# 初中军训心得体会(优秀13篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-04-03

*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。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。初中军...*

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。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**初中军训心得体会篇一**

一周的军训在我们的努力中度过了，经过一周的训练，我懂得了许多。

在这一周内，我们学习了很多动作，如：“跨立、蹲下、齐步走、跑步走”等，这些动作看上去很容易，但是要做好，就需要做好每一个细节，掌握每一个细节，这样每一个动作才能合格。

教官平时对我们很严格，督促我们每一个动作;纠正我们每一个细节。他告诉我们 ：无论在什么时候、什么地点，都要把自己当做一名真正的军人来要求自己。我一定会把这句话铭记在心中，什么时候都要有一种非凡的精神和斗志。

一谈起军训，想必少不了“苦”这字了。要我说，这军训可是酸甜苦辣咸，五味俱全呀。

五天的军训让我们成长，让我们成熟，吃不饱，睡不好，就连个洗澡的好地方都没有，我想，这大概就是磨练人的地方吧。俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人”，的确如此。

烈日下，我们汗流浃背，却丝毫不动。一首《严守纪律歌》唱出了军人的作风，唱出了我们坚强的意志一次靠几滴水洗完的经历，洗出了军人的珍惜，洗出了我们对水的节约;一次拔河比赛，拔出了军人的团结，拔出了我们集体的精神。训练中，坚持乃我们心中的标志，千言万语，只为“坚持就是胜利”。

之前的我们是饭来张口，衣来伸手的小皇帝小公主，永远是呆在温室里的花朵。而如今，五天的军训将我们改变了，再也不依赖了，坚强，我们变得坚强了，变成石缝中顽强的野花，尽管环境多么恶劣，也能在其中锻炼自己，成长自己，正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，没有风雨，怎能见彩虹，没有苦的衬托，怎能显示甘的美丽。

于是，成长，蜕变，我们懂得了集体的力量，向往着集体带来的喜悦，记住“步调一致得胜利”，不再害怕五天里的日子。

落日将我们带到了9月16日下午，这一刻，真的好不舍。仰望，天好蓝好蓝，任白云自由地飘;俯视，水好绿好绿，任鱼儿自在地游。踏出了这里，告别了五天的军训，也许，泪珠早已在眼眶里打转，但我不让它落下，因为，在这里，我要坚强。

尝尽了酸甜苦辣咸，军训，就是这样，好似一瓶打翻的五味瓶。

**初中军训心得体会篇二**

大家好!

整齐划一的队列动作和协调一致的团体操表演，彰显出你们在15天军训生活中，付出了艰辛的努力，克服了常人难以克服的困难，取得了辉煌的成就，达到了预期的目的。

难以忘怀：15天来，教官们尽职尽责，言传身教。细致、耐心的指导示范，不厌其烦地纠正。与同学们建立了深厚的友谊，受到了同学和老师们的称赞和爱戴，成为全体新同学学习的榜样。

在此，我建议，让我们把最最热烈的掌声献给我们最可爱的教官们!

难以忘怀：辅导员老师问寒问暖，为体弱多病的新生送医送药。

难以忘怀：军训期间，同学们能以武警教官为榜样，严格要求，严格训练，不畏烈日暴晒，任汗水打湿衣衫，对每一个动作都认真领会，反复训练。做到队伍行列整齐，步调一致。尽管期间有的同学身体不适，但他们仍然咬紧牙关，坚持训练，保质保量地完成了军训任务。

同学们在军训中的表现，展现了我院10级学生的精神风貌，这是你们大学生活的一个良好的开端，我们相信，通过这次军训，对同学今后的学习和生活必将产生深远的影响。

学院为丰富新生的文化生活，举行了超级乐八点和飞扬的青春两场大型文艺晚会，为你们送去了快乐，给你们带来了美好幸福的祝愿。

为期15天的军训生活结束了，训练是短暂的，但影响是深远的。军训中所历练的集体主义精神，团结协作精神，吃苦耐劳精神，会在今后的大学生活中，以致你们的一生中发挥作用。希望同学们以这次军训为起点，牢记以下几点：

一、站直了，别趴下

你们是经过军训的人，你们是新时代的大学生，你们应该有钢筋铁骨，你们应该有顽强的品质和意志。严格的军训锻炼了你们。从现在开始，你们就应该有面对各种困难的精神准备和战胜困难的勇气。

二、把简单的事情做到极致就是伟大

严于律己，遵守《学生守则》和《学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，同学之间礼让谦和，言谈举止文明，积极参加社会实践活动和校内外各项集体活动，树立集体观念，做文明学生，争文明班级，建文明校园，让吉林科技职业技术学院因你们而精彩!

三、耐得住寂寞，才能守住生命得黄金

要珍惜四年的学习生活，珍惜青春的黄金时期，努力拼博、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己，把自己培养成为一名德才兼备的新时代大学毕业生!

同学们，让我们把最热烈的掌声送给我们的教官和辅导员老师，以及为我们军训取得圆满成功的所有工作人员，同时对你们表示最衷心的感谢!

最后，祝愿我们所有的同学在我院插上你们翱翔的翅膀，为我们辉煌的人生谱写华丽篇章!

谢谢大家!

**初中军训心得体会篇三**

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。

**初中军训心得体会篇四**

懵懂的时光悄悄流逝，转眼，初中的生活来临。

作为预备班的我们，平日里衣来伸手，饭来张口，却缺少了独立的能力。像是温室里的花朵，从寒假磕磕碰碰一路奔来，准备接受阳光的洗礼。

学校特地为我们准备了军训，办着 强健体魄，快乐塑形 的宗旨，提高我们的自身素质。刚开始军训的我们，对军训这个陌生而又熟悉的词颇感兴趣与憧憬。我认为，我们必须提高的不仅是那些军训的动作，更是培养对自身素质的提高。

四天的军训迎来了成果，将在这一刻 星期五里会操展示评比。

我们比平时还紧张。当轮到我们上场时，我的神经紧绷着。 1，2，1，1，2，1 教官喊着口号，依旧是那么的响亮干脆。没有一个人是嬉皮笑脸的，以严肃的身份对待这次会操。还是那几个动作，我们却格外整齐，格外认真，比以前都好 结束了，一切结束了，在这次会操结束，却在我们的记忆里烙下了深深的烙印。

多少次想过放弃，但对自己的目标，绝不轻易倒下!有时，应该对自己严格要求，即使再苦再累，也要坚持下去。这时候你就可以骄傲的说： 我做到了!

许多道理，我们都懂，但在这短暂的军训里，我豁然觉得，那些曾认为耳熟能详的道理，已经有了意义与诠释，但在军训中，我才赫然发觉领悟：一个人，可以不强大，力量小，但绝不能抛掉精神气质!集体里，即使你是微小的，但绝不能因此而不出力，因为，你是属于集体的，要归顺集体，学会团结。一份力量也许微不足道，但两份力量，三份力量 拼凑起来是强大的，要有团队意识!你的一言一行，一举一动，都代表了整个班级的形象!

别让在阳光下挥洒的汗水成虚无，有时，必须训练自己的毅力、体质与品德，脱离对别人的依赖感。想想自己的辛苦，再想想教官的不辞辛劳，让自己严肃对待，去迎接这些风风雨雨!因为在人生道路上，还有更多意想不到的磨难还在等你。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来 。让辛勤与努力，化作日后勇敢向前的坚韧力量，陪伴着我们，将这力量发扬到更大!坚强刻苦，永不言弃。

珍珠因贝壳的磨砺而光彩照人，我们的清纯也因为有了汗水的洗礼而变得坚韧。犹如那军中绿花般贞洁美丽。为自己鼓掌。

**初中军训心得体会篇五**

不知不觉中，初中的三年生活即将结束。回首回忆，最深刻的莫过于那段军训的日子。经历了一个月的艰苦训练，我深刻感悟到了军训带给我的身心启示。下面就让我来与大家分享一下我的军训心得体会。

首先，军训让我懂得了团结的力量。在军训过程中，我们不再是分散的个体，而是一个个互相依靠、协作的整体。无论是晨跑、拉横幅还是操场比赛，只有团结才能使我们发挥出最大的潜力。当我们排成整齐的队列向国旗庄严行礼时，我们不再是一群独立的个体，而是一个有着共同目标的集体。这种团结的力量，在日后的学习和生活中也同样适用。只要我们团结一心，不畏艰难困苦，就一定能战胜任何困难。

其次，军训让我懂得了严格的纪律。无论是整齐划一的队列行进，还是精准的集合手势，军训要求我们时刻保持良好的纪律意识。军训让我知道，纪律是一种约束，是一种自我要求和自我约束的体现。只有遵守规则，才能在一个大集体中保持秩序，才能更好地学习和工作。尤其对于我们学生来说，严格要求自己的纪律意识，不仅有助于我们的成长，也有助于我们更好地融入社会。

再次，军训让我懂得了勇敢和坚持。军训伴随着体能训练和军事技能训练，使我们时刻面对自己的内心和能力的挑战。有时候，训练任务很困难，我们可能会感到力不从心，但是我们不能轻易放弃。正是通过不断的尝试和坚持，我们才能够达到自己的目标。军训教会了我一种韧劲，让我敢于面对困难和挑战，不断提高自己的能力。

最后，军训也让我懂得了珍惜和感恩。在这个过程中，我们看到了许多为我们付出的人。辛勤的教官们和友好的战友们，他们默默地在背后默默地为我们付出。军训带给我们的不仅仅是训练，更多的是一种精神上的塑造和成长。我们应该珍惜这份付出，知道感恩并将这份爱传递下去。

军训让我体验到了很多，教会了我很多。团结、纪律、勇敢和珍惜，这些对于我们来说都是宝贵的财富。我相信，通过这段军训经历，我们一定能够成为更加自律自强的人。愿我们在今后的学习和生活中，时刻牢记这些心得体会，不断提高自己，为实现更大的目标不懈努力。

**初中军训心得体会篇六**

进入初中后，为期五天的军训结束了。这期间充满了喜悦，刻骨铭心，不甘在各种情绪的交汇中有一种说不出的味道。

第一天来到这个校园，开始军训的时候，我控制不住自己的情绪，心里像兔子一样，怦怦直跳。不仅紧张，好奇，还开心，开心。

当教官站在我们面前的时候，我很开心!我不能不开心，因为我觉得我可以马上军训，感受军训是什么样的。当教练教我们立正，稍息，踏步，踏步等。我们高兴得快要爆炸了!当时心里觉得无比自豪和自豪。

每一个动作，每个人都在认真做，努力做到最好，最准，最快。教官脸上的笑容是对我们最好的奖励，也是我们的期待!

阳光灿烂，我们不怕苦，不怕累，但我们依然坚持。汗水是我们努力和意图的见证。我们的笑声和口号永远萦绕在耳边，我们的脚步整齐而有节奏!

我们在阳光下长大，我们快乐，我们健康。我们爱阳光，爱温室，爱开芳香花朵的探索与静修。经历风雨后，我们一定会看到最美的彩虹!我们正一步一步向前迈进，创造更美好的未来!汗如雨下，万众一心，为了得到未来的荣耀!

我们有方向，有决心，有节奏，我们永远不会放弃!就是这次军训让我感受到了团结的力量，让我知道坚持就是胜利!

这次军训是为了锻炼我们的身体，磨练和洗礼我们的精神!

这些都让我们受益匪浅!

**初中军训心得体会篇七**

带着别致、梦想与苍茫，咱们走进了初中，迎候咱们的是为期五天的军训。咱们知道，军训不只仅是对身体的练习，更是对毅力的检测和磨炼。

在几天的军训里边，咱们学到了许多东西。记住咱们在军训中做的最多的一个姿态便是站立。在酷日灸烤的塑胶篮球场上，咱们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里边往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着咱们的脸颊流下来，咱们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，可是我知道，这是在练习着咱们的毅力，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一瞬间，再坚持一瞬间就可以的了，必定要坚持住。”在站立完毕后，我的心境总是很快乐的，由于我能靠着自己的毅力坚持到了最终。

正步是咱们学的很多姿态中最难，最累的。教官让咱们把脚踢到半空中止，然后逐个曩昔查看，发现有谁做的不对时会当即纠正。正步要走规整是件不简单的工作，因而咱们在练习时教官的要求特别严厉，每个动作都必须做到位，不然就会影响到整个部队的规整。所以每次练习完正步后，咱们全身都是湿透的了。

军训在辛苦练习之余，也有许多风趣的活动。例如拔河竞赛、拉歌竞赛等。在拔河竞赛上，咱们班虽然输了，但输赢并不重要，进程才是要害。在拔河中咱们学会了联合，学会了相互鼓舞加油，学会了尽全力去做一件工作，这才是拔河竞赛的真理。

时刻如流水般流去，五天的军训转瞬就成了回想。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感触便油可是生。确实，军训是很辛苦，但却辛苦得有收成，辛苦得有含义，辛苦得让人难忘。难忘咱们军训时的汗流浃背，难忘平常练习时严厉的教官和咱们恶作剧时的姿态，难忘在最终一天会操时咱们的卖力扮演，咱们都精力饱满地等待着汗水换来的效果，虽然最终并没有拿到第一名，但咱们仍是胜利者，由于咱们打败了自己！

军训已是固化的回忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要紧记武士风格，以铁的纪律来束缚自己，以钢的毅力来分配自己。只需懂得这样做，咱们才对得起每天在一旁陪咱们的教师，才对得起教官的不遗余力的练习，才对得起咱们自己挥洒的汗水！

**初中军训心得体会篇八**

初中生活即将进入新的阶段，每个同学都想要以积极的姿态迎接初中生活的挑战。为了适应新的环境，学校组织了一次为期一个月的军训活动，让我们以军人的标准来要求自己。对于许多同学来说，这是他们第一次接触到军事训练和军人要求，而对于我来说，军训不仅仅是一次锻炼身体的机会，更是一次了解自己、挑战自己、成长的机会。

第二段：坚持不懈的付出

整个军训过程中，我们从早晨的晨跑，到下午的阵地课目，再到晚上的点名列队，每一天都是如此紧凑而充实。军训不仅仅是锻炼身体，更是锻炼意志的过程。在高强度的体能训练中，我曾一度感到疲惫不堪，但我告诉自己要坚持下去，认真对待每一次训练，只有这样才能充分发挥自己的潜力。

第三段：培养了团队协作精神

军训中不仅培养了我们的个人意志，更培养了我们的团队协作精神。每天的集合训练中，我们不仅要保证个人表现，还要和其他同学形成紧密的协作，互相配合，让整个队伍的训练效果达到最佳状态。通过与其他同学的交流和合作，我逐渐认识到团队的力量是无穷的，只有携手合作，才能更好地完成任务。这种团队合作精神对我今后的学习和生活都有着重要的影响。

第四段：锤炼了意志品质

军训中最需要锤炼的就是意志品质。每一次雨天的操练，每一次体能训练时的酷暑，每一次漫长而无聊的站军姿，都是对我们意志品质的严峻考验。只有永不言弃，才能在这个过程中获得成长。我相信，只要我坚持不懈，不断努力，我一定能够战胜困难，取得优秀的成绩。

第五段：收获与感悟

经过一个月的军训，我收获了很多，也感悟了很多。我对自己更加有信心，我相信只要努力，就能够实现自己的目标。我学会了坚持到底、团结协作、自律自强，这些品质将在我今后的成长道路中发挥重要作用。军训不仅仅是对我们身体的锻炼，更是对我们意志品质的磨砺。我相信，这个军训经历将伴随我一生，使我更加坚强，更加自信。

以上是一篇关于“初中sitian军训心得体会”的连贯的五段式文章，通过描述我在军训中的成长和收获，表达了坚持、团队协作、意志品质等重要品质在军训活动中的培养和发展。军训让我更加自信，更加有毅力，我相信这些品质将对我今后的学习和生活产生积极的影响。

**初中军训心得体会篇九**

x天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。

在这x天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

有一次，宿舍一个同学流鼻血了，我们二话没说，立刻找纸给她止血。一个女同学把自己的枕头让给她，而自己却枕着毛巾被睡觉，这种友谊是什么都代替不了的。

“金屋银屋，不如我们的温馨小屋”，这句话是我们的宿舍密语，别人很羡慕我们，因为我们相处得温馨、融洽、快乐呀！我相信我们的友谊一定会地久天长的！

这次军训让我受益匪浅，我们高歌：“阳光总在风雨后，请相信有彩虹，风风雨雨都走过……”

短暂而又紧张的军训已经结束了，回顾其中的点点滴滴，让我感到精彩而充实。

此时此刻，当我执笔写下这短短x天的军训感触时，深知自己不仅仅是健壮了体魄、增强了国防意识、提高了政治素质，更加是受到了一次心灵上的深刻洗礼，磨练了自己坚强的意志，培养了健康向上的心态，增强了团队意识和组织纪律观念。这也是我在军训中所获得的最宝贵的财富。在这x天军训时，严格按照要求，准时训练，过着标准的军事化的生活。以饱满的政治热情，积极的学习态度投身到军训中去。通过实际军事训练，磨练了我的意志品质，培养了艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风，增强了战胜困难的信心和勇气。只要我们保持坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

曾经，我们一起欢笑、流泪。今天，我们一起经历风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接中行绚丽的彩虹。

在xx的生活中军训是一个不可少的项目，在太阳下挨晒也是不可少的，可在军训得这7天来你又获得了什么呢。在军训期间，大家一定都晒黑了吧，在烈日之下汗水顺着发梢滴落，嘴唇开始干燥，我们顶着炎炎的夏日，一个个站着如同坚韧的竹子，任有汗水下滑到脖子。我们却一动不动，在军官的腰带的威胁下我们都练出坚定的意志和不屈的信念，而转眼间，x天的军训生活要和我们说再见了，在这x天里，在这x天里，我们曾哭过，也曾笑过，在这x天里。我们真正的向成长迈出了一大步。

在这里我先要感谢辛勤教导我们的教官，和顶着炎炎夏日鼓励我们的班主任是他们让我们7·5班获得了辉煌，谢谢你们。加油。

通过x天的军训，我学到的东西真不少。不仅体会到当一名军人的不易，也感受到了集体的温暖，团结的力量。当初枯燥、压抑的感觉也一去不复返了。因为我变得敢于挑战自我，战胜自我了，做任何事情也都充满了自信。站军姿锻炼了我的耐力；练习正步锻炼了我的意志；学唱军歌对我进行了深刻的教育。这一切使我懂得一分耕耘，一分收获。但要做到最好，努力和方法缺一不可。

针对自己的情况，我总结了一下经验：首先教官教的动作要领要记熟，训练的时候，姿势要标准，养成整齐划一的习惯。

我将在感受军训酸甜苦辣的基础上，享受苦中至甜的人生乐趣。相信这将是我一生中最难忘的日子！雨过天晴的空中出现了一道绚丽的彩虹，仿佛在为我们鼓励加油。相信吧，坚持就是胜利！

**初中军训心得体会篇十**

第一段：军训带给我的磨砺和成长

初中的军训是每个人成长路上必经的一段历练，对于我来说更是刻骨铭心的记忆。其间，我经历了体力的磨砺、意志的考验和团队的合作，收获了成长与自信。在这段军训中，我学会了坚持，学会了奉献，更学会了如何成为一个合格的团队成员。这些宝贵的经验和感悟将伴随我一生，影响和帮助我面对更多的挑战。

第二段：体力的磨砺

军训让我切身体会到了体力的重要性。每天早晨，黎明前的操场上，我们就要接受严格的晨练，跑步、做俯卧撑和仰卧起坐等一系列的训练项目。刚开始时，我感到肌肉酸痛、透不过气来，但是我知道，只有坚持下去，才能锻炼好自己的体魄。晨练过后，我感到自己的身体变得更加强健，每天的精力也更加充沛。通过这段时间的体力训练，我不仅增强了体能，也养成了良好的锻炼习惯。

第三段：意志的考验

在军训中，最让我觉得困难的是长时间保持站立，特别是炎热的夏天，烈日当空，让人感到汗流浃背。而我们在军训时，往往需要长时间地保持正立的姿势，不允许稍微歪斜一下。开始时，我无法忍受脚痛、脚麻，想要解脱出来，但是指导员严肃的眼神和语言让我明白，在军训中，严格的要求是必不可少的，只有经受住考验，才能真正锻炼出意志力。通过这段时间的训练，我学会了控制自己思想的力量，使自己更加坚强和不服输。

第四段：团队的合作

军训中，我们每个人都扮演着一个角色，整个队伍需要紧密地协作才能完成任务。只有大家齐心协力，互相支持，才能胜利克服困难。在接受新技能训练时，我们需要互相帮助，共同进步。在进行队列训练时，我们需要默契地配合，保持队列的整齐划一。每当看到队伍整齐，步伐一致地行进时，我感到一种强烈的自豪感。通过与队友们的合作，我明白了团队的力量，只有团结合作，才能实现更大的目标。

第五段：成长与自信

军训让我不仅在体力上得到了锻炼，更重要的是在性格和自信上的提升。通过每天坚持的锻炼，我感到自己的身体逐渐变得强壮，自己的意志变得更加坚定，自己的心理也变得更加坚韧。在整个军训过程中，我克服了许多的困难和挫折，从而打下了不怕困难、锲而不舍的勇气。我明白了成长需要付出，只有勇敢面对并攀登高峰，才能成为更好的自己。

军训是初中生活中一次宝贵的经历。通过这段时间的军训，我深刻体会到了磨砺和成长的力量。体力的磨砺让我更加强健和有活力，意志的考验使我更加坚韧和不服输，团队的合作让我明白了团队的重要性，而成长与自信则是我在这段经历中最重要的收获。这段军训经历不仅让我进步，也塑造了我对未来的渴望和自豪。

（1171字）

**初中军训心得体会篇十一**

今天是我首次离开父母出远门的日子，虽说是初中生，逐渐走向自立，但总会有那么一份的不舍得，这也是我向往的锻炼自我的好机会。

我与七十多位小学生一同参加了有\"五邑小记者协会\"举办的军训活动，训练地点是广州市黄埔区的风水宝地——长沙岛上的\"黄埔青少年军校\"。

5月6日-7日,我们进行了为期2天的军训活动,也拉开了我们培训生活的序幕,在这2天的军训中，我们白天练习了停止间转法、蹲下与起立、行进与立定等基本内容，晚上进行了拉歌比赛，军训结束后还进行了会操表演，训练是辛苦的，尤其是在大家很久没有这么长时间训练的情况下，但是从军训中我感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，当我们一同拉歌时，我感受到集体的温暖，从铿锵的歌声中，我体会了奋进的快乐。2天,是一个很短的时间段,它不是足以改变一切。2天,又是一个很长的时间段,它足以使一个团体成员之间产生深厚的友谊。人与人之间的交往不在与时间的长短,而在与我们是否用心去对待。

在车上大家有说有笑，有个胖子还总爱抢麦克风，可总是抢了又不会作答，使我记住了他——胖子。

到了军校，我被分到第二排第四班。在军校，哨声就是命令，我们必须服从。

午饭时，我们学到了军人进食的步骤，大概是初来报到，大家都很不习惯，不过在教官一再批评后，大家都进入状态了。那些菜就当然没有家里的好吃，但是你不吃就得挨饿，大家当然是硬着头皮吃啦。

午休后，我们到军校内训练。我们先乘座了水陆两栖坦克。看大家都挺愉快的，可没想到后面是多么的\"可怕\"。

之后我们开始操练，学习军人的`立正、转身、敬礼……你别以为这是件容易的事情，不断反复地操练，真是挺辛苦的。可这，这是\"可怕\"的开始。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质?想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧!有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

晚饭后，我们要洗澡、洗衣服，这可是件苦差事。洗澡是小菜一碟，可说到洗衣服，呵呵，别说他们，连我这个初中生都被弄得手忙脚乱。这是我首次独自洗衣服，洗刷后的衣服确实不怎么干净，可经过这次\"实战\"，相信明天将有所进步。

最后就是整理内务，在教官的精心指导下，大家开始自己动手，分工合作，完成内务工作，这不正是自立与团队精神的表现吗。

原本、是一个晴空万里的早晨。但在我心中，就像是晴天霹雳。

带领我们初一(2)班的教官，他叫翁教官(注：\"翁\"是第三声)。总教官在讲台上讲完话之后，每个班都到指定的位置上训练。我们跟着翁教官来到了篮球场..整理好队伍，便开始训练了。

第一天，他先教我们站军姿，必须不能动。在那炎炎的夏天里，在那\"可爱\"的太阳公公底下，站了多少时间，我不知道。我只知道那时间过的特别的慢。我正视前方，汗水一直在我身上流下。渐渐的，我感觉脚底下很热，快要着火似的..终于、可以活动了。我赶紧擦了身上的汗水。\"10、9、2、1、停\"虽然教官给我们10秒的活动时间，但其实3秒也不够。

你要知道、其实坐着没比站着好多少。地上有蚂蚁，而且地面上又热。有时候，口渴了也不能喝水，因为一喝水就会流汗。水壶放在那里，原本的凉水，被太阳晒得都变热水了。其实，这位翁教官也不是整天摆着个脸的嘛。。休息的时候，他有时会和我们开着玩笑，感觉也挺幽默的。但一严格起来，可不是一般人能想象的!

…………

我幸运的考入了育才实验学校。进校的第一周，我们就参加了学校举办的纪律作风课，课程持续三天。正是在这三天里，我发生了很大的变化，五班也发生了很大变化。

我清楚的记得那两天……

果然、老天没有辜负我们。初一(2)班得了二等奖。虽然..这个成绩并不是最好的，但是也不错了。证明这几天的汗水没有白费...我很开心，因为这也意味着终于结束军训了。我们和教官照了相，当作是留念吧。

**初中军训心得体会篇十二**

初中作文军训心得体会

初中阶段是人生中的重要阶段，意味着我们离高中进军一步之遥。为了增强学生们的纪律意识、团队意识和体能素质，许多学校都会组织军训活动。参加军训的这段时间，我深受启发和成长。下面，我将分享我的军训体会。

首先，军训教给我要爱护和珍惜自己的身体。军训期间，我们每天一大早就要做各种晨练，比如操场上的跑步、太极等。最初，我总觉得这些晨练有些难度，不过随着时间的推移，我逐渐适应了并且越来越享受其中的乐趣。通过这些晨练，我明白了保持一个健康的身体是多么重要。只有拥有健康的身体，我们才能更好地学习和生活。

其次，军训教给我了严守纪律和团队合作的精神。在军训中，纪律是最重要的。我们必须严格按照规定的时间进行各项活动，比如集合、训练、休息等。如果违反纪律，就会受到惩罚。通过这些纪律的约束，我学会了自律和遵守规则，成为一个守纪守法的好学生。此外，在军训中，团队合作也是至关重要的。尤其是在操练中，每个人的动作都需要保持一致，我们必须相互配合，齐心协力才能完成训练动作。通过和同学们的合作，我懂得了集体力量的强大。

军训也让我看到了自己的不足，并且激发了我努力改进的动力。在军训过程中，我们经常要进行体能训练和操练，这对身体的耐力和柔韧性提出了很高的要求。刚开始时，我感到身体吃不消，训练时总是落后于他人。然而，我没有气馁，我看到同学们的努力和进步，我也下定决心要迎头赶上。于是，我更加努力地训练，尽量多参与课余运动，提高自己的体能素质。最后，我终于取得了一些进步，这让我深感满足和自豪。

最后，军训不仅仅是逼着我们锻炼身体，更是培养了我们独立思考和解决问题的能力。在军训中，我们经常参加一些任务和讨论活动。通过这些活动，我们不仅能够提高自己的观察力和分析能力，还能培养我们的团队合作和沟通能力。特别是在任务执行过程中，我们要根据实际情况，独立思考并提出解决方案。这些让我明白了独立思考的重要性，也培养了我的解决问题的能力。

总的来说，初中军训是一次锻炼自我的好机会，对于我们提高纪律意识、团队合作精神等方面都有着重要的意义。通过这次军训，我明白了身体健康的重要性，学会了遵守纪律和团队合作，同时也看到了自己的不足并积极改进，培养了独立思考和解决问题的能力。我相信，在接下来的学习和生活中，这些经历将对我有很大的帮助。

**初中军训心得体会篇十三**

作为一名初中生，军训对我来说是一次难得的锻炼和成长机会。通过这几天的军训，我收获了很多，不仅仅是体能的提升，更是性格和意志的锻炼。以下是我的军训心得体会。

第一段：军训初体验，遇到的困难和挑战

刚开始的时候，我觉得军训很艰苦，因为我们要每天早起，跑步和做各种训练。一开始，我感到非常累，无法适应这种高强度的体育锻炼。而且，军训的纪律要求也让我感到吃力。我们要井井有条地排队、整齐划一地走动，这对于平时没有太多纪律要求的学生来说是很大的挑战。

第二段：逐渐适应，发现自己的潜力

随着时间的推移，逐渐地，我发现自己的体能和纪律都有了很大的提升。尤其是在第二天的晨跑中，我第一次感受到了跑步的乐趣。虽然很辛苦，但坚持下来后，我感到非常充实和快乐。通过军训，我发现自己的潜力比想象中要大很多，只要努力去做，就一定可以做到。

第三段：培养团结和合作的意识

参加军训让我明白到一个军队的力量来自于团结和合作。在各项训练中，班级里的同学们要互相搀扶，互相配合完成任务。只有团结一致，我们才能更好地完成任务，取得更好的成绩。在这个过程中，我学会了倾听他人的意见，更加尊重并信任队友。这样的团队精神不仅在军训中有用，而且在日后的学习和工作中也非常重要。

第四段：锻炼意志和坚韧的毅力

军训是对意志和毅力的一次考验。在面对长时间的体能训练和严格的纪律要求时，我必须要有坚强的意志去克服困难和疲劳。有时候，我觉得已经没有力气再跑下去了，但是正是这种时候，我不得不鼓起勇气，坚持下去。通过这样的锻炼，我相信我可以更好地面对未来的困难和挑战。

第五段：军训给我带来的成长和收获

通过这几天的军训，我不仅锻炼了体能，还培养了纪律和团队意识。我学会了更好地坚持和努力，发现了自己的潜力和坚韧。军训不仅仅是一种体育活动，更是一次对个人意志力和毅力的磨砺。这次军训的收获将伴随我一生，让我在以后的学习和生活中更加坚强和自信。

在初中SITIAN军训的几天里，我经历了很多，也受益匪浅。军训让我学会了坚持、团结和合作，锻炼了意志和毅力。这些都是我在成长中必不可少的品质，我相信这次军训对我以后的发展和学习将有着深远的影响。我感谢这次军训给予我的锻炼和成长机会，也希望可以继续通过这样的体验不断提升自己，成为一个更加优秀的人。

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