

# 初中军训心得(汇总10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 初中军训心得篇一

生活在这个时代的我们，都是在温室里长大的花朵，在蜜罐里泡大的“皇帝”、“公主”，从不知道“苦”的含义。现在，我才知道，原来，我们的生活是如此幸福。但对于这一切我是从何感受到的呢？八月的天气十分炎热，知了不停地在树上叫，令人烦躁。放个暑假，应该舒舒服服的呆在家里的，可偏偏进入中学大门前的“门槛”——军训又偏偏降临。

我们最先练习的是站军姿，抬头、挺胸、两眼平视前方，两只脚呈 $60^{\circ}$ ……虽然是站在树荫下训练，可还是热的满头大汗。一股股热浪不断涌来，没有丝毫的凉意，大家的衣服都被汗水浸湿了。下午我们练习的是原地踏步，教官要求我们必须先踏左脚，不可以弄错，而且脚要抬高。为了让动作更标准，教官还特意用了十几分钟，让我们一个动作一个动作地练。我们长时间抬起一只脚，很难掌握平衡，同学们都东倒西歪的。

第一天的训练让人腰酸背疼，大家都暗自叫苦连天，一天下来一个个都面无表情。可是谁也没有放弃，第二天的军训都准时到达。第二天的军训如期而至，因为昨天我们练得并不是很好，所以教官便让我们站在阳光下训练。虽说是早晨，可也热的让人透不过气来。操场上毒日的煎熬，热气不断地从地里往上透；脚跟因为不断踏步，站军姿而弄得生疼，脚板又酸又疼。我有点想打退堂鼓，但我仍撑了下来。

这五天的军训虽然很苦，很累，但这些哭和累，是成长的催化剂，是在磨练我们橡树一样坚挺向上，不屈不饶。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗话说：不经一番寒刺骨，哪得梅花扑鼻香？军训，它教会我们今后该怎样面对人生的挫折，教会了我们一种宝贵的精神——坚持！

## 初中军训心得篇二

抓住八月的尾巴，拿着千叮万嘱，我们这群将近六百人的新初三级向着训场浩浩荡荡地出发了。在此前，教官不言苟笑的形象已深深烙在我们的心上。以致于到了车上，也没有人敢随意靠在椅背上，或是聊天，吃零食。的确，这毕竟不是在家。

似乎前几日的台风天并没有把太阳吓跑，反倒骄阳似火。背着大书包，拿着水桶，对于我们这些闲逸已久的人是种考验。一声令下，拿起行李蜂拥般冲向已安排好的宿舍里。军训生活就此拉开了幕。而我就这5天的军训生活做出一下总结：

1. 一月之计在于晨。每天6点准时起床，睡眠朦胧的我们晨跑完一圈后练习打军体拳。练习时，要求脚步声要大，声音也要大，教官的示范要仔细观察，所以必须有充沛的精神状态，否则我们的教官就会让我们“精神”一下。呼吸着清新的空气，伴着微凉的风，看着太阳在半山腰升起，一天的训练就展开了。

2. 钢铁是怎样炼成的？答案是高温高温再高温。太阳公公热情似火，导致我们一大早就像蔫了的花儿一般。可训练仍在继续，顶着头上的太阳，我们练习齐步或正步。我们的教官恪尽职守，一次一次给我们示范动作，一次次指导我们正确动作，嗓子喊口令都喊哑了，还帮我们找阴凉地方训练。我们的同学也十分辛苦，得站得和松树一样笔直，汗流下来了不许擦，哪里痒了不许动，否则，教官会狠狠一脚踹过去或是罚蹲。休息与喝水时间极少，在军训期间，我们也懂得了

水真的比金钱重要！不仅如此，吃饭时还听从统一调配，俗话说“饭不言，寝不语。”吃饭时倘若有人说了话，就得站在椅子上，接受六百双眼睛的洗礼。吃完饭要帮忙洗碗碟，为饭堂的叔叔阿姨减轻负担。这些事都是我们在家里不常做或从不做的。从而锻炼了我们的动手能力。

3. 努力与回报永远成正比。在训练过程中，我们只要更认真一些，获得休息的时间也就更多一些。就像在晚上时，倘若我们白天训练得好，又怎么会被罚做体能训练呢？能坐下来和教官聊聊天，开开玩笑，是件多么惬意的事啊！

4. 团结的力量才更大，做得才会更好。教官曾说过一句诙谐但又富有哲理的话：一个感冒，全家吃药。意在告诉我们，我们是个团结的集体，一个人犯错，全班都得受罚。在寝室里，大家有组织，配合得好，内务才能更好，更快完成，休息的时间也就多了。

5. 常怀一颗感恩的'心。《感恩的心》，一首经典歌曲，它不算流行，但也算脍炙人口。每听到这首歌，内心总会流有一股暖流，产生一丝悸动，眼角也微微湿润。它唱的已经不是歌，是人生。学了手语操后，对这首歌的认识也就更深了，但愿大家常常怀想一下，反省一下，感悟我们的人生。

日出而作，日落而息，军训的日子又苦又累。苦中作乐的日子值得我们怀念，如品味人生一般，有着酸甜苦辣。我们学到的不仅是知识道理，还有我们的人格升华。在此，我们要向训练我们的教官，陪伴我们的军训的老师说声：您辛苦了！

## 初中军训心得篇三

如果20xx年的入学军训是一座巍峨的大山，那永不放弃攀登这些高峰的是我。如果军训是一条湍急的河流，那不畏艰险勇往直前的仍是我。

经过十多天的艰苦训练，似乎骨子里多了那么几股子韧劲儿。没有人叫苦，也没有人叫累。大家心里想的似乎都是一样的东西，那就是坚持。人的精神状态不一样了，做起事来自然不一样。站在军训的操场上，你会听到整齐的步伐声，响亮的口号声，所有热都在努力认真的训练。汗水淌下脸夹，太阳照的人睁不开眼睛，但却没有人退缩。什么是军人的精神，军人的魅力？是不怕苦不怕累的劲儿，是遇事不轻易服输的劲儿，心里始终有股子向上的劲。学校组织军训的目的是什么？就是培养学生吃苦耐劳的精神，教会同学们怎样做人。其实军训蕴涵着许多人生哲理呢！一次军训学到的东西，这一生都用的上。有人说，做菜不放什么调料都行，就是不能不放盐，没有咸淡的菜不能吃。是啊，没有咸淡的菜怎么吃啊？经过这几天的严格训练，我的衣服被汗水浸透了，同样被汗水浸透的还有我们的思想和对待人生的态度。其实生活就像是一道美味，没有盐怎么能行呢？人有的时候还是流点汗的好！

生活就要结束了，我觉得我变的成熟，不在那么轻浮。今天是军训第六天，军训余下的时间越来越少了，过去论天过，现在也应该论秒了。快要离开这个我来的`时候恨之入骨的地方，心里满装的不是高兴，而是无数个不舍得。舍不得我们可亲可敬的教官，舍不得这山里的树木花草，舍不得这里清新的空气。这一天大家似乎格外的珍惜时间，珍惜在一起的分分秒秒。七天，我们共同在这里度过了人生中难忘的一段。我们不得不感叹时间的力量。这十几天，我们由幼稚走向成熟；我们由懵懂走向睿智；我们不再认为自己是个孩子。人嘛，总是要经理一些事情后才能长大。

军训对于我来说是一次人生的历练，有滋有味儿的。我会一直记得我大学生生活中最精彩的一部分，有了这样的好开头，我对未来充满了信心。我为我加油！

## 初中军训心得篇四

时光流逝，转眼间，初中三年也已成为了过去，我们将迈入高中的大门，去感受与众不同的生活。为期七天的军训成为了我们进入高一学习的第一课。

进入高中，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。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇与欣喜，对即将迎来的集体生活也充满了无限的渴望与憧憬。可是到了第二天、第三天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都说明了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

每一个动作都教官都要求我们做好、做到位。等到我们较熟练后，教官便会按军人的要求严格规范我们。每天上午两小时下午四小时的训练足以让我们累得全身散架，晚上还要学习军体拳的打法，每一个动作都要做的强而有力才能过关！

七天下来，同学们晒黑了，但却磨练了意志，提高了自己的身体素质。同学之间有了默契，学会了团结与鼓励，更懂得了坚持的真正意义……军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有，我们体味的真真切切。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力是无比巨大的！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最最终的胜利者。

谁坚持到最后，谁才是战胜了自我的强者。

## 初中军训心得篇五

长达五天的军训，让我明白了太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深：一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到他的。

当我们如一棵棵松树军姿站立时，无人不是在心中默喊：“好累啊！”当我们不断地重复枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有着一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累考验我们的意志，仍然没有人打退堂鼓。

在这几天的军训中，我们学习了站军姿、稍息、立正、跨立、四面转法、蹲下、齐步和跑步，每一项动作都练了好久，因为不仅要求了个人动作的标准，还要求团队动作整齐一致，我觉得这是最难的，因为每个人都是不同的，就算可以通过训练提高默契，但那也需要长久时间的磨合，在短短的五天内，我们又怎能做到？但事实证明大家都做到了，虽然并不完美，但已经足够了。我们不仅在这次军训中收获了友谊，而且在会操比赛中获得了第二名。初中军训心得体会。正如我们曾教官所说，并不要求完美，考的是我们的团队意识是我们对他人的适应与团结，只要做到这一点，就ok了。

在军训中，我接触了在自己印象中有一层威严“面纱”的`教官，同时我也惊喜的发现，教官也有和蔼可亲的一面。我们的教官充满朝气，又不失军人的威风，他以严格的要求和亲切的态度带领着我们跨越一个又一个障碍。没有传说中有“冷酷”只有满腔热情，教官以他的人格魅力和辛勤的工作将我们管理的规规矩矩，我毫不怀疑我们将与教官成为真诚的朋友。

那一排排的队伍犹如大树一般的伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中，口令变了，队形也变了，这就是军训，一种考验与磨练，一次有组织性的活动。

## 初中军训心得篇六

我曾向往鹰击长空的磅礴气势，我曾留恋蝶舞花间的自在浪漫，我曾追求彩虹当空的绚烂美妙。然而，“荏苒春冬逝”，我却发现梦想并不是触手可得，它更像是海上卷起的泡沫，当你想抓住它时，霎时间，它便消失得无影无踪。

今日是军训开营的第一天，我便深深的领会到了其中的“苦”。火辣辣的骄阳下不时传来几声蝉噪，扰得人心烦意乱，操场上的我们仿佛一只只“烤羊”，被无情的紫外线狠狠的侵蚀着。

此刻的时光似乎也格外漫长，平时眨眼便过的20分钟，此刻竟像一个世纪，汗珠像一个个调皮的孩子，仿佛把我的衣服当成了滑梯，在我的每一寸肌肤上肆意流淌，顺着衣领，沿着脚踝，汇成了“涓涓细流”。我的浑身仿佛被组装起来，一边是不能动弹，一边是腰酸背痛，身体仿佛随时会坏掉似的，瘫软下来，感觉有点像是提线木偶。可是，紧绷的神经提醒我，不能松懈。

一分钟，十分钟……，我咬紧嘴唇，告诉自我——坚持就是胜利！最终，时间熬到了尽头，我一下子瘫坐在了地上，虽然已是浑身酸痛，但心里却格外明媚，头顶上的蓝天加上点点飘飞的白云，正是我此时心境的写照！

我深知未来的路上崎岖坎坷，必须比此刻更加艰险。但如同“良药苦口利于病，忠言逆耳利于行”，前行的路上，我仅有“吃得苦中苦”，才能赢得最终的胜利；仅有坚持，才能不让梦的彩虹变色，年轻的梦想之花才不会在现实的风吹雨打中凋零，我才能拨开前方的烟蒙迷雾，找回正确的方向！

## 初中军训心得篇七

告别了五彩缤纷的小学生活，迎来了焕然一新的初中旅行。

升入初中，军训自然是必不可少，而我的军训心得也是数不胜数。

军训的第一天，我们排好队伍去了操场，等待接受教官“可怕”的“地狱式”的训练了。

按照教官口令，我们两脚尖分开约60度，中指紧贴裤缝，天气很闷，太阳也很烈，然而我们纹丝不动，如同一座座不知疲倦的雕像。时间一分一秒地过去了，豆大的汗珠不停从额头上冒出来，我口干舌燥，恨不得一口气喝完整个长江，手心也是汗津津的，整个衬衫上也满是汗珠，几乎湿透了。此时此刻，我多想有东西可以用来解渴，哪怕只是一小杯普通的白开水，我多想可以活动一下手脚，哪怕只是几秒钟的短暂时间。

要不，喊声“报告”吧，这样只要教官允许，我便可以结束这痛苦的煎熬了，便可以跑去阴凉地喝水休息了，这样多好。不，不行！我转念一想，“不经历风雨，怎能见彩虹？我怎能被这么点困难所击倒呢，再坚持一会儿吧！”我心想。

有了这个念头，我便一下坚定了许多。煎熬着，渴望着，等待着。可能只站了二十几分钟吧，但我却觉得“度分如年”。终于，教官下达了一个让所有人兴奋而激动的命令——“解散！”呼！总算熬到了头！我迫不及待地拿起水杯，“咕咚咕咚”地喝了一大半，真爽呀！

很庆幸，当时的我没有轻言放弃，没有遇到困难就退缩，这才使得我有了现在的成功感。这次军训不仅使我强健了体魄，更让我懂得了要勇于面对挫折，只有这样，成功才为你打开大门。有时，成功离你只在咫尺之遥，关键在于你能否不被困难击倒！这次军训使我受益匪浅，初中三年，我一定会越斗越勇！



## 初中军训心得篇八

我们今天上了一堂特别的课，那就是军训，一一年级组的四个班集合在操场，老师请来了三位解放军叔叔，指导我们军训。

老师将我们四个班分成了三个大班，分别由三位解放军叔叔当我们的教官，其中我们--(3)班和--(4)班的小部分组成一个大班，执教我们这个班级的是一位身高约1.7米，黑黑的脸庞，体魄健壮的解放军叔叔，他一脸严肃，虎视眈眈地注视着我们，“立正，向右看齐、向前看、稍息！”口令喊得是那么响亮，在他的指挥下，我们就像一只只一山的小老虎，精神抖擞的按照口令行动，可是，我们的队伍就是站不好，头的摆动也不整齐，我们就连立正、稍息的动作都做不规范，所以，我们反反复复地练了好几遍。

虽然已是秋天，可今天中午的太阳晒在我们身上真热，训练不一会儿，就觉得累，其实，解放军叔叔挺爱护我们的，训练一阵后，就让我们坐下来休息。

军训，对我们是一次强壮身体、磨练意志的训练，增强我们集体观念的训练。军训这堂课上得很有意义，我想：经过军训，我们流出的汗水一定可以洗去我们往日里的娇气和以前的不良习惯，换来的是强壮的体魄和坚强的意志。

初中参加军训心得

**【推荐】**初中军训心得

**【荐】**初中军训心得

学生军训心得**【热门】**

学生军训期间心得

**【热】** 学生军训心得

**【精】** 学生军训心得

学生军训心得 **【推荐】**

**【推荐】** 学生军训心得

初中军训心得400字

## 初中军训心得篇九

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。我的哥哥姐姐们都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长？溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的`变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀！可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，手。”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到

无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心。我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己：你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持.....

## 初中军训心得篇十

这一次，我来到后宅中学参加军训，这是我第一次参加军训，所以非常激动，前一天我怎么也不能入睡，因为我一直想穿上军服的样子，又在想在太阳底下晒的样子，以前我姐姐因为有一次训练场上晕倒，从那以后，我就讨厌军训了，因为我最怕的就是在太阳下晒了。

昨天，我终于来到学校里了，本来我以为军训很简单，只要一站就行，不会怎样，可我和同学们站在太阳下，不过三十分钟，同学们接连倒下，我也不例外，我竟然连续倒下了两次，其中第二次是归队还不到十分钟，中午的时候，我还吐了一回，这才知道军训有多么艰苦，这时候大家都知道了什么叫军训，军训是不能和家里一样自由自在地玩，也不能随心所欲了，再也不是家里的小公子，现在我们是小军人，我们应该好好听从教官的指挥，接受教官教我们的每一个动作。在吃午饭的时候，我们还在餐桌前站了一会儿军姿，又过了一段时间我们才开始吃饭，我就想：军训怎么这样，连吃饭都要半天，还有这么多规定，真烦！

下午果然比上午有更多的经验，没有几个人倒下了，大家都轻松地过了一下午。晚上是大家最喜欢的时间了，终于可以安心休息了。

这一天的军训让我刻骨铭心，我一定会牢记在心。