

最新初一军训心得(精选8篇)

教学反思是对自己在教学过程中所做的决策和行动进行审视和评估的一种方式。它可以帮助我们发现问题，改进教学方法，提高教学效果。我觉得现在是时候进行一次教学反思了。接下来是一些教师们分享的教学反思体会，希望对大家的教育教学有所启示。

初一军训心得篇一

清晨，我们伴着浓浓的雾开始了一天的生活，鸣一的一声，同学们像脱缰的野马般冲了出去，冲到了草地上站着，听教官的训话，我们一个个像一座座雕像贮立在清晨的寒风中，伴随着第一缕朝阳开始了一天的训练。

临近中午，烈日当头。在太阳下的我们一个个汗流浹背，哈欠连天，一个个面容憔悴，这个时候正是考验我们意志力的时候，可是有几位同学都因为身体不适都下了战场。

吃过午饭，我们回到了宿舍，这时，我们发现这个拥挤的宿舍才是我们的天堂，同学们你一言我一语，仿佛把一上午的压力和苦累都宣泄出来了。午睡时我看着头顶上热爱生活，学会独立，创造生活这几个字，回想着两天的经历，我仿佛渐渐懂得了军训的真谛，再苦再累也要坚持。

一直到晚上，我们躺在各自的床上，回想着这一天，我们发现，正如教官说的：咬咬牙，一切都会过去的。

明天，我们就要离开了，我真感觉，我长大了。回到家后，爸爸妈妈一定能看到一个全新的我。

初一军训心得篇二

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中华美的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的那一幕。

几天的军训生活，不仅让我站得更挺拔，走路更精神，而且从灵魂深处，一种从未有过的集体荣誉感油然而生，“一人犯错，集体受罚”这不是严酷，更非残忍，这是在培养每一个人的团队观念，军队意识；这是让我们懂得了担当，认识责任，明白了兄弟之间有难同当的情义。有位哲人说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道似苦却甜，似酸实甘，如同一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此之间传递。

看似简单的正步练习，却让我们又一次体会到了军训的残酷。“腿挺直，脚下压”、“三十厘米”这些看似普通的词汇，却如同恶魔的传音，即使阴云密布，即使凉风阵阵，豆大的汗滴却依旧从背部如淋雨般滴下，坚持坚持，同学们都咬着牙，高强度的训练并没有消磨一个人的意志，而是让人的意志愈加如钢铁般强硬！一种从未有过的，军人般凌厉的气质渐显浓郁，一遍又一遍的番号在耳边响起，即使喊哑了喉咙也不曾停止：“国防生横刀立马，军训十四连谁与争锋！”这豪言壮语，吼出了每个人心中的斗志；“忠诚于党，热爱人民，报效国家，献身使命，崇尚荣誉”喊出了军人重于山的责任与使命！

坚持到了明天，那就是胜利！

初一军训心得篇三

报了名的第二天，学校就要进行一次三天的军训。而对与于我这个微不足道的小学生来说，军训是什么？军训的作用、军训的精神。我是根本一窍不通。带着这个疑问，我就参加了

我人身的第一个军训。

在开始军训时，北山中学的校长还给我们开了升中会。他严肃地告诉我说：“军训是很辛苦的，不像你们在小学玩游戏。但是，不管有多难过，都要挺下去，记住我们的口号，掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪……”校长的话狠狠地给我们敲响了这次军训要艰苦奋斗的警钟。此时此刻，我听了校长的训话后，感觉到这次的训练一定是非同小可的。但心里也很害怕，害怕自己撑不撑得下去。军训终于开始了，果然不出我所料，事情真的没那么简单。一个年轻的教官被分配到我们班上，刚来到，他就对我们严格训练。仅仅的军人的几个基本动作，就“折磨”得我们上气不接下气。在炎炎夏日里，我们一下子要像个木头一样死死地站着不动；一下子又要做180度大转身；一会儿要定在那里，做好分解动作；一会儿还要摆着手，一步一步地学踏步。连喝水都要定时间，害得同学们满头大汗，还叫苦连天。那时，我有既有点后悔，又有点羞愧。想不到我们的体质着么差，在学校中，竟然每天都有好几个同学因为体力不支而昏倒……但是，我万万没想到，之后，在这么严格的训练中，教官们还会给我们娱乐的时间。我们几班聚在一起，大声地喊着叫对方表演。教官不仅为我们编了个顺口溜，还教我们唱军歌。惹得同学们哈哈大笑，让我们完全忘了我们在军训。经过了几天训练，我们终于完成了任务。这次的军训将令我终身难忘啊！

这次的军训虽然辛苦，但是，我们在其中学到了坚强，学到了军人们不怕苦不怕累的精神，我们还看到了隐藏在自己身上的种种不足。我在此要衷心的感谢我们的教官，谢谢他们在这大热天下无怨无悔地训练我们。

初一军训心得篇四

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。

这天的太阳格外明媚，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。

但是立定之后，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。最后练好了立定。

想想其实很多事都是这样：欲速则不达。军训不仅仅让我领略到军人本色也让我从实践中体会出做人得道理。

初一军训心得篇五

46个陌生的新生，在坐上开往东方绿洲的巴士那一刻起，有了一个共同的名字——3班。迎接我们的是挑战，是锻炼，也是3年集体生活的开始。友谊和团结在这片绿洲上开始酝酿。

野地扎营是难忘的一个环节。同学们要协力在草地上搭起一个很大的帐篷。“女生扶支架，男生敲铁钉！”二十几个相互认识几天的同学，像是早已有了默契，每一个人都有条不紊地忙碌着。铆钉尚未全部到位，一阵大风吹来，威胁着刚有些雏形的帐篷安危。负责扶承重主干的女生有些站立不稳，我见状立刻箭步上前伸出援手，两人相视一笑。有了友谊强大支撑，帐篷在大风中仍然屹立不倒。一扇无法闭合的小天窗也制造了不少麻烦，但是我们运用集体的智慧克服了这个困难。大家好像是荒岛上的冒险家，在这里建起自己的家园。

扎营完成后，我们坐在自己搭起来的帐篷里，围着主撑杆载歌载舞，好不热闹。钢管舞，拉丁舞，街舞，流行音乐，我为多才多艺的同学们折服了。同学间的距离进一步拉近了。我没有料到的是这还只是同学们的一部分才艺。不久后的文艺联欢晚会上，我班同学的幽默小品荣获了领导的最高评价，全场更是笑声不断。

如果说集体活动充满快乐，那回寝室后的自理生活则是对我们这些在家娇生惯养的“小祖宗”的严峻挑战了。捧着衣物走到水斗旁，才意识到肥皂没带来，折返后带了肥皂，又忘了衣架；手忙脚乱洗完的衣物往往不是肥皂没漂清，就是没洗干净；还有每天要起个大早把被子叠得有棱有角，被单铺得一丝不乱。一开始我简直要疯了！慢慢习惯后，我感到自己真的成长为一个独立自主的人，这种感觉很棒。

军训的经历值得我永远珍惜不会轻易退缩。相反，我会去克服它，去战胜它。这是我在军训当中学到的，无论做什么事情，都要有一股不服输、和困难战斗到底的劲头。生活中的点点滴滴对任何人都是一种考验，我们要去战胜它，就少不了坚持——拿破仑曾经说过：“胜利属于最坚忍的人。”是啊，困难，算什么！

以前，要是我遇到一点小问题，我试一下，不行，就退缩、逃避，但现在我不会了！我在军训当中学会了自强自立，自己的事情自己做。困难，算什么！

在这短短的四天里，我不仅仅学到了军人的毅力，还学会了团结合作。“不积跬步，无以至千里；不积小流，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。蚂蚁逃生都利用合作的力量，我们人类为何不能？可想而知，合作的力量是多么重要！

在这短短的四天里，在这次的军训中，最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，要勇敢地面对的哲理。我在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。

这四天的军训，我们付出了辛苦和汗水，但使我受益匪浅，还让我感到我长大了！

这四天的军训，让我懂得：困难，不算什么！辛苦，也不算什么！只要坚持，只要坚强，任何都能够战胜！

初一军训心得篇六

生活在这个年代的我们，苦与乐的意义其实是很模糊的。每一天的生活都是如流水一般平静，几乎没有什么大起大落的变化。在大人眼里，我们是泡在蜜罐里长大的，我们的生活是如此的幸福。但是对于这一切我又从何感受呢？

八月的天气是火辣辣的，令人烦躁。可是新学期的军训，又偏偏降临到了此时。我们有两位教官，其中一位皮肤黝黑、戏剧幽默，他总是在不经意间流露出一丝憨厚地微笑。就这样，他们带领我们走过了近六天的艰苦训练，操场毒日的煎熬，走正步，排队，站军姿……每一项训练都是对身心的考验。在这六天里，每天上午都要军训3—4个小时，即使是早晨，也热得令人透不过气来。我们最先开始练习的是站军姿，抬头、挺胸、两眼平视前方……大家头顶强烈阳光，汗水一颗一颗地往下流，许多同学的衣服都浸湿了。在“正步走”这个环节，大家可是吃尽了苦头，教官要求我们必须把脚抬到两尺，为了动作标准，我们长时间的抬起一只脚，很难掌握平衡。同学们都东倒西歪的，单腿站了很久，所以腿很酸，但是不管再苦再累，大家最终都坚持下来了！

在全年级12个班中，我们4班表现得不错。由于我们加强训练，同学和教官也比较配合，所以在练习“正步走”和“齐步

走”的时候，都受到了教官的表扬。这说明大家的心血都没有白费。有一天下午，教官还在教室里面教大家唱军歌，同学们整齐而洪亮的声音，让我再次体会到了团结的力量！

今天下午，我们还举行了军歌比赛，我们4班还得了年级二等奖！

军训的苦，让我们这群昨日温室里的花朵，变成了今天饱经风霜、搏击长空的雄鹰。军训，也将组织和纪律观念深深地扎进了我们的脑海。军训，还磨练了我们的意志，让我们在不知不觉中逐渐的成熟。我们就是这样，在艰苦中寻找成功的喜悦！

初一军训心得篇七

在这短暂的五天里，我们尽情地磨练自己，挑战自格要求自己。

军训期间开展的一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实际工作中的重要性；立定、稍息、原地转向、齐步走、跑步走和正步走等训练项目，让我们体会到了在建设新世纪的社会主义现代化事业中必须具备艰苦奋斗、吃苦耐劳的优良传统，严格的管理、严谨的训练也增加了我们的自我约束力和时间观念。

军训是酸的。每天我们连续训练两个多小时，昂首，挺胸，立正.....，这些是最基本的要求，不用一天的时间，脖子、肩膀、手腕、腿都酸了。

军训是苦的。经过了三天的训练，腰酸背痛不用说了，大腿更是连走路都忍忍作痛。可这么一些劳累算得了什么呢？忍着痛，我仍尽力地将每一步走好，坚持到最后，虽然这当中包含着多少的艰苦。

军训是辣的。严明的纪律，在军营生活中必不可少，一不留神听错教官的口令或者完成不好标准动作就会被别人取笑，脸上火辣辣的滋味真的不好受。

军训是甜的。用“苦尽甘来”四个字来修饰军训很合适。五天的刻苦训练终于换来了第五天，也就是最后一天，这天我们可以将我们这几天所学的表现出来。

阅兵场上，各个班的人头不停地动，整理着队伍，迷彩也成为这“戏”的“主角”，大地上又显出几个绿色迷彩的斑点，它在隐隐约约中总能在空白中寻找自己的位置，好似军人般守纪律，懂规矩，让你看到了希望，让你一眼就能看出其不同凡响之处，让你一看出军人的特质，也让你一眼就能懂得迷彩的本色。迷彩本色，是我们军训中稚气高中生向上的方向，看着几天来努力与汗水换来的成果，每个人的心里都是甜甜的，会计101班第一名!!

军训的味道就是如此，它酸、它苦、它辣、它甜，虽然这味道不是很好，但，至少我们曾经享受过，在我们的人生里这是非常难忘的味道啊!

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](#)

初一军训心得篇八

踏进武昌实验大门的那一刻，一切对于我来说都是新的，新老师、新同学、新教室。迷茫的眼望向大门外的父母，竟是那般的无奈与不舍，却也激起了埋藏已久的青春热血和对前方困难好奇与渴望。脚尖指向也便是心的方向吧。

同学们一个个看似成熟的脸庞却有着未脱幼稚的心。随着人群移动来到了熟悉而陌生的教室，却不曾想随之而来的是军训的磨练。

上学的第二天，满载行装的我们在教官的带领下踏上了满怀艰辛的路，也就注定了我们少不了流汗。流泪，做好了晒黑，掉肉的准备。经过了一个多小时的车程，来到了蔡甸区野战国防园。

这里有飞机、坦克、船，尽管已有些陈旧，仍让人打开眼界。宽阔的操场，宽敞的大厅，敞亮的食堂，整洁干净的寝室，严格负责的教官，耐心负责的老师……。

时间飞快，已到了第三天。但有时又是那难熬，军姿后大汗淋漓，坐姿后脚麻腿酸，齐步后腰酸背痛。第一天，洗衣叠被的烦恼，是对自理的极大挑战，有的人从未住宿于校，手足无措，而对于有自理能力的人来说，轻而易举。这是对我们很好的锻炼，有利于人际交往能力的提高。军训，不仅仅对我们身体素质的锻炼，意志的磨砺，更让我们从中获得教义。听了董校长的话，不禁为自己是凤凰学子而骄傲，为学校争光的想法愈来愈浓，不禁为校史而感叹。懂你，懂我，懂有健，被董校长即兴而作的诗所惊叹。第一天，我们适应其中。

在烈日下，我们抬头挺胸，对抗火热的阳光，团团火焰围绕在身旁，灼烧着手臂和脸。一句句口令的发出，让我们振作精神，时间一长，又迫使我们精疲力竭，头上的汗水随着脸

颊滴在地上，甚至能感到阵阵水汽，但总有什么力量让我们坚持下来。每天晚睡早起，紧凑的训练杂加着少许休息，甚至有些沮丧，想放弃。又是一天下午的领导讲话时间，内容是关于国防的。国防与军训有啥关系？这么累的军训有啥用？带着这些问题，注意力马上集中了。我们一起见证了中国一步步走上强盛的历史，相信坚持道路问题，又了解了现代中国面临的压力。军训就相当于服兵役，也是我们履行义务的绝好机会，现在的训练也就是间接增强本国的国防实力，让中国更强。这次会议，让我们极大提高了爱国情怀，和对中国的深切希望，为自己是个中国人而骄傲，那么这军训算得了什么？这点苦又算得了什么？第二天，我们思考于其中。

经过这些天的训练，我们已学会了基本的内容，虽然离目标远着哩，但我们已看见曙光。没有料到的是，第三天还真难熬，昨天的汗水，变成了全身各处的酸痛。军姿背挺不直，齐步脚抬不高，但教官的耐心与责任让我们感动，班主任的鼓励让我们受宠若惊并振奋精神，我们相信只要努力，没有办不成的事，不禁让我们从心底呼喊：省实验加油，六班加油。喊一声“严格训练，严格要求，立志怡情，戍能报国”。坚定信念。一声“高一六班，实力非凡，乘风破浪，凌立云端”。精神焕发。早中晚饭在艰苦训练后变得可口，晚上睡得更香。第三天，我们享乐其中。

“新课程、新高考、新要求”这天下午的讲座，同学们显得格外好奇。开头的反思，可明晰分辨中国式教育和西方教育的区别。我们到底是教育出“活人”还是“死人”？学以致用，无用何需学？我们学历史，学习的是历史的教训而并非具体时间、事件。记住前者可防患于未然，而记住后者，短期内无任何用处，经过时间淘沙，也就未曾有过。记得在我以前学校里发生过这样一件事。当时，正处初三的我们面临中考的来袭，紧张备考中。政治便是我们最大的拦路虎，由于摸不准题目，一堆资料堆成山，只得埋头苦读。两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书。低效率，高压，费时间。初中三年想不起一件令人快活的事。一次，我质疑：“背这些有什么用？而

且要一字不漏，掉字就扣分？”由于是乡镇中学，政治考试为背卷。老师也很无奈的回答：“你以为我不知道，可你不背就没分”。向往着，向往着充满乐趣高效的课堂。今天，汪校长的话让我振奋。高考，听见这两字，让我紧张，让我恐慌。但来到省实验，我能不战自败吗？惟楚有才，既已来，能对不起这牌面吗？只有去拼搏，去努力，才能有更好的未来，更大的希望。

21世纪是终生学习的时代，是人才辈出的时代，注重科学、创新、实践、团结的时代。竞争激烈，知识激增。只有敢想做，青春无悔！如果一场暴风雨即将来临，那么，让暴风雨来得更猛烈些吧。

9月初一学生军训心得体会范文3