

# 最新七年级军训心得与感悟(优质6篇)

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

## 七年级军训心得与感悟篇一

英姿飒爽的军姿、翻江倒海的喊声、英武豪迈的戎衣、铿锵有力的方式，犹如水中回旋的蛟龙，打破苍茫的碧霄——这，便是武士！

金风抽丰从手掌的裂缝里穿过，历时五天的军训在同学们的欢歌笑语中，在教官的严格要求下，在先生的关切引导，悉心照料下，终于圆满地拉下了帷幕。在这五天里，我们累着，并愉快着。

这次军训是我第二次参加军训，通过军训使我明白了许很多多平时了解不到的器械，学到了许很多多平时学不到的器械。当我们头顶着骄阳在教官严格的要求下站军姿时，我懂得了当一名武士的艰辛，并且知道了什么叫铁的纪律。

骄阳下，站军姿，踢正步。最大的考验便是得每刻保持精神的高度集中。我们固然站得汗如雨下，双腿酸痛，但仍然坚持，同时也深深体会到“苦”乃军训之首。这些苦让我们明白并相信军训是我们正式进入学习生活之前十分紧张的一次熬炼，也是人生一份弗成多得的一笔财富。

与教官的交谊是繁杂的，教官们近乎完美的人格魅力，让我们对教官产生了新的理解和敬仰。教官可以说是我们的先生，在训练中一丝不苟严格要求；也可以说是我们的朋友，在生活中风趣滑稽，与我们打成一片。教官身上的那种乐不雅豁

达也是我们可以借鉴的。在未来的学习生活中，确定有各类各样的问题、艰苦会呈现，有了刚强的意志和乐不雅的精神，我们又多了几分克服它们的勇气！

颠末了这次军训，我们获益良多。我们自身的身体素质获得了增强，学会了团队精神、学会了自信、学会了拼搏；我们熬炼了意志、熬炼了毅力、熬炼了风致；我们将会以康健、潇洒、精神、自信的姿态欢迎人生中新的一页！

## 七年级军训心得与感悟篇二

七年级军训是我人生中第一次军训经历，也是我对自我管理的一次挑战。经过这几天的军训，我不仅学会了如何操纵枪支、行进等基本军事知识，更让我明白了自我管理的重要性，这也是我接下来要讲述的内容。

### 第二段：体验

在这个严格的军训过程中，我的自我管理能力受到了很大的考验。在这过程中，我不断地观察和调整自己。例如，在睡觉的时候，睡不好会影响我的精神状态，于是我在第二天早上特意调整睡眠时间和什么时候去洗漱，让自己更好地适应军训生活。这个过程让我对自己的观察更加深刻、也让我对自己自控的能力更加自信。

### 第三段：收获

通过这几天的军训，我真切地感受到了团队的力量，感受到了自己可以做出改变的能力。在那炎热的夏日，我学会了与队友们一起合作，无论训练有多狠都要坚持下去，因为大家都要经历。同时也明白了自己能够做到的极限是什么。这个过程中，我学习了许多专业知识，也收获了队友们之间的情感纽带。

#### 第四段：感悟

通过这次军训，我意识到做人与做事都是需要态度的，即便是做最简单最基本的雨衣摺叠、鞋面整理、床铺叠整等技能，也要认真并且专注地去完成，这一份专注与耐心也是培养自我管理能力的途径。

#### 第五段：总结

这几天的军训让我懂得了更多自我管理、协作和自主学习的方法。即便这几天过去了，但我相信它对我未来的成长、精神品行都会起到十分重要的影响。同时，自我认识、自我实现、自我掌控、自我提升等也已经成为了我成长的重要组成部分，并且影响了我终生的人格、认知、情感与行为模式。

### 七年级军训心得与感悟篇三

七年级的暑假，对于我来说是难忘的。那是因为我进行了为期两周的军训。虽然这次军训过程很累，但值得被铭记在我的人生中。我获得了许多技能和知识，更有了新的朋友和不断努力的动力。在此分享我在军训中的经历和收获。

#### 第二段：共同体意识的培养

军训是一个非常有效的培养集体精神的方式，每个人都受益匪浅。这是因为我们不断受到指导员的约束和规范，这样我们就变得有纪律性和有规则性。我们也学会了如何团结合作。我们越来越意识到不仅要照顾好自己，还要照顾好我们的战友，以一个整体的形式参与军训。这对日后我们的学习生活有很大的帮助。

#### 第三段：体能训练和技能的学习

军训中的体能训练非常锻炼我们的身体，并让我们更健康和

有毅力。例如，我们每天需要跑步、俯卧撑、仰卧起坐和深蹲，这是对我们坚持训练，锻炼耐力和毅力的极大挑战。除此之外，我们在军训中学习了許多技能。例如如何打盹、基本的军事礼仪和如何识别组装步枪等等。这些技能为我们更好地理解军事文化和强身健体提供了指引和启示。

#### 第四段：性格的塑造

在军训中，我不仅学到了新技能，还塑造了我的性格。因为军训需要在压力下完成各项任务，而这需要我们保持耐心、恒心和集中。这让我们变得更加坚强，更有员工精神。而我在军队的训练也帮助我变得更勇于面对挑战，更善于沟通和团队合作。

#### 第五段：结束语

总的来说，在军训中我学到了很多，这些对我未来的学习和生活是非常有用的。这不仅加强了我们的身体健康，还增强了我们的常识、忍耐力和坚韧性。我被军训所带来的朋友和一起奋斗的经验感到非常满足。我也相信，在未来的学习和生活中，这些经历和收获将继续丰富和帮助我们成长。

## 七年级军训心得与感悟篇四

太阳火辣辣地照着同学们的脸庞，豆大的汗珠从同学们的脸上滑落，但大家都不为之所动，仍然昂首挺胸，目视前方。大家正站着军姿，这是军训中最基础的动作。

7月6日□xx市现代实验学校七年级的新生们迎来了他们初中生活中的第一课——为期三天的军训。虽说大多数同学在小学时接受过军训，但那并不是非常正规的训练，在初中的学习中，大家真正地意识到了军训的“苦”。

我们学习的第一个动作是站军姿。要求脚跟并拢，脚尖微

张60度，挺胸，收腹，下巴微收，双眼目视前方，这最基础的'动作，就让许多同学吃了不少苦。教官的要求非常严格，可太阳并不理会，仍旧火辣辣地晒着，这时，支持我一直按要求站着的原因只有一个——来自心底的那一个声音：坚持！同学们也一样，没有一个叫苦叫累，相信大家心中也有一个意念一直支撑着自己。

除了队形队列操练，有了更多改变的就是吃饭了，全体七年级的同学都需先笔直地站在餐桌旁，12个班级在食堂一遍遍背诵唐诗《悯农》或齐唱《团结就是力量》，气吞山河、声势浩大，场面十分壮观。

在军训中，我学到了很多，不仅磨练了我的意志，而且还使我学会了做任何事必须坚持不懈、持之以恒的态度，才能到达成功的彼岸。相信同学们也和我一样，都成为了更优秀的自己。

## 七年级军训心得与感悟篇五

七年级的军训，是我人生中非常难忘的一段经历。在这里，不仅享受到了艰苦训练的快感和挑战极限的兴奋，还感受到了训练带给我的成长和自信。在军训过程中，我有了很多收获和感悟，这些都成为了我生命中的宝贵财富。

### 第二段：初识军训

刚进入军训时，我感到非常新奇和好奇，也有些忐忑不安。教官一声令下，我们就开始整齐的步伐，默默地跟着教官的指挥。然而，我很快就意识到这并不简单，因为坚持不同的步伐和姿势让我感到十分吃力。经过几天的训练，我逐渐适应了这种生活方式，也开始感受到了训练的魅力。在每一次集体训练中，我都能够感受到团队力量的凝聚和每个人的努力，这为我树立了目标，让我感受到了奋斗的力量。

### 第三段：磨砺意志

在军训的过程中，我深刻地体会到了军训对意志品质的磨砺。无论是风雨交加的晨跑，还是草地上的平推，每一个训练项目都让我感受到了肉体上的疲惫和精神上的挑战。但是，正是因为这种挑战，我才迎难而上，克服自己的惰性，不断地改进自己。

### 第四段：团队合作

在训练中，我们更多地强调团队合作和集体荣誉。在每一次视察中，我们都要保持整齐，踏实的训练带来的不仅是我们个人的荣誉，更是班级和团队的荣誉。在这个过程中，我们不断地沟通和协作，互相帮助，强化了团队信任和凝聚力，感受到了团队的力量和信念。

### 第五段：结语

在这七年级的军训中，我走过了很长的路，感受到了训练带给我的力量和自信。在军训的过程中，我克服了很多自己的困难，更深刻地学会了团队协作和集体荣誉。这不仅为我今后的生活奠定了基础，也使我更加成熟和自信。我相信，通过不断努力和实践，我也能在以后的生活中发现更多的激情和挑战，让自己变得更好。

## 七年级军训心得与感悟篇六

政治是一门深奥而又重要的学科，作为七年级的学生，我有幸接触到了政治这门学科，并在学习过程中获得了一些感悟和心得体会。

### 第一段：政治是我们立身处世的基石

政治是为了国家和人民服务的，而作为国家和人民的一员，

我们不能对政治漠不关心。我发现政治对我们的生活有着深远的影响，它决定了我们的人权、经济状况以及社会地位。通过学习政治，我了解到了国家的运作机制，知道了自己的权利，感受到了政治的力量。我明白了只有关心政治，了解政治，才能更好地理解和参与到社会发展进程中去。

## 第二段：政治让我们认清社会现实

学习政治让我认识到社会中的不公平现象，让我看清了这个世界的真实面貌。在学习过程中，我了解到了贫富差距的存在，懂得了社会阶层的存在，也体会到了权力对社会的作用。政治教育让我认清了自己在社会中的地位和角色，让我意识到了自己的责任和义务。我明白了每个人都应该为社会的进步和公平贡献自己的力量。

## 第三段：政治教育培养了我理性思考的能力

政治教育不仅教会了我国的基本制度和政治规则，还培养了我独立思考的能力。通过学习政治，我学会了分析问题，思考利弊，权衡利弊，形成自己的独立观点。政治教育让我懂得了公民应该理性地表达自己的观点，不盲从、不偏见，而是用事实和理性来说话。在政治教育的影响下，我已经开始形成了自己对世界的观察和思考方式。

## 第四段：政治教育锻炼了我的表达能力

政治教育让我懂得了如何与他人交流合作，如何表达自己的观点。通过与同学们的讨论和辩论，我学会了对事物的分析和评价，提高了说服他人的能力。政治教育培养了我的领导才能和团队合作意识，让我懂得了如何在一个团体中履行自己的责任和义务。政治教育培养了我表达自己观点和思想的勇气，让我能够理直气壮地对待自己的信仰和价值观。

## 第五段：政治教育促使我关注社会问题

政治教育让我对社会问题产生了浓厚的兴趣，让我愿意关注社会热点，关心社会动向。通过政治教育，我了解到了一些社会问题的背后原因，明白了自己对社会问题应该承担的责任。政治教育让我懂得了如何参与社会事务，如何通过自己的努力来改变和影响社会。我愿意成为一个关注社会公平、正义和发展的人，在自己力所能及的范围内为社会进步贡献自己的力量。

通过七年级的政治学习，我获得了许多感悟和体会。政治是我们立身处世的基石，它让我们认清社会现实，培养了我们理性思考和表达能力，促使我们关注社会问题。我相信，通过政治教育的熏陶，我们将成为一个具有独立思考和积极参与社会的能力的新一代，为实现社会的进步和发展贡献自己的力量。