

初一军训心得体会 初一军训心得(优质7篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

初一军训心得体会篇一

古语有云：“军令如山”，严格遵守组织纪律是军训时必备的素质，艰苦的’军训让我们不堪一击。其实，我们没有想到，其实军训一点也不苦，看看那些真正的军人训练，我们才会觉得我们这点苦根本不算什么，他们那才叫真正的苦。艰苦的军训对我们身体素质和心理素质极大的考验，现在的我们是家中的“小公主”“小王子”“小皇帝”，就是那些只依靠爸妈的人。以后等他们走出家庭，走入社会，他们就什么都不是了，钱总有一天会花光。只要你能像军人一样刻苦，那样才能走过一生，军训虽然很热，但是会学到很多东西，从走进军训生活那一天起，我们就必须牢记：要时刻以一个军训的标准要求自己！

初一军训心得体会篇二

来到军训已经是第三天了，每天的生活都无比地充实。第一天早上，我们进行了10公里的拉练。下午，我们进行了军姿训练和一些军队中的基本动作。晚上，我们还开展了消防知识讲座。虽说很累，但是生活过得很充实，虽说腰很痛，腿很酸，但体能得到了锻炼。

俗话说得好“人是铁，饭是钢。”食堂——我们最坚实的后盾！第一天训练，我感到运动量剧增，也十分地饿，来到食堂，迎面扑来的饭香让我为之一振：从来没闻到这么香的饭

菜，真香！在外面竭尽全力唱完歌后，我们走进食堂，一声令下，我们开饭了，大家吃得是那么的欢，那么的香，那么的爽。食堂中炎热的气息瞬间变得不那么重要了。

天气也是我们军训中的一个插曲：开营时，大家站在一起淋雨；站军姿时，大家站在一起流汗；睡觉时，大家躺在一起打鼾。

军训，一个磨炼人们意志的项目，大家一起努力，一起挥洒汗水。在将来的`生活中，军训中的学到的品质也会一直陪伴在我们身边。加油！一起度过这段难忘的时光！

初一军训心得体会篇三

第一天，军训的号角吹响了，在火热的夏日里，我们初一的学生们步入了军训场地，迎接着严格的军训生活。通过这一天的军训，我深刻地体会到了军训的严肃与艰辛，同时也对自己的成长有了更深刻的认识。

在军训的第一天，我们都集中到操场上，校领导和军训教官居高临下地站在台上，严肃地看着我们。军训教官悠悠地说：“军训是对你们品质和意志的考验，它旨在培养你们的纪律性和团队合作精神。”当他们这样说的时候，我的心里有些忐忑不安，但同时我也激发了对军训的好奇心。

军训的第一项活动是引导我们学习站立及站姿，同时还教导我们如何握拳和握枪。在学习站立的过程中，教官们一再强调正确的站姿，告诉我们背挺直、肩并拢。在这个过程中，我意识到了自己平时经常驼背的问题，开始努力纠正。握拳这个看似简单的动作，也有很多技巧，我们需要一遍遍地练习。握枪更是充满了新奇和严肃感，每个人都小心翼翼地跟随教官的示范，保持枪姿。通过这些学习，我深刻地认识到了军人的严肃和专业精神。

军训的第二项活动是进行体能训练。教官们安排了立定跳远、引体向上、俯卧撑等一系列训练项目。在训练中，我意识到了自己体能的不足，每一次的跳远都离目标很远，引体向上的次数也很少。但是，教官们并没有因此对我们表示失望，他们耐心地指导我们，鼓励我们不断努力。我明白了，这严格的训练旨在培养我们的毅力和坚持不懈的精神。我立下了决心，在接下来的军训中努力训练，不断超越自己。

军训的第三项活动是学习行军。教官们教导我们如何保持整齐的队形、标准的步伐，如何快速地转弯和变换队形。起初，我们的队形紊乱、步伐不齐，但是教官们耐心地纠正我们的错误，指导我们如何配合，如何听从指挥，在很短的时间里我们队形稍微整齐了一些。我发现，行军需要同学们的密切合作和默契配合，只有团结一心，才能做到完美无缺。在每天的行军训练中，我体会到了团队合作的重要性以及集体荣誉感的力量。

军训的第四项活动是进行军事技能的学习。教官们向我们示范了如何正确地组装枪支和扣动扳机的技巧，以及如何使用手雷和进行防空训练。这些听起来很陌生的军事技能让我着实有些火烧眉毛，但是教官们耐心地指导我们，悉心解答我们的问题，并鼓励我们积极尝试。通过这些学习，我不仅学到了一些军人专业知识，更重要的是培养了自己的勇气和坚忍不拔的精神。

这一天的军训让我收获颇多，我深刻体会到了军人严肃的品质和艰辛的训练生活。军训锻炼了我们的体能，培养了我们的纪律性和团队合作精神，同时也让我们明白了军人的严格要求和专业精神。感谢这一天的军训，让我在初一的开始就学到了很多。我相信这次军训的经历会伴随我度过初中三年的时光，成为我成长的坚实基础。

初一军训心得体会篇四

第一天军训的经历令我又兴奋又忐忑。下面，我将分享我的军训日记，并记录下自己的心得和体会。

星期一早上，我站在学校操场上，看到迎面而来的教官严肃的面孔，我不禁紧张起来。教官声音洪亮：“小伙子们，准备参加军训吧！”他的话语让我感到一阵寒意，不知道接下来的一周会发生什么。

在军训的第一天，我们进行了拉拉练和晨跑。一开始，就觉得非常辛苦，腿部酸痛，甚至出现了轻微的抽筋现象。然而，当我看到教官和同学们都在坚持时，内心难以言表的力量涌上心头。我告诉自己，我不能输给自己，一定要坚持下去。有时候，我们需要找到一种激励自己的理由，这样才能克服困难。

接下来的军姿训练让我尝到了成功的喜悦与痛苦。教官严厉的批评和让我反复进行的动作，让我对自己的要求更高。在前两天的练习中，我总是不能保持直立的身姿，坚持不了太久。然而，在教官的悉心指导下，我努力严格要求自己，反复进行调整，最终取得了进步。这样的经历让我深刻认识到，只要下定决心，不断努力，我们都能战胜自己的欲望和惰性，达到自己的目标。

当教官鼓励我们用最大的力气完成各种动作时，我逐渐明白了团队的重要性。只有与大家齐心协力，互相帮助才能取得更好的成绩。在集体比赛时，我和我的战友们齐心协力，同心协力完成了每一个动作。那一刻，我强烈地感受到我们团结一致的力量，同时也看到了团队合作的重要性。相信只有在和团队和谐共处的环境中，我们才能获得更大的成功。

军训的最后一天，我会永远铭记于心。我们穿着整齐的军装列队待命，整个学校的同学们纷纷驻足观看，感受到了自己

的成长与蜕变。当教官向着我们鞠躬致敬时，我知道，这一切都是值得的。军训不仅让我学到了面对困难时的勇敢，也让我更加懂得了珍惜团队合作的力量。

初一的军训，不仅带给了我新的体验和见识，更让我意识到了自己的不足之处。通过这一周的军事化训练，我学会了坚持、努力和团队精神。这些经验将伴随我一生，成为我未来发展的重要资本。

初一的军训为我开启了新的篇章，给我提供了宝贵的学习和成长机会。我相信，通过这次军训的锤炼，我将成为更加坚强和自信的人。我期待着以全新的面貌迎接未来的挑战，为自己的梦想而努力奋斗！

初一军训心得体会篇五

第一天的军训，对于我这个初一的新生来说是一个新的开始，也是一个新的挑战。当我来到操场，看到一群穿着军装和军帽的战士们，我不禁感到激动又略微紧张。然而，通过一天的军训，我深刻意识到了军训的重要性和意义。下面就让我为大家讲述一下我的第一天军训的心得体会。

第一感觉是严格和纪律。军训的第一天，我们就向战士们学习了如何行军和站军姿。战士们的一举一动都如此整齐划一，仿佛一个有机的整体。他们严谨的态度和自律的精神，在我心中留下了深刻的印象。我意识到，只有严格地遵守纪律，才能够达到团队合作和协同作战的效果。

第二感觉是团结和合作。在整个军训过程中，我们没有个人利益和私人情感，只有团队和集体的利益。我们经常战士们的带领下进行集体操练和军事课程。在这个过程中，我们互帮互助，共同努力。每当我们的队列出现问题时，我们会齐心协力地改正错误。通过团结和合作，我们的队伍更加整齐有力，增强了战斗力。

第三感觉是坚持和毅力。军训是一项需要长时间持续努力的训练。在高温闷热的天气下，我们要不断进行各种体能训练和战术演练。刚开始，我感到非常辛苦和吃不消。但是，当我看到战士们始终坚持下来，他们的毅力和坚持精神让我受到了鼓舞。他们告诉我只有坚持下去，才能真正提升自己的能力和素质。

第四感觉是自信和勇敢。军训中，我们经常需要面对各种困难和挑战，如攀登墙壁和爬绳等。一开始，我会有些胆怯和畏惧。然而，随着训练的深入，我渐渐发现，只要保持自信和勇敢地面对困难，我就能够突破自己的界限。通过这些挑战，我在训练中逐渐变得更加勇敢，也更加自信。

第五感觉是专注和执行力。在军训期间，每一个动作都需要我们的高度专注和执行。我们要时刻保持集中注意力，不放松任何一个细节。战士们告诉我们，只有专注和执行力才能保证训练的效果和战斗的胜利。通过训练，我不仅学会了专注和执行力，也意识到在生活和学习中这种品质的重要性。

通过第一天的军训，我对军训有了更深的认识和体会。军训不仅是锻炼身体，还是培养意志力和团队合作精神的重要机会。我明白了纪律、团结、坚持、自信和专注的重要性。我相信通过这次军训，我将变得更加坚强和自信。我希望每一天的军训都能让我进步，为未来的学习和生活做好准备。

初一军训心得体会篇六

今天就要开始军训了，我兴奋地期待着那一刻的到来。

军训的第一个项目是站军姿，教官讲解说：“军姿就是两脚朝外约六十度，脚跟合在一起，手紧贴裤缝，抬头，挺胸，收腹，大家仔细看我做一遍。”同学们认认真真地看了一遍”随着教官严厉的口令，我们开始站军姿…十分钟过去了，汗水不停地流下来，教官说：“坚持就是胜利，。”同学们

听了这话，更加打起精神继续训练，时间终于做到了！我们好兴奋啊。

休息了五分钟之后，教官吹响了口哨，“接下来练习向右看齐，你们一定要认真，仔细！”教官说。同学们吸取教训，每个人都严格要求自己，仅仅反复了几遍就将这个动作完成的很出色。教官夸我们说“一次比一次有进步，真是好样的！”

军训活动的`第一天终于结束了，我的双腿又酸又疼，真正体会到了什么叫做“苦与累”

初一军训心得体会篇七

在进入初中的首个学期，我们迎来了第一次军训。作为新生，我对军训充满了期待和紧张。第一天早上，我们整齐地排好队伍，等待教官的指导。当教官严肃的眼神扫过我们每个人的身体时，我不禁感到紧张，仿佛一举一动都被他们看在眼里。军训的铃声响起，我知道这将是一段挑战和成长的旅程。

第二段：坚持与拼搏

经过几天的军训，我逐渐适应了军营的氛围。清晨，我起床的铃声响起，我毫不犹豫地迅速地起床，整理好衣服，赶往操场。每次晨练，我都全力以赴，尽管汗水在额头上迅速流淌，但我从未停下脚步。军训不仅考验了我的体力，更锻炼了我的意志力。无论是今天的烈日炎炎，还是明天的大雨倾盆，我都会坚持下去，因为我相信，只有坚持才能获得成功。

第三段：团队协作的重要性

军训中，团队协作是必不可少的。在队列训练中，我们需要紧密配合，步伐一致，并且时刻保持队型整齐划一。每一个动作都需要大家齐心协力地完成。我们还要相互鼓励、互相

帮助。当有队友感到疲惫时，我们会鼓励他们坚持下去；当有队友需要帮助时，我们会伸出援手。团队的力量让我深有体会，只有团结一致，我们才能顺利完成任务。

第四段：自信与自强

在军训中，我学到了很多关于自信和自强的道理。教官教导我们，只有在自信的基础上，才能充分发挥自己的潜能。我开始勇敢地回答问题和表达自己的观点，不再害怕犯错。同时，军训也让我变得更加坚强。在训练中，我们经历了各种各样的考验，但只要我们不放弃，勇敢面对，就一定会战胜困难。

第五段：珍惜与感恩

军训即将结束时，我内心涌起了很多的感慨和思考。我意识到自己从军训中收获了很多，不仅是锻炼了身体和意志力，更是培养了学会坚持、团队协作和自信的能力。我深深地感激这段经历，它让我明白了生活的真谛和价值。我将继续珍惜这些宝贵的财富，发扬军训精神，在未来的成长中不断超越自己。

以上就是我在第二天的军训中的心得体会。通过这段时间的经历，我深刻认识到军训的重要性和对我个人成长的价值。我将牢记军训所教给我的一切，在今后的学习和生活中，持之以恒、不断进取。