

# 初中三天军训心得体会 军训初中第三天 心得体会(优秀8篇)

工作心得是对自己工作中所取得的成绩和经验的一种总结和反思。请大家看看以下这些工作心得，或许能够帮助你们更好地理解和应用于实际工作中。

## 初中三天军训心得体会篇一

军训初中第三天，我们依然迎来了清晨的号角声。随着时间的推移，我们已经逐渐适应了军训的生活，开始感受到其中蕴含的挑战和拼搏。在训练场上，我们辛苦地挥汗如雨，使劲地用力，不停地迈着坚定的步伐。尽管面临日益加大的压力，但我们对自己充满信心，怀揣着必胜的决心，为了完成军训的目标，我们乐观向前地拼搏着。

### 第二段：纪律和团结

军训初中第三天，我们越来越感受到军队的纪律和团结精神的重要性。在军训的过程中，所有队员必须遵守统一的规章制度，严格按照教官的指示行动，处处遵从指挥。这种规范的行为让我们在保持队列整齐的同时也培养了自己严谨的纪律意识。而且，我们意识到团结的重要性，无论是在队列训练还是集体活动中，只有团结一致才能完成任务，达到预定的目标。

### 第三段：磨砺和坚韧

军训初中第三天，我们感受到了军训对我们的磨砺和坚韧的考验。军事训练的目的是通过困难和挑战来培养我们的意志品质。比如，每天的体能训练让我们感到肌肉酸痛，但是我们依然坚持下去，意志力得到了锻炼。而且，面对有时候力量不足以解决的问题，我们培养了坚韧不拔的毅力，勇于面

对困难，克服困难，不屈不挠地追求目标。

#### 第四段：奋发和自律

军训初中第三天，我们懂得了奋发和自律的重要性。我们目睹了教官们为了我们的军训付出的艰辛和努力。于是，我们不再抱怨，坚定了决心，奋发进取。同时，在军训过程中，我们激发了自律的意识。我们积极自觉地完成每一项任务，自己要求自己，在完成的同时，严于律己，纠正自己的不足之处，以便在不断的实践中提高自己的军事技能和素质。

#### 第五段：成长和收获

军训初中第三天，我们在挑战与拼搏、纪律与团结、磨砺与坚韧、奋发与自律中不断成长，取得了丰硕的收获。从第一天的懵懂无知到第三天的专注而坚定，我们的训练和表现越来越有章法，越来越有条理。我们明白了纪律的重要性，懂得了团结的力量，培养了自己的自信与毅力。在这个过程中，我们和教官之间的交流与互动不仅仅是教与学者，更多的是相互理解与认同，这也使我们在军训中不断地成长和进步。

#### 总结：

通过军训初中第三天的经历，我们体验了挑战和拼搏、纪律和团结、磨砺和坚韧、奋发和自律，取得了成长和收获。无论是对我们个人来说，还是对整个集体来说，这段经历都是一段宝贵的财富。正是这一切，让我们更加明白自己的不足和努力的方向，更加坚定了我们的人生态度和追求。我们相信，军训初中第三天的心得体会将会成为我们未来成长的基石，引领我们走向更加美好的人生。

## 初中三天军训心得体会篇二

第一天的军训，我们对前所未有的军事训练充满了期待和好

奇。第二天的军训，虽然累，但我们对于纪律的体验和了解使我们受益颇多。然而，当我迎来军训初中第三天时，我意识到这个过程并不只是身体上的锻炼，更是对于我们心理素质的考验。在这一天里，我收获了新的见解，也更加深入地认识了自己。

首先，我们在这一天迎来了集体操练的环节。通过整齐划一的动作，我们不仅锻炼了身体的协调性和灵活性，同时也增强了团队合作的能力。每个人都在默默配合，相互间形成了默契，而这也是在学术课堂上无法获得的体验。在这个过程中，我深深地意识到，不仅仅是个体的力量，团队中每一个人的付出都至关重要。

其次，在军训的第三天，我们开始进行了水上训练。对于我来说，这是一个巨大的挑战，因为我对水是有一些恐惧的。然而，在教练的耐心指导下，我尝试着游过比自己更深的水域。这个过程虽然充满了不安和紧张，但当我成功游到对岸时，我感到了莫大的成就感。这个经历教会了我如何面对恐惧和挑战，勇敢地迎接困难，而不是被它们击倒。

第三，军训的第三天也是我们成为战士的一天。我们戴上了军帽，穿上了军装，这让我们感受到了一种责任感和使命感。身着军装的自己显得格外威严和自信。这给了我们一种更为深刻的体验：我们不仅仅是普通的学生，我们也是国家的未来，我们要为国家的繁荣而努力。这种意识让我更加珍惜每一天的训练，更加努力地投入其中。

最后，在这个过程中，我明白了军事训练不仅仅是锻炼身体，更是培养个人意志品质的过程。通过每天的训练和纪律的要求，我的毅力得到了增强，对困难的抵抗力也大大提高。不再轻易地放弃，不再害怕新的挑战，这些都是军训给我带来的宝贵财富。我相信，在今后的学习和生活中，我会把这些品质运用到自己的各个方面，努力成为一个更优秀的人。

军训初中第三天的心得体会，让我懂得了坚持的力量和团队的重要性，更让我明白了挑战和勇气的意义。通过这三天的军事训练，我不仅仅收获了体能的提升，更真切地感受到了自己内在潜力的释放。这是一个改变心态、锻炼意志的过程，也是一个为未来奠定基础的过程。我相信，在军训结束后的日子里，我会怀着更加坚定的信念和意志，继续为自己的梦想努力奋斗！

## 初中三天军训心得体会篇三

在我们的初中生活即将开始之时，我们这群从小学生变为初中生的同学们，在龙潭寺某教育基地进行了五天的全军事训练。

每天我们会练习阅兵式和分列式，对于我们这些从来不会吃苦的孩子们来说，的确很辛苦，但我们都坚持了下来。我们用毅力战胜了辛苦，我们用汗水铸就了成功。在训练期间，我们十中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们十中队真的很棒。

在闭营仪式这种最关键而又是最大家最疲惫的时候，我们全中队七十名队员，都用毅力和信念支撑着自己。为了在一个新阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的最高分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一！二！严格训练！严格要求！齐心协力！永创第一！一！二！”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们十中队最终被评为了“优秀中队”。这是本次军训活动中，团体的最高荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是

笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量；那种笑好快乐，它是胜利的喜悦；那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。

经过这五天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的'学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子弟兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

## 初中三天军训心得体会篇四

在短短几天的军训生活中，每天我们都必须接受三四个小时的军事训练，接着还要为国庆活动而练习。这对于我们这些怕苦怕累的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。在这短短的几天里，我收获了太多，感悟了太多，也成长了太多。我懂得了军训的意义。我的上一次军训，要追溯到刚刚上初中。在那简陋的操场上，烈日之下，任由汗水浸湿了衣衫。虽然时间隔了那么久，我却还清晰的记得，仅仅20分钟，我就昏倒在地，眼前消失了那些挺立的身姿，取而代之的是一片漆黑的死寂。后来，我被校医救了过来，在阴凉地里喝着糖水，却没感受到一丝的甜意。这一次经历在我脑海深处留下了不可磨灭的烙印，我怕军训，我不想军训。然而我的怕与不想没有起到一丝一毫的作用。可怕的军训还是如期而至。军训的内容并没什么多大的变化，依旧是立正、稍息、停止间转法和原地踏步。这些动作，熟悉得那么陌生。

在这次的训练中，有好多同学都不幸倒下了。看着他们颤抖的步伐和苍白的脸色，我仿佛看到了几年前的自己。这个想法似乎激发了我的斗智，我想超越自己，超越那个怕苦怕累

的自己。于是，我咬着牙忍耐着，抱着必胜的决心与灼热的骄阳作斗争。汗水肆意的流淌，流进眼睛里一阵难忍的剧痛。我想伸手揉眼，又怕被教官批评，只好忍着。忍着。当代表着休息的那一声哨响起，整个人在精神上瞬间瘫了下来，但膝盖早已僵硬，忘记了弯曲该怎么做。尽管身体疲惫不堪，但其实心中还是很有成就感的，至少我坚持了下来，成功了，战胜了心中的那一点点懒惰，我不禁隐隐约约的为自己而小小的骄傲起来。

这只是军训中渺小的一个细节，却让我品尝到了久违的成绩感。我忽然懂得了军训的意义。军训，是一个过程，一个挑战自我，超越自我，完善自我的过程，是我们成长的必需过程。

## 初中三天军训心得体会篇五

第一天，我迈着一步步沉重的步伐进入了军训营地，充满了紧张和不安的心情。第二天，训练项目也没什么变化，但我已经适应了这样的军训生活。然而，第三天的军训却给我带来了新的挑战 and 体会。

第一节课上午，我们进行了战术训练，这对于我们来说是一个全新的领域。教官向我们详细解释了战斗的基本原理和战术技巧，使我们切实感受到了军队的严谨和组织。在模拟的战斗场景中，我们被分成小组进行了对抗演练。在这个过程中，我们学会了团结协作，互相信任和沟通。虽然演练过程中有时候会有些混乱，但是通过教官的讲解和整理，我们逐渐摸索出了合作的方法和技巧。这让我深刻体会到了一个团队的力量是无可估量的。

午餐后，我们进行了体能训练。经过前几天的训练，我们的体力和耐力明显提高了，因此教官增加了一些难度更大的项目。例如，我们进行了一次长跑训练，这是我第一次参与如此长时间和强度的跑步训练。一开始，我感到十分吃力和沉

重，但是在队友们的不断鼓励和支持下，我坚持下来了。通过这次训练，我意识到运动的重要性和体育锻炼对于身体健康和精神状态的影响。每个人都要树立健康的生活观念，保持良好的体魄。

下午的训练是绳梯攀爬，这是我一直以来最害怕的训练项目之一。但是，面对困难我选择了勇敢迎接挑战。我仔细观察教官的示范动作和技巧，不断调整自己的姿势和力度。虽然最开始几次尝试失败了，但我并没有放弃，继续努力。最终，我成功地爬上了绳梯。这让我意识到，只要勇敢面对困难，并且不怕失败，我们就能战胜一切，实现自己的目标。

晚上的军事知识讲座给了我们一次了解军事的机会。教官生动有趣地讲解了军事历史，军事兵器，战争策略等相关知识。通过这次讲座，我了解到了军队对于国家安全和稳定的重要性，意识到自己作为一名学生应该对国家的军事事务有所了解，并为自己的未来做好充分的准备。

回到宿舍，我对这一天的军训生活进行了总结。通过这几天的训练，我变得更加坚强、勇敢和自信。团队协作的训练使我深刻体会到了团结的力量，只有团结一心才能取得胜利。体能训练让我认识到要保持良好的体魄，体育锻炼对于人的身心健康有着重要的影响。面对困难的攀爬训练，我明白了只要勇敢面对困难，不怕失败，就能克服一切。通过晚上的军事知识讲座，我对军事的意义和军队对于国家的重要性有了更深刻的理解。

军训初中第三天的心得体会，是我对这段军训经历的一个简短总结。这是一段艰苦而又充实的时光，让我意识到了自己的成长和进步。我相信，在未来的军训生活中，我会继续坚持，努力进步，争取更好的自己。

## 初中三天军训心得体会篇六

合集（范文推荐），供大家参考。

梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为军训中的一颗亮星。下面小编给大家带来初中三天军训心得体会5篇，希望大家喜欢！

### 初中三天军训心得体会1

通过初一的军训，站如松、坐如钟、走如风的威武姿态，使我体会到，军人坚忍不拔的意志和铁的纪律。几天的训练，无数风雨烈日的洗礼。不仅磨练了躯体而且精神得到了升华。

军训的日子里，点点滴滴的收获在记忆里蔓延，当体力已经“透支”。晕乎乎感觉痛不欲生的时候。我用意念告诉自己必须坚持，再坚持，哪怕是一秒……意志的沐浴，精神的洗礼，体魄的磨练，把我变得坚强。汗水和酸痛换来的“优秀学员”的荣誉，让我进一步体会到收获的喜悦。同时也明白了军令如山坚决服从铁的纪律内涵。

军训中，手语《感恩的心》学习深深地打动了我，我要感谢父母的养育之恩；感谢我们的林老师，五天坚持在训练基地陪伴着我们，鼓励着我们，照顾着我们，使我这个从未离开家人的“宝贝”消除了陌生环境带来的不安；我要感谢教官，在你们的调教下，我们英姿飒爽扬帆起航。

9月1日-9月5日。我们树人学校的新生到行知基地军训，在这短短5天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

看着同学们被晒黑的面庞，看着一个个矫健的身影，几天的训练，已除去我们的娇嫩柔弱，脱胎换骨变的强壮。整齐队列，划一的动作使我们的集体意识得到加强。



它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

初中三年学涯的号角已经吹响，让我们用坚强和勤奋收获自己的理想。

## 初中三天军训心得体会2

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的

生活方式与作息时间，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的！

总觉得以上的文学并不是什么军训感言，我倒是更愿意视之为一篇日记，军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。

### 初中三天军训心得体会3

有一句古话：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”来到军训数天，我是切切实实的体验到了这句话。我们这代人，从小没有吃过什么苦，都是在家长的呵护下长大的，所以军训还是非常有必要进行的。今天是正式军训的第二天，我们练习了正步走。

正步走的要求是左脚向正前方踢出约75厘米(腿要绷直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约25厘米)，适当用力使全脚掌着地，同时身体重心前移，右脚照此法动作，上体正直，微向前倾；手指轻轻握拢，拇指伸直贴于食指第二节；向前摆臂时，肘部弯曲，小臂略成水平，手心向下，手腕下沿摆到高于最下方衣扣约10厘米处，离身体约10厘米，向后摆臂时(左手心向右，右手心向左)，手腕前侧距裤缝约30厘米。

我们走了许多路，虽然都很累，但却有一种从心底油然而生的自豪感，也许这就是“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

”中的“锋”和“香”了吧。这次军训带给我的不仅仅是身体上的锻炼，还有思想上的熏陶，意志上的垂练，留给我印象最深的是军人严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、严守纪律和艰苦朴素的精神。

，因为执着是我们的信念，因为坚强是我们的永恒！初中三天军训

心得

体会4

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

## 初中三天军训

### 心得体会

#### 5

如果说，初中的生活，是一本多姿多彩的书，那军训的生活，就是那书中最振奋人心的标题；如果说，初中的生活，是那天空中绚丽的彩虹，那军训的生活，就是彩虹衔接大地发出万丈光芒的那一点。

9月1日，我们背着背包乘车来到了军训地点——沈阳武警指挥学院，开始了军训的第一天。

第一天，烈日高照，我们在阳光下训练，仅仅是站军姿，我的额头湿了，汗顺着头发流了下来，却不能用手擦，裤子也被汗水打湿了，但教官依然让我们站着，那一天，我们不知在心里骂了教官多少遍。

第二天，终于下了雨，却是毛毛细雨，我们站在雨中训练，对于刚刚离开家的我们，极度缺乏默契，腿踢得不齐，手摆得不正，有人因体力不支下去休息了，我多想装病下去，可是教官说：“你们是一个班集体，你们每一个人都有义务去为这个集体的荣誉付出十倍的力量”。听到这句话时，我看到了教官眼中的焦急，老师眼中的信任，我告诉自己，再苦再累，也一定为班级争荣誉，再疼再痛，也绝不掉一滴眼泪。

踢腿不齐时，我感受到了同学们的焦急，有人晕倒时，我感受到了同学们眼中的鼓励，当雨水冲打肩膀时，我感受到了同学们的毅力。终于，步伐齐了，军姿挺拔了，排面成了一

条线了。于是，有了月光下嘹亮的歌声，教官与老师满意的语句，有了同学们如出一致的身影。

最后一天来了，听到阅兵式响起的那威武的音乐，震撼了我的心灵。“同学们好，校长好，同学们辛苦了，为校争光”，我听到了战士们的心声，听到了我们这些小战士的心声，那样豪迈。考核结束了，成绩出来了，那一刻，这五天来所有的劳累都被抛到九霄云外。

当然，最不能忘记的，是我们的老师与教官，五天里，无论风雨老师与教官都如影随形地跟着我们、鼓励着我们。

山没有悬崖峭壁，就不再险峻；海没有惊涛骇浪，就不再壮阔；河没有跌宕起伏就不再壮美；人生没有挫折磨炼，就不能学会坚强。

感谢军训，它都会了我团结、坚强、毅力，军训的生活，是初中这部大书中最华丽的扉页！

## 初中三天军训心得体会篇七

下面是小编为大家整理的，供大家参考。

初中军训最后一天，教官来我们教室告别，我们知道，这象征着我们再也见不到教官了，所以，我们会珍惜与教官在一起的每一分每一秒，下面小编给大家带来三天初中军训心得体会5篇，希望大家喜欢！

### 三天初中军训心得体会1

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程；年轻是雷，年轻是电，年轻是永不言败，永远向前。

年轻的心，年轻的人，在军训中打造年轻的梦想；年轻的你，年轻的我，在军训中筑造年轻的形象。

军训中，我们有一个同样的名字叫团结，我们有一个共同的财富叫做力量。站是一股洪流，坐是一掌脉青松。团结的力量就是因为同一个理念而聚在一起，共同合作，共同协助，共同扶持，共经风雨，共睹彩虹。在军训中，团结的集体打造着同一个舞台上的梦；团结的你们，团结的我们，在军训中合作出美好的梦2015初中军训心得体会600字3篇2015初中军训心得体会600字3篇。

年轻的人因为军训走到一起，组成一个团结的集体。军训将教会我们精诚合作，通力配合。每一个姿势，每一套动作，只有大家协调一致，才能整齐划一。任何脱离群体或不能合作等不和谐音符都将影响集体的荣誉和大家的利益。因此，在集体中充分发挥自我，同时自我又服从于集体，是每一个年轻人的必修课。在军训生活中，怀有年轻的心情，依靠集体的力量，我们就有能力做好一切；我们可以精骛八极，心游万仞；我们可以指点江山，激扬文字；我们可以击楫中流，与时俱进。我们会记住军训中的苦乐酸甜，使记忆留存美好，我们将记住彼此的深情关照，让前程携带信心。军训刚刚开始，我们会鼓起勇气和信心，在军训生活中勃发生命的本色，奔放青春的激情。

年轻的心情，集体的力量。秦皇汉武，唐宗宋祖，文武风骚风流人物，尽在今朝。

### 三天初中军训心得体会2

来到布满阳光的操场上，我们的教官先帮我们队伍整理好，然后叫我们站军姿、稍息和转向等，我一开始想，呵呵，果然是初中军训，一点难度也没有！可是我错了，原来站军姿是不容易的。要做到挺胸收腹头抬高才行，可做到这一点就已经很累了，而且还要坚持一段时间，脚都麻了，如果做不好还要罚蹲，别小看这个蹲，要是姿势正确的话蹲久了脚就会

痛得要命。无耐我还是被罚了，过程中我咬紧牙关一直忍耐着脚的疼痛。

经过这次的军训，我感受到军人是有多么辛苦啊！为了做好一个标准的动作是多么严格要求自己，可知道在军队里的训练比我们还大一百倍甚至一万倍，军人到底有多辛苦哇！看看小区上的保安在烈日当空之下，他笔直有力的站在小区的门口，他的汗水浸湿了衣服，可他一点怨言也没有，一样笔直的站在那里，而他们这是为了树立国防观念、保国为家、让我们有良好、安全的生活环境。

经过这几天个军训，让我自己也懂得了人要有吃苦耐劳的精神，而且通过军训能磨练人的意志还有团队精神跟纪律的严格性，让我体会到这是我们班上要学习的，能提高与同学之间的团队精神，努力为班级争光荣。

相信在今后的日子里，我不会再畏惧一切困难，一定会披荆斩棘，所向披靡！

### 三天初中军训心得体会3

光阴似箭，日月如梭。转眼间六年的时光过去了，我升到了初中，也迎来了初中生活的第一站——军训。

短短的五天军训，却让我的记忆中留下深深的烙印。如果说人生是一场戏，那么军训就是这场戏中最精彩的一幕。军训能够培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志，锻炼我们的身体。

军训对我们来说是一种考验，是一种人生的体验。军训让我们知道了什么是命令，什么是该做的，什么是不该做的，在中学生训练基地，我们必须绝对服从教官的命令，听从教官的按排，也知道了什么是团结。军训是一个磨砺自我的过程，我们绝不能因为受一点苦就放弃，更不能因为教官的严厉就

半途而废。我们必须用一颗顽强的心去战斗，去拼搏，去取得最后的胜利。

在操场上站军姿是痛苦的事，但是我们必须坚持下来。一遍又一遍枯燥乏味的动作

一句又一句不得反抗的命令，这一切都不能使我退缩，我要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

。领导与教官说一声谢谢，谢谢你们关心我们照顾我们。三天初中军训心得

体会

4

经过了初一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

我深深地体会到“团结就是力量”！

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多的东西，“立正、稍息、向左转、齐步、跑步”，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在“军营”中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是



我们人生当中最绚烂的一笔。

三天初中军训

心得

体会5

一星期的军训已经过去了。

掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪。这应该是军训的意义，在初中的的第一节课是军训。经过一星期的军训，我的感触很深，下面我用文字来表达一下我的心德与感想。

。他教了我们稍息立正、跨立立正、四项转体等基本动作，我们学的都很认真。休息时，他让我们席地而坐，与我们聊天，让我们自我介绍，表演节目，让我们很自由，但是休息结束时，他会立马变得严肃起来，不苟言笑。

在炎炎烈日下，我们个个晒得满头大汗，但我们还会坚持，继续努力，因为心中永远有个意念在鼓舞着，在激励着我们，那就是：坚持坚持，在坚持!!努力努力在努力!!只有这样，我们才不会放弃，永远坚持着!

军训最后一天，教官来我们教室告别，我们知道，这象征着我们再也见不到教官了，所以，我们会珍惜与教官在一起的每一分每一秒。教官来教室时，看到了我们在黑板上写的几个大字：教官辛苦了，谢谢教官，我们永远爱你!教官看见了，十分感动。之后，我们与教官照了相，教官也留下了对我们的期盼与祝福。教官走出教室时，我发现他的眼角湿润了。

军训结束了，教官走了，但他们给我的记忆是相当深刻的：难忘与教官在炎炎烈日下艰苦训练;难忘与教官欢快自由的嬉戏玩耍;难忘教官，难忘军训。

## 初中三天军训心得体会篇八

实施初中军训是为了全面贯彻党的教育方针，具有较强的政治意义。而初中生参与军训生活后，应当自觉对军训产生的心得体会进行总结。你是否在找正准备撰写“初中军训500字心得体会第三天”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

在这几天。我们踏入了初中的殿堂。享受着对同学的好奇。不过。并没有像一开始我们想象的那样新奇。其实。说是上初中会有新朋友。不如说是把咱们年组的人。都重新分班。在填进几个别的学校的学生。总之真心没有好奇感。也不算为怪。虽说是这样。但是也对老师和学生充满着好奇心。各别同学由于没和好朋友一个班。可能会伤心几天吧。以前在小学的时候。总觉得到初中我们会分开。其实还是能每天见到的。

这几天军训。对我们的感触很大。我班的教官很温柔那种。不怎么爱体罚学生。现在真心感觉教官的辛苦了。有几次因为我们没站好。教官回去被排长骂了。其实。教官对我们挺好的。看见我们累了。受着挨骂的危险。让我们休息。看见有同学没带水。也会把自己的水给同学喝。教官总是为我们想的多一点。这几天说累也不算累。说不累。也挺累的。其实最累的是教官。站着训练我们一天。在军人的眼中。没有休息。没有理由。只有是。还是不是。这是我们教官说过的一句话。在这里。真心想谢谢教我们的教官。在这几天。我们因为有你们的教导。变的更加遵规守纪。其实。这几天过的很快。有时候看着教官。就会想到我们分开的那一天。教官严。也是为我们好。我们教官从来不骂人。在我的记忆里。最严重的一次就是骂了句【你大爷的】。我们教官很喜欢开玩笑。有的时候我们站不好了。他就会说，大哥大姐们，求求你们了。放过我吧。搞的我们笑的前仰后合。不过该严肃的时候。也很严肃。我们也很严肃。俗话说。休息归休息。

训练归训练嘛。

在这里，谢谢曾经教我的教官，和陪我一年的初一好同学。

军训，或许就是考验一个人吧，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。如果真是那样，我一定要完成教官说的每一个动作，做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。吃得苦中苦，方为人上人。为了自己美好前途，吃这么一点苦又算得了什么呢？我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我对自己充满信心，永远永远都会。

鸦雀无声的球场上同学们整齐的站着，组成了十几个方阵，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浹背，看着同学们那湿透的衣服，都可以拧出水来。

七天的军训生活虽然短暂，但我们仍然受益匪浅。当我们站在军训营地上训练时，我才真正体会到什么是严。热浪不留情地迎面扑来，我们不能喊热，更不能动一动，就这样凭着顽强的毅力，默默坚持着，好的开头是成功的一半但要获得成功，其实还要好好地坚持到底。坚持意味着忍耐，最终，我们还是坚持到底了，也笑到了最后。因为我们有信心，有实力，所以优秀的成绩便是给我的最好回报。

最后我们班非常幸运的或的了x等奖。7天的军训，在脑子里刻上了辛苦2字，在皮肤上涂上黑色的颜料，再心理上赠予毅力的奖品。

一天下午，教官们给我们演练一些动作。这一看，我无语了。他们的动作都是那么的整齐，丝毫看不出有什么差异？立正，稍息，跑，卧倒。这些在我们眼中困难的动作在他们做起来都是那么的整齐！我清楚的知道这些整齐动作的背后都隐藏着许

多含水艰辛甚至是血泪。

三天的军训生活让我学会了用另一种角度看待困难;换一种思维来思考工作。我们在站军姿中体验坚持的快乐,在走齐步中体验标准的快乐,在喊口号中体验高昂与激情的快乐,在向左向右转中体验旋转的快乐。军训,是一种考验、磨练、成熟性的活动。军训给我的感受是多种多样的,有艰辛的汗水,也有充实的收获。但唯一不变的,是我对军人所产生的敬佩之情。

军训是一场挑战心理素质的战斗,是心与心之间尊严的较量。我时刻都在鼓励自己,“我能行!别人能做到的,我自己也能做到”。确实是这样的,一件事情,必须先心理上引起重视,还要有自信,无论做什么事情都要抱着强烈的希望。希望是路,只要路找到了,就不怕路远。只要目标对了,方法对了,才能顺利达到目的地。

通过军训,我懂得了自制、自爱、自理和自强,而不需要靠父母扶着走,我觉得我所走过的每条路,都留下自己的足迹。因为我们已经长大了,有必要去经受风雨的洗礼,在实实在在的生活和学习中,认识自己,提高自己,完善自己。英国作家狄更斯说过:“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难,困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石,坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

回忆,是心酸的。“最美好的回忆往往是在最苦最累的时候留下的”。一句话,一段情。这句话让我认识了这个美丽的军事训练营。

神气的军装,着在自己身上。用美丽的橄榄绿,展示着它的威严。永远铭记,烈日下训练站姿;永远铭记,一遍遍的走齐步;永远铭记,三伏天下漫长的徒步行军;永远铭记,酷热难耐的一个又一个不眠之夜……军训是苦与累的象征,整齐的队伍背后是顽强与拼搏。

军训的第一课是练站姿。挺直腰板，五指并拢，中指贴于裤缝线处，身体稍稍向前倾斜，双脚分开六十度。这一站就是一早上，皮肤晒得生疼，却也不能动。好不容易熬到中午了，早已是双脚酸痛，两腿无力。因为站军姿要全身绷紧，不能放松，所以肌肉也是酸疼得很。吃过午饭，回到宿舍，一上床，就像散架了一样，再也不想动了。不过，这也只是军训的开始，更苦更累的还在后头呢。

第二天，练的是齐步。一个班了六十个人，要想统一并不是件易事。摆臂、步伐都要一致，立定跺脚要响，口号也要喊起来。就这样走来走去了一个多小时，好不容易休息会，坐却也要练坐姿。刚刚因跺脚而发麻的小腿要垂直于地面，指尖不能超过膝盖，腰挺直，目视前方。虽说是坐，却也不轻松。

第三课，是跑步。跑步与齐步是一样的，不同的是齐步立定时是两步，跑步是四步。最后是练军体拳，在烈日下，一练就是一天。很苦很累。

最令人头疼的，还是内务卫生。一床被子，在教官手下就变成了有棱有角的“豆腐块”，可我一叠，它就塌了。真是头疼。但是，军营就是锻炼、挑战自我的地方。一床被子，也算一个挑战，最终我还是叠出了“豆腐块”的效果。不过，代价就是一个中午未午休。虽然，中午没休息，但却掌握了叠被子的窍门，还是值得的。

军训，苦于累是必然的。犹记得，训练营雪白的墙壁上，用鲜血的颜色，写上了“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队”的字样。炫目的火红色，代表了军队的意志、军队的顽强。他有打不垮的精神，无私奉献的力量。这，才是军队，一支永恒的力量。

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校园，开始军训时，我无法控制住自己的情绪，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！因为想到立刻能够军训了，能够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，就是我们的期盼！

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！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！