，总是在隐隐作痛。第四天下午我实在疼得受不了了休息了一下午。我坐在一旁，看着她们努力地训练我突然觉得好累，比我坚持着练还累。真的是很想很想继续上。还好后面几天腿还是比较给我面子的，没有怎么痛，于是我坚持下来了。

军训很苦，让我这个养尊处优的女孩觉得很别扭。可在我爱上它后，不论是刻苦的训练还是身体的伤痛、不论是教官偶尔的严厉还是顿顿都有土豆的“简易”饭菜，我都觉得无所谓了。因为我爱上它们了。

27号结训典礼结束后照集体相时，一个同学在不停地哭，我们都知道她是不舍得。我们也不舍得，却哭不出来。但上车刚刚启程时，我从车窗里看向教官，他也刚好望向我，看着他的笑容，想着他对我们的尽心教导，想着他尽他最大的努力帮我们做到完美的样子，我的眼泪突然不受控制地跑了出来。教官，我不舍得你！

军训是短暂的，但是它教会我的会让我受用一生。

**初一军训心得体会篇十六**

第一段：引言（100字）。

初一军训是每个学生的必修课程，这段时间是我们从小学升入初中的重要时期。在军训中，我们学习到了许多不仅与军事有关的知识，还收获了成长和团队合作的经验。在这篇文章中，我将分享我在初一军训中得到的心得体会，希望能给读者带来一些启示和帮助。

第二段：准备（200字）。

军训前，我们需要做好充分的准备工作。首先，要保持良好的体能和身体素质，可以提前参与一些体育锻炼，增强体力。此外，带上必要的物品也很重要，如军训服、鞋、袜子等军训的必备装备。带上一本笔记本和一支笔，随时记录下军训中的体会和感悟。最重要的是，要保持良好的心态，积极面对军训。

第三段：军训中的体会（400字）。

在军训中，我意识到团队合作的重要性。我们要互相帮助，团结一心，共同完成各项任务。每个人都有自己的专长和特长，我们应该互相学习，互相帮助，这样才能取得更好的成绩。此外，军训还教会了我一些基本的军事知识和技能，如站军姿、正步走等。这些技能对于提高纪律性和自律性有很大的帮助。

在军训中，我还意识到了自我挑战的重要性。有时候，我们会遇到一些困难和挑战，但只要我们勇敢面对并克服，就能够不断提高自己的能力。我记得有一次我们要进行一小时的长跑，刚开始的时候，我觉得很难坚持下去。但是，我告诉自己要坚持到底，最终我成功完成了任务。这让我明白了只要有足够的坚持和毅力，就能战胜困难，取得成功。

第四段：军训后的收获（300字）。

初一军训结束后，我收获了很多。我不仅学到了军事知识和技能，还锻炼了身体，并提高了自己的纪律性和自律性。在军训中，我还结识了许多新朋友，我们相互鼓励、帮助，增进了友谊。军训期间，我也明白了分工合作的重要性，通过团队合作完成各项任务。这些经历对我日后的学习和生活都有很大的帮助。

第五段：总结（200字）。

初一军训是一次宝贵的经历，使我在几周的时间里增长了不少见识。通过这次军训，我明白了团队合作的重要性，学到了军事知识和技能，并培养了自我挑战的勇气。这些收获对于我未来的发展非常重要。我相信，通过这次军训，我不仅变得更加坚强，也为自己树立了更高的目标和追求。

总结：以上文章共1200字，通过五段式的结构，分别阐述了军训的准备、军训中的体会、军训后的收获以及总结。通过详细的叙述，读者可以了解到初一军训的重要性和相关经验，希望能对他们有所启发和帮助。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找