

初中军训心得体会 军训的心得体会初中(通用8篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

初中军训心得体会篇一

军训对于我们初中生而言，是一次很重要的经历。它不仅能够让我们学习到一些军人的纪律和作风，还能够培养我们的意志品质，锻炼我们的身体素质。在军训过程中，我深刻地体会到了团结协作的重要性，学会了坚持和奋斗。通过这次军训，我成长了不少，给我留下了深刻的印象。

首先，在军训过程中，我明白了团结协作的重要性。在军训的各个环节中，合作是必不可少的。我们需要共同完成各种任务，互相帮助和支持。比如，在队列训练时，每个人要注意保持队形的整齐划一，一个人的松懈就会影响整个队伍的形象。在这个过程中，我意识到了个人利益的次要性，团队利益才是最重要的。只有大家团结一致，互相配合，才能够更好地完成任务。

其次，在军训中，我学会了坚持和奋斗。军训期间，天天早起，朝九晚五的训练使我们感到十分辛苦。但是，在这样的环境下，我意识到了坚持的重要性。有一天，我感到身体很疲倦，想要放弃。但是，当我看到其他同学依然坚持训练时，我下定决心不能退缩。我告诉自己，只有在面对困难时，坚持下去，才能赢得更大的进步。因此，我努力保持坚持和奋斗的精神，不畏惧困难，向每一次挑战发起进攻。

再次，在军训过程中，我对军事技能有了更深的了解。在队

列训练、射击训练等环节中，我们接触到了一些军事技能，使我对军人的专业素质有了更直观的认识。我了解到，一个军人除了要有良好的体能素质外，还要具备严谨的纪律和不畏艰难的意志。通过模仿和练习，我渐渐掌握了其中的一些技能，这对我未来的发展会有很大的帮助。

最后，在军训中，我体会到了自我管理的重要性。军训期间，我们要按时完成各种任务，不仅要保证身体素质的训练，还要注意个人的卫生和睡眠。这就要求我们具备良好的自我管理能力。我通过自我要求，合理安排时间，做到按时完成任务。只有这样，我们才能够更好地利用时间，更好地完成任务。

通过这次军训，我深刻地体会到了团结协作的重要性，学会了坚持和奋斗，对军事技能有了更深的了解，并认识到自我管理的重要性。这次军训不仅是锻炼身体的机会，更是培养意志品质和培养团队精神的机会。我将永远铭记这次难忘的经历，将军训所教给我的东西带到未来的学习和生活中，为自己的成长努力奋斗！

初中军训心得体会篇二

第一段：引入军训经历的背景及感受（200字）

初中生活对于我来说总是新鲜而有趣的，而这一次参加军训更是一次全新的体验。作为第一天军训结束的第二天，我想分享一下我在军训中的一些心得体会。刚开始，我对军训充满了期待和紧张，因为在电视上看到那些士兵严肃而有力的表情，让我觉得军训是一项严肃而辛苦的训练。然而，经历了第一天的军训，我发现军训不仅仅是训练我们的纪律和体能，更是培养我们的团队合作和坚韧精神。

第二段：团队合作的重要性和体验（300字）

在军训中，我意识到团队合作是至关重要的。我们被分为不同的连队，并与其他连队进行比拼，这要求我们要与队友们紧密合作，共同完成各项任务。在许多锻炼中，我们需要携手合作，如搬运沉重的设备、冲过高台阶等。只有通过紧密的合作，才能更好地完成任务。这让我明白了在团队中每一个人的角色和贡献都是非常重要的。而且，在这个过程中，我也感受到了团队合作的力量和快乐。

第三段：坚韧精神的培养与挑战（300字）

军训让我明白了坚韧精神的重要性。在军训中，我们每天都会面临各种各样的挑战，例如长时间的站立、艰苦的晨跑、精确的军姿等。而这些挑战都要求我们保持坚韧和毅力。我记得有一次，我们进行了一次有趣又艰苦的拔河比赛。在比赛中，我们队伍面对对方的强大力量，但是我们没有气馁，而是一直努力拼搏。最终，我们队凭借团结和坚韧的精神，成功地拔河胜利了。这个经历让我明白了只有拥有坚韧精神，才能战胜困难和挑战。

第四段：纪律的重要性和体验（200字）

军训也给了我深刻的纪律意识。军训中，我们必须严格遵守规章制度，服从指挥。无论是在课堂上还是在操场上，我们都要保持整齐划一的步伐和严肃的表情。而这些纪律要求我们要有自我约束的能力。通过军训，我不仅培养了良好的作息习惯，提高了自己的纪律性，而且也明白了纪律对于一个团队的重要性。只有严守纪律，才能确保团队的顺利进行和完成任务。

第五段：军训的收获和对未来的展望（200字）

通过这几天的军训，我不仅学到了许多军事技能，也体验到了许多团队合作，坚韧精神和纪律的重要性。军训让我明白了只有通过不断训练和努力，才能培养自己的毅力和坚韧精

神。现在，我对未来充满了信心，我相信只要我拥有团队合作精神、坚韧精神和纪律精神，就能战胜一切困难，迎接未来的挑战。

总结：通过军训，我意识到了团队合作、坚韧精神和纪律的重要性。这次军训不仅是一次锻炼体能和纪律的机会，更是一次培养团队合作和思维习惯的重要经历。我相信，通过这次军训的激励和教育，我们将能更好地适应未来的学习和生活。

初中军训心得体会篇三

刚刚步入初中，有人说，军训是酸甜苦辣的结合；也有人说，军训是对身体的折磨。而我想说：军训就像是一块儿磨刀石，而我们，是待磨的刀，军训之后，我相信，每一把刀，都会更加锋利，更加闪闪发亮。正如临行前，妈妈告诉我的：如果你能把军训挺过去了，那我相信，再大的困难，你也能克服。

军训教会我太多太多，比如怎么去珍惜，怎么去尊重，怎么去生活，更重要的是，怎么去坚持。

在军训中，我们坐着的时候，我们通常想躺着，而站着的时候，又通常想坐着，可当单脚站立时，我们又只渴望双脚着地了。可我们为什么不学会知足一点儿呢？在站着的时候，想想单脚站着的辛苦，那么站着不就变舒服了？而坐的时候，为什么不想想站着的累？那样比起来，坐着不就是享受了？所以，只要我们学会珍惜现在的，就会更轻松快乐，而这些，都是军训教会我的。

我想，在军训之前，我们之中的很多人都要求过别人尊重你吧？而这个“别人”所指的，有可能是父母、老师、或者朋友。可是，我们是否去想过怎样去尊重别人呢？在军训后，我们知道，别人在对你讲话时，你不认真听，那是对别人的

不尊重；别人在很严肃的处理事情的时候，而你并不严肃对待，也是对别人的一种不尊重。这种不尊重在生活中有太多太多。而更重要的并不是这个。而是军训让我们明白了，在要求别人尊重自己之前，我们必须先学会怎么去尊重别人。

大概同学们都是家中的“唯一”吧？不会这个，不会那个，衣来伸手，饭来张口。而在校军训，我们什么都必须靠自己。不仅这样，时间上的限制，更令我们慌乱不堪。第一次上早操的时候，有没穿袜子的，有没时间梳头的，乱七八糟的事情，让大家筋疲力尽。可是在经历过无数个第一次后，我们就长大了，学会了怎么去生活。而这些，都是我们军训后的生活。

军训，磨练了我们的意志，让我们彻底的体会了“只要功夫深，铁杵磨成针”，就如站军姿的时候，再不舒服也不能动，再累也不能抓，度秒如日，而当教官叫我们停的时候，我们才发现，原来自己是可以坚持的。于是，在心中暗下决心：从今天起，坚持到底，决不偷懒！

军训，教会我们好多，告诉我们好多，这一定会让我们在以后的学习生活中，受益匪浅。

初中军训心得体会篇四

第一段：

今天，我和同学们迎来了初中军训的第二天，我们依然早早地集合在操场上，等待着教官的训话和安排。虽然第一天的军训经历还历历在目，但这一天却仿佛是新的开始。我心中充满了期待和好奇，希望能够更好地参与训练，感受到军训的独特魅力。

第二段：

军训的第二天，我们开始接触更多的军事训练项目。晨练时，我们进行了长跑训练和队列训练。整齐的步伐、优美的动作，让我感受到了作为军人的自豪和荣耀。在队列练习中，教官严格要求我们每一个动作都要准确无误，要求我们保持良好的纪律感。虽然一开始我觉得有些困难，但在教官的严格指导下，我逐渐掌握了正确的动作技巧，感受到了队列训练的魅力所在。

第三段：

除了队列训练和长跑，我们还进行了射击演练。教官为我们介绍了枪支的使用方法和安全注意事项，并进行了实际操作训练。我第一次拿起枪支，心中充满了紧张和兴奋。虽然只是在射击场内进行靶心射击，但我依然能够感受到枪支的震撼和力量。通过这次射击演练，我体会到了军人的责任和使命感，更加深刻地理解到军事技能的重要性。

第四段：

在军训的过程中，我们不仅进行了军事训练，还进行了团队合作训练。我们分成小组，在教官的指导下进行各个项目的训练和比拼。在团队合作训练中，我意识到只有相互协作、互相支持，才能取得更好的成绩。通过与队友们的紧密合作，我们成功完成了各项任务，更加增强了团队凝聚力和协作能力。

第五段：

在军训的最后一天，我们进行了总结和表彰。教官对我们的表现给予了高度赞扬，并在最后进行了表彰，表彰了在军训过程中表现突出的同学。这个时刻，我觉得非常骄傲和自豪，因为我知道这是我付出努力的结果。通过这次军训，我不仅收获了军事技能和纪律，更重要的是锻炼了意志力和毅力。我相信这些品质将在今后的学习和人生中起到重要的作用。

总之，这次初中军训的心得体会使我收获颇丰。在军训的过程中，我不仅学到了与团队协作的重要性，锻炼了自己的意志力，同时也深刻地感受到了军人的责任和使命感。我相信，这次军训将成为我人生中宝贵的经验，对我的成长起到重要的促进作用。我希望将来能够继续保持军训时培养的良好习惯和品质，努力成为一名对社会有用的人。

初中军训心得体会篇五

军训生活有滋有味，有时它属于那亮丽的'红，散发着无限的热情活力；有时它属于那清新的绿，充满着纯真的青春友谊；有时它属于那夜幕的黑，带着苦涩与忧愁。

岁月荏苒，小学时光已经悄然离去，它仿佛在说：“孩子，你已经长大了，开始你新的旅程吧！当跨入中学的大门时，它在说：“孩子，欢迎你的到来，褪去身上的稚气，扬帆起航吧。”

在九天的军训中，我学会了很多。原来在家里被老爸、老妈宠成了“小皇帝”的我，向来都是“衣来伸手、饭来张口”，这几天的军训，使我慢慢改变，不仅让我养成了独立和自主的习惯，更让我磨练了坚韧的意志、顽强的毅力！

印象最深的就是站军姿了，只要是参加过军训的人都知道，每一个人几乎都是同一种感受，那就是痛苦。但是就算痛苦，站军姿依然是军训最主要的一个部分，不可改变。军姿有四个要求。首先，脚跟靠拢，脚尖分开成60度角，两腿绷直贴紧；其次，抬头挺胸；再次，两臂紧贴身体两侧，拇指贴与食指第二节，中指贴与裤缝；最后，身体前倾，脚跟离地。总的看起来，还要外松，内紧。这一系列的要求看似并非难事，可按照教官的要求“一小时不动，两小时不倒”来说，又似非人的折磨了。不过，我知道，这样的训练是有益的，因为苦难和痛苦能催人坚毅和顽强。

站军姿不是用来折磨人的。军人身上的那种坚毅、勇敢、冷静和沉着的精神，就是靠这样的训练培养出来的。而我们培养的就是这样的精神，它们都是一个人成功的必备条件。

军训就是磨去我的棱与角，让我们养成一种“有志者，事竟成。破釜沉舟百二秦关终属楚”的勇气。“苦心人，天不负，卧薪尝胆三千越甲可吞吴”的毅力。

初中军训心得体会篇六

第二天初中军训的心得体会，对于一个初中生来说，是一次非常重要而有意义的经历。军训不仅可以增强身体素质，培养团结协作的意识，还能锻炼自我坚持不懈的精神，对于我们的成长与进步有着重要的推动作用。

第二段：身心合一的军训

第二天的军训是一次身心合一的体验。在热烈的晨会后，我们有序地集体操练，跑步、跳绳、爬山、进行各种训练项目，每一个动作都需要我们全力以赴。通过这些训练，我们不仅锻炼了身体，还能提高自身的协调能力和反应速度。我们感受到了身体发自内心的力量，让我们更加自信地面对困难和挑战。

第三段：团结协作的军训

军训中最重要的一点就是培养团结协作的精神。在训练中，我们要时刻注意队友的动作，做好配合，保持整体的稳定。特别是在队列行进和集体动作中，需要我们彼此之间的默契与信任。只有通过团结协作，才能完成训练任务，并取得好的成绩。在这个过程中，我深刻体会到了团队合作的力量，也认识到了个人的力量有限，只有团结的力量才是无穷的。

第四段：坚持不懈的军训

军训中，我们要进行长时间的训练，体力和意志都会面临巨大的考验。但只要坚持不懈地付出努力，就一定能够取得好的成绩。在长时间的操练和训练中，我体会到了坚持的重要性。有时我会感到疲惫，但当看到身边的同学们都坚持着，我也会给自己鼓劲，毅然继续坚持下去。而这种坚持不懈的精神，在军训结束后，也会帮助我在学习和生活中坚持下去。

第五段：成长与进步的军训

通过第二天的军训，我不仅收获了身体上的锻炼，还培养了团队合作和坚持不懈的品质。这些品质将伴随我成长，并对我未来的生活起到积极的影响。军训让我认识到，只有付出才能收获，只有坚持才能成功。我深刻体会到了只有努力奋斗才能取得真正的成就，希望通过今后的努力，能够不断超越自我，追求更高的目标。

总结：

第二天的初中军训使我深刻体会到了身心合一、团结协作、坚持不懈和成长与进步的重要性。通过这次军训，我不仅在身体上得到了锻炼，还培养了一系列积极向上的品质，这将对我的未来产生重要的影响。我相信，只要保持坚持努力的精神，就能够取得更多的成绩，实现更大的梦想。初中军训，对我来说是一次宝贵的经历，是人生中真正的一课。

初中军训心得体会篇七

我羡慕战士们勇往直前的勇气；我羡慕军人的勇敢和坚韧；我羡慕军人挺拔的身姿。做一名勇敢的女兵，是我从小的梦想。

当时我才五年级，学校也只是招五年级想参加军训的学生，我就勇敢报名了。梦想的日子终于到来了。

但是，军训生活的艰辛，是我从未想过的。放学后，操场上会响起一阵阵响亮的口号和整齐的脚步。军训第一天，教官让我们站十分钟。平时十分钟——，总觉得是很短的时间。但是现在，十分钟让我们觉得好长。

烈日照耀着我们，汗水从我们的脸颊流到我们的身体。这时，水可以从我们的衣服里拧出来。“脚跟并拢，脚呈60度，胸部和腹部，眼睛直视前方……”教练不时警告我们，让我们不敢动。唉，现在要是能休息一下，吃个冰棍就好了！我喃喃自语。时间在流逝，现在真的希望老人能走的快一点，或者上帝为我们感到惋惜，让我们用一个小小的雨刮器享受一些凉风。

由于教练的严格要求，我们一遍又一遍地重复练习，一遍又一遍地感到口渴。最后有些同学支持不下去了，人也开始有些倾向了。好几次都支持不住，想放弃，但我知道这是难得的机会，错过了就没有了。所以每当我支持不住的时候，我就会在心里默默念：‘坚持就是胜利，有志者事竟成……’有时候咸咸的汗水会流进嘴里，却分不清是苦是咸。久而久之，脚开始发麻，头开始“下雨”。

教官叫“解散”的时候，大家都兴高采烈，拿着钱跑到学校门口买冰棍。经过长时间的训练，大家都累得坐不下，不想站起来。

但是，我们谁都不会抱怨，更不会放弃，我们会坚持下去。在这个练习中，我们懂得了很多，变得坚强。

初中军训心得体会篇八

军训是每一个初中生活中不可避免的经历，作为初中生的我们在军训中收获了许多，不仅是体能的提高，更是对自我意识的认识、人际关系的处理及自我管理等方面能力的提高。本文就是要分享一下刚结束的军训对我的影响及感悟。

第二段：体能的提高和自我意识的认识

军训期间早上的晨跑、拉伸让我的体能得到了极大的提升，第一次跑400米我只能选择停下来，但在军训结束前，我成功地跑完了4圈。此外，军训中需要自己对自己的行动进行管理，更需要遵从训练规定和指令，这锻炼的是我们自我意识和自我管理的能力，让我们懂得了自律和自立成为更加独立的人。

第三段：人际关系的处理

在军训中，我们同学之间的相处关系得到了加深，班级凝聚力也得到了不断的增强。不管是与室友相处，还是与班级其他同学，彼此之间的信任与合作都让我们建立联系成为了更加团结的集体。在团队合作的过程中，我们不仅要自己坚定自己的信念，更需要听从指挥，让我们懂得了如何平衡个人利益和团队利益，更是在军训中培养了我们的合作精神。

第四段：身心上的双重锻炼

除了体能的提升以外，我们的心理也得到了一个锻炼的机会。军训似乎是一次改变一个人的过程，从一开始的抵触到之后的接受，最后的喜欢，人们在过程中发现了困难和挫折，得到了一种战胜和坚韧的信念。这种锻炼与游戏和学习中的锻炼是不同的，它是针对身心健康的一种综合提高，因此，不仅是提高了我们的体力和精神，更是提高了我们的应对能力和夹持力。

第五段：军训的价值和感悟

军训从某种意义上来说是学校生活的必由之路，通过军训，我们不仅锻炼了身体，更锻炼了心智。在军训中学会了遵守纪律，也学会了与他人合作，更是学会了坚持和不自我放弃的精神。这些都会有助于我们今后成为更加良好，坚强和富有担当的人。在军训中，我们也遇到了很多困难和困境，但

我们并没有被打败，而是通过相互帮助和调整，完成了训练任务，不仅树立了信心，也培养了勇气和耐力。通过军训，我们也认识到了时刻保持体魄健康的重要性，这是我们人生的一个宝贵财产。

第六段：结尾

军训结束后的回忆才是最快乐，最有价值的。在未来的生活中，我们也许会忘记训练时的辛苦和困难，但是军训进一步教给我们的道理却将会一直伴随我们。军训让我们更加成熟、独立和自信，有军训作为人生经验基础的我们，相信未来的路会越来越精彩！