

军训汇报总结感悟 初一军训总结心得感悟 (模板5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得感悟，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

军训汇报总结感悟篇一

在漫长的5天军训中，我相信每一位小军人都变得比以前严肃、认真、团结、坚强，克服困难的勇气比以前更大更强。我一定回深深的记住我们的口号：严格训练，严格要求，刻苦学习，为校争光！

第一天，我还在家不肯来，但最终还是来了！出国学习到了解放军克服困难的精神，风雨无阻地训练，文明礼貌，唱歌本领都学到手了！向左转，向右看齐，站军姿，齐步走，正步走，响亮的口号，整齐的跺脚声，有条不紊的步伐陪伴了我们5天。站军姿，到了现在，我已经可以一动不动地站立40多分钟。速度变快了，时间观念强了，精神饱满了，我觉得我们不再是一名小学生，而是一名小军人！

齐步走走得整整齐齐，手抬得高高的，不慌不忙的走。正步走更是棒了，手握拳，有力地甩动着，脚抬地高高的，砸在地下声音红亮无比，口号大声有力，自豪极了！

啊！今天28号的闭营仪式是多么的隆重，多么的精彩啊！表演得多么出色，就连平时较懒散的16班也精神起来，老师竖起了大拇指，虽然没拿奖，可是我感觉已经很棒了，我们16班可能不再是以前的16班，而是全神投入学习状态的\\16班，我相信我16班将会优秀班级！

5天的辛苦军训过去了，但是依然在我们心中占有重要的地位，我不会忘记这次军训，我会默默存在心中，默默地想，在今后的学习更加努力，把这5天当作我们的终身伴侣吧！

军训汇报总结感悟篇二

初一的军训生活并不像我想象的那样轻松自在，而是需要付出艰辛的汗水，需要有坚强的意志品格，需要严守钢铁般的纪律。下面是本站小编为大家收集整理如初一的军训总结心得体会开头，欢迎大家阅读。

记得军训的第一天，我们来到了学校的操场，看见了我们班的教官，他站得笔挺，在太阳晒得黑黑的脸上，有一对炯炯有神的眼睛，一身蓝色的军服，腰间扎着宽大的皮带，在阳光下闪闪发光。“真有中国军人的风采啊！”我内心情不自禁的感叹道。让我体会最深的是站军姿，教官严肃的对我们说：“站军姿要做到抬头，挺胸，收腹，双眼平视前方，大拇指靠在食指的第二关节，中指紧贴裤缝线，双手夹紧，脚跟靠拢，脚尖分开约60°，身体前倾。现在站20分钟军姿”。话音刚落，我们便赶紧按照教官说的，一动也不动地站在操场上。我暗暗高兴的想着：“不过20分钟罢了这么简单，看来不是我想象中的那么可怕啊。”时间一分一秒地流逝，平时过得飞快的20分钟在今日似乎长如20天，我的双手都已经累极了，腿脚也站麻了，灌了铅似的难受极了。我很想放松一下自己的身体，那时候就算一两秒的活动，也会觉得舒服和享受。想到这里我的双手慢慢的就放松了“哇，真轻松。”我心想着，忽然耳边传来一声大吼“手夹紧了！”把我吓了一跳，我以为我被发现了，呼，原来是别人啊，顿时我不由自主的把双手夹紧了，心想：“看来不能怀着侥幸心理啊！”想到这里我咬着牙，终于坚持到训练结束。

军训，教会了我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，

也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去锻炼，去磨砺。通过5天的军训使我深深的体会到：做什么事都要严格要求自己，对自己不能放松，要做到有始有终。

上初中了!我们必须需要军训，不禁想起那些因为军训而中暑的学生们，自己有一些隐隐的后怕，怕自己也会中暑;怕自己也会丢面子。我们第一天学习的内容是“站军姿”，我们大家一听“站军姿”就会觉得特别简单，但是，你们这次真的错了，“站军姿”是在原地站一小时甚至时间更长，我就是在此事件中，寻找到了一个秘笈，就是我们大家脚后跟不要着地，稍微翘起一点来，这样“站军姿”就不回太累了!

终于挨过了第一天，接着就是第二天的内容立正、稍息，这一个内容不是太累，是这些内容里最简单的了，我也就不太过多的向你们介绍了。

我们军训了五天，但是这五天我我们都很累，回到了家里，我们都累得不知所措，不知如何是好。

我就说到这里了，大家不要忘了我和大家说的秘笈啊!还有，别忘了顶我哦!!!

“一、二、一，一、二、一，!”操场上响起了嘹亮的口号声。在浅蓝的天空下，没有一丝的风，-----那就是鸡西市第四中学的初一新生，正在进行紧张的军训。

在我想象中军训就像是魔鬼训练营：持续性长跑，无情地惩罚等等。但是我却在军训中体验了苦于乐，双重感觉。你一定会说：“军训也会有乐，怎么可能。”但是我真的体验到了。

首先说苦。每天天刚亮，我们匆匆赶到操场集合，做简单的操练。每当我们训练完时，个个都筋疲力尽，惨啊!军训真苦，虽然苦，但我们要吃苦的勇气和精神。记得有一次，这时，

我挠了一下痒，正好被教官看见了，把我揪出来，狠狠地说了一顿，脸都丢光了！操场的一个角落上，一个方队正训练着，这就是我们班的队伍。我们不停地操来操去，虽然中间有短暂的休息，可我们还是累得不成样子；腰酸腿痛。

再来说乐。我们的教官总说我们：“有什么好乐的”，其实，当我们成功地合作完大笑起来的时候，他也会面带笑容。有时我们偶尔会犯错误，但我们总能及时地更正。看着边上那么多同学在认真军训，我们当然也会自觉地提起精神。这就是乐在其中呀。“一、二、一，一、二、一！”这是多么嘹亮的口号声。让我们真实地感受到一个小军人的尊严，辛苦，神气和快乐！

苦与乐是相随相伴的，有苦必有乐，有乐必有苦。俗语都有云：不经历风雨，怎能见彩虹？我们要好好体会军训的苦与乐。军训在严格庄重的氛围中进行。

军训，是告别小学阶段的仪式；军训，是迎接中学生活的洗礼。军训，是一次难以忘怀的体验；军训，是一段刻骨铭心的经历。军训，它囊括了太多太多宝贵的第一次：就像是温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣；或是初生的牛犊，艰难地迈出漫长人生中的第一步……盼啊、盼啊，终于盼来了这令人朝思暮想的军训。

军训生活并不像我想象的那样轻松自在，而是需要付出艰辛的汗水，需要有坚强的意志品格，需要严守钢铁般的纪律。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些

都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸？时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。

经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

六天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训汇报总结感悟篇三

天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，刚经过军训的我们对这句话深信不疑。而这军训的滋味也只有当兵的我们才深有体味。这短短的三天军训也给我留下了许多美好的回忆痛苦并快乐着。

军训的第一天，我们全校二十个班，一千二百多人听着老师的教导齐刷刷的站在了操场上，等待着学校为我们分配教官。期间，同学们窃窃私语着，内容大致就是对教官的一些期望。

就在我们纷纷猜想时，教官已经分配完毕。只见我们班的教官一路小跑过来，这时我才仔细地打量起来他。又高又瘦，虽没想象中的那么帅，但也可称其为帅哥了。

就在大家交头接耳时，教官洪亮的声音响了起来：全体立正！洪亮的声音把大家吓了一跳。教官又说道：我对你们有三条要求：一是服从，二是完全服从，三是绝对服从。

服从命令是当兵的天职。这有什么难，不就一切行动听指挥嘛！

教官的声音再次响起：立正，现在开始站军姿。抬头，挺胸，收腹，两腿挺直，两脚并拢靠齐，两脚尖分开成60度角，两肩稍向后弯曲，大拇指放在食指第二关节，中指放在身体左右两侧的裤线上，身体略微前倾。以这样的姿势站一个小时。什么！一个点！我不禁有点感觉背后凉风直冒在烈日下，我们一动不动地站着，汗水不断地从我们的头上滚落下来，浸湿了我们的衣服。时间在一分一秒的走，我们坚持着，这时，有的同学有些头晕了。幸好教官不那么严厉，我们只站了短短的半个小时，教官就让我们原地休息了，休息了15分钟，又接着练站立。一上午下来，同学们的身体个个像散了架子似的。。。。。。三天训练下来，同学们个个都晒黑了，有的同学脚磨出了水泡，那些看似简单的动作，因一个或几个不齐，练了一遍又一遍，更别说那些有点难度的了。于是，鼻子一酸，我们便哀声叹气地说道：我们好苦呀！但是同学们都咬着牙坚持了下来。。。。。

虽然我们在军训中有苦有累，教官也喊哑了嗓子，但从中我们也体味到很多美好的味道。教官虽严，但却总为我们着想，休息处永远是最阴凉的。合理是锻炼，不合理的是磨炼，在锻炼和磨炼中，也正如宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来般，在最后的军训会操中，我们班得了个最佳组织奖。也在最后太阳和雨的洗礼下，我们的心情也如品茶般，体味到了苦味甜来的美好。

如白驹过隙，时光荏苒，不留下什么痕迹。当某年某月的某一天，离开母校时。当我们重新回忆起军训的这段时光的时候，相信我们会珍惜这些回忆。因为这是入学时的第一幅集体生活的精彩画卷。这个过程中的所有泪水、汗水，所有的笑容都将成为陪伴我们成长的一份值得珍藏的画卷。

健我体魄，强我素质，塑我人格，我们感受到了。

骄阳无惧，青春无悔，追求卓越，共创辉煌，我想我们又该向着美好的明天出发了！

军训汇报总结感悟篇四

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。初一军训结束，你有什么收获？下面小编分享4篇关于初一军训的心得，希望对你有帮助。

伴着微凉的清风，我们的军训生活已经告一段落了。但我每当路过操场时，我便会下意识的看一个地方——那是我们军训的地方。

军训生活已经过去5天了，但我每当走过操场便会想起那教官给我们示范的动作；那同学们在烈日炎炎下汗流浹背的身姿。

回想几天前，我们还在操场上练习，仔细的听着教官的话，生怕落下一句话。几天后，我们还在这里只是没有了那教官严厉的话语。

我的学习生涯就像一个沙滩，我们生活中发生的事就像沙滩上的贝壳。每个贝壳里都有声音，有的声音是甜美的，有的是阴郁的；有的是开朗的……在这些美丽的贝壳里，有很多难忘的贝壳，正如这几天的军训一样，永远在我的心中，永不忘记。

期盼已久的军训终于到来了，我们兴高采烈的换上了迷彩服，开始了小小军人的生活。列队整齐后，一位教官走了过来，他个子不高，黝黑的皮肤，英挺的眉毛，不大的眼睛却很有神，整张脸给我们的感觉就是威严，他对我们说：“你们守纪听话，我对你们是很好的，我的网名就叫‘恰似你的温柔’，但如果你们做得不好，那就不要怪我。明白没有？”这几句话，响度不大却铿锵有力，令我们一下子严肃起来，不

再嬉皮笑脸。

一天下来，最大的感觉就是：好累啊！但我觉得，我们这些90后正需要经历这些磨砺才能够改掉自我娇惯的坏毛病。相信：以后的几天，我们会一步步爱上这里，爱上“规矩”。

小学六年毕业了，我们也要离开母校踏上属于我们的初中生涯！到了初中，并不是想象中那么好，而是迎来了最让我难忘，最让人不想进行但是一定要进行的活动那就是军训！

刚刚开始是听老师们的介绍，简单的来说就是站在那听原本我以为没什么大不了的，可以是还是有的同学晕倒在地，一些中暑，他们在家肯定是爸爸、妈妈的小皇帝、小公主！

终于到了军训了，虽说是5天，但是也够让我们好受的了！刚刚开始教练教我们练军姿，我想：“不就是站个军姿嘛，没什么大不了的看我的！”可是没过几分钟大家都不行了，原本站的笔直的我变的东倒西歪的，和我想的完全不一样，同学们也和我一样，也是东倒西歪的！我想：“这哪是人做的训练啊，明明是魔鬼训练啊！谁会受得了啊！”可是过了一会我发现有个人站的笔直的，一直在坚持，我见了说：“我不能输给他，我要加油！”说完我就坚持到底，无论是刮风、下雨、还是大晴天的都不可能把我打倒！

时间过的真快，短暂的5天过去了，有些同学觉得很累，当时我觉得我从中悟出了一个人身道理！那就是坚持就是胜利！

刚踏进初一的校门，我们就开始了严厉的军训，教我们的教官姓韩，他将陪我们度过1天半的时间并教会我们许多有关军姿的练习。

刚开始教官让我们站军姿：双手紧紧贴紧自己的裤子，两脚后跟靠在一起，两脚尖打开60度，脖子紧紧靠着后衣领，目视前方。就这样，我们站了大约半小时，对面有一个女同学

吃不消，往后退了2步，只听“砰”的一声她晕倒了，老师把她带走后，我们班也有同学吃不消，晕倒了。接着，天暗了，下雨了，我们以为不用练了，可以回教室了，个个都在拍手，欢呼雨来的及时，没想到教官让我们在雨里继续练，真倒霉！

军训汇报总结感悟篇五

初一新生军训心得体会

。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。

第一天上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

不一会，我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有说不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人，下午，同学们都兴高采烈的来到了篮球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮

的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就像带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浹背。看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

这次军训，虽然很苦，但苦中总是带着快乐，5天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入初中第一个影响我们的深刻的一课。