

初中入学军训心得体会(精选10篇)

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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

初中入学军训心得体会篇一

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二

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阵寒风袭来时，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三

在前几天，学校组织我们初中的全体同学参加广州市海珠区教育实践基地的一次军训活动。在去之前听学校参加过军训的同学说，在基地的训练过程都是很累很苦的，于是我便抱着有些担心又有些期待的心情，等待着军训的到来。

对实践基地充满期待的我原以为军训大概就像上体育课一样，最多是训练时间长点而已，实际不然。比如看似简单的军姿训练，却令我们累得全身酸痛，腰腿都快直不起来了，但还是要坚持住。训练过程很苦很累，我们才发现原来我们平时太缺乏锻炼了。

在两天一夜的基地生活中，我感受最深的就是遵守纪律。单从用餐吃饭来说，纪律的要求就已经“非常苛刻”了：双手不能动，不能发出任何声音，必须等小组长分发完饭，教官下达命令后才可以吃饭。吃饭时还不能说话，否则只要有一个人违反，那么全组人都要接受惩罚。这种要求让我更加理解了“有福同享，有难同当”的团体精神。

基地训练的条件艰苦，饭菜自然也没有家中的丰富，但训练了一上午的同学们，吃起来却感觉格外的香甜可口。可能只有经历了饥饿，才懂得粮食的珍贵，这一道理也深深的印在了我的心中。

在军训生活中，严格时间要求也是非常重要的一点。在基地不像在家里，困了可以赖会床多睡一会，穿衣服磨蹭一下也不打紧。必须在规定的时间起床，在规定的时间换好统一服装，还要按时集合报到。对作息时间控制得非常严格。

军训中还有一些活动是要求大家一起努力合作才能够完成的，也锻炼了大家的团队合作精神。使我们明白，无论在训练，还是在学校、生活当中，团队合作都是一种难能可贵的精神。

两天的基地生活很快过去了，我们的军训也结束了。在回校的车上，望着基地的方向，心中竟有一丝不舍。在这里，我学会了遵守纪律，自强自立，团结互助。这次军训令我明白的许多道理，我终生难忘。

初中入学军训心得体会篇四

在军训中，我们接受了教官的严格教导，学会了站军姿、齐步走和正步走等多项的训练项目，我们还看到了军人的威严。同时我们也能强烈地感受到要努力地奋斗，不能向任何困难低头！

军训中，教官总严格地要求我们。“站军姿要认真、标准！”

不要乱动！谁站不好的给我去做俯卧撑！”“内务卫生要搞好啊！要是谁的宿舍扣多于三分的要去跑球场！”我们每天都进行着紧凑的学习和生活。虽然要求严格了一些，不过从中，我们也学到了很多。之前我们都是“小公主”、“小皇上”，可现在我们能独立生活了！

9月的太阳骄阳似火，如果没有汗水又怎能迈过重重的困难？只有战胜自己，战胜困难，才能获得最终的胜利。回首曾经走过的难关，我们为自己感到万分自豪！经过这次军训的我们，不是娇身贯养的小孩子了。

初中军训以后才知道军训的意义有多大，对我们有多么重要了！那几天，我们的脸涨的

初中入学军训心得体会篇五

今天早上，我们起了个大早，洗漱过后就开始晨练了。我们绕着湖外的路跑了一圈，然后继续练军姿，虽然是清早，但阳光穿透雾气还是很晒人，我的眼睛都睁不开了，帽沿上都布满了汗珠，汗水吧眼睛淹的很疼。早上有没吃早饭也没喝水，我都要晕倒了。

终于熬到了吃早饭，我看到饭盒，为离开时翻江倒海，教官宣布开饭，我开始狼吞虎咽，吃的一干二净。吃过早饭，我们稍微放松了一下，又开始训练。

上午的训练比早上简单了一些，但天气很热，所以我还是有些累。我们复习了“立正”、“稍息”、“蹲下”、“起立”等动作。还学习了“敬礼”，我的手臂都要断了，腿也疼得要命。但还是坚持站着。半天下来，我全身都要三加了。

中午我们吃了一顿丰盛可口的饭菜，我感觉不太累了，就跟队回宿舍了。之后我们就睡午觉了，可能因为我们太累了，一躺在床上我就迷糊了，骨头都好想不属于我了，滩成了一

堆。我浑身酸软，但怎么也睡不着，就那么躺着。下午，我们和五班进行了拉歌友谊赛，每个人都很投入，一个带领我们的同学喊得嗓子都哑了。好几次我们都盖过了他们。

军训的第二天，我们都感到了集体生活的'快乐和军训进步的幸福，以后每一天我都要得到更的进步。

初中入学军训心得体会篇六

今天是我们军训以来的.第二天，回想昨天的我们还是歪歪扭扭的战队，然而今天的我们虽然说不上好，但是已经在好的方面发展了。

早上五个小时的辛苦与汗水也不是白流的，在此之间篮球场时时都回荡着教官们的吼声，时而洪亮，时而沙哑。终于当太阳与教官的影子成为一点时，我们结束了五个小时的辛苦，当我们在食堂吃到了第一口饭，就仿佛是跳进水里的鱼儿一样欢喜得不得了。

结束了今天的课程——齐步走，我明白了，要想作为一名真正的军人，不仅要求个人标准，还要有团队默契，而作为一名中国军人，更需要做到比常人更努力，更辛苦。

夜晚，嘹亮的歌声回荡在足球场，同学们整整齐齐地坐在操场，音乐老师的嗓子里发出洪亮的歌声，老师唱一句，我们跟一句，慢慢的，整个操场都沸腾起来了，就仿佛我们已经身在军营中一样，同样是离开家乡，同样是离开父母，同样是服从教官的命令，再加上教官教的那首歌——军中绿花，就是一盒完美的调味料，调出了我们对军中生活的苦味，调出了我们对家的思念的咸味，调出了我们幸福生活来之不易的甜味。

当这所教学楼的灯熄灭之后，所有人，物，都酣睡在这黑暗中，等待着第二天的太阳照亮这片足球场——那个我们挥洒

汗水的地方，那个我们学习成为一名合格军人的地方。

文档为doc格式

初中入学军训心得体会篇七

伴随着一声嘹亮的哨响，为期xx天的20xx级新生军训落下了帷幕。当教官们在讲台前集体向我们敬军礼时，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动。因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时。

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过讲台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅，不再摆高材生的架子，不再只顾考虑自己。军训告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间；曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆；以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切；曾经的xx天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的xx天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了军人观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂，它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

初中入学军训心得体会篇八

军训第二天了，我们排着整齐的队伍来到广场集合，准备接受新一天的. 淬炼。

上午，风很大，站军姿时沙子漫天飞舞，甚至迷了眼睛，我想伸手去揉，但又忍住了。后来下点小雨，本来挺兴奋的，可头发被打湿后痒痒的，想挠，可我又忍住了。不一会儿，雨停了，太阳却立马出来与大家见面，阳光照射下来，不一会儿，就满头大汗了。汗从额头滴到鼻尖，鼻子又开始发痒，我努力克制，却还是忍不住动了。教官发现了，我只好认了——“1，2，3，4……10”我做了10个深蹲，并从中学会了“忍”。

下午，进行拓展游戏——前线支援。在这个游戏中，我班因

为集体不团结导致输了，最后还被教官批评指正。可记忆最深刻的还是总教官要求我们面向校门时，我们因好奇违反了指令，整个初中部被点名批评，还被惩罚了。“人在一起叫团伙，心在一起才叫团队。”因为我们没有为团队着想，才迎来了总教官的“劈头盖脸”。

总而言之，我们离成长又进了一步。

初中入学军训心得体会篇九

随着一轮明月渐渐落下，太阳缓缓的升起，鸟儿叽叽喳喳叫了起来，人们也都苏醒了。

在山东大学南校的操场上，来了一群初中生和几位体育老师，这是初一新生在军训，这群初中生穿着整齐的校服，白色上衣，蓝黑色裤子，上衣上面绣着几个红字：“山东大学第二附属中学。”我就在这群初一新生当中，我们好奇的看着四周的场景，来到了一片宽敞的操场，开始了五天的军训。

来这之前我听几名大哥哥说：“这里教练非常严，军训起来非常苦”。我听到这些话以后，心里就打起了鼓。这次军训累不累，老师严不严……等等问题在我的脑子里打转，今天是我第一天军训，我带着重多的疑问和忐忑不安的心情开始了军训。

不就是两分钟吗？站一会儿就可以了，真简单！我想到。可是说起来简单，做起来难；那些小飞虫好象想捣乱，在我们的头上乱飞，有几个同学忍不住动了几下，被老师发现，加时一分钟，我们不敢再乱动，3分钟漫长的过去了，我们都出了一口气：“终于完了！”我们练原地转圈，有些同学都分不清左右，不时地转错方向，但最终全体同学没有一个人转错。

后来，我们开始学武术操，从这个名字就可以知道，这个操

比较适合男生，这下子，我们可以不做那种到处显着x味的“x”操了。因此，我们学操只用了一个上午就完全学会了。在接下来的几天里，身体不是酸，就是苦，也有辣，但在体质、精神上尝到了甜头。不过有一个同学因说话被罚做蹲起跳200个都快站不起来了，从此没有一个同学乱说话了。

就这样，五天的军训时光就这样过去了，我们在这短短的五天里学了很多，坚持不懈，不到目的不罢休……苦中带甜，最后我们都享受到了胜利的喜悦。

一轮红色的太阳渐渐落下了，淡x的圆月缓缓升起，天空中，无数的星星眨着眼睛，夜晚蚩蚩知知的欢快地叫着，安静极了，我们也进入了甜蜜的梦乡。

初中入学军训心得体会篇十

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”梅花如果没有傲立雪中的勇气，也不会迎来扑鼻的芬芳。对于刚踏入高中大门的我们来说，也是一样。没有经过军训的洗礼，不会在今后的学习生活中有顽强拼搏、努力学习的精神。

军训，对于初中阶段经历过的我来说并不觉得紧张。可开始训练没过半小时，我不敢相信，一切都变了。算算时间，初中军训已过长久，加上没有休息好，早餐随便吃等多种原因，我很快便开始犯困，渐渐地眼花头晕，甚至连军姿都站不稳了。教官发现我身体不适，很快扶着我到休息地。教官的举止，让我突然发现严厉的教官背后是那一份暖心的关爱；而我身体的异常反应，却表明不重视饮食休息，平时欠缺运动，忽略锻炼。

幸好这次军训检验了我。在一次又一次的失误和重新训练中，我萌发出一种想要放弃的念头，可看到坚持着的同学们，我凭什么要放弃？一份莫名感动，很快，我打消了不该有的念头，融入到同学中去坚持到了晚上。

军训的第一天，我非常感谢陪我一起的教官和同学们。军训虽然是枯燥乏味的，但培养了我的意志。教官说得好，与其怀着消极的心态熬过军训的五天半，不如换种心态度过这五天半肯定会有收获。有爱护学生的教官，热情似火的同学，大家对军训有了全新的认识。

人的身体素质要磨砺出宝剑般的锋口，靠的是顽强的意志，坚持不懈的锻炼，持之以恒的刻苦精神。期待第二天的到来，坚信一周的军训，一定会有收获。