

初中生的军训心得 初中生个人军训心得 体会(实用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

初中生的军训心得篇一

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，迈进了我理想中的七十五中学。

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，热的我们汗流浹背，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，手都捏的出汗，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”我们初一(2)班的同学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。

初中生的军训心得篇二

2

一周的时间就这样匆匆的过去了，一个星期的时间说长不长说短不短。在这个星期里我经历了许多许多。一个星期生活让我觉得是如此的刻苦铭心，从一开始的懒散到今天的纪律严明，我们为此不知道抛下来多少无烟的汗水，无论是在烈日的照射之下，还是在星点的雨滴中，我们都坚强的挺了过来。为此我感到无限的自豪。

世人人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌，可真正能够做到集体团结的又有多少呢？早我的脑海之中，依稀清楚的记得早我刚刚开始军训的时候，那个各自为营的景象，那些散漫的态度，可如今再看看，报告厅前那些一排排的身影。那一声声充满斗志的怒吼，很难得想象这样一个星期之前连站队都站不齐的身影不会有如今相为吻合。而这一切都是大家不断努力后的成功。看看如今这一切，心里一中满足充满了脑腔，我知道我们的努力成就了现在的成果。

一个星期的军训，让我们感受到了许多，也让我更加的领悟到了集体的重要性。无论个人表现怎么优秀，如果没有一个好的队友配合，那么始终无法获得最后的成功，从我们来到这个学校的第一天，在我们刚开始穿上军服的那一刻，在我们刚踏入广场的那一刻，在我们刚踏进广场的那一刹，这一

切的一切都预示着我们将要被紧紧的联系在一起，直到今天，直到此刻，我们还依旧不断的努力着，配合着，适应着，将我们从这一开始的个人世界观里发展到了今天的集体之中。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、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。

军训的生活匆匆的闯进了我的生活，而如今也即将离我而去，从一开始的抗拒，到最后的服从。这样之间的转变，不知在何时已悄悄的进行，虽然又是短暂的一个星期。但是我明白，这一个星期的时光已经牢牢的占据了我记忆的一角。或许在未来的某一天里，这一个星期的回忆起现在的时光，我想，那将不会在另外一番滋味吧！没有绝对痛苦，也没有绝对快乐，细细的咀嚼生活的点点滴滴，你会发现，原来人生的道路是如此多彩。

初中生的军训心得篇三

高中生的军训的心得体会

新生入学军训心得体会

第四天军训心得体会

军训第五天的心得体会

初中生军训个人心得体会1

升入初中后为期五天的军训结束了，这期间，是充满欢乐的、是难忘的、是不舍的……交集着各种情感，有种说不出的滋味。

当我第一天来到这所学校，开始军训时，我无法控制住自己的心情，像有一只小兔子在心里，怦怦直跳。既是紧张的、好奇的，也是开心的、快乐的。

当教官站在我们面前时，我开心极了！因为想到马上可以军训了，可以感受军训是怎样的了，就不由的开心起来。教官教会我们立正、稍息、踏步、齐步等时，我们高兴得快要爆发了！在那时，心中感到无比的自豪与骄傲。

每一个动作，大家都认真在做，都在用心、努力做到、最准、最快。教官脸上的微笑，就是对我们的回报，就是我们的期待！

艳阳高照，我们不怕苦、不怕累，依然坚持着。流下的汗水，是我们努力、用心的见证。我们的笑声、口号声，时刻萦绕在耳畔，我们的脚步，整齐而有节奏！

我们在阳光下成长，我们快乐，我们健康。我们是带着芳香的花儿，爱阳光，不爱温室，爱探索，不爱退缩。经历风雨的我们，必定能够见到最美的彩虹！我们迈着铿锵的步伐，一步一步向前走去，创造着更好的未来！我们挥汗如雨、团结一致，是为了得到日后的辉煌！

我们有方向、有决心、有节奏，我们永不言败！是这次的军训，

让我感受到了团结的力量，让我懂得坚持，就是胜利！

这次的军训，是对我们身体上的锤炼，是对我们精神上的磨练与洗礼！

这一切的一切，都让我们受益匪浅！

初中生军训个人心得体会2

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

初中生军训个人心得体会3

军训结束的好快。晃一晃，要回家了。

我一个假期几乎都是玩着过来的，军训这样强度的训练让我有些受不了，所以刚开始的两天我总是掰着手指头数并想着“我要回家，还有_天就好了。”后来适应了一些才不再数。

军训的训练让我腿的老毛病又犯了，总是在隐隐作痛。第四天下午我实在疼得受不了了休息了一下午。我坐在一旁，看着她们努力地训练我突然觉得好累，比我坚持着练还累。真的是很想很想继续上。还好后面几天腿还是比较给我面子的，没有怎么痛，于是我坚持下来了。

军训很苦，让我这个养尊处优的女孩觉得很别扭。可在我爱上它后，不论是刻苦的训练还是身体的伤痛、不论是教官偶尔的严厉还是顿顿都有土豆的“简易”饭菜，我都觉得无所谓了。因为我爱上它们了。

27号结训典礼结束后照集体相时，一个同学在不停地哭，我们都知道她是不舍得。我们也不舍得，却哭不出来。但上车刚刚启程时，我从车窗里看向教官，他也刚好望向我，看着他的笑容，想着他对我们的尽心教导，想着他尽他的努力帮我们做到完美的样子，我的眼泪突然不受控制地跑了出来。教官，我不舍得你！

军训是短暂的，但是它教会我的会让我受用一生。

初中生军训个人心得体会4

说话说：天下没有不散的宴席。持续一周的军训生活画上了圆满的句号。现在身处校园。但内心还是记挂着军训的点滴。就如同，身处曹营心在汉。对往事，那样的怀念，对过去的追忆，又是那样的痛并快乐。

有人说：人是有感情的动物。此时此刻的我体会深刻。太多的不舍，太多的依恋留在了国防园。

和蔼可亲的教官让我不舍：他的身影，他的一言一行无不让我感到亲切。初见教官时内心有恐慌，有压抑，但在日后的军训中我感到了他是那样的和蔼，那样的严厉，又是那样的风趣幽默，是他为我们枯燥的军训带来了新的活力。对他的不舍远胜于一切。年少气盛的我，好想好想再回国防园，再次接受军训洗礼。

严而有序的训练让我不舍，是它吸收了我辛劳的汗水，是它记录了我辛勤的付出，也是它承载了我对军训的依恋之情。广阔的军训场，我曾经在那里站军姿，练动作。绿草如茵的草地，我曾在这匍匐前进，它们是我们军训的功臣。

不管是苦，是痛，留下的只有回忆，微笑地面对未来，面对我们的学习，用军训的精神克服学习的障碍！

初中生军训个人心得体会5

在这个骄阳似火，夏末秋凉的季节中，我迎来了生命里的又一个转折点。我已经升入初中了，第一门必修课自然就是心理与体能的锻炼——军训。

刚进校园就与微风撞了个满怀，我已经做好了迎接军事生活的准备。

我们的教官姓彭。大家都亲切地称他为彭教官。彭教官的严肃又略带一点风趣，不一会儿就征服了我们这帮互不相识的小鬼。

整队、集合、稍息、立正、向右看齐、向左转、向右转、向后转、下蹲等等看似容易的动作，一到彭教官的指挥之下，一切又是那般地捉摸不透，没过多久，大家就埋天怨

地，“哭爹喊娘”了。

最后同学们都被教官的“魔鬼式训练”弄得腰酸背痛、精疲力竭了。接下来一系列训练大家变得更是有气无力。后来，在彭教官的调整激励下，大家总算是坚持了过来。

这俗话说得好。魔鬼式训练不练白不练，练了不白练。果不其然，通过这一下午的训练，每人都丰收了累累硕果。我的收获就是：第一，通过这一下午训练变得更有毅力、有耐心了。第二，这样的训练让我以后不管是学习、生活、还是在何时何地，我都不会半途而废，一定以着坚强、不怕苦的精神认真做好每一件事。第三，这样也会强健体魄，一举三得。我也乐在其中。

未来的漫漫长日，我相信更多的硕果等着我来丰收。有付出就有收获。何乐而不为呢？

初中生军训个人心得体会6

自从开始军训，所做的每一件事，都让我们明白我们不是被疼爱的小公主、小皇帝，以后只有靠自己，不可再有任何的依靠。

军训，或许就是考验一个人吧，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。如果真是那样，我必须要完成教官说的每一个动作，做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。“吃得苦中苦，方为人上人。”为了自己完美前途，吃这么一点苦又算得了什么呢我必须要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我对自己充满信心，永远永远都会。

鸦雀无声的球场上同学们整齐的站着，组成了十几个方阵，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂

是薄薄的云盾能够阻挡的同学们已是汗流浹背，看着同学们那湿透的衣服，都能够拧出水来。

七天的军训生活虽然短暂，但我们仍然受益匪浅。当我们站在军训营地上训练时，我才真正体会到什么是严。寒风不留情地迎面扑来，我们不能喊冷，更不能动一动，就这样凭着顽强的毅力，默默坚持着，“好的开头是成功的一半”但要获得成功，其实还要好好地坚持到底。坚持意味着忍耐，最终，我们还是坚持到底了，也笑到了最后。因为我们有信心，有实力，所以优秀的成绩便是给我的回报。

最后我们班十分幸运的或的了一等奖。七天的军训，在脑子里刻上了辛苦两字，在皮肤上涂上黑色的颜料，再心理上赠予毅力的奖品。

初中生军训个人心得体会7

经过了初一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

我深深地体会到“团结就是力量”！

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多的东西，“立正、稍息、向左转、齐步、跑步”，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在“军营”中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是 我们人生当中最绚烂的一笔。

初中生军训个人心得体会8

“军政训练”、“教官”等词，使我对军训充满了恐惧。初中一年级的开学训练使我认识到了军训时的酷暑难耐和严格的特点，当时只觉得只有初一才会军训，没想到如今升到了初中二年级，军训还伴随在我们左右。

今天是初一年级军训的第一天，看着此时的天气，我提着的心才得以缓解，幸好不是大晴天，而是阴天，身边时常吹过刺骨的秋风，在领导进行讲话时，又下起了蒙蒙细雨，在这种天气下军训再好不过了，我们的教官带我们来到操场中的一片空地，开始排列队形，队形成七列八行的规格，但天气属实是掉链子，雨越下越大，经于领导命令全体师生及教官回教室练军姿，我们的教官也对我们做了简单的自我介绍，说：“我叫王凯，是濮阳市消防支队的一名消防员……”

下午天气有所好转，我们开始了第一次初二的军训。相比于上午那点皮毛样的军训，都不值得一提，我们总共练习了三个动作——跨立、稍息、军姿，不要小看这三个动作，军姿充分体现了我们的身体状况和坚强的意志，一站就是十分钟，有的同学啥事也没，但有的同学肚子疼，头晕等等情况，这就是身体素质的差别；而跨立和稍息则体现了我们团体的协作，必须做到整齐划一，只有多练团结度才能升高。

军政训练是学习的垫脚石，军训能将我们的团结协作和纪律发展到极限。

初中生军训个人心得体会9

时光匆匆。六天的军训就这样落下了帷幕。但却教会了我们

许多东西和道理。是一次给我们深刻体验并且有意义的经历。

每天的军训内容很简单。其中站军姿是一项考验我们耐力的项目。站军姿一站就是20分钟，对于像我这种好动的人，真的是一种考验。站着站着就一身汗了，脚也酸了。我很想动动，但是班里每个人都这样好好的站着，我怎么能动，去破坏这个整齐的画面。一想到这，我就充满力量继续站下去。站完军姿，接着就是军训必学的基本动作。像蹲下，跨立，敬军礼，停止间转法，齐步走，踏步走；而齐步走，踏步走，齐步跑是所有项目里，很难做的很好的三个项目。因为这三个项目，要全班同学步伐动作节奏整齐一致，这样才能做好。我们要花很多时间去做好这几个项目，但这过程是令人烦躁的，因为跑一会又停下来，走一会又停下来，实在是让人很不耐烦。同学们都抱怨宁愿一口气去跑上一圈来得痛苦也不要这样走走停停的。虽然是这么抱怨，但是大家都还是坚持下去。

军训的时候我们就像是在部队，要服从命令，听从指挥。军训培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志。让我们深深地体会到坚持就是胜利！军训训练我们的整齐度，教会了我们要懂得：无论以后会面对多大的困难，只要我们这个班的同学之间团结一致，互爱互助。我们就能够解决我们面临的困难。因为我们坚信我们军训时教官教我们的歌：团结就是力量！

我们以后的人生路上，也许会布满荆棘，而那印着我们脚步的路上的每一步，即使是泥泞不堪，坎坷不平，我们也要去踩去踏，去行进！自己选择的路，就算是跪着也要行进下去。因为那才是我们自己最真实的写照。

英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”但困难是一块磨练意志的磨刀石。军训是困难的。但我依然感谢这次的军训经历，感谢有你们。

初中生军训个人心得体会10

军训生活早在一周之前就已经结束了，但每当我经过操场时，眼前就会浮现同学们在烈日下的身姿、被汗水浸湿的衣服、教官那一连串标准的示范动作以及一件件军训趣事。

一幕幕的场景像电影般在我眼前浮现，一周前，我们还在烈日下挥洒着汗水，还在操场上认真的训练着，听着教官严厉的话语，用心的做好每一个动作。一周后，我们依旧还在这个操场上，只是再也没有了教官那嘹亮的口号声。

其实军训生活是苦中又带着乐趣，在这几天里，每个人都有着自己的辛苦、自己的快乐以及自己的故事，点点滴滴，让人难以忘怀！

初中生军训个人心得体会

初中生的军训心得篇四

4

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，努力拼搏、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！

初中生的军训心得篇五

说话说：天下没有不散的宴席。持续一周的军训生活画上了圆满的句号。现在身处校园。但内心还是记挂着军训的点滴。就如同，身处曹营心在汉。对往事，那样的怀念，对过去的追忆，又是那样的痛并快乐。

有人说：人是有感情的动物。此时此刻的我体会深刻。太多的不舍，太多的依恋留在了国防园。

和蔼可亲的教官让我不舍：他的身影，他的一言一行无不让我感到亲切。初见教官时内心有恐慌，有压抑，但在日后的军训中我感到了他是那样的和蔼，那样的严厉，又是那样的风趣幽默，是他为我们枯燥的军训带来了新的活力。对他的不舍远胜于一切。年少气盛的我，好想好想再回国防园，再次接受军训洗礼。

严而有序的训练让我不舍，是它吸收了我辛劳的汗水，是它记录了我辛勤的付出，也是它承载了我对军训的依恋之情。广阔的军训场，我曾经在那里站军姿，练动作。绿草如茵的草地，我曾在这匍匐前进，它们是我们军训的功臣。

不管是苦，是痛，留下的只有回忆，微笑地面对未来，面对我们的学习，用军训的精神克服学习的障碍！

初中生个人军训心得体会