

2023年初一的军训心得有感参考 参考初一 一军训心得体会(精选8篇)

写实习心得是对实习期间经验的一种沉淀和分享，可以帮助其他人更好地了解和学习相关的行业和工作经历。这是一篇非常经典的教学反思范文，不仅内容丰富，而且表达清晰，值得一读。

初一的军训心得有感参考篇一

漫长的七天终于过去了，但当你站在七天之后，你会发现这既不漫长，甚至还有一些值得珍惜和留恋的地方。

在这七天里，我们认识了要伴随我们三年的班主任，教给我们许多重要知识的陈教官，以及许许多多团结互助的同学舍友，仅仅在这短暂的七天里，我们就成了很好的朋友与兄弟。团结就是力量，这便是纪中军训教给我的第一课。

军训结束后，当教官们背上他们第一天带来的大背包，里面塞满了他们当初带来的东西时，在男生b区，也就是初一男生宿舍的所有同学，都站到了宿舍门前，或是234楼的阳台上，密密麻麻的，却异常安静的目送教官们离开，不知是谁喊了一句，我们这几天训练结束时一直在喊的“教官慢走”，所有同学都洪亮地，整齐的，喊出了这一句话，比我们军训的任何时候都要洪亮，整齐；不少同学的眼眶湿润了。

为什么我们要这么舍不得教官们呢？他们平常不是十分严厉，对我们要求很高的吗？答案很简单，我们是来军训的，不是来享福的。我们来这里是为了收起那懒散的“暑假综合症”，锻炼百折不挠的意志力的。教官们也十分辛苦，每天晚上十一二点才能睡觉，在此之前，当我们在凉风习习的体育馆内听报告，讲座的时候，他们要在操场上跑不知多少圈；当我们还在抱怨早上6：20的起床时间的时候，他们的宿舍早在5

点就亮起了灯。并且他们对我们也是十分关照，在严厉之余还不忘开两句玩笑，不会让我们压力过大。

虽然他们教的都是一些比较简单的步伐，动作，但是要求很高，十分考验我们的团结力量。我们的陈教官比其他教官要稍微宽松一点，但他也不会让我们太过轻松，他对齐步走的要求就很高，我们经常要多练那么半个小时。但这很好地锻炼了我们的团体精神，在这之后，一直到汇报表演，我们的步伐永远都是最整齐的。

这不仅要归功于我们的陈教官，还有班主任vinben[]如果没有他，我们估计在会操时能拿到个倒数就已经是万幸了。

总之，这次军训教会了我很多，使我的意志力又上升了一个等级，我相信以后我，我们9班，能在老师的要求下努力学习，坚持不懈，超过预期，再创辉煌！

初一的军训心得有感参考篇二

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮地回荡在每一个学生的耳旁。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

阳光明媚，同学们都面对太阳站军姿。在站军姿中，同学们付出努力越多就站得越好。齐步、正步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐。

军训是一种考验、磨练、成熟性的活动。刚刚过去几天的军训，让我明白了太多人生哲理，惟有一句话让我感触最深“一分耕耘，一分收获”军训后才真正感受它的含义。

初一的军训心得有感参考篇三

经过了初中的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什

么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个有震撼力的座右铭。没有吃过苦是不知道什么才是甜的，没有经历过辛苦劳累，是不知道什么才是幸福享受的，没有品味过军人的朴素生活，是不知道什么才是荣华富贵的……每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。虽然我们的军训没有部队里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正内涵，真正感受到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。

军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，坎坷同行；我们需要团队精神，每一个步伐，每一个口号，团队精神让它们发出一个单一的声音整齐。而团队精神需要个人，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……“只要功夫深，铁杵磨成针”、“功夫不负有心人”，尝试和毅力让我们渐成一个集体，只要有团队精神，一切就会成功。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是我們人生当中最绚烂的一笔。

初一的军训心得有感参考篇四

3明媚的阳光，唤醒了贪睡的我们，微风阵阵仿佛是在叫没睡醒的我们好好感受一下这个校园的风光。

我们按照教官昨日的安排，在操场上集好了队伍，教官也刚好来到。我们重复着行程，一开始还是站军姿，但我们也学习了新的内容：停止间转法、跨立与立正、蹲下与起立等。可是不过一会儿，天空便像孩子翻脸般，乌云密布，下起大雨来。其实，我们心里都在窃喜，因为终于可以停止军训了！教官也急忙叫我们拿好自己的书包和水杯跑回去。

可当我们跑到风雨廊时，教官却叫我们停下来，这时，我心里开始慌了，觉得要在这里继续军训了。可没想到教官却叫我们坐下来，教我们唱起军歌来，可笑的是，教官自己都不记得词了！后来，他找回记忆后教我们唱了三首军歌：《团结就是力量》，《强军战歌》，《过得硬的连队，过得硬的兵》，我们开心的和教官一起唱歌，老师就在一旁拍照。坐在地板上的我们感受着迎面吹来的清风，就连空气也夹杂着泥土和花草的清香，这真是叫人开心的时光啊！

最后，愉快的时光还是过得很快。我们回教室里发书，然后静静地在课本上写下自己的名字。可是当我发现高中三年有这么多书的时候，无形中感到了巨大的压力。一天就这样过去，如期而至的还是充满星星但我却看不到黑夜，它伴随我入眠到白天。

明天的白天还是个未知数，但我依然期待。唤醒我的也许是个明媚的阳光又或者是那丝丝的细雨，往后也还是新的生活。

初一的军训心得有感参考篇五

一觉醒来，望着窗外嫩绿的叶子，忽然觉得，军训，就像梦一样，匆匆地来，在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，困乏的身体隐隐告诉我，已经结束了。有点痛，酸酸的感觉。教官走了，没有分别，忘了流泪，那么匆匆。

我呆呆地想，想起教官在会操比赛结束后欣慰的微笑，想起同学们那整齐的步伐……

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，人是在不断磨练中成长的，就像一棵小树一样，只有经历过风风雨雨的磨练，经得起火伞高张的考验，才能长成参天大树。有人说这是非人的日子，是人生最黑暗的时期，我想如果真的是这样就该高呼万岁了，因为我们都熬过来了。

军训中，我最喜欢的是站军姿。那是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一、二、三、四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

生活需要实践，生活源于磨练。雏鹰因不断磨练而可以在蔚蓝的天空中自由地展翅飞翔；骏马因不断训练强健的体魄而可以在无际的草原印下豪放的足迹；我们因在军训中不断挑战自我而向着成才的道路奋勇直前！

初一的军训心得有感参考篇六

下面是小编为大家整理的，供大家参考。

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程。下面小编给大家带来关于2022初一军训心得笔记

参考，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

2022初一军训心得笔记参考1

军训生活给我的人生留下了一抹红光，日子虽短，却受益匪浅。在军训的日子里，我们不再是学生，我们只是军人。那里只存在服从，没有权利说不或者抵抗。

回想起来，站军姿让我充满了痛苦与无奈。那神采奕奕的双眼，那往后张的双肩，那挺起的胸膛还有那绝不能动摇的双腿虽然向我展现了军人的飒爽英姿，但若要自己体验并且站的时间久，双腿会发抖，膝盖会发酸，脚底下如一团火在不停的燃烧，被熏烤着，发出噼里啪啦的声音。背、腰、肩如冰柱扎一般疼痛与麻木，感到生不如死。而汗水如子弹般，拍打着我的脸，射得我面目全非。痛苦与无奈直往心里装，只有一路撑着。泪水在眼眶里翻滚这，拼命忍着，这种感受，很苦。

最基本的站军姿把我刺得遍体鳞伤，但是班里没有一个人倒下，他们都能坚持住，我为什么不能？我一直鼓励自己，不能让自己倒下，半途而废是耻辱，而坚持就是胜利。最终，我如愿以偿了。

在训练场上，我们学习了7项内容。如：稍息与立正，蹲下与起立，敬礼与礼毕，齐步走等动作看起来简单，学起来难。做每个动作既要整齐划一，又要注意牌面。这可考验我们的团结了，绝不可以掉以轻心或我行我素。教官用沙哑的声音反反复复教我们动作，严肃认真给我们讲述他们当兵的坎坷经历，在他们身上，我找不到“辛苦”这个词语，不禁对他们肃然起敬。吃得苦中苦，方为人上人。军训是一个磨炼我们意志的过程，教会我们坚持与忍耐，只有品味那酸甜苦辣的军训生活，才能有所收获。而在其中，也有无穷的快乐。

那整齐有序的步伐，昂首挺胸的气魄，嘹亮恢弘的声音，无

一不是我们的收获，我感受到了团结的欢乐。在病倒时，同学的扶持与递来的水壶，我体验到了友谊的真挚。在休息期间，同学大胆的表演，赢得了掌声与微笑，我锻炼到了胆量。这一切，都是快乐而美妙的。苦与累也随歌声飘去了。

其实，军训就像是初中三年战斗前的预演。当中我们有着欢乐、帮助与成功，也有着痛苦、委屈与失败。无论怎样，只要我们坚持不懈，永不言败，才能在3年后的高考中换来一声“无悔”。

军训，在我初中生涯中唱起了第一首歌——净心曲。

2022初一军训心得笔记参考2

随着一轮明月渐渐落下，太阳缓缓的升起，鸟儿叽叽喳喳叫了起来，人们也都苏醒了。

在山东大学南校的操场上，来了一群初中生和几位体育老师，这是初一新生在军训，这群初中生穿着整齐的校服，白色上衣，蓝黑色裤子，上衣上面绣着几个红字：“山东大学第二附属中学。”我就在这群初一新生当中，我们好奇的看着四周的场景，来到了一片宽敞的操场，开始了五天的军训。

来这之前我听几名大哥哥说：“这里教练非常严，军训起来非常苦”。我听到这些话以后，心里就打起了鼓。这次军训累不累，老师严不严……等等问题在我的脑子里打转，今天是我第一天军训，我带着重多的疑问和忐忑不安的心情开始了军训。

不就是两分钟吗?站一会儿就可以了，真简单!我想到。可是说起来简单，做起来难;那些小飞虫好象想捣乱，在我们的头上乱飞，有几个同学忍不住动了几下，被老师发现，加时一分钟，我们不敢再乱动，3分钟漫长的过去了，我们都出了一口气：“终于完了!”我们练原地转圈，有些同学都分不清左

右，不时地转错方向，但最终全体同学没有一个人转错。

后来，我们开始学武术操，从这个名字就可以知道，这个操比较适合男生，这下子，我们可以不做那种到处显着_味的“_”操了。因此，我们学操只用了一个上午就完全学会了。在接下来的几天里，身体不是酸，就是苦，也有辣，但在体质、精神上尝到了甜头。不过有一个同学因说话被罚做蹲起跳200个都快站不起来了，从此没有一个同学乱说话了。

就这样，五天的军训时光就这样过去了，我们在这短短的五天里学了很多，坚持不懈，不到目的不罢休……苦中带甜，最后我们都享受到了胜利的喜悦。

一轮红色的太阳渐渐落下了，淡_的圆月缓缓升起，天空中，无数的星星眨着眼睛，夜晚蛐蛐知知的欢快地叫着，安静极了，我们也进入了甜蜜的梦乡。

2022初一军训心得笔记参考3

今天是军训第六天了，也有可能是我们七年级军训的最后一天了，因为我们教导

主任

说明天我们要会操会操就是学校的领导和教官的教官检查我们这6天的军训效果，如果我们做的好的话可以早放假哦。

今天开始军训时天气阴沉沉的，但还不是要下雨，很适合我们的军训，所以就在开始的时候就让我们多站了一会军姿，但是我们已经适应了军训生活，所以没有晕倒的或呕吐的，教导主任在广播里充分的夸奖了我们，说我们意志力很强。所以我們都很认真，但是有个别班的个别同学不自觉，说话，结果被我们教官罚练姿势。好玩极了，教官让他们做俯卧撑的姿势，但不要趴下，一直维持这个姿势，可是逗死我们了，

教官还不许我们笑，可他自己却跑到一边笑，样子也很搞笑哦。

今天上午的训练我们班很轻松，为什么呢？因为我们教官说明天的会操对我们来说最有难度的是原地踏步，所以就练我们脚步的团结性，他自己说一遍“121”然后我们自己在心里默念“121”，并一边原地踏步。我们班总是很整齐，所以我们就总休息，而他们别的班却总有几个冒泡的(教官对不协调的同学的叫法)所以我们就给他们做示范，示范完了就休息，所以上午的训练在精力很充沛的精神中结束了。

到了下午，我们的教导主任说先练坐姿，然后住宿班的学生

去整理内务，跑校班的学生到操场继续训练，而我就继续在教室里呆着(因为我是住校班的跑校生)，实在是无聊，所以我又打扫了教室。过了一会就开始下午的训练了~教导主任先简单的检查我们的会操，只是对于我们的原地踏步不算太满意，所以教官就继续要我们练原地踏步，只是不知道我们今天下午怎么了，无论是哪个班都练得不好!等到大概5:00的时候跑校班的学生就进教室训练了，住宿班的学生继续练，大概是因为明天放假大家都激动吧，都很认真所以就早放学了

总之，通过这几天的军训生活，我觉得自己的意志力强了，不再有依赖感，我现在认为军训并不是很可怕，只要你认真去做，就一定不会白费功夫，等到军训结束时自己就会有感触。

军训是每个人升入初中的第一课，你要是做好了，说明你自己已经学好了第一课，希望我能永远保持这种吃苦耐劳的精神!

2022初一军训

心得

笔记参考4

在小学的时候，听别人说，军训是非常有意思的，不苦也不累。可当我进入中学亲身体会过军训的生活后，才知道并不象别人所说的那样。

我进入中学的第二天早上，很早就起来，一切准备完毕，便来到操场上集合开始军训。教官先教我们一些向左、向右转的基本动作。这些基本动作，在小学上体育课，老师就已经教过我们了。可那时我们学得不认真，而此时，就只有从头学起。才练了一会儿，便满头大汗，脚也站得非常酸，刚坐下休息，教官非常严厉地说：“站要有站样，坐要有坐样，再苦再累也要坚持。”没办法，只有坚持训练。好不容易挨到哨子响，才可以休息15分钟，刚舒服了一点，训练的哨声有响了，同学们一个个唉声叹气，埋怨休息时间过得太快。中午时分，太阳火辣辣的炙烤着大地，地面滚烫滚烫的。此时，多么希望下一场雨，降一降温，让我们轻松地训练。可是，老天根本不领情，仍然艳阳高照。我们只有听着教官的口令，继续进行训练。一天的训练结束了，晚上，躺在床上，浑身的不舒服。心想，才第一天就这这么苦、这么累，后几天怎么练呀。

表演。我们班按教官的要求做动作，步调一致，团结协作，一举夺得了第一名。

几天的军训很快就结束了，我不仅学会了整理内务，还增强了体质。在这短短的几天军训的日子里，我得到的收获感受是：不依靠父母，自己的事情自己做；养成自立自强和吃苦耐劳的品质。

2022初一军训心得笔记参考5

今天我们迎来了一年一度的磨练——军训。想起上次的军训，我紧张又期待。

同样的流程，不同的认识。一年前的军训时，我们还是谁也不认识谁，现在已经熟悉彼此了。我们分到了一个比较年轻而且脾气很好教官。这样会让之后的四天军训生活好过一点。

上午的训练出了个小插曲。在无数领导讲完话后，居然下了雨。还好不大，我们就冒雨开始军训。第一项，排队。好不容易排完了队。雨变大了，我们只得回到了教室。

在教室的这段时间里，我们先听了教官

讲话

，之后站军姿，接着阅读背诵。待到一切都结束后，天空放晴，我们又回到了操场军训，结果才过了不到20分钟放学了，上午的军训就这样结束了。

下午的训练，令我印象最深的就是老师发我们蹲着。理由是我们放水杯的时候磨磨唧唧，打打闹闹。有人说蹲着这么舒服，还叫惩罚。呵呵，此蹲非彼蹲，他会将全身的重量集中在右脚脚尖上，让你疼上一阵。

最开始我根本不在意，心想，蹲着比站着舒服多了。结果才蹲了不上一分钟，我就后悔了。我感觉我的右脚尖尖的骨头要碎掉或者马上就要被错位了。

虽然军训很苦，很累，但有助于增强我们的体质。据我观察，现在青少年体质已经越来越差，光升个国旗就有人呕吐，站一会儿军姿，这个头疼那个肚子疼……倘若我们再不锻炼，就真成了一步三晃，弱不禁风的林黛玉了。

所以请大家认真对待军训，爱护自己的身体。

初一的军训心得有感参考篇七

当我一只脚踏入这个地方时，就被眼前整齐排列的大哥哥、大姐姐组成的方阵震撼住了。虽然我已经是第二次来到这个地方，但仍然感慨万分。

早上开幕式，当进行曲响起时，三名教官并列前进，扛着国旗，缓缓走向升旗台。红旗伴着国歌声冉冉升起，这时全场肃静。我看到正前方有一位教官正凝视着国旗，从他标准的军姿、深沉的眼神、严肃的表情中，我看到了他对国家的热爱、对国旗的敬重。他深深地感染了我，我赶紧把目光转向国旗，并在心中向祖国表达祝福。

晚上吃完饭，教官带我们去观看电影《冲出亚马逊》，电影的大概内容是：两名中国军人-----王晖和胡小龙去参加国际举办的猎人学校训练，他们坚持训练，互相支持，在学校里身负着国家的荣誉，永不敲响那代表放弃的钟，最后让中国的五星红旗永远飘扬在猎人学院。

看完电影之后，我体会到了：军人为荣誉而战。作为军人就应该服从命令，心中第一的永远是别人，而且再困难也不能屈服。我虽然目前还做不到这些，但会坚守心中信念，永不放弃！

初一的军训心得有感参考篇八

军训是一记猛拳，它给我们的调节自我的机会，军训让我们变得坚强、让我们在今后的学习中拼搏进取、顽强奋斗。下面小编给大家带来关于初一军训心得有感参考，希望会对大

家的工作与学习有所帮助。

初一军训心得有感参考1

军训刚开始，大家真是叫苦连天，适应不了这种生活。但是，我们作为一名踏入新校的初中生，怎能连这点苦也受不了呢？这是我们的第一炮，怎能不打响就要投降呢？现在，我们早已不是家里的公子、小姐，我们站在训练场，面对教官，就意味着我们现在是一名军人！我们要有军人严明的纪律、说一不二的作风以及钢铁般的意志！

严热的夏日，骄阳似火，连续几个小时的操练，让我们吃劲了苦头。单调乏味的军训日复一日，头顶上的烈日记录着我们的汗水。军姿、蹲起、行进……一系列的动作不停地重复，直到教官满意地点点头，我们才算“过关”。我们就是这样，一步一步苦练过来的。

最后一天，我们向领导、老师和家长汇报了军训的成果，轰轰烈烈地打响了我们的第一炮！

真是一次难以忘怀的军训，它让我深深地感触到那句话：一份耕耘，一份收获。你只要付出了，就一定会有相应的收获，你付出得越多，收获也就越大。人生往往也是这样。虽然，这五天来的军训是前所未有的艰苦，但它也是我这一生中快乐美好的回忆。

初一军训心得有感参考2

经过了初一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

我深深地

体会

到“团结就是力量”！

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多的东西，“立正、稍息、向左转、齐步、跑步”，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在“军营”中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是我們人生当中最绚烂的一笔。

初一军训心得有感参考3

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮地回荡在每一个学生的耳旁。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

阳光明媚，同学们都面对太阳站军姿。在站军姿中，同学们付出努力越多就站得越好。齐步、正步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐。

军训是一种考验、磨练、成熟性的活动。刚刚过去几天的军训，让我明白了太多人生哲理，惟有一句话让我感触最深“一分耕耘，一分收获”军训后才真正感受它的含义。

初一军训心得有感参考4

漫长的军姿,踢不完的正步,挨不完的训斥,使个个脆弱的我们慢慢变的坚强,严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽,但绝没有矫揉造作,有的是勇敢,坚强。

严明的纪律,严格的要求,紧张的节奏,以及辛苦的训练,这就是军训生活的几大特点,掉皮掉肉不掉队,流血流汗不流泪的格言已经成为我心里面一个有震撼力的座右铭。

,团队精神让它们发出一个单一的声音整齐。而团队精神需要个人,一天天的训练,使我们深深了解到团队精神之重要,可以说刚开始我们的队伍缺乏默契,以致疏远了整齐,队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐,就必须不断纠正步伐的错误,一遍不行,再一遍,再不行,再一遍只要功夫深,铁杵磨成针、功夫不负有心人,尝试和毅力让我们渐成一个集体,只要有团队精神,一切就会成功。 初一军训心得有感参考5

当我走进中学校园后,迎接我的第一件事便是军训了。三天的军训给我留下了难忘的印象。早晨,当我穿上运动服事,心情万分激动因为这是我人生中的第一次军训。

终于到了十一点半了,可以回家吃饭,舒舒服服的睡一觉了。

第二天我们训练的是齐步走,一开始,我们走得稀稀拉拉,一点也不整齐,后来在体育老师的耐心指导下:要把手抬得高一点,大腿抬得高一点,步子小一点,要精神抖擞的,不要懒洋洋的……经过我们反复地训练,终于走整齐了。

这三天的军训,给我的感触很深,军训不仅增强了我们的体质,锻炼了我们的意志,还培养了我们的作风。更使我懂得了不少道理,做任何事情,只要付出辛勤的汗水,就一定要有收获。这次军训将成为我人生中最难忘的回忆。

初一军训心得有感参考6

站好队，我们开始打拳，在打拳的八种格斗式中最令我记忆犹新的是“倒功”，一开始，犹豫地上有积水，我们都不愿趴下，但是有几个男生做了榜样，先趴下了，不一会儿，大家都趴下了。不论是趴在泥土上，还是泥水里，大家都不出声。开始练整套动作时，我们右脚向左上方一移，另一方的身子向右趴下，不一会儿，大家脸颊都是水，有辛勤劳动的汗水，也有含咸雨水的泥水，大家趴着一动不动，别的营的同学看着我们嘴巴都变成了“o”型，我们相信：流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。随着一遍又一遍的训练，以及陈教官与马教官的悉心指导，也没有人抱怨。

“苦不苦，想想红军二万五；累不累，看看革命老前辈”，这句可以激励我们斗志的话多有教育意义！让我们为明天努力！

初一军训心得有感参考7

师兄豪情满怀曰：“军训是什么？啊，军训是

夏天

里的烈日，是我们‘整治’教官的大好时机。白天‘违令’，夜晚在床上开卧谈会”。我听了，跃跃欲试，幻想着激动人心的事情。

师姐却害怕道：“军训，它是一场磨难！它把你的白皮肤晒黑，把你的嫩皮肤磨糙，让你脱胎换骨。”我听了，肃然起敬。我已做好一切准备，迎接军训。

8月30日，我穿上绿色迷彩服，系好皮带，穿上球鞋，戴上军帽，一路小跑来到学校。本以为我们会到哪儿去“体验生活”，没想到，我们竟是在学校里军训。

我们先在一、二号门口排队。这时，外国语学校变成了“军校”，而且还是多元化“军校”：有陆军，有空军，还有海军陆战队。我不禁为之惊叹。放眼望去，四周成了课本上所

描述的“绿色的海洋”，“海洋”中间是一片“沙滩”，那是白色迷彩服。

我们初一(6)班来到食堂前的一片空地上，还是有顶棚的，这使得军训不像在太阳底下晒那样令人激动了。可是，毕竟是36℃的高温天气，全班49人挤在一起也挺热的。不一会儿，我们就汗流浹背了。

指导我们的教官是个雄壮的人。他的脸比较圆，身材矮胖，不过他五官端正，称得上是一个帅小伙儿，心肠也很好，没有像我听说过的教官那样，管你三七二十一，先罚你站上二十分钟，等你汗流满面再叫你跑几千米，把你累得不成样子。

话又说回来，教官虽然不狠，可纪律是铁板一块。想擦汗，先说“报告!擦汗!”教官说“行”才行。想抓痒、上厕所都要说“报告”。

教官把纪律申明了，开始训练。先教立正稍息，这些都简单，大家都会。接下来，教官教我们左右转。教官喊道：“向左——转!向左——转!向右——转!”最后的向右转，有许多人做错。教官笑了，我们也笑了，教官说：“你们还要强化反应能力，看我的动作!”他亲自做示范。我暗想：“他真是个好教官!”

时间似乎过得特别快。两天一共训练80分钟，似乎还不够，我还想学更多。教官却很“吝啬”，第二天只教了走正步、半面左右转和敬礼。我学得很快，一遍就会。教正步走时，教官还和我们开玩笑呢!时间一眨眼就过去了，我们和教官再见时，我还感到依依不舍。

军训结束了，我反而有些留恋。军训既不像师兄说的那样刺激，也不像师姐说的那样恐怖。军训既锻炼了我的身体和意志，又严肃了纪律。现在，我已抛开了他们的观念。我明白了：做一件事情之前，不要听别人危言耸听，只要通过自己

的努力，就一定能做好！

在这5天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨炼人的意志。对于我这样一个生活条件优越、从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会。5天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的。他面对挑战时，将会无所畏惧，勇往直前。

离开军营的前一天，我们已训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，那眼神令我肃然起敬。他们已不再年轻，他们将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。经历了这次军训，我比原来更加了解自己和我周围的人，也让我更加珍惜拥有的一切。

初一军训心得有感参考8

“经过我们的教官一致决定，这次军政夏令营活动初一年段第一名的班级是——”就在这时，时间好像静止了，大家迫不及待的盼望着最后的成绩，“是八班！”随着成绩的公布，台下传来阵阵掌声和阵阵叹息声。“耶！”我们八班的同学高兴极了，在这个值得我们欢庆的时刻，我们不禁感叹，这几天军训的汗水没白流，努力没有白费呢。

这次比赛我们班得了第一，这是我们进入中学的一个好的开始，是第一次我们初一八班站在一起的比赛，虽说在一起相处才7天，但是彼此间却结下了友谊，心中都有一股团结的力

量。

这次军训，最重要的是锻炼了我们吃苦的精神，记得军训的第一天，教官教我们怎么样站军姿。两脚分开约60°，挺胸抬头，小腹微收，两肩后张，教官跟我们讲了些动作要领，并示范给我们看后让我们自己开始练习。

军姿?有许多同学都暗笑，很简单的动作嘛，不就是比平常的站姿再稍微直点吗?哎，没想到所谓的军训没想我们想象的那么难。但是你真正实践过才明白，一个简单的动作，做起来是那么的不简单呢。

特别是肩膀，半个小时下来，实在是说不出的酸，都僵硬了。再加上天气十分的炎热，有些女同学受不住在太阳下暴晒，有些是难受，有些都当场晕了过去。看了看身边的人，我咬了咬牙，心想：我一定能吃苦，要坚持，一定要坚持!除非万不得已，一点小痒小痛不能向教官打报告。

果真，努力是一定有收获的，就在军训的最后一天，我被评选上了“优秀营员”，我很开心，但是不是因为我被评上了“优秀营员”的称号，而是为我们的班级高兴，我们的班级得了第一!每次想到这，我都会想起一个词，团结。我们班的团结不禁体现在这次比赛，还有每天唱军歌的时候。

一首首军歌，会唱的总是大声的带着不会唱的。到了后来，每班开始拉歌比赛，我看见了我们班团结一心，大家放声歌唱着，虽说有些跑音，但是看到自己班级是那么的团结，我十分的开心，心中暗喜：太好了。

这次军训，虽然很苦很苦，但是苦中总是带着欢乐，7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，是我们进入中学的第一个影响我们的深刻的一课。

初一军训心得有感参考9

时间说快不快，说慢不慢地带我走过了“黑色六月”之后那个说得上漫长的假期。我第一次对“虚度年华”这个词有了切身的感觉。我巴望着、憧憬着心中的校园生活，恨不得让时间长上翅膀将这个夏末秋初的九月带到我身边。当然，我明白，随之而来的首先是一次历练——一直让我感到后怕的军训，望着炫耀白光的太阳，我甚至有种发自本能的抗拒与退缩。

一、关键词：短信息

，每次收到爸妈用心良苦的短信，总是觉得心里暖暖的，甜甜的……

二、关键词：三点一线

高中我便过着三点一线有点单调的生活：食堂、寝室、教室，而现我同样又一次重复着三点一线的生活，只不过教育变成了操练场。每次当我们穿上整齐的校服踏上这块地时，在心中总有一种光荣，虽然身上不是“橄榄绿”，但心中却有军人的感觉，每次离开这里，既带着满身疲惫，同时也带着迫不及待的兴奋，因为终于可以吃饭了。食堂里总是“人山人海”，气温也很高，每次胡乱扒着饭，脸上、身上都流淌着大颗地汗，也许是操练时对汗这东西已见怪不怪，完全可以当它不存在了，它便一声不吭地在身上“肆掠”，每次吃饭完了，总是自我解嘲：这桑拿效果不错，饭菜口味也很不错！回到寝室，美美地洗个澡，躺在床上，顿时觉得全身筋骨舒展开来，那个惬意美好的感觉啊——只可意会不可言传啊。

三、关键词：军歌嘹亮

四、关键词：天气

军训的天气大概是军训期间关注度很高的一个问题了，前几日一直烈日当空，尤其是午后，那令人睁不开眼的太阳光把

树叶照得绿油油的，地面照得白花花的，脚踩上去，仿佛觉得脚底的橡胶在炙烤下慢慢融化，而当汗无止境流淌中，好像身体在蒸发，一点一点地……也许是老天爷心疼这些祖国的花朵们了，实在不忍大家都变成干花，所以忽然将南风逆转，吹起了凉嗖嗖的北风，气温也骤降10度以上，对于大家来说这简直比中头彩了还开心，可惜我挺倒霉，天爷爷不仅带给我了清凉也带来了咸冒，不过受到寝室“欢天喜地”气氛影响，这点小感冒也没让我郁闷超过十分钟。

五、关键词：操练

人总是在回忆过往日子时发现以前的点点滴滴是无可估价的人生财富，是每个人真实生活过的证据。现在度过的每一天也许都为明天积累下珍珠般的回忆，年轻无极限，在军训我们每个人都在挑战自己，适应一种脱离习惯范畴的新生活，学会忍耐，学会坚强，“把眼泪种在心上，会开出勇敢的花，当我们疲惫的时候，低下头闻到一种芬芳”。大学生活从军训这里启程，后面的路还很远很长，但人只有双脚没有翅膀，风浪再大，也要永往直前，这是从军训中我认识到的精神，也会伴着我一直走下去□mp3中响起孙燕姿的《一起走过》：“在我心中，我知道，这是永恒的长跑，好不容易来到这里，明天还要追更多的荣耀。

初一军训

心得

有感参考10

离开了小学，我们却也将要踏上新的征程，这也是我们九年义务

教育

的最后的一程。但是这也是我们接受洗礼的第一程，一切的开端，就是在这里。

面对初中，我们要上的第一堂课不是别的，而是要参加军训，军训其实也是一场身体和精神相关的磨砺。当我们站在军训的操场上，当我们面向太阳的时候，这些我们觉得十分辛苦的事情，却也是我们的教官曾经不断重复的事情。

其实在经历了两个星期的军训之后，我才发现，原来我们认为的那些我们没办法做成的事情是可以做成的，但是要看我们是否愿意吃苦，愿意去尝试，愿意去面对那些事情。就像军训一样，刚开始的时候，我也几度想要放弃，可是却在教官的鼓励下，我坚持过来了，我也顺利的完成了各项的训练。现在回想起来，果然是没有什么做不好的事情，有的只是你愿不愿意和努不努力。而现在我才明白我们的中国军人们，就是这种精神的诠释者，他们走出了横看竖看都是一个的方阵，他们用用双脚踏出最动听的音乐。这些其实看起来都是很难的，但是他们做到了，所以这感觉也是挺不可思议的。

一些项目，让我们懂得这个道理。

虽然军训结束了，但是我们的征程才是刚刚开始，我们接下来的日子还要面临很多的东西，还要学习很多的东西。但是我觉的虽然是短短的两个星期，可是军训却把一种坚持的精神刻进了我们的骨子里面，把团结友爱、努力上进的精神融入了我们的灵魂。让我们变得比以前更加的懂事了，让我们开始明白生活和学习都是如此，都会有许多让我们觉得没有办法熬下去的事情，但是只要我们像军训一样坚持，那么最后的胜利也一定是属于我们的。