

最新初中军训心得体会(实用7篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

初中军训心得体会篇一

军训生活有苦有乐，让我懂得了很多东西，概括为六个字：忍耐、坚持、服从。军训生活让人与人之间的距离从比较纯真的一面反映出来。

军训这七天，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，在这几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。

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。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂时光：有泪、有汗、有痛，更有无止体的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。

那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。

给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了七天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生(严以用权学习心得体会)活的一个侧面，叫人受益非浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。

军训生活将作为记忆中的一抹绿色永远留在我的脑海中。坚持、奋斗、团结这些曾经陌生了许久的东西也因而回到了我的生活中。感谢军训，我会永远记得。

初中军训心得体会篇二

最近，即将进入初中的我经历了一次难忘的军训。在这场为期两周的军训中，我深刻体会到了训练的艰苦和军人的辛劳。而且，通过军训，我也收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：适应困难

刚开始的几天，我发现跟不上纪律和队形，还常常流汗流泪。可是，教官并没有嘲笑我，反而通过耐心的解释和示范帮助我逐渐理解。同时，教官还教我们如何分配时间、如何克服适应困难。随着时间的推移，我逐渐适应了军训的节奏，也变得更加自信和坚强。

第三段：纪律严明

通过军训，我发现纪律是一个集体的生存和发展的重要保障。我们每天要严格按照规定的时间落实各项任务，服从命令，互相照应。即使在严峻的气氛下，每个人都忍受，始终保持着秩序。在军训中，我也牢记了“纪律是要全体人遵守的”，并强化自己的纪律性，将这种习惯带回日常生活和学习中。

第四段：集体荣誉感

在排练的时候，我们每人都要尽心尽力完成自己的任务，而且协调团队。在完成的过程中，我们发生了巨大的默契并且士气鼓舞。每个人的努力确保了我们的整体表现。当我们最终展示出优秀的表现，获得了教官和其他学生的夸奖，感觉就像整个团队共同荣誉的体现。军训不仅增强了我的个人自信，还提升了我对集体荣誉的理解和认识。

第五段：总结

通过这次军训，我感受到了许多成长和收获。我认为，军训

不仅仅是在训练我们纪律和勇气，也锻炼了我们的毅力和耐力。在与队友和教官密切配合和合作的过程中，我懂得了人与人之间志同道合的意义。我相信，我将在将来的学习和生活中运用到军训中学到的经验和技能，让它们更好地服务于自己和社会。

初中军训心得体会篇三

初中期间的军训经常被视为这个阶段的重要时刻，这是因为这是我们成长过程中必须经历的一个环节。从前期的低迷到后期的高中打磨，这一过程经历了许多种变化。在这个过程中，我们不仅学习了如何成为更好的学生，而且也感受到了什么是团队合作。今天我想要分享一下自己在这过程中的所得所想。

第二段：初始低落

刚开始，我们都不知道怎么办。我们不知道该怎么穿军装，以及如何走路。开始第一次合练的时候，我们大声吐槽，觉得完全没有意义。在这种初始的低落阶段，我们一度不知道要怎么面对，但在这之中，我们学会了什么叫冷静面对困难。

第三段：目标明确

渐渐地，我们的视野扩大了。我们开始理解这个过程对我们会有哪些影响，并且更明确地知道了自己的目标。我们琢磨着，如果我们与每一个人都一起工作，那么当我们合并在一起时，就可以成为一个有凝聚力的团队。在这个过程中，我们更加认识到，只要一个团队有信念和目标，什么事情都可以做到。

第四段：合作重要

在军训种种磨炼后，我们的行动变得协调起来。所有人都已

经知道了自己的角色：有人负责整队队长、有人负责控制节奏、有人负责组logo和口号。也有人负责不让任何人掉队或落后。每个人都成为了这个团队的重要组成部分。最重要的是，我们学会了如何为了一个公共目标共同努力，即：合作。

第五段：总结

对于一个初中学生而言，军训是其成长过程中不可或缺的一部分。在这个过程中，我们经历了起起伏伏的情绪风暴。学会并且逐渐理解了什么叫团队合作，以及如何互相支持。这让我们体会到在生活中合作的重要性，这也为我们未来的成长过程中奠定了基础。

初中军训心得体会篇四

五天的军训像流水一般过去，转眼间我们就从德育基地回到了家里。在这五天时间里我悟出的道理，能给我以后的人生产生很大影响。

在军训的那几天里，让我知道了军人是一项伟大的职业。他们为了保家卫国。放弃了平民那幸福的生活，而去参加军校那地狱般的生活。即使训练得疼痛不已，也要咬着牙坚持下去。当自己每天承受着巨大痛苦，终于从军校毕业时，又要冒着生命危险去上战场英勇地杀敌。这所有的一切都是为了我们伟大的祖国！他们那种崇高的精神永远值得我们学习！

在军训的那几天里我完成了很多第一次。第一次自己套被套；第一次自己做饭；第一次自己经历艰苦的训练；第一次勇敢的尝试所有东西；第一次这么想念自己的父母；第一次远离父母，独立生存……还有很多我从未完成的“第一次”、“第一次”。

如果还有机会，我真想再去一次军训，再悟出一些对我以后人生有着极大帮助的道理！

为期一周的军训是结束了，它的结束使我既开心又彷徨。近千个的下蹲使我双腿发软，每天早睡早起的习惯让人精神充沛，单调枯燥的训练又使人空虚寂寞。

即使是这样，集体生活却让我念念不忘。每当一天的劳累结束回到寝室时，整个房间吵得让人头痛欲裂。好不容易吹响了就寝号，熄灯了，不时地从各个角落传来偷吃零食的窸窣窸窣声，以及忽响忽轻的鼻息声呼噜声，讲话声、笑声。第二天一早准时在讲话声中醒来，当你还睡眼惺忪的时候，起床号却又不适时的响起，等你刚穿完衣服，就会发觉自己身处一个怎样浑浊的环境之中，这一个小小的房间容纳了整整27个人，屋内的空气闷热、发潮，使人窒息，有时候，你甚至感受不到氧气的存在。

在军校，连吃个饭都要站好久，虽然并不是什么满汉全席令人馋涎欲滴，但是训练了半天，食欲总归是有的，严格的纪律让人的心中燃起一股怒火，将食欲燃烧殆尽，等到终于可以吃饭，食欲已然全无。

想起平时在学校里老师不打不骂，就连偶尔的批评也会顾及你的尊严，然而在这里，尊严这东西还真的是喂狗的。并不是所有的地方都如此文明，一旦离开了学校这座明亮的玻璃城堡，世间的善于恶就都会摆在你眼前，有时候，没人会听你扯那些孔孟之道。在光鲜亮丽的外表之下，这个世界还隐藏着一些我们不曾知晓、不曾触碰的黑暗。

我们要做的，是在混杂的世界中，寻找一片宁静，睿智与悲悯将成就善，终会为本站铸造一座玻璃罩，保护着你前行。你要去说去做去梦去想去爱去冲破那乌云，太阳不正在前方吗?!即使有许多的无奈让你心力交瘁，不要忘了，人生如同战场，你不去冲锋，敌人也照样会来杀你!

勇敢的向前吧!去承受命运给你的每一个响亮的耳光吧!

习惯了，却要离开。勿念。云雾背后，我已隐隐看到了光亮，下一站一定更美好！

初中军训心得体会篇五

抬起头，挺起胸，眼中放出坚定的眼神。坚持、坚持、再坚持是我们心中的信念。我们的脚步随着时间的推移渐渐麻木、酸痛，阳光洒在我们的脸上，汗滴流下来，一行，一行……数不清……如果要问如何坚持下来的，那是心中的一份信念“服从，坚持”。军训的苦默默转化成自豪。

中午，我们站着军姿，教官的加强训练使我们压不过气来，心中有着埋怨、生气，但还是服从，这是我们的使命，也是我们的责任。“加油、加油、加油！”教官说得好，“只要你有一次放弃，那就会有无数次放弃。”所以我们坚持、坚持、再坚持。不论是军训还是未来的生活，不能轻易放弃，一定要坚持。

军训，一如往常，起床，集合、吃饭……

军训集合时，发布了一个消息，它如同炸弹般在每个班中炸开了——站军姿30分钟，这对大部分同学来讲无疑是一次巨大的挑战。

刚开始，我还能勉强应付，可以支撑着，渐渐地，体力慢慢透支了，双腿仿佛注了铅一样，无比沉重。“停——”原地休息。听到这个声音，全班同学如同脱了缰的野马，捶脚的捶脚，坐下的坐下，个个苦不堪言。

“起立”，又一轮磨难开始了……

夜晚，躺在床上，双腿依旧很疼，回想军训时的汗流浹背，烈日下的站立，我不由地想到课堂上的舒适。军训是辛苦，也欢乐，苦中作乐嘛。

突然明白，身处安逸生活的我，永远不明白烈日下的苦与累。无论往后的学习或是今后的工作，军训已经教给了我什么叫坚持和毅力。

初中军训心得体会篇六

“我回来了！”推开门，把包丢在地上，冲进了浴室，好好地洗了个澡。擦干了身子，我一下倒在床上，看着不知疲倦的电风扇，渐渐的闭上了眼睛。

四天前，我和同学们到了“红心”训练基地。本以为纯属好玩，可是这几天的经历，却是出乎意料的。

四天四种感觉，不时从心底翻起……

酸的味道

一开始以为是两、三个人一间寝室，到后来才知道一个班的男生都住在一个大房间里，连洗澡都不能好好地洗一次。第一天干脆就没洗，后两天一共才洗了20分钟不到。整个寝室，飘荡着一股酸臭味。顿时，让人不由自主地想到了舒适的家，鼻子酸酸的。

甜的友谊

我来自很远的小学，新来乍到，没有一个熟人。然而，每天中午，热闹非凡的寝室大家庭，让我感到无限温暖，这不，我还趁机结识了几个朋友：“小白羊”——宋扬、豪哥、“对眼”、夏祖原、“我爱罗”等人。跟他们在一起，总是能谈到一起，想到一块，打成一片。这种感觉，现在回想起来，都是甜甜的。

苦的身体

教官被我们私下称作“恶魔头头”，因为只要有一点点动作出错，呵呵，“大刑伺候！”——所谓“大刑”，就是听了让人头晕目眩，魂飞魄散的俯卧撑。四天，我就做了150个啊！可真是苦了我的身体。

辣的阳光

说到最让人讨厌的啊，就是那个总被人们画成带个墨镜，喝着橙汁，打着伞的太阳。本来气温就高，而站军姿，脚跟并齐，小腹微缩，抬头挺胸等一系列动作更把人弄得又热又累。哎，现在想起来，还心有余悸。但是我们都挺过来了，没有一个人趴下，老师们都说，我们是好样的！

谁在摇我呀？我才进入梦乡呢。睁开惺忪的睡眼，是妈妈！叫我起来吃饭呢，呵呵，刚尝完酸、甜、苦、辣。风雨已经过去，接着而来的必将是绚丽的彩虹！好啦，吃饭去罗！

初中军训心得体会篇七

师兄豪情满怀曰：“军训是什么？啊，军训是夏天里的烈日，是我们‘整治’教官的大好时机。白天‘违令’，夜晚在床上开卧谈会”。我听了，跃跃欲试，幻想着激动人心的事情。

师姐却害怕道：“军训，它是一场磨难！它把你的白皮肤晒黑，把你的嫩皮肤磨糙，让你脱胎换骨。”我听了，肃然起敬。我已做好一切准备，迎接军训。

8月30日，我穿上绿色迷彩服，系好皮带，穿上球鞋，戴上军帽，一路小跑来到学校。本以为我们会到哪儿去“体验生活”，没想到，我们竟是在学校里军训。

我们先在一、二号门口排队。这时，外国语学校变成了“军校”，而且还是多元化“军校”：有陆军，有空军，还有海军陆战队。我不禁为之惊叹。放眼望去，四周成了课本上所

描述的“绿色的海洋”，“海洋”中间是一片“沙滩”，那是白色迷彩服。

我们初一(6)班来到食堂前的一片空地上，还是有顶棚的，这使得军训不像在太阳底下晒那样令人激动了。可是，毕竟是36℃的高温天气，全班49人挤在一起也挺热的。不一会儿，我们就汗流浹背了。

指导我们的教官是个雄壮的人。他的脸比较圆，身材矮胖，不过他五官端正，称得上是一个帅小伙儿，心肠也很好，没有像我听说过的教官那样，管你三七二十一，先罚你站上二十分钟，等你汗流满面再叫你跑几千米，把你累得不成样子。

话又说回来，教官虽然不狠，可纪律是铁板一块。想擦汗，先说“报告!擦汗!”教官说“行”才行。想抓痒、上厕所都要说“报告”。

教官把纪律申明了，开始训练。先教立正稍息，这些都简单，大家都会。接下来，教官教我们左右转。教官喊道：“向左——转!向左——转!向右——转!”最后的向右转，有许多人做错。教官笑了，我们也笑了，教官说：“你们还要强化反应能力，看我的动作!”他亲自做示范。我暗想：“他真是个好教官!”

时间似乎过得特别快。两天一共训练80分钟，似乎还不够，我还想学更多。教官却很“吝啬”，第二天只教了走正步、半面左右转和敬礼。我学得很快，一遍就会。教正步走时，教官还和我们开玩笑呢!时间一眨眼就过去了，我们和教官再见时，我还感到依依不舍。

军训结束了，我反而有些留恋。军训既不像师兄说的那样刺激，也不像师姐说的那样恐怖。军训既锻炼了我的身体和意志，又严肃了纪律。现在，我已抛开了他们的观念。我明白了：做一件事情之前，不要听别人危言耸听，只要通过自己

的努力，就一定能做好！

在这5天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨炼人的意志。对于我这样一个生活条件优越、从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会。5天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的。他面对挑战时，将会无所畏惧，勇往直前。

离开军营的前一天，我们已训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，那眼神令我肃然起敬。他们已不再年轻，他们将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。经历了这次军训，我比原来更加了解自己和我周围的人，也让我更加珍惜拥有的一切。