# 最新初一军训的感悟(大全9篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-04-03

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。初一军训的感悟篇一军训的第一个项目是站军姿，教...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

**初一军训的感悟篇一**

军训的第一个项目是站军姿，教官讲解说：“军姿就是两脚朝外约六十度，脚跟合在一起，手紧贴裤缝，抬头，挺胸，收腹，大家仔细看我做一遍。”同学们认认真真地看了一遍”随着教官严厉的口令，我们开始站军姿…十分钟过去了，汗水不停地流下来，教官说：“坚持就是胜利，”同学们听了这话，更加打起精神继续训练，时间终于做到了。我们好兴奋啊。

休息了五分钟之后，教官吹响了口哨，“接下来练习向右看齐，你们一定要认真，仔细。”教官说。同学们吸取教训，每个人都严格要求自己，仅仅反复了几遍就将这个动作完成的很出色。教官夸我们说“一次比一次有进步，真是好样的。”

今天是个阴雨天，天气比较凉爽。

今天教官对我们要求的更严了，要求我们站着不能乱动，不许嬉戏，而且动作必须规范，不许出错。

有的同学出错了，还有的挺调皮，教官很严肃，对他们进行了单独教导，8月30日

第三天的训练开始了，因为离演出很近了，所以教官对我们很严格。还是不停的联系转身、正步走，休息时间也压缩了，同学们有些怨声载道了，在炎炎烈日下，我们一遍一遍的重复着枯燥而乏味的动作，即使腰酸背痛，汗流浃背，也不能停止训练。

通过训练，让我感受到了“一切听行动指挥”，不怕苦不怕累的军人作风同学们通过训练也会养成首纪律听指挥的好习惯。

军训磨练了我们的意志，增强了我们的集体观念，更让我们知道了什么叫永不退缩。

**初一军训的感悟篇二**

在漫漫的成长道路上，这里，是一个承上启下的中转站。我从这里走过，摘一片汇聚坚强的彩云；捧一捧凝结忍耐的湖水。听一声鸟叫，我们忘却痛苦；闻一阵花香，我们排除万难。

依山傍水的凉亭是我们玩乐的花园，轻飞曼舞的蝴蝶是我们聊天的伙伴。与教官一起玩耍，与老师一起歌唱。丰盛的佳肴，温馨的寝室，还有睡前静谧的读书时光……是啊，孩子的想象总是那么的美好，幻想中的军训是那么的轻松愉悦。可事实是残酷的：超过十个小时的训练，粗茶淡饭，教官严厉的训斥，蚊虫叮咬，风吹日晒都像狂风暴雨，炎炎烈日一样，无时无刻不在考验着我们这些娇生惯养的柔嫩花朵。

当我从这里走过，我破碎了美好的幻想，留下了一身懒散，留下了常年的恶习。

在家里的，我们是高贵的公主王子，做什么事儿都不用考虑后果。每日有丰盛三餐，起床后也是父母帮忙整理床铺。可这里就不一样了：早睡早起，内务要自己打理，背包要自己收。在家高高在上的我们来到这里，就像断了线的风筝，在空中迷茫的飞着，亦或是一头栽了下来，无依无靠，也不敢有任何怨言。于是在这里，我扔下了种种恶习，脱胎换骨，开始自立自强。

当我从这里走过，我亲身经历了养兵千日，用兵一时。

六天的时光，我从这里走过了无数次，却只有那一刻，需要我从这里走过：大于等于90度的正步，我们从日出踢到日落。“啪啪”的踏地声，由47的声音合为1个声音。扭头望向空无一人的主席台，心中默默设想当日的情景，努力着，也盼望着。“立正”，“稍息”，“向后转”，这些枯燥的劳累训练，我们重复了无数次，雨水与汗水掺杂着流进眼里，我们不愿叫苦叫累，我们只喊自己连队的口号，心中只相信我们是最棒的。

当我从这里走过，我留下了不舍与守望。

那天之前，我从未想过，军训的离别是痛苦的。我留恋如画的风景，留恋整齐的队列，留恋嬉戏的声音。军训是苦的，累的，却也是甜的，有趣的。汗早已干，痛也早已散，军训的时光却在我们的心中烙下了深深的印迹。

我从这里走过，留下了也带走了。我留下了十一年的娇贵与懒散，带走了坚定与耐力，带走了场地上空嘹亮的口号声，带走了教官严厉却不失温柔的训斥，带走了如画的风景，也带走了痛苦与汗水。

**初一军训的感悟篇三**

“向右看齐，向前看！”

一阵再也熟悉不过的声音，在我临睡前，还回响着...

当同学们穿戴整齐，脸露兴奋之际高中生活，已不知不觉融入了我们的心，我们的生活，而成熟，自信再一次地带我们往前走.

也许老天有眼，对我们真不薄，第一天军训，便带来了好天气，也好让我们更努力地做好一切.

开始军训的时候，同学们都得兴奋，大家都得很团结，也许，大家都有了军训的经验，那才显得同学们的那种“吃得苦中苦，方为人上人”的精神，而我也深深地体验到出自教官的那句名言“先苦后甜”，因为我也努力过.

军训的过程中，有苦，也有甜，大家虽然口上都布满了怨言，但心里却深深地感激着教官，给我们带来的成熟.

一声雄伟的声音，都把同学们给驯服了，没错！我们就是要无条件地服从教官的任何命令，虽然教官给我们的印象是严肃的，但严肃之余，他也有积蔼可亲的一面，在军训时候，总是给我们带来笑声....

军训第一天，就给我的感触那么深，我也深深地体会到，原来，我们不再是小时候了，我们是未来，我们还要用我们的双手去创造一片新一天，而此时，我也透视了一些道理.

这个社会，如果你不能因某些小事而委屈一下.那么，社会容纳的便不是你，我们要学会自立，坚强也不要因小事面伤大稚，因为，我们的是不平凡的\'！

军训，感谢您！给予带来好的感觉.

军训

高一（10）班稚婉芳

“吃得苦中苦，方为人上人.”

所谓苦，不是味道的苦，而是体验军训的苦，每到一个阶段，就有另外一个“层次”.

在一个阳光明明媚的早晨，在东升高级中学举办了“xx年度军训动员大会”.在那时，大家都集中注意力听，并且收拾好“好动”的心情，准备迎接接下来几天的军训.

刚刚开始，就有学生喊苦，基本上每个班都是这样.

而我们却在与冯教员“交流”，他人可好了，平易近人，爱与学生讲笑，常常与同学们说话，但...军训一开始，他就“恢复”状态.十分认真，严肃的面孔，常常“逼”着我们，也令我们不可松懈.一到休息时间，他又与我们谈笑，这场面洋溢着师生之间那纯真的友情，也叫隔壁的学生向往.军训的严肃，严格，教官的响亮的指挥，在猛烈的阳光下晒，这就是体验军训的苦.要有坚强的意志力，顽强不息的精神，吃苦耐劳，才能克服它，最终取得了胜利.

苦，在于阳光猛烈，在于教官的严格，指定的动作，挺直腰背疼痛难耐，转左转右，脚也不听使唤，不可控制，在这几天的军训中，学习的不是这些，而是有吃苦耐劳，顽强意志的精神.

希望在未来，那精神不可磨灭，消失，也希望在会演时取得胜利，不辜负老师，冯教官那耐心的教导.

艰辛换来美好的回忆

高一（12）班黄桂梅

隔了三年，今天又开始军训了.今天早上，我怀着愉快的心情来到学校，今天是一个大日子，因为今天早上举行了一个一年一度的中学生军训动员大会.

大会上，参谋长给我们灌输了大量国防知识，使我们了解很多知识，也知道我国国防形势严峻，所以我下了个决心，就是要好好珍惜这次难得的机会.

今天下午，烈日当年，我们站在猛烈的太阳下军训，即使汗流脊背，也不放弃.当然，当做不好被罚的时候，我也想过放弃，但是想到艰辛过后，会有一段好像军人的生活可以回忆，这样我再也不想放弃了，在此，我要在向各位同学说：不要放弃，因为艰辛会换来美好的回忆.

**初一军训的感悟篇四**

刚从小学进入了初中，一听说要进行七天的军训，便有些让人毛骨悚然。想象中，军训充满教官的训斥;想象中的军训是紧张与艰苦的合奏;想象中的军训更是无常地响起那集合的口哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练……之后，据老师通知，由于教官们的不便，所以只军训三天。

军训的第一天，教官教我们练习立正。那时候才觉得立正并非那样十分容易做到的，尤其是对现在“娇生惯养”的我们来.在毒辣的烈日下，一动不动地站着，更不是容易的事。教官严肃的教导我们，使我们一直处于紧张之中，可是在休息时，教官那种温柔的态度，和对我们微笑着说话的话语，使我们憋在心中的紧张渐渐着落下来。

在军训期间，严肃的教官教我们学习了“立正”、“稍息”、“敬礼”等动作，起初还觉得军训是那样累，时间是那样漫长，可是不知不觉中，想法改变了。变得让我觉得时间过得那样飞快，总是在悄无声息中悄悄逝去了。在军训的最后的一个下午，我们初一十二个班进行了一次比赛，虽然只得了第三名，但我们已经尽力了。

军训虽然只有短短的三天，但教官那严肃的面容给我给我留下了深刻的印象;军训虽已结束，可每当我起步走、立正、稍息、向前对正时，我仿佛感到教官依然在我的面前。军训刚开始时，我认为军训也不过是做做样子，在教官的带领下走走步、训练训练，最后各班展示一下就算了。可是，很快我发现自己错了。因为教官和老师曾不止一次地对我们说，军训是步入中学时代的第一课，军训的目的不只是要教会我们立正和稍息等姿势，更主要的是要培养我们的自控力和良好的行为习惯还有严谨的学习作风，树立我们吃苦耐劳和团结协作精神，以便使我们在任何条件下，都能够端端正正地走好人生漫长旅途的每一步。

**初一军训的感悟篇五**

一晃，在学校的军训时光过去了，给我留下满满的\'回忆。其实军训是充实的，美好的，并不是我们所想的那么艰苦。军训，也成为了我人生成长中的一段重要经历。

在军训的这段时间里，我学到了很多。首先，我学到了可以一个人独自生活，不再依赖自己的爸爸妈妈。然后我学到了当一名军人应该会的一些基本知识；其次，我学会团结、坚强和坚持。在齐步走和跑步走的时候，我们应该团结一致，不能光顾自己，要顾到整个团体才行，坚强，在我们每天早晨都会跑早操，一跑就是20xx米，跑到最后两圈的时候我们都很累，有些同学坚持不住，可是大部分同学都在坚持，我也很想放弃，可是我想那么多同学都可以做到为什么我不可以？于是，我也坚持跑完了。

在那几天，所有人都在为了军训汇报表演而努力。

操场上回荡着我们的歌声，一听，便知道了，原来是我们在唱军歌。军歌没有那么优美的旋律，但它有豪迈的气势，更加强了我们的爱国情怀。

军训不仅让我学会了很多，还懂得了许多道理，军训在我的记忆中又翻过了一页，使我永远忘记不了这次的军训。

走入军训，才深刻体会到到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那应用挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。操场上教官严肃的口号声，同学的整齐的走步声和嘹亮的军歌声，不正式在演绎我们如梦的青春么在军训期间，校长和教官、总教官们经常对我们说这样一句话：掉皮，掉肉，不掉队。流血，流汗，不流泪！

是军训，让我们拥有战胜困难的勇气；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。

**初一军训的感悟篇六**

坚持，团结，成功，这三个有关系且密不可分的词语是成功的秘诀。

我们在骄阳地洒射下进行了初中第一次活动——军训。我们从从不会整理内务卫生到被宿舍收拾得一尘不染，干净整洁；从自私、娇气的“公主”“少爷”变成拥有军人高尚品质的初中生……这些大的甚至是翻天覆地的变化，证实了我们的成长。我们以坚定的意志练习了转体、蹲下起立、齐步的行进与立定等多项较难的动作。

坚持，这个词是成功的主要部分。上午及下午，头上顶着太阳，周围散布着炎热，全体同学站军姿时，有极少同学有小动作，甚至没有一个人乱动。汗水一滴一滴在我们额头上聚集，又从脸庞滑落，直到衣服湿透，却没有一个人去擦汗。在我们坚定的身姿中，体现的是顽强的毅力与昂扬的斗志。在蹲军姿时，一开始总有同学坚持不住，叫苦连天，但经过几天的训练，我们不但能蹲得规范，而且有些同学之前腿受过伤的，也没有叫一声苦地蹲着。太阳晒黑了我们的皮肤，但锻炼的却是我们的毅力和精神。我们的坚持让我们更加顽强拼搏，努力成长。

团结，是一个团队最重要也是最难能可贵的精神。我们每个中队，也就是每个班，都是从不识面孔、不认名字变成了一支有默契、懂得互相体谅、协作的一个整体。一切的动作只有所有人配合好才能整齐划一。我们最初总是配合不好，一旦失败就互相埋怨彼此，都认为没自己的事。而教官却教导我们该如何做齐，并配合好，几天后，我们这支队伍真正有了默契，转体及蹲下起立在跺脚就像是一个人完成的一样，只有一个和谐的声音。在齐步前进时，我们的步伐一致而又整齐，匀速前进。这一切的成果都归功于团结，当然也离不开教官和正副班主任的辛勤教诲。我们唱着《团结就是力量》，在这洪亮的歌声中，我觉得我们真正团结为力量。

成功，是前面一切努力与付出回报其的结果。我们的成功体现在最后一天的汇报表演中。12个班迈着铿锵有力的步伐向着到来的家长、学校领导汇报军训的结果。我们在自信、阳光与朝气中，带着脸上的笑颜，展现出自己最好的状态，展示出属于自己的青春年华。

坚持、团结、成功，这三个词语是军训最好的诠释，我们付出了汗水与艰辛，这个经历我永远不会忘记，而在军训过程当中获得的道理也将永远刻在我的心中。在以后的学习中，我会把这些道理融入进去，使我成为一名合格且更加优秀的初中生。

**初一军训的感悟篇七**

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢。”经过这次军训，我终于明白了这句话。团结的力量，是可以战胜一切的。

经过这三天的军训，我悟得了军人的毅力有多么地坚强！

刚开始，我认为军训只是苦、累、热编织而成的愁畅乐曲，任我怎样挥撒汗水也无法舞动成优美的舞曲。

难忘的三天，骄阳似火的三天，持续三天的艰苦训练：在烈日的暴晒下，使我很彻底改变了对军训的看法，虽然有教官的严格督促，虽然有步伐的艰难行走，但是依然能体会到其中的趣味，苦中寻乐，依然能够在汗水的背后微笑。

由于烈日的暴晒，我们的身上都留下了一个明显的标志――黑。虽然早已料到，但心里却无法接受这个现实，不过转念一想：“吃得苦中苦，方为人上人”晒黑了，也就证明我的确有下功夫，并没有偷懒或是滥竽充数。

军训结束了，连续三天的艰苦训练也一去不复返了。虽然这三天难熬了点，但对于我来说，仍有不少的收获，它让我重新认清了自我，让我认识到了自己的坚强与不屈，我也认识到了军人的素质。因此，我十分感谢这次的军训，感谢它对我的磨炼，感谢这三天的`一分一秒。

军训教会了我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的士气，那是军人的飒爽英姿；那骄阳下矗立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼。他们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般的坚强意志！

其实在人生道路上，即使到处布满了荆棘、泥泞、坎坷，也得去踩、去踏、去探索、去前进！

**初一军训的感悟篇八**

9月5日，那是一个特别的日子。因为从那天起我参加了xxx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！

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！

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！

“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！

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！

**初一军训的感悟篇九**

一星期的.军训终于结束了，经过这次的军训，我才发现初中军训的教官比小学的教官更严格了。

这个星期的星期一，我们的教官先教了我们立正的姿势，但是那些小学都学过，所以我认为那都没有必要吧……就这样，一个星期过去了，但是总体来说，这次军训的内容小学都学了。

这次的军训虽说都是些小学军训时学过的东西，但是这次的教官可是比小学的严过了。还记得那次我们班中有一两个说话的，被教官听到了，教官有些生气，罚我们全班做俯卧撑一百个。当我做了将近四十个时，全班有差不多三分之二的人都坚持不下来了，而我也快做不动了，教官看到，便改罚我们蹲半个小时，之后有一个说话的就加五分钟，我们那次差不多蹲了一个小时呢!

这次的军训不光是吃苦，也有好的收获。通过这次军训，我真正体验到什么是团队精神，比如一排一排的齐步走等，这都是需要团队合作的，如果不合作，而是各走各的，那么整个队形该是多乱啊!我还学会了要忍耐，因为对于一个军人来说最重要的就是要学会忍耐，这样会克服自身的心浮气躁的性格。

这一次的军训虽说很苦，但是也有不少的收获。

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