# 2024年初中入学军训心得体会(精选13篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-06-02

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。初中入学军训心得体会篇...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。

**初中入学军训心得体会篇一**

起初，它在我心中是陌生而又熟悉的`。军训嘛，无非是跑跑步，体验体验军人的生活嘛。可事实告诉我，我错了。军训，它不仅仅只是这些，它是一项锻炼我们意志的活动。“少年强，则国强；少年智，则国智。”这句话让我深深体会到了“恃强凌弱”这四个字的含义，让我明白了，少年，不仅仅是祖国的花朵，还是祖国的希望，祖国的未来！

今天早上，当我与二十班的同学们一起参加开训仪式，一起站军姿，一起学习操，我看到了同学们额头上豆大的汗珠。我看到了，当有一位同学中暑，班主任杨老师无微不至的关怀。我看到了每当教官让喝水休息时，同学们脸上开心的笑容。

早上的军训，我不仅感受到了热、累、腿的酸痛，还感受到了快乐，这让我迫切想要融入到这个“大家庭”中。

因为渭初，我参加了此次军训；因为这次军训，我获得了成长；也因为成长，我体会到了父母的不易。最后，再次恭祝渭南初级中学越办越好，每一位渭初学子都拥有更灿烂的明天。

**初中入学军训心得体会篇二**

为期3天的军训如火如荼地度过后，就这样落幕。这时猛然回头，才发现原期盼早早结束的军训，竟留下更多的是留恋与不舍。那苦，那甜，那涩，都是我们自己的一笔人生财富。

说甜，甜在每次体会到团结的乐趣，在想到自己是一名初中生的瞬间。每每训练完，休息时间总变得那么珍贵。集合号一吹响，大家就不得不“抱怨”着奔向操场。看看前后左右都是自己的今后同伴，听着我们自己愈加坚定的步伐，想到今后不一样的中学生活，这也就是一种快乐吧。这时我们感受到的是一种来自集体的温暖。

说涩，涩在因训练而酸疼的双脚，在每次不服从命令的体罚时刻。这已是第二次的军训，不再是五年级时的懵懂，对军训要求难道还不明白么?就是绝对服从教官的命令!教官有力的声音，教官威严的命令，是为了助我们这群雏鹰健康成长，顺利飞翔的。还记得刚进校门的那几个红色的鲜明大字：钢一样的意志，铁一样的纪律，山一样的威严，风一样的行动。这是对我们的要求，做到这几点，我们才能在人生的路上开始飞翔!

“胜者常说，虽有困难，还是办得到;败者常说，虽然办得到，但太困难。”仍记得这句偶然看见的语言。坚持下去，坚持到底，哪怕再困难，最后还是成功。什么事，就是坚持，咬咬牙便是成功。倘若没有军训这场狂风暴雨，倘若没有那人生路上坎坷岁月，怎会有属于自己的风雨彩虹?怎会有属于自己的成功彼岸?怎会有属于自己的精彩天地?生命不息，奋斗不止，因为我坚持，所以我胜利!

**初中入学军训心得体会篇三**

轻轻的，我们翻开了中专的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

第一次，我们收获了初中三年汗水浇灌成熟的果实；第一次，我们穿上了不一样的中专校服；第一次，我们创造了属于自己的的美好生活。许许多多的第一次，串成了我们的中专生活，这一个飞扬着炫丽梦想的一年级，一个等待着我们用画笔描绘出缤纷色彩的一年级。

步入了中专，我们迎来了热火热茶的军训。

“军训”这个让正常人听了都毛骨悚然的词语，带给我们一段非凡的人生经历，当我们还怀着满心的好奇心踏入绿茵，看到了炎炎烈日身穿靓丽迷彩的教官和身穿统一校服的我们，犹如五线谱上舞动的旋律，演奏着我们人生的精彩乐章，苏东坡说过：“古之立大事者，不唯有超世文才，亦有坚韧不拔之志”。我们要有超越自己的勇气，让我们对自己满怀信心吧。

军训时我们苦乐生活的缩影，在这短短的五天时间里，我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练是身体的疼痛和离家的失落，但是，在这炎炎烈日和大雨中有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是在这片绿茵上，有我们洒落的汗水和被带走的泪水，相信以后，必将绽放出鲜艳的花朵让我们有自己的双手抹去军训的冷酷，迎来他带给我们的累累果实，用心领悟其中的道理，用心去品尝这其中的滋味。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格。才了解那挺拔的是在这点点汗水中磨练出来的，操场上教官严肃的口号，同学们整齐的步伐不是正在演绎我们如梦的青春吗？都说“宝剑锋从磨砺吃出，梅花香自苦寒来”，“吃得苦中苦，方为人上人”，是军训让我们懂得团结互助，是军训开启了我们辉煌的青春。

军训是生活难忘的一页，军训生活会给你留下深刻的印象。在短短的五天时间里，同学们辛勤的汗水和欢乐笑声融成一首五彩之歌，歌声里有少年激情的斗志，有同学间甜蜜温馨，有师生和教官之间的真挚友情。军训不仅仅是训练我们吃苦耐劳的精神，也是训练我们坚强的意志，我们会为教官的严厉批评而委屈，但我们要接受五天军训给我们的一切，不管是酸甜苦辣，我们的付出和收获会成正比。

现在我们不仅掌握了这些动作，还掌握了更难的动作要领，但回想起学习时的情景，满心的不是后悔埋怨，而是兴奋自豪。感觉自己又长大了一岁，又踏上了一个台阶，谁是最可爱的人，是军人，他们的言行举止都是我们效仿的榜样。军训又让我们向军靠近了一步。我们应该抓住这次难得的机会，积极投入到军训中去，让我们的毅力和体魄得到锻炼，这样我们才有资格成未来世界的继承者和接班人。

**初中入学军训心得体会篇四**

军训不光培育人有吃苦耐劳的精力，并且能练习人的坚强毅力。苏轼有句话：“古之立大事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门历来都是向毅力坚强的人打开的，乃至能够说是只向毅力坚强的人打开。

心目中的军训充溢教官的怒斥;心目中的军训是严重与艰苦的独奏;心目中的军训更是无常地响起那调集手哨音，还有那瓢泼大雨下的大调集、严练习;心目中的军训日子成百上千次地浮现在我的脑际，闪现在我的眼前。但我仍是满怀欢喜与决计肠去拥抱我向往已久的军训。

我满怀决计肠开端了实在的练习。教官一遍遍耐心肠辅导替代了严峻的怒斥。练习场上不光有咱们规整的脚步，也有咱们阵阵洪亮的口号声，更有咱们那响亮的兵营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不平脊柱的身体，也给了你龙之传人无量的毅力。练回身，表现了人类活泼灵敏的思想，更表现了团体主义的巨大。不积滴水，无以成江海。没有咱们每个人的尽力，就不可能有一个完好的，高质量的方队。练习的每一个动作，都让我深深地领会到了联合的力气，协作的力气，以及团队精力的重要，我信任，它将使我终身获益，不管在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即便那路处处布满了荆棘，即便那路每一步都是那样的泥泞、那样的崎岖，也得让自己去踩、去踏、去探索、去跋涉!我想那样的路才是实在的自我描写，决无半点虚伪假装之意。

**初中入学军训心得体会篇五**

时间就这样悄无声息的从我们身边流逝，但这段美好的时光将永远铭刻在我们每个人心中新的学期意味着新的开始，但大学却意味着我们人生道路的一次转折。

我们来自五湖四海，为了一个共同的目标而相约在此，一个对我们来说陌生的校园。每一张面孔都未曾相识，每一种声音都各有特色，我们对校园的一切和彼此之间都充满了新奇，因为我们未曾了解对方。

我感谢学校给我们一次锻炼自己考验自己的机会，也给我们新生之间相互了解的环境。军训虽说只有短短的八天，但这八天似乎如同一年，因为在这八天里我们感受到冬天那刺骨的寒风，也体味到那秋雨的凉意，也挑战了夏日里火红火红的太阳，也迎接了春日的清晨训练时的教官像老师一样严格要求我们的每一个动作，只有细心的教导没有严厉的指责。

休息时却像一位姐姐关心我们每一个人。告述我们\"天冷了!多穿些衣服。预防感冒。\"但最让我们铭刻在心的却是教官那句\"我穿上这身衣服我是你们的教官，脱下来我就是你们的学姐，以后有什么事可以来找我。\"简单的话语却让我们每次想起来心中都会有振振暖流。雨我们都会怨恨雨下的太小，当细雨浸透我们的衣衫一振振寒风吹来时，我们又渴望太阳冲破乌云，但当烈日真的高挂晴空时，我们却又开始讨厌太阳的火热，反而喜欢那乌云密布的阴雨天来，最起码我们会想不可能像现在这样晒的很黑，总而言之这八天来我们的心情如同天气一样反复无常，也是在埋怨中渡过的。

**初中入学军训心得体会篇六**

火热的军训生活结束了。四天的风风雨雨，四天的摸爬滚打，增强了我的体质，更磨练了我们的意志。在炎炎烈日下，我们踢正步，排方队；在激昂的训练场上，我们欢呼，呐喊。军营生活苦中有乐，春风化雨，使我终身难忘！这也为我们的“小学生涯”留下一份永久的纪念与回味。

就是这样一段生活，使每个人在滚爬摔打中慢慢成长；就是这样一段经历，使每个人在汗水中变得坚强。军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的。它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强意志磨练、思想转变。这一课，令我们难忘终身，受用一世。军训生活，使我们与军人之间的距离一下子拉近了许多，使我们更加清楚地看到了自己肩上的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的民族自尊心和自信心。

军训同样也改变了我们的点点滴滴，使我们这群“衣来伸手，饭来张口”的“小皇帝”“小公主”一下子长大了许多。在这段亦苦亦乐的日子里，我们懂得了珍惜父母的付出，理解了父爱母爱的伟大，明白了一个人要自立于社会难……军训的苦让我们这群昨日温室中花朵变成了今天饱经风霜雨雪搏击长空的雄鹰。军训也将组织和纪律观念深深地注入了“两耳不闻窗外事”只知道埋头苦读的莘莘学子的心中，让“一心只读圣贤书”的白面书生变成了有组织有纪律全面发展的好学生。军训，磨练了我们的意志，练就了我们的铮铮铁骨，培养了我们吃苦耐劳的精神。在这短短的四天中我更看到了平时眼里要求我们的老师，她就像我的妈妈夜里在我们不知不觉的时候，带给我们无微不至的关怀。

通过四天的艰苦训练，换来了阅兵式上的昂首阔步，分列式中的整齐雄壮，操场上军拳的威武飒爽。大家一定也感受到了一份收获的喜悦，集体荣誉的自豪。我们的人生经历中也已增添了一笔军训留下的宝贵财富。这当然也是够我们受用终身的宝藏了。

如今，初中军训生活已成为过去，但我会永远的记住军训里发生的每一件事。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**初中入学军训心得体会篇七**

六年的时光转眼间就过去了，本来还是个刚刚入学，读一年级的小朋友，现在却已经准备小学毕业的六年级学生。在我的脑海里浮现出很多我参加学校曾经举办过的活动，但最令我难忘的是五年级参加的一次军训。

在20xx年5月22日早上八时三十分，学校组织我们五年级的全体同学分别坐三辆大巴车到白云区穗华心海珠区国防教育基地进行军训，为期两天一夜。经过一个小时的车程，我们终于到达了目的地。一下车，看见一个身材魁梧身着笔直绿军装的教官微笑着迎接我们。他把我们带到宿舍，等我们放好行李、换好衣服后，让我们在宿舍门口集合。由于我们很兴奋，没有排好队又很吵，教官喊了两次“安静!”我们才安静下来。教官对我们说了军训要求后就带领我们去操场。

到操场后，我们开始训练了。教官首先教我们站军姿，军姿的动作很简单：首先，两肩要稍微向后张，挺胸收腹。其次，两腿要八字形，60度脚打开。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤缝之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。教官看见有部分同学身体还在晃来晃去的，就把这些同学请出来进行惩罚：做俯卧撑或下蹲起100个。然后教官教我们稍息、跨立、蹲姿、敬礼、三面转法等动作。

稍息的动作：左脚伸出大约半个脚的位置，身体挺直，最后收脚要快。跨立的动作有些和稍息的动作一样，不同是左脚要伸出一个脚的位置，右手成拳头形状后，左手包着右手放在腰的后面。到了中午，我们一起去饭堂吃饭，可能是太饿了，我们都是狼吞虎咽地吃。吃过饭后我们各自回宿舍休息。到了下午我们复习了上午学习的动作要领。晚上吃过饭后，我们全体师生参加了丰富多彩的文艺晚会。晚会结束了，各自回到自己的宿舍洗澡、睡个安稳觉。这样子就过了一天。

根据军训的安排，我们在第二天早上6点半起床，集中吃过早餐后，大家一起又复习昨天学习的动作要领。然后在中午的时候进行闭营仪式。吃过午饭后，我们依依不舍地坐上大巴离开军训营地回学校了。

这次军训，虽然我们和教官相处的时间不多，但是我能深深地感受到军人那像铁一般的纪律和坚强不屈的精神，我要向他们学习，长大后为祖国做出奉献。

**初中入学军训心得体会篇八**

在八月份的22日至25日，我们中学的新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浃背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊!

最后一天，我们班获得了“先进班级体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同努力的成果;这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种.种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。

**初中入学军训心得体会篇九**

离开小学，步入初中，本就是一件让人非常高兴地事情了，但是当我知道我们接下来要面临七天的军事训练时，我心里却开始产生一种兴奋和畏惧相结合的奇怪情绪。毕竟军训的大名是我们小学的时候就听说过的，但是之前我一直以为只有高中和大学才会有着军训这东西，没想到现在居然连初中都要军训了。

而我虽然一贯对军训很有期待，但是真当军训猝不及防的来到我面前的时候，我却又觉得措手不及，这种叶公好龙的感觉让我很羞愧，于是我就在军训开始前就发誓要在这次军训中好好的表现，给我的初中生活打下一个坚实的开门红。

但是在没有经历之前的准备和誓言在真正的开始军训后都显得非常的无力，在太阳底下，在教官的压迫下，我们一群人就像是被霜打了的茄子一样有气无力的，甚至都不敢抬头去看看天上的太阳和横眉怒目的教官，只能眼神呆愣的看着前队的后脑勺，心里期待着有一片云或者一阵风来让我们舒服一下。但是直到我们解散躺在树下乘凉的时候，我们所期待的云和风都没有来。

只是第一天的军训，就成功的让我们所有人都惧怕起了军训，第二天的时候更是觉得双腿疼痛难忍，可怜巴巴的向教官讨饶，希望教官能够多给我们一些休息的时间。

但是教官却并没有放松我们，而是跟我们好好的说教了一番，说得我们大家都羞愧不已，看着跟我们一起在太阳底下站着的教官，什么抱怨的话都说不出来了。

就这样我们连队的所有受训同学都跟着教官一起受训，在几天内确实可以说是进步神速，哪怕是最调皮的学生都变得稳重起来，我们这群以前没见过的新同学之间的关系也在苦难中迅速的升华为友谊。毕竟在这样的艰苦训练中，不管是谁，只要跟我们一起吐槽军训的辛苦我们就是好朋友了。

当然，在这段时间里我们都跟教官混熟了，教官除了陪我们一起训练以外，还常常在休息的时候跟我们聊天讲故事，让我们常常在休息的时候都要互相抢能够做到教官身边的位置，听教官跟我们说一些平时可能都不爱听的故事和道理。

军训可真是个神奇的东西，我以前可从未想过我会变得这么沉稳，这么能吃苦。也从未想过我的身体里蕴含着这么大的力量，不管是怎样的艰难困苦我都能够咬牙的挺过来。

这样的新奇经历让我真正的意识到了我的力量，对于我自身重新燃起了信心，毕竟我连军训这样的难关都能挺过来，又还有什么能够挡住我呢?我相信这个道理放在学习上也是一样的，没有什么能够让自信的我停下脚步。

**初中入学军训心得体会篇十**

盼星星，盼月亮。我最终体验到了军训的滋味，并且是和我想象中天差地别的。

度过了一个兴奋地夜晚，一大清早就背上行李向学校溜去。只见同学们个个都磨拳擦痒，跃跃欲试，不久，开往军训基地的车和教官们抵达了学校。带领我们进入多姿多彩的军训生活。

“一二一！一二一！”每一天复习着一个有一个相同的动作，让我的心和身体走就疲惫不堪、没有享受、没有简便，有的只是磨练和坚持。整齐的步伐让我们昂首挺胸，持久的锻炼让我们体魄强健，高昂的口号让我们神采飞扬！

经过了4天半的训练，我们从容不迫的登上会操台，以我们最好的一面来展示给评委以及全校师生。最终有付出就有回报，虽然我们没有得名次，但我们无怨无悔。而此时，也该到了分别的时刻了，同学们泪流满面的坐上了大巴车、依依不舍的向教官挥手告别。

经过本次军训，我学习到了许多一个人独立生活的方法，以及改善了对生活的进取性。也让我体会到了自立的重要性和成为一名军人的不容易。想要成为一名军人，就要有钢一般的毅力，铁一样的耐性。想做一个合格的学生也是如此，若学生没有了纪律，没有了学习动力，则不会成为一名优秀的学生。这些军训收获将会伴我一路成长。

**初中入学军训心得体会篇十一**

花儿的开落，时间的流逝。不知不觉我已经成为长鸿高一的一员，每个新生都要过的第一个门槛——军训，我是既紧张又兴奋。

军训缺少不了的当然是教官，我们教官方脸，炯炯有神的眼睛如同锐利的老鹰似的，任何细节都逃不过他的眼睛。黝黑的脸，让人感觉很严肃。教官教我们的第一个动作是站军姿，他要求我们头要正，腰要直，双手自然下垂，两脚张开成60度，这时候教官更是集中精神挑我们不正确的姿势。我记得第一天的军训动员大会，在教官严厉的目光下，我硬是一个小时一动不动。这时别提有多难受，突然我的眼睛一黑，手脚发麻就去休息了。

军训又苦又累，还记得第一次晨跑，我的痛苦与执着，我相信我一生都会记得，军训有苦也有乐，凡事都是两面的。

在炎炎烈日之下，骄阳如火一般的炽热，好似要把大地烤熟一般。刚刚进入高中校园的新生，带着对未来的憧憬，对军训的紧张，和谐、生动的状态下，进入了高一生活的第一次身体上的锤炼，以及精神上的洗礼。为期十天的军训，徐徐落下帷幕，好似昨天还能依稀听到哨子声的响起，自信与威严并存的军人风范，着实让人感觉身体里面充满喜悦、自豪充斥全身。军训时候的自豪与感动，时刻萦绕在脑后之中，挥之不去。

这次军训带给我们的除了在身体上面的历练，还有在思想要的熏陶，意志上的千锤百炼，习惯上的改善，正是因为这样的原因，在我们的脑海里就下深刻的印象，军人的刚毅、严谨作风、坚强的信念，苦和累就算是一段生活中的插曲，在原本的生活之中，增添一丝调味剂，正是因为这样的乐观心态，才会让整个军训变得其乐无穷。

学校的领导和老师经常到场地进行指导和问询，并且与新生们进行很好的交流，真实了解大家内心世界的想法。医务室全天候运营，专业的医疗团队，为这次军训提供服务。在炎炎夏日之中，中暑是很平常的情况，为了缓解中暑的存在，及时进行预防，增添整个军训团队的实力，增强体质。而班主任也在全天候的陪伴，一丝不苟的工作态度，让我们对这位陌生的老师，升起莫名的尊敬。有了诸多因素的辅助，这次军训，才会如此顺利进行。

回忆，是心酸的。＂最美好的回忆往往是在最苦最累的时候留下的＂。一句话，一段情。这句话让我认识了这个美丽的军事训练营。

神气的军装，着在自己身上。用美丽的橄榄绿，展示着它的威严。永远铭记，烈日下训练站姿；永远铭记，一遍遍的走齐步；永远铭记，三伏天下漫长的徒步行军；永远铭记，酷热难耐的一个又一个不眠之夜……军训是苦与累的象征，整齐的队伍背后是顽强与拼搏。

军训的第一课是练站姿。挺直腰板，五指并拢，中指贴于裤缝线处，身体稍稍向前倾斜，双脚分开六十度。这一站就是一早上，皮肤晒得生疼，却也不能动。好不容易熬到中午了，早已是双脚酸痛，两腿无力。因为站军姿要全身绷紧，不能放松，所以肌肉也是酸疼得很。吃过午饭，回到宿舍，一上床，就像散架了一样，再也不想动了。不过，这也只是军训的开始，更苦更累的还在后头呢。

第二天，练的是齐步。一个班了六十个人，要想统一并不是件易事。摆臂、步伐都要一致，立定跺脚要响，口号也要喊起来。就这样走来走去了一个多小时，好不容易休息会，坐却也要练坐姿。刚刚因跺脚而发麻的小腿要垂直于地面，指尖不能超过膝盖，腰挺直，目视前方。虽说是坐，却也不轻松。

第三课，是跑步。跑步与齐步是一样的，不同的是齐步立定时是两步，跑步是四步。最后是练军体拳，在烈日下，一练就是一天。很苦很累。

最令人头疼的，还是内务卫生。一床被子，在教官手下就变成了有棱有角的＂豆腐块＂，可我一叠，它就塌了。真是头疼。但是，军营就是锻炼、挑战自我的地方。一床被子，也算一个挑战，最终我还是叠出了＂豆腐块＂的效果。不过，代价就是一个中午未午休。虽然，中午没休息，但却掌握了叠被子的窍门，还是值得的。

军训，苦于累是必然的。犹记得，训练营雪白的墙壁上，用鲜血的颜色，写上了＂流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队＂的字样。炫目的火红色，代表了军队的意志、军队的顽强。他有打不垮的精神，无私奉献的力量。这，才是军队，一支永恒的力量。

**初中入学军训心得体会篇十二**

军训就像一杯没有加糖的咖啡，当它触碰到舌尖的时候，是苦涩难耐的，但当你真正咽下去的时候，你会感觉到满口芳香，这是任何一种加糖的咖啡都媲美不了的!接下来，小编在这给大家带来初中入学

军训心得体会

。欢迎大家借鉴参考!

正如苏轼的一句话一般“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”。这句话说的是，成就大事业的人，不仅仅要有超凡卓越的才华，也一定要有坚韧不拔的意志和毅力。军训，不光是强健体魄也是对一个人吃亏耐劳的精神的锻炼，更是对自己的意志力的一种磨练。

今天，是正式开始军训的第一天，大家都统一着装，蓄势等待着考验的降临。我怀揣着对军训的期待，对教官的好奇，就这样开始了军训。

初中不同于小学，不但是对知识更深层次的掌握，而且要求身心和体魄更健全的发展。

听完了发言、排好队形，军训已然拉开了帷幕。一个个有力的动作、一声声响亮的

口号

、一列列整齐的队伍、一张张坚毅的脸、一滴滴晶莹的汗珠中，辛劳而又收获颇丰的上午结束了，大家脸上都洋溢着成长的喜悦。

中午，不是沸反盈天，而是井然有序。到了下午，训练的效果就更加显而易见了。娇气不再、怕累不再，取而代之的是刚强的意志和不怕苦、不怕累的精神。只争朝夕，同学们都非常努力的，做好了教官要求动作，在训练是全神贯注，不畏骄阳、不惧困难。

千锤百炼、千磨万击后，将有坚不可催的信念陪你一同勇敢地乘风破浪。

为期五天的军训已圆满落幕了，这是我班的第一堂特别的、与众不同的、远离教室、没有课本的课，有的是“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”，体验着不同往日的生活，期盼着同学之间的友谊。这次军训给同学们都留下了深刻的印象。

记得第一天，每人都背着繁重的行李，怀着忐忑不安的复杂的心情来到三附中，走进了班级，你看看我，我瞅瞅你，同学之间很陌生。随着军营生活的开始，彼此之间渐渐地熟悉起来，同学们团结友爱、互帮互学、很快就建立了友谊。

随着军训的开始，懒散了一个多月的学生很快就在这紧张的军营中少了许多娇嫩，多了一点吃苦耐劳;少了一些懒散度，多了一些紧张度，能按照军营管理的要求，像个军人一样，做到一切行动听指挥，整队迅速，意志坚强、纪律严明。

在军训期间，同学们头顶烈日，练习站军姿、转体、齐步走、正步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在滚烫的水泥地上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢紧贴裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。随着内容增加，难度增大，同学们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。在“流血、流汗、不流泪”的口号下，从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，努力达到最好。在军训期间，涌现了许多感人的事情，如：xx同学晚上走楼梯不小心扭伤了脚，肿的比较厉害，但是她轻伤不下火线，坚持训练。、等学生身体有点不舒服，老师让他休息，但是他们都说没事，我能坚持。有的同学在

日记

中写到，在训练中有时身体真的有点支撑不住了，但看到周围的同学一个个精神抖擞地顽强地坚持着，所以也坚持了下来。

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了初中，迎接我们的是为期五天的军训。我们知道，军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。

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!

在八月份的22日至25日，我们中学的初一新生去了军训。在这短短的四天集体生活里，让我学会了、懂得了许多道理。

先说说站军姿吧。站军姿，顾名思义，就是按照军人的姿势来站着。站时，要抬头挺胸，在烈日当空的情况下，还要保持纹丝不动。记得我在站军姿时汗流浃背，额头上的汗水到处流，可是站军姿时是不允许擦汗的。这时候，就是磨练我的毅力的时候。而且，经过这次训练后，我再也不怕热了。

然后，我们还得进行集训。集训一般是在上午、下午和晚上进行的。在集训时，一旦我们做不好，教官就会罚我们做掌上压或者是蛙跳。如果说站军姿辛苦的话，那么教官惩罚我们时就更辛苦了。这让我懂得了：每件事都要严格要求自己，要认真去做。还必须为自己做错的事负责任。

最让我印象深刻的，就是在宿舍里的生活了。要知道，严明的纪律可不是闹着玩儿的。如果在宿舍里搞不好卫生、内务，或纪律不好，都会被扣分。还有，在晚上熄灯睡觉前的一个小时内，宿舍里的所有人，都要完成三部曲：洗漱、洗衣服和写日记。这又让我懂得了：做任何事，都要雷厉风行，不要慢吞吞的，因为，时间是不等人的。

在宿舍生活中，我还对“团结就是力量”这句话有了更深的体会。刚开始时，宿舍里的卫生和内务只有宿舍长负责，结果被扣分了。因为，单靠个人的力量是完成不了那么多任务的。后来，整个宿舍的同学团结起来，一起搞卫生、整理内务。最后，宿舍就没被扣分了。因为，人多力量大，团结就是力量啊!

最后一天，我们班获得了“先进班级体”这个大奖。每一个同学都兴高采烈的，拍掌拍得手都红了。这又一次体现了“团结就是力量”这句话。因为，这个奖，是同学们共同努力的成果;这个奖，证明了同学们的辛苦没白费，汗水没白流。

正如我们那句口号：严格训练，超越自我。是啊，在这次军训中，我们何尝不是超越了自我，我们克服了种种困难，我们以军人为榜样，按照军人的要求来规范自己。

在这次军训中，我感到自己的坏毛病改正了，懒惰之心消除了。又好像觉得自己在军训后长大了，成熟了。

感谢军训，是它让我学会了许多知识，懂得了那么多的道理。今后我决心用军训中严格的要求来规范自己的行为，力求每件事做到最好。

军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训既乐意让我们感受生活的来之不易。也可以亲身体验军人生活的那种俭朴，那种不怕苦，不怕累的精神。在他们心里只有我们能否吃的饱，能否休息好，能否把我们教好，但是他们就忘记了疲劳，忘记了休息，那种置之以为的精神，还有谁能做得到?记得我们曾经学过一篇文章《谁是最可爱的人》直到现在我才体会到就是他们——这些军人们!

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

**初中入学军训心得体会篇十三**

踏入绚丽多彩的初中校园之后，我所迎来的生活全是崭新的一切。即便到了现在仍然还余留着一些美好的回忆——军训!

在这之前我从来没有体验过军训，军训之前有一些同学还叫苦。当时我天真的想：军训有什么可怕的。但这一想法却随着训练的进行真的改变了我对军训的看法。

军训的第一天就是站军姿，教官可非常严格。我们站姿端正，五指并拢贴紧裤缝线，站的笔直;身体还要往前倾，这样才不会感觉头晕眼花。双脚还要60°分开，后脚跟紧靠，要一直保持这个姿势。要站30分钟，刚开始我不觉得时间很长，慢慢的，站久了、双脚已经快没有力气了，身体轻飘飘的，好想倒下。这时，我的几根发丝飘到脸颊边——痒痒的，真想用手把发丝弄到耳后。因为我们一个微小的动作都不能动。

第二天早上刚到学校，才几分钟而已，立马集合，所有同学到操场。唉!又是站军姿，这可是最耗费体力了，全身紧绷着站在操场上。邻班的几个同学有的晕倒，有的虚弱。其实我也快扛不住了，但我想起，这次军训是为了什么?不就是强身健体，增强对祖国的责任感吗!。难道这点小事就坚持不住?不会的。我一定要坚持下来。

30分钟过去了休息时间到了，大家腰酸背痛的，好像就要散架了似的。全身都动弹不得，动一下，骨头“咯吱咯吱”地响。累!特别是练齐步走，我们每组都走不齐，教官只有叫我们不停的走，练到步伐一致。从上午练到下午。虽然我自己也有一丁点儿小抱怨，但军人们，他们都有顽强的意志，有打不垮的精神。

第三天的军训只有上午训练，把这两天以来学过的再训练，因为下午就要进行军训会操了，在等候时，我们班同学个个精神奋发，但心中还是会带有一点点儿紧张的心情。别的班表现得都很好，但我们的自信当然是集中在我们自己班级啦。我们以整齐的步伐渐渐迈向主席台中央，教官喊口令，我们就做动作“向右转、向后转……这一声声响亮、刺耳口号，使我们完成得非常出色，赢得了优胜奖!

三天的军训，转瞬即逝。时间如流水匆匆流走，但这三天的军训给我带来了很大的收获。

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