

# 最新初一军训的心得体会 初一学习军训 心得体会(模板8篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 初一军训的心得体会篇一

初一学习军训，对于每一个学生来说都是一次锻炼。通过军训，我们可以体验到军人的生活，提高自己的纪律性和意志力。在这段时间里，我学到了很多的东西，这篇文章就是对我学到的心得体会的总结。

### 第二段：训练中的困难

军训是一项高负荷的训练，一旦放弃或松懈就会失去训练的效果。在训练过程中，我遭遇了许多次的疲劳和身体的痛苦。有时候我的双手、腰部会因为站立姿势时间过长而感到酸痛，但这都是小问题。

除了身体的疲劳，精神上的疲劳也是一项需要面对的挑战。每天早上起床，第一道任务便是统一集合。一些同学需要远道而来，在时间上也需要早很多起床。当所有人都有些昏昏欲睡的时候，训练内容变得更加复杂多样，难度也大了许多，我们必须时刻保持警觉和决心。

### 第三段：备战军训的准备

在军训之前，我们就应该准备好体能和精神，以迎接全新的体验。体能是重中之重，对于这点我们需要提前进行打底和训练。这样才能在未来几天的训练中承受大量的身体负荷。

精神准备也同样重要。要不断的提醒自己要保持警觉和积极心态。在军训期间，争取保持一份放松、开朗的情绪，能更好的享受军训的过程和收获。

#### 第四段：军训的价值和成果

通过军训，我们可以学到很多军人的优良品质，包括纪律性、意志力、荣誉感、团结协作等。在这段时间里，我体会到了军人要付出的辛苦和困难。他们为了生命、安全和祖国的安定而坚守岗位，尽职尽责。

军训也增强了我的自信心。通过训练，体验并尝试了很多我平时不敢尝试的事情。每完成一次训练任务，就会对自己的能力和自信心有更好的认识。

#### 第五段：结论

在我看来，军训不仅锻炼了我们的身体，更是锻炼我们的意志力和心理素质。人生中，有很多时候会遭遇挫折与磨难，正是通过这样的训练，让我在未来面对困难时勇敢面对和坚持下去。这次军训，让我更深层次地认识了自己，也让我更加珍惜这一次机会的重要性。

## 初一军训的心得体会篇二

初一新生军训已经结束了，这是我第一次参加军训，这段时间里，我学到了很多的东西，不仅是军事技能，更是关于生活态度和价值观的塑造。我在这里写下我的军训心得体会，希望能够对你们有所启发。

## 第二段：感受到的真实

初次军训，带给我的不仅是体能的变好，更深刻的影响则是思想的转变。在我眼里，军训并不是仅仅是教会了我们一些军事方面的技能，更重要的是让我们更加真实地认识到自己。每天早晨五点起床，每天晚上十一点熄灯，每天必须保持平均掉头姿势，每天必须听指挥。每一条规定都磨练了我自律能力，每次训练都感受到了时刻准备着的紧张感。每一项任务，都考验着我们的执行力、团队合作意识和耐力。

## 第三段：规则的力量

军训让我重新认识到了规则的力量，反省了我平时的自私行为。举个例子，班里每天都有人会犯规，有人不听训练，有人跑到角落里玩手机，有人没有按时打扫卫生。但是，每一次被抓到都会受到批评或罚做俯卧撑。从这些罚款中，我们可以看到教官的严谨和班级凝聚力的提高。不仅仅是班级，每个人自身的规矩也很重要。坚持规矩纪律从初一开始，对我们未来有重要的指导作用。

## 第四段：团队的力量

在军训中，我发现团队的力量还远不及它能提供的力量。我们必须执行组织者的指挥，他们有着丰富的经验和指挥能力。我们必须跨越班级之间的界限，团结一致地作战。我们必须面对一系列的挑战和困难，时刻保持着良好的精神面貌。团队，是彼此之间的牵扯和影响，我们不能快速地一拍即散，而是需要保持着无微不至的关心和照顾，将团队的力量发挥到最大。

## 第五段：总结

军训虽然结束了，但是在我心中留下了深刻的印象。坚持自律，遵守规矩；学会团队合作，发挥团队的力量，这些都是

我得到的宝贵财富。在未来的学习和生活中，我会一直珍视这些体验，把它们融入自己的成长历程中，学会按照规则去和别人沟通合作。最后，感谢军训让我学到了很多，让我更加坚定了自己的目标和信仰。

## 初一军训的心得体会篇三

军训的日子很难忘，夏天的汗水是难忘的，暴晒下的人群是难忘的，互相帮扶的同学是难忘的，严肃认真的教官是难忘的……还有很多很多难以忘怀的东西，都藏进了这个依旧炎热秋天的军训里。这次军训虽然已经结束了，但是对于我们每一个初中生而言，或许这正是一次征途的启程，带着这样的一些坚定和勇敢，我们可以走向一个更好的远方，奔向一个更好的前程。再见了军训，你好啊青春！

刚刚开始军训的时候，我每天都是不开心的，因为我不喜欢晒太阳，我也不喜欢运动，我最喜欢做的事情就是宅在家里看书，所以对于我来说，我是极少运动的。当我一步入这次军训当中时，我就发现自己真的很难扛下来，每天要面对这样高强度的军训，对于我来说真的就是一份煎熬。

但有一次在齐步走的时候，我们小组得到了当时最好的一个成绩，教官对我们这一队进行了重点表扬，甚至让我们当着同学们的面走一遍。我还记得教官说我们就是一排标兵，非常好，非常棒。听到这句话的时候，我的心里非常的激动。我坚持这么久是有回报的，原来所有的努力也是可以得到回报的。可能有时候回报来得晚了一点，但它终究还是会来的。

军训的最后一天，我们在训练完了之后，教官就带着我们唱军歌，我们之前已经唱过几次了，最后一次一起唱的时候，我们居然都感动到流泪了。教官认真的教我们，我们认真的学，内心也开始下雨了，这场雨，淋湿了我们的军训，也让我们收获了一个雨后晴天的美好结局。这次军训完美的落幕，为我们接下来的这一段初中时光打开了一个很好的方向，告

诉我们只有带着一份决心和毅力，接下来的日子就会越来越顺利，我们学习上的进步也会越来越快。

这次在各种欢呼和呐喊声中，我们的军训结束了，教官们坐上大巴远离了我们的视线，现在我们留下的就是我们这所校园了，充满了书声的朗朗校园。我会带着军训交给我的勇敢和坚定去学习，去把握好青春里的每一次机会，为自己的成长贡献力量。我会好好珍惜时间，好好去努力学习，把接下来的这一份学习任务完成好，给这个青春里的自己一个努力的答案。

## 初一军训的心得体会篇四

### 第一段：引言

初一新生的军训环节是每个新学期开始的必修课。对于许多初中新生来说，这是他们生涯中的第一次军训。而对于学生来说，这项任务并不仅仅是需要完成的任务，而是学生成长和锻炼的机会。经过为期十天的军事训练，我们在之中所体验到的，不仅是汗水和疲惫，更加是励志和成长的力量。

### 第二段：团队精神的重要性

在军训期间，我们学习到了许多军事知识，了解到了许多的士兵日常生活中的训练要求。而更重要的，是学习到团队精神的重要性。我们需要在同学之间互相协作掌握技能，在训练中相互支持，共同度过训练的艰辛时刻。我们也意识到，很多部队在训练之前并不会考虑个人的能力，而是依据团队整体的表现来评估团队的表现，这就意味着某个人的不正确操作将会影响到整个团队的表现。一刻不放松，团队合作，是军人的优良品质。

### 第三段：坚强意志力的培养

在训练的过程中，我们不仅学会了团队合作，也体验到了在艰苦环境下坚强意志力的重要性。有时候，我们需要在沙场开展枪支射击练习，穿过障碍，而战场上每个人的生死都由自己的行动决定着。此时，我们需要集中注意力，既不能太过紧张，也不能松散大意。坚韧的意志力，让我们能够在疲惫和饥饿的情况下克服困难，更好地完成任务。

#### 第四段：志愿服务的宗旨

在训练结束后，我们参与了志愿者服务活动。做志愿服务的过程中，我们不仅对社会有了更深入的理解，重要的是加强了我们的团队协作能力，也受到了社会给予的应有的反馈。志愿服务是如此值得的，因为我们确实确实的能够为社会和他人带来帮助，而且也为我们的成长提供更多的机会。无论是参与何种形式的志愿服务，我们在精神上都应该向前迈进。

#### 第五段：结尾

最后，在军训的全过程中，在我们老师和教练的引导下，在我们这些初一新生的坚持不懈的努力中，我们真正体谅到了团队协作、坚强的意志力以及志愿者服务的意义和重要性。这个过程中收获到的东西不仅是经验的累积，更加是价值信仰的成长。这十天不仅是在课程应有的技能培训上投资，更是培养未来领袖的阶段性成长。我们相信，经过军训的锻炼，我们会变得更坚强，更有毅力和信心。我们会永远铭记在心，感谢这段经历给我们带来的帮助。

### 初一军训的心得体会篇五

升入初中后为期五天的军训结束了，这期间，是充满欢乐的、是难忘的、是不舍的……交集着各种情感，有种说不出的`滋味。

当我第一天来到这所学校，开始军训时，我无法控制住自己

的心情，像有一只小兔子在心里，怦怦直跳。既是紧张的、好奇的，也是开心的、快乐的。

当教官站在我们面前时，我开心极了！因为想到马上可以军训了，可以感受军训是怎样的了，就不由的开心起来。教官教会我们立正、稍息、踏步、齐步等时，我们高兴得快要爆发了！在那时，心中感到无比的自豪与骄傲。

每一个动作，大家都认真在做，都在用心、努力做到最好、最准、最快。教官脸上的微笑，就是对我们最好的回报，就是我们的期待！

艳阳高照，我们不怕苦、不怕累，依然坚持着。流下的汗水，是我们努力、用心的见证。我们的笑声、口号声，时刻萦绕在耳畔，我们的脚步，整齐而有节奏！

我们在阳光下成长，我们快乐，我们健康。我们是带着芳香的花儿，爱阳光，不爱温室，爱探索，不爱退缩。经历风雨的我们，必定能够见到最美的彩虹！我们迈着铿锵的步伐，一步一步向前走去，创造着更好的未来！我们挥汗如雨、团结一致，是为了得到日后的辉煌！

我们有方向、有决心、有节奏，我们永不言败！是这次的军训，让我感受到了团结的力量，让我懂得坚持，就是胜利！

这次的军训，是对我们身体上的锤炼，是对我们精神上的磨练与洗礼！

这一切的一切，都让我们受益匪浅！

## 初一军训的心得体会篇六

第一段：军训前的迷茫与期望（200字）

初一那天，我们初中新生都被安排去参加了一场为期一个月的军训。站在操场上，我不禁心生迷茫。这是我第一次参加如此严厉的军事训练，我对自己是否可以顺利完成充满了疑问。但与此同时，我内心深处充满了期待。军训是一次锻炼意志和团队合作能力的机会，我希望通过这个经历，变得更加坚强，并结交到更多志同道合的朋友。

## 第二段：挑战与成长（200字）

军训期间，我们经历了一系列艰苦的训练和考验。包括集合、行进、引导等，这给初中新生们带来了巨大的压力和困难。然而，我们并没有退缩，而是以积极的态度迎接着这些挑战。我记得有一次，在持续了两个小时的集合操练中，我感到腿已经僵硬，但是我告诉自己再坚持一下。最终，我成功完成了这个任务。通过这样的训练，我逐渐感觉到自己的成长。我变得更加坚韧，更加坚定，而且也对自己有了更多的自信。

## 第三段：团结与协作（200字）

在军训期间，我们每天都与同学们紧密地生活在一起，这使我们的同学关系更加紧密。在训练中，大家互相帮助，共同解决问题。当有同学在操场上犯错时，我们会鼓励他们，一起找到解决方案。我们也会在集体活动中一起合作，分享任务，共同完成。这种团结和协作的精神不仅在军训中表现出来，在以后的学习和生活中也会对我们产生积极的影响。

## 第四段：坚持与忍耐（200字）

军训需要很大的毅力和耐心。有时，在高温下长时间站立会使我们异常疲劳，但我们必须学会坚持下去，因为只有如此，我们才能真正发挥自己的潜力，并逐渐突破自己的极限。此外，在军训期间，我还学会了忍耐。有时，由于某个同学的失误，整个队伍需要重来，而这需要我们重新投入，再次努力。这个过程中，我学会了控制自己的情绪，保持耐心，并

且对困难和失败有了更加积极的态度。

### 第五段：军训的收获与感谢（200字）

一个月的军事训练已经接近尾声，回顾这段经历，我想说我真的非常感谢军训。通过军训，我不仅变得更加坚强和勇敢，也结交了许多优秀的同学朋友。军训让我明白了团结合作的重要性，也让我学会了忍耐与坚持。这些都是我宝贵的财富，将伴随我一生。因此，我感谢学校给我们提供了这个难得的机会，使我们可以从军训中收获了这么多。我相信，这次军训经历将永远是我初中的一段美好回忆。

总结：通过这次军训，我收获了很多。我明白了坚持与忍耐的重要性，也学会了团结合作。这段经历将会成为我人生中的一笔宝贵财富，我将以此为基础，勇敢地面对将来的挑战。我相信，在未来的学习和生活中，这些能力将成为我通往成功的关键。所以，我感谢军训，感谢帮助我成长的每一个人。

## 初一军训的心得体会篇七

，因为我最怕的就是在太阳下晒了。

昨天，我终于来到学校里了，本来我以为军训很简单，只要一站就行，不会怎样，可我和同学们站在太阳下，不过三十分钟，同学们接连倒下，我也不例外，我竟然连续倒下了两次，其中第二次是归队还不到十分钟，中午的时候，我还吐了一回，这才知道军训有多么艰苦，这时候大家都知道了什么叫军训，军训是不能和家里一样自由自在地玩，也不能随心所欲了，再也不是家里的小公子，现在我们是个小军人，我们应该好好听从教官的指挥，接受教官教我们的每一个动作。在吃午饭的时候，我们还在餐桌前站了一会儿军姿，又过了一段时间我们才开始吃饭，我就想：军训怎么这样，连吃饭都要半天，还有这么多规定，真烦！

下午果然比上午有更多的经验，没有几个人倒下了，大家都轻松地过了一下午。晚上是大家最喜欢的时间了，终于可以安心休息了。

这一天的军训让我刻骨铭心，我一定会牢记在心。

## 初一军训的心得体会篇八

夏日的骄阳烈日炎炎，初一新生在校园里踏着沉重的步伐，开始了为期两周的军训生活。这是一个展现人生态度、锻炼人生体魄和奋斗人生志向的机会。在整个军训过程中，我体验到了许多意想不到的惊喜和感动，同时也受到了各位教官和同学的帮助与鼓励。在这里，我想与大家分享一下我的军训心得体会。

### 第一段：军训的意义

军训是磨炼意志的过程，也是一次经历成长的机会。从一开始的不适应和疲惫到逐渐适应和自我管理，整个过程就是一个心态调整、意志坚持的过程。通过军训，我们不仅能够锻炼身体，学会使用各种武器装备，也让我们更加懂得了团结合作、互相帮助，重要的是，还培养了我們用心去做事、坚定不移的意志品质。

### 第二段：军训的要求

军训里有很多基础动作，需要大家耐心学习和认真练习。除了队列跑步、立定跑步、握拳、站军姿等基础训练外，还有各种战斗姿势、长途行军、攀登绳墩等实战训练，每项训练都需要我们全力以赴，认真负责。我们也需要保持一个良好的心态，暴躁的情绪只会加重我们的疲惫和压力，耐心与自信是我们必备的品质。

### 第三段：教官的作用

我们的教官是一群有着无限耐心、严格要求和科学指导的优秀人员。他们不仅解答我们的疑惑、检查我们的动作，而且通过言传身教、激发潜能，让我们在不断地创新和摸索中，自我突破和提高。他们以身作则，具有很高的道德规范和责任心，以及对祖国和人民的浓厚爱国情感。

#### 第四段：同学的力量

在军训的两周里，每个人都是相互关心、相互支持、成为一体的整体。特别是在考核和比赛来临之际，每个人都能够严格要求自己，坚决完成任务。正是彼此的鼓励和支持，让我们克服了无数的困难和挑战，实现了训练目标，赢得了以优异成绩为荣耀的荣誉。

#### 第五段：我对军训的感悟

结束了军训生活，我对军训有了更深的认识和感悟。它锻炼了我们的身体，展现了我们的青春活力和激情；它也锤炼了我们的意志，展示了我们的领导才能和团队协作精神。无论是在学校，还是在未来的人生中，我们都应该将军训的精神和力量，化为我们坚定的信仰、努力向上的精神动力，为实现我们的梦想而努力奋斗！