

2023年初中生军训的感受和体会(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

初中生军训的感受和体会篇一

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.....

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默；观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一（8）班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

初中生的军训感想心得范文4

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浹背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！

在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，”功夫不负有心人”我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

初中生军训的感受和体会篇二

“天将降大任于期人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为……”军训为大学生加强国防教育，树立爱国主义思想，锻炼身体，增强体质起到了至关重要的作用。以下是初中生军训的.心得体会，欢迎阅读！

初中生军训的感受和体会篇三

通过紧张而有序的军训生活，学生能够学会有效的利用宝贵的时间，来安排日常的学习生活，提高学习效率及效果。下面是小编为大家整理的关于初中生军训心得总结，如果喜欢可以分享给身边的朋友。

这天，就是初一的军训，一大早，烈日当头，平时娇生惯养的我和同学，个个心不甘情不愿的来到“冒烟”的操场，当头的炎热一下子就在我们一个个嫩白的脸上涂了一层火红火红的“胭脂”。

一声铿锵有力的“立正”之后，便开始了我们艰苦的军训，

这是在考验我们的时候，虽然天气炎热，但每一个同学都不想快速的倒下。遗憾的是，才过了二十分钟，就有同学耐不住火辣辣的天气而随之倒下了。在这种情况下，学校也不得不将原训练时间减少5分钟。

午休时间终于到了，总算可以将上午的疲劳释放出来，把它带入美梦中去。但总归好景不长，很快又要军训了，我们又踏上了沉重的步伐，去迎接炎热的考验。

也许是中饭没吃多少的原因，我也坚持不住了，当教练一声令下，“解散时”，我突然感到不适了，随即来到了医务室休息。

在这一幕幕的表现中，体现了我们青少年身体的脆弱，也体现出这代的孩子平时的运动量不足。通过这件事，也应该能给每一个青少年一些警示。

在凉爽而舒适的天气里，我们迎来了军训的第一天。我们的教官姓顾，一位温柔又有点害羞的教官。顾教官首先教了我们站军姿，我们一个个站得笔直，但也许是天性使然，总忍不住动那么一两下；接着顾教官又教我们立正稍息，我们认真倾听，听着教官的口号：“立正！稍息！向右看齐！向前看！”教官一声令下：“敬礼！”我们如火箭一般飞快的摆好手势，整齐有力，在这一个个简单的动作中不时透露出一股严肃的气息，我想这就是军人的气息。

今天虽然不累但更敬佩军人叔叔那种顽强的精神，他们练习的时候要么是顶着烈日，要么就顶着倾盆大雨，要么是顶着大雪冰雹。但他们都挺过来了。最后我想对各种保家卫国的军人叔叔说您辛苦了！

军训的生活已经结束了，这次军训让我受益匪浅，它让我明白团结就是力量以及让我学会了顽强不屈是精神。军训仿佛就是一次沐浴，它让我脱胎换骨，变得成熟了，变得懂事了，

它是对自我的一次考验，同时也是对自己能力的提升。军训意味着我们已经不再是天真的初中生，而是一名富有活力的高中生，它让我们在今后面对困难时，多了一份耐心与坚强，使我们再今后的生活中能更好的面对挫折。

一提到军训大部分人都可能想到苦，不过对于军训过的人来说，这苦是多么的甜美。‘‘抬头，挺胸，小腹微收……’’。站军姿的动作虽然简单但却难以坚持，最难得考验就是每时每刻要保持高度集中地坚持下去，我们往往都站得汗流浹背，脖子发硬，腰都没了韧性，双腿发软，全身没有哪块肌肉不酸痛。

每一段军训过后，我们都有十分钟左右的休息时间，这十分钟的精彩能让我们充满干劲，再身体和精神上得到最大的放松刺激的活动，我们常常班对班的进行拉歌。声势浩大语其中的诱惑让我们每个人都不由自主的忘情的扯开自己得嗓门用豁出去的声音嚎出来。尽管好点声音嘶哑喉咙冒烟也毫无停止之意，好不知晓毫无怨言。我们除了唱拉歌还有教官叫我们唱军队里的歌曲，听教官讲有关户外急救的知识，以及和教官互相认识，交流内心等。

通过军训使我们与其他陌生的同学拉近了心灵，了解彼此，我们还建立了许多欢乐的友情，在短时间内建立起一般情况不可能得到的真情。我们都能够再大学生活中更快的融洽。与教官的感情称得上是复杂的感情，所有的一切构成难以形容的情感。对这份妙不可言的感情我们都珍贵的如同珍珠般的收藏在内心。现在教官走了，留下了我们复杂的心情，不过我相信我们很快会将这份心情转化为前进的动力。

经过了这次军训，我们获益良多，收获彼丰。我们学会了更好的生活，学会了更好的团队精神，学会了自信，学会了奋进，锻炼了意志，锻炼了身体，锻炼了耐心，以健康，精神，自信的姿态去迎接人生中的新一页。

我告别了留给我无尽回味的母校，进入了这个五彩缤纷的中学。每一个进入中学的新生都必须参加军政训练。“军训”——太可怕了。让人觉得毛骨悚然，有一种军训的恐惧。然而，军训对我们来说是“宠坏了”

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。

在为期十天的军训中，我的的确确地学到很多，不仅学会了如何叠豆腐块，如何踢正步，如何打背包等等。还让我体会的团结的力量。但是，让我学到最多的却和其他同学不太一样吧！

我在军训中学到最多是一父母对我的爱。每天晚上，和同学一起唱军歌的时候看着天上的月亮无时不刻的在想念这家人。我此时此刻才真正理解了苏东坡在写“明月几时有，把酒问

青天。”时的思念亲人的情感。可是我才离家才几天啊?这时我才发现我是多么离不开家。我不禁在想，我在家中如何跟他们吵架，跟他们顶嘴。我的心中充满了惭愧。

训练得越苦，使我越想家;训练得越累，使我越感受到我是如何的离不开家。我无时不刻的.在反思，我应该以什么态度去对待他们?是和原来一样?还是有所改变?但无论如何在我的心目中都是爱他们的。请允许我请你们一起喊出埋藏在我们心中多年的那句话：“爸爸，妈妈!我爱您!”这就是我此时此刻的军训感想。

初中生军训的感受和体会篇四

“天将降大任于期人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为……”军训为大学生加强国防教育，树立爱国主义思想，锻炼身体，增强体质起到了至关重要的作用。以下是初中生军训的心得体会，欢迎阅读!

初中生军训的感受和体会篇五

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。在烈日炙烤的塑胶篮球场上，我们抬起头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就可以的了，一定要坚持住。”在站立结束后，我的心情总是很高兴的，因为我能靠着自己的毅力坚持到了最后。

正步是我们学的众多姿势中最难，最累的。教官让我们把脚踢到半空停止，然后一一过去检查，发现有谁做的不对时会

立即纠正。正步要走整齐是件不容易的事情，因此我们在训练时教官的要求特别严格，每个动作都必须做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完正步后，我们全身都是湿透的了。

军训在辛苦训练之余，也有许多有趣的活动。例如拔河比赛、拉歌比赛等。在拔河比赛上，我们班虽然输了，但输赢并不重要，过程才是关键。在拔河中我们学会了团结，学会了互相鼓励加油，学会了尽全力去做一件事情，这才是拔河比赛的真谛。

时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有意义辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自己！

军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束自己，以钢的意志来支配自己。只有懂得这样做，我们对得起每天在一旁陪我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自己挥洒的汗水！