

最新初一军训心得体会(优秀8篇)

工作心得是一种对自己工作状态的自我反思，有助于发现自身存在的问题和提升工作质量。接下来是一些优秀工作心得的案例，我们一起来学习和借鉴吧。

初一军训心得体会篇一

今天是我们的第一天军训，我对军训充满了期待和紧张。一大早，我们个个精神抖擞地集结在操场上，迎接新的挑战。眼前的教官严肃而威严，他们的步伐整齐，神态自然，让我对他们充满了尊敬。在节奏鲜明的口号声和操练指令下，我感受到了军队的纪律和力量，期待着接下来的学习和成长。

第二段：严格的纪律让我受益匪浅

军训中最深的体会莫过于严格的纪律。学员们必须严格服从教官的指挥，按时起床、整理寝室、刷牙洗脸、进行体能训练等等，不容有丝毫马虎。这种纪律性的训练让我明白了在军队中，每一个个体的力量都微不足道，只有整合在一起，才能完成一项艰巨的任务。同时，严格的纪律也让我养成了良好的自律意识，教会了我如何合理安排时间、培养良好的生活习惯，这将对我未来的学习和工作产生积极的影响。

第三段：团队合作的重要性

在军训中，团队合作是必不可少的。无论是队列训练，还是各种军事操，都需要大家紧密协作。身处其中，我感受到了团队的力量和团结的力量。在团队中，每个人都有自己的分工和责任，只有大家完美地协同合作，任务才能顺利完成。而在这个过程中，我学会了倾听他人的声音，学会了与他人沟通和交流，培养了耐心和接纳不同观点的能力。这些都是我在为将来步入社会打下基础的重要素质。

第四段：坚持能力的培养

军训是一项体力和意志的双重考验。尤其是在长时间的行进、爬山和体能训练中，我深刻体会到了坚持的重要性。有时，身体已经疲惫得无法再前进，但教官的鞭策和队友的鼓励让我坚持下来，克服了自己的极限。这让我明白了只有在持续付出和坚持努力的过程中，我们才能获得成长和进步。无论是面对困难的学习还是工作，我都要时刻保持坚持，不轻言放弃。

第五段：军训带给我的更多收获

除了严格的纪律、团队合作和坚持能力的培养，军训还带给我更多的收获。比如，我学会了如何与陌生人相处、如何应对压力、如何抗拒诱惑等。而且，与同学们的相互协作和相互帮助，让我更加明白了友情和团结的重要性。这些收获将成为我未来成长道路上的宝贵财富，帮助我更好地面对挑战 and 困难。

军训过程中的点滴收获和心得体会，将成为我人生中的重要经验，对我未来的学习和工作产生积极的影响。我将永远牢记军训期间学到的军人精神，以坚韧不拔的毅力和自律精神，迎接人生中的每一个挑战。

初一军训心得体会篇二

进入大学的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生的体验。由于上学期陕西省宝鸡市受甲流的影响，全院全体09级的.军训在这学期末拉开了帷幕。虽然军训推迟了，可同学们渴望军训的激情仍然高涨，等待这次军训的到来。

两天的军训，宽敞的马路过道成了我们的战场，而在这个战场上，我们就是一道靓丽的风景。整齐的队列，笔挺的身子，

使我们用意志描绘的风景；震天的呐喊声，嘹亮的歌声，使我们用声音在科技楼上空及整个校园久久回荡，休息中我们认真有趣的学习了平时我们并不熟悉的军歌，在歌曲中体会和感悟当代军人的风采。两天的军训，是苦，是累，是痛，无论是流着汗水的脸颊，湿透的衣服，还是发痛的双脚，都让我们难以忘怀。

漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身.....

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。是的相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防.....更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低

级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加点对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

初一军训心得体会篇三

在大学里，除了学习专业知识，我们还需经历一段军训生涯。军训是培养我们阳刚之气，锻炼身心素质的重要环节。迈进训练场时，内心充满了憧憬和期待。军训不仅是学校教育的延伸，更是我们接触军人精神的契机。通过这段训练，我们可以改变自己，革新自我。

第二段：团队协作，锤炼意志

军训期间，我们被分为不同的连队。与队友们一起面对困难，团结合作，共同克服困难，是军训带给我最深刻的体会。无论是长时间的站军姿，还是密集的体能训练，只有彼此相互扶持，齐心协力，才能更好地完成任务。这种团队合作精神也丰富了我们的社交关系，培养了我們与人沟通、协调的能力。

第三段：严谨纪律，塑造自律

军事训练讲究严格的纪律要求，养成并遵守纪律是我们军训阶段的重要目标。起床、卫生、训练、午休、教官训示，每一天都有一丝不苟的时间安排。严谨的纪律要求我们养成按时起床、自觉整理寝室、乖乖听从指挥的良好习惯。在训练中，每个动作都需精确到位，这要求我们细致入微，对自己严苛要求。这样的训练规律，给我们塑造了自律的品质。

第四段：挑战自我，勇攀高峰

军训是一个对自己身体极限的挑战。在酷暑或寒冬的训练中坚持下来，锻炼了我们的毅力和意志。有一次长跑训练，我感到筋疲力尽，只想放弃，但是看到其他同学一个个坚持下来，在他们的鼓励下，我鼓起勇气，坚持完成了训练任务。这样的挑战使我更加了解自己的潜能和能力，并且在完成挑战后，我也为自己的毅力感到骄傲。

第五段：人生感悟，收获满满

回顾这段军训经历，我不禁想起了我的战友们，想起了那些苦涩的瞬间。军训不仅是一段崭新的经历，更是对人生的一次洗礼。通过军训，我收获到了团队精神、自律性格和坚韧意志。同时，我也明白到了生活可以更简单，只需要脚踏实地，用心去感受每一个瞬间。军训教会了我如何做一个严谨、纪律的大学生，也丰富了我的大学生活。

总结：

大学一千字军训，意味着一个个体会与感悟的积累。通过军事训练，我们学会了团队合作，领悟了坚韧不拔的意志品质，更加意识到了自律的重要性。这段军训经历的收获和感悟将伴随我们走向未来的道路，让我们更加坚定地奋斗，更加明确自己的目标与方向。军训心得，是宝贵的财富，它将指引我们向着更高的目标勇往直前。

初一军训心得体会篇四

快要开学了，作为一名初新的新生，我已经迫不及待地想要见到我的新老师和新同学了。但是，在我和初一的大门前，还有一道鬼门关——军训。

我是第一次参加军训，心中未免有些小激动，但是也有些害

怕，因为听很多人说过，军训是一个很苦很累的事情，但是究竟是怎么样的，他们又缄口不言。

随着开学典礼的结束，军训正式开始了。分配给我们班的教官是一个姓黄的教官，看起来很古板，但是总能想出各种奇奇怪怪的训练。

首先开始的是最简单的站军姿，别看简单，站一会儿是很简单，但站个20分钟就不是那么容易的事了。刚开始站时，所有的同学都是站得笔直，纹丝不动；可才站了五分钟，就开始有人撑不住了，身子摇摇晃晃，像被狂风吹动的竹子。偏偏在这个时候，太阳又来雪上加霜，原本清凉的阴天转眼间就变成了艳阳天，毒辣的太阳瞬间就笼罩了我们，原本就腰酸腿麻的我们顿时汗如雨下；又撑过了两分钟，我们的身上已经布满了汗珠：头上、脸上、脖子上、手臂上、腿上，那些汗珠就像一只只小爬虫，在我们身上爬啊爬，我们虽痒却无可奈何。又过了一分钟，已经有人撑不住了，开始悄悄地擦汗，但是，我们的教官早已经虎视眈眈，如鹰一般的眼神直勾勾的盯着我们，只要稍微动一下，立刻就会被发现，发现之后，最少也要做10个上下蹲，有一些“惯犯”被逮到多次之后，还会被要求跑步、俯卧撑、蛙跳等奇奇怪怪的惩罚，我们看到那些人的惨状之后，哪还敢动一下？终于，在我们即将崩溃的时候，教官发出了指令：“全体队友，原地休息！”“太棒了！”我们仿佛重获了新生，虽然是坐在滚烫的地板上，但是给我们的感觉就像是坐在真皮沙发上一样；虽然只是在喝一瓶普通的白开水，但我们嘴中的水就如琼浆玉液一般甘甜。太阳仿佛也想让我们舒服一下，悄悄地躲进了云朵后面，让我们享受一下这片刻的清凉，虽然只是休息了短短的一分钟，但给我的感觉就像是休息了一年之久。

学完了站军姿，我们也做好了心理准备，接下来的训练就简单了很多，毕竟万事开头难嘛，像什么蹲下起立，左转右转，踏步甩手都不是什么问题。我总结了四句话来说明军训的要求，就是：“坚持不懈，令行禁止，纹丝不动，坚定果

决。”同时这次军训也给我敲响了警钟：再不好好锻炼身体，导致体质弱，连一次训练都过不了，那还算什么男子汉！

这次军训，我学到了很多，也增强了体质，更团结了我们的班级，就算是再苦再累也值了！

初一军训心得体会篇五

伴随着一声嘹亮的哨响，为期12天的济南大学2006级新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间；曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆；以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切；曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友

谊. 教官的威严与活泼, 教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现, 我相信花未眠.

军训虽然只有短暂的十几天, 但是我们在看, 学, 练中受到了教育, 锻炼了身体, 增强了意志力. 提高了军事素质, 强化了国防观念.

军训结束了, 但军训中的收获却不会随之烟消云散. 这是我们用汗水, 泪水和欢笑谱写的乐意, 是我们大学生活中的闪光点, 更是我们永远值得回味和追忆的日子. 教官虽然走了, 但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓, 融入了我们的灵魂. 它已在我们心中默默地埋下了一粒种子, 一粒充满希望的种子.

大学四年, 我会用军训精神来度过, 用梦想创造可能, 用理想浇灌希望; 用知识报效祖国, 为国家现代化建设贡献力量.

青春因军训而精彩, 济大因我们而辉煌!

初一军训心得体会篇六

军训是中国大学生活中一个重要的环节, 它不仅是一种艰苦的训练, 更是一次身心锻炼的机会. 作为一名大学新生, 参加军训对我来说意义重大. 下面我将结合自己的经历, 谈一谈我在大学一千字军训中所体会到的收获和感悟.

大学军训是一次严格的纪律训练, 它帮助我建立了正确的思想观念和纪律观念. 军训中, 每天早晨准时起床, 按时集合, 严肃认真地进行军体操和队列训练, 对我们进行了集体主义意识和纪律观念的教育. 在军训中, 我深刻体会到, 只有严格遵守规章制度, 才能在集体中发挥出最大的作用. 同时, 军训也锻炼了我的意志品质, 培养了我坚强的毅力和集体荣誉感. 在炎热的夏季, 面对艰苦的训练, 我学会了坚持, 并且在集体中感受到了强烈的团队精神.

军训中还教会了我如何正确处理人际关系。在军训中，我们都是陌生人，但通过共同的训练和生活，我们都建立起了深厚的友谊。我们团结协作，互相帮助，在这个集体中形成了一种特殊的默契。军事化管理下的秩序和纪律让我学会了尊重他人，尊重规则，同时也学会了如何与人和睦相处。在军训期间，我和同学们在共同奋斗的同时建立了友谊，这些友谊将伴随我一生。

军训让我更加意识到身体健康的重要性。军训过程中，每天都有密集的锻炼和体能训练，让我感受到了身体的力量和耐力。这个过程中，我深刻理解到只有拥有健康的身体才能拥有更好的学习和工作状态。所以，我下定决心要每天坚持锻炼，保持身体健康。而且我也学到了合理饮食的重要性，学会了养成良好的饮食习惯，这对我的身体健康具有重要意义。

军训还让我学会了如何在压力下应对困难。军训中，我们需要在限定的时间内完成一系列的任务，而这些任务往往是异常艰巨的。在这个过程中，我们面临着诸多困难和压力。但是通过与同学们的互相帮助和鼓励，我逐渐学会了面对困难时保持冷静，找到问题的解决办法。这让我更加坚信只要有决心和勇气，就能战胜困难，实现自己的目标。

通过一千字军训，我发现自己拥有无限的潜力和能力。军训并不仅仅是锻炼身体，更是培养自信心和勇气的过程。在军训的过程中，我充分发挥了自己的潜能，不断挑战自我，不断突破自己的极限。我也明白了只有对自己有自信，才能在面对困难时不退缩，勇往直前。这些经历将成为我在大学生活中不断成长的基石。

总的来说，大学一千字军训让我从多个方面得到了锻炼和提高。它培养了我坚韧不拔的意志品质，使我更加懂得珍惜友谊和人际关系，坚持锻炼和保持健康的生活习惯，并教会我合理面对压力和解决困难。这些收获和感悟将伴随我一生，成为我在大学未来求学和事业生活中的宝贵财富。

初一军训心得体会篇七

转眼间，期待已久的_天军训就在今天结束了。在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。

回想军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，要做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们之中大部分都是90后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会到了什么叫“坚持就是胜利”。在训练场上，我们预着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的高中生。军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。军训不仅仅是简单的队列训练，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。

军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，不再只顾着自己。军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。是我们高中生活的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。它把军人的气质悄悄的刻进了我们的骨髓，融入我们的灵魂，它已在我们的心中默默的生根了。不经历风雨怎能见彩虹，没有苦寒怎能得梅香。在这次军训中我学到知识，训练中受到教育，磨练了我的意志，锻炼了我的身体，提高了我军事素质。军训让我更有勇气面对社会，承受压力。燃烧的永远是热血，不朽的永远是信念。

高中三年，我会用军事精神去度过各种困难，用梦想创造可能，用理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨创造辉煌。

初一军训心得体会篇八

懵懂的时光悄悄流逝，转眼，初中的生活来临。

作为预备班的我们，平日里衣来伸手，饭来张口，却缺少了独立的能力。像是温室里的花朵，从暑假磕磕碰碰一路奔来，准备接受阳光的洗礼。

学校特地为我们准备了军训，办着强健体魄，快乐塑形的宗旨，提高我们的自身素质。刚开始军训的我们，对军训这个陌生而又熟悉的词颇感兴趣与憧憬。我认为，我们必须提高的不仅是那些军训的动作，更是培养对自身素质的提高。

这四天里，我们一直盯着炎日，在操场上一次又一次反反复复做着稍息、立正、跨立、起步走，九月的阳光下，教官竭尽全力喊着响亮的口号，尽管嗓子都喊哑了。汗水渗透了我们的迷彩服，豆大的汗珠从脸颊上流淌下来。尽管很热，但大家都没有抱怨，一个个英姿飒爽地站立在操场上。班级是一个集体，团结很重要。

四天的军训迎来了成果，将在这一刻星期五里会操展示评比。

我们比平时还紧张。当轮到我们上场时，我的神经紧绷着。1，2，1，1，2，1教官喊着口号，依旧是那么的响亮干脆。没有一个人是嬉皮笑脸的，以严肃的身份对待这次会操。还是那几个动作，我们却格外整齐，格外认真，比以前都好结束了，一切结束了，在这次会操结束，却在我们的记忆里烙下了深深的烙印。

多少次想过放弃，但对自己的目标，绝不轻易倒下！有时，应该对自己严格要求，即使再苦再累，也要坚持下去。这时候你就可以骄傲的说：我做到了！

许多道理，我们都懂，但在这短暂的军训里，我豁然觉得，那些曾认为耳熟能详的道理，已经有了意义与诠释，但在军训中，我才赫然发觉领悟：一个人，可以不强大，力量小，但绝不能抛掉精神气质！集体里，即使你是微小的，但绝不能因此而不出力，因为，你是属于集体的，要归顺集体，学会团结。一份力量也许微不足道，但两份力量，三份力量拼凑起来是强大的，要有团队意识！你的一言一行，一举一动，都代表了整个班级的形象！

别让在阳光下挥洒的汗水成虚无，有时，必须训练自己的毅力、体质与品德，脱离对别人的依赖感。想想自己的辛苦，再想想教官的不辞辛劳，让自己严肃对待，去迎接这些风风雨雨！因为在人生道路上，还有更多意想不到的磨难还在等你。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。让辛勤与努力，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴着我们，将这力量发扬到更大！坚强刻苦，永不言弃。

珍珠因贝壳的磨砺而光彩照人，我们的清纯也因为有了汗水的洗礼而变得坚韧。犹如那军中绿花般贞洁美丽。为自己鼓

掌。