

# 最新初一军训的心得体会 初一军训心得(汇总7篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 初一军训的心得体会篇一

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。

## 初一军训的心得体会篇二

“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。

### 初一军训的心得体会篇三

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！

## 初一军训的心得体会篇四

第一天：

初中生活对于我来说是一个心心念念已久的梦想。然而，这个梦想开始后的第一天却有些不同寻常。早上七点半，我们踏上了去参加军训的征程。整齐划一的队伍和严肃的教官给我留下了深刻的印象。站在整齐有序的队伍中，我感受到了集体的力量，和大家一起挑战自己的决心激发了我内心深处的勇气。

第二天：

第二天，我们进行了一系列的体能训练。早上六点，我就起床刷牙洗脸吃早餐，一切都井井有条。然而，当我来到训练场时，看到地上整齐排列的铁丝网和悬挂在树上的绳子时，我的心情有些沉重。训练开始了，教官一口气要求我们完成了十个俯卧撑、二十个仰卧起坐和五十个深蹲，就像一堆不可能完成的任务，我真的不知道我能不能做到。但当我看到队友们一个个坚持下来时，我不禁感到惭愧。我告诉自己不能轻易放弃，于是我没有退缩，逐渐适应了这样的规律生活。

第三天：

军训的第三天，我们进行了射击训练。射击对于我来说是一项全新的挑战，这种纠结的心情让我一直没有切合实际地制定明确的目标。然而，教官的耐心和细心指导让我不断进步。在第一次射击时，得到了一个很低的分数。但教官告诉我失败并不可怕，关键在于我们要吸取失败的经验教训，然后不断努力去改进。从那以后我开始更加认真地对待射击，尝试

不同的发射方法，并且我发现自己的成绩渐渐提高。这次射击训练使我明白了，只要坚持努力，成功就会在不知不觉中找上你。

第四天：

初一军训的第四天是个明媚的日子。我们参加了实弹射击训练，一提到实弹射击，我心里一阵激动。我仔细观察着教官的示范动作，小心翼翼地握住枪托。随着一声枪响，我迅速放开扣动扳机，顷刻间弹壳飞射而出，子弹向目标飞奔而去。射击结束后，我又检查了自己的成绩，得分比前几天又有了明显的提高。通过这一次的訓練，我不仅学会了射击的技术，也体会到了项目背后的严谨性和专注度的重要性。

第五天：

军训的最后一天，我们进行了障碍课目训练。刚开始，我对课目中的绳索、墙角、跳箱等障碍物非常担心，觉得自己过不去。但是，教官给了我很多鼓励和支持，让我相信自己一定能够成功。果然，经过自己的努力和教官的帮助，我成功地跨越了每一个障碍。最后，在全班同学的热烈掌声中，我顺利通过了整个课目。这次障碍训练让我深刻感受到，只要有勇气去面对困难，努力去克服，就一定能够成功。

初一军训第四天的心得体会，通过这几天的训练，我不仅意识到自己的不足，还学会了坚持努力，克服困难。我深深体会到只有勇敢面对困难，并努力克服，才能获得成功。这次军训经历让我变得更加坚毅和自信，为我的初中生活铺就了坚实的基础。我相信，只要我一直保持这种积极的心态和努力的精神，就能在未来的学习和生活中取得更好的成绩。

## 初一军训的心得体会篇五

第一段：军训开启了新学期，为新生的初中生活打下了坚实

的基础。军训十分注重培养学生的纪律性、集体意识和团队合作精神，这些无疑对于逐步适应初中生活起到了积极的作用。

第二段：在军训过程中，我深刻体会到了纪律的重要性。我们必须按照规定的时间起床、锻炼、用餐等，严格遵守军训纪律。这让我意识到，纪律是团队运转的基石，只有每个人都自觉遵守纪律，团队才能更加紧密地团结在一起，取得更好的效果。

第三段：军训期间，团队合作精神得到了深刻的体现。我们组成小队，在操场上进行训练，每个人都发扬出了团结协作的精神。有时候，我想放弃时，身边的同学会鼓励我坚持下去；有时候，别的小队遇到困难，我们也会主动伸出援手。通过这样的团队合作，我们不仅锻炼了身体，更培养了我们相互扶持、互相帮助的观念。

第四段：参加军训让我意识到了集体的力量。我们每天在校园里面奔跑、打拳、拉练，这种集体的活动让我觉得自己并不孤单。同样朝着一个目标前进的人们，彼此之间互相鼓励，互相激励，让我感到在这个集体中，我能够变得更强大、更坚韧，取得更好的成果。

第五段：军训给了我一个机会，让我锻炼自己、超越自己。在军训期间，我不仅提升了自己的体能素质，更重要的是锤炼了意志和毅力。每天坚持到底，不断挑战自己的极限，让我体验到了付出就会有回报的喜悦。军训结束后，我感到自己已经变得更加自信、坚强，我相信在接下来的初中生活中，我会有更多的勇气去迎接挑战。

军训是我初中生活中的一次重要经历，通过军训，我明白了纪律、团队合作、集体力量和个人成长的重要性。这些体会将会对我未来的学习和生活产生深远的影响。我相信，只要坚守纪律，珍惜团队合作，坚信集体力量，不断超越自我，

我一定能够在初中道路上取得更好的成绩。

## 初一军训的心得体会篇六

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。

## 初一军训的心得体会篇七

初中军训是每个初一新生的必修课，它不仅锻炼了我们的身体素质，还培养了我们的团队合作精神和坚持不懈的毅力。在初一军训第四天，我深刻体会到了参与军训的重要性，也收获到了很多宝贵的经验和体会。

在军训的第四天，我们开展了一系列的新训项目，如队列训练、障碍训练等。这些项目对于我们来说是全新的挑战，我们需要学习新的动作和姿势，快速适应新的环境。在队列训练中，我意识到了团队合作的重要性。只有大家配合默契，才能保证整个队伍的正常运转。每个人的角色都很重要，缺一不可。而在障碍训练中，我深刻体会到了坚持不懈的毅力的重要性。一开始，我遇到了许多困难，无法克服障碍物。但是通过反复的练习和团队的帮助，我渐渐掌握了技巧，成功地跨过了每一个障碍物。这给了我巨大的满足感和自信，也让我明白只有坚持下去，才能达到目标。

除了新训项目，我们还进行了军事知识的学习。我们学习了军事礼仪，了解了军人的标准动作和仪容仪表。通过这些学习，我深深地感受到了军人的威严和纪律，也更加明白了军训的意义所在。军训不仅是一种体力上的锻炼，更是对我们思想品质的熏陶。通过军训，我们学会了坚韧不拔、服从命令、团结合作的精神，这些价值观将伴随我们一生。

在初一军训第四天，我还结识了许多新朋友。因为相互扶持和合作，我们成为了一个互相关心的集体。在军训中，我们经历了困难和挫折，相互鼓励和支持，形成了深厚的情感纽带。这让我明白，在团队中，我们不仅要为自己的进步而努力，也要为团队的成功而奋斗。团队的力量是无穷的，只有齐心协力，才能取得更好的成绩。

初一军训第四天给了我很多关于团队合作、坚持毅力和军事知识的体会。通过军训，我不仅变得更加坚强和有信心，也



从中汲取了宝贵的经验和教训。我深深地体会到，只有通过自我超越和团队协作，才能不断突破自己，成为更好的人。军训让我充满了朝气和活力，我愿意将这种精神贯彻到学习和生活的方方面面，成为一个有益于社会的人。

初一军训第四天的心得体会，是我军训过程中的一次珍贵经历。通过参与各种军训项目，学习军事知识，结交新朋友，我收获了许多宝贵的东西。这次军训使我意识到努力和坚持是成功的关键，也增强了我对军人精神和团结合作的理解。军训过程中的困难和挑战让我变得更加坚强和自信，也使我明白了只有通过不断地奋斗和努力，才能达到自己的目标。初一军训经历不仅是一次身体上的锻炼，更是一次心灵的洗礼，这将对我的未来有着深远的影响。我坚信，通过初一军训，我将迎接更多的挑战，达到更高的成就。