# 初一军训心得体会(实用13篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-03-28

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。初一军训心得体会篇一第一段：军训前...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**初一军训心得体会篇一**

第一段：军训前的迷茫与期望（200字）

初一那天，我们初中新生都被安排去参加了一场为期一个月的军训。站在操场上，我不禁心生迷茫。这是我第一次参加如此严厉的军事训练，我对自己是否可以顺利完成充满了疑问。但与此同时，我内心深处充满了期待。军训是一次锻炼意志和团队合作能力的机会，我希望通过这个经历，变得更加坚强，并结交到更多志同道合的朋友。

第二段：挑战与成长（200字）

军训期间，我们经历了一系列艰苦的训练和考验。包括集合、行进、引导等，这给初中新生们带来了巨大的压力和困难。然而，我们并没有退缩，而是以积极的态度迎接着这些挑战。我记得有一次，在持续了两个小时的集合操练中，我感到腿已经僵硬，但是我告诉自己再坚持一下。最终，我成功完成了这个任务。通过这样的训练，我逐渐感觉到自己的成长。我变得更加坚韧，更加坚定，而且也对自己有了更多的自信。

第三段：团结与协作（200字）

在军训期间，我们每天都与同学们紧密地生活在一起，这使我们的同学关系更加紧密。在训练中，大家互相帮助，共同解决问题。当有同学在操场上犯错时，我们会鼓励他们，一起找到解决方案。我们也会在集体活动中一起合作，分享任务，共同完成。这种团结和协作的精神不仅在军训中表现出来，在以后的学习和生活中也会对我们产生积极的影响。

第四段：坚持与忍耐（200字）

军训需要很大的毅力和耐心。有时，在高温下长时间站立会使我们异常疲劳，但我们必须学会坚持下去，因为只有如此，我们才能真正发挥自己的潜力，并逐渐突破自己的极限。此外，在军训期间，我还学会了忍耐。有时，由于某个同学的失误，整个队伍需要重来，而这需要我们重新投入，再次努力。这个过程中，我学会了控制自己的情绪，保持耐心，并且对困难和失败有了更加积极的态度。

第五段：军训的收获与感谢（200字）

一个月的军事训练已经接近尾声，回顾这段经历，我想说我真的非常感谢军训。通过军训，我不仅变得更加坚强和勇敢，也结交了许多优秀的同学朋友。军训让我明白了团结合作的重要性，也让我学会了忍耐与坚持。这些都是我宝贵的财富，将伴随我一生。因此，我感谢学校给我们提供了这个难得的机会，使我们可以在军训中收获了这么多。我相信，这次军训经历将永远是我初中的一段美好回忆。

总结：通过这次军训，我收获了很多。我明白了坚持与忍耐的重要性，也学会了团结合作。这段经历将会成为我人生中的一笔宝贵财富，我将以此为基础，勇敢地面对将来的挑战。我相信，在未来的学习和生活中，这些能力将成为我通往成功的关键。所以，我感谢军训，感谢帮助我成长的每一个人。

**初一军训心得体会篇二**

我羡慕军人的英姿飒爽，羡慕军人的英勇顽强，羡慕军人的勇往直前。当一名军人，是我从小就有的梦想。

来到了初中，我们开始了5天的军训。梦寐以求的一天最之后了。

军训生活的艰苦是我所未曾料到的。一天中大部分时间都在训练。操场上似乎也永远仅有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可此刻，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。

时间一分一秒地过去，我真期望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最终。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是，我就疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心地练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不饶的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训结束了，我明白那不是解脱，而是不舍……军训结束了，而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富！

**初一军训心得体会篇三**

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，大家都已汗流浃背，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！

**初一军训心得体会篇四**

初一新高一军训是每位学生必须经历的一次历练，它不仅锻炼了我们的身体，更重要的是提高了我们的纪律性、团队合作能力和培养了我们的意志力。经过五天的集训，我们这些初中毕业生重新来到了学校，进入了新的学习生活。以下是我对初一新高一军训的体验和感受，和大家分享一下。

第二段：体能锻炼

初一新高一的军训以体能训练为主，我们每天都需要进行不同的身体训练，如晨跑、劲爆操、射箭、壁球等等。尤其是在酷热天气下，要坚持完成训练，需要的是毅力和坚韧。我意识到了自己身体的极限和挑战，同时也锤炼了自己的毅力和勇气。

第三段：纪律训练

在这五天的军训中，纪律是最为重要的。我们每天需遵守诸多的规章制度，必须在规定时间内完成军训任务。加强了我们的守时意识及遵纪守法的意识，还有使我们做到了主动协调、服从命令、场上发挥余热。尤其是在集训的最后一天，我们完成了整齐划一的军姿，那股从内心深处涌出的荣誉感，是让我倍感骄傲和自豪的。

第四段：团队精神

在军训中，我们被划分为不同的小组，完成各自的任务，大家互相帮助和支持，并紧密地配合到位，最终达成了军训的目标。这让我发现，一个人的力量是有限的，只有团结合作、相互配合，才能取得更大的成就。同时，也让我体会到了一个“团队”的强大力量，这一点在以后的学习生活中还会有很大的帮助。

第五段：结束语

在五天的军训中，我们受到了铁的纪律训练，增强了体能素质，锤炼了意志品质，培养了团队协作能力，相信这些都将是我们以后发展的基础。我们在军训中收获颇丰，也希望今后能更加努力学习，为自己的未来更好地奋斗。

**初一军训心得体会篇五**

军训，一个熟悉又陌生的字眼，在8月份之后，它注定不再陌生。

这几天的军训生活我总结为一句话：军训有苦有甜！

军训的苦，是天气炎热之苦——八月的太阳是火辣的，尤其在万里无云的这几天，这种热被无限放大了。35度的高温持续了好几天，吸热的水泥地到傍晚都还透着热气，汗水如昂贵的自来水般不要钱地涌出，衣服湿了又干，干了又湿，每一天都如同在火炉中度过。军训的苦，是严格训练之苦——稍息立正、行进间转法、站军姿、敬礼动作等，各种训练严格而枯燥。一遍不好来两遍，两遍不好再三遍，重复重复再重复，标准标准再标准。这样高强度的训练是从未有过的，它必将牢记于我的记忆之中。军训的苦，是整理内务之苦——床单要平整、脸盆里只能放毛巾和牙具、牙刷在左牙膏再右、床下物品成一条线、床上除被子之外什么也不能放、被子叠成“豆腐块”……一系列的硬性规定让你没有自己的个性空间，整洁与简洁统一才是王道！被子没叠好，掀了重叠，每次叠军被不亚于一次训练，叠好之后都是气喘吁吁、大汗淋漓。军训的苦，是早晨起床之苦——再也不能睡懒觉了，再也不能享受被窝里的安逸了，每天早上不到7点就得起床整理内务，之后饭也不吃就马不停蹄地集合去出操。

军训的甜，是训练成果之甜——每当我做好一个动作，我都能感觉到一阵欣慰，因为我的汗水没有白流，我的努力没有白费。这是一种脚踏实地的充实感，这是一种亲力亲为的满足感，这是一种稳步提高的自豪感，我的军事素养得到了锻炼，丰富了自己、充实了自己、完美了自己。军训的甜，是亲友关心之甜——身在异地，特别是在这封闭的军事基地里，难免会有些许的孤寂之感，联系外界的唯一工具——手机此刻似乎变得不那么僵硬冰冷了。朋友的一条短信，简短而充满关切；爸妈的一个来电，冗长却饱含温情。心情好了，饭也吃得下了，训练也努力了，看谁都顺眼了。军训的甜，就是一首团结就是力量“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强，向着法西斯蒂开火，让一切不民主的制度死亡！向着太阳，向着自由，向着新中国发出万丈光芒！军训的甜，是教官那豪爽、幽默、风趣的性格。

感谢军训，让我懂得了纪律。

感谢军训，让我学会了坚持。

**初一军训心得体会篇六**

在xx年8月25日，也就是今天，我参加了中学第一课——军训。

今天军训的内容是军姿、稍息、停止间转法，一听就很充实。

分配完教官、场地之后，我们开始了军训。教官把我们领到指定的场地，然后让我们站军姿。教官不停的在队伍里穿梭，纠正我们的动作，可是第一排的男生总是很懒散，教官纠正好了动作，他又放松了。等教官走到队伍前时，一只像蜜蜂样的飞虫飞到了他的肩上，教官没有留意，继续在指点我们。而那只像蜜蜂的飞虫就像教官的小跟班，“嗡嗡”叫个不停，但声音很小，好像在说：“你们站好点，小心这教官一生气，让你们叫苦连天！”

上午的军训我们有点懒散，可下午就不一样了。

下午一下到操场，指挥官就要我们排好队站xx年的小学生活一转眼就不见了，迎来的是初中，而初一新生面临的第一个考验就是——军训。在那里，我们尝遍了一瓶又一瓶酸甜苦辣的军训生活。

这一次军训，教官便给了我们一个下马威：“立正！”教官要求道：“抬头、挺胸、收腹，脚尖分开60度，双手紧贴裤子的缝隙，站军姿5分钟，不准动，我们班谁动一下，全班加5分钟。”天啊！5分钟！我只站了5分钟，就汗流浃背，腰酸腿疼，脚后跟好像没了知觉，身上发痒，像有很多蚂蚁在身上爬，我简直受不了了。可惜军令如山，我动弹不得。这时，我的心里出现了一个天使，一个恶魔。恶魔说：“放弃吧！跟那些不舒服的人一样，到阴凉的地方去休息！”天使说：“不！不行！不能做缩头乌龟！爱迪生讲过，强者容易坚强，正如弱者容易软弱！”嗯！我咬了咬牙，坚持了下来。

炎热的上午，太阳火辣辣地烤着我们。我们列队在操场上，随着教官的口令练习各个动作。在站军姿的时候，额头的汗水顺着眉毛，穿过睫毛，流到我的眼睛里，我的眼睛像着了火一般，异常疼痛。

下午午休起来以后，我又精神百倍了，我们准备参加拔河比赛，可是对手班上有我多年的好朋友。我不知道怎么办。唉！一边是班级，而另一边则是我多年的好朋友......

“胜利了！”“我们班赢了！”“耶”操场上响起了阵阵的欢呼声。我不知道应该是高兴还是悲伤。但是友谊第一，比赛第二，想到这里，我也加入到同学们欢呼雀跃中。

酸甜苦辣，这就是我这一天的军训生活。

**初一军训心得体会篇七**

军训是每个初中一年级学生都要经历的重要环节，它不仅是锻炼身体的机会，更是塑造品格的重要途径。参加初一军训，让我受益匪浅。在这段时间里，我学到了很多关于团队协作、坚持不懈和勇于拼搏的宝贵经验。以下是我对于初一军训的心得体会。

首先，军训锻炼了我的毅力和坚持性。整日奔波在高温下，体力的消耗让我感到疲惫不堪。然而，我了解到只有坚持下去，才能尝到胜利的滋味。每天早晨，起床的钟声准时响起，我总是告诉自己：“不管多累，一定要坚持！”在这种坚持中，我发现自己的体力逐渐增强，对待困难的态度也变得更加积极。坚持不懈是军人的品质，也是我在军训中受到的最珍贵的熏陶。

其次，军训教会了我团队协作和相互帮助的重要性。军训中，我们要组织进行各种集体活动，例如操场上的队列训练和操场倒立这样的团队项目。如果没有良好的团队协作，就无法完成这些任务。在我所在的小组中，每个人都有自己的长处和短处。有些同学擅长带队领导，有些同学擅长掌握技巧，还有些同学非常有耐心，专注于指导他人。我们相互之间互补，相互协作，取得了出色的成绩。我懂得了合作、尊重和信任的重要性，这些是在军训中必不可少的品质，也是在以后的学习和工作中需要长久发展的素质。

再者，军训让我学会了面对困难时的勇敢拼搏。军训中的各种项目对我们来说都是新鲜而困难的挑战。例如，壁垒爬越和水中救生等尤其对我来说十分困难。一开始，我总是怀着恐惧和不安的心情面对这些项目。但是经过教官耐心的指导和同学们的鼓励，我渐渐放下了心理障碍。在每次训练中，我会鼓足勇气、全身心投入，并且尽力克服困难。最终，我成功解决了各种项目，这让我对自己的能力充满了信心，也激发了我更高的目标和追求。

最后，军训教会了我如何管理时间和规划生活。短短几周的军训时间，我们每天的安排都被严格按照训练表执行。早晨的起床、中午的休息、晚上的时间安排都有严格的规定。在军训这段时间里，我强迫自己遵守时间表，养成了良好的时间管理习惯。这也让我认识到，规划和管理时间是成功的一大关键。只有合理安排和管理好时间，才能更好地充实自己，提高学习和生活的效率。

初一军训是我成长道路上的一段特殊经历。通过军训，我学会了坚持不懈、团队协作、勇于拼搏以及时间管理等重要的品质和能力。这些经验将在我今后的学习和生活中起到重要的作用。希望未来的我能够将这些宝贵的经验应用于自己的人生道路上，取得更加辉煌的成就。

**初一军训心得体会篇八**

小学升初中，其实我的内心是抗拒的，但随着军训的结束，我的心理发生了极大的变化。

以前的我总是很抵触接受新事物，觉得一成不变便为。但当我踏入xx，踏入x班的大门时，我心中的那扇不愿为陌生事物敞开的门悄无声息的裂开了一个缝隙。我惊奇的发现，班级里的同学其实很友好，新的环境也很舒适，我开始乐意并且想要去尝试接受新的事物。

军训的许多科目是需要同学们齐心协力才可以完成的，也正是这几个科目，我才会敞开心扉，和大家打成一片。

初步训练，我光荣的成为了小组长并带领第x排的同学训练。老师、教官的表扬和同学的鼓励使我有自信去认识新朋友。渐渐地，我发现我从一个在班里基本是空气的人变成了一个开朗、活泼、能和同学打成一片的爱笑的女孩！

和大家互相熟悉后，各种训练科目做起来也比较容易。在我能够熟练地掌握动作要领时，我开始严格的规范自己的动作。一天的训练，汗水浸湿了我的衣服，脚跟变得又红又肿......但我仍不叫苦，不叫累。最终，幸运眷顾了我的努力，如愿以偿，我成为了优秀标兵。

以前，我可能觉得这很轻松，但是现在我清楚地知道“优秀标兵”这四个字的背后是我十天的付出和汗水——辣的太阳直穿我的皮肤，大地被烤得烫脚；汗水顺着发丝流下来，痒痒的，我分明能感受到它滑落的痕迹。我曾一次次的想过放弃，但我也不断地告诉自己要坚持下去。x天之后，三十几度的高温对我来说都是小菜一碟。我知道，我又进步了一点。

从沉默到开朗，从累到麻木，每一个阶段都代表着一次成长。老师、教官和同学都是见证者，见证了我的成长。这次军训将会成为我成长过程中一段闪亮的记忆！

**初一军训心得体会篇九**

在无数顺境与逆境的交替中，是这样心甘情愿地拥有着勇气与坚持，纵然做一株道旁的小草也坚信着破土而出美丽！

——题记

每天天蒙蒙亮，当前后楼还一片漆黑时，我们已经有序地整理好床铺，洗漱完毕，开始了一天的军训生活。一个个整齐的方队按时排列在宿舍楼下，伴着清晨的第一缕阳光，喊着一声声嘹亮的口号，迈出一步步整齐的步伐，映着朝阳，为校园绘出一幅瑰丽的画卷！

我们在烈日下经受着考验，在风雨中接受着洗礼，一步步迈向从中学生到大学生的蜕变之中，我们这群铿锵玫瑰在操场上刻下我们的飒爽英姿！

晚上是一无中最轻松的时刻。此时，教官卸下白天严肃的面孔，笑容爬上脸颊；同学放下原有的羞涩，掌声环饶指间。大家围成圈席坐于草坪上，伴着满天星月，唱出一首接一首的动听军歌。中秋之夜，我们唱着《军中绿花》思念着家乡，“妈妈你不要牵挂，孩子都已经长大……”我们正把学校把连队当成自己的家！

对军队生活十几天的体验，让我们时常被一种无形的军人精神所感动。教官对上级命令的严格服从，教官们在面对困难时的从不气馁，教官们在晚上拉歌时流露出的思乡之情……所有这些让人为之感动的就是军人身上特有的无尚军魂！

军训是绿色的，这橄榄绿是我生命中的偶然，我们的生命正在这些偶然中生长！以后的日子，依然在生活，依然在喧嚣，流淌的街市依旧，我们的生活依旧，而突然间，我们或许会记忆起这一段由稚嫩走向成熟的难忘旅程，这一份刻入心扉的橄榄绿！

**初一军训心得体会篇十**

军训的第一天，我们很虚弱。短短的时间，很多学生都撑不住了，筋疲力尽。这让那些对军事训练极为陌生的学生更加恐惧。但是，我们知道，如果真是这样，我们会非常害怕，更不用说以后生活中的诸多困难，就连接下来几天的训练都无法克服。于是，我们坚定了信念，真正开始了军训。

教官嘶哑地喊着，学生们拼命地做动作。这是军训场上的场景。为了磨练我们的意志，真正的军人开始用他们在生活中学到的东西，把我们培养成无畏的开拓者，让我们体验做国家卫士的艰辛。我们的汗水、血泪、教官的严厉和呐喊，成为了军训的一切。教练的制服湿了，我们的汗水变成了响亮的口号，在操场上回荡。

终于，我们长大了。

在最后的演出中，我们唱起了军歌，在父母面前展示了我们的训练成果，向自己和他人证明了我们努力取得成功!导师们还向我们展示了他们多年的锻造技能。看着挺拔的身姿，整齐的步伐，响彻天际的口号，崇敬之情油然而生，逐渐升华为对士兵的敬仰感和对班级的责任感。终于，带着不舍，我们告别了日日夜夜的相处。“教官，再见!”

感谢老师们这么多天的磨练，让我们有了顽强的意志和坚定的信念，为以后的中学生活定下了正确的方向!

老师，谢谢!

**初一军训心得体会篇十一**

每年的军训比赛都是初一同学们的重要经历，今年的新初一军训比赛也不例外。在这个为期一周的军训中，我不仅锻炼了身体，提升了意志品质，还体验到了团队合作的重要性。通过这次军训比赛，我收获了很多，下面我就来给大家分享一下我的心得体会。

第二段：体验艰辛与坚持

军训比赛过程中，我们要面对高强度的体能训练和各种极限挑战。比如，晨跑、爬山、障碍赛等。尽管刚开始的时候，我感到十分吃力，但我并没有退缩。因为我明白只有经历过艰苦，才能收获真正的成长。我每天都以坚持的态度训练，尽管苦，但我不会抱怨，因为坚持是成功的关键。

第三段：团结协作的重要性

军训比赛中，我们分为小组进行比赛。在比赛中，团队合作和互相扶持显得尤为重要。我发现，只有大家团结一心，齐心协力，才能做到最好。在攀登高山的比赛中，我一度疲惫不堪，但我的队友们没有选择放弃，他们鼓励我，一同想办法，最终我们战胜了困难，并成功完成了任务。这让我深刻体会到团结协作的力量是无穷的。

第四段：加强意志品质

军训比赛中，我们不仅要面对体力上的挑战，更要面对心理上的考验。在强度很大的训练中，我经常感到身心疲惫，想要放弃。但我懂得了坚持的重要性，学会了自我鼓励和调节情绪。我告诉自己要坚持下去，要相信自己的能力。通过这次比赛，我克服了很多困难，提升了自己的意志品质，更加坚定了取得成功的决心。

第五段：成长与收获

通过这次军训比赛，我不仅增强了体能和意志品质，还培养了自律和自强的精神。我也明白了，只有通过不断地努力和付出，才能取得成功。此外，我还学到了团队合作的重要性，明白了团结协作的力量是无穷的。这次军训比赛是我人生中一次宝贵的经历，让我受益匪浅。

在这一周的军训比赛中，我变得更加坚强，更具有自信心和毅力。我相信未来的道路上，将会有更多挫折和困难，但我有信心能够面对并克服。军训比赛让我明白，只有不畏艰辛，勇往直前，才能成就更好的自己。

**初一军训心得体会篇十二**

步入初一，我们迎来了如火如荼的军训。

\"流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。\"刚步入红心，这排大字就出现在我眼前。

第一天，仅仅一天，教官就已经让我累的直不起腰。然而，再看看对我们这些\"小皇

帝\"来说难以下咽的食物，我的脑海中闪过一个词：魔鬼训练。但是，当躺到那朴素的硬板床上时，我发现，原来这毫不起眼的地方也能让人如此舒适。就算这样，我的内心深处仍然积满了对教官的怨恨。

这一天晚上，我想了很多很多，我想到了自己看的一部部红色电影，那里面的男女主角是多么坚强。甚至，我还想到了自己儿时小小的摔伤创伤，也能哭上一整天，这让我惭愧的低下了头。

以后的三天，我更加坚强。虽天天汗如雨下，却日日倍感充实。到第五天结营仪式时，我这才发现，为期五天的军训在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂首挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果，没错，这短短的五日，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军事训练，更多的，它让我接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

坚持是火，正在燃烧的火；坚持是风，正在弄舞的风；坚持是诗，正被书写的诗。

军训，谢谢你，你让我明白什么叫坚持就是胜利，你让我长大了！

**初一军训心得体会篇十三**

军训是大学的一项重要活动，可以锻炼学生们的意志品质、培养纪律观念和团队合作精神。作为新初一学生，我参加了今年的军训比赛，体验到了许多难忘的瞬间。在这个军训比赛的过程中，我收获颇多，对自己的成长也有了更深刻的认识。接下来我将从体能训练、纪律意识、团队合作、坚持不懈和奋斗精神这五个方面，分享我在新初一军训比赛中的心得体会。

第一段：体能训练

在军训比赛中，体能训练是一个非常重要的环节。我们每天早上都要进行体能训练，包括晨跑、俯卧撑、引体向上等。起初，我对这些训练感到非常吃力，自己的力量和耐力都不足以支撑训练的全过程。但随着时间的推移，我逐渐意识到只要坚持下去，力量和耐力都会得到提升。通过每天的努力，我不仅能完成训练，还能保持笑容和积极的态度。这个过程让我明白了，只有付出汗水和努力，才能超越自己。

第二段：纪律意识

军训比赛中，纪律意识是不可或缺的。我们需要严格遵守教官的指示，按照规定完成各项任务。但在开始的时候，我对军训纪律并不了解，经常犯错误。教官们严厉的批评让我深感自责，但也让我懂得了规则的重要性。通过不断地自我调整和改进，我慢慢养成了良好的纪律意识。我学会了按时起床、不随意离队、不说脏话等，这些不仅在军训中有用，也对今后的生活产生积极影响。

第三段：团队合作

军训比赛中，团队合作是至关重要的。我们需要彼此携手合作，共同完成各项任务。在训练中，我们需要一起奔跑、一起拉绳子、一起完成各项动作。初次接触时，我对团队合作并没有太多概念，经常以自我为中心，不善于与他人合作。但通过和同学们密切的交流和合作，我渐渐明白了团队合作的重要性。我学会了在团队中发挥自己的优势，也善于倾听和理解他人的意见，共同努力达成共同目标。

第四段：坚持不懈

新初一军训比赛的过程很辛苦，但我们都坚持了下来。有时天气炎热，汗水湿透了衣服，有时雨水淋湿了我们的体操服，但我们仍然始终保持着挺胸抬头的姿态。这让我深刻理解了坚持不懈的重要性。只有坚持下去，才能取得好的成绩，才能收获更多的收获。无论训练时的疲惫还是遇到问题时的困惑，我都会告诉自己要坚持住，因为只有坚持下去，成功的机会才会属于自己。

第五段：奋斗精神

在新初一军训比赛的活动中，我充分体会到了奋斗精神的价值。我们每个人都需要为自己的目标去努力，只有用心去闯，才能够取得成功。在这个过程中，我学会了更加勇敢、坚定地面对困难，不畏挫折。无论是在体能训练中还是在纪律遵守中，我都努力践行着奋斗精神。正是这种奋发向上的精神支持着我，让我能够克服一切困难，不断进步。

总结：

通过新初一军训比赛，我深刻体会到了体能训练、纪律意识、团队合作、坚持不懈和奋斗精神的重要性。这次军训比赛不仅让我成长了许多，也让我更加明确了未来的方向。我相信，在今后的日子里，只要我坚持不懈，永不放弃，我一定能够获得更多的成就，实现自己的理想！

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