

2023年中学生军训心得体会 初中学生军训心得(通用10篇)

军训心得体会是在军事训练过程中对自己的感受和思考进行总结和概括的一种书面材料。军训心得体会可以通过记日记、拍照片等方式进行材料收集和思考整理。军训心得体会是对军训经历的总结和概括，以下是一些同学们写的很不错的范文，希望能给大家一些启发。

中学生军训心得体会篇一

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.....

中学生军训心得体会篇二

次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许大家在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜！

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数几十人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势；一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果！原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊！

简单的见面仪式让我们相识，而在训练时的言传身教中，彼此间又迅速建立起良好的友谊，慢慢便形成了默契。军训期间的军事化管理，让我们过着军人的生活，渐渐习惯着军人

的起居，训练中的苦累病痛，我们学会了在谈笑风生中咬咬牙咽下，顺颊而下的汗与泪，我们学会了用坚毅的脸庞去承载去面对。凛冽的寒风裹挟着雨滴而来，教官们依然身着一套笔挺却单薄的军衣，为我们示范表演，每个军训归来的傍晚，他们总会亲自陪伴同学们迈着齐步直至寝室楼下，讲评完毕，整整军帽，锐利的眼神瞬间无踪，取而代之的，是温存如水的目光，道一句：天气凉了，注意保暖。有些羞涩，却不表露，他们的眼睛被低垂的帽檐遮住，没有发现我们疲惫蒙尘的脸上，最真挚诚恳的感激！

时光荏苒，弹指即逝，军训的时限即将来到，我们能够真正作为半个军人站立在这片土地上的时间不多了，也许我们人生短暂数十载，没机会经历血火梦魇，瀚海黄沙的军旅，但是，教官们身正心纯，勇者无畏的教导必将永远铭记于心！

中学生军训心得体会篇三

带着幻想，新奇与迷茫，我们走进了初中生活，迎来了是为四天的军训生活。我知道，军训不仅是对身体的锻炼，更是对人生意志力的磨练。

虽然现在军训生活已经结束，但是那些永不磨灭的画面也已经深刻地印在了我的脑海中。

军训生活的艰辛是我曾所预料到得。一天大部分的时间都在操场上度过。操场上似乎只有嘹亮的口号声，整齐而又一致的步伐。一次又一次重复的动作，让我充分体会到铁棒磨成针的辛苦。

虎视眈眈得得盯着那桌上的饭菜。

再说一说晚上就寝吧。寝室里都是硬板床，六人一个住宿。对于我们这些娇生惯养的子女来说，在家早已习惯谁软软的

床。所以在刚到的头两天我晚上转侧难眠，半夜不是被冻，就是睡不着或者早起。

日复一日的锻炼，我学会了坚强；学会了吃苦；学会了坚持，也深深的体会到了军训生活的艰苦和朴素。

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了一份娇气，多了一份坚强；少了一份依赖，多了一份自强；少了一份怨天尤人，有了一份勇往直前。同时也懂得了自强、自爱和自制。也做到了“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的可贵精神。

这只是短暂的第一步，我们脚下的路还很长，继续努力吧！加油！

中学生军训心得体会篇四

今年，我怀着忐忑的心情进入xxx一中，一个崭新的环境，一群从未谋面的同学朋友，无论做什么都小心翼翼。

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，做好本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。我记得在这段时间里，我唱着军歌，一遍一遍，喜欢这首诗的豪迈与磅礴气势！就这样，时间悄然流逝了，脚酸了，麻了。

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，浸湿了帽子与衣领；我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；我记得，严厉的教头一遍一遍教我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安……这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就

不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的纰漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多。军训，是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我在一个人走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人！是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”！

中学生军训心得体会篇五

9月5日，那是一个特别的日子。因为从那天起我参加了__×学校的军训。经过几天的训练，我懂得了许多课本以外的道理！

一. 毅力

这几天的军训着实让我们辛苦了一把，这时毅力是最关键的。每天三个小时的军训大部分时间我们都是站立的，非常辛苦、疲惫。再加上烈日的烘烤，不一会儿，大家都已汗流浹背，汗滴不由自主地从额头慢慢流到眉毛、眼睛里，痛痛的，我们都咬着牙坚持着。靠着顽强的毅力，努力完成着教官布置的动作、要领。这军训体现的精神，我想一定会用在以后的学习中，这也许是军训的意义吧！

二. 集体

汇报表演时，一声号令，一个摆臂，一列步伐，还有那落地的“啪啪啪”声，同学们的动作整齐划一，脚尖绷得紧紧的，身体挺得直直的，就像一个人在做动作。想起小学以往的一些活动，有时表现得我行我素、自由散漫，而现在大家都很团结，都不希望拖班级的后腿。老师说：“初中的团体活动很多，比如说报告会、运动会，一个小小的差错将影响整个班级体。”在军训中，或许你动一动，整套动作就要重做。记住，集体利益大于个人利益！

三. 纪律

“没有规矩，不成方圆”，这句古话在军训中同样适用。军训中，连擦擦汗都要打报告，更别提说话、做小动作了。军训，就是要把我们训练成待命的小军人。一场战役，一个军人能随意乱动吗？这就是铁的纪律，服从命令是军人的天职。“不经历风雨，怎能见彩虹”，张教官就是要把我们这些未来的建设者训练成纪律严明的小军人！

四. 荣誉

虽然没有拿到理想中的一等奖，只得到了二等奖，但大家依然很高兴。面对二等奖，留下了遗憾，我们不免有些失落。这份荣誉，大家还是很珍惜，很快乐，我认为荣誉有时也不能看得太重，相信军训带给我们的是一个过程，有付出也有回报。

通过这几天的训练，我得到了很多很多。虽然军训是艰苦的，但军事化的训练不但锻炼了我们的身体，而且磨砺了我们的意志，增强了我们的信心，为我们的初中学习生活，写下了绚烂的第一笔！

中学生军训心得体会篇六

军训的日子里，一张张充满朝气的脸一起哭着、笑着也闹着。只因为经历过十几天的`风雨与考验，坚强开始挤去脆弱的空间，团结成为一切的主角。在这浅浅的秋光里，该开的花在开着，什么也没改变，但谁也不曾想到就这十几天的时光会给我们这一群年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华！

经历了多少风雨的折磨；体验了多少紧张的时刻；承担了多少困难的考验。我们终于迈进了大学的门槛。本以为大学之路是轻松的；本以为大学之路是渺茫的；本以为大学之路是自由的。但是，自从上了军训这一课，才让我深深地明白，原来那些都只是幻想。按照学校的惯例，每年新生开学都必须参加长达半个月的，这也标志着大学生活开始了！自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰；无数汗水的浇灌；无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是苦和累的表现。

在军训期间，发生了许许多多感人的故事。这些感人的举动也都表现出了一颗颗坚定的心；一份份坚强的勇气；一种种值人学习的精神。在大学中、社会上也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。没有规矩，不成方圆。这也正是军训中，我们所明白的。如果一个人生活中放荡的地，那么这个人将被称为疯子；如果一个家庭在生活中争吵不息，那么他很快四分五裂；如果一个国家总产生内战，那么最后只能走进灭亡这一恶门。因此，我也深深地懂得了只有团结、友爱、奋斗、坚强才能在这个世界上生存。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信阳光总在风雨后这句话，这也是为今后的生

活奠定了一个坚实的基础。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真正的一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

中学生军训心得体会篇七

9月1日，开学的第一天。也开始了我人生中的第一次军训。第一次离开家参加军训，让我体会到了在外面生活的辛苦.....

我听姐姐说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为因为没有做好

被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么？不是说先苦后甜么？不是说没有最好只有更好的么？所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训。

中学生军训心得体会篇八

八月的末期，让人心生畏惧和敬意的军政教育训练如期而至。随着各项工作的相继完成，我们18级新生换上军装，戴上军帽，以坚定的步伐走上了神剑广场！

说到军训，三年前的八月，我也有过类似的为期一月的军训生活。与其相比，此次的军训更正式，更严格，更规范，更系统。

晨光熹微，鸡鸣缓缓，我们急急忙忙赶往训练场地，列队，点名，教官到位，一日的训练正式开始。

起初的时间，站立军姿是一切任务的基础，双脚成六十度站立，昂首挺胸，双手紧贴裤线，正视前方。原本以为，这简单的站立，大可不费吹灰之力，两小时以后，事实证明，如此普通的站立，足够挑战我的意志力。再到后来的基础蹲姿，坐姿，挑战的难度逐级加大，脚底的疼痛，腿部的酸胀，肩膀的僵硬，无数的问题都一一暴露。问题的种种让我产生无数想要放弃的念头，然而正因为这样，我才能一次又一次突破我自以为的极限。

提到教官，最害怕的是她，最感激的也是她。害怕她的严厉，害怕犯错，更害怕犯错连累所有人受罚。受罚的感觉真的无以表达的痛苦，不只是身体上，还可能会外加心里的愧疚。感激她的温柔，感谢她竭尽所能的训练，更感谢她对我们每一次的体谅与帮助。

之后的日子，每天有着不同的心情不同的感觉，每一天都过的很充实。说实话，坚持是我唯一能做的事情，对于我们这些天天在家里衣来伸手，饭来张口的00后来说，军训真的是一种折磨，每次下训，除了必要的走路，几乎维持“静止”状态。

我们对自己的坚持，感到无比骄傲，磨合与适应的过程中，我们学会了苦中作乐，学会了一些以前不明白的道理，还互相结交了一群“战友”，共患难，深友情！

中学生军训心得体会篇九

有人说：“高考前的复习是人生的一次磨难”，还有人说“大学毕业后的找工作是人生的一次磨难”，更有人说“人到中年不得不养家糊口，这也是人生的一次磨难”……而对我来说，高一入学，为期一周的军训称得上

是我人生中一次饱受磨难的经历。

开学第二天上午八点，我们顶着炎炎烈日参加军训开训仪式。太阳散发的热量仿佛要吞噬掉整个大地，让我不禁联想起《三体》中的“乱纪元”我们那疲惫的身躯和不耐烦的表情，仿佛诠释着对军训的不满，对军训作用的质疑，隐藏其中的，还有对未来一周辛苦日子的恐惧。

该来的总是要来的，所幸的是，我们遇到了一块有树荫可乘凉的军训场地。

当然最让人满意的是一位支持素质教育的好教官。本以为本次军训就是重复初中时学过的简单动作，但是没想到，实际的训练量很大，不仅训练时间长，而且动作标准要求更高了，许久不运动的身体很快就吃不消了。

看着其他班有的同学陆续放弃了训练，我也想过半途而废，但是一看到我们班的同学都在坚持，那一双双埋在汗水与尘土下带着决心的眼睛。我不得不咬牙坚持下来，这时，我才明白了老师说过的一句话：“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队。”

教官给我们讲了他们训练时的生活，我们这才知道什么叫做真正的军训，我们所受的苦，看起来是微乎其微的，比起真正军人，我们真是相形见绌。

如果说我们所面临的军训也称得上是磨难的话，军人们的日常训练可以算是世界上的一大奇迹，与其说教官的故事给我们带来的是震撼，倒不如说给我们带来的是一种鼓励。

谨以此篇献给那些饱受磨难仍为祖国站岗的军人，以及鼓励还有四天军训生活的我们。

中学生军训心得体会篇十

在八月份的日子里，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浹背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊！

最后一天，我们班获得了“先进班集体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同

努力的成果；这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。