# 初中军训的心得体会(通用14篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-05-27

*当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么你知道心得体会如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。初中军训的心得体会篇一初中生活是人生中重要的一段时光，而军...*

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么你知道心得体会如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**初中军训的心得体会篇一**

初中生活是人生中重要的一段时光，而军训则是初中生涯中最难忘的部分之一。军训期间，我们第一次体验到了严格的军事纪律和步伐，第一次感受到了汗水淋漓的辛劳和磨练。虽然初中生的军训只是简短的几天，但它给了我们许多宝贵的经验和收获。

第二段：挑战自我，建立信心

军训过程中的艰辛让我们体验到了挑战自我的乐趣。紧绷的步伐和千万元明的眼神，要求我们时刻保持警觉和专注。一次次的跑步和体能训练，让我们的体力得到了锻炼和提升。在面对各种困难和压力时，我们学会了相互鼓励和支持，建立起了坚定的信心。这些经历不仅帮助我们超越了自我，也让我们在将来遇到困难时能够更加坚定和勇敢地面对。

第三段：团结协作，培养集体意识

军训中的集体训练让我们明白了“团结就是力量”的道理。每个人都要按照规定的队形和动作行进，其中一个人做错都会影响整个队伍。因此，团队合作和协作能力变得尤为重要。我们相互帮助和配合，一起努力突破自己的局限。在训练中，我们懂得了要尊重每个人的努力和付出，明白了只有大家一起努力，团队才能够更好地协作，最终取得胜利。这不仅在军训中有用，也会在我们以后的学习和工作中起到重要的作用。

第四段：自律和坚持，塑造品格

在军训中，我们要按时起床、按时就餐、按时休息。我们要保持晨练和晚自习，还要遵守各种规定和纪律。这让我们养成了良好的自律习惯和坚持不懈的毅力。当我们能够按时完成任务并且达到军事纪律要求时，我们会有一种成就感和自豪感。这种自律和坚持的精神会伴随我们一生，帮助我们克服困难，追求目标，塑造完善的品格。

第五段：感恩和思考

军训是我们初中生活中的重要一环，它让我们成长，让我们变得更加强大。在此，我们应该感谢老师们的辛勤付出和教导，感谢班级的支持和团结。同时，我们也要思考如何将军训的收获运用到实际生活中。我们可以在以后的学习和工作中更加专注和坚持，树立正确的人生观和价值观。我们可以在面对挫折和困难时，勇敢面对，不轻易放弃。我们可以用军训的经验来培养自己的领导能力和团队合作意识，为未来的发展打下基础。

总结：

初中军训不仅是锻炼肌肉和体能的机会，更是锤炼意志和品格的过程。通过军训，我们学会了挑战自我，建立信心；学会了团结协作，培养集体意识；学会了自律和坚持，塑造品格。这些经验和收获将伴随我们一生，让我们更加坚强、自信。我们应该感恩于军训带给我们的成长，思考如何运用所学，在未来的道路上追求卓越。

**初中军训的心得体会篇二**

军训生活有苦有乐，让我懂得了很多东西，概括为六个字：忍耐、坚持、服从。军训生活让人与人之间的距离从比较纯真的一面反映出来。

军训这七天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。

给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了七天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生(严以用权学习心得体会)活的一个侧面，叫人受益非浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。

军训生活将作为记忆中的一抹绿色永远留在我的脑海中。坚持、奋斗、团结这些曾经陌生了许久的东西也因而回到了我的生活中。感谢军训，我会永远记得。

**初中军训的心得体会篇三**

军训对于我们初中生而言，是一次很重要的经历。它不仅能够让我们学习到一些军人的纪律和作风，还能够培养我们的意志品质，锻炼我们的身体素质。在军训过程中，我深刻地体会到了团结协作的重要性，学会了坚持和奋斗。通过这次军训，我成长了不少,给我留下了深刻的印象。

首先，在军训过程中，我明白了团结协作的重要性。在军训的各个环节中，合作是必不可少的。我们需要共同完成各种任务，互相帮助和支持。比如，在队列训练时，每个人要注意保持队形的整齐划一，一个人的松懈就会影响整个队伍的形象。在这个过程中，我意识到了个人利益的次要性，团队利益才是最重要的。只有大家团结一致，互相配合，才能够更好地完成任务。

其次，在军训中，我学会了坚持和奋斗。军训期间，天天早起，朝九晚五的训练使我们感到十分辛苦。但是，在这样的环境下，我意识到了坚持的重要性。有一天，我感到身体很疲倦，想要放弃。但是，当我看到其他同学依然坚持训练时，我下定决心不能退缩。我告诉自己，只有在面对困难时，坚持下去，才能赢得更大的进步。因此，我努力保持坚持和奋斗的精神，不畏惧困难，向每一次挑战发起进攻。

再次，在军训过程中，我对军事技能有了更深的了解。在队列训练、射击训练等环节中，我们接触到了一些军事技能，使我对军人的专业素质有了更直观的认识。我了解到，一个军人除了要有良好的体能素质外，还要具备严谨的纪律和不畏艰难的意志。通过模仿和练习，我渐渐掌握了其中的一些技能，这对我未来的发展会有很大的帮助。

最后，在军训中，我体会到了自我管理的重要性。军训期间，我们要按时完成各种任务，不仅要保证身体素质的训练，还要注意个人的卫生和睡眠。这就要求我们具备良好的自我管理能力。我通过自我要求，合理安排时间，做到按时完成任务。只有这样，我们才能够更好地利用时间，更好地完成任务。

通过这次军训，我深刻地体会到了团结协作的重要性，学会了坚持和奋斗，对军事技能有了更深的了解，并认识到自我管理的重要性。这次军训不仅是锻炼身体的机会，更是培养意志品质和培养团队精神的机会。我将永远铭记这次难忘的经历，将军训所教给我的东西带到未来的学习和生活中，为自己的成长努力奋斗！

**初中军训的心得体会篇四**

抬着头，挺起胸，眼中放出坚定的眼神。坚持、坚持、再坚持是我们心中的信念。我们的脚步随着时间的推移渐渐麻木、酸痛，阳光洒在我们的脸上，汗滴流下来，一行，一行……数不清……如果要问如何坚持下来的，那是心中的一份信念“服从，坚持”。军训的苦默默转化成自豪。

中午，我们站着军姿，教官的加强训练使我们压不过气来，心中有着埋怨、生气，但还是服从，这是我们的使命，也是我们的责任。“加油、加油、加油!”教官说得好，“只要你有一次放弃，那就会有无数次放弃。”所以我们坚持、坚持、再坚持。不论是军训还是未来的生活，不能轻易放弃，一定要坚持。

军训，一如往常，起床，集合、吃饭……

军训集合时，发布了一个消息，它如同炸弹般在每个班中炸开了——站军姿30分钟，这对大部分同学来讲无疑是一次巨大的挑战。

刚开始，我还能勉强应付，可以支撑着，渐渐地，体力慢慢透支了，双腿仿佛注了铅一样，无比沉重。“停——”原地休息。听到这个声音，全班同学如同脱了缰的野马，捶脚的捶脚，坐下的坐下，个个苦不堪言。

“起立”，又一轮磨难开始了……

夜晚,躺在床上，双腿依旧很疼,回想军训时的汗流浃背，烈日下的站立，我不由地想到课堂上的舒适。军训是辛苦，也欢乐，苦中作乐嘛。

突然明白，身处安逸生活的我，永远不明白烈阳下的苦与累。无论往后的学习或是今后的工作，军训已经教给了我什么叫坚持和毅力。

**初中军训的心得体会篇五**

军训作为一种特殊的训练方式，旨在加强学生的纪律意识、集体荣誉感和团队合作精神。在我初中生涯中，经历了一次军训，我深深体会到了军训对我们个人成长的重要影响。通过参与军训，我懂得了纪律的重要性、团队协作的价值以及应对困难的勇气。以下是我在军训中得到的一些心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。军训中，在教官的指挥下，我们必须按时起床、整齐列队、按规定的动作进餐等等，每个动作都需要我们保持高度的纪律性。这种严格的纪律让我明白了纪律对一个团队和个人的重要性。只有在纪律约束下，我们才能够在有序的环境中提高效率，同时也能够培养出自律能力，更好地面对生活中的各种困难。

其次，军训让我认识到了团队协作的价值。在军训中，我们需要团队协作完成一系列的训练任务，这要求我们相互配合、密切合作。没有良好的团队协作，无法完成训练任务。在集体中，每个人的力量都是不可忽视的，只有相互合作才能够发挥出最大的功效。在和同学们紧密配合的过程中，我深刻体会到团队协作的力量，而这种团队协作能力对于我们未来的学习和工作中也有着重要的价值。

再次，军训让我学会勇敢面对困难和挑战。军训中我们经常会遇到身体上的辛苦和精神上的压力，例如长时间的训练、高强度的体能训练等。这些困难和挑战既是对我们体力的考验，也是对我们意志品质的锤炼。通过经历这些挑战，我懂得了在面对困难时要保持积极向上的心态，要勇敢面对困难，坚持到底。只有勇敢面对困难，才能够突破自己的局限，不断进步。

最后，军训不仅让我得到了体能上的锻炼，还培养了我的组织能力和领导才能。在军训中，我们经常会被安排成为小组长，负责组织和管理自己的小组。这一经历让我明白了领导的重要性，并提高了我的组织和领导能力。通过带领小组完成训练任务，我学会了如何分配任务、推动团队进步，同时也培养了我的责任感和团队意识。

总而言之，军训对我来说是一次宝贵的经历。通过参与军训，我懂得了纪律的重要性、团队协作的价值以及勇于面对困难的勇气。同时，军训锻炼了我的体能，培养了我的组织和领导能力。这些都对我个人的成长和未来的发展有着积极的影响。对于我来说，军训不仅是一次身体力行的训练，更是一次综合素质的培养。我相信，通过这次军训的经历，我将成为一个更加优秀和自信的人。

**初中军训的心得体会篇六**

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的中学。

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在 站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利!

在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，\"功夫不负有心人\"我们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

**初中军训的心得体会篇七**

最近，即将进入初中的我经历了一次难忘的军训。在这场为期两周的军训中，我深刻体会到了训练的艰苦和军人的辛劳。而且，通过军训，我也收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：适应困难

刚开始的几天，我发现跟不上纪律和队形，还常常流汗流泪。可是，教官并没有嘲笑我，反而通过耐心的解释和示范帮助我逐渐理解。同时，教官还教我们如何分配时间、如何克服适应困难。随着时间的推移，我逐渐适应了军训的节奏，也变得更加自信和坚强。

第三段：纪律严明

通过军训，我发现纪律是一个集体的生存和发展的重要保障。我们每天要严格按照规定的时间落实各项任务，服从命令，互相照应。即使在严峻的气氛下，每个人都忍受，始终保持着秩序。在军训中，我也牢记了“纪律是要全体人遵守的”，并强化自己的纪律性，将这种习惯带回日常生活和学习中。

第四段：集体荣誉感

在排练的时候，我们每人都要尽心尽力完成自己的任务，而且协调团队。在完成任务的过程中，我们发生了巨大的默契并且士气鼓舞。每个人的努力确保了我们的整体表现。当我们最终展示出优秀的表现，获得了教官和其他学生的夸奖，感觉就像整个团队共同荣誉的体现。军训不仅增强了我的个人自信，还提升了我对集体荣誉的理解和认识。

第五段：总结

通过这次军训，我感受到了许多成长和收获。我认为，军训不仅仅是在训练我们纪律和勇气，也锻炼了我们的毅力和耐力。在与队友和教官密切配合和合作的过程中，我懂得了人与人之间志同道合的意义。我相信，我将在将来的学习和生活中运用到军训中学到的经验和技能，让它们更好地服务于自己和社会。

**初中军训的心得体会篇八**

军训是每一个初中生都会经历的一段重要时光。回顾这段时间的军训生活，我深有感受，收获颇多。通过这次军训，我不仅学会了如何严格要求自己，还掌握了很多实用的军事知识和技能。我相信，这次军训经历将对我的成长产生深远的影响。

第一段：军训初踏军营

军训从我走进训练场的那一刻开始。初到军营，我被严肃庄重的气氛所惊吓，内心也充满着对未知的恐惧。但随着教官一声声响亮的口号，我们整齐的步伐迈着，我渐渐感受到了集体的力量。在这段时间里，我们经历了严格的体能训练和军事基础知识的学习。无论是高强度的跑步训练，还是繁琐的步伐操练，我们都在教官的悉心指导下一遍遍地练习，只为了更好地完成任务。逐渐地，我发现自己的体力和耐力也在不断提升。军训第一步，让我懂得了集体的力量和自我超越的重要性。

第二段：严格要求塑造品质

在军营的生活中，我深感到了军人的严格要求。教官严格要求我们必须按照统一标准行动，一丝不苟地完成每一项任务。军训中，我常常陷入了疲乏与苦恼中。但是，教官的耐心鼓励和同学们的互相支持，让我坚持了下来。在军训过程中，我学会了正确认识自己，找到了提升自己的方法。通过严格要求塑造的品质，我培养了敬业精神、坚韧不拔的毅力和团队合作的能力。这些品质将不仅会让我在学习中取得好的成绩，而且也将对我未来的人生产生深远的影响。

第三段：军事知识学习开拓眼界

在军训中，我们学习了许多实用的军事知识。从如何穿军装到如何使用军器械，从行军部署到战斗术语，这些知识的学习为我开拓了眼界。在课堂上，教官不仅让我们了解了军队的组织体系和军事文化，还通过实际操作让我们掌握了军队常用军事技能。这些知识不仅能让我们更好地适应军营生活，同时也提高了我们的安全意识和应对突发情况的能力。学习军事知识让我们明白了军人的责任和担当，更加珍惜和感激我们的国家和军队。

第四段：团队合作思维培养

军训生活让我们深感团队合作的重要性。在集体活动中，我们需要与队友共同完成任务，需要相互配合和沟通。通过多次组织活动，比如搭建帐篷和进行战术演练，我逐渐学会了团队中的协调和配合。学会理解和包容，尊重和倾听他人的意见是团队合作的重要组成部分。团队合作的成功离不开每个人的付出和努力，只有齐心协力，相互扶持，我们才能取得最好的成果。

第五段：军训收获一生受用

通过这次军训，我不仅增强了体魄和毅力，还收获了自信和勇气。军训锤炼了我的意志，让我明白了只有坚持不懈才能取得成功。同时，我也增强了对爱国主义和军人的敬仰之情，更加珍惜和感激我们的国家。军训是我人生道路上的一次重要经历，我会将这段宝贵的经历和收获铭记于心，并在以后的学习和生活中，将其付诸于实践。

军训是一次锻造意志、培养品质的宝贵机会。通过这次军训，我不仅学到了课本之外的知识，也领悟到了人生的真谛。我相信，这次军训心得体会将对我的未来成长产生深远的影响。

**初中军训的心得体会篇九**

军训，作为每个初中生都要经历的一段时光，伴随着炙热的夏日而来。经历了几个星期的训练，我深深地感受到了军训给我带来的成长和收获。下面，我将从心理、体力、团队合作和自信四个方面，总结我在军训中的心得体会。

首先，军训让我从心理上得到了成长。一开始，面对残酷的训练，我感到无所适从，内心充满了恐惧和不安。但是，随着时间的推移，我逐渐学会了调整自己的心态。在军训中，我们要保持良好的心态，积极面对训练的困难。通过各种艰苦的训练，我逐渐克服了自己的惰性和优柔寡断的问题，学会了坚持和不轻易放弃。军训让我变得更加坚强和勇敢，这种心理上的成长将伴随我一生。

其次，军训提高了我的体力水平。在军训中，各种体能训练如跑步、爬绳、仰卧起坐等不断进行，每天的训练让我感到筋疲力尽。然而，正是这些训练，让我的体力得到了极大的提升。通过多次跑步，我逐渐增加了我的耐力和速度；通过多次力量训练，我的力量和爆发力也有了明显的进步。除了身体素质的提高，军训还锻炼了我的毅力和坚持不懈的精神。在面对体能训练的艰辛时，我学会了坚持到底，不轻易放弃。这些体能和心理上的提升将成为我未来取得更大成就的基石。

另外，军训加强了我与同学之间的团队合作意识。在军训中，我们时常进行队列训练和协同运动，要求我们保持整齐划一的队形和默契的配合动作。在这个过程中，我们需要相互合作，互相提醒和帮助，只有团队齐心协力才能完成训练任务。通过与同学们相互配合，我学会了倾听和尊重他人的意见，也学会了去关心和帮助他人。通过团队合作的训练，我明白了一个人的力量是有限的，只有团结一心，才能取得更好的成绩。

最后，军训让我变得更加自信。通过军训，我在自己的能力上获得了极大的提升。在军训中，每个人都得到了公平的机会来展示自己的能力和潜力。在训练过程中，教官们不断地鼓励和称赞我们的进步，这让我们对自己的能力充满了信心。同时，我们也会在训练中获得一些个人成就感，比如突破个人的最佳成绩、完成高难度动作等。这些成就加强了我对自己的信心，并激发了我努力不懈的动力。通过军训，我明白了只要有恒心和自信，就能攀登到更高的峰顶。

总之，军训是一次独特的体验，给我带来了很多收获。通过心理、体力、团队合作和自信这四个方面的成长，我逐渐实现了自身的提升和成长。我相信，这些经历将成为我未来成长的力量源泉，让我更加坚定地面对生活的挑战。

**初中军训的心得体会篇十**

很早以前，我就听过了“军训”这个名词。我告别了缤纷灿烂的小学生活，迎来了焕然一新的初中之旅。我以前的同学都说军训很辛苦，然而，我却不这样认为。我暗暗的想：幼苗不经过暴风雨的洗礼怎么会茁壮成长?溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。先是全体七年级同学一起参加一个军训仪式并认识各个班的教官，我们七三班的教官是一个皮肤黑黑的而又是一个表面看起来很和蔼实际挺严格的一个人，随后我们又跟随教官来到操场。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀!可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直，两手……”

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训最后一天，汇操表演。先是一班的表演，我们看了都感觉我们班的最差劲，那些男生还在说什么我们班肯定是最后一名。不一会儿，就到我们了，我们在一声声的口号中动了起来，我发现此时此刻的同学们都仿佛变了一个人似的，动作快的跟上了，动作慢的也跟上了，大家都在尽心尽力的完成这次的军训表演，我们动作一致，外里如一，精彩的表演博得了一阵喝彩，此时我知道了：现在南溪中学是我们的骄傲，在将来，我们将会是南溪中学的骄傲。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的\'意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，和团结就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

**初中军训的心得体会篇十一**

记得四天前，我们的脸上还略带几分稚气，手中拖着沉重的行李。仰望天空，天是那样的蓝，唯有骄阳高高燃烧着，我的军训生活从这里开始了。

军训生活的艰苦是我未曾料到的。一天中大部分时间都在训练和上课。训练场上似乎永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水，我们充分感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们学到了很多，更懂得了团结、坚强和责任。

军训第一天，教官就让我们站军姿。十分钟，在平常是很短的一段时间，可那时，烈日当头，十分钟在我们看来是多么漫长!炎热的太阳炙烤着大地，汗水就像开闸的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。一个十分钟，又一个十分钟……时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰背痛，头冒汗。经过一天的训练，累得坐下就能睡着。尽管如此，高一军训心得体会。我仍感激万分，因为我以坚强的毅力坚持下来了，我的意志经受了磨练，这对我以后的学习是受益匪浅的。

军训生活不但有苦，同样也充斥着欢乐。我们利用课余时间，积极地准备着合唱比赛。练习时，我们刻苦练习，嗓子唱哑了，胳膊指挥酸了，但没人叫苦叫累，大家团结合作，齐心协力。比赛时，我们的班歌响彻了整个赛场：“天——下，相亲与相爱，让我们相逢在人山人海，有缘千里来相会，团结奋发我们七十班!”虽没有流行歌曲的时尚前卫，但这歌声里却充满着昂扬的斗志，铿锵有力!这不单单是我们唱出的歌声，也是我们班级的信仰。

四天的时光悄然流逝，依然是蓝天白云，依旧是阳光灿烂，然而在这阳光下，我们的心中却有着别样的感动。在这几天里，也许有过因过度疲倦而产生的埋怨，也许有过因想念家人的彻夜未眠，但我们从未轻言放弃……虽然歌唱比赛的成绩有些不尽人意，但在这场没有硝烟的战斗中，我们是真正的胜利者，因为我们都尽力了，我们以后还会努力做得更好。在这场艰苦的战役中，我们是真正的强者!

再见了，教官们!再见了，八中训练基地!车轮飞快，载着我们离开了，那份美好的回忆将永驻我们心中。感谢这次军训带给我们的一切光荣与感动，幸福与友情，磨练与自信!

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……我会将这份回忆珍藏，因为它是我人生的财富!

随文赠言：我每看运动会时，常常这样想：优胜者固然可敬，但那虽然落后而仍非跑至终点不止的竞技者，和见了这样竞技者而肃然不笑的看客，乃正是中国将来的脊梁。

**初中军训的心得体会篇十二**

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。

**初中军训的心得体会篇十三**

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”。

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11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。

春光明媚，训练场上的我们喊着嘹亮的口号，练着整齐的格斗拳，那口号，那气魄，那动作，无一不展示了我们的训练成果。虽然军训只有短短的五天时间，但让大家接受了一次意志的磨练，精神的洗礼，使大家感触颇深，军训的每个场景都必将在记忆中留下浓重的一笔。这次的军训不仅是一个教学、训练的过程，也是一个思想政治教育、心理品质培养、作风纪律养成、身体素质锻炼的全过程，使我增强了组织纪律观念和团队精神、锻炼了吃苦耐劳的坚强意志，提高了国防意识。

增强了组织纪律观念和团队精神。早上6:20起床，6:30早操，7点整理内务，7:20早餐，8点操课，22:00熄灯，时间紧凑，环环相扣。军训初期，每次集合，总有个别同学会迟到，但看到其他同学已站好队列等待，于是，下一次谁也不敢怠慢，听到哨声一溜小跑，做到一切行动听指挥，纪律观念油然而生。军训中，不管是队列训练，还是内整理务，各项活动都要以集体形式出现，这大大强化了大家的团队意识和集体荣誉感。队列训练，一人出错，集体受影响;内务整理，一人被子不方整，整个寝室受影响。大家都自觉坚持高标准、严要求，深怕影响整个班。一个方队不是一个人，但一个人能影响整个方队。大家就这样在创、争、比中相互帮助，相互促进，增强了团结友谊，克服了自由散漫，形成一个团结向上的集体。在会操表演上，大家以良好的精神风貌和整齐规范的动作受到领导和首长的一致好评。

锻炼了吃苦耐劳的坚强意志。第一天的体能考核就把大家累得全身肌肉疼痛，休息时从床上躺下都困难;顶着太阳，站军姿、走队列，饱尝了汗流浃背的滋味;在全身疲惫的状态下，要一丝不苟的整理好内务……。军训期间虽然没有十几公里的行军拉练，没有半夜的紧急集合，但平时深坐办公室缺乏锻炼的我们已感到全身疲惫，但大家始终坚持，不言放弃。虽然经常喊累，但每次都尽全力喊口号，尽全力做好每一个动作。“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”，军训磨砺了成功者所必需的坚强意志。

提高了国防意识。军训期间，永嘉县人武部罗政委给我们上了一堂内容丰富的国防教育课。通过例举大量的事实、事件，使我们充分得到了锻炼。

**初中军训的心得体会篇十四**

初中生活是每个人成长道路中的一个重要阶段，而军训则是初中生活中的一项必修课程。我校八年级学生于近期进行了为期两周的军训，这是一段艰辛而又充实的日子。通过军训，我不仅体验到了军人的日常训练，还学到了许多宝贵的生活经验和处事之道。以下是我对于军训的心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。在军训的过程中，我发现军人严格遵守着一系列的规章制度。比如说，按时起床、按时就餐、按时复习，无一不体现出军人严谨的作风。正是这种严格的纪律要求，让一个个士兵成为一个有责任心的人。通过军训，我也逐渐养成了良好作息习惯和自觉遵守规则的态度。从此以后，我更加懂得了纪律的重要性，并坚信只有自律才能成就更好的自己。

其次，军训让我学会了团队合作。在集体生活中，每个人都要遵守相应的分工和指示。我们要互相帮助、互相倾听、互相支持，共同完成任务。我们要齐心协力，形成一个紧密的团队。当我们面临困难时，每个人都要放下自己的个人利益，为团队的利益而努力。通过军训，我明白了团队合作的重要性，学会了与人合作，学会了相互信任和依赖。我相信这些都将对我的未来发展产生积极的影响。

再次，军训让我意识到了身体的重要性。在这两周的军训中，我们进行了各种体能训练，每天都要完成大量的体力活动。这让我深刻地感受到了保持良好的体魄的重要性。只有拥有强健的体魄，我们才能更好地应对各种挑战和困难。通过军训，我意识到了保持健康的生活方式的重要性，我将以此为动力，更加注重锻炼和养生，使自己能够更好地面对未来的挑战。

另外，军训让我明白了坚持的力量。军训过程中不乏艰苦和疲惫，但是我从不退缩。无论是早上的起床、中午的太阳、晚上的练功，我都始终坚持下来了。军训期间的种种困难和挑战，让我充分体会到了坚持的力量。正是因为坚持，我才能够成功地完成军训任务，获得了这段经历所带来的成长。军训教会了我一个重要的道理，那就是只有坚持，才能取得成功。

综上所述，军训是一段短暂而又难忘的经历，通过这段经历，我学到了很多。我明白了纪律的重要性，学会了团队合作，意识到了身体的重要性，更加懂得了坚持的力量。这些宝贵的经验和体会将成为我未来成长道路上的有力支撑。我相信，在今后的学习和生活中，我会更加自律自信，更加勇敢坚定地去追求自己的梦想。感谢这段军训经历，我将永远铭记。

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