# 最新初中军训的心得体会(汇总8篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2025-05-27

*心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。初中军训的心得体会篇一师兄豪情满怀曰：“军训是什么?啊，军训是夏天里的烈日，是我们...*

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**初中军训的心得体会篇一**

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，我们就汗流浃背了。

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。

**初中军训的心得体会篇二**

军训是每个初中生最为紧张和充实的一段时光。这是一次改变的过程，让我们从孩子蜕变为优秀的青少年。在这段军训时期，我所体会到的点点滴滴，使我对军训有了更深的理解和认识。接下来，我将分享我在军训中的心得体会。

第二段：军训带给我的成长

军训不仅锻炼了我们的身体，更重要的是培养了我们的毅力和自律精神。在炎炎夏日的操场上，军训教官从不容忍我们半点懈怠，每次训练我们都被要求尽力做到最好。这让我深刻体会到只有付出才会有回报，只有在坚持中才能收获成功。同时，军训还让我意识到纪律的重要性。每天按时起床洗漱，按时进行训练，这些规定让我养成了良好的作息习惯和纪律约束，这对我今后的学习生活有着重要意义。

第三段：团队合作的重要性

在军训中，团队合作是十分重要的。训练过程中，我们需要相互协作完成各项任务。只有团结一致，才能成功完成训练任务。在和队友们相互配合的过程中，我学会了沟通和倾听，学会了关心和尊重他人。这不仅是在军事训练中重要的品质，也是我们今后发展中必不可少的素养。通过团队合作，我意识到团结就是力量，只有凝聚在一起，才能战胜一切困难。

第四段：意志力的培养

军训中的无情训练，严格要求，让我们有时难以忍受。但正是这样的磨砺，培养了我们坚忍不拔的意志力。军训中，我们每天早早起床，一天连续的劳累训练让我们体力和意志都遭受考验，但我们坚信只有克服了自己才能得到真正的收获。通过军训，我的意志力得到了不断的锤炼和提升，这对我今后面对困难和挫折有着非常重要的意义。

第五段：对军人的敬意

通过军训，我对军人有了更深的敬意。他们在训练中所体现的纪律、勇气和顽强拼搏的精神，给我留下了深刻的印象。他们时刻坚守岗位，为保护国家的和平和安全做出巨大的贡献。我由衷地敬佩他们的勇气和奉献精神，并决心要成为一名对得起国家、对得起人民的有用之才。

总结：

通过这次军训，我不仅学到了军事知识和基本技能，更重要的是收获了人生的经验和宝贵的成长。军训让我们的心智更加坚强，意志更加坚定，也让我们明白了团队合作的重要性和对军人的敬意。我相信这次军训经历对我今后的学习和生活将产生深远的影响，并成为我人生道路上宝贵的财富。

**初中军训的心得体会篇三**

x月x日至x日，在我们的初中生活即将开始之时，我们这群从小学生变为初中生的同学们，在xx教育基地进行了xx天的全军事训练。

每天我们会练习阅兵式和分列式，对于我们这些从来不会吃苦的孩子们来说，的确很辛苦，但我们都坚持了下来。我们用毅力战胜了辛苦，我们用汗水铸就了成功。在训练期间，我们xx中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们xx中队真的很棒。

在闭营仪式这种最关键而又是大家最疲惫的时候，我们全中队xx个队员，都用毅力和信念支撑着自己。为了在一个新阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的最高分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一!二!严格训练!严格要求!齐心协力!永创第一!一!二!”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们xx中队最终被评为了“xx”。这是本次军训活动中，团体的最高荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量;那种笑好快乐，它是胜利的喜悦;那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这喜悦之后的离别，却是每个人心里都如同吉它那样断了弦变了音。虽然我们和教官只有xx天的朝夕相处，感情却浓于xx年,在即将离别之际,我们都期望着这场宴席不散,回头一看，只是一场空想，正所谓天下没有不散宴席。想想下雨时我们躲雨，教官却要淋雨，为了训练我们，教官把嗓子叫哑了……不过不要紧，只要我们把教官教给我们的精神带回去就行了。在以后的学习生活中我们要发扬遵守纪律，团结拼搏的精神。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。

经过这xx天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子第兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

**初中军训的心得体会篇四**

军训是每个初中生都不可避免的阶段，每年九月都是初中生迈入新学期的时刻，也是军训的季节。经历了几周的辛苦训练，我们终于迎来了军训结束的那一天。军训后的心得体会对于我们来说至关重要，它不仅能让我们回顾军训的经历，更能对我们今后的生活产生深远的影响。

在军训过程中，我们经受了酷暑的鞭策和队友间的相互鼓励。我们从军训中理解到了团队合作的重要性，原本不熟悉的我们因为军训而走到一起，形成了一个和谐的小集体。在集体活动中，我们学会了互相关心和帮助，每当有队友出现困难，我们总是伸出援手。这种集体意识的培养不仅可以在军训中体现，更可以在以后的学习和工作中运用。无论是做项目还是完成任务，只有团队成员相互帮助、密切合作，才能最终取得成功。

军训中的艰辛也使我们更加懂得了生活的不易。在难以想象的高温下，我们穿着厚重的军装接受体能训练。炎热的阳光下，我们满头大汗但依然坚持着，这让我们对生活的困难更加深刻的体会到了。在以后的生活中，我们将会遇到更多的困难和挑战，我们不应该退缩或者抱怨，而应该像军训一样坚持不懈地努力。只有真正走出舒适区，才能迎接更大的成长和进步。

军训不仅磨砺了我们的体能，也增强了我们的意志力。每天早起、起床、训练、杂项、点名、穿军装、整理物品……这些看似简单的事情，却需要我们做到严格遵守，不出一丝一毫的差错。这对我们的自律能力提出了很高的要求。军训让我们学会了按时完成任务，学会了遵守规章制度。这些习惯的养成对我们今后的学习和生活都非常重要。只有有纪律的人，才能更好地规划自己的时间，更高效地完成任务。

军训期间，我们在各项训练中收获了丰富的知识和才能。通过队列训练，我们学会了整齐划一的行进和礼仪动作。通过体能训练，我们增强了体力和耐力。通过军事技能课堂，我们学习到了防护和自救的知识。这些军训中学习到的技能和知识不仅只在军事理论课上有用，还可以用在我们日常生活中。例如，急救知识可以在家中遇到意外时救助他人；队列训练中的规矩纪律可以让我们在其他场合中举止得体，落落大方。

通过军训，我们的身体和心理得到了很好的锻炼，也塑造了健康向上的人格。军训后的心得体会，让我们明白了团队合作的重要性；体验到了生活的不易和坚持的价值；培养了自律和规矩意识；学到了各种实用技能和知识。这一切都为我们今后的成长和发展打下了坚实的基础。无论是面对学习还是面对生活，我们都将充满信心和勇气，以更加积极的心态去迎接未来的挑战。

**初中军训的心得体会篇五**

初中军训是每个初中生必须要经历的一段训练，它是初中生在军训中历经磨砺，克服困难，锤炼意志的过程。虽然军训时长不长，但对于每一个参与者来说，都是一个不可替代的经历。我也参与过初中军训，经历了许多难忘的瞬间，下面我将分享自己对初中军训的感受和体会。

二段：军训中的心路历程

军训是一项严格而专业的训练，我在参与军训之前，自认为自己身体素质不错，不想成为其他人的累赘，但始终跑不上一部分人。于是在经过前几天的跑步锻炼后，我开始为此而努力，每天都会提前到操场上进行热身准备。通过持续的努力，最终成功完成训练，而这个过程也让我体会到了坚韧不拔以及不断努力的重要性。

三段：军训中的团结

军训中与同学们相处并学习新技能也是十分重要的一步，合作可以让人们更好的学习和进步。在军训中，同学们要的不是争夺第一，而是相互帮助、相互配合，一起为同一个目标前进。如果有人掉队，一个人的成绩也会影响整个班级。因此，只要有团结和合作，就会有成效。

四段：军训对未来的影响

在参与军训的过程中，我意识到许多训练的精华不仅包括了对身体的锻炼，还包括锻炼意志、培养沟通和领导力以及解决问题的能力等方面。我们可以通过军训学习如何迎接并克服挑战，如何与人合作，以及如何在适应性强的情况下做出决策等。这些技能比我们想象中更重要，因为这些技能并不仅仅适用于军训，而是在生活中很有用。

五段：结论

总体而言，初中军训是一段难忘的经历，它教育了我在面临挑战时保持头脑清醒、以团结驱散不安全感并培养了我充分利用时间的习惯。毫无疑问，这些优秀的品质被视为未来成功的更好因素。因此，我相信军训经历对我而言以及每位初中生而言都会对未来产生巨大的影响。

**初中军训的心得体会篇六**

军训对于我并不是第一次，小学的军训时光已经忘得差不多了，但这一次的经历，我想能够记得很久很久。

怎么说呢，军训还未开始我就很倒霉。7月9日的大早上，自行车在半路上就爆了胎。一路跑到学校还要面对物理考试。在上车之前，我们匆匆送别了要回四川的范煜博。或许是因为太匆忙或是对于军训太期待，当时并没有人为他的离去而伤感。

终于，经过两个小时的车程后我们到达了军训基地。刚下车就听到同学们的哀号声，一股马粪味迎面而来，想到我们还要在这里训练五天，脚下瞬间就没了力气。不过小学的时候都能坚持下来，现在我长大了，还有什么不能坚持的呢。不过过了一会儿我就大开眼界了。宿舍离训练场比较远，所以那股味道淡了很多，但有没有人能告诉我为什么这里会有这么多的苍蝇！宿舍的条件还算可以，苍蝇……算了，轰一下就好了。刚放下包，换好床上放的训练服，一位看起来很年轻的女教官就大声喊着让我们拿好饭盒出去站队。

吃完饭，我们继续在食堂里练习开营式。我头一次知道原来鼓掌要鼓七下，还要鼓齐。既然是第一天的开营式，自然要好好表现，所以我每次鼓掌都很用力，手拍得生疼，红了好长时间。当然了，开营式进行得很完美，我们也松了口气。

我对第一天的训练记忆最深刻。一开始可能是因为兴奋，纪律总是不好，很多人也不习惯军训的规则，动的时候不打报告，总是被教官罚喊“报告动一下”，结果我们班因为纪律原因落后了另一个班很多，大家都很着急。晚上，连长说要来一场比赛，说哪个班赢了哪个班的宿舍就可以开空调。所有女生的斗志都被点燃了，“为了空调大家努力啊！”好多女生这样喊着。结果是两个班都不错，所有人都能够感受空调的凉爽了。

之后的训练有些记不清了，不过反反复复就是那些东西，踏步、齐步、正步，我们还总是因为纪律而被罚蹲姿。像我这样的，蹲的时候还蹲不稳，只好跪着地，于是膝盖磨破了一点。在第三天，我们的教官——李笑微教官的嗓子喊哑了，第四天的时候已经完全说不出话了，换了一个男教官。这个男教官很严厉，我之前就已经感受过了。一次接水，就因为队走得不齐，没有喊“教官好”而被罚蹲了很长时间，一趟接水足足用了二十多分钟，最后还是连长看我们迟迟未归把我们叫了回去，不然还不知道要训多久。但这个教官我还是挺喜欢的，因为他的严厉把有些女生训好了，而且他在我们练好了之后会让我们休息，还唱歌给我们听（唱得还真不错）。在彩排的时候看到有人晕倒了之后让我们喝水，当时其他三个班都没有这样，虽然之后还是被他训了，但真的能看出来他对我们很好。

也是在第四天晚上，我们有一个联欢会，最好的节目当然是老师们的“最炫民族风”了，但黄俏丽的那首歌让许多人想起了离别的同学。那天晚上回宿舍后张艺聪哭了，她说她突然想起来以后再也看不到她的大爷（范煜博）了，以后也没有一个男生能像他一样好欺负了，以后她前面的座位就空了……女生没能够报上的节目----一首《遇见》，被轻轻地唱了出来。那一晚，宿舍中的所有人都哭了，班上女生的心，也都打开了。

中间教官还进来过，但她体谅了我们，只是让我们小声一点。马懿珊告诉我们，去医务室的时候，李教官说嗓子不好的话闭营式的时候怎么办啊，学生不熟悉其他教官的口号，然后她急哭了。刚来的时候，对于李教官的印象确实不好，但连长告诉我们，她才大我们三四岁，的确带学生还不熟练。但我知道，她用心了，努力了，才会三天就把嗓子喊哑。她从宿舍出去的时候，有女生对她说：“李教官您要记得按时吃药啊。”说真的，我觉得很感动。

最终，我们在闭营式上扛着模型枪，穿着海蓝迷彩服，踢出了我们最好的正步，喊出了我们最大声的口号。闭营式也完美地落幕了。

车上，明明之前与男生的关系并不好，但看到男生们都会感到很亲切。在车转弯的时候，我们看到了那些教官，他们在为我们敬礼道别，许多人忍不住落泪。

或许这次军训很苦，苦得有人都哭了，但我觉得这次的军训收获了太多太多平日里根本不可能得到的东西。这次军训，很值。

**初中军训的心得体会篇七**

军训日子有滋有味，有时它归于那亮丽的红，散发着无限的热心生机；有时它归于那新鲜的绿，充满着纯真的芳华友谊；有时它归于那暮色的黑，带着苦涩与忧虑。

年月荏苒，小学韶光现已悄然离去，它好像在说：”孩子，你现已长大了，开端你新的旅程吧！当跨入中学的大门时，它在说：“孩子，欢迎你的到来，褪去身上的稚气，扬帆起航吧。”

在九霄的军训中，我学会了许多。本来在家里被老爸、老妈宠成了“小皇帝”的我，向来都是“衣来伸手、饭来张ロ”，这几天的军训，使我渐渐改动，不只让我养成了独立和自主的习气，更让我练习了坚韧的毅力、坚强的毅力！

形象最深的便是站军姿了，只需是参与过军训的人都知道，每一个人简直都是同一种感触，那便是苦楚。可是就算苦楚，站军姿依然是军训最主要的一个部分，不行改动。军姿有四个要求。首要，脚跟挨近，脚尖分隔成60度角，两腿绷直贴紧；其次，抬头挺胸；再次，两臂紧贴身体两边，拇指贴与食指第二节，中指贴与裤缝；最终，身体前倾，脚跟离地。总的看起来，还要外松，内紧。这一系列的要求看似并非难事，可依照教官的要求“一小时不动，两小时不倒”来说，又似非人的折磨了。不过，我知道，这样的练习是有利的，由于磨难和苦楚能催人坚毅和坚强。

站军姿不是用来折磨人的。武士身上的那种坚毅、英勇、镇定和冷静的精力，便是靠这样的练习培育出来的。而咱们培育的便是这样的精力，它们都是一个人成功的必备条件。

军训便是磨去我的棱与角，让咱们养成一种“有志者，事竟成。背水一战百二秦关终属楚”的勇气。“苦心人，天不负，发愤图强三千越甲可吞吴”的毅力。

**初中军训的心得体会篇八**

金子要经过寻矿、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来。

我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。

这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战!

不错，军训是这样的，尽管辛苦，但是“一份耕耘，一份收获”，没有你每天的训练，就没有今后形成整体的团体和集体主义观念。

许多同学认为，这是一种无聊透顶的行为，甚至有同学认为，这是愚蠢至极的活动。

除了站立、稍息、跨立等等还有什么呢?其实军训是锻炼你毅力的最好方式：当你在你需要坚持而你又挺不住的时候，你又会采取什么行为呢?是按兵不动?还是立即撤退?为了炼就坚强的毅力，为了团体荣誉，相信你会认真地坚持下去!毅力是长期锻炼出来的：成功者是如何成功的?毅力起着决定性作用，你坚持下来就胜利了!没有毅力，许多事情是办不成的。

就像一句话：“不抛弃，不放弃”，记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会!珍惜这个机会!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn