# 军训心得体会50篇

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2025-05-17

*【说明】初一开学军训心得多篇为的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。军训虽然短暂，但却是人生难得的宝贵积累与沉淀。通过军训生活，学生能够学会有效的利用宝贵的时间，提高学习效率及效果。下面小编为大家带来初一开学军训心得范文，但愿对你有借...*

【说明】初一开学军训心得多篇为的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。

军训虽然短暂，但却是人生难得的宝贵积累与沉淀。通过军训生活，学生能够学会有效的利用宝贵的时间，提高学习效率及效果。下面小编为大家带来初一开学军训心得范文，但愿对你有借鉴作用!

初一开学军训心得范文1

自从周二，学校要组织军训活动的通知一下来，我们班就像开了锅一样，同学们都无比的兴奋，而我也陶醉在憧憬中梦幻般的军训生活。

周二，周三我们都投入在军训前的准备工作中，由于我们对军训生活充满着极大的兴趣和好奇的心，所以每当老师讲到有关军训的事情我们都会仔细认真地听，更在心里暗暗地想：我们最期待的军训生活终于快来了!

周四(9月16号)，我拿着家里给准备的日常用品和二胡来到了实验初中，看到同学们个个身着迷彩装，又体会到了一种说不出的感觉。我急忙跑过去，找到我们班的同学，一起谈：到了那里，我们可以独立了，自由了。还可以晚上住在一起聊天。我们个个都满心欢喜地踏上了军训的征程。

刚到军营，眼前的一切把我惊呆了，看到军官们个个站得笔直，踏步那样整齐，真佩服他们啊!而到了宿舍，我立即傻眼了，厕所的臭味迎面而来。我们进到宿舍，床只有七十公分，翻个身都困难，难道这就是我们梦想中的军训吗》直到这时我才真正理解了军训的含义。

我们在烈日下的场地上举行了开营式，站了10分钟就开始腿麻了，开营式结束后，我们一个个叫苦连天。啊!这难道就是我们朝思慕想的军训生活吗?啊!真受不了了!

一天艰苦的训练就要结束了，严格的军姿使我们浑身发软，太极扇练习使我们筋疲力尽。一回到宿舍，我们就累倒在床上，而我却被胃折腾地一点儿睡意也没有。

到了第二天早上，我站在队伍里感觉头晕胃胀，最后因呕吐被送回家中。回到家中我反思了很多，我又想起了高烧的日本儿童坚持夏令营，我又想起了在训练国庆阅兵的战士们，他们所面临的难道仅仅是肠胃不适吗?当然不，他们是靠着坚强的意志力走下来的，意志力是一个人最重要的神经能量，如果一个人没有的意志力，那么将来一事无成。

初一开学军训心得范文2

八月，一缕缕金色的阳光洒在了双十中学的跑道上，我们有幸成为了这座校园的新主人，与此同时，我们还要经受一次严峻的考验——军训。

在小学学习期间，我有过两次前往军营接受军训的经历，军训的滋味对我而言早已不再陌生和畏惧。甚至，我仍然向往着能从这次的军训中收获与以往不一样的感受，以此好好提醒自己收拾心情迎接紧张又精彩的中学生活。

“立正!稍息!后面的男同学，速度慢了，大家重新再来…………”只见两位身着白色海军服，表情严肃、不厌其烦、掷地有声地向我们发出一道又一道的指令，只要大家动作不规范，他们就会一而再，再而三地示范给我们看。一个动作，一声口号，不停的重复又重复，一天下来是一身的疲惫，可我们依然坚持去做好每一个动作，忍着酷暑顶着烈日继续每一天的训练。倾刻间，感到脸上，颈上，背上有无数汗滴在涌动，我们却不能用手去擦掉，依旧纹丝不动、昂首挺胸。要是对自己哪些动作做得不够满意的，我都会利用晚上时间在家里继续练习，精益求精，不敢懈怠。军训的课堂是严肃的，但这种严肃并非板直着脸，而是一种自信满满的威武的姿态;军训的课堂需要坚韧，这种坚韧并非对肉体的摧残，而是一种精神意志的自我磨砺。

经过两个月的暑期温室休养，军训如同袭来的强风暴雨，让小部分同学一时招架不住也是在所难免的。这时，老师、教官也都能体贴地让体力不支的同学坐到树荫下避避暑、轻松一下身体，大家随时都可以再次入队接受训练。但军训毕竟是短暂的，学习的路却是长的，面对即将挑起的初中繁重的学习担子时，如果我们没有足够强健的身体作后盾，如果我们没有足够坚定的求学意愿，我们又能如何赢得这场严峻的人生挑战?

“初一时代，八班最帅，团结友爱，样样厉害!”，今天，这是初一八班的口号，明天、今后三年，这将是初一八班展现出来的真实面貌。

初一开学军训心得范文3

从8月25日开始，为期三天的军训活动便开始了。

第一天，28名魁梧而又严肃的身影出现在我们的面前。对，没错!他们就是给我们14个班级进行强化军训的海军教官!教官对我们的要求非常严格。第一天就使我们班的的几个“小公主”、“小太子”晕倒了。第一天的军训就使我们疲惫不堪，这才是我们发现：我们的生活中缺少磨练!

第二天。越来越艰苦的军训使我们非常疲惫，有些同学才刚刚开始军训就已经满头大汗，军训也使一些同学在炎热的天气下累倒在地。但是最后还是有不少同学坚持下来。

第三天，最后一天，检验我们军训的时候到了。最后的考核，我们以的军姿和纪律来迎接它的到来，用我们最洪亮的口号声和三天以来的汗水换来评委的掌声。

最后我们在14个班级中脱颖而出，拿到了本考核的二等奖，还有另外三个副奖：纪律奖、口号奖、行进奖。一共四张奖状，这都是我们认真努力的成果!

那天，老师早已预订了一个surprise给我们：那是一个超大的水果蛋糕!在水果蛋糕的巧克力版上刻着用英文写的：我爱八班!不管我们又没有得奖老师都已经预订好了蛋糕。在那块巧克力版上，我们看到了老师对我们的爱，对班级的爱，在这里我要对我们班的蒋老师以由衷的感谢，感谢您对我们班的热爱!

在我们吃蛋糕时，我看到了同学们那欢乐的笑脸，看到了军训三天后的改变的我们，看到了老师和家长再看我们吃蛋糕时露出的欣慰的笑脸。

这次的军训使我们变得独立自主，学会了坚持到底。这次的军训使我们这些“小公主”、“小太子”获得了一次真真正正的磨练!

在我们吃蛋糕时的笑容，老师家长的笑容，这些都要感谢给我们这次磨练的学校，感谢学校请来教官给我们进行军训。这次的军训让我们感受到了先苦后甜的味道，那是幸福的味道。

让我们带着这些幸福的味道去面临这初中三年给我们带来的更大的挑战吧!

初一开学军训心得范文4

幼苗不经风霜洗礼，怎能长成参天大树?雏鹰不经狂风暴雨，怎能翱翔于蓝天?少年的我们亦是如此：不经历艰苦训练，又怎能成为对祖国有用的人?

在步入初中的第一课，我迎来了人生的首个军训。何谓军训?我想，就是像军人那样有规矩，懂纪律。

体验一下当兵的滋味，这事我期待了很久——电视上的大阅兵海陆空三军英姿飒爽的走过，让我们从他们坚定的目光中和有力的步伐里感到国之安，兵之坚，民之泰。

早晨，我早早的来到学校，兴奋又有些紧张，吃过早饭，军训的开营仪式开始了，在缓缓升起的国旗下，我们行着队礼，高唱国歌，微风拂面，大家如松树般站着，国旗迎风飘扬,像一团焰火，温暖着每个人的心。

军训，定要学会站军姿!

“脚根并拢，脚尖分开60度!抬头，挺起胸，精神饱满点!目视前方!”随着教官的口令，大家一点点的改善自己的动作，力求更标准些。

但是……

秋雨，总是来得让人猝不及防，刚才还是朵朵祥云，现在已是乌云密布，牛毛般细雨从天上飘洒而落，操场上的我们，没有任何慌乱，静静的等待着教官安排，看着守纪的同学们，严肃的教官露出了微笑，老师也笑了。

我们心里也在微笑。

雨过天晴，大家继续训练，汗水顺着脸颊流过，无声的落在操场上，但是同学们都不在乎，依然坚持训练着。

抬起头，挺起胸。

在这次军训中，我体会到了从未体会到的东西。比如说军人的气势，比如说参军的光荣。教官们整齐有力的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保卫国家的战士和哨兵，正是他们不怕风吹雨打日晒，年复一年，日复一日的工作，才有我们现在的平安生活。想到这些，我们的头抬得更高了，身体也挺得更直了，没错，我们要抬头向阳绽放，绽放青春，绽放活力!

初一开学军训心得范文5

“花盆里长不出苍松，鸟笼里飞不出雄鹰。”一直到现在，我都对这句话不以为然。而这次军训的第一天让我深刻的体会到了这个道理。

今天是我军训的第一天，也是我这只雏鹰展翅的第一天。训练刚开始，我就听到严厉的教官在前面铿锵而有力的大声喊道：“稍息，立正!向左转，向右转，向后转!”教官洪亮的口令，让我一时没有及时反应过来。教官发现了，向我走来。我顿时忐忑不安了起来，但教官却只是耐心地指正我的姿势。我顿时对这个教官有了好感，也更加认真了。

过了一会儿，刚刚还阴沉着脸的老天，顿时眉开眼笑，光芒四射，照在了我们的身上，一滴滴汗水从我的脸上滑了下来。三分钟之后，我已经汗流浃背，甚至想放弃。就在这时候我心想：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”只要坚持下去就肯定能克服一切的困难。我咬咬牙，坚持了下去。在汗水的洗涤下，在阳光的照耀下，我坚持了下来，上午的训练也告一段落了。

午睡之后，教官又走进来教我们唱军歌。我心想：军歌有什么好唱的?但当我听到那军歌的旋律时，我的爱国之心顿时被激发了出来，我心中也仿佛有一腔热血涌了上来。于是，我们和教官一起深情地唱了起来。这种爱国的旋律飘出了窗外，也飘向了远方……

“不经历风雨，怎能见彩虹?”今天的训练只是拉开了帷幕，相信这几天的磨炼，会让我这只雏鹰展翅翱翔!

初一开学军训心得范文6

我终于度过了五天劳累的军训，在军训的这五天内，我虽然很累很苦，但是我学会了很多。

如果能用一个字来形容我的军训生活，那就是“累”。在军训的第一天，我站了很长时间的军姿，在这一天我学会了坚持，将累和苦都坚持下来。在军训的第二天，我和同学们练习了起步走，虽然没有昨天累，但是还远比平常生活累，在这一天我学会了适应这里的生活。第三天的训练是这几天来最累的，这一天的下午，我和同学们在烈日下站军姿，我挺着胸、夹着胳膊，仅仅站了十分钟，我的汗水就已经顺着脸庞滑落到了地上。在三面转法的训练中，我集中精神听教官的口令，身体绷直，做完后我全身酸痛，虽然很累，但是这一天我学会了怎样享受这里的生活。

这五天来，我学会了坚持、适应和享受，还学会了独立生活、吃苦耐劳的精神和克服困难的毅力。我们这些城市里的孩子不能再像以前那样懒散了，我们要多吃苦、多流汗、多用功，只有这样我们才能改变，变成品德兼优的好学生。吃苦不仅对我们的身心有很大的帮助，而且对我们的身体也有极大的帮助。

军训对我来说就像一块磨刀石，我只有不断的磨练自己，才能让我身心健康、身体强壮。

初一开学军训心得范文7

这次军训，是一次艰辛的旅程。是一次很好磨练意志和锻炼身体的机会。对我们这些整天在父母庇护下长大的孩子更是一次难得的机会。

军训这几天，正是台风即将来临的时候，太阳非常猛烈，但是，我们要顶着烈日辛苦训练。抬头、挺胸、直背……教官为了让我们把动作做标准，不厌其烦地要我们做十遍二十遍……尽管在太阳底下站得脚底发麻，渴得喉冒青烟，我们也不能喊累，只有坚强地挺住。军训很苦，有时心里也在打退堂鼓，想着家里的舒适，心中便激起了思乡的涟漪，然后在不知不觉中落泪，那时，真希望自己已经坐上了回家的车。但是，我们想想那些保家卫国的士兵们吧，他们置生死于度外，在比我们更可怕的训练前毫不低头，他们连死都不死，难道我们就这一点小小的困难，也不能客服吗?难道我们被这微不足道的困难吓到了吗?不，我们一定要凭着自己的意志力撑下去!凭借着这种力量，军训，我们闯过来了!

通过这次军训，我们端正了思想，树立不怕苦，不怕累的人生观，磨练了我们的意志力与忍耐力，使我们稚嫩的思想变得成熟，弱不禁风的身体锻炼得强硬，是我们的组织纪律性得到提高，团队精神得到进一步的加强。

虽然军训很苦也很累，但是军训促使我们在方方面面得到了提高，所以，不论如何苦，如何累，我还是要说一句：谢谢了军训。

初一开学军训心得范文8

当刚踏进中学的时候，心里冲满着无数的憧憬。3天的军训，虽然是短暂，单我们付出去的汗水也是值的，它给我们留下的完美回忆却是永恒的。在烈火炎炎下，我们肃立在操场上，练习着立正，跑步，齐步走，向左转，向右转，向后转，原地踏步。尽管我们一向在流汗，那也是值得的。

经过3天的考验我们懂的坚持。我们站在炎热的烈火下，虽无无云遮盖，虽无阵阵凉风，虽有人受不了倒下，可我们靠着坚持带着大家的期盼坚持了下来。严肃的教官，严格的老师，可爱的同学，我们居然聚在一齐，那我们必须就要把军训搞好。我们练习着歌，练习着每一个动作，虽不完美，但我们也是在努力的学习着。我们虽然拿到不到第一名，但也不会落到最后一名。

我们学到的不仅仅是站军姿，队形，更是锻炼我们的坚持的意志力，跨在我们面前的红红的字说得很对，军训一阵子，受益一辈子。人生就是这样，不经历风风雨雨，哪来的彩虹。

在这次军训中我不仅仅仅学到了坚持，更重要的是我懂得了独立。

初一开学军训心得范文9

经过5天军训，我能感受到一个当兵的辛苦，能知道他们不怕苦不怕累的精神。

军训的第一天，炎热的天气，我们在太阳底下度过了一天，初步认识了教官、同学、班主任。那时的教官说：‘‘我们这些学生也算半个兵。’’那时我知道当兵的辛苦。

一天很漫长的过去了，那天学站军姿战了一天，站的我的脚都起泡了。虽然不是很久，但是已经超过了我的极限。如果是当兵的人，那就应该站3、4个小时。看，这就是当兵的辛苦。

转眼间，过了3天。昨天好像是第一天似的.。明天就要比赛了。此时的我更平时的我不一样了，焕然一新。不管多辛苦多累3天还是过了，在着4天的时间里我学会了站军姿、蹲下起立、敬礼······我们虽然很辛苦，但是教官的嗓子了比我们更辛苦。

难忘的一天终于来了。转眼间就到了我们班，此时的天气不是很好，开始下了毛毛雨，但是不是暴雨，黄老师说了尽管下暴雨也不能动。我们班的比赛完了，我觉得应该可以进入前5名，因为我觉得我们的动作很好，没有多余的动作。开始评分了，可惜我们没有进入前5名。

军训了几天，虽然我们没有进入前5名但是我觉得已经可以了。不管输赢，重于参与吗!经过几天军训我感受到了当兵的辛苦，吃尽了所有苦头，看透了一切，军训是锻炼身体，吃苦耐劳，能屈能伸······这几天的辛苦我觉得是值得的。

初一开学军训心得范文10

夏末的黄昏，从校园的大门口，涌出一群身着绿色迷彩服的少年，一个个身疲力尽地迎着余晖，踏着晚霞，拖着长长的背影，走在回家的路上……

这几日，毕业于各个小学的九百多个初一新生展开了为期5天的军训生活。相信这段日子将会成为每个同学一段刻骨铭心的回忆……

军训第一天，我们满怀好奇地踏进宽阔的绿茵场。

一开始，我们还不停地嘻嘻哈哈，交头接耳地说着什么，一会儿，我们这些祖国的花朵便被太阳晒蔫了似的，一个个无精打采，垂头丧气。

在烈日下曝晒的滋味可真不好受：无情的太阳涨红了脸，使出九牛二虎之力，散发着身体里的全部力量，炙烤着大地。我们在烈日下练站军姿5分钟，老师在队伍中穿梭，还不停地讲述站军姿的要领：“头放正，眼平视，挺胸收腹，五指并拢，紧贴两边……”

时间一分一秒地过去了，每一分钟都像一年，蜗牛似的一步一步、慢条斯理地从身边爬过，我不禁感叹：为什么要说“时光匆匆如流水”呢?而不说“时光漫漫如蜗牛”?

5分钟慢慢悠悠地过去，我却感觉度过了5个春秋。当老师宣布全体休息的时候，班里叫苦声响成一片。所有人迫不及待地做起了运动：踢踢腿，弯弯腰，扭扭头……

以后的每天都是这样：老师反反复复地训话，教官一遍一遍地演示，我们也为命是从，同时也学到了不少……

青翠的松树，如果没有寒冬的磨练与酷暑的挑战，只有阳光，那么，小松树又如何能长成挺拔的翠松呢?可能永远也只是一棵一阵狂风便能括倒的小松树吧!我相信，现在在军营中的辛苦与劳累，最终会变成我成长道路上一座结实的桥梁!

你也可以在搜索更多本站小编为你整理的其他初一开学军训心得多篇范文。

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