# 最新军训心得初三上学期(优质9篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-05-03

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。军训心得初三上学期篇一初三生的脚...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**军训心得初三上学期篇一**

初三生的脚步向着高考较直的前进，而军训则是这一路的起点。军训不仅锻炼了我们的身体，还磨砺了我们的意志，相信每一个参加军训的同学都能从其中获益，我也不例外。经历过这段特殊的时光，我有了一些感触和体会，愿意和大家分享。

第二段：身体的锻炼

军训的第一大作用，显然是锻炼我们的身体。每天早上五点起床，步调坚毅有力，开始连续几个小时的体能训练，摆脱了坐在课桌前的意念困扰，热血澎湃。而且，我们还站着授课，承受着时间和形式的限制，更充分的展示出了我国军民的风度。这段时期，我的身体素质有了明显的提升，我感觉自己更能够应对疲惫，精神更加顽强。

第三段：意志的磨砺

军训的第二作用，是磨砺我们的意志。不少同学在军训中体验到了无法抑制的情绪，例如恐惧、不满、忿怒、失落等。但是，军训对我们的挑战也在不断地加强，我们不断地超额完成我们的训练任务，不断地感受到了突破自我的喜悦。更为重要的是，我们用自己的实际行动，树立对困境坚韧不拔的信仰，用具体实例证明我们具有高质量的领导才能和团队协作精神。这段时期，我看到了我自己的强大，看到了我所属的集体的强大，看到了我们这个时代的强大。

第四段：成长的体会

离开了这段训练烦躁的环境，回忆起来，我发现自己在军训中，又一次得到了成长。思考一下，我们得到了什么。第一，安全感。在团队包容、教官严格、人文关怀的氛围下，我们懂得了宽容，更学会了理性地看待人生。第二，动力。短暂的时光，我们也体验到了无止境的进步感，痛苦中的艰辛旋即化为刺破天际的能量。第三，激情。参差的步伐定在队列中，我们齐心协力打败我们的懒散和惰怠，之后，我们再不会满足于被动的等待，我们会不会只想着如何去进行奋斗，在学习、工作中去展现我们的实力。

第五段：总结

感谢军训，给了我们身体的力量和意志的支持。参加军训的这段时间，是人生中难忘的经历。我们不仅仅是经历了身体的锻炼，还磨砺了我们的意志，丰富了我们的思想与人生阅历。让我们在以后的人生中，不断鞭策着自己，成为更好的自己，奋发向更为美好的未来！

**军训心得初三上学期篇二**

军训,是每个新生入学后必经的教育。此次军训,较以往不同,不管是上,内容上,都不同。

的军训,地点并未选在外县的哪个军训基地,而是选择在学校园里,也并全封闭式管理。,这丝毫不军训的内容与。为训练的是解放军的现役军人(以往就考证了),从军容军貌,军纪,乃至动作的标准程度来说,无处不体现着解放军的威武与雄壮。标准高了,的军事训练内容自然也就更为艰苦。

要想把动作练得标准,需要付出更多的汗水。经常练习到腰酸背痛,双脚发麻。如此,训练仍会,时刻,往往是磨练的毅力与恒心的最佳时机。

感觉辛苦,教官们比更辛苦,感觉是以往历次军训从未有过的感觉。起初,总是抱怨教官口令声太小,听不清口令,但之后才明白,教官们的嗓子已喊到发不出声。之,是之前为初一军训时已拼尽全力。想到此,我就会为的不善于观察无知而后悔。教官们会动作不达标而挨批评,此时,我的内心会升腾起强烈的自责感,恨为做不好动作!

军训只是学生生涯很短暂的瞬间,军训,教会我的仅是一整套军事动作。军训有要的目的,那迅速集体的.团结向心力与团体,使团体的整体素质提升,让真正从心理上高一六班的一员。

军训结束了,我也从中体味到：做教官有做教官的职责,做学生有做学生的本分。做学生,就应该好好学习,是文化课,军训项目,才能对得起老师、学校、家长和社会,也才对得起军训教官。

明天的路靠的努力来书写,的路在脚下,把握把握。

**军训心得初三上学期篇三**

七天的军训就这样结束了。七天前，我们这一群南京理工大学的国防生身着迷彩装满怀\_和对部队生活的向往，踏上了前往179旅的军车。

经过近一小时的路程，我们来到了位于南京东郊的179旅的营地。随着军车缓缓驶进营地大门，我觉得自己真的成了一名人民解放军。下车后，感觉自己身上的迷彩装竟然和这里的营房、这里的树木是那么的和谐。走在通向营房的路上，一股男子汉的气概油然而生，觉得浑身都是使不完的劲儿。

到了营房后就进行内务整理，由于我们开学时候军训过，所以内务整理还算井井有条。

接下来的动员大会宣告我们的军训正式开始。

时值七月，正是南京最热的时候。对于我们这些平时只穿短裤，还吹电风扇的大学生来说，那厚厚的迷彩服就像一条棉被。虽然汗如雨下，衣服已湿透，但我们现在是一名军人，得注意形象，所以不但不能随便脱，而且还得着装整齐。说句实话，真的很热。于是不由得敬佩起那些士兵来，他们比我们训练要艰苦的多，但是他们却没有一个叫苦叫累的。

每天训练后，衣服都湿透了，但是营房里用水紧张，所以无法洗澡、洗衣服，只好穿着，等到晚上熄灯后，把衣服凉在床架上。

天气还是那么的热，很多人的背上生了痱子，我也是，晚上睡觉只能趴着睡。但一想到自己将会成为一名军人，难道连这点苦都吃不了吗?于是就忍着，虽然很难受，却是一种锻炼，一种对身体和意志的磨练。

白天的训练是单调的却不乏味，队列、行进、四百米障碍……当空的烈日，记录着我们的汗水。整日的摸爬滚打，我们身上少不了伤疤，但我想说，伤疤是男子汉的勋章。

在部队里，给我感触最深的是严明的纪律性，和说一不二的作风。穿上军装，就意味着纪律，橄榄绿中露出尊严。我会坚持到最后，我会肩负起保卫祖国尊严和人民安宁的那份重任。

都说是“铁打的硬盘，流水的兵”，当我们的军训即将结束的时候，我还是有些舍不得。就想自己是一名要退伍的兵，要离开这绿色军营，就要脱下这身军装，虽说回到学校，我们就又是一名大学生，可以像以前一样，无拘无束，可以睡懒觉，可以不整理内务……但却有一种深深的失落感。

军训，把我们这一群十\_岁的人锻炼成了真正的男子汉，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任.

**军训心得初三上学期篇四**

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。在烈日灸烤的塑胶篮球场上，我们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就可以的了，一定要坚持住。”在站立结束后，我的心情总是很高兴的，因为我能靠着自己的毅力坚持到了最后。

正步是我们学的众多姿势中最难，最累的。教官让我们把脚踢到半空停止，然后一一过去检查，发现有谁做的不对时会立即纠正。正步要走整齐是件不容易的事情，因此我们在训练时教官的要求特别严格，每个动作都必须做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完正步后，我们全身都是湿透的了。

军训在辛苦训练之余，也有许多有趣的活动。例如拔河比赛、拉歌比赛等。在拔河比赛上，我们班虽然输了，但输赢并不重要，过程才是关键。在拔河中我们学会了团结，学会了互相鼓励加油，学会了尽全力去做一件事情，这才是拔河比赛的真谛。

时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有意义辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自己!

军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束自己，以钢的意志来支配自己。只有懂得这样做，我们才对得起每天在一旁陪我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自己挥洒的汗水!

**军训心得初三上学期篇五**

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的同学，也仍然坚持与大家共同训练。

先是听讲座，座位上的我们任由汗水肆无忌惮地淌下，但是还是持续着应有的坐姿。之后来到了操场训练，操场上的我们个个精神抖擞，似乎一点都没有被这闷热的天气所打扰。在一声声“立正”、“稍息”中，我们认真地完成了队列训练中的种种姿势。虽然过程中，有同学倒下，但没有人因此而放弃，为的就是两个字——坚持!

青春活泼的稚脸是我们的经典，虽然没有凉爽的天气，但充满朝气的面容是我们的色彩。操场上的空气散发着自信与拼搏的气息，操场上的每一个点滴，都震撼着我们的心灵。

我们得不到永久的胜利，只求能尝到苦涩后的甘甜;我们没有顽强的体魄，只求在倒下后能再一次站起来，我们不可能永久相依相偎，只求在这最后的一年里共同进退;生活不可能一帆风顺，只求在遭遇坎坷时能坚持不懈……这，就是我们每个人的心愿!

人只有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们留意翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自己的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要一种勇气，一种信心，更是一种坚持!

路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永久的画面。

军训心得感想4

**军训心得初三上学期篇六**

军训，是每个初三学生都必经的一段经历。作为中学生涯的重要节点，军训不仅仅是对队列、军姿的训练，更是对我们磨砺意志、锻炼自律的一个过程。经过一段时间的军训，我收获颇多，让我对自己、对生活有了更加深刻的认识。

首先，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训过程中，我们不再是一个人，而是一个整体，我们的行动需要协调一致，需要相互配合。无论是队列的整齐划一，还是操场上的训练，团队合作都至关重要。每一个人都扮演着不同的角色，只有每个人都完成好自己的任务，才能实现整体的目标。军训让我们明白，只有凝聚力量，才能迎接更大的挑战。

其次，军训增强了我对自我的认知。每天坚持晨起，训练坚持走军姿，这样的训练加强了我对自己的控制力。身体会在变得更好的基础上，培养出“行动力”“坚持力”，改变了我总是懒散的状态。而对于自己的未来的规划也逐渐明了，我不再浑浑噩噩，我要为了自己的梦想制定出切实可行的计划。

再次，军训提高了我的自律能力。军训期间，每一天的日程都被严格安排，按时上床睡觉，按时晨起训练，按时完成任务，对自己的时间和精力有了更好的调度。在一天的严格规划下，我深深感受到了时间的宝贵和效率的重要性。这让我学会了合理安排时间，严格要求自己，提高自己的效率。通过自律，我也掌握了自己的命运，让自己更加自信地面对挑战。

最后，军训让我领悟到身体的重要性。军训期间，体能的训练成为了重中之重，每天的锻炼让我们的身体逐渐变得强壮。更重要的是，锻炼对于我们的心理也产生了积极的影响，让我们变得更加坚韧、乐观。通过军训，我明白了只有拥有一个健康的身体，才能更好地投入到学习中，实现自我的价值。

通过军训，我真切地感受到了自己的成长和变化。这不仅仅是对外表的改变，更是对内心的锻造。军训让我明白，只有在团队中团结协作、互相支持下才能获得成功。军训让我明白，只有通过自律，才能取得伟大的成就。军训让我明白，只有拥有健康的身体，才能迎接更大的挑战。

军训，是一次对我们学生的磨砺和考验。但是，通过这次军训，我收获颇多，让我更加坚强、自信地迈向人生的下一个阶段。相信这段经历将成为我人生中最宝贵的财富，成为我成长路上坚定的后盾。军训的收获将伴随我一生，让我勇敢地面对未来的挑战。

**军训心得初三上学期篇七**

军训，对于初三学生而言，是一次独特、难忘的经历，也是一次锻炼意志力、培养团队合作精神的机会。在完成了这段艰苦的军训生活之后，我们不仅仅得到了身体的锻炼，更领悟到军训背后蕴含的深刻意义。下面，我将从克服困难、培养意志力、强化团队合作精神、培养纪律观念和开阔眼界等五个方面，总结我在初三学生军训中的心得体会。

首先，军训使我们学会了克服困难。军训的环境多变，气候时而炎热，时而寒冷，更有时常下雨。面对这些困难，我们不得不调整自己的心态，学会适应。军训教官们鼓励我们勇敢面对困难，坚持到底，这种鼓励让我们懂得了生活中的困难并不可怕，只要我们有勇气、有毅力，就能战胜困难，取得成功。

其次，军训让我们培养了意志力。在军训中，我们每天需要完成大量的训练和任务，这既考验着我们的体力，更考验着我们的意志力。刚开始的时候，很多同学都会觉得很辛苦，想要放弃。但是，在教官们不断的激励下，我们学会了坚持，逐渐养成了意志坚定的品质。通过军训，我们的意志力得到了极大的锻炼和提升，为以后面对各种挑战和困难打下了坚实的基础。

第三，军训强化了我们的团队合作精神。军训中，我们都是一个整体，每个人都担负着不同的任务和责任。只有团结协作，才能顺利完成任务。每天的晨练、操场训练、集体活动等，都需要我们的默契配合。通过互相帮助、互相鼓励，我们的团队合作精神被进一步激发出来。在团队合作中，每个人的力量都是不可或缺的，只有凝聚在一起，才能取得更好的成绩。

第四，军训培养了我们的纪律观念。军训是严肃的军事训练，我们必须遵守一系列的纪律条例。迟到、早退、懒散、马虎，都是不被允许的。这让我们明白了纪律的重要性，懂得了遵守纪律对于一个集体和个人的影响。通过这段时间的军训，我们养成了良好的作息习惯，提高了纪律观念，这无疑对我们日后的学习生活都有着重要意义。

最后，军训带给了我们开阔眼界的机会。在军事专业的教官的指导下，我们接触到了许多以前并不熟悉的技能和知识，如军事战术、射击技巧等。这些技能和知识让我们了解到军事的神秘和严谨，也让我们对军人的奉献精神有了更深的理解。此外，在军训期间，我们还参观了军事装备和设施，亲身感受到了现代军队的强大实力，这让我们对国家的安全和军队的建设有了更深刻的认识。

总之，通过初三学生军训，我们得到了身体上和思想上的双重锻炼。我们克服了困难，培养了意志力，强化了团队合作精神，培养了纪律观念，并且开阔了眼界。这段时间的军训不仅为我们铺就了健康、积极的人生道路，更为我们今后的成长奠定了坚实的基础。让我们怀着对军训的美好回忆，继续努力，迎接未来的挑战！

**军训心得初三上学期篇八**

第一段：介绍军训的目的和内容（200字）

军训是中学生活中的一大重要组成部分。它的目的是培养学生团结合作、坚持不懈、勇敢无畏、自强不息的精神品质。一般军训的内容包括军事基础知识、队列训练、体能训练等，每一项训练都是为了提高学生的纪律性和服从性。

第二段：体会军训带给我的变化（250字）

在经历了一个月的军训后，我感受到了自己的明显变化。首先，我的意志力得到了极大的锻炼。在严格的训练中，我常常遇到困难和挑战，但我懂得通过坚持和努力来克服它们。其次，我变得更加团结和合作了。在集体训练中，每个人都有自己的任务，只有大家团结合作，才能完成训练任务。我学会了倾听队友的声音，理解他们的困难，并互相帮助，这样我们才能更好地完成训练。最后，军训让我变得更加坚强和勇敢。在体能训练和难度较大的训练项目中，我常常感到身体疲惫和力不从心，但我学会了克服自己的恐惧和疲劳，坚持到底。

第三段：军训对学习的影响（250字）

军训不仅让我提高了意志力和团队合作能力，也对我的学习有很大的帮助。首先，军训培养了我良好的学习习惯。每天按时起床、规律作息，让我精力充沛，能够更好地专注于学习。其次，军训让我懂得了时间管理的重要性。在紧张有序的训练中，我学会了高效利用时间。这也让我在学习中形成了合理的时间规划，将时间用在更有意义的事情上。最后，军训增强了我的自律能力。在军事训练中，纪律是很重要的，而自律是遵循纪律的前提。通过军训，我养成了自觉遵守纪律、主动完成学习任务的好习惯。

第四段：军训对个人成长的启示（250字）

军训不仅给我带来了变化，也启示了我个人成长的道路。首先，军训告诉我坚持就是胜利。在训练中，只要坚持不懈，努力克服困难，就一定能够取得进步。这让我明白，人生中的任何事情都需要坚持和努力。其次，军训教会了我相信自己。在军训中，我通过一次次的训练，不断超越自我。这让我懂得了相信自己的能力和潜力。最后，军训让我明白了团队的力量。在训练中，只有团队的力量才能使我们变得更强大。这让我明白了只有与他人合作并相互支持，我们才能更好地成长。

第五段：对军训的总结和展望（150字）

通过一个月的军训，我深刻感受到了军训给我带来的变化和启示。我将继续努力保持和发展这些品质和能力，并应用于我的学习和生活中。同时，我也希望将来能够有更多的机会参加类似的培训活动，让我能够不断提高自己，为将来的学习和工作奠定坚实的基础。

**军训心得初三上学期篇九**

时间不是细水长流，而是像庐山大瀑布似的飞快直下，映在水面的是一层层的回忆，军训也相当于这样。

第一天到达基地的时候，每一张白百的脸丝毫未沾染上一丁点的辛苦和汗水的迹象。偏偏我们的稚气还没摆脱掉，只顾着欣赏那片与天连成一线的大海。

把军服穿在身上就如顿时被纪律缠绕着全身，在穿军服的前一刻我还是个能有理由直说的学生。但，身穿军衣后，我也就成为了一个只有服从和被管者的身份。

在军训人与人之间的友谊更进了一步。在这充满诉苦的生活里就因大家彼此关爱和互助，让我仿佛重拾一片温暖。太阳猛烈的炙烤着我们，就因这样，阳光一次次的提醒我，“现在不再是与世无争的时候，而是与我——阳光挑战的时候”。我告诉自己不能输在起跑点，并且赢在终点。第一晚睡在床上才体会的到，每天只能用汗水换取休息，这一种辛苦远远超越了平时懒洋洋的我。现在才茫然发现，我做的事不一定能担保有好的回报，但，起码在过程中，我付出了真心，尽力而为了。而后果必定能在当中学到些什么。“心态决定命运”有为名人曾这样说道的确如此。在操练中如果你做好了，是不会受到批评的。而所谓的“人算不如天算”，我不这么认为，因为自己的命运由心态决定的，怎么能轻易把生命教给上帝管，要学会主宰自己的命运才是一个正确的决择。

军训里的雨下的那么认真那么深，水倒映出我们狼狈的身影，当时看到自己影子才觉得在这里，自己的性格改变了不少，因为自身的脾气很燥，但，惟独在这里，我只能毫无怨言。

我们班是一个集体，每一丁点的精彩都靠我们每一丁点的认真，班宛如一朵花，想要流芳百世，怎可瞬间枯萎？当时的军训里，大家都舍身垫底，旦愿这朵花开的灿烂而已。所以我们都化作尘土，在腐化中等待这一刻的盛放，直至输出我们的养分———汗水也无惧至死。为了都是集体荣誉。侥幸的是，我们都熬过了为期6天的训练，这也为初三艰难的日子撒下了种子，如想要开花结果，以后的日子也就归功于我们了！

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