

军训心得体会初一(汇总9篇)

在实习期间，我通过亲身经历和实践，深刻认识到实习的重要性，因此有必要写一份实习心得来记录和总结这段宝贵的经历。小编整理了一些有关军训心得的文章，大家可以参考一下，看看有没有自己想要的灵感。

军训心得体会初一篇一

x天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。

在这x天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

有一次，宿舍一个同学流鼻血了，我们二话没说，立刻找纸给她止血。一个女同学把自己的枕头让给她，而自己却枕着毛巾被睡觉，这种友谊是什么都代替不了的。

“金屋银屋，不如我们的温馨小屋”，这句话是我们的宿舍密语，别人很羡慕我们，因为我们相处得温馨、融洽、快乐呀！我相信我们的友谊一定会地久天长的！

这次军训让我受益匪浅，我们高歌：“阳光总在风雨后，请相信有彩虹，风风雨雨都走过……”

短暂而又紧张的军训已经结束了，回顾其中的点点滴滴，让我感到精彩而充实。

此时此刻，当我执笔写下这短短x天的军训感触时，深知自己不仅仅是健壮了体魄、增强了国防意识、提高了政治素质，更加是受到了一次心灵上的深刻洗礼，磨练了自己坚强的意志，培养了健康向上的心态，增强了团队意识和组织纪律观念。这也是我在军训中所获得的最宝贵的财富。在这x天军训

时，严格按照要求，准时训练，过着标准的军事化的生活。以饱满的政治热情，积极的学习态度投身到军训中去。通过实际军事训练，磨练了我的意志品质，培养了艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风，增强了战胜困难的信心和勇气。只要我们保持坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

曾经，我们一起欢笑、流泪。今天，我们一起经历风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接中行绚丽的彩虹。

在xx的生活中军训是一个不可少的项目，在太阳下挨晒也是不可少的，可在军训得这7天来你又获得了什么呢。在军训期间，大家一定都晒黑了吧，在烈日之下汗水顺着发梢滴落，嘴唇开始干燥，我们顶着炎炎的夏日，一个个站着如同坚韧的竹子，任有汗水下滑到脖子。我们却一动不动，在军官的腰带的威胁下我们都练出坚定的意志和不屈的信念，而转眼间x天的军训生活要和我们说再见了，在这x天里，在这x天里，我们曾哭过，也曾笑过，在这x天里。我们真正的向成长迈出了一大步。

在这里我先要感谢辛勤教导我们的教官，和顶着炎炎夏日鼓励我们的班主任是他们让我们7·5班获得了辉煌，谢谢你们。加油。

通过x天的军训，我学到的东西真不少。不仅体会到当一名军人的不易，也感受到了集体的温暖，团结的力量。当初枯燥、压抑的感觉也一去不复返了。因为我变得敢于挑战自我，战胜自我了，做任何事情也都充满了自信。站军姿锻炼了我的耐力；练习正步锻炼了我的意志；学唱军歌对我进行了深刻的教育。这一切使我懂得一分耕耘，一分收获。但要做到最好，努力和方法缺一不可。

针对自己的情况，我总结了一下经验：首先教官教的动作要领要记熟，训练的时候，姿势要标准，养成整齐划一的习惯。

我将在感受军训酸甜苦辣的基础上，享受苦中至甜的人生乐趣。相信这将是我一生中最难忘的日子！雨过天晴的空中出现了一道绚丽的彩虹，仿佛在为我们鼓励加油。相信吧，坚持就是胜利！

军训心得体会初一篇二

光阴似箭，岁月如梭。这话说得真不错。五天时间转瞬即逝，记忆仿佛还停留在18号那天。我们怀着对军训的期待，对新环境的憧憬来到攸县一中。

烈日炎炎，耳边充斥着聒噪的蝉鸣，我们在操场上站着较为标准的军姿，大粒的汗珠从额上滑落。这是我们这几日军训的常态。“累”与“热”似乎也成为了军训的代名词。但，所幸的是，我们有一位可爱的教官。“立正！稍息！立正！换右脚！”每当我们站了一段时间军姿后，他就会用这种方式来让我们放松。他还特别喜欢带着我们唱军歌，据说，还总是因此被批评。李教，您总说自己唱歌跑调，不过，我觉得您唱得特别好听。

李教对我们比较温柔，但是，总教官就确如想象中那般严厉了。刚开始训练，他就给了我们一个下马威。那恐怕是我人生中最痛苦的一次蹲下了，即使总教官称之为休息。但随着时间的推移，我慢慢发现他对我们要求严格，也是认为我们能做得更好。正如他所说的那样，“我不喜欢挑刺，批评你们只能说明还不够好。”

这次军训使我懂得了许多。处于集体中的我们要有团队意识。目标或是口号要落实到行动上，不要做口头上的巨人。还有李教使我明白学习或是工作都应劳逸结合。总教官也教会我遇到批评、指责，先从自身找原因。

朋友昨天忽然对我说：“我有点儿希望军训能继续下去。”我不解地看着她。她接着说道：“虽然军训确实又苦又累，

但是，比起这些，我更不能接受的是匆匆的相聚与别离。”

我能够理解她的不舍，但我觉得我们的人生就像一次旅行。在前往目的地的路上，与一些人相遇，与有的人告别。但无论怎样，他们都会在我们生命中留下美好的回忆，使我们成长。而我们应该学会珍惜每一段时光，同时，感恩那些令我们变得更好的人。感恩，高于怀念。

感恩教官的悉心教导，怀念这段有苦有乐的军训时光。

军训心得体会初一篇三

初中军训是每个初中生必须面对的一场挑战，随着新课程改革的不断深入，军训已经成为即使是女生也必须参加的课程。在军训期间，许多学生可能会遇到很多困难，但是我想在这里向大家推荐一些我在军训期间学到的经验和体会，希望对同学们有所帮助。

第二段：锻炼意志力

军训不仅是体能训练，更是意志力的考验。每天早晨的起床训练、紧张激烈的军事训练、下雨打泥漂测验……每个环节都需要同学们付出巨大的努力，甚至是超越自己的极限。这种历练可以让我们更好地锻炼自己的意志力，让我们在面对未来人生道路上的困难和挑战时能够更加从容应对。

第三段：培养团队协作能力

军训在一定程度上也能够培养同学们的团队协作能力。军训中要求每个人都要完全服从指挥，配合紧密地完成各项任务，这就需要每个人都能够充分发挥自己的特长，配合其他人的弱点，建立团队协作精神，形成整体作战力量。这些培养出的团队协作能力，在日后的学习和工作中也能够得到有效的应用。

第四段：提升自我认知能力

在军训中，可能还会出现个别同学因各种原因做出反常行为，这时候我们需要提升自我认知能力，意识到自己的不足，进行自我反省和调整。同时，与教官和同学进行积极的沟通和学习，也能帮助我们更快地提升自我认知能力，找到适合自己的学习方式和个人特色。

第五段：总结

通过军训的历练，同学们不仅能够提高自己的体能素质，在意志力、团队协作和自我认知等方面也能获得大幅度的提升。当然，在这之前，我们需要做好准备，充分睡眠，储备好足够的体力和精神状态。因为只有这样，我们才能在军训中达到最佳状态，切实实现自我提升的目标。

军训心得体会初一篇四

所谓军训，就是军事化训练。我作为刚踏入中学门槛的一年级新生，在开学之际体验了这七天，对于这七天我深有体会。

一个又一个肃静的黄昏，残阳如血，掠过一只只燕子，白云如扯絮般在空中散开。斜阳影里，我们仍在站立！内心的焦渴与挣扎扩充到诚惶诚恐的地步。但我们咬牙坚持，瞪大的眼睛透露出我们信念的坚定。

总之，军训对我，意味着汗水与泪水，信念、坚持、勇气！

军训心得体会初一篇五

初中生活是许多年轻人人生中最难忘的时期之一，这个时期是每个人学习和成长道路的重要阶段。而在初中毕业的时候，许多同学都会参加军训。军训期间是学生们最辛苦和最充实的时间，经历过军训的同学们都会有着自己的心得和体会。

第二段：体验

通过参加初中毕业的军训，我深刻地感受到了军人的生活和培训。在艰苦的军训过程中，我们要完成一系列严格的训练，从头开始学习行军、实习与野外生存技能，我们在累的精疲力尽时，仍要坚持这些任务，这是一种非常不容易的能力。而且在整个过程中，我也学会了团结合作的精神，因为即使我个人再怎么用力，但如果没有队友们的配合和支持，任务依然无法顺利完成。同时，军训也教给了我军人的品质，如勤劳、坚韧、纪律、勇气、荣誉感等等。

第三段：启示

参加军训，不仅让我更熟练地掌握了某些技能，还在某种程度上改变了我自己的行为，从学习中引出更profound的意义。在学习中，我们不是要求得分，而是要在获得分数的同时提升自己的素质。我们要看到自己的长处和不足之处，从而持续学习和提高，并形成积极向上的人生态度。

第四段：收获

军训中省出来的一些时间，也进一步增加了我通勤交通的时间，对后续学习有着积极的贡献。此外，学生们在军训之后互相之间感应更紧密，相互学习与交流，一起完成任务，增强彼此之间的信任，建立了深厚的友情。而且，我们也明白了勇气、坚定、毅力的重要性。

第五段：结论

初中毕业的军训让我获得了很多宝贵的体验和收获，尤其是自我意识和向上的精神，这是一个人成长过程中必须掌握的技能。我们在学习中要不断的追求自我的梦想，努力超越自己，成为生活中的一名优秀的人。

军训心得体会初一篇六

初中是一个人成长过程中的重要阶段，而军训也是初中生不可或缺的一部分。参加军训不仅能够锻炼学生的意志品质和身体素质，还能够培养学生的集体意识和团队合作精神。在训练的过程中，每位学生都会有自己的感受和体会，本文就是想就个人的军训经历，分享一些心得和感受。

第二段：军训带给我的体验

对于我这个普普通通的初中生来说，参加军训确实是一件很不容易的事情。在开始训练之前，我总觉得自己的身体并不能承受这样的挑战，感觉非常的害怕。然而，在经过了几天的训练之后，我发现自己的身体素质正在不断地提高，在体能上的表现也在不断地提高。除此之外，军训还带给了我很多集体和团队合作的体验，每次的训练都需要我们相互配合，相互帮助，形成了非常紧密的集体关系。

第三段：军训带给我的思考

在参加军训的过程中，我也不断地反思自己，思考自己在集体中的作用和价值。我发现自己在团队合作中的作用并不是特别明显，在集体中常常是个旁观者和默默的执行者。于是，我开始努力改变自己，主动地参与到团队中，与同伴一起思考问题，积极地发挥自己的作用和价值。

第四段：军训带给我的收获

在军训结束之后，我收获了很多。不仅仅是体育素质和个人能力的提高，还有更重要的一点，那就是集体和团队合作意识的提高。在以后的学习和生活中，我也更加懂得珍惜集体和团队合作的力量，更加积极地参与到集体和团队中，为集体和团队的发展尽自己的一份力量。

第五段：结语

通过这次军训的经验，我深刻理解了团队合作对于一个集体的重要性，也更加明白了只有集体和团队的力量才是无穷无尽的，这将是我在以后学习和生活中不断追求的目标。我希望每一个初中生都能够珍惜自己的军训机会，在训练中不断锻炼自己，提升自己，在集体和团队中发挥出自己的最大价值，成为更加优秀的人。

军训心得体会初一篇七

在这一天里，是个有意义的日子，因为今天我要去军训，这可是一年才一次的，还要有四年学历以上，所以我才次次珍惜机会，共三次，就来三次。

到了班里，只见同学们叽叽喳喳讨论着，我凑上去听，发现他们根本没讲军训的事情，还在讨论游戏，我有点无语了……坐在椅子上，等待着教官的'到来，我在想：这次会不会是汤教官呢？还是陈教官？满肚子的疑惑冲上我的大脑，面对“肚子”中“市民”的“疑惑”“大脑指挥部”很快作出分析；根据上次经验，汤教官只教四年级，陈教官好像只教五年级，这次肯定是个新的教官。于是，我又幻想着：这次教官是啥样呢，是男是女呢，是凶的呢？，还是温柔呢？在我脑子“高速运转”的时候，一声暴吼，使我的脑子出现短时间呆懈，但很快又恢复正常了。只见前方一个皮肤黝黑，身穿连长军服，看起来很是煞人！只听他简单的说了几句话，使我们都深深对这新来的教官没敢有半点轻视。

军训心得体会初一篇八

在漫长的5天军训中，我相信每一位”小军人”都变得比以前严肃、认真、团结、坚强克服困难的勇气比以前更大更强。

我一定回深深的记住我们的口号：“严格训练严格要求刻苦学习为校争光！”

第一天，我还在家不肯来，但最终还是来了！我们学习到了解放军克服难的精神，风雨无阻地训练，文明礼貌，唱歌本领都学到手了！向左转，向右看齐，站军姿，齐步走，正步走，响亮的口号，整齐的跺脚声，有条不紊的步伐陪伴了我们5天。站军姿，到了现在，我已经可以一动不动地站立40多分钟。速度变快了，时间观念强了，精神饱满了，我觉得我们不再是一名初中生，而是一名小军人！

齐步走走得整整齐齐，手抬得高高的，不慌不忙的走。正步走更是棒了，手握拳，有力地甩动着，脚抬地高高的，砸在地下声音宏亮无比口号大声有力自豪极了！

啊！今天_号的闭营仪式是多么的隆重，多么的精彩啊！表演得多么出色，就连平时较懒散的_班也精神起来，老师竖起了大拇指，虽然没拿奖，可是我感觉已经很棒了，我们班可能不再是以前的_班，而是全神投入学习状态的_班，我相信我_班将会优秀班级！

5天的辛苦军训过去了，但是依然在我们心中占有重要的地位，我不会忘记这次军训，我会默默存在心中，默默地想，在今后的学习更加努力，把这5天当作我们的终身伴侣吧。

军训心得体会初一篇九

那一刻，世界天旋地转，我双眼一黑，只听见“噗通”一声，我倒在了地上.....

医务室里，我朦朦胧胧睁开双眼，啊！我的头，我的四肢，我的身体.....还好，都没有出血，只是感到头痛欲裂，四肢无力，胸闷气短。

卫生老师见我醒了，说：“你清醒了？刚刚你昏倒在操场上，这是低血糖的症状，你平时不太锻炼吧？”哦，原来如此，但是我不太明白，我一向体质好，体育成绩也不错，早上又吃过营养的牛奶鸡蛋，不应该会这样吧？不过这个暑假确实没怎么锻炼。想到这我不禁脸红，默默地伏在椅子上，以缓解不适。

有的头晕，有的胃痛……和我一样病怏怏地坐着。天呐，这才开始多久，怎么会有这么多人不能坚持？难道我们这一代人真的就如别人所说的那样？是“娇气包”、“小皇上”、“小公主”么？那两三个体格还算强健的男生，他们怎么也进来了？不…不可能，应该就只有这十几个吧……我向窗外探出头，哎呀呀，操场能看到的一边三五成群在休息的人，光瞄一眼就有十几个，再加上另外的…哎，我不想再看了。

我曾经是那么抗拒“小公主”、“娇气包”、“温室里的花朵”等对我们这代人的称呼，可现在回头一看，是的，事实确实是这样的。但是我心有不甘，我不希望自己为我们这代人抹黑，但是一想到平时我碗里的那“一口口饭”，我在运动上偷懒的种种举动……我又能说什么呢？再看看我身边的小伙伴们，他们也许以前再生活中也跟我一样。这才是第一天，但是明天呢？后天呢？以后呢？没有好的身体，搞好学习那仅仅是一句空话，将来长大又如何成长为祖国的“栋梁”？这就像上天给我敲的一记警钟，也是给我们这一代敲的一记警钟。

想到这儿，我重新打起了精神，强忍着身体的不适，一步一步艰难地重新归队。

因为我要坚强，我要勇敢！我要从这次军训中汲取教训，成为一名真正有毅力、有能力的雅礼学子！