

初一的军训心得(实用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

初一的军训心得篇一

在进入初中的首个学期，我们迎来了第一次军训。作为新生，我对军训充满了期待和紧张。第一天早上，我们整齐地排好队伍，等待教官的指导。当教官严肃的眼神扫过我们每个人的身体时，我不禁感到紧张，仿佛一举一动都被他们看在眼里。军训的铃声响起，我知道这将是一段挑战和成长的旅程。

第二段：坚持与拼搏

经过几天的军训，我逐渐适应了军营的氛围。清晨，我起床的铃声响起，我毫不犹豫地迅速地起床，整理好衣服，赶往操场。每次晨练，我都全力以赴，尽管汗水在额头上迅速流淌，但我从未停下脚步。军训不仅考验了我的体力，更锻炼了我的意志力。无论是今天的烈日炎炎，还是明天的大雨倾盆，我都会坚持下去，因为我相信，只有坚持才能获得成功。

第三段：团队协作的重要性

军训中，团队协作是必不可少的。在队列训练中，我们需要紧密配合，步伐一致，并且时刻保持队型整齐划一。每一个动作都需要大家齐心协力地完成。我们还要相互鼓励、互相帮助。当有队友感到疲惫时，我们会鼓励他们坚持下去；当有队友需要帮助时，我们会伸出援手。团队的力量让我深有体会，只有团结一致，我们才能顺利完成任务。

第四段：自信与自强

在军训中，我学到了很多关于自信和自强的道理。教官教导我们，只有在自信的基础上，才能充分发挥自己的潜能。我开始勇敢地回答问题和表达自己的观点，不再害怕犯错。同时，军训也让我变得更加坚强。在训练中，我们经历了各种各样的考验，但只要我们不放弃，勇敢面对，就一定会战胜困难。

第五段：珍惜与感恩

军训即将结束时，我内心涌起了很多的感慨和思考。我意识到自己从军训中收获了很多，不仅是锻炼了身体和意志力，更是培养了学会坚持、团队协作和自信的能力。我深深地感激这段经历，它让我明白了生活的真谛和价值。我将继续珍惜这些宝贵的财富，发扬军训精神，在未来的成长中不断超越自己。

以上就是我在第二天的军训中的心得体会。通过这段时间的经历，我深刻认识到军训的重要性和对我个人成长的价值。我将牢记军训所教给我的一切，在今后的学习和生活中，持之以恒、不断进取。

初一的军训心得篇二

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人教官。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。

初一的军训心得篇三

第一段：引言（100字）

军训是每个学生都会经历的重要时刻，它不仅锻炼了我们的体魄，更重要的是培养了我们团结协作的精神。初一的第二天，我们迎来了期待已久的军训。在这一天，我体验到了军训的艰辛，也收获了许多宝贵的心得体会。

第二段：烈日炎炎的挑战（250字）

初一的夏日，太阳普照着整个训练场，温度逐渐升高。我们身穿军训服，头戴军帽，站在队伍中接受严格的训练。我们学习了站军姿、队列移动和军体拳等基本动作，听从教官的指挥行动。可是，烈日当头，汗水如雨般滴落，让我们感到异常疲惫，但我们不敢放松，因为我们知道，只有严于律己，才能成为真正的战士。

第三段：激发斗志的团队合作（250字）

在军训过程中，我们还进行了许多集体活动。特别是在团队合作的项目中，我们更能深刻体会到合作的重要性。每一次任务的完成都需要我们全体队员的密切配合。而当我们完成任务时，那种成功的喜悦溢满了心间，团队的力量无疑是无穷无尽的。这次军训让我们明白了只有团结合作，我们才能战胜困难和自己。

第四段：锻炼坚韧品质的磨炼（300字）

军训不仅仅是对我们体力上的挑战，更是对我们意志力和毅力的考验。每一天的军训都充满了艰难与困苦，没有一天是轻松的。但是，我们不能在困境中放弃，我们要学会坚持。每次长时间的站立，我们虽然腿脚酸痛，但我们用意志力支撑着自己，决心要坚持到底。这段经历让我懂得了坚持下去的重要性，坚韧的品质正在培养中。

第五段：军训的收获与感悟（200字）

通过这次军训，我不仅增强了体魄，锻炼了意志，还收获了许多宝贵的人生经验。军训不仅仅是一种训练，更是一次磨炼，锻炼了我们的团队合作精神和意志品质，让我们明白了坚持不懈的重要性。在同学们的支持和老师的激励下，我相信自己会变得更加强大。我将把这次军训的心得体会带入学习和生活中，为自己的未来奠定坚实的基础。

总结（50字）

通过第二天的军训，我明白了要成为真正的战士需要付出坚持和努力。军训锻炼了我的体魄，磨炼了我的意志，我会将这次的心得体会融入到我的日常生活中，为自己的成长和发展奠定坚实的基础。

初一的军训心得篇四

6个陌生的新生，在坐上开往东方绿洲的巴士那一刻起，有了一个共同的名字——3班。迎接我们的是挑战，是锻炼，也是3年集体生活的开始。友谊和团结在这片绿洲上开始酝酿。

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，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；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

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——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，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。我一直告诉我自己：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，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

野地扎营是难忘的一个环节。同学们要协力在草地上搭起一个很大的帐篷。“女生扶支架，男生敲铁钉！”二十几个相互认识几天的同学，像是早已有了默契，每一个人都有条不紊地忙碌着。铆钉尚未全部到位，一阵大风吹来，威胁着刚有些雏形的帐篷安危。负责扶承重主干的女生有些站立不稳，我见状立刻箭步上前伸出援手，两人相视一笑。有了友谊强大支撑，帐篷在大风中仍然屹立不倒。一扇无法闭合的小天窗也制造了不少麻烦，但是我们运用集体的智慧克服了困难。大家好像是荒岛上的冒险家，在这里建起自己的家园。扎营完成后，我们坐在自己搭起来的帐篷里，围着主撑杆载歌载舞，好不热闹。钢管舞，拉丁舞，街舞，流行音乐……我为多才多艺的同学们折服了。同学间的距离进一步拉近了。

我没有料到的是这还只是同学们的一部分才艺。不久后的文艺联欢晚会上，我班同学的幽默小品荣获了领导的最高评价，全场更是笑声不断。

如果说集体活动充满快乐，那回寝室后的自理生活则是对我们这些在家娇生惯养的“小祖宗”的严峻挑战了。捧着衣物走到水斗旁，才意识到肥皂没带来，折返后带了肥皂，又忘了衣架；手忙脚乱洗完的衣物往往不是肥皂没漂清，就是没洗干净；还有每天要起个大早把被子叠得有棱有角，被单铺得一丝不乱。一开始我简直要疯了！慢慢习惯后，我感到自己真的成长为一个独立自主的人，这种感觉很棒。

初一的军训心得篇五

第一段：军训的意义和目标（200字）

初一军训是新生们大学生活的起点，旨在培养学生们的纪律意识、团队合作精神和身体素质。通过军训，学生们可以在短时间内适应大学生活，并且运用所学的技能解决实际问题。军训的目标不仅仅是培养学生们的军事素质，更是为了培养他们在社会中适应能力和领导能力。

第二段：初一军训的课程与挑战（300字）

初一军训的课程紧凑而强度较大。我们从早晨6点开始，进行一系列训练，如晨跑、军事基本训练、操场训练等。这些训练既考验了我们的体能，又锻炼了我们的意志力。舞蹈与队列训练要求我们保持良好的协调性和团队精神。此外，我们还接受了如短刺、格斗、越野等实践训练，锻炼了我们的实际应用能力和团队协作能力。这些训练不仅考验了我们的身体素质，更重要的是提高了我们的意志品质。

第三段：军训中的心理感受（300字）

军训是一次全方位的考验，不仅仅是对身体的挑战，也是对心理素质的挑战。在刀耐在冲刺和雨中匍匐前进的时候，我感受到了困难和压力。但是，在教官的激励和同伴们的支持下，我能够坚持下去。军训中的团队合作让我明白，团队中每一个人的作用都至关重要，只有团结一心才能克服任何困难。我体验到了从未有过的团队精神和归属感，在这个过程中，我们成长为一个紧密的集体。

第四段：军训对我的影响（200字）

初一军训让我学到了许多东西。首先，坚持不懈的意志力是成功的关键。在军训中，即使身体很累，思想也需要保持积极。其次，团队合作能够提高我们的集体效能。每个人通过适应和理解彼此的优点和局限性，找到了自己的位置并发挥了最大潜能。最后，军训让我明白了付出与收获之间的关系。只有付出了辛勤的努力，我们才能获得成长和进步。

第五段：未来的展望（200字）

初一军训是我们大学生活的开端，它为我们奠定了坚实的基础。通过军训，我们学到了坚持不懈和团队协作的重要性。这些品质将伴随我们一生，并帮助我们在今后的学习和工作中取得更好的成绩。我希望将来能够运用这些技能和品质，成为一个有责任感、有担当的人，为社会的发展做出自己的贡献。

通过初一军训，我深刻体会到了团队合作的重要性，锻炼了自己的身心素质，也让我更加明确了未来的方向和目标。这次军训将成为我人生中的一段宝贵记忆，我会珍惜并将其发挥到最大价值。