

# 2023年初一军训心得体会 初一军训心得 总结(大全5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 初一军训心得体会篇一

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。但当我踏入管中，踏入六班的大门时，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四排的同学训练。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——火辣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。十天之后，30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！

## 初一军训心得体会篇二

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。下面是本站小编为大家收集整理初一军训总结心得体会，欢迎大家阅读。

2月25日我去一个古老而又威严的地方，一个平坦的操场，两排整齐的寝室，两根长而直的旗杆，庄重的站立在寝室的正对面，一排大而红的24个字映入我的眼帘；钢一样的意志，铁一样的纪律，山一样的威严，风一样的行动。多么庄重的字啊！到了军校就意味着我们要摆脱娇气，要学会吃苦，要离开散慢。到了军校就意味着我们不再是学园里的书生了，而是纪律严明的小军人了。到了军校就意味着新的历程等着我们，新的磨难开始了。

在这古老的屋檐下住着一群有纪律的小军人，他们有严格的内务，紧张的训练，艰辛的体能在等待着他们。

一声嘹亮声响起，意味着我们要用最快速度打好背包，站

到教官面前。打背包的要求是又快又紧。听到乱哨的响起，我便开始冒汗，我用我最大的力气，拉紧背包带，因为太用力，我的手上原本的伤又开始出血了，血不停的向外流，我的心开始乱了，又想擦血又想打背包，就在这时“钢一样的意志”显现在我的脑中，我的手便开始打背包，一个坚定的志在我心中出现，我想：哨声就是命令，军人就要听从命令。于是我背上背包，冲向了操场。啊！我是第二个，顿时我忘记了疼痛，血一点点的从手上流了下去，休息时我才发现我的裤子上沾到了许多血。我看着我的手又看了看操场上的字，我笑了。

军训让我学到了许多在学校里学不到了，军训也让我成长了许多，让我学会了自立，坚强。

学校为了继承和发扬人民军队的光荣传统，强健体魄，磨练意志，培养积极、热情、乐观向上的优良品质，对我们初一的学生进行了为期四天的军旅生活的锻炼。

军训在学校领导的重视、老师们的周密安排及教官们的辛勤教导和全体同学的密切配合、共同努力下，已安全、顺利、圆满的完成了。四天的军训是短暂的，但是它却给我们留下了终生难忘的刻骨铭心的记忆。

通过军训，增强了我们的体魄、锻炼了我们的意志品质、磨练了我们的毅力。同时，也使我们每一个同学从教官的身上感受到了作为一名军人的气质，那种一不怕苦、二不怕累的精神、那种英勇向前、决不后退的无坚不摧的坚强的毅力和坚定的意志，是我们终身学习的榜样。这次军训，是与困难挑战，是与炎热的酷暑作斗争，是不断战胜自我完善自我，是磨练意志、不断战胜各种艰难险阻走向胜利的一次完美体验。

短短几天的军训带给我的不仅仅是身体上的锻炼，还有思想上的熏陶，意志上的锤炼。其中，留给我印象最深的是军人

严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、守纪律和艰苦朴素的精神。

还记得教官在闭幕仪式上说过：“在这四天里，有合理的命令也有不合理的。合理的命令是训练，而不合理的命令是磨练。钢铁般军人的意志绝对是磨练出来的而不是训练。”是啊，正如教官所说，我们这些娇生惯养的“小皇帝”必须要靠不断的磨练才能真正长大！

八月二十日，我们伴随着夏日的阳光以及徐徐的暖风，开启了我们的军训生活。在军营的大院中我们没有好吃的饭菜，没有每天睡到自然醒的权利，没有随时随地玩手机电脑的自由。有的只是严厉的教官以及永远也不会完的训练。

军训的第一天，我只有一个感觉——累。酸疼的腿无言中道出了一切。训练的内容比较简单，就是训练的时间比较长。晚上，我们学习了格斗，我比较喜欢格斗，学起来也觉得很有趣。前几天的训练内容都差不多，晚上会有一些活动，例如说拉歌，我们一起玩的很开心。后几天，我进入了队列示范班，虽然远离了同班同学，但我也结交了更多的朋友。训练的难度也不像一开始那么难了，我们很享受在军队的生活。

训练时也有一些小插曲，例如说某位同学带病坚持训练导致最终晕倒。很佩服她，但我不欣赏她的这种做法，因为身体是自己的，无论在训练时还是在休息时，一切都应该以自己的身体为重。身体不好还怎样训练。

军训时，我们班中也出现了很多的好人好事。当某位同学受伤时，其他同学纷纷拿出自己的药，贡献给受伤的同学。在最后一晚的表演中杨璐同学当起了联络员，整个表演我们在坐着欣赏的过程中，杨璐一直站在幕后，当一个默默的奉献者。有的同学主动组织表演活动，为我们班增添光彩。

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的

中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

### 初一军训心得体会篇三

军训是短暂的，但军人严格的训练，铁的纪律是永恒的，在孩子们心中永不逝去。这让他们懂得：对于生活中的磨难和坎坷，不但不要惧怕，不要逃避，还要张开双臂以拥抱的姿势去迎接，以沐浴的姿态去感受。因为磨练实在是成就不凡人生的甘霖。能够用心去感受磨练，他们才能在激烈的竞争中游刃有余。

军训使个个脆弱的孩子慢慢变得坚强，严肃的训练场使每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，是坚强。严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，辛苦的训练，让“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为每一个孩子内心一个最具有震撼力的座右铭。

军训的日子里，最辛苦的是孩子们，最操心的却是可敬的班主任老师们。班主任老师们在军训期间是全程陪同、守护他们的孩子们。班主任和孩子们一起接受灼心的烈日，和教官们一起组织队形维持纪律。

当孩子们遇到困难退缩时，有老师们深深的鼓励；当有同学累倒时，总有班主任亲切关心的话语；队形不齐时，也不免有批评的话语以及对他们更高的要求。同时，在孩子们疲惫不堪时，班主任总会想方设法地调动他们的积极性。种种的一切都昭示着班主任的核心作用，他们的奉献精神以及他们的工作作风都在潜移默化地影响着孩子们。

初一1班班主任张秀玲，始终和学生们一起接受阳光的考验，一刻也不在阴凉下休息；5班班主任路丽娟，和孩子们一起训练，几天下来，原本白皙的皮肤晒得黝黑；8班班主任张会芳，抛下了家里所有的事情，扔下了家里嗷嗷待哺的孩子，每天最早到操场；14班班主任王磊老师家人突然发病入院了，她却腾不出时间照顾，整个白天都与她的孩子们在一起，晚上军训结束再匆匆赶往医院；19班班主任杨青梅，在教官走后，自己还在操场上指导孩子们军姿正步；20班一个学生的腿扭伤了，班主任王雪老师像对待自己的孩子一样把他的腿抱在自己的怀里揉按着，并一再鼓励他坚强；28班班主任刘潇老师心爱的汽车变成了为孩子们运送饮用水的工具，并用她的手机忠实的记录着孩子们军训的影像，及时发到家长群里，让家长们及时看到孩子们的成长，她还为孩子们布置了军训日记，每天审阅并选出优秀的进行表扬，更激发了学生们努力军训的热情。

对于这些初一的孩子们来说，班主任老师那一张张陌生的脸，却又让他们觉得那么的熟悉。他们是孩子们新的路标，是学生们心中又一盏明灯。三天的军训，三天的感动，换来的是孩子们受用一生的吃苦耐劳的精神和追忆一生的温暖幸福的回忆。在这份回忆背后，是全体班主任老师的辛勤付出，才使一切变得那么精彩和完美。它换来的是学生们的安全和健康，换来的是学生们的荣誉和嘉奖，换来的是孩子们的感悟和收获，换来的是他们的收获和成长。班主任老师们给了孩子们军训成功的坚实保证，也正是这个群体，让孩子们懂得了什么是无私奉献，什么是高尚人生。

最后的军训会操表演上，这帮初一的小雏鹰们，排着整齐的队列，踏着铿锵的脚步走过主席台时，孩子们已然发黑的皮肤就是他们的勋章，一张张稚嫩的脸上透出的是坚毅与果敢，小小的身躯迸发出钢铁般的力量，赢得了学校领导和所有教官们的阵阵掌声。

金华园，这是他们起飞的地方，不远的将来，他们必将振翅高飞，创造一个又一个的奇迹。

大爱无疆，当那些优秀的军训教官给了孩子最后一个军礼，然后迅速转身集合，甚至还没有来得及接受孩子们给他们的最后告别和祝福语，就踏着整齐划一的步伐离去，只为孩子们心中留下了那一身雪白的记忆，此时全场潸然泪下。老师和家长们都说：经此一训，孩子们就长大了。

时光荏苒，如泰戈尔所说：“天空没有鸟的痕迹，但我已飞过。”初一的军训必将成为这些孩子们成长历程中一段最刻骨铭心的感动和享受。

## 初一军训心得体会篇四

初一的军训结束，为此谈谈本次军训的心得与体会。本文是

初一军训的心得体会，欢迎阅读。

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸又烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

青春激扬，为自己严格要求——军训体会感想

懵懂的时光悄悄流逝，转眼，初中的生活来临。

作为预备班的我们，平日里衣来伸手，饭来张口，却缺少了独立的能力。像是温室里的花朵，从暑假磕磕碰碰一路奔来，准备接受阳光的洗礼。



学校特地为我们准备了军训，办着“强健体魄，快乐塑形”的宗旨，提高我们的自身素质。刚开始军训的我们，对军训这个陌生而又熟悉的词颇感兴趣与憧憬。我认为，我们必须提高的不仅是那些军训的动作，更是培养对自身素质的提高。

这四天里，我们一直盯着炎日，在操场上一次又一次反反复复做着“稍息、立正、跨立、起步走”，九月的阳光下，教官竭尽全力喊着响亮的口号，尽管嗓子都喊哑了。汗水渗透了我们的迷彩服，豆大的汗珠从脸颊上流淌下来。尽管很热，但大家都没有抱怨，一个个英姿飒爽地站立在操场上。班级是一个集体，团结很重要。

四天的军训迎来了成果，将在这一刻——星期五里会操展示评比。

我们比平时还紧张。当轮到我们上场时，我的神经紧绷着。“1，2，1，1，2，1……”教官喊着口号，依旧是那么的响亮干脆。没有一个人是嬉皮笑脸的，以严肃的身份对待这次会操。还是那几个动作，我们却格外整齐，格外认真，比以前都好……结束了，一切结束了，在这次会操结束，却在我们的记忆里烙下了深深的烙印。

多少次想过放弃，但对自己的目标，绝不轻易倒下！有时，应该对自己严格要求，即使再苦再累，也要坚持下去。这时候你就可以骄傲的说：“我做到了！”

许多道理，我们都懂，但在这短暂的军训里，我豁然觉得，那些曾认为耳熟能详的道理，已经有了意义与诠释，但在军训中，我才赫然发觉领悟：一个人，可以不强大，力量小，但绝不能抛掉精神气质！集体里，即使你是微小的，但绝不能因此而不出力，因为，你是属于集体的，要归顺集体，学会团结。一份力量也许微不足道，但两份力量，三份力量……拼凑起来是强大的，要有团队意识！你的一言一行，一举一动，都代表了整个班级的形象！

别让在阳光下挥洒的汗水成虚无，有时，必须训练自己的毅力、体质与品德，脱离对别人的依赖感。想想自己的辛苦，再想想教官的不辞辛劳，让自己严肃对待，去迎接这些风风雨雨！因为在人生道路上，还有更多意想不到的磨难还在等你。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。让辛勤与努力，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴着我们，将这力量发扬到更大！坚强刻苦，永不言弃。

珍珠因贝壳的磨砺而光彩照人，我们的清纯也因为有了汗水的洗礼而变得坚韧。犹如那军中绿花般贞洁美丽。为自己鼓掌。

虽然军训只有那么短短五天，却给我留下了最难忘的记忆，短暂的五天我们从陌生到熟悉到友好虽然在那里很累、很辛苦但是离开的时候还是非常的舍不得，舍不得严厉教官、舍不得五天的军训生活，太多的舍不得、太多的回忆让我无法忘记这一次军训的旅程。

全班同学团结一心克服了这一次的军训。

结束了这一次军训之旅意味着我们将要把学习放在重心上，要为我们的学习和梦想努力了。

一分耕耘一分收获我们付出多少就一定会收获多少，相信自己一定行、相信自己是最棒的，在艰辛、在困难的军训我都熬过了，还有什么过不了的军训的生活让我们体会到做军人的辛苦，也体会到他们的不如意。

军训里的五天虽然是非常的让人回忆，非常的热我们把一个个动作都做标准了，也得到了应有的回报军训虽苦、虽累、这些苦、这些累变成了一首首优美的歌曲，这一些场景变成了一幅幅精美的图画，这些歌曲、这些图画永远保留我们心里，纹丝不动的军姿、刚硬的军步、五颜六色的军服让我想

起军训中的我们，再见了军训、再见了那曾经湿了又干干了又湿的军服、再见了严格的教官、再见了五天的生活，当结营仪式的广播声响遍了整个体育场，那个时候的我们为了最后一次的比赛、为了送给老师第一份教师节礼物加以练习我们的军姿、军步，结束了比赛、也结束了这一次军训的旅程当大巴在路上行驶的时候回头看看那五天的生活、回头想想这一次难忘的军训，告别了教官、告别了五天的生活、告别了这一次军训。

军训，一个令人听到就感到害怕的字眼，一个能影响一生的字眼，一个令人激动的字眼，一个幻想的字眼。五天的军训，就像一个调味瓶。酸甜苦辣样样齐全。

而这五天里，幽默风趣的教官教我们从立正到稍息，从稍息到跨立，从跨立到蹲下，从蹲下到齐步，每天只为了一个小小的动作，一个小小的细节，练得筋疲力尽，那又有什么关系呢？况且，教官一丝不苟的教我们，每天在炎炎夏日下练习，教官的声音都沙哑了，但他还是一如既往的叫口令。这五天里，我们再也不像温室里的花朵一碰就碎，而是一枝迎雪傲开的梅花。我们学会了坚强，学会了自立，学会了如何面对挫折与失败，学会了团结友爱。

当我们迈开军校的步伐的那一刻，心中却有一种不舍的感觉。在这里，我们尝到了种种滋味。我们磨练了意志，品尝到苦涩；品尝到失败的痛楚。这将会是我人生光辉的一页，是我迈开中学的第一步。

时光流逝，一转眼，我们军训已经到了三分之一又多了一天。曾经一个电影里有两句台词：我们要学会珍惜生活中的每一天。因为，这每一天的开始，都将是我们余下生命中的第一天。总是不屑一顾，不以为然。面对军训，今天终有一点觉悟。人活着总要有一些不同寻常的意义和不同价值的创造。以后当我们回想往事时，可以毫不犹豫地说：“我不后悔”。军训，简而言之是以军人地标准去训练。虽然与我们平时相比，很

苦，很累……但是当我们与教官一起吃西瓜，一起做游戏时，我们是快乐的。永恒是美丽的，执着就是艺术，平凡造就伟大。这是人们对军人的崇高评价。而我们军训就要达到这个目的，必须经过所有队友共同努力。我相信，不管还有经过什么样的辛苦，不管还要经历多少时间，我们都会变得越来越好。每个人都有一段自己的路程要跑。每个人都有自己的任务要完成，军训，总要给自己留下些不同的意义和体现个人价值的东西吧。只要我们努力，就会为自己的一生留下不同的剪影。

励志：比别人多一点努力，你就会多一份成绩；比别人多一点志气，你就会多一份出息；比别人多一点坚持，你就会夺取胜利；比别人多一点执着，你就会创造奇迹。

共2页，当前第1页12

## 初一军训心得体会篇五

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的同学，也仍然坚持与大家共同训练。

先是听讲座，座位上的我们任由汗水肆无忌惮地淌下，但是还是保持着应有的坐姿。接着来到了操场训练，操场上的我们个个精神抖擞，似乎一点都没有被这闷热的天气所打扰。在一声声“立正”、“稍息”中，我们认真地完成了队列训练中的种种姿势。虽然过程中，有同学倒下，但没有人因此而放弃，为的就是两个字——坚持！

虽然没有橄榄绿的军装，但那青春活泼的稚脸是我们的经典，虽然没有凉爽的天气，但充满朝气的面容是我们的色彩。操场上的空气散发着自信与拼搏的气息，操场上的每一个点滴，都震撼着我们的的心灵。

我们得不到永远的胜利，只求能尝到苦涩后的甘甜；我们没有顽强的体魄，只求在倒下后能再一次站起；我们不可能永远相依相偎，只求在这最后的一年里共同进退；生活不可能一帆风顺，只求在遭遇坎坷时能坚持不懈……这，就是我们每个人的心愿！

人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们小心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持！

路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体

现了集体主义的伟大。不积滴水，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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。