

2023年初一军训心得体会 初一新生军训日记心得体会(精选8篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

初一军训心得体会篇一

军训是人生中的一种特殊经历，它对于我们初一新生来说更是一次全新的体验。当我走进军训训练场时，我被整齐划一的队列和严肃认真的教官们所吸引。整个军训过程中，我们经历了很多新鲜的事物，无论是担负起沉重的背包，还是步调一致地进行操练，都让我感到初中生活不再是以往的轻松和随意。

第二段：磨砺意志的挑战

军训是一场对意志的挑战，每天早上的晨跑和身体素质测试让我们深刻感受到了军人的生活艰辛。炎炎夏日里的高温下，汗水不断地从我的额头滑落，但是我知道，这是我的奋斗目标，是我成长的机会。在连绵不断的口哨声中，我的意志力逐渐增强，我开始适应了军训的节奏和规律。磨砺的痛苦随着时间的流逝而减轻，我逐渐学会了坚持和不放弃。

第三段：团队合作的力量

军训的过程不仅是个人的修炼，更是团队合作的集中体现。我发现，在一个团队中，每一个人都有自己独特的优势和能力，正是这些优势才能帮助我们顺利完成任务。我记得有一次，在进行大队操练时，我一直未能与队友保持一致的步伐，

但是当我刻意调整自己的节奏，与队友们合拍时，整个队伍行进的速度明显提升。这让我深刻认识到团队合作的重要性，只有通过相互配合和信任，才能取得更大的成功。

第四段：坚守纪律的培养

军训是纪律的学校，每天我们都要遵守严格的作息时间和严谨的训练流程。在整个军训过程中，我不再是一个自由自在的小孩子，而是变得更加守纪律和有条不紊。军训使我学会了遵守纪律、遵从指令和严格要求自己，这些能力将在我今后的学习和生活中发挥重要作用。

第五段：军训的收获和反思

通过这段时间的军训，我不仅增强了体力和意志力，更重要的是培养了一种责任感和对团队的认同感。我相信，这些品质和经验将成为我人生中的宝贵财富。同时，我也反思到自己的不足之处，在某些环节上未能表现得足够出色。我决心在今后的学习和生活中更加努力，不断提升自己，为实现更好的人生目标而努力奋斗。

在军训的日记里，我记录了每一天的训练和心情变化。这些文字见证了我从一个青涩的小学生到一个意志坚强并且懂得团队合作的学生的转变。军训让我懂得了生活的艰辛和困难，并且教会我如何去面对和克服。我相信，通过这段特殊的军训经历，我已经变得更加坚强和勇敢，为自己的未来铺就了一条坚实的康庄大道。

初一军训心得体会篇二

在20xx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20分钟军姿。前面几十分钟大家都气质昂扬的，没有一点小动作。又过了几分钟，指挥的老师叫有手表的同学把手表取掉，可这一取手表之后，我身体个别地方有点痒，痒得就像有很多只苍蝇、蚊子在你身上爬的感觉。这非常考验我们的毅力，可是想着自己已经不是小孩子，而是雅礼实验中学的一名中学生了，我必须挺住，必须坚持到底！于是，咬咬牙关，一分钟，十分钟，二十分钟，我终于战胜了自己！

初一军训心得体会篇三

“初一时代，八班最帅，团结友爱，样样厉害！一，二，三，四！一二三，四！”随着教官一声令下，我们八班全体同学，踏着节奏，整整齐齐地走上“战场。”

就在两天前，我们带着满怀的好心情，走进双十的校门，准备迎接一年一次令人胆颤心惊的军训。在操场上整理好队伍后，我们就等待着教官的到来。不出一会儿，一队整齐的队伍就从右边的斜坡上迎面走来。教官们个个训练有素，每个动作整齐划一。从侧面看，只能看见排头的教官。他们昂首挺胸、衣冠楚楚、威风凛凛、让人一看就眼前一亮。军训期间，有不少人晕倒，更有不少人“哭爹喊娘，”“叫苦不迭。”显然，我们都被父母娇生惯养宠坏了，一点苦都吃不消。

可军训就是要让我们吃苦，让我们学会吃苦耐劳。

这三天来，在短短的时间内，我们尝到了饥饿、暴晒、口渴、疲惫的滋味。也正是尝到了这些滋味，才能让我们锻炼出坚持不懈、吃苦耐劳、团结互助的精神；也正是尝到了这些滋味，我们才更加热爱集体、热爱学校、热爱“双十人”这个称号。军训传递给我们的精神力量，为接下来三年的初中生活，乃至以后高中、大学、工作而做准备。它时时刻刻地提醒着我们：要想成功，就要吃苦耐劳、坚持不懈、持之以恒。

而在今天，我们八班要用行动告诉大家，什么是王者风范，什么是“双十人。”果然，功夫不负有心人，我们一共得了四个奖项，拿了四张金灿灿的奖状。这是用大家的信念，汗水赢来的，是用教官的辛苦，老师的鼓励换来的，缺一不可。

正如校长所说：“今天，你们以双十中学为骄傲，以后，双十中学以你们为自豪！”

初一军训心得体会篇四

*两校新初一学生军训于*月二十五日全部结束。今年的军训和往年一样，还是由我们求实全体体育组成员担任，十多天的新生军训真是感受颇深。

这是我来求实工作参加的.第三次新生军训了，因为有了前两次的经验，这一次觉得没有了刚来时的那种生疏，同时也感到了自己在不断地融入求实这个大家庭。当面对着新生那一张张稚嫩的小脸，心中油然而生起了一种说不出的感觉。是喜悦，是兴奋，是坦然……反正那种感觉是很微妙的。

记得刚来时的新生多多少少都带着孩童般的稚气，第一天训练时，大部分的学生一时还摸不着头脑，连最基本的站姿和坐姿都不会，都是我们老师手把手地去教。另外，再加上张校长每天早晨对新生进行校本课程的教育，不出几天新生们

就稍微有那么点求实学生的样子了，自己的行为规范及道德规范有了很大的提高，仿佛一夜之间长大了不少。

今年的训练和以前一样，还是*两校分天军训，我们体育组老师还是每天奔波于两校之间，上午去东校，下午来南校。军训的内容还是队列练习和广播操的练习，这两项是必不可少的。因为队列练习能规范学生的行为习惯，使学生改正一些不良的行为毛病。练好广播操更是少不了，因为广播操是我们求实的门面，是我们求实不可少的一面旗帜。虽说只有这两项练习内容，但好果想要搞好也不是件容易的事，这需要我们体育组全体成员不断地去练习去教育，一个个动作去教，一个个细节去抠，力求把每一个学生都练好，使之真正地成为一个标准的求实学子。

学生每天两小时的军训虽说时间不算长，但在一定程度下还是很有困难的。比如下午军训时，天气很热，老师要和学生一起面对高温来训练，一场军训课下来，学生们各个是满头大汗。我们体育老师也是如此，不光出汗，嗓子也都喊哑了。我们就买一些保喉之类的药来维护自己的嗓子，生怕再军训时喊不出声来。同时我们还要注意军训队伍里的每一个学生，怕他们因为天热，或身体不适倒在队伍中。军训前张校长一再叮嘱我们要关注每一个学生的情况，做到军训中的安全第一，万无一失。因此，每次练习课我们体育老师对学生们格外关注，生怕学生们出现意外。

随着军训一天天的度过，老师晒黑了，学生们也晒黑了不少。但最令我们老师欣慰的就是学生们行为规范一天比一天好，逐步把以前的不良习惯都改正了，比如站姿和坐姿上等。广播操虽然没有老生做的好，但做起来也算是有板有眼，真是各个方面都比刚入校时要好的多。说句自夸的话，这些都和我们体育老师的付出分不开。同时，我们体育老师也以锻炼好学生为荣，努力把进入求实的每一个学生都训练好，使之能够实实在在地融入求实中来。

我们体育老师在训练中需要感谢的人好多，首先感谢张校长为我们体育老师提供一个展示自我的舞台，也感谢东校李校长和南校王校长对我们体育组工作的支持。同时，也感谢各个班的班主任老师对我们的工作支持。但最最感谢的是我们的学生，因为有了他们我们求实才有了生机，因为有了他们我们求实才更加辉煌！

初一军训心得体会篇五

对于我们这些生活条件良好的人来说，军训是锻炼身体的绝佳机会。一小时，两小时，甚至几个小时，重复同样的训练内容，大家都会累得筋疲力尽。但我们只能在心里窃窃私语说我们累了。学员们响亮的口号在训练场上回荡：“一、二、三、四……”很容易学习。对握拳、摆臂、踏步都有严格的要求。仅仅移动到位是不够的，它必须是统一的。

“三四同学请不要动，坚持不住就报！不报就别动！”这是第五分钟。“作为军人，站在军姿是最基本的，刚开始会很累，只要坚持下去，就会有好结果！”我们也练习了很多动作：齐步走、步子走、左右转身等等，大家都刻苦训练，努力展现自己的真实水平，再汇报表演。

看到其他班的同学都在休息，很羡慕。唉，我们什么时候才能休息呢？“我们收腿的时候一定要快，第一排……”教练总是让我们感觉一丝不苟。老师们总是鼓励我们，说我们很优秀，我们都知道我们做的不够好，我们没有做到最好。喊口号的时候声音不够大，一起走的时候不整齐，走路的时候喜欢说话等等，但你总是说我们在进步。

从军训的第一天开始，我就努力适应了。6天对我来说可能太短了，无法详细体验。虽然我没有学会适应，但我学会了坚持。军中铁一般的纪律磨练了我们的意志，大家都努力工作，在行动前作了报告。站立的军姿必须每天练习，即使流汗也要坚持。这次军训给我留下了深刻的印象，我们也从军训中

感受到了很多快乐。从大家整齐的脚步声和高高的口号中，我感受到了团结的喜悦。当我们经过一整天的训练排好队，终于得到教练的表扬时，我得意地笑了。当我们班一起唱歌的时候，我感受到了集体的温暖……珍惜吧，也许这就是我人生的一个中转站。加油！

自从得知军训7月4日举行，我就开始不安了。一想到要在七月的烈日下进行军训，恐惧的情绪就无法消除。在这种情绪之下，军训的日子不知不觉就到了。

军训的第一天，有幸得到上天的眷顾。教官教我们站在室内的军事阵地。听到这个消息，我喜出望外，以为会很容易，但没想到事情远不止这么简单。

教官说，军姿站立时，眼睛要朝前，头部不要移动，五指并拢，紧贴裤缝，手臂要夹住，肩后拉，头抬起，脚跟并拢。，脚趾分开大约60度，但是这么简单的站立动作有这么多标准。半个多小时后，我的腿都麻了，全身都不舒服。直到这一刻，我才感受到军训的艰辛。那天晚上我回到家，就睡着了。我真的筋疲力尽了。一想到第二天的军训，我就有些害怕。

接下来的几天，教练又给我们进行了体能训练。一天后，我们的背部酸痛，腿也酸痛。连我们的声音都沙哑了。学生们也在抱怨，受不了了！第二天下了一场大雨，道路被水覆盖。想起昨天的训练，我还乐在其中，觉得军训已经不需要了。被洪水包围的人们，当我看到他们背着沙袋修建防洪坝的场景时，我才意识到，我们还能在这里训练，其实是一件很幸福的事情。没有他们的努力，我们哪里还能安全地学习和生活？那一刻，我似乎突然明白了很多道理。解放军大叔日复一日刻苦训练，我只练了几天。我有什么资格投诉？军人的职责是保护家庭和国家，必须有吃苦耐劳的决心和强壮的体魄；作为学生，在学习的过程中为什么不呢？明白这些道理后，我不再抱怨辛苦，而是严格要求自己，努力让每一个动作都达到教练要求的标准。

通过这次军训，我改掉了自己的很多坏习惯。我爸妈说我长大了，军训后变得懂事了。军训虽然艰苦，但坚定了我们的意志，增强了我们的体质；在军训中，我们学会了坚持，懂得感恩。在以后的学习和生活中，我将以军人的标准严格要求自己，立志立国。物质的支柱，为国家和社会做出贡献。

初一军训心得体会篇六

9月1日—9月5日。我们xx学校的新生到基地军训，在这短短5天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

在小学的时候，我们军训了3次，还有一次是住在基地的，所以我自以为我能做的不错。但事实证明中学的军训和我们小学的程度是完全不一样的。

在我们到来第一天的开营式上，老师们就强调了很多军训的精神，如：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。最突出强调的就是“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”了，在后来的军训里，也证明了要求的高。这五天下过雨，其余时候太阳很毒，军训真的很辛苦。

可是在我回家的时候，我发现我收获了很多，例如走路的时候都会挺直腰板，平常有精神了许多。我就突然想到军训时足球门上挂的“军训一阵子，受益一辈子”这句话，现在想来确实是这样。和班上的同学同宿舍，让我们更亲近，大家现在想必很想念那段同宿的日子吧！

在这次军训我的想法还有意想不到的改变。在又一次我在吃早餐的时候，教官很关心我们，还问我能不能吃饱，要不要去加一点。在休息时间，教官就像我们的朋友一样，叫大家来表演节目。我知道了教官不是一直特别严肃，其实也是很温和的普通人。

这次军训磨练了我们的意志，让那个我们体会到了团结的精

神，以后的生活会有什么变化呢，我期待着！

初一军训心得体会篇七

随着时光的流逝，x月x号来临了。我们站在篮球场上听校长的致词，随着校长说“初一新生军训开始”，我们的军训也拉开了帷幕。

在军训的期间里，教官都在我们身边，辛苦的教我们：立正，稍息，跨步等姿势。教官也同我们在一起，陪我们一起训练，跟我们在阳光下暴晒。而我们一直叫苦连连，教官却像松柏一样站在那里坚忍不拔。教官那种坚强不屈的精神让我从心里值得敬佩。教官那种精神让我知道了什么才是一个军人。

在短短的五天时间里，军训让我变得坚强，我不会因为想念妈妈而哭泣；不会因为摔跤而流泪；不回因为考试不理想而气馁。

军训让我知道“古今立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志”。

只有不屈服的心，不服输的心，不放弃的心，才会有令人羡慕的成绩

军训让我懂得，军队是一个团体，军队里任何一个军人的任何一个姿势和动作都与军队的荣誉有关，军队里任何一个军人受伤了，其他军人就会照顾他。同样班级也是一个大家庭，大家庭应该是和睦的，团结的，只有班级团结了，那么就风吹雨打都不怕了，就是最后的胜者，正所谓：团结就是力量，这力量是铁，这力量是刚，比铁还硬比钢还强。

时光飞逝，五天的军训已经过去，教官已将离开了我们，回到了他原先站岗执勤的地方，但我永远都会记住他，会把这段时光埋藏在心里最深的地方！

初一军训心得体会篇八

在我踏入初中的第一天，迎接我的并不是欢快的课堂，而是严肃的军训。初一新生军训，实际上是为了培养学生的纪律性、团队合作精神和坚毅的意志品质。每天清晨，我与其他同学整齐列阵，听着长官的激昂口号，经历着军训的洗礼。

第二段：新鲜感与艰辛

刚开始的军训生活，充满了新鲜感。伴随着严肃而整齐的口令，我们进行了操场上的队列操练，通过千锤百炼达到了磨砺心智的目的。紧接着是长途越野训练，步伐均匀而有力。每当看到满头大汗、满身尘土的自己，我觉得军训背后的付出是值得的。然而，军训的艰辛也是无法避免的。我们时常遭受心理压力、身体力行的双重考验。而面对这些考验，我们选择了坚持。

第三段：自我突破与成长

军训生活犹如磨刀石，磨砺出了坚韧不拔的性格。我发现自己不再是以往意气风发的样子，而是能够忍受劳累、承受挫折，甚至在生活中的困难面前能够勇往直前。和小伙伴们共同度过的军训生活，让我在团队合作中学会倾听与相互支持。我被这种集体的力量所感染，也开始发挥自己的力量去帮助他人。这些自我突破与成长，使我逐渐认识到，“团结就是力量”的含义。

第四段：军人风采与严谨态度

在军训的过程中，我接触到了一些军人，他们身着整齐的军装，举止沉稳而自信。他们带给我一种崇敬和尊重。通过观察他们，我发现他们的生活严格规律，对待事情认真负责，从不偷懒。这让我意识到，军人风采不仅仅是在外在表现上，更体现在一种严谨的态度。我渴望有一天也能具备这样的素

养，并且将这种态度融入到自己的学习和生活中。

第五段：军训带给我的思考

通过这次初一新生军训，我不仅感受到了军人的风采和严谨态度，更明白了努力和坚持的重要性。军训不仅是生理和体能上的锻炼，更是一次心理上的修炼。在军训中，我意识到只有在经受了各种困难和痛苦后，才能更好地收获成长和进化。军训让我明白，无论遇到什么困难，只要不放弃努力，就一定能够克服困难，取得成功。因此，我决定将军训带给我的思考转化为行动，在以后的学习和生活中更加坚定地迈向目标。

初一新生军训日记心得体会，正如一幅画卷，将我们参与其中的点滴体验娓娓道来。通过军训，我们领会到了集体的力量，学会了坚韧与坚持，感受到了军人的风采和严谨态度。军训带给我们思考，让我们更加明确未来的方向。在这个军训日记扉页写上我坚持不懈的过程，我们对于军训的初衷和感悟，展现出我们初一新生的风采和成长。