2023年军训体会初一(实用12篇)

答谢词可以让我们表达对亲人、朋友、同事和他人的感谢之情，拉近彼此的距离。如果要写一篇较为完美的答谢词，我们首先需要回忆起对方给予我们的帮助和支持。如果您正在苦恼如何写一篇答谢词，不妨阅读以下范文，或许会有所帮助。

军训体会初一篇一

第一段：军训的重要性（200字）

初一军训是每位中学新生必经的阶段，不仅仅意味着学校的安全性，更能够培养学生的纪律性和体力素质。通过参加军训，学生们可以学到如何遵守纪律、团结协作、坚韧顽强、勇往直前等宝贵的品质，对于他们的成长和未来的发展起到了重要的促进作用。

第二段：军训安排 （200字）

我校的初一军训安排充满了新鲜感和挑战性。我们每天都要早早起床，进行晨跑和威风凛凛的军体操，紧接着是严格的军事训练，如步操、射击、绳梯攀爬等。通过这些集体活动和个人项目的训练，让我们能够锻炼身体、增强体力和意志力，并培养集体荣誉感和责任感。

第三段：困难与挑战（200字）

军训的过程中，我们经历了许多困难和挑战。最初，有些同学因为体力较差或没有军事训练经验而感到无所适从。但是，在教官们的耐心指导和同学们相互鼓励的情况下，我们逐渐克服了困难，变得勇敢和坚定。例如，攀爬绳梯一直是我最大的挑战，但经过反复的尝试和同伴们的帮助，我终于爬到了梯子的顶端，取得了巨大的满足感。

第四段：收获与成长（300字）

通过军训，我不仅仅获得了身体上的锻炼，还培养了团队合作精神和领导才能。在集体项目中，我们要密切配合，相互扶持。而在个人活动中，我们需要表现出个人的特长和能力。这些经历让我学会了如何与别人合作和沟通，在同学们面前展示自己的优势和特点。另外，军训还加强了我的毅力和忍耐力，尤其在面对繁重的训练任务和困难的情况下，我能够咬牙坚持，从容应对。这些都是我在军训中收获的宝贵财富。

第五段：对军训的期待和感谢（300字）

初一军训给我留下了深刻的印象和美好的回忆，它不仅仅是一次训练，更是一种成长和锻炼。虽然军训中遇到了许多困难和挑战，但每一次的挑战都是对自己的磨砺，都值得我们去追求。在这里，我要衷心感谢所有教官的辛勤付出和同学们的支持和鼓励。希望将来的军训能够更加精彩，让每个初一新生都能在军训中获得更多的收获和成长。

总结：

初一军训是一次锻炼个人能力和培养团队精神的宝贵机会。在经历了一系列集体和个人项目的训练后，我们从中收获了人生的财富和宝藏。军训让我们学会了遵守纪律、团结协作、面对困难勇往直前。它不仅仅是锻炼身体，更是锻炼意志力和毅力的机会。初一军训的经历将会对我们今后的学习和生活产生深远的影响，使我们变得更加坚韧和自信。

军训体会初一篇二

小学升初中，其实我的内心是抗拒的，但随着军训的结束，我的心理发生了极大的变化。

以前的我总是很抵触接受新事物，觉得一成不变便为。但当

我踏入xx□踏入x班的大门时，我心中的那扇不愿为陌生事物敞开的门悄无声息的裂开了一个缝隙。我惊奇的发现，班级里的同学其实很友好，新的环境也很舒适，我开始乐意并且想要去尝试接受新的事物。

军训的许多科目是需要同学们齐心协力才可以完成的，也正是这几个科目，我才会敞开心扉，和大家打成一片。

初步训练，我光荣的成为了小组长并带领第x排的同学训练。老师、教官的表扬和同学的鼓励使我有自信去认识新朋友。渐渐地，我发现我从一个在班里基本是空气的人变成了一个开朗、活泼、能和同学打成一片的爱笑的女孩！

和大家互相熟悉后，各种训练科目做起来也比较容易。在我能够熟练地掌握动作要领时，我开始严格的规范自己的动作。一天的训练，汗水浸湿了我的衣服，脚跟变得又红又肿.....但我仍不叫苦，不叫累。最终，幸运眷顾了我的努力，如愿以偿，我成为了优秀标兵。

以前，我可能觉得这很轻松，但是现在我清楚地知道“优秀标兵”这四个字的背后是我十天的付出和汗水——辣的太阳直穿我的皮肤，大地被烤得烫脚；汗水顺着发丝流下来，痒痒的，我分明能感受到它滑落的痕迹。我曾一次次的想过放弃，但我也不断地告诉自己要坚持下去□x天之后，三十几度的高温对我来说都是小菜一碟。我知道，我又进步了一点。

从沉默到开朗，从累到麻木，每一个阶段都代表着一次成长。老师、教官和同学都是见证者，见证了我的成长。这次军训将会成为我成长过程中一段闪亮的记忆！

军训体会初一篇三

初中生升入高中后，首先经历的便是军训。这对于初一新生来说尤为重要，不仅是对人生的一次历练，也是走向成长的

重要一步。经过这一段时间的军训，我收获了很多，也体会到了训练带给我成长的关键。

第二段：身体和意志的锻炼

很多人都认为军训就是一场纯粹的体育课，但是我认为这比普通体育课还重要得多。军训锻炼了我们的身体，也锤炼了我们的意志。从早到晚的训练，不断地跑步、俯卧撑、仰卧起坐等动作，不仅让我们身体得到了最基础的锻炼，也让我们的意志更加坚定。即使感到疲惫，还能坚持到底，不放弃。

第三段：团队意识的培养

军训除了个人的身体和意志锻炼，也十分重视团队意识的培养。团队中要求每个人密切配合、互相鼓励、共同完成任务。每个人都要想办法如何配合团队完成任务，这种团队合作的思维方式不仅能够在军训中体现，也能够为以后的学习和工作中提供极大的帮助。

第四段：领导能力的提升

在训练中，还要求我们担任小组组长，带领小组完成任务。这种领导方式要求我们善于沟通、懂得分配任务、能够协调组员间的矛盾。这在以后的工作中也至关重要，能够成为一名优秀的领导者。

第五段：结语

经过这段时间的军训，我深深体会到成长的关键在于如何跨越自己的极限，在如何与他人合作，在如何给予他人帮助的同时，不断自我提升。军训期间，我和我的组员们一起缓慢地向前走，知道了如何面对挑战，如何成长。在未来的日子里，我会在学习和生活中保持这种精神状态，成为更好的自己。

军训体会初一篇四

在xx年8月25日，也就是今天，我参加了中学第一课——军训。

今天军训的内容是军姿、稍息、停止间转法，一听就很充实。

分配完教官、场地之后，我们开始了军训。教官把我们领到指定的场地，然后让我们站军姿。教官不停的在队伍里穿梭，纠正我们的动作，可是第一排的男生总是很懒散，教官纠正好了动作，他又放松了。等教官走到队伍前时，一只像蜜蜂样的飞虫飞到了他的肩上，教官没有留意，继续在指点我们。而那只像蜜蜂的飞虫就像教官的小跟班，“嗡嗡”叫个不停，但声音很小，好像在说：“你们站好点，小心这教官一生气，让你们叫苦连天！”

上午的军训我们有点懒散，可下午就不一样了。

下午一下到操场，指挥官就要我们排好队站xx年的小学生活一转眼就不见了，迎来的是初中，而初一新生面临的第一个考验就是——军训。在那里，我们尝遍了一瓶又一瓶酸甜苦辣的军训生活。

这一次军训，教官便给了我们一个下马威：“立正！”教官要求道：“抬头、挺胸、收腹，脚尖分开60度，双手紧贴裤子的缝隙，站军姿5分钟，不准动，我们班谁动一下，全班加5分钟。”天啊！5分钟！我只站了5分钟，就汗流浃背，腰酸腿疼，脚后跟好像没了知觉，身上发痒，像有很多蚂蚁在身上爬，我简直受不了了。可惜军令如山，我动弹不得。这时，我的心里出现了一个天使，一个恶魔。恶魔说：“放弃吧！跟那些不舒服的人一样，到阴凉的地方去休息！”天使说：“不！不行！不能做缩头乌龟！爱迪生讲过，强者容易坚强，正如弱者容易软弱！”嗯！我咬了咬牙，坚持了下来。

炎热的上午，太阳火辣辣地烤着我们。我们列队在操场上，

随着教官的口令练习各个动作。在站军姿的时候，额头的汗水顺着眉毛，穿过睫毛，流到我的眼睛里，我的眼睛像着了火一般，异常疼痛。

下午午休起来以后，我又精神百倍了，我们准备参加拔河比赛，可是对手班上有我多年的好朋友。我不知道怎么办。唉！一边是班级，而另一边则是我多年的好朋友.....

“胜利了！”“我们班赢了！”“耶”操场上响起了阵阵的欢呼声。我不知道应该是高兴还是悲伤。但是友谊第一，比赛第二，想到这里，我也加入到同学们欢呼雀跃中。

酸甜苦辣，这就是我这一天的军训生活。

军训体会初一篇五

初一学习军训，对于每一个学生来说都是一次锻炼。通过军训，我们可以体验到军人的生活，提高自己的纪律性和意志力。在这段时间里，我学到了很多东西，这篇文章就是对我学到的心得体会的总结。

第二段：训练中的困难

军训是一项高负荷的训练，一旦放弃或松懈就会失去训练的效果。在训练过程中，我遭遇了许多次的疲劳和身体的痛苦。有时候我的双手、腰部会因为站立姿势时间过长而感到酸痛，但这都是小问题。

除了身体的疲劳，精神上的疲劳也是一项需要面对的挑战。每天早上起床，第一道任务便是统一集合。一些同学需要远道而来，在时间上也需要早很多起床。当所有人都有些昏昏欲睡的时候，训练内容变得更加复杂多样，难度也大了许多，我们必须时刻保持警觉和决心。

第三段：备战军训的准备

在军训之前，我们就应该准备好体能和精神，以迎接全新的体验。体能是重中之重，对于这点我们需要提前进行打底和训练。这样才能在未来几天的训练中承受大量的身体负荷。

精神准备也同样重要。要不断的提醒自己要保持警觉和积极心态。在军训期间，争取保持一份放松、开朗的情绪，能更好的享受军训的过程和收获。

第四段：军训的价值和成果

通过军训，我们可以学到很多军人的优良品质，包括纪律性、意志力、荣誉感、团结协作等。在这段时间里，我体会到了军人要付出的辛苦和困难。他们为了生命、安全和祖国的安定而坚守岗位，尽职尽责。

军训也增强了我的自信心。通过训练，体验并尝试了很多我平时不敢尝试的事情。每完成一次训练任务，就会对自己的能力和自信心有更好的认识。

第五段：结论

在我看来，军训不仅锻炼了我们的身体，更是锻炼我们的意志力和心理素质。人生中，有很多时候会遭遇挫折与磨难，正是通过这样的训练，让我在未来面对困难时勇敢面对和坚持下去。这次军训，让我更深层次地认识了自己，也让我更加珍惜这一次机会的重要性。

军训体会初一篇六

第一段：引言（200字）

初一的军训终于结束了，这为我们这群新生带来了许多回忆

和体验。经历了这次严格而充实的军训，我们深刻体会到了为人处世的道理、如何做一个好的学生和一个对社会有用的人。在这篇文章中，我将分享我的学习心得体会，希望对大家有所启发。

第二段：军训让我们更自律（250字）

在军训期间，我们每天都要早起准备，在规定时间内完成任务，并遵守军队的纪律。这种紧张的生活让我们认识到自律的重要性。我们明白了时间的珍贵，学会了按时完成任务，遵守规则和纪律。这种训练不仅让我们更好地适应学校和社会生活，还使我们成为更好的人。

第三段：军训让我们更团结（250字）

在军训期间，我们一起训练、一起吃饭、一起生活。在漫长而辛苦的过程中，我们经历了许多挑战和困难，但我们没有放弃，相反，我们变得更加团结。在军训中，我们互相扶持、互相鼓励，一起参加活动、一起完成任务，这让我们深刻体会到了团结的力量。这种感觉不仅让我们更好地理解了合作的含义，还让我们更好地融入到这个大家庭中。

第四段：军训让我们更勇敢（250字）

在训练期间，我们进行了很多挑战自我和锻炼勇气的活动，如绳索周旋、士兵突击等。这些活动对大家来说都是一次变革，它们不仅是一种身体上的挑战，更是一种挑战我们内心的勇气。在这之后，我们可以感到自己变得更强、更有信心。这种意识和勇气不仅可以让我们勇敢前行，还可以让我们更好地面对学校和社会生活中的挑战。

第五段：总结（250字）

军训是一次很好的训练和培养的机会，除了让我们更自律、

更团结、更勇敢外，还让我们体验到了社会和生活的不同角度。我们应该感谢这次军训，它让我们成为了更好的人，也为我们未来的学习和成长打下了坚实的基础。我们应该记住军训中学到的一切，将其融入到学习和生活中，为自己和社会做出更多的贡献。

军训体会初一篇七

9月5日，那是一个特别的日子。因为从那天起我参加了×××学校的军训。经过几天的训练，我懂得了许多课本以外的道理！

一。毅力

这几天的.军训着实让我们辛苦了一把，这时毅力是最关键的。每天三个小时的军训大部分时间我们都是站立的，非常辛苦、疲惫。再加上烈日的烘烤，不一会儿，大家都已汗流浃背，汗滴不由自主地从额头慢慢流到眉毛、眼睛里，痛痛的，我们都咬着牙坚持着。靠着顽强的毅力，努力完成着教官布置的动作、要领。 这军训体现的精神，我想一定会用在以后的学习中，这也许是军训的意义吧！

二。集体

汇报表演时，一声号令，一个摆臂，一列步伐，还有那落地的“啪啪啪”声，同学们的动作整齐划一，脚尖绷得紧紧的，身体挺得直直的，就像一个人在 做动作。想起小学以往的一些活动，有时表现得我行我素、自由散漫，而现在大家都很团结，都不希望拖班级的后腿。老师说：“初中的团体活动很多，比如说报告会、运动会，一个小小的差错将影响整个班级体。”在军训中，或许你动一动，整套动作就要重做。记住，集体利益大于个人利益！

三。纪律

“没有规矩，不成方圆”，这句古话在军训中同样适用。军训中，连擦擦汗都要打报告，更别提说话、做小动作了。军训，就是要把我们训练成待命的小军人。一场战役，一个军人能随意乱动吗？这就是铁的纪律，服从命令是军人的天职。“不经历风雨，怎能见彩虹”，张教官就是要把我们这些未来的建设者训练成纪律严明的小军人！

四。荣誉

虽然没有拿到理想中的一等奖，只得到了二等奖，但大家依然很高兴。面对二等奖，留下了遗憾，我们不免有些失落。这份荣誉，大家还是很珍惜，很快乐，我认为荣誉有时也不能看得太重，相信军训带给我们的是一个过程，有付出也有回报。

通过这几天的训练，我得到了很多很多。虽然军训是艰苦的，但军事化的训练不但锻炼了我们的身体，而且磨砺了我们的意志，增强了我们的信心，为我们的初中学习生活，写下了绚烂的第一笔！

军训体会初一篇八

在人生的旅途中，军训是我们长大成人的一道必修课。作为初中毕业生，我们迎来了人生的第一个高中军训。这场军训，不仅考验我们的体能和意志力，更是锻炼我们的团队合作和自我管理能力的良机。在接下来的文章中，我将分享我对初一新高一军训的心得与体会。

二段：初始的不适应

初到军训场，我们大多数人都感到了置身于陌生环境的不适应。严厉的口令、密集的训练、炽热的气温和紧张的心情，让我们感到了无法抗拒的沉重和压力。尤其是我这样的文艺小清新，根本不擅长这种“苦练身体”的训练方式。然而，

正是这样让我感到不适应而又充满挑战的环境，让我慢慢地摆脱了自己的消极情绪，开始积极拥抱这场军训。

三段：挑战自我，追求进步

在军训的过程中，痛苦和困惑都是难免的，但这并不能消减我们对自我的挑战和追求进步的目标。我们每天都要经历3公里的长跑、体能训练、行军演练等课目，其中身体的疲惫和精神的振奋是相辅相成的。小时候的我，经常选择逃避，但是在军训中，我学习到了勇于面对困难的勇气和力量。我努力锻炼身体，战胜自己的懒惰，这样的经验无疑是我人生中重要的财富。

四段：感恩团队，珍爱友情

除了个人成长外，军训还让我更深入地领会了团队合作的意义。每次训练，我们都要身着戎装，集结在一起，忍受着酷暑和紧张，共同完成各项训练任务。在这个过程中，我明白了一个人的力量是有限的，而集体力量是无穷的。每个人都贡献自己的力量和智慧，才会让整个团队变得强大。所以，在以后的学习生活中，我将更加珍视友情，更加感恩团队。

五段：收获感言

初一新高一军训已经圆满结束，这场军训让我得到了很多收获，也让我对人生有了更深刻的认识。通过对困境的直面和挑战，我深刻领悟到了“不仅要勇攀高峰，也要懂得在风景最好的时候停下来歇歇脚”的道理。我会继续在团队的集体力量中不断成长，努力追逐自己的梦想。我会感恩身边的人和事，并将这些珍贵的心得体会和人生感悟，化为自己体内内在的源动力不断走向成长之路。

军训体会初一篇九

初一新高一军训是每位学生必须经历的一次历练，它不仅锻炼了我们的身体，更重要的是提高了我们的纪律性、团队合作能力和培养了我们的意志力。经过五天的集训，我们这些初中毕业生重新来到了学校，进入了新的学习生活。以下是我对初一新高一军训的体验和感受，和大家分享一下。

第二段：体能锻炼

初一新高一的军训以体能训练为主，我们每天都需要进行不同的身体训练，如晨跑、劲爆操、射箭、壁球等等。尤其是在酷热天气下，要坚持完成训练，需要的是毅力和坚韧。我意识到了自己身体的极限和挑战，同时也锤炼了自己的毅力和勇气。

第三段：纪律训练

在这五天的军训中，纪律是最为重要的。我们每天需遵守诸多的规章制度，必须在规定时间内完成军训任务。加强了我们的守时意识及遵纪守法的意识，还有使我们做到了主动协调、服从命令、场上发挥余热。尤其是在集训的最后一天，我们完成了整齐划一的军姿，那股从内心深处涌出的荣誉感，是让我倍感骄傲和自豪的。

第四段：团队精神

在军训中，我们被划分为不同的小组，完成各自的任务，大家互相帮助和支持，并紧密地配合到位，最终达成了军训的目标。这让我发现，一个人的力量是有限的，只有团结合作、相互配合，才能取得更大的成就。同时，也让我体会到了一个“团队”的强大力量，这一点在以后的学习生活中还会有很大的帮助。

第五段：结束语

在五天的军训中，我们受到了铁的纪律训练，增强了体能素质，锤炼了意志品质，培养了团队协作能力，相信这些都将是我们以后发展的基础。我们在军训中收获颇丰，也希望今后能更加努力学习，为自己的未来更好地奋斗。

军训体会初一篇十

军训的第一天，我们很虚弱。短短的时间，很多学生都撑不住了，筋疲力尽。这让那些对军事训练极为陌生的学生更加恐惧。但是，我们知道，如果真是这样，我们会非常害怕，更不用说以后生活中的诸多困难，就连接下来几天的训练都无法克服。于是，我们坚定了信念，真正开始了军训。

教官嘶哑地喊着，学生们拼命地做动作。这是军训场上的场景。为了磨练我们的意志，真正的军人开始用他们在生活中学到的东西，把我们培养成无畏的开拓者，让我们体验做国家卫士的艰辛。我们的汗水、血泪、教官的严厉和呐喊，成为了军训的一切。教练的制服湿了，我们的汗水变成了响亮的口号，在操场上回荡。

终于，我们长大了。

在最后的演出中，我们唱起了军歌，在父母面前展示了我们的训练成果，向自己和他人证明了我们努力取得成功!导师们还向我们展示了他们多年的锻造技能。看着挺拔的身姿，整齐的步伐，响彻天际的口号，崇敬之情油然而生，逐渐升华为对士兵的敬仰感和对班级的责任感。终于，带着不舍，我们告别了日日夜夜的相处。“教官，再见!”

感谢老师们这么多天的磨练，让我们有了顽强的意志和坚定的信念，为以后的中学生活定下了正确的方向!

老师，谢谢!

军训体会初一篇十一

时间过得真的是太快了，六年的小学生活仿佛一眨眼就过去了，升入初中第一堂课就是军训了。众所周知，军训这段时间必然是艰苦的，下面来谈谈我这段时间军训的感受吧。

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。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，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。

军训体会初一篇十二

第一段：引言（100字）

初一军训是每个学生的必修课程，这段时间是我们从小学升入初中的重要时期。在军训中，我们学习到了许多不仅与军事有关的知识，还收获了成长和团队合作的经验。在这篇文

章中，我将分享我在初一军训中得到的心得体会，希望能给读者带来一些启示和帮助。

第二段：准备（200字）

军训前，我们需要做好充分的准备工作。首先，要保持良好的体能和身体素质，可以提前参与一些体育锻炼，增强体力。此外，带上必要的物品也很重要，如军训服、鞋、袜子等军训的必备装备。带上一本笔记本和一支笔，随时记录下军训中的体会和感悟。最重要的是，要保持良好的心态，积极面对军训。

第三段：军训中的体会（400字）

在军训中，我意识到团队合作的重要性。我们要互相帮助，团结一心，共同完成各项任务。每个人都有自己的专长和特长，我们应该互相学习，互相帮助，这样才能取得更好的成绩。此外，军训还教会了我一些基本的军事知识和技能，如站军姿、正步走等。这些技能对于提高纪律性和自律性有很大的帮助。

在军训中，我还意识到了自我挑战的重要性。有时候，我们会遇到一些困难和挑战，但只要我们勇敢面对并克服，就能够不断提高自己的能力。我记得有一次我们要进行一小时的长跑，刚开始的时候，我觉得很难坚持下去。但是，我告诉自己要坚持到底，最终我成功完成了任务。这让我明白了只要有足够的坚持和毅力，就能战胜困难，取得成功。

第四段：军训后的收获（300字）

初一军训结束后，我收获了很多。我不仅学到了军事知识和技能，还锻炼了身体，并提高了自己的纪律性和自律性。在军训中，我还结识了许多新朋友，我们相互鼓励、帮助，增进了友谊。军训期间，我也明白了分工合作的重要性，通过

团队合作完成各项任务。这些经历对我日后的学习和生活都有很大的帮助。

第五段：总结（200字）

初一军训是一次宝贵的经历，使我在几周的时间里增长了不少见识。通过这次军训，我明白了团队合作的重要性，学到了军事知识和技能，并培养了自我挑战的勇气。这些收获对于我未来的发展非常重要。我相信，通过这次军训，我不仅变得更加坚强，也为自己树立了更高的目标和追求。

总结：以上文章共1200字，通过五段式的结构，分别阐述了军训的准备、军训中的体会、军训后的收获以及总结。通过详细的叙述，读者可以了解到初一军训的重要性和相关经验，希望能对他们有所启发和帮助。