# 初中生军训心得体会(模板10篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-04-02

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。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？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。初中生军训心得体会篇一初中生军训研学是一项重大的体育活动和生命体...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。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？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。

**初中生军训心得体会篇一**

初中生军训研学是一项重大的体育活动和生命体验，这对于每一个初中生来说都是一个难得的机遇，可以让他们更好地了解军旅生活，培养团队精神和忍耐力。在这次研学活动中，我收获了很多，也想分享一下我的心得体会。

第二段：体验

我们的军训研学实际上是在军营里进行的，这是我第一次踏进军营，第一次看到军营里的训练设施和军人们的训练情况，我感到非常激动和兴奋。在这里，我和同伴们一起学习军体拳、游泳和射击，体验了解放军严格的军事训练。在这个过程中，我非常感受到了军人们的努力和精神，同时也意识到了自己需要更加努力才能达到他们的水平。

第三段：感受

除了训练，我们也有机会和军人们交流，听他们分享他们的军旅经历和故事。我被他们的勇气和坚韧所感染，同时也开始思考军旅生活与平民生活的差异性。我更加珍惜生命，更加感激在和平时期，国家为我们提供的相对安定的生活环境。同时，我也感受到了军人们的职业荣誉和精神面貌，不断提醒着我要保护好自己和家人，为国家的未来尽自己的一份力。

第四段：收获

这次军训研学活动让我认识到了许多新的朋友和同伴，在每个练习和活动中，我们相互帮助、鼓励，在集体中感受到了共同的荣誉和成就感。同时，我也学会了如何目标清晰、分工合作和互相信任，在未来的学习生活中，这些技能和经验将会帮助我更好地与同学、老师和家人一起合作和取得好成绩。

第五段：总结

初中生军训研学是一次珍贵的体验，在这个过程中，我获得了很多有用的经验和信息。我将会把这些经验和心得运用到我未来的个人和学业生活中，同时也希望更多的同学可以有机会参加这样的活动，体验和认识到自己的潜力和能力，为未来的奋斗道路打下良好的基础。

**初中生军训心得体会篇二**

从九月二十一日开始为期两周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

回想那短短两周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但一切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；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。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

**初中生军训心得体会篇三**

军训是每个初中生都会经历的一段特殊时光，在这段时光里，我们感受到了身体上和心理上的巨大变化。下面是我对初中生军训的一些心得和体会。

第一段：对军训的期待

刚开始军训之前，我对军训充满了期待和忐忑。期待是因为我想锻炼身体，培养自己的意志品质；忐忑则是因为我担心自己无法适应严格的军事化管理。不过，我知道，只有经历了军训，我才能变得更加坚强和自信。

第二段：历经艰辛的过程

军训的过程艰辛而不易。早晨起床的响铃就是我们一天开始的号角，我们要迅速整理好被窝和个人物品，几乎没有任何违规的余地。汗水、鼓励和惩罚似乎同时存在，每一个动作和表情都要严格遵守规定。而且，军训还要经历长时间的行军和站立，在样板演练中，我们每个人都需要严格要求自己，保持一身正气，默默忍受着肌肉酸痛和心理的疲惫。

第三段：锻炼身体和意志

虽然军训让我感到极度的劳累和疲惫，但它也让我明白了经历困难和痛苦后的成长和收获。在长时间的训练过程中，我的身体逐渐变得更加强壮，耐力也逐步提升。在长时间的集训下，我们的队伍逐渐形成了默契和合作意识。与此同时，我的意志品质也得到了提升，我学会了坚持和不放弃的精神，面对困难和艰辛时也能保持乐观和坚毅的态度。

第四段：认识到自己的不足

军训期间，我还意识到了自己许多不足之处。训练中的错误动作和不够标准的表现使我认识到自己在细节方面的不够认真和专注。与队友相处的时候，我发现自己在沟通和表达方面有待提高。培养自己的心理素质也是一个需要努力的过程，有时候压力和挫折会让我产生消极情绪，但我明白这些都是可以通过自己的努力来改变和克服的。

第五段：收获与反思

通过军训，我不仅锻炼了身体和意志，还收获了许多其他的东西。我收获了珍贵的友谊，与队友们一起奋斗和团结，让我体会到了团队的力量。我收获了领导和协调能力，在演练中我负责部分同学的训练，这让我学会了管理和调动他人的能力。最重要的是，我收获了自信和坚韧的心态，让我相信只要自己努力，就能够战胜一切困难和挫折。

总结：

初中生军训是一个艰辛但值得的过程，在这个过程中，我们面对了很多困难和挑战，但通过努力和奋斗，我们锻炼了身体和心智，收获了自信和坚韧的品质。希望每一个初中生在军训中都能够有所收获，并运用到自己的学习和生活中，不断提升自己，成为更加优秀的人。

**初中生军训心得体会篇四**

这一次，我来到后宅中学参加军训，这是我第一次参加军训，所以非常激动，前一天我怎么也不能入睡，因为我一直想穿上军服的样子，又在想在太阳底下晒的样子，以前我姐姐因为有一次训练场上晕倒，从那以后，我就讨厌军训了，因为我最怕的就是在太阳下晒了.

昨天，我终于来到学校里了，本来我以为军训很简单，只要一站就行，不会怎样，可我和同学们站在太阳下，不过三十分钟，同学们接连倒下，我也不例外，我竟然连续倒下了两次，其中第二次是归队还不到十分钟，中午的时候，我还吐了一回，这才知道军训有多么艰苦，这时候大家都知道了什么叫军训，军训是不能和家里一样自由自在地玩，也不能随心所欲了，再也不是家里的小公子，现在我们是个小军人，我们应该好好听从教官的指挥，接受教官教我们的每一个动作.在吃午饭的时候，我们还在餐桌前站了一会儿军姿，又过了一段时间我们才开始吃饭，我就想：军训怎么这样，连吃饭都要半天，还有这么多规定，真烦！

下午果然比上午有更多的经验，没有几个人倒下了，大家都轻松地过了一下午.晚上是大家最喜欢的时间了，终于可以安心休息了.

这一天的军训让我刻骨铭心，我一定会牢记在心.

**初中生军训心得体会篇五**

第一段：军训的初衷和重要性（200字）

初中生军训是学校教育体系的重要组成部分，目的在于培养学生的纪律观念、团队合作意识和自律能力。参加军训的初中生们经历了艰苦的体能训练和严格的纪律要求，通过模拟军队化管理的方式体验了军人的生活，感受到了团结协作的重要性。军训对于初中生的成长和发展具有重要的意义，不仅是锻炼身体的机会，更是培养他们良好品德和习惯的机遇。

第二段：军训给我们带来的收获（200字）

军训虽然辛苦，但收获也是巨大的。首先，通过体能训练，我们的体质得到了显著的提高，不仅变得更健康，也变得更有活力。其次，军训锻炼了我们的意志力和承受力，让我们变得更加坚强。同时，军训还培养了我们的纪律观念和团队合作意识，让我们学会尊重规则，理解集体利益大于个人利益。军训让我们感受到了团结的力量，学会了善于交流和合作，这些都将对我们日后的学习和生活中起到积极的影响。

第三段：军训中的困难和挑战（200字）

军训并非一帆风顺，我们在其中也经历了许多困难和挑战。首先，体力训练的强度很大，对于我们来说是一个巨大的考验。长时间的跑步、俯卧撑等运动让我们精疲力尽，不过，我们沉着应对，坚持到底。其次，军训中的严格纪律要求也是一个挑战，必须时刻保持军姿端正、服从命令。在军训中，耐心和毅力变得尤为重要，只有不断解决困难，才能克服自己的软弱和惰性。

第四段：军训中的友谊和情谊（200字）

军训不仅锻炼了我们的身体和意志力，也培养了我们与同学之间的友谊和情谊。在军训中，我们相互扶持，共同面对困难和挑战，这让我们建立了深厚的情感纽带。我们一起经历了许多奋斗和努力的时刻，一起分享了征战拼搏的快乐，这些经历让我们之间的关系更加亲密。在军训结束后，我们将会怀着对彼此深厚的感情，继续一起前行，共同成长。

第五段：军训心得总结与展望（200字）

通过军训，我们明白了团结协作的意义，提高了自身的纪律观念和自律能力，增强了意志力和坚持不懈的精神。未来的学习和生活中，我们将会继续运用这些宝贵的经验和能力，更加努力地追求成功。我们也期待着未来的军训，因为军训不仅是磨砺自己的机会，也是我们共同成长与进步的见证，我们将用自己的军训心得和体会，为更好的军训做出贡献。军训的经历将铭刻在我们的记忆中，成为我们成长道路上独特的一段旅程。

（总字数：1000字）

**初中生军训心得体会篇六**

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。上初中的每一个新生都要参加连续四天的军训训练。其他学校已经军训了，只有我们学校安排在第四周。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。

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页;如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中。

**初中生军训心得体会篇七**

军训作为学校教育的一项重要组成部分，旨在培养学生坚强意志、良好纪律和团队合作能力。我校初中生也经历了这一艰苦的军训过程。在这段时间的锤炼中，我们对自己有了更深刻的认识，也懂得了许多宝贵的人生道理。

首先，军训教会了我们顽强的意志力。炎炎夏日，烈日下的军训场地使我们感到无比的辛苦和疲惫，但是我们没有退缩，没有抱怨。每一次集结，我们都迅速齐整地站好，聆听教官的指令。每一次操场跑，我们都全力以赴，决不中途放弃。每一次跳绳，我们都坚持下去，直到时间结束。这些艰苦训练在挑战我们的体力的同时，也锻炼了我们的意志力，让我们明白只有坚持不懈的努力才能获得成功。

其次，军训培养了我们良好的纪律观念。军训严格要求学生遵守纪律，做到严防松懈，严明纪律。我们要按时起床、按时吃饭、按规定进行各项活动。在军训期间，我们不能迟到、早退、偷懒，紧跟教官的指令行动。这种以早入习惯养成从小事开始，形成严守纪律的习惯，不仅使我们更加自律，也提高了我们的自控能力。良好的纪律观念不仅在军训中得以培养，更为我们今后的学习生活奠定了一个坚实的基础。

此外，军训加强了我们的集体意识和团队合作能力。在军训过程中，我们要时刻保持队伍整齐、动作统一，这需要大家的齐心协力。我们在互相帮助、互相支持中感受到了团队的力量。每一次集体活动，比如操练、队列比赛等，我们时刻保持着团结一致的状态，在竞赛中努力拼搏，在团队合作中感受到胜利和成就感。而在个人困难面前，我们也会互相鼓励，共同战胜困难。这些经历使我们明白，团队合作不仅仅是在军训中，而是贯穿于我们整个人生的重要素质之一。

最后，军训让我们懂得了读懂自己、发现自己的潜力。军训中的种种挑战与困难，使我们更加了解自己。当我们突破自己的极限，完成了一项看似不可能的任务时，我们才意识到原来我们是如此的坚强与勇敢。只有在逆境中，我们才能真正了解自己的潜力和能耐。此外，军训也让我们明白了不同人的优势和特长，我们互相学习，互相借鉴，从而得到个人成长和提高。

总的来说，军训初中生为我们这些年轻人提供了一个难得的机会，让我们在锻炼中成长。我们不仅仅锻炼了身体，更重要的是锻炼了自己的意志力、纪律观念和团队合作能力。在军训过程中，我们找到了自己潜在的优势和潜力，也感受到了个人和团队的力量。相信这次军训经历将会影响我们一生，为我们的成长和未来奠定了坚实的基础。

**初中生军训心得体会篇八**

军训生活虽然是短暂的，但我的收获应该是丰硕的；军训生活是辛苦的，但却不乏激动，甚至更多的是感动。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。

心目中的军训是紧张与艰苦的交响乐；心目中的军训更是无常地响起那集合哨音，还有那烈日炎炎下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但我也相信这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良好契机。心里虽有些说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这又何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心。

我当然也不会忘记在这些天里建立起的同学友谊，在这个大家庭里同学相互帮助，相互激励，团结共进，多了一些理解，多了一些忍让，多了一些谦虚，多了一份团结。最后这几天，我感觉自己一下子长大了许多，懂事了许多。从幼稚的孩童成长为羽翼渐丰满的雏鹰，就要展翅翱翔了。

**初中生军训心得体会篇九**

第一段：引入军训初中生的经历及感受（200字）

在初中生弱小的肩膀上，扛起军训的重责。这个看似简单的任务背后，却隐藏着许多初中生们从未面对过的考验。这个暑假，我和其他同学一起经历了为期两周的军训生活。对我们来说，这是一段痛苦且充实的经历，也是一段可以终身受益的宝贵经验。通过军训，我们不仅体验到苦难，更感受到了成长和收获。

第二段：军训锻炼身体和意志力（250字）

军训期间，晨练成为了我们每天的必修课。无论是炎热的天气还是秋风乍起的寒意，在校操场上我们一起奋力跑步，汗水湿透了衣衫、泡湿了鞋子。在体力训练中，我们不仅要完成一系列的体能训练，还要适应各种军姿和军步。每一次的锻炼都让我们的身体强壮起来，增强了体魄。除此之外，军训还让我们学会了面对一时的痛苦和困难，锻炼了我们的意志力。当我们在训练场上苦苦挣扎时，正是这种意志力支撑着我们不屈不挠，走过每一步。

第三段：军训培养团队合作精神（250字）

军训过程中，我们不仅需要独立完成自己的任务，还需要与组员协同合作。在团队合作的训练项目中，我们需要相互配合、默契配合来达到更好的效果。比如，在搬运沙包的队列练习中，我们需要举高手臂，将沙包从一人传递给另一人，而不会掉下来。这需要我们要举高手臂协调动作，并在传递过程中互相信任。只有与队友紧密合作，我们才能更好地完成任务。通过军训，我们明白了只有团队的力量才能引领我们突破困难、迎接挑战。

第四段：军训培养纪律和责任感（250字）

军训是一段严格的纪律训练。我们从军人那里学到了许多为人处世的道理，如准时、守纪律、服从命令等。在军训中，我们需要每天按时起床，规范穿戴，准时集合，听从指挥，所有的一切都要按照规定执行。通过这些训练，我们养成了良好的生活习惯和纪律意识。在面对困难和挑战时，我们能够坚定地承担起自己的责任，并且知道如何正确地面对和处理问题。

第五段：总结军训带来的成长和收获（250字）

通过军训，我和其他初中生们不仅仅锻炼了身体，更培养了我们的各类能力。我们在磨练中变得更加坚强，意志力被不断磨砺，团队合作意识和责任感也在不断增强。这段经历让我们明白，不论将来从事什么工作，团队合作和纪律性都是重要的品质。我们懂得了珍惜时间、尊重他人和客观规律，并且学会了坚持不懈和积极向上的精神。军训的收获将伴随我们长大，并成为我们未来探索世界和实现自我价值的动力。

**初中生军训心得体会篇十**

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦，军训中的忍耐、坚持、顽强。短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整齐、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊！

操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊！我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲劳，我们自豪极了！在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟；在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着！

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕。”这些声音依然还在我耳边游荡！对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍。大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。在这次军训中，我长大了！军训的感想将牢牢的记录在我的人生长卷上，永不会丢失，永不会忘记。

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