# 初一新生军训心得体会(汇总9篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-06-18

*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。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大...*

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。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**初一新生军训心得体会篇一**

如火的九月，我作为班主任接手了高一（2）班，同学们的生活揭开了新的一页。

如今的高一新生多为独生子女，心里优越感强，但自理、自立和自制能力较差，需要确立远大的理想和近期的学习目标。这次的军训活动以及宿舍清洁就为同学们提供了一次锻炼的机会。下面是几天活动的总结：

一、8月28日上午进行新生入学注册，晚上召开了新生入学欢迎会。8月29日早上，高一18个班分两批于上午、下午交错参训，做到劳逸结合、学习军训两不误。三天的军训中，参训学生接受站军姿、正步走、队列等训练，并体验头顶烈日、挥汗如雨的艰苦生活，培养严格要求、服从命令的纪律观念。训练场上，教官严格训教、认真履职，我班同学坚毅顽强、不言苦累，我作为班主任随队协助、悉心照顾，主管领导亲临现场、监督指导，协助部门服务先行、准备充分。三天的军训始终是气势恢宏、热情高涨，紧张有序、严肃活泼。所有参训学生都以饱满的热情、顽强的毅力投入到训练中。9月1日上午，进行了军训会操表演，并取得极大成功。三天来的军训成果得到了学校领导的充分肯定和赞许。汇报表演结束后举行了颁奖仪式，我们班被评为了一等奖，这是值得欣慰的。

二、晚自习时给我班同学详细讲了廉中的校规、新课改的精神以及内宿生的宿舍纪律。我班共有学生69名，其中60名是内宿生。整理宿舍是军训期间一项非常重要的内容，我亲身到宿舍去检查我班的情况，在三天的时间内，同学们按照纪律的要求把宿舍整理得井然有序，被子按规则叠放，物品摆放整齐划一，地板也非常干净，厕所墙壁的污垢也清洗完毕。在军训会操时的宿舍纪律和卫生评比中，我们班没有出现违规现象，这令我和班里的同学都感到十分高兴。

三、8月28日前安排了一些同学来搞教室和宿舍的清洁，虽然我班到来的同学不多，但清洁工作仍是圆满完成。在军训的几天，我班认真打扫了清洁包干区，以及领导安排的清洁区。在军训会操后，剩下的外宿同学以及留宿同学一起到年级的公共清洁区清除杂草。每个同学都不怕苦不怕累，把工作做好，增强了团队意识和集体观念，在今后的学习和生活中，互相帮助、团结友爱，共同进步。

我校高一新生军训工作已圆满结束，在这紧张艰苦的军训中，同学们经受了一次严格的考验，也获得了前所未有、终生受益的精神财富，达到了培养吃苦耐劳的高尚品质、纪律严明的工作作风、生活朴素的优良传统、无私奉献的爱国精神的目的。

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。

一天的军训生活下来使我们对大学生活又有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过！携手共进，一起度过我们的军训生活！

**初一新生军训心得体会篇二**

在湖塘实验中学的5509宿舍里，我们八人上演了一段宿舍协奏曲。

“快刷牙！”“快整理！”我被一段说话声吵醒，望向窗外，此时已是大白天了。身为才上任两天的舍长，我一跃而起，正所谓“新官上任三把火”嘛！本想催促同学们的，没想到他们已经穿好衣服了。我一个箭步冲进厕所，飞快地洗漱，然后出门大喊：“快叠被子！”有些熟练的同学早已叠好，我也不甘示弱，但有一两位同学遇到了麻烦，“来，我来帮你！”“三个臭皮匠，顶个诸葛亮”，两三人一涌而上，问题就解决了。

此时，太阳透过了云层，露出了笑脸，让我感到格外温暖……。

见到同学们如此热心，我趁热打铁：“还在等什么？快去打扫宿舍！”于是，同学们开始了：扫地的扫地，倒垃圾的把垃圾放在门口，清便池的清便池。我不忍心让同学们单独干，自己也帮忙。扫的快的同学帮慢的同学，快帮慢，大帮小，我对这些人的热心，瞠目结舌。

到了去教室的时候了，宿舍里却好像依然有欢块笑语……啊，宿舍协奏曲，是我们爱与合作的结晶！

**初一新生军训心得体会篇三**

今天是来军校的第一天。

教官还是熟悉的，宿舍与场地也是熟悉的……。

只不过，训练更加严格了。

这一次又要新学习一套拳操，让人感到吃力。

“再下去一点！”第一个动作，我们便在教官反反复复的严厉教导下练习了一遍又一遍，因为是扎马步，所以腿不由得一阵阵无力地发软，发抖。但在军校，不比在学校，任何事都必须服从命令，虽不情愿，却是十分无奈地服从。

一共是八个动作，听起来也许十分简单和易学会，但我们却足足花了两个小时，才把动作勉强学会，但并不太学会。

“口号再喊地响一点！”教官大声喝令，“有力又要短促！你们在喊什么？！”心里暗暗叫苦，不过我们还是又一次加大了些音量。

有累却也有甜，与同学们一起整理内务，与好友聊天，这是一种在家远不能体会到的快乐与新鲜感。

“我要铺被子啦！”整理内务时，让我们一阵忙乱。虽然已是第三次来军训了，但还是对叠被子感到十分陌生。不过有了同学的帮助，这样的境况着实被改善了不少。

对我而言，军训=快乐+痛苦。不过至少，是成正比的。虽然教官严格了点，生活也需要自己照顾自己了，但这种经验正是我们这些独生子女所缺少的。

虽说只是第一天，但想家的情绪还是有的.。我们也期盼着这五天快点过去……。

希望军训，带给我们的是更多的快乐，更少的痛苦；

更多的历练，更少的惰性；

更多的美好，更少的难过……。

**初一新生军训心得体会篇四**

军训，听到这个名字，大家的嘴巴就开始七嘴八舌了。有的人说：“军训一定很好玩。”而有的人却说：“军训肯定很辛苦。”而说这样的话的人，一定是自己不愿意来，家长逼着来军训的。而我心里却怀着一种激动的心情去参加军训。我怀着激动的心情等来了军训的日子了。军训的第一天是“开营典礼”。同学们在“开学典礼”上表现的十分激动。

开学典礼结束以后，同学们都各自回到的自己的寝室，整理好自己的东西就可以去吃饭了。我和我的室友走到食堂，看着像龙一样的队伍排着打饭，我激动的心一下跌到了了谷底。心想：如果每天都像这样排队的话，那我吃饭都要等很久很久。正在这时我却想起了我在家里的日子，吃饭的时候，家人把饭盛在碗里，一出卧室就有美味的佳肴，而现在，哎。一想到这里我的感慨就有很多了。终于过了一天了。第二天，军训就正式开始了。在开始时，老师说了一句话，把我吓了一大跳，老师说：“同学们，你们上午是军训，下午就是四节英语课，晚上还有两节晚自习。”听到了这句话，我顿时呆住了。心想，“妈呀”我的恶梦已经开始了。在这几天里我也学会了许多的东西，虽然军训很辛苦，每天都要在炎炎烈日里训练，却是很辛苦。但是辛苦中还是有一定的收获，虽然每个人的收获都不一样但是对于自己其实一次成功。当然，谁的成功里面都有自己的付出。如果你付出了但你没有成功，你就在这次的经验中吸取教训。

**初一新生军训心得体会篇五**

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。

**初一新生军训心得体会篇六**

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、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。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，表达了人类活泼敏捷的思维，更表达了集体主义的伟大。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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

军训生活使我了解了“骄必败”的真正的含义，对我们的学习生活也十分适用，我们常常看到有的人在学业上有了一点进步，便沾沾自喜，以为自己的学识已经很丰富了，这样的心态也绝对是学业上的绊脚石，我们应在取得成绩之后，依然寻找自己的缺乏，抓住一切时机，孜孜不倦地学习，不断开拓自己的知识领域。如果我们把整个人生比作是一本书，那么军训就是这本书中最精彩的一页。如果说人生是花园，那么军训就是其中最美的一朵花。

**初一新生军训心得体会篇七**

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；如果说军训是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕，初一新生军训心得体会。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。

第一天上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

不一会，我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有说不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人，心得体会《初一新生军训心得体会》。

下午，同学们都兴高采烈的来到了篮球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就像带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浃背。看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

这次军训，虽然很苦，但苦中总是带着快乐，5天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入初中第一个影响我们的深刻的一课。

**初一新生军训心得体会篇八**

\"可是，不知是谁的一下喊声把我从这美妙的幻想拉了出来，可往往现实就是这么的残酷啊!高高的大太阳挂在头顶，同学们还没有站上个十分钟，就已经坚持不住了，于是我们班级的教官无可奈何就叫我们休息了，在我们旁边开始诉说他们以前军训的故事了。听玩教官的那些故事，我开始知道，我们的军训和教官他们的军训相比根本不值一提，于是，我们同学便开始重镇旗鼓，严峻的`接受了只有这仅仅五天的军训任务。我心里知道想要完成军训，必须一定要决心、毅力和坚持，如果没有的话，对不起，那你只能回家休息了!接着，我开始下面的各个项目，比如：垮立、稍息与立正，原地踏步等等。军训过后，同学们哭着喊着：脚痛、腿痛、腰痛。

这真是一个魔鬼训练营呀!虽然这是一个焦熬的军训活动，但是毕竟这是一个锻炼我们意志力的好办法，再说了，上一年级的学生也就是这样训练过来的呀!这一天的军训，我刻骨铭心的体会到了：我们的军训虽然很艰苦。劳累但是挺一挺过去的吧!所以我们一定要坚持不懈，不能半途而废。

**初一新生军训心得体会篇九**

\*两校新初一学生军训于\*月二十五日全部结束。今年的军训和往年一样，还是由我们求实全体体育组成员担任，十多天的新生军训真是感受颇深。

这是我来求实工作参加的第三次新生军训了，因为有了前两次的经验，这一次觉得没有了刚来时的那种生疏，同时也感到了自己在不断地融入求实这个大家庭。当面对着新生那一张张稚嫩的小脸，心中油然生起了一种说不出的感觉。是喜悦，是兴奋，是坦然……反正那种感觉是很微妙的。

记得刚来时的新生多多少少都带着孩童般的稚气，第一天训练时，大部分的学生一时还摸不着头脑，连最基本的站姿和坐姿都不会，都是我们老师手把手地去教。另外，再加上张校长每天早晨对新生进行校本课程的教育，不出几天新生们就稍微有那么点求实学生的样子了，自己的行为规范及道德规范有了很大的提高，仿佛一夜之间长大了不少。

今年的训练和以前一样，还是\*两校分天军训，我们体育组老师还是每天奔波于两校之间，上午去东校，下午来南校。军训的内容还是队列练习和广播操的练习，这两项是必不可少的。因为队列练习能规范学生们的行为习惯，使学生改正一些不良的行为毛病。练好广播操更是少不了，因为广播操是我们求实的门面，是我们求实不可少的一面旗帜。虽说只有这两项练习内容，但好果想要搞好也不是件容易的事，这需要我们体育组全体成员不断地去练习去教育，一个个动作去教，一个个细节去抠，力求把每一个学生都练好，使之真正地成为一个标准的求实学子。

学生每天两小时的军训虽说时间不算长，但在一定程度下还是很有困难的。比如下午军训时，天气很热，老师要和学生一起面对高温来训练，一场军训课下来，学生们各个是满头大汗。我们体育老师也是如此，不光出汗，嗓子也都喊哑了。我们就买一些保喉之类的药来维护自己的嗓子，生怕再军训时喊不出声来。同时我们还要注意军训队伍里的每一个学生，怕他们因为天热，或身体不适倒在队伍中。军训前张校长一再叮嘱我们要观注每一个学生的情况，做到军训中的安全第一，万无一失。因此，每次练习课我们体育老师对学生们格外观注，生怕学生们出现意外。

随着军训一天天的度过，老师晒黑了，学生们也晒黑了不少。但最令我们老师欣慰的就是学生们行为规范一天比一天好，逐步把以前的不良习惯都改正了，比如站姿和坐姿上等。广播操虽然没有老生做的好，但做起来也算是有板有眼，真是各个方面都比刚入校时要好的多。说句自夸的话，这些都和我们体育老师的付出分不开。同时，我们体育老师也以锻炼好学生为荣，努力把进入求实的每一个学生都训练好，使之能够实实在在地融入求实中来。

我们体育老师在训练中需要感谢的人好多，首先感谢张校长为我们体育老师提供一个展示自我的舞台，也感谢东校李校长和南校王校长对我们体育组工作的支持。同时，也感谢各个班的班主任老师对我们的工作支持。但最最感谢的是我们的学生，因为有了他们我们求实才有了生机，因为有了他们我们求实才更加辉煌！

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