

# 最新初中学生军训心得体会总结(优质8篇)

军训总结是在军训结束后，对自己在军训中展现出的军人精神和纪律意识进行概括和总结的一种方式。学期总结是对自己成长的一种回顾，也是对未来规划的一种引导。在即将迈入下一个学期之前，总结是一种记录和评估自己学习情况的重要方式。写一篇完美的学期总结，需要我们梳理学习的重点和亮点，展现自己的成长之路。以下是小编为大家收集的一些学期总结范本，希望能够对大家的写作提供一些指导和借鉴。

## 初中学生军训心得体会总结篇一

跑道还是跑道，草坪还是草坪，树还是树，什么都没变。改变的是我。现在的我已经不是五天前的我，而是一个懂得坚持、思考、努力、拼搏的人。

跑道还是跑道，草坪还是草坪，树还是树，什么都没变。改变的是我。现在的我已经不是以前的我，而是一个懂得坚持、思考、努力、拼搏的人。

一首歌唱得好：“不经历风雨怎么见彩虹？”从军训中走出来，我已经开始走在高中的起跑线上。好好想想。军训带给我一种内在的能量，让我懂得努力，让我的高中生活闪闪发光！

短短的五天军训生活包含了无数的苦与乐，生僻而复杂。留给我的的是无尽的回忆！

## 初中学生军训心得体会总结篇二

星期一晴最高气温33度军训还没开始，同学们就个个汗流浹

背了，但我们都能挺住，而且精神饱满，。上午8点，我们10个刚刚组好的班集体便整齐的集合在我还舍不得离开的母校——稷小的操场上，来不及多看一眼母校的一草一木，训练便正式开始。我们训练的第一项内容是：站军姿。这个军姿还真不好站，要求：两脚尖分开60度，脚后跟并拢，两腿夹紧，两手4指并拢，大拇指在食指的第二个关节处，挺胸收腹，两眼目视前上方15度角处，身体微向前倾。

我们的教官可狠了，命令我们先后站了1小时，可把我们害苦了，许多同学都晕了，我的眼镜不一会儿就溜到鼻子尖上还不能动，否则必须打“报告”。下午训练时，再看看我们的队伍，个个英姿飒爽，昂头挺胸，那才叫整齐划一呢。可是我旁边的李浩还不时偷偷的捣蛋，但还是被教官发现，一共罚他做了40多个俯卧撑。艰苦难熬的第一天终于结束了，好热好累的一天啊！听说以后4天气温仍然像今天这么热（平均33—23度□□oh□mygod□

### 初中学生军训心得体会总结篇三

在小学时军训都是在春游秋游时去两天。我在小学的时候的军训也许只是仅仅两天但收获丰富，我认为如今我已是初中生了，所以军训一定比小学更严格，但同时收获也更大。教官，说这五天如果偷工减料，不能克服困难，不能坚持下去，也就这五天毫无收获。我们也就白白浪费了磨练，学习，提升的机会。

我相信在接下来四天珍贵的军训里还会有更多收获！

#### 军训的第二天

经历了一天的军营生活后，我越来越觉得我们想小军人。不仅在训练场是，连生活中的每一个细节都要一个要求在自己。

早上，我们女生宿舍因为没有严格按照标准整理好，被教官

要求重新整理。整理后，教官又过来检查，教官并没有因为我们年纪小而放低最低标准，但教官很耐心地指出我们不合格的'方面，还教我们叠被子。教官后来又检查了很多遍，告诉我们如果达不到标准就要扣班分，这就会影响到集体。

因此，我们作为小军人，就要一个要求在自己，从态度到行动都要一丝不苟，严肃认真。

### 军训的第三天

今天，是军营生活的第三跳，我们今天学习了两首军歌，在练习场上学习了齐步与正步，晚上还看了《冲出亚马逊》。

上午，我们在室内学习打拍与唱军歌。一开始，我们的节奏时快时慢，参差不齐。教官后来要求我们团结一致，经过多次练习，终于成功达到万马齐奔的气势。

说到今天的收获，我认为可以用两个词来形容“团结”与“坚持”。

## 初中学生军训心得体会总结篇四

我们心里有一些收获后，可以寻思将其写进心得体会中，这样能够给人努力向前的动力。一起来学习心得体会是如何写的吧，下面是小编收集整理的初中学生的军训心得体会范本7篇，仅供参考，希望能够帮助到大家。

在经过小学六年的风霜雨露后，我踏进了初中的校园。在步入这新学堂前，我与新同学经历了四天的军训生活，我颇有感慨。这四天，看起来很短暂，但对于我，却是度日如年，一刻也过不下去了，我们顶着太阳，在操场上站军姿，练队列，跑步，穿着长长的迷彩服，耀眼的阳光照在眼睛上骄阳似火，对于我来说简直是一种煎熬。我们的军训一天比一天

苦，一天比一天累，心里无数次的打起退堂鼓，但一看到其它同学都在坚持，我也坚持了下来，最后一天，有几位叔叔，阿姨来加成我们的军训成果，我们都将自己最好的一面展现了出来，结果取得了好成绩。老师表扬了我们，我心里比吃了蜜还甜。我们的努力没有白费。这次军训使我知道自己肩上的责任，军训这一课让我终身难忘，受用一生。

军训使我们的体质增强了，意志磨练了，军训这一课带给我们的是一本读不完，看也看不尽的书。这次军训使我知道独立，自主，做事要坚持不懈，要具有永不放弃的精神，才能取得成功，取得胜利。

在湖塘实验中学的5509宿舍里，我们八人上演了一段宿舍协奏曲。

“快刷牙!”“快整理!”我被一段说话声吵醒，望向窗外，此时已是大白天了。身为才上任两天的舍长，我一跃而起，正所谓“新官上任三把火”嘛!本想催促同学们的，没想到他们已经穿好衣服了。我一个箭步冲进厕所，飞快地洗漱，然后出门大喊：“快叠被子!”有些熟练的同学早已叠好，我也不甘示弱，但有一两位同学遇到了麻烦，“来，我来帮你!”“三个臭皮匠，顶个诸葛亮”，两三人一涌而上，问题就解决了。

此时，太阳透过了云层，露出了笑脸，让我感到格外温暖……

见到同学们如此热心，我趁热打铁：“还在等什么?快去打扫宿舍!”于是，同学们开始了：扫地的扫地，倒垃圾的把垃圾放在门口，清便池的清便池。我不忍心让同学们单独干，自己也帮忙。扫的快的同学帮慢的同学，快帮慢，大帮小，我对这些人的热心，瞠目结舌。

到了去教室的时候了，宿舍里却好像依然有欢块笑语……啊，

宿舍协奏曲，是我们爱与合作的结晶！

军训，大部分人都会经历，有的人认为它是一次十分艰苦的磨炼，有的人认为它是一次舒适无比的度假，也有的人认为它是打发时光的日子，而我却认为它是一次体会人生的机会。

军训，让我不再贪恋家中的蜜罐温床，也让我卸下了幼稚无知的外壳，让我从心底里明白我们要自强、自尊、自立与自爱，让我们明白了其实成功，并非聪明者的领域，也不是富裕者的港湾，而是努力者共同奋斗的目标。其实成功离我们并不遥远，只是一步之差，而那一步的名就叫做坚持。只要我们坚持不懈、努力奋斗就会取得成功。解放军叔叔也是靠着这样的顽强的斗志，以及惊人的毅力才取得了全民族的解放，才成就了今天我们美丽的新中国。军人其实也无异于我们平凡人，可是在祖国有困难的时候，他们便会毫不犹豫地挺身而出。在那时，他们仿佛再也不是普通的平凡人，更不是身装着军装的军人了，而是时刻奋斗的勇士。在他们的眼里并没有害怕与退缩，而是充满了斗志与信心，个个昂着挺胸凝望着前方，志气高昂。

是啊！我们就应该像军人一样，学会坚持，学会奉献。要把祖国的利益放在首位，个人的利益放在后面。在太阳底下操练，我们或许会感到很辛苦，也会抱怨，甚至产生了抵触情绪。可是与此同时我们并没有想过，其实这一丁点的苦跟解放军叔叔所受的苦比起来，根本就是小巫见大巫。而且，在阳光的照耀下，我们并不是在受苦，而是在磨炼着自己的意志。

磨炼我们做人的意志，无论前方的路是多少平坦，这将是无比地艰辛，但都不要害怕，要勇敢地走下去，要知道阳光总在风雨后！如果连这一点困难都不能战胜的话，那就别想谈成功。在远方的边防战士是我们学习的榜样，他们无论风吹雨打，日晒雨淋，还是饱受相思之苦，他们都没有动摇扎根边疆的决心，而是毅然地站在自己的岗位上默默无闻地工作。

在军校中，不仅仅是太阳在磨炼我们的意志，就连饭菜也在考验我们的能耐。

在晚饭时，要得到命令才能吃，可是在没下命令之前，我们已经饥肠辘辘了，可是又不能表露出来，只能用精神来抵制美食的诱惑，但是我相信，如果我们连这都能战胜的话，那对抗社会上的不良作风就更是小菜一碟了。

在军训的生活中，我们不仅明白了做人的道理，而且还学会了做人应该学会心胸宽广，学会礼让与互相帮助。

在许多的时候，我们总是喜欢独来独往，从不顾及他人的感受，而导致在无形中会伤害到别人也毫不知情。但是在军训的几天中，我们变了，变得不再为我独尊，不再独来独往，而是学会了礼让与团结互助。

教官在大多数人的眼里都是可怕的魔鬼，一点都不近人情。可是在事实上我们却错了。教官并不是凶恶的魔鬼，而是善良的天使，辛勤的园丁。他默默地为我们付出却从不求回报，他毅然地投入人海中去，只留给了我们一个孤独的背影，他在祖国有困难的时候总是站在战场的最前方。

在没踏进军校前，我怀着一颗必死的决心，世界是漆黑的一片。而在我踏出校门的那一刻，我顿时思绪万千，心里有说不出的滋味。我发现世界原来是那么的美好，军训原来是那么的幸福，人生原来是那么的精彩。

今天是我们军训的第二天，我们学习了健步走。

皮肤晒黑了，嘴唇咬烂了，脚站酸了，这又算得了什么？一个人的意志没有经过苦难的砥砺，就不会以一个强者的姿态站起来，就不会懂得奋斗的乐趣，不会理解成功的艰辛。严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点。

健步走是在军姿行走的基础上，以肩关节为轴自然的前后摆臂动作，还要把手臂抬高，后面的手自然往后排，要达到自己的极限。我们从30秒一次的换臂摆臂训练，到教官说一个数，我们换五下胳膊的摆臂训练，以及加上脚步的一排一排的健步走训练。从上午到下午，我们班没有一个人去旁边单独休息，我们都坚持下来了。教官告诉我们：一个人练好健步走很简单，可是一队、一排人练下来，却是需要很大默契。

漫长的军姿，踏不完的健步走，挨不完的训斥，使个个脆弱的我们慢慢变得坚强。严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，是坚强。

我们需要团队精神，每一个步伐，每个口号。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……“只要功夫深，铁杵磨成针”尝试毅力让我们渐成一个集体，一切就会成功。

在漫长的5天半军训中，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！”

军训不仅培养了我与同伴团结合作的精神，还磨练了我的意志。宋代诗人苏轼曾说过：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”5天半的军训使我感受到了热与累；使我体会到了军人们的纪律严明；使我明白了团结就是力量，作为集体中的一员，应该时时刻刻为集体着想。

“不经历风雨，何以见彩虹。”“不经一番寒切骨，哪来梅花扑鼻香。”我想，这次军训也算是一次小小的锻炼吧。军训虽累，可也有快乐的时光。休息时，同学们围坐在一起，说说笑笑，谈论着一些奇闻趣事。被阳光普照着的面庞，显露出快乐的神情。

时光如同一条潺潺奔流着的小溪，转眼就逝去了。5天半的初一军训生活也仿佛就在眼前，使我难以忘却。这也将成为我成长道路上的一颗星，我会永远记住它。

早晨，我昂首阔步，心中充满期待，因为今天就要开始军训了，一段未知的生活。

然而它并没有我想像中那么快乐、轻松。刚开始站军姿，我双腿抖得特凶，站了一会儿，我身体已经快支不住了，我这都是因为平时不训练呀！尽管我快倒了，我的信念支撑着我，坚持不懈！我心中想：别人都不倒，我也不能倒；就算别人倒了，我也还是不能倒！但这一半天下来，我感觉我的腰已经断裂了，撕心裂肺的痛！但我忍着没有抱怨。

我怎么敢抱怨呢？从小到大，到现在，我的毛病多，我做事三分热，注意力不集中，以至于今天做错了一个动作，喊报告声音也太小，以致被教官罚大声喊报告三十声，这只是一个小小的惩罚，但它却是治病的疗药，我会铭记于心，因为这是对我注意力不集中的第一个惩罚，通过今天一天的军训，我也想通了许多。

我不是为失败才来到这个世界的，我的血液里没有失败在流动，我不是任人宰割的羔羊，不是松懈的人。我是猛狮，不愿与羊群为伍，我不想听因没有坚持而失意的人的哭泣，我更不能成为这样的失败的人，因为失败者的屠宰场，不是我命运的归宿。

生活中要不松懈不难，用毅力控制住，只是在你认为你快不行时，再咬牙向前走一步、再走一步、还走一步、每次前进一点，简单，但贵在坚持不懈。

在今后的生活中，以及为期一个周的军训中，我必须坚持不懈，坚持人生原则，坚决完成军训中的要求。只要我一息尚存，我就不会松懈，因为，我已深知成功的秘诀：坚持不懈，



终会成功。所以我必须坚持不懈，直到成功！

稍息！立正——瞧，我们都当上兵了。在万物茂盛的夏季，南昌市绿野军体培训中心变得热闹起来，我们——南昌市外国语学校的新生，即将开始4天的军训生活。我们身着一身亮丽的迷彩装，整齐的站在的操场上，如同五线谱上舞动的旋律。

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

烈日下的军训磨练着我们的意志，锻炼着我们的体力。立正、稍息、齐步走。最简单的姿势，最基础的要求。但要把它们做到最好却要付出汗水伴随坚韧的意志。军训告诉我们学习生活中也应本着军训精神能吃苦能坚持方能拥抱明天！

一切行动听指挥，铁的纪律，钢的意志，辛勤的付出，让我懂得了军训的意义，生活的意义，军训感想记在了我的心里。

## 初中学生军训心得体会总结篇五

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。接下来，小编在这给大家带来初中学生军训心得体会。欢迎大家借鉴参考！

时光流逝，转眼间，小学六年也已成为了过去，我们将迈入初中的大门，去感受与众不同的生活。为期三天的军训成为了我们进入初中学习的第一课。

进入初中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我

挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了，很累，而且有酸酸的感觉。教官已匆匆地走了，却留给我们深刻的回忆。其实我觉得军训的这几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形，而是在磨练我们一种意识；一种吃苦的意识；一种坚持的意识；一种团结的意识；一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

令我印象最深的是“俯卧撑”，那可真叫“刻骨铭心”，我想我这辈子都不会忘的。

本以为我们的教官还是有一个菩萨的心肠，后来太让我失望了！他说“趴下”的那一刻，我就已经绝望了。我已经热汗盈眶了！算了，今天我就先忍忍你，明天就不用训了。随即，我也趴下了。可是没那么好爬，这个“路途”还是很艰辛的，没想到男生真的是“深藏不漏”哇！爬得这么快，后来我发现我落后好多了！我使劲的爬，发现我不管怎么爬，还是在后面。我开始犯规了，我用“狗爬式”的，还只能勉强在女生中的前几名！快到了，我看别人在教官不知道的时候跑，我也豁出去了，跑了起来才发现我已经是“伤痕累累”了，而且手特别痒。太折磨人了，我要投诉你们虐待青少年！（开玩笑的，我才懒得）

更折磨人的还在后头呢！我们跑了一会儿就要20个俯卧撑，这

些教官真是“站着说话不腰疼”！我想起电视剧里的人做俯卧撑都那么轻松，我应该没问题的！我觉得我是太过自负了，现实是残酷的！我刚做了一个，就不行了，还有19个怎么熬得下去啊！只能再次耍赖了，就直接趴在跑道上，用两只手撑起来，随便应付一下咯。

时间过得太快了，一转眼，三天的军训已经结束了，回想军训时的我们，心里很开心，也很不舍。

军训的第一天，我们认识了教官，那天很热，我们又是第一次军训，当时只是觉得军训很好玩并没有想太多，谁知教官下的第一道命令就是站军姿，10分钟，并且腰要直，两手要紧紧贴在大腿两侧，两脚要分开60度，10分钟以后，同学们一个个都累得汗流浹背。可是到了下午下起了大暴雨，所以教官就不得不停止了训练。

第二天，是练习向左转、向右转、向后转，和齐步走，这些动作看起来简单，而亲身实践可真是难啊！光是向左转、向右转和向后转就把大家弄得晕头转向，常常转错方向。而齐步走更是难，教官总是说我们像散步，有的同学都走顺拐了。下午继续让我们练向左转、向右转、向后转和齐步走，因为明天就要会操比赛了，大家也变得认真起来。

军训最后一天到了，上午的时候，教官领着我们熟悉场地，并练了几遍，就让我们休息，下午，比赛开始了，大家认真地完成每一个动作，到了最后我们还是没有得到奖状。会操结束之后要跑操，跑操好像跑了n圈，很累的！一般人是承受不了的，我觉得我整个人都轻飘飘的，四肢好像要散架了！但是木有办法。

这一次的军训让我体会到了，军人的艰辛，也明白了付出汗水的快乐，让我们锻炼了自我，提高了素质，坚定了意志，团结了同学，战胜了困难。

历经了小学六年的风霜雨露后，我终于可以开开心心的踏入初中的校园了。在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训。在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落。这对我来说，简直是一种煎熬。因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸。这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我。我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人。经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑。看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！

五天的初中军训生活很快就结束了，这短短的五天，使我们深切的体会到生活的艰苦，感受到团结是集体的灵魂，更使我们懂得了坚持的含义。这里留下了我们太多的第一次，留下许多美好的回忆。

还记得第一次来到军营，看到整洁的床铺，干净的地面，心中不免会有疑惑。但更多的还是清新，也许一开始我们会想“这难道是我们睡的地方？与家里宽大，柔软的床比起来真是太简陋了！”第一次叠被子是在教官耐心手把手的指导下，终于叠成了，虽然七皱八褶，不能与教官叠那样平整的相比，但内心却充满了自豪与满足。第一次与同学们睡集体宿舍，每个人的心中都有安奈不住的喜悦，即使冒着被拉出去罚站的危险，我们仍然会在一起“嗡嗡嗡”的小声议论。会觉得与教官“打游击战”的确是件有趣的事儿。第一次在操场上训练军姿，一站便是三分钟，不像平时一样随意。站得每个人浑身酸痛，腿脚发麻，甚至会羡慕起家舒适的生活，会抱怨教官的严厉，反感这里的训练和纪律。第一次在食堂用餐，餐桌上的食物并不如我们想象的那样丰盛，美味，只是简单的三菜一汤，白面馒头和略带苦涩的青菜，并不合我们胃口，但在教官的压迫下不得不吞下肚去。第一次洗碗，油腻腻的碗筷拿在手中直打滑，一不小心就可能摔破一只，但我们只得硬着头皮小心翼翼地清洗。

逐渐地我们习惯了军营里的生活，虽然训练很苦，纪律很严，但我们都咬牙坚持下来。宿舍里被褥和床单铺得平整干净，枕头摆放十分整齐。训练场上同学们个个精神饱满，听从教官的安排，认真专心的训练。我们不再抱怨，不再反感军营生活，懂得了坚持的含义。吃饭前嘹亮的军歌唱的铿锵有力，久久回荡在军营。我们一个个迈着整齐的步伐，甩开双臂，目光坚定，放开嗓子喊着“一，二，三，四”，这时候我觉得自己就是一名军人，一名严守纪律，以集体荣誉为重能够担当起建设，保卫祖国的重任的军人！晚上，我们一个个端坐在小椅子上，看着军事记录片，内心慷慨激昂，不仅了解了军事，国防方面的知识，更感受到了作为一名军人所承担的职责之大，之重。深切的明白团结的力量，严守军纪的重要。

眼看短暂的军训生活就要结束了，一股不舍之情从我心底油然而生。回忆几天军训过程中的点点滴滴，苦中有甜，甜中带苦，嘹亮的歌声还萦绕在我耳畔。教官严肃的面孔，同学

们整齐的步伐浮现在我的眼前。最后一次有同学们睡在集体宿舍中，最后一次吃食堂的饭菜，最后一次与教官一起训练，最后一次坐会场里看电影。一切都是如此美妙，一切都成为我记忆中宝贵的财富。

经过这次军训，使我变得成熟，更坚强，我想在平时的学习，生活中需要的也是这种品质。“阳光总在风雨后，不经历风雨怎么见彩虹”，我会牢记这句话，迎接生活给我的挑战！

金子要经过寻矿、开洞、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来，我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战！

不错，军训是这样的，尽管辛苦，但是“一份耕耘，一份收获”，没有你每天的训练，就没有今后形成整体的团体和集体主义观念。许多同学认为，这是一种无聊透顶的行为，甚至有同学认为，这是愚蠢至极的活动：除了站立、稍息、跨立等等还有什么呢？其实军训是锻炼你毅力的最好方式：当你在你需要坚持而你又挺不住的时候，你又会采取什么行为呢？是按兵不动？还是立即撤退？为了练就坚强的毅力，为了团体荣誉，相信你会认真地坚持下去！毅力是长期锻炼出来的：成功者是如何成功的？毅力起着决定性作用，你坚持下来就胜利了！没有毅力，许多事情是办不成的。

就像一句话：“不抛弃，不放弃”，记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会！珍惜这个机会！

这几多天里的军训场上，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，让我懂得的，太多，太多...

凡是参加过军训的人，一般都对跑步有比较深刻的印象，因为这是军训中技术含量较高的项目，过程相对来说比较烦琐。果不其然，光一个立定，就让原本整齐的班变得参差不齐。于是教官决定分排作业。

今天的太阳格外明媚，阳光肆无忌惮地晒着我们的皮肤。不一会工夫，大家就都汗流浹背口干舌燥。“跑步——走！121！121……”“立-定！1234”我扯起嗓子尽力让每人都听到，大家一遍一遍地在操场上来回奔驰。紧遵教官“前不露肘后不露手”“准备时身体向前倾”的教诲，从一开始跑得乱七八糟，到整个排面渐渐成了一条直线。

可是立定之后，总是有几个人不是停快了就是跟慢了。看着一旁的男生停得远比我们好。不少人开始着急起来。训练成绩仿佛又回到了起点。作为本排负责人的我，一下子不知如何是好。突然想起团结就是力量，如果我一乱大家只会更乱。于是我镇定下来提高了声音，加紧练习，互相打气。终于练好了立定。

“经过我们的教官一致决定，这次军政夏令营活动初一年段第一名的班级是——”就在这时，时间好像静止了，大家迫

不及待的盼望着最后的成绩，“是八班！”随着成绩的公布，台下传来阵阵掌声和阵阵叹息声。“耶！”我们八班的同学高兴极了，在这个值得我们欢庆的时刻，我们不禁感叹，这几天军训的汗水没白流，努力没有白费呢。

这次比赛我们班得了第一，这是我们进入中学的一个好的开始，是第一次我们初一八班站在一起的比赛，虽说在一起相处才7天，但是彼此间却结下了友谊，心中都有一股团结的力量。

这次军训，最重要的是锻炼了我们吃苦的精神，记得军训的第一天，教官教我们怎么样站军姿。两脚分开约60°，挺胸抬头，小腹微收，两肩后张，教官跟我们讲了些动作要领，并示范给我们看后让我们自己开始练习。

军姿？有许多同学都暗笑，很简单的动作嘛，不就是比平常的站姿再稍微直点吗？哎，没想到所谓的军训没想我们想象的那么难。但是你真正实践过才明白，一个简单的动作，做起来是那么的不简单呢。特别是肩膀，半个小时下来，实在是说不出的酸，都僵硬了。再加上天气十分的炎热，有些女同学受不住在太阳下暴晒，有些是难受，有些都当场晕了过去。看了看身边的人，我咬了咬牙，心想：我一定能吃苦，要坚持，一定要坚持！除非万不得已，一点小痒小痛不能向教官打报告。

果真，努力是一定有收获的，就在军训的最后一天，我被评选上了“优秀营员”，我很开心，但是不是因为我被评上了“优秀营员”的称号，而是为我们的班级高兴，我们的班级得了第一！每次想到这，我都会想起一个词，团结。我们班的团结不禁体现在这次比赛，还有每天唱军歌的时候。

每一天，我们都会拉歌娱乐，每个班和每个班对比唱得好，对比唱得更响亮。刚学的时候，大家都很认真的在学习一首首军歌，会唱的总是大声的带着不会唱的。到了后来，每班



开始拉歌比赛，我看见了我们班团结一心，大家放声歌唱着，虽说有些跑音，但是看到自己班级是那么的团结，我十分的开心，心中暗喜：太好了。

这次军训，虽然很苦很苦，但是苦中总是带着欢乐，7天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入中学的第一个影响我们的深刻的一课。

## 初中学生军训心得体会总结篇六

为做一名合格的初中学生，学校组织于8月19日至24日，在北京通州陆航某部教导队进行为期6天的军训及入学教育。

军训的生活是难忘的，总的感受是“紧张中有轻松，严格中有关爱，约束中有自由”。刚去的两天，我脑子里只有一个念头：“走了！快离开呀”是啊，终于走了，但真正离开就有些舍不得。旁人看来，短短的6天，一转眼就过去了，但对我们来说，意义可就大不一样了。用一句话来概括，军训让我明白了“做事先做人！细节决定成败”的道理。我有很多的感悟，下面，让我细细道来。

1、快节奏要求与慢半拍习惯的我，随时都磨合中。8月19日早晨7：30，十四辆客车浩浩荡荡，从市中心向目的地进发，行程一个小时，来到了军营。来不及休息，没有观游，于9：00举行了开营式和入营安排。第二天，天没亮就起床整理内务，就开始紧张的早训。按计划实施了跑步、早读。早训后，休息5分钟整队去食堂。吃饭与平时细嚼慢咽大不相同，必须10分搞定。然后继续训练，直到晚上十点才熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。我想这也是军人的厉厉风行、说干就干，注重平时细节所养成的。

2、整洁内务标准，不断考验着我的耐心、细心。从整理内务

来说，教官要求我们把被子叠成“豆腐块”、毛巾在脸盆里要压出印儿、脸盆和拖鞋的不能超过那条线、这对我们来说非常有新鲜感，每个人都迫不及待地想试一试，开始大家都按家里的方法来整理，教管却说不行，并一点一点的教我们怎样把被子的棱棱角角叠出来，教我们如何摆放需要用的物品、箱包，讲着讲着我有些不耐烦了，叠个被子需要那么麻烦吗？一分钟叠吧叠吧不就行了吗？像他这么慢多浪费时间呀！听着教官的讲解我的心静了下来，坐在床上一点一点地叠起来，想着教官的每一句话，慢慢我的心没有那么浮躁了，在交谈中，我了解到整理内务是每个军人的“必修课”，他们几年如一日，逐渐养成了遇事沉着与冷静，不急不躁的品质。这种品质，不正是我们身处闹市，排除各种干扰，潜下心来学习所需要的吗！

3、严格的队列训练，与我们极度的想放松，形成了身心上的“对抗”。队列训练的集中5天时间进行，安排的内容主要有：站姿、原地稍息立正、四面转法、跨立、蹲，行进中的齐步走、正步走、跑步走和步伐转换。在军训的前两天，我们体力上还抗得过来，但往后的几日，就没那么轻松了，基本上按成人标准高强度训练。整日这种严格的列队训练把我们压得有点喘不过气起来，再加上教官一丝不苟得训练质量要求，让我们的心身更是“雪上加霜。”但细细想来，这些天的艰苦训练就像一首歌所唱到的，“不经历风雨怎能见彩虹，”一句话：没有人能随随便便成功。这些话时时刻刻给我动力，不过训练是科学的，训练中也有一些休息的时间，体力得到了及时的恢复。晚饭后我们也有一些有趣的活动，让我们增添了活力！

军训给了我更多的感悟，感谢学校和老师给了我初中学习的第一课！

初中军训心得2

## 初中学生军训心得体会总结篇七

度过了六天的军训，同学们是什么感受呢？有些许疲惫，有些许兴奋，有些许解脱，更有些许的心得体会。

六天军训虽短，却给我们上了初中的第一课。军训中，有苦，有累，但更多的却是无尽的快乐。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训六天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这十天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

第一天军训，暴雨骤至，给大家一个下马威——好象老天有意告诉我们，军训不是闹着玩的。大家一起学习立正，稍息，一遍遍地做着枯燥无味的四面转。渐渐地，太阳又露出来。被雨水打湿的衣裳刚刚晾干，就又被汗水所浸湿。然而，汗水浸湿了衣裳，却无法打败大家的坚强。第一天，我们学会了坚韧不拔。

第二天军训，艳阳高照。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休

息，即使脚下磨出了水泡。这一站，就是半个小时。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。第二天，我们学会了服从命令。

第三天军训，要迎接下午的会操。为了班级的荣誉，每个方阵都一丝不苟地练习着集体的配合。从最简单的立正，稍息，到向右看齐，再到四面转法，最后到整个方阵的齐步行进，都不允许任何一个人犯一点差错。俗话说：差之毫厘，谬之千里。不错，前排同学小小的一个错误，就会是整个排面变乱，操场上，没有一个方阵无数次地从这一头走到那一头，再从那一头跑到这一头。无数次的练习就是为了训练整支队伍的统一一致。教官说：步调一致，整齐划一才是真正的军队。今天，我们又学会协调一致。

六天的军训，我们付出了辛苦，付出了汗水。然而得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令。军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们获益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。

在今天的军训汇报演出上，大家或许是备感自豪，或许是心喊解放。然而，毕竟我们经历了，我们努力了，我们能够说，军训后，我们更出色。

我们选择了坚持。尽管烈日炎炎，一分一秒地如此漫长，但在训练场上的我们昂首挺胸、精神饱满，认真进行着训练。最后的结果正像教官说的那样，胜利是属于我们的，我们用自己的汗水和努力换来的是结业式上完美的表演，赢来的是前来参加结业式的院领导、老师以及教官们的认同和掌声。

我们不否认的是，身为独生子女的我们习惯于独来独往，凡事先考虑到的是我们自己，而忽视了许多事是需要大家共同为之付出才能做好的。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。为了使这个团队有一个良好的精神面貌展现在全体教官

的面前，为了给学院增光添彩，不少同学是带病坚持训练的。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

在军训过程中，我们不但学会了一些军事常识，我们还学会了尊重他人。开始我们曾为一些小事与教官发生冲撞，以至于彼此之间产生了误会，说话语气也难免会重一些。但是我们随时都在反醒自己，毕竟军训的目的就是要让我们体验军人的生活，了解作为一名军人应遵循的基本准则；而教官们亦在调整，因为我们是学生，和真正的军人是有差别的。为了缓解偶尔出现的矛盾，我们坐在一起聊天，交换着各自的人生经历和对问题的看法，换位思考后彼此之间有了进一步了解的同时，我们也明白了军队铁的纪律，而教官们也接受了我们身上存在的一些问题。从中我们也体会到了学会理解和尊重他人，学会换位思考的重要性。

也许是离家在外，身在军营，我们的教官不能经常回家，所以他们对父母兄弟姐妹有着一种深深的思念，每次回家都会为父老乡亲们做点什么。他们对家乡的怀念和对父母的孝敬，感动了我们的同时，也使我们学会感激父母的养育之恩，所以在打电话回家时，我们会叮嘱父母上班时路上小心，不要吸烟，那有害身体健康；生病了记得要吃药，不要为了挣钱而忽略自己的健康；我们在基地生活很好和同学教官相处很融洽，请不要为我们担心。匆匆挂上电话，擦掉眼角的泪水，心中充满了无限思念。可以说，军营的生活使我们的意志得到锻炼的同时，也使我们懂得了感恩，懂得了长大成人的意味着什么。

难忘的军训，教会了我太多、太多。自信、奉献，尊重、感恩。这些都是财富，一笔宝贵的财富。

## 初中学生军训心得体会总结篇八

军训在我的脑海中以至是一件好玩的事情。这种场面我也只是在电视上看过。在我小时候，每当我从电视上看到军人的英姿飒爽时，我就想再长大以后也一定要体验一下这种军人生活，或者最后当一名军人。就在今年，我终于体验了一回军人的生活。

在初中开学的前几天，我们学校就开展了一个维持三天的军训。一开始，我听到了这个消息，心中便自喜，这下可有好玩的了。

在军训的第一天，听完了教官的自我介绍后更觉得有趣了。这是为什么呢？因为那天他是这样介绍的：大家好，我姓王，叫王忠苗，以后你们在军训中，要叫我王教官，但在私底下可以叫我苗哥。我们在军训中就时常叫他王教官了，调皮的男生就叫他苗哥了。看到王教官和蔼的面容，我十分确定在军训时一定好玩。在七点半时，我们在学校操场站好了队伍，军训便从这里开始了。在上午时，教官先教了我们最基本的一些姿势。然后就是一整天的练习几个动作了。善舞还好，太阳不是很辣，下午那才叫热死人，那太阳兼职在吧我们当做烤鸭一样烘烤，以后几天便一直都是这样。以前一直还以为军训很好玩，现在看来倒是有些后怕了。

但在这些乏味的训练中也有有趣的事情发生，如教官教我们对决唱歌的技巧，以及与其他班级唱歌比赛，都十分让我开心。

我也在军训中悟出了三个道理：一是人类的力量来自团结。二是成功的果实来源于辛苦汗水。三是人总要经历磨练才能成才。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档