

初一军训的心得体会 初一军训心得体会 会(通用10篇)

教学反思可以帮助我提高教学效果，让我的课堂变得更有活力、更具吸引力。以下是小编为大家收集的实习心得范文，供大家参考和学习。

初一军训的心得体会篇一

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸

起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

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。

初一军训的心得体会篇二

顶着烈日，冒着酷暑，我们在一圈圈地跑步；树叶轻轻摆，虫儿款款飞，我们在站军姿……军训，使我成长。

第一天，我们散漫极了，队伍稀稀拉拉。才站了一会儿，头晕的就一大堆，所剩无几的人也摇摇欲坠，一天过去了，我们浑身疲惫，汗流浹背，但坚毅的种子，开始在我们心中悄悄发芽。

最后一天到了，我们如往常一样跑圈，训练，但不同的是，没有人再喊累，没有人再请假，只有疲惫而又坚定的身影。风儿吹，鸟儿叫，坚毅长成的参天大树使我们忘记了疼痛，忘记了疲惫……下午，会操开始了，这三天来的努力在大家面前喷薄而出，如初升的太阳，铿锵有力。在操场上，我们整齐地做着动作，终于，我们得了第一名！

我们得到的只是一张奖状吗？不，这是我们汗水的凝结，同甘共苦的`见证，齐心协力的信念，坚持不懈的心。

三天的军训，三天的历练！三天的坚持，三天的成长！

初一军训的心得体会篇三

转眼间，期待已久的五天军训就在今天结束了，在教官的指导和我们的努力下，我们五天的艰苦训练。但是响亮的口号依然在我们的心中回荡，教官的身影依然显现在我们的脑海之中。虽然军训已成回忆，但那是一个快乐而艰苦的回忆。在军训中要求严格，想做到很好是一件很不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们都是00后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕苦难，要勇于战胜自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都快哑了，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是“累”。

军训第一天我们刚学会军姿，而那天下午的站军姿是我印象最深的事。教官要求我们两脚跟靠近并齐，两脚尖打60度，头要正，颈要直。脖颈微贴后衣领，身体前倾，后脚跟微微离开鞋子底部，重心落于前脚掌这样做是为了防止晕倒，因为如果导致重心在后脚跟，站立时间久了会压迫穴位晕倒。双腿夹紧，挺胸两肩微向后张。双臂自然垂下，中指贴于裤缝线，拇指贴于食指第二关节中间部位。这个姿势让我感到很累，而且姿势非常难掌握。由此我感受到了解放军叔叔的苦。他们一站就是七八个小时，而且就算被蚊子咬了，马蜂蛰了，汗水湿透了衣服也会纹丝不动，我真的非常佩服他们。有苦必定会有甜。军训第二天下午有一个游戏活动是“蛟龙入海”，这个游戏，最考验的是我们的团队精神。把第一个同学的左腿和第二个同学的右腿绑在一起，以此类推把所有的人都绑在一起，连成一条直线，然后每队都横地往前走，看哪队先到终点。哨声响了，比赛开始了，一下子我们连的摔倒了好几次，但我们始终没有气馁，最后获得了小组第一。但是在其它小组比赛中有比我们快很多的。之所以我们没有其它小组中的队快，是因为我们不够团结。这是我们失败最重要的原因之一。因此我才知道了团结的重要性。在军训的最后一天，这一天就是展示我们四天的训练成果的时候了。

每个班都有排成四列，依次走过主席台，每个班都喊着响亮的口号，迈着整齐的步伐走到操场上，站立在那，一动不动。到我们展示了，我们班整齐的走到了主席台前，喊起我们的口号：“青春似火，超越自我，放飞梦想，为班争光。”队长带队走到了操场上。每个团队都报告了自己队的队名和队训后，开始了真正的团队展示从260班到267班一个一个的走向主席台展示。

“向左转，向右转，向后转，原地踏步走……”随着一声声口令，结束了团队展示。等待校长讲完话后，这次的会演落下了帷幕。艰苦的军训才刚刚结束，在此之后还会有更艰苦的事情等着我们，那就是初中三年。在此期间，我会用军队精神去度过各种困难，用梦想创造可能，理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨造辉煌。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

初一军训的心得体会篇四

一眨眼为期x天的军训结束了，留给我们的是辛，酸，苦，辣和我们永恒的记忆。结束并不意味着句号，而是漫长的初中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长，路漫漫其

修远兮，吾将上下求索。

灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浹背的学生，构成了一道特别的“xx的风景线”，若大的体育场在阳光下一点一点的融化，缩小，直到把我们吞噬。飞舞的蝇虫流淌的汗水，酸痛的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气！

我感觉军训已把我们这一群xx岁的人锻炼成了真正的初中生，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。记得才训练了x天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。刚学立正时，我就疑惑，为什么体育课中要常做的动作，早已会的动作，教官要如此仔细地讲解，为什么一个左转一个右转要教官如此煞费苦心让我们练习，实践出真知。x天的军训就让我明白，小小一个立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的博大。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。而军训更教会了我超出这以外的东西。那就是认真对待自己的错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误。那是一种真实的美。不刻意隐瞒什么，不对就是不对。而在这种自然中流露的那种质朴是任何东西也粉饰不来的。或许学到的东西远不止这些。但是紧张而又愉快的训练中的亲身体验，严格而又平易近人的教官的谆谆教诲，我想，我终身受用不尽了。

能得到教官的教导是我们的荣幸，正是在教官的指导下，我

们才能获得优秀班集体、优秀内务的荣誉，这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳。

对手是最大的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首多姿多彩的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝。”

军训是对身体的考验，锻炼和提升，在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃。我们不愿当两脚书柜，军训给我们最好的证明机会。x天的军训是漫长也是简短的。说漫长，因为苦和累，说简短，因为我们有信心，有能力去克服它。现在我可以自豪的说，我做到了！这是对一切苦和累最好的回报！

初一入学军训心得体会

初一的军训心得

初一军训随笔

【推荐】初一军训心得

【热】 初一军训心得

【精】 初一军训心得

【热门】 初一军训心得

【荐】 初一军训心得

初一军训的心得体会篇五

虽然这次军训只有短短的七天而已，但它对于我们却是意味深长的。这短短的七天就好比对于我们人生的一次磨练。

看！天空是那么的骄阳似火，烈日炎炎，而酷热难耐的我们却坚持下来了，依旧在操场上满头大汗地跑着，这就是我们对困难从不低头的精神，对人生成功和对手中的. 梦想跨的一大步。看似这七天的军训是一种说不出的苦，但在不久的将来，就会获得更加丰厚的给予和回报！

初一军训的心得体会篇六

三天的军训生活虽然是短暂的，但他留给我们的'回忆却是美好的，充实而又辛苦。经过这次短暂的艰苦军训，我们少掉了一份娇气，多了一份坚强，少了一份懒惰，多了一份勤劳！

还记得那时我们激动无比，乘着大巴车来到了五库教育实践基地。在那开启了为期三天的军训之旅。

教官十分严厉，布置的任务更是难上加难。在烈日炎炎下，教官命令我们进行5分钟的平板支撑。我们哪里受过这般的训练，不过2分钟，我们便是汗流浹背，满脸通红。

好不容易熬了过去，早就筋疲力尽了，一个个躺在草地上喘着粗气。

包饺子是我们最快乐的时光。拿起一张饺子皮，用勺子从装着菜馅的盆里挖出一点放在饺子皮上，一合，一捏，一叠，一放，一个饺子便大功告成了。包饺子时间结束，一个个千奇百怪的饺子映入眼帘。

初一军训的心得体会篇七

上初中了!我们必须需要军训，不禁想起那些因为军训而中暑的学生们，自己有一些隐隐的后怕，怕自己也会中暑;怕自己也会丢面子。我们第一天学习的内容是“站军姿”，我们大家一听“站军姿”就会觉得特别简单，但是，你们这次真的错了，“站军姿”是在原地站一小时甚至时间更长，我就是在此事件中，寻找到了一个秘笈，就是我们大家脚后跟不要着地，稍微翘起一点来，这样“站军姿”就不回太累了!

终于挨过了第一天，接着就是第二天的内容立正、稍息，这一个内容不是太累，是这些内容里最简单的了，我也就不太过多的向你们介绍了。

我们军训了五天，但是这五天我我们都很累，回到了家里，我们都累得不知所措，不知如何是好。

我就说到这里了，大家不要忘了我和大家说的秘笈啊!还有，别忘了顶我哦!!!

初一军训的心得体会篇八

同学们，在为期6天的军训中，我从中体会到了很多。在军训过程中，虽然每天都在很辛苦地训练着，休息时间也很少很少，被晒的通红，但我们的内心始终明白“坚持就是胜利”。

每天都需要站军姿、练稍息、立正、快立、蹲下与起立、敬礼与礼毕、向左向右向后转、齐步走、跑步走、正步走……在训练过程中，教官告诉我们：“军姿站不好，别的项目你

根本完成不了。”做过很多项目后，就会感到站军姿是最轻松的。在这些项目中，最难的就是齐步、跑步与正步走，一定要注意排面，脚步踏实踏响的声音，要达到整齐，就必须反复练习，使我深感团队精神的重要性。其次就是敬礼与礼毕了，这个项目要求半面向右转约45度，手离帽檐约两公分。每天晚饭后，我们要汇操，内容都是每天训练的，由教官打分，并排名次。军训也有乐，休息时，同学们雄壮的军歌为疲倦的'身体增添了力量。

6天的军训，不仅锻炼了身体，更磨练了自己坚强的意志，增强了团队意识和纪律观念。新初一共有xx个班级，我被分到了x班，我们x班是一个团结友爱的大家庭，我感到非常自豪。每天早上跑步时喊的“身心兼修，成人成才，脚踏实地，异想天开”口号，是我们学校的校训，这个口号使我们受益匪浅。短暂的军训生活结束了，接下来我要把心收回来，准备进入新的学习环境，融入到这个大家庭中，和同学友好相处、互相帮助、共同进步！

初一军训的心得体会篇九

军训不单单是对体能，意志的考验，更是对精神的考验，想要得到好的军训成绩，需要每个人的付出，需要每个人积极配合，团结一致。

一班的队长也令我敬佩，当总教官令“失败”的.队长踩在自己班的连旗上时，他并没有照做，而是凝视着鲜红的连旗，那深情而又坚定的目光好像在说：“连旗容不得踩踏！我宁可自己受罚，也不愿踩这庄严的连旗！”

从今天的军训中，我看到了一个又一个负责的队长和团结的班级，我也要坚持不懈，努力拼搏。

初一军训的心得体会篇十

金秋九月，我们17中学初二的同学在儿童公园进行了4天的军训。军人一直在我的心目中有不可替代的神圣地位，因为他们不怕苦、不怕累。他们的精神让我佩服得五体投地，我长大后以后他们一样，有吃苦耐劳的精神。

进入儿童公园，我们在教官的口哨声中陆陆续续进入队伍。教官宣布：第一项是立正。“不就是站着吗？这有什么难度啊？”我心里暗想。教官好像看透我们的心思，对我们说“你们别笑看立正立正还有要求呢！比如，挺胸抬头，两眼目视前方，中指紧贴裤线……”教官一口气说了那么多。“妈呀！立正还有那么多的要求啊！”我在心里暗暗想到。一看别的同学，也是一副惊讶的表情，看来立正真的不简单啊！

“立正”随着教官洪亮的声音。我们都不情愿的站起了军姿。班级顿时鸦雀无声，额头上的汗珠一滴一滴的流下来，汇成了一条“小溪”。我脖子挺着直发酸，两条腿也酸溜溜的，手稍微离开裤子一点，教官就“啪”的拍我一下，那滋味真不好受啊！我多次感受自己要倒下来了可是看见教官那严肃的表情，就又忍住了。时间是那么漫长，真是度“秒”如年，时间老人仿佛在捉弄我们，真是苦不堪言啊！

随后我们又进行了列队练习，教官给我们示范了好多次，但是总不能达到目标。看见教官那标准的姿势，我们都感到无比的羡慕。经过一天的训练，我们练得浑身都不舒服，连腿都抬不起来了。

经过4天的军训，我终于感受到了解放军出吃苦耐劳的品质，长大我也想当一名优秀合格的解放军。