

2023年初中军训心得体会(汇总10篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

初中军训心得体会篇一

从初一的第一天开始，学校安排了为期三天的军训，这是我第一次参加这样的活动。通过三天的军训，我深刻体会到了许多东西。首先，军训锻炼了我们的意志力和团队合作精神；其次，军训加强了我们的纪律观念和自律意识；最后，军训让我们对军人有了更深的了解。经过这次难忘的军训，我不仅收获了体力，还锻炼了意志，收获了许多宝贵的经验。

首先，军训锻炼了我们的意志力和团队合作精神。在军训中，我们要坚持长时间的站立和行进，这对我们的体力和耐力提出了很大的要求。有时候，当我感到疲惫时，就想放弃，但是军训教官鼓励我们要坚持下去。我发现如果自己放弃了，就不仅是对自己的不负责任，更是对整个班的不负责任。因此，我告诉自己要坚持下去，并且与同学们一起互相鼓励。只有通过团队的共同努力，我们才能完成任务，取得更好的效果。

其次，军训加强了我们的纪律观念和自律意识。在军训中，纪律是最重要的。军训教官要求我们按照规定的时间起床、吃饭、训练等，而且还要严格要求我们的仪容仪表和军容军纪。有一次，由于自己没有按时起床，导致迟到，军训教官批评了我。我非常后悔，意识到自己没有严守纪律，对不起自己，对不起教官，也对不起同学们。从那次起，我下定决心要自律，按时完成规定的任务，不再做违反纪律的事情。

最后，军训让我们对军人有了更深的了解。在军训中，我们模仿军人的行为和训练方法，体验到了他们的严苛和辛劳。军人不仅要勇敢无畏地保家卫国，还要具备很高的纪律要求和意志力。他们时刻保持警惕，时刻准备面对危险和艰难。通过军训，我深刻意识到军人的职责是非常伟大和崇高的。

通过这次军训，我深深地明白了军训的意义和价值。军训不仅仅是锻炼体力和意志力，更是锻炼我们的团队合作能力和纪律观念。军训让我们明白了军人的职责和军人精神的重要性。同时，我也更加珍惜了和同学们在一起的时光，因为只有通过团队的合作和互相鼓励，我们才能取得更好的成绩。这次军训让我受益匪浅，我将把这次军训中的经验和体会运用到自己的日常学习和生活中，争取做到更加自律，更加团结，更加坚定地追求成功。

初中军训心得体会篇二

第一天，我迈进军训场，心中充满了憧憬和期待。在教官的引领下，我们进行着整齐划一的晨训。初次接触长时间的体育锻炼，我感到有些吃力，但也体会到了团队的力量。每一次的步伐都是为着一个共同的目标，虽然辛苦，但也感到自豪。

第二天，教官讲解了军营文化和纪律，我们了解到军人应具备的优秀品质和行为准则。这些内容深深触动了我，使我对军人的职责和担当有了更加清晰的认识。没有纪律的军队就像是一盘散沙，而纪律的力量能让我们团结一心，共同面对任何困难。

第三天，是体能测试的日子。在教官的带领下，我和同伴们一起完成了一系列的训练项目，如仰卧起坐、立定跳远以及长跑。这个过程十分艰辛，但是我并不感到疲惫，反而充满了满足感。军训让我更加了解到身体素质的重要性，也培养了我的毅力和坚持的精神。

在这三天的军训过程中，我学到了很多知识和技能，但最重要的是磨砺了我坚强的意志和团队合作的能力。这次军训让我明白，每一个人都是一个整体的部分，只有大家都做好自己的份内工作，才能最终达到胜利的彼岸。

通过军训，我明白了团队意识的重要性。在军训期间，我们时刻都要按照教官的指示集合，排成整齐划一的队形。这让我体会到了团结和协作的力量。在队伍中，每一个人都有自己的位置和任务，只有大家同心协力，相互配合，才能形成整体的力量。而一个人的力量是有限的，只有团队的力量才是无穷的。团队合作的经历让我懂得，任何困难和挑战都能够被战胜，只要大家同心协力。

军训期间，我也体会到了坚持不懈的力量。在训练中，我们需要进行长时间的体能训练，有时感到十分疲惫，但是我们都坚守着，不放弃。在这个过程中，我懂得了坚持不懈的重要性。有时候，人们并不是因为天赋的原因成功，而是因为他们有坚强的毅力和对目标的执着追求。每一次的坚持都是一次积累，任何付出都不会白费。

在这次军训中，我还明白了困难并不可怕，关键在于如何面对和克服。刚开始的时候，我觉得一切都很困难，有时候甚至觉得自己无法坚持下去。但是随着时间的推移，我逐渐明白了困难只是暂时的，只要我们勇敢面对，坚定信心，就一定能够克服困难。过去的困难已经成为我人生中宝贵的财富，让我更加坚强。

通过这三天的军训，我学到了很多知识和技能，更重要的是汲取了许多宝贵的人生经验。我意识到团队意识、坚持不懈和勇于面对困难的重要性，这将对我今后的成长产生深远的影响。我相信，只要我拥有这些品质，在未来的生活中，无论面对何种困难，我都能够勇往直前，取得成功。

初中军训心得体会篇三

初中是一个转折点，而军训则是这个转折点里至关重要的一环。作为一名老师，我深知初一的军训对于学生来说，意义非凡。在参与这场让人难忘的活动之后，学生们收获良多，也懂得了许多人生道理。

第二段：迎接挑战

初一年的学生不仅年龄小，也缺乏经验。但在军训中，他们得到了一次机会，去面对自己从未面对过的挑战。他们必须面对紧凑的时间表，快速调整自己的状态，努力适应每一项训练内容。尽管有些刚开始的训练内容让他们感到疲惫，但在经过不懈努力后，学生们全面拓展了自己的能力。

第三段：集体精神

军训是一个集体活动，它强调团队意识和集体精神，这对于学生的成长有着重要的影响。在军训中，每个人都有自己的角色和职责，但他们也需要和他人密切合作，同舟共济。这些所培养出的集体精神，不仅能提高学生们的团队合作能力，也可以帮助他们在日后的工作和生活中更好地适应集体。

第四段：对自己的要求

初一学生在军训中的成长不仅仅在于和团队一起进步，更在于对自己的要求。在训练中，学生们不得不承受身体和心理上的压力，挑战自己的极限。通过这种方式，他们学会了如何建立目标，并为之努力。他们慢慢明白了自己的优势所在，也发现了自己需要改进的地方。这种自我认识和自我约束会在他们未来的成长中起到重要的作用。

第五段：结尾

军训是一个充满挑战的过程，但同时也是一个充满机会和成长的过程。通过这次活动，初一学生们不仅提高了自己的身体素质和意志力，也成功地展现了他们的团队合作精神和自我要求意识。这些经历将会在他们的未来中对他们产生无法估量的影响。而我也深信，他们将会在未来的岁月中不断地追求更高的目标，磨炼更强的意志，成为一个真正意义上的优秀人才。

初中军训心得体会篇四

维持一周的军训结束了，记得第一次来的时候，我们被教官罚我们蹲下，蹲的我们腿都疼了，教官才让我们起来，我心想：这个教官真凶啊！到了晚上睡觉的时候，我们都要累死了，可是我们宿舍的12个人里只有钮家宝睡着了，可能因为我们太想妈妈了吧。可是，我却没想到我们会又被罚，这次罚的是趴下，我的手都疼了。我们女生分配了三个宿舍，401、402、403。403的宿舍是一班和二班都在里面住。我住402，至于我们为什么是4开头的呢？因为我们女生宿舍在4楼。我们宿舍有12人，我、李佳宁、钮家宝、刘莹、靳曦、卢思琪、冯元琪、李欣颖、陈梦冉、申雨彤、许梦莹、张晴。也许是趴下太累了，一回到宿舍，来不及多想，就躺床上睡觉了。第一天可真是累呀！

我本以为军训就是这么地无趣，老师也是那么地凶，跟从来都没有笑过一样，可没想到军训也这么有趣：兔子舞、贴烧饼、玩绳子、弄泥巴……可是也很艰苦的：扫地、拖地、抬水、倒垃圾、自己叠被子……教官也会笑，带我们做游戏……但教官也很严厉，罚我们蹲下、趴下、做俯卧撑。我们住在三号教学楼，可能是受第一天晚上趴下的影响，以后我们都是睡得特别好，可睡眠还是不足，因为每天晚上还要开晚会，11点才能睡。有一次晚会上还看电影了，每天早上还得起来练习跑步，我怕晚了，5点就起床了。

再说说食堂的饭吧，饭不错，很好吃，有一次吃大包子，我

吃了一个肉的三个素的，我以为我吃得最多了，没想到靳长辉一口气吃了八个，吓死我了，这可是我吃的两倍零两个呀！

在这里很好，就是想我妈妈，妈妈为了见我还跑这儿给我送了面包。

初中军训心得体会篇五

今天，也是军训的最后一天。通过前面一天所学，我们学会了如何在野外生存的技能，如：净水过滤、野外生火等……下午体验自己动手，享受劳动的乐趣，自己动手制作晚餐。

清晨，我们早早起床洗簌穿戴完毕，准时集合来到训练基地，草地上如珍珠般的露珠撒在绿色的“地毯”上，浓浓的大雾笼罩着我们，新的一天在晨跑和早操中开始了！我们一圈一圈地跑着，大家都忘记了寒冷和饥饿，晨跑结束后，我们回到餐厅准备吃早餐，有我喜爱的包子、煎饺、鸡蛋……大家都吃的津津有味！

上午，教官还教我们认识了指南针，还玩了无线电。其中，我最喜欢的就是无线电。

首先，插上耳机，再把接收无线电的设备的天线给拔出来，再旋转旋钮。“这个旋钮是干什么的呢？”我心里充满了疑惑。教官告诉我们，这个旋钮是调信号源的。如果你找到了这个信号源，还要继续找其他的信号源，那么，你就要转动这个旋钮，调信号源。接下来就要带上耳机，开始寻找信号源。在耳机里，你会听到“滴滴”的声响。哪边声音最大，就朝哪边走。于是，我在一个草丛里找到了信号源。此刻我的心情激动无比！

拿设备的时候，手不能乱动。因为你手一动，设备就在动。这样的话，声音不清楚，就很难找到。在意犹未尽中结束这次“寻宝”活动。

中午休息过后，我们乘着大巴车，来到红军北上先遣抗日纪念馆。

在纪念馆里我为那些伤害我们国家的日本侵略者而感到愤怒，正是我们的革命先辈们用自己的身躯挡住了敌人的侵略，才换来了今天的幸福生活！所以我一定要好好学习，为祖国的繁荣富强贡献自己的一份力量！

此次活动主要是培养我们在艰苦的环境中求生的意志，让我们知道遇到危险如何去应付，锻炼独立生活的能力，培养劳动意识。提高分析问题和解决问题的能力以及动手操作的能力，磨练意志挑战自我，激发潜能、增强自信。

初中军训心得体会篇六

首先，军训让我感受到了严谨而合理的训练制度。在这三天的军训中，我们不仅仅是在体能和技能上进行训练，更是生活习惯、纪律和组织能力等多方面的磨练。我们遵守规矩、按时完成任务，虽然有时候觉得累了疲惫，但是我们无时无刻不有“坚持”的精神激励着我们。在这种集体的训练中，我深刻认识到了团队协作的重要性，不仅仅是个人努力，还需要全体成员的整体协作，为了同一个目标而拼搏。

其次，军训也让我感受到了劳动的珍贵，现代社会里社会分工的不断深入和分化，使人们不再像古代铁军军队一样精细而通盘的学习各种技艺，所以许多人出身后往往容易忘记劳动的重要性，快速进入到消费型社会中去。然而在军训中，我们不仅仅学习到了各种射击武装、防身技术、身体素质训练的有趣之处，更学习到了生活的富有意义，健康的习惯，再加上新冠肺炎疫情下学校、老师们的各项防疫工作，体现了劳动的重要性和学习劳动的必要性。

同时，这次军训让我认识到了珍惜机会和团结协作。人生在世，每个人都有很多机会，而不是只有一个机会，但是毕竟

真正能够得到的机会是非常有限的。所以，我们必须珍惜这次军训所给予的机会，充分发掘自己潜力并策略地利用这个机会将其发挥到极致。在这个过程中，我们相互帮助，相互支持，形成了紧密的团结。这不仅仅提高了我们完成各项任务的效率，也让我们学会了如何更好地与他人协作、团队合作和协调沟通。这样的团结精神、协同激励、人际交流能力是非常宝贵的财富，以后工作和生活中也一定会派上用场。

此外，军训还让我意识到了自我教育的重要性，形成积极进取、自我管理的良好习惯。初一的我们迎来了升学的转折点，其中充满了不确定性和挑战。在这三天的军训中，我们不仅仅锻炼了身体素质和组织纪律能力，也学会了如何面对任务的不确定性和挑战，如何寻找和制定最优解决方案，以及如何承担责任和克服困难前进。在我看来，章节学习和科目学习都非常重要，而更重要的是我们发现并开展符合自己兴趣爱好事情来丰富自己。因此，我们不能仅仅满足于学校和课堂中的知识带来的收获，更要自我管理、自我教育、自我精炼。

在最后，此次军训深深地感染着我——团结、自律、坚韧、协作和勇敢面对困难的精神，让我感悟到了身体自律、毅力极限、团队协作、个人奉献等重要价值观，让我更深刻地认识到自己的不足，认识到通过自我改进提升自己，向前发展的必要性。希望我在未来的生活和学习中，能够牢记初心，保持军训时的一颗勇敢及坚韧的心，并发挥出自己的光彩。同时，期望自己在为人处事中更加优秀，不负军训的成果。从这一点出发，全面提升自己的素质和能力，更好地为我们未来的生活做好准备，迎接更棒的自己！

初中军训心得体会篇七

今天就要开始军训了，我兴奋地期待着那一刻的到来。

军训的第一个项目是站军姿，教官讲解说：“军姿就是两脚

朝外约六十度，脚跟合在一起，手紧贴裤缝，抬头，挺胸，收腹，大家仔细看我做一遍。”同学们认认真真地看了一遍”随着教官严厉的口令，我们开始站军姿…十分钟过去了，汗水不停地流下来，教官说：“坚持就是胜利，。”同学们听了这话，更加打起精神继续训练，时间终于做到了！我们好兴奋啊。

休息了五分钟之后，教官吹响了口哨，“接下来练习向右看齐，你们一定要认真，仔细！”教官说。同学们吸取教训，每个人都严格要求自己，仅仅反复了几遍就将这个动作完成的很出色。教官夸我们说“一次比一次有进步，真是好样的！”

军训活动的. 第一天终于结束了，我的双腿又酸又疼，真正体会到了什么叫做“苦与累”

初中军训心得体会篇八

在这么多天里的军训场上，几乎是一成不变风景：教官严肃的面孔，沙哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服。一切都是似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我我懂得了许多。

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注。虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的责任心。看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦。一个部队那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的。

军训，让我深受真诚待人的感动，当你走方阵踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句没关系时；当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时；当你学不会一个动作，别人耐心教会你时……这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的'动力。

军训，让想起了看过的一句话：我无所畏惧，我会怎么做？现在我想，我要做勇敢的一个人，我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。日晒雨淋，狂风暴雨，怎会有属于的风雨彩虹，怎会有属于的精彩天地！

初中军训心得体会篇九

随着新学期的到来，初二的学生们开始经历他们人生中第一次军训。对于初中生来说，这是一段艰辛的日子，尤其是对于一些学生来说，他们甚至不知道军训是什么。作为老师，我们应该向他们解释军训的重要性，传授一些军训心得和体会，帮助他们更好地应对军训，同时也让他们对军人这个职业有更深刻的认识。

1. 军训是一次锻炼自我的机会

军训是一项非常艰苦和严格的体育活动，但它也是一次锻炼个人意志力和自我控制的绝佳机会。在训练过程中，学生们必须坚持不懈地完成每一项任务，忍受纪律要求和紧张的进度。这可以帮助他们建立耐力和毅力，这些品质将对他们未来的生活和职业生涯产生重要影响。

2. 团队合作的重要性

军训还提供了一个巨大的团队合作和沟通的机会，这是一个有利于学生们在不同情况下练习沟通、协作和合作的机会。由于军训活动需要维护集体纪律，学生们必须遵守严格的规则，彼此理解和帮助，相互支持。这也为学生们提供了实践到团队和领导技能的机会。

3. 保持警觉和自我拯救

通过军训，学生们也可以学到如何在各种情况下保持警觉和

应对突发事件。在一些军训课程中，学生们学会了如何在山林中迅速获救、防止火灾等。学生们必须掌握紧急情况下的安全技能和逃生策略，同时学会如何迅速反应和自我拯救。

4. 感悟军人职业

军训也可以让学生们更深刻地感悟到军人的职业，这种职业需要牺牲和勇气。军训中的教官是一支有严格纪律、权威和操纵的团队，学生们可以从这些教官身上寻找不同的特质，例如领导能力、专业技能和忠诚心等。

5. 构建信念和结构思维

随着军训的深入，学生们会发现他们需要掌握先进科技逻辑思维来完成不少军事训练任务。这样的科技需要学生们在操作中去实际体会，同时也需要他们从技术细节中构思出逻辑和全局观念来组织任务。这帮助学生们构建自己的信念、掌握科技思维，同时也增强了他们的结构思维和自信心。

结论：

初一三天军训是一个让学生们认识真正的紧张、协作和结构化思维的时刻。在这个过程中，学生们会学习到协作精神、互相激励、保持耐力和为团队效力的关键，同时也认识到了对于军人职业的信仰和社会责任。这是一个让他们塑造成为完整人的良机。作为教育者，我们应该持续关注学生的进步，帮助学生更好地应对军训学习，同时把这个经验转化为更广阔和更积极的未来。

初中军训心得体会篇十

初一军训，是我们迈入初中生活的第一步。初中，对于我们来说是一个全新的起点，我们将面对更多的学习任务、更繁忙的课程表和更多的挑战。而军训，无疑是让我们彻底告别

小学生时代的活动。军训的到来，激发了我们对新生活、新环境的好奇与期待，同时也带给了我们浓厚的军事氛围，为我们培养团队合作精神、纪律观念和坚强的毅力奠定了基础。

第二段：初尝军训之苦

军训的日子非常辛苦，这是我第一次体验到如此强度的训练。天天早起操场上晨练，伴随着教官的声音，听着格外嘹亮；然后是一场场严格的军事训练，如立正、稍息、原地转体、快跑、齐步走等等，常常让我们头昏脑胀、筋疲力尽。尤其是在炎炎夏日，汗水如雨下，几乎把我们的力气都挤干了。虽然苦，但和同学们齐心协力，互相鼓励，我们一起克服了困难，顺利度过了军训的日子。

第三段：收获的成长

军训不仅仅是训练身体，更重要的是向我们灌输了良好的品德观念和军人的纪律观念。通过每天的训练和教官的指导，我们掌握了严谨的纪律要求，学会了团队合作、服从命令，锻炼了坚持和毅力。这些品质将伴随我们一生，不论是学习还是工作，都会给我们带来巨大的优势。军训还使我意识到，只有通过不断的努力和付出，才能收获成功和成长。

第四段：珍惜对军人的敬意

通过军训，我深深地感受到了军人的艰辛和伟大。无论是高温的炎炎夏日，还是寒风凛冽的冬天，他们都日夜守护着国家的安宁。军人的坚强意志和不屈精神给了我很大的鼓舞和激励，也让我更加敬佩和珍惜他们的付出。作为初中生，我们应该努力学习，将来为社会做出自己应有的贡献，不负军人们的期望和希望。

第五段：展望未来

军训的结束并不代表我们只能停留在军事纪律的范畴，我们还要继续努力学习，培养自己的各方面能力，为将来的发展打下坚实的基础。我相信，通过这段军训的经历，我们将更加坚定自己的目标，充满信心地迎接新的挑战。我会用军训的精神，来面对接下来的初中生活，努力成为一名优秀的学生，为自己的人生奋斗，为国家的未来贡献自己的力量。

初一的军训给我留下了深刻的印象，不仅仅锻炼了我的意志力和纪律观念，更让我明白了努力的重要性和军人的伟大。我相信，只要我在日后的学习和生活中能够坚持这种精神，我一定可以在未来的道路上取得更好的成就。我将时刻铭记军训的意义，不断努力，让自己成为一个更优秀的人。