# 2025年初一军训心得体会(通用19篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2025-07-22

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。初一军训心...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。

**初一军训心得体会篇一**

第一段：军训前的迷茫与期望（200字）。

初一那天，我们初中新生都被安排去参加了一场为期一个月的军训。站在操场上，我不禁心生迷茫。这是我第一次参加如此严厉的军事训练，我对自己是否可以顺利完成充满了疑问。但与此同时，我内心深处充满了期待。军训是一次锻炼意志和团队合作能力的机会，我希望通过这个经历，变得更加坚强，并结交到更多志同道合的朋友。

第二段：挑战与成长（200字）。

军训期间，我们经历了一系列艰苦的训练和考验。包括集合、行进、引导等，这给初中新生们带来了巨大的压力和困难。然而，我们并没有退缩，而是以积极的态度迎接着这些挑战。我记得有一次，在持续了两个小时的集合操练中，我感到腿已经僵硬，但是我告诉自己再坚持一下。最终，我成功完成了这个任务。通过这样的训练，我逐渐感觉到自己的成长。我变得更加坚韧，更加坚定，而且也对自己有了更多的自信。

第三段：团结与协作（200字）。

在军训期间，我们每天都与同学们紧密地生活在一起，这使我们的同学关系更加紧密。在训练中，大家互相帮助，共同解决问题。当有同学在操场上犯错时，我们会鼓励他们，一起找到解决方案。我们也会在集体活动中一起合作，分享任务，共同完成。这种团结和协作的精神不仅在军训中表现出来，在以后的学习和生活中也会对我们产生积极的影响。

第四段：坚持与忍耐（200字）。

军训需要很大的毅力和耐心。有时，在高温下长时间站立会使我们异常疲劳，但我们必须学会坚持下去，因为只有如此，我们才能真正发挥自己的潜力，并逐渐突破自己的极限。此外，在军训期间，我还学会了忍耐。有时，由于某个同学的失误，整个队伍需要重来，而这需要我们重新投入，再次努力。这个过程中，我学会了控制自己的情绪，保持耐心，并且对困难和失败有了更加积极的态度。

第五段：军训的收获与感谢（200字）。

一个月的军事训练已经接近尾声，回顾这段经历，我想说我真的非常感谢军训。通过军训，我不仅变得更加坚强和勇敢，也结交了许多优秀的同学朋友。军训让我明白了团结合作的重要性，也让我学会了忍耐与坚持。这些都是我宝贵的财富，将伴随我一生。因此，我感谢学校给我们提供了这个难得的机会，使我们可以在军训中收获了这么多。我相信，这次军训经历将永远是我初中的一段美好回忆。

总结：通过这次军训，我收获了很多。我明白了坚持与忍耐的重要性，也学会了团结合作。这段经历将会成为我人生中的一笔宝贵财富，我将以此为基础，勇敢地面对将来的挑战。我相信，在未来的学习和生活中，这些能力将成为我通往成功的关键。所以，我感谢军训，感谢帮助我成长的每一个人。

**初一军训心得体会篇二**

20xx年8月20日，刚刚送完初三毕业班的风云团队，再一次吹响集合号，迎接20xx级新初一的孩子们。

有句话说：“铁打的营盘流水的兵。”用来形容每一届初一老师们来说也是恰当。经历了两个月的暑假的调整，本届初一团队揭开了神秘的面纱，显露出英雄的真容。28个教学班，近两千名学生，投入到金华园温暖而又充满激情的怀抱里。28个班主任，有国家级骨干教师，有省市级教坛新秀，有连续多届具有丰富经验的老班主任，也有年轻朝气而阳光的新面孔……名师荟萃，众星毕集。

在经历了半天熙熙攘攘而又井然有序的新生报到的下午，20xx年新初一军训动员大会准时开启。

操场上，那一张张还未脱离稚气的孩子们的脸上，还带有青涩和陌生。他们将迎来初一的第一课，也是他们也许从未经历过的艰苦卓绝的一场修炼。军训的目的是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟，激发爱国热情，发扬革命英雄主义精神，培养艰苦奋斗、刻苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神，增强国防观念和组织纪律性，养成良好的学风和生活作风，意义重大，早已成了金华园的传统。

第二天一早，孩子们身着整齐的校服就来到了操场。当军训教官们踏着铿锵的步伐到来时，全场响起了阵阵惊呼和赞叹，“太帅了”，“太漂亮了”，真的太养眼了。

本次军训主官们是来自海军航空兵某大队的现役大学生军官，都是各军事院校和重点大学的高材生，他们一身雪白的海军夏常服，白色帽子，白色上衣，白色背心，白色裤子，白色皮鞋，除了海蓝色的臂章，干净整洁，庄重而冷峻，沉着而内敛，身姿俊朗，傲然矗立，吸引着在场每一个人的眼球。

两腿挺直；

小腹微收，自然挺胸；

上体正直，微向前倾；

两肩要平，稍向后张；

两臂自然下垂，手指并拢自然微屈，拇指尖贴于食指的第二节，中指贴于裤缝；

头要正，颈要直，口要闭，下颌微收，两眼向前平视。光说理论就已经够让孩子们头晕了，就更别说真正去做了。

教官们很耐心，一个一个的纠正孩子们动作的偏差，动作规范了，就要站军姿了。保持这样的姿势对于还没发育好的孩子们来说实在是一件难事，有的甚至连一分钟也坚持不下来，十几秒下来，汗水就顺着脖子和脸流下来了，摇摇欲坠，太阳炙烤着大地，每个人刚穿上的新校服早已湿透了，对于大部分习惯养尊处优的孩子们来说的确不是一件容易的事情，还没过多长时间，操场上的许多孩子们就开始出现头晕、恶心、浑身无力而瘫软下来，于是不得不下场做休息。

但特别出乎教官和老师们意料并让他们感动的是，这些小朋友并没有在场下一坐不起，没过几分钟，他们觉得休整过来了就立刻要打报告归队，有的老师们一再劝说他们多休息一会儿，但所有的孩子们都说他们能坚持，有的说教官身上的军人气概影响着他们，有的说绝不能因为个人拖集体的后腿，有的说不想让自己的爸爸妈妈看到他们的懦弱，总之，他们都义无反顾的奔向自己的队列。这些小雏鹰们从一入学就表现出来的敢于吃苦的精神和坚持信念的力量让老师和教官们十分动容，以至于教官私下里和班主任们说：“这群孩子让我们看到了国家的希望。”

经过了一天的训练，孩子们的站姿就有模有样了。第二天，随着教官的一声令下，孩子们的集合速度也比前一天有了显著的提高，那一身海军的雪白就像是孩子们的精神图腾，鼓励着孩子们在短短几天军训生活中学会了标准军姿、跨立、四面体转、齐步走……他们一次又一次地重复枯燥的动作，用尽全身所有的力气喊叫，却总不能换来教官满意的笑容。不管是汗水还是泪水，他们都没有停止步伐，像铁一样的纪律，无时无刻的不在约束着他们。

虽然烈日当空，但他们坚强的身躯仍然挺立；

虽然手脚酸痛，但他们仍然坚持重复规范的动作；

军训是短暂的，但军人严格的训练，铁的纪律是永恒的，在孩子们心中永不逝去。这让他们懂得：对于生活中的磨难和坎坷，不但不要惧怕，不要逃避，还要张开双臂以拥抱的姿势去迎接，以沐浴的姿态去感受。因为磨练实在是成就不凡人生的甘霖。能够用心去感受磨练，他们才能在激烈的竞争中游刃有余。

军训使个个脆弱的孩子慢慢变得坚强，严肃的训练场使每个同学英姿飒爽，但绝没有矫揉造作，有的是勇敢，是坚强。严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，辛苦的训练，让“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为每一个孩子内心一个最具有震撼力的座右铭。

军训的日子里，最辛苦的是孩子们，最操心的却是可敬的班主任老师们。班主任老师们在军训期间是全程陪同、守护他们的孩子们。班主任和孩子们一起接受灼心的烈日，和教官们一起组织队形维持纪律。

当孩子们遇到困难退缩时，有老师们深深的鼓励；

当有同学累倒时，总有班主任亲切关心的话语；

队形不齐时，也不免有批评的话语以及对他们更高的要求。同时，在孩子们疲惫不堪时，班主任总会想方设法地调动他们的积极性。种种的一切都昭示着班主任的核心作用，他们的奉献精神以及他们的工作作风都在潜移默化地影响着孩子们。

初一1班班主任张秀玲，始终和学生们一起接受阳光的考验，一刻也不在阴凉下休息；

5班班主任路丽娟，和孩子们一起训练，几天下来，原本白皙的皮肤晒得黝黑；

19班班主任杨青梅，在教官走后，自己还在操场上指导孩子们军姿正步；

28班班主任刘潇老师心爱的汽车变成了为孩子们运送饮用水的工具，并用她的手机忠实的记录着孩子们军训的影像，及时发到家长群里，让家长们及时看到孩子们的成长，她还为孩子们布置了军训日记，每天审阅并选出优秀的进行表扬，更激发了学生们努力军训的热情。

对于这些初一的孩子们来说，班主任老师那一张张陌生的脸，却又让他们觉得那么的熟悉。他们是孩子们新的路标，是学生们心中又一盏明灯。七天的军训，七天的感动，换来的是孩子们受用一生的吃苦耐劳的精神和追忆一生的温暖幸福的回忆。在这份回忆背后，是全体班主任老师的辛勤付出，才使一切变得那么精彩和完美。它换来的是学生们的安全和健康，换来的是学生们的荣誉和嘉奖，换来的是孩子们的感悟和收获，换来的是他们的收获和成长。班主任老师们给了孩子们军训成功的坚实保证，也正是这个群体，让孩子们懂得了什么是无私奉献，什么是高尚人生。

最后的军训会操表演上，这帮初一的小雏鹰们，排着整齐的队列，踏着铿锵的脚步走过主席台时，孩子们已然发黑的皮肤就是他们的勋章，一张张稚嫩的脸上透出的是坚毅与果敢，小小的身躯迸发出钢铁般的力量，赢得了学校领导和所有教官们的阵阵掌声。

金华园，这是他们起飞的地方，不远的将来，他们必将振翅高飞，创造一个又一个的奇迹。

大爱无疆，当那些优秀的军训教官给了孩子最后一个军礼，然后迅速转身集合，甚至还没有来得及接受孩子们给他们的最后告别和祝福语，就踏着整齐划一的步伐离去，只为孩子们心中留下了那一身雪白的记忆，此时全场潸然泪下。老师和家长们都说：经此一训，孩子们就长大了。

时光荏苒，如泰戈尔所说：“天空没有鸟的痕迹，但我已飞过。”初一的军训必将成为这些孩子们成长历程中一段最刻骨铭心的感动和享受。

**初一军训心得体会篇三**

初一军训，是我们迈入初中生活的第一步。初中，对于我们来说是一个全新的起点，我们将面对更多的学习任务、更繁忙的课程表和更多的挑战。而军训，无疑是让我们彻底告别小学生时代的活动。军训的到来，激发了我们对新生活、新环境的好奇与期待，同时也带给了我们浓厚的军事氛围，为我们培养团队合作精神、纪律观念和坚强的毅力奠定了基础。

第二段：初尝军训之苦。

军训的日子非常辛苦，这是我第一次体验到如此强度的训练。天天早起操场上晨练，伴随着教官的声音，听着格外嘹亮；然后是一场场严格的军事训练，如立正、稍息、原地转体、快跑、齐步走等等，常常让我们头昏脑胀、筋疲力尽。尤其是在炎炎夏日，汗水如雨下，几乎把我们的力气都挤干了。虽然苦，但和同学们齐心协力，互相鼓励，我们一起克服了困难，顺利度过了军训的日子。

第三段：收获的成长。

军训不仅仅是训练身体，更重要的是向我们灌输了良好的品德观念和军人的纪律观念。通过每天的训练和教官的指导，我们掌握了严谨的纪律要求，学会了团队合作、服从命令，锻炼了坚持和毅力。这些品质将伴随我们一生，不论是学习还是工作，都会给我们带来巨大的优势。军训还使我意识到，只有通过不断的努力和付出，才能收获成功和成长。

第四段：珍惜对军人的敬意。

通过军训，我深深地感受到了军人的艰辛和伟大。无论是高温的炎炎夏日，还是寒风凛冽的冬天，他们都日夜守护着国家的安宁。军人的坚强意志和不屈精神给了我很大的鼓舞和激励，也让我更加敬佩和珍惜他们的付出。作为初中生，我们应该努力学习，将来为社会做出自己应有的贡献，不负军人们的期望和希望。

第五段：展望未来。

军训的结束并不代表我们只能停留在军事纪律的范畴，我们还要继续努力学习，培养自己的各方面能力，为将来的发展打下坚实的基础。我相信，通过这段军训的经历，我们将更加坚定自己的目标，充满信心地迎接新的挑战。我会用军训的精神，来面对接下来的初中生活，努力成为一名优秀的学生，为自己的人生奋斗，为国家的未来贡献自己的力量。

初一的军训给我留下了深刻的印象，不仅仅锻炼了我的意志力和纪律观念，更让我明白了努力的重要性和军人的伟大。我相信，只要我在日后的学习和生活中能够坚持这种精神，我一定可以在未来的道路上取得更好的成就。我将时刻铭记军训的意义，不断努力，让自己成为一个更优秀的人。

**初一军训心得体会篇四**

短短的4天军训很快就过去了，我感觉自己的身心好像完全受洗了。从站姿、行军站姿、左转、右转、换步等具体训练项目，以及教官在耳边的认真教导中，我们学到了很多。

它给了我很多启示：它不仅要求我们有铁的纪律，还要求我们有良好的精神面貌，更要求我们有团队意识。这也让我们更加意识到，作为一名员工，我们应该时刻要求自己，集中力量，随时接受上级的命令，面对一切军训场上认真刻苦，不仅考验你的坚韧，更考验你的团队精神。通过这次军训，大家都开始熟悉了起来，可以很快融入这个群体，在以后的工作中更加有效。

对车间操作人员的意义更大：一方面让企业在工作中更有效地管理我们，服从命令；另一方面，我们的内在品质也得到了很大的提升。至于我自己，通过这次军训，我对员工有了更好的了解，加强了纪律和执行力，为我成为一名合格的员工打下了良好的基础。

这次军训是我人生中的第二次军训，意义也很大。我永远不会忘记这次军训的意义。在这种军训精神的鼓励下，我会走好脚下的每一步，做好人生中的每一个细节，实现自己所追求的人生价值。

最后会操演练结束，总经理的讲话更让我们了解了，我们应如何去面对生活和工作，如何去用智慧去工作，用智慧去为\_\_有限公司去贡献自己的力量。让我们一起伴随公司向前更上一层楼。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**初一军训心得体会篇五**

今年，我作为初中新生，迎来了人生中第一次军训。刚收到通知书时，心里倍感兴奋又紧张。我开始担心自己会不会适应军训，会不会被教官责备，会不会受伤，还有一万个问题在脑海中打转。但当军训开始的那一刻，心中的悸动全部被满满的激情所取代。站在操场上，看到同学们一个个站得笔直，整齐划一的队列，我对自己说“军训，我来了！”

第二段：迎着挑战的坚毅。

军训的第一天就是登山训练日。早上6点半，我们就被教官吵醒了。大家还没来得及伸懒腰，就被迫穿上厚重的军装，拿着背包，迈开了第一步。一路上，我感到腿部肌肉酸痛，呼吸急促，但我告诉自己“稍息不是放弃的理由”。终于，我们登上了山顶。望着美丽的日出和远处的城市，我感到自己迎着困难和挑战一往无前的决心，变得更加坚毅。

第三段：合作共赢的力量。

每天的军训都有很多项目需要小组合作完成，而我所在的小组里有一个个性十分鲜明的成员。起初，我们的配合并不默契，经常出现意见不和的情况。但随着时间的推移，我们慢慢学会了倾听对方的意见，尊重和包容彼此的不同。通过相互合作，我们渐渐磨合出了一套高效的配合方式。我们开始互相扶持，在集体项目中表现出色。这让我深刻体会到了合作共赢的力量，只有团结一心，才能创造更大的成绩。

第四段：锻炼意志力的机会。

低头都看不见脚趾，即使在阳光明媚的天空下，我也感到燥热的汗水滑落在额头上。经过几天的军训，我发现这里真的是一个锻炼意志力的好地方。教官严格要求我们站得笔直，动都不能动，无论是在炎热的太阳底下，还是在狂风暴雨中，我们都要坚守阵地。我体会到了坚持的重要性，也收获了一颗强大的意志力。从此，我明白了只有不轻易放弃才能做到最好。

第五段：军训的成长与收获。

军训的日子转瞬即逝，我已经从一个毫无军人基础的初中新生成长为一个更加自信、坚强的人。在军训中，我学会了服从命令，保持冷静，勇敢面对困难，做出正确决策。军训培养了我对集体荣誉的重视和对自己力量的自信。我相信这些经验，将伴随我走向人生的各个阶段，在未来的征程中绽放更加耀眼的光芒。

总结：

通过这次军训，我深刻地体会到了军训的意义和价值。军训不仅帮助我们培养了纪律和团队合作精神，还让我们意识到自己的潜能和能力。尽管军训的过程艰辛，但这些经历将成为我们人生中宝贵的财富，帮助我们面对更大的困难和挑战。感谢军训的机会，我会将这段宝贵的经历牢记于心，将其转化为努力学习、拼搏进取的动力，不断追寻自己的梦想。

**初一军训心得体会篇六**

清晨，我们伴着浓浓的雾开始了一天的生活，“鸣—”的一声，同学们像脱缰的野马般冲了出去，冲到了草地上站着，听教官的训话，我们一个个像一座座雕像贮立在清晨的寒风中，伴随着第一缕朝阳开始了一天的训练。

临近中午，烈日当头。在太阳下的我们一个个汗流浃背，哈欠连天，一个个面容憔悴，这个时候正是考验我们意志力的时候，可是有几位同学都因为身体不适都“下了战场”。

吃过午饭，我们回到了宿舍，这时，我们发现这个拥挤的宿舍才是我们的天堂，同学们你一言我一语，仿佛把一上午的压力和苦累都宣泄出来了。午睡时我看着头顶上“热爱生活，学会独立，创造生活”这几个字，回想着两天的经历，我仿佛渐渐懂得了军训的真谛，再苦再累也要坚持。

一直到晚上，我们躺在各自的床上，回想着这一天，我们发现，正如教官说的：“咬咬牙，一切都会过去的。”

明天，我们就要离开了，我真感觉，我长大了。回到家后，爸爸妈妈一定能看到一个全新的我。

十一营倪朔。

**初一军训心得体会篇七**

第一天军训，我们穿着整齐划一的军装，站成整齐的纵队列，迈着铿锵有力的步伐踏上训练场。首先是军姿训练，教官讲解每个动作的要领和注意事项，然后一遍遍示范。我们紧张而专注地模仿着，一直到每个动作做到标准为止。接下来是跑步训练，教官教我们正确的姿势和呼吸方法，并鼓励我们尽力跑完。尽管累得满头大汗，但我们依旧在教官的激励下坚持到最后一刻。第一天的军训让我明白了，只有全身心的投入才能达到最好的效果。

第二天军训，我们迎来了更加严格的训练内容。首先是集合训练，我们需要在极短的时间内快速完成从教官口令到整齐列队的一系列动作。这不仅考验了我们的反应能力，还考验了我们的团队协作能力。当我们因为操作不协调而出错时，我们并没有灰心丧气，而是迅速调整了状态，重新开始。在这个过程中，我深刻地感受到了集体的力量，只有大家共同努力，才能完成任务。接下来是障碍训练，我们需要从一个个高低不一的障碍物上跳跃过去。教官告诉我们，这是为了提高我们的灵活性和应变能力。虽然有时会摔倒，但我们并没有气馁，而是笑着站起来，继续挑战。第二天的军训让我明白了，团队合作和坚持不懈的努力是获得成功的关键。

第三天军训，我们开始了实战演练。首先是野外生存技巧的训练，教官教我们如何建立简易的帐篷、野外用火和寻找食物。虽然这些知识在平时生活中并不常用，但在特殊情况下却能救我们于危难。我们认真地学习每一个步骤，亲自动手尝试，通过多次练习，我们逐渐掌握了这些基本技能。接下来是战术训练，我们组成小队，模拟实战环境下进行作战演练。这需要我们密切配合，灵活应对，同时还要保持高度的警惕性。尽管每次演习都会遇到各种意外情况，但我们都通过剧烈的活动和密切的沟通来克服困难，最终成功完成任务。第三天的军训让我明白了，实际操作能力和团队合作是解决问题的重要因素。

通过三天的军训，我不仅学到了军事知识和技能，更重要的是学到了团队协作、坚持努力和实际应用能力。这次军训是我人生中难得的一次经历，我收获了自信、毅力和团队意识。我相信这些经历将会对我的未来产生深远的影响。我要对自己说：“不要轻易放弃，要勇往直前，只有这样才能取得更大的成绩。同时，也要相信团队的力量，相信每个人的付出都是值得的。”初一的三天军训给我留下了难以磨灭的印记，我将用这段宝贵的经历，继续努力成长，为自己的未来铺路。

**初一军训心得体会篇八**

我的军训生活军训是辛苦的，是快乐的，是无奈的，又是生动的。在短短几天的训练中，我们也尝到了“酸、甜、苦、辣”。今天是军训的头一天，同学们聚在操场上，脸上洋溢着兴奋和不服输的劲头，好象根本没把辛苦的军训放在眼里。

点完名后，一个精干魁梧的军官来到我们面前，他宣布今后由他来担任教官来训练。

第一个项目是站军姿，我想：“不就是立正嘛，这有什么？”于是就端端正正的站好，每当教官走过来时，总会向我投来赞赏的目光，我心里美滋滋的。

但好景不长，随着时间的推移，我渐渐的支持不住了，可天公不作美，今天恰好又是艳阳高照，晴空万里。平常没感觉太阳有多毒，可今天，太阳就在头顶悬着，无遮挡的洒下阳光来。不一会我就满头大汗了。

今天的军训让我尝到了辛苦，也让我领略到了太阳之毒辣。

下午的训练又在阳光下开始了，主要训练内容是正步走。经过一上午的炙烤，地面的温度可想而知，我和旁边互相看看，都有些退缩。

指导员好象看出了我们的心思，就对大家说：“我知道大家很辛苦，但如果不走正步，也就失去了军训的意义，我也不强求大家，走不走，由你们自己选择。”听了这席话，我们都沉默了。

但过了一会儿，有一个男生举起手说“我参加”。见他举起了手，又有更多只手纷纷举了起来。我对自己说：“如果不走，固然要轻松很多，可将来会操时，如果有一个人走不好，就会连累全班……”

想到这儿，我毅然决然的举起手。不一会儿，50多人的手全部举了起来。指导员见大家态度明确，就发出口令：“齐步—走！”可能是指导员那席话的缘故，大家走的很整齐，还得到了指导员的表扬。虽然每个人的脚上都起了泡，但我相信大家都是快乐的，至少我是快乐的。

同时我们也迎来了会操。大家用汗水浇灌的种子，就要在会操的那一天结果了。一班、二班，现在轮到我们班了，指导员带领我们走出草坪，不久，操场上就响起了我们整齐的踏步声。

**初一军训心得体会篇九**

初一军训作为中学生的第一次集体训练活动，既是对新生军训素质的考验，同时也是培养学生团结合作意识和纪律性的重要机会。所以，在军训前，学校对学生进行了严格的准备工作。学校提前制定了详细的军训安排计划，并对学生进行了预训练，使他们能够适应集体生活和军事训练的要求。同时，学校还组织了军训服装的发放，确保学生朴素而整齐的军装形象。通过这些准备工作，初一军训活动得以有条不紊地进行。

第二段：军训过程的挑战。

军训过程中，学生们经历了一系列的苦训和考验。每天早晨的晨跑锻炼，让学生们重新认识到了时间的宝贵和精力的限制。紧张的队列训练和军事操练，让学生们体验到了纪律和团队的力量。逐渐增加的体能训练，让学生们意识到了自己的潜力和耐力。而高空绳索训练和生存训练，则考验着学生在高压下的应变能力和适应能力。这些经历让学生们在面对困难时变得更加坚强和勇敢。

第三段：军训活动的收获。

初一军训活动不仅仅是对学生体力和意志力的考验，更是一次思想教育和团队建设的过程。通过参与军训，学生们深刻体会到了纪律的重要性以及团队合作的重要性。他们学会了相互帮助和支持，学会了坚持不懈和不怕困难。通过团队活动的安排，学生们能够学到更多的社交技巧和交流能力，并在与队友的沟通和配合中提高自己的团队协作能力。这些收获将在学生们的成长道路上起到长久的积极影响。

第四段：对军训改进的建议。

尽管初一军训活动带给了学生们很多收获，但我们也认识到了一些问题和改进的空间。首先，军训活动的时间安排不够充足，导致了紧张度不够和效果不够明显。其次，军训活动缺乏足够的创新和个性化，学生们的兴趣和积极性有所下降。第三，由于学生素质和体能的不同，军训的要求有时过高，导致一些学生压力过大。因此，对于未来的军训活动，学校应该更加关注学生的实际情况和需求，适当调整计划，提高活动的质量和效果。

第五段：军训带来的成长。

初一军训活动不仅是一次身体上的锻炼，更是一种心理上的历练。通过军训，我们加强了团队合作意识和纪律观念，提高了自身的耐力和适应能力，培养了自信和坚持不懈的品质。我们从中明白了团队的力量和自我超越的重要性。初一军训活动是我们成长道路上的一个重要里程碑，我们将永远铭记这段特殊的经历，并把它作为我们未来成长的源泉和力量的来源。

总结：初一军训活动是一次全面培养学生的机会，不仅提高了学生的体能素质，更重要的是锻炼了他们的意志品质和团队合作能力。通过这次军训，学生们收获了很多，也意识到了自己的不足之处。同时，军训活动也带来了很多积极的影响，增强了学生们的自信心和团队意识。通过对这次军训的反思和总结，我们相信学校将进一步改进军训安排，为学生们提供更好的成长和发展机会。

**初一军训心得体会篇十**

6个陌生的新生，在坐上开往东方绿洲的巴士那一刻起，有了一个共同的名字——3班。迎接我们的是挑战，是锻炼，也是3年集体生活的开始。友谊和团结在这片绿洲上开始酝酿。

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。

野地扎营是难忘的一个环节。同学们要协力在草地上搭起一个很大的帐篷。“女生扶支架，男生敲铁钉！”二十几个相互认识几天的同学，像是早已有了默契，每一个人都有条不紊地忙碌着。铆钉尚未全部到位，一阵大风吹来，威胁着刚有些雏形的帐篷安危。负责扶承重主干的女生有些站立不稳，我见状立刻箭步上前伸出援手，两人相视一笑。有了友谊强大支撑，帐篷在大风中仍然屹立不倒。一扇无法闭合的小天窗也制造了不少麻烦，但是我们运用集体的智慧克服了这个困难。大家好像是荒岛上的冒险家，在这里建起自己的家园。扎营完成后，我们坐在自己搭起来的帐篷里，围着主撑杆载歌载舞，好不热闹。钢管舞，拉丁舞，街舞，流行音乐……我为多才多艺的同学们折服了。同学间的距离进一步拉近了。我没有料到的是这还只是同学们的一部分才艺。不久后的文艺联欢晚会上，我班同学的幽默小品荣获了领导的最高评价，全场更是笑声不断。

如果说集体活动充满快乐，那回寝室后的自理生活则是对我们这些在家娇生惯养的“小祖宗”的严峻挑战了。捧着衣物走到水斗旁，才意识到肥皂没带来，折返后带了肥皂，又忘了衣架；手忙脚乱洗完的衣物往往不是肥皂没漂清，就是没洗干净；还有每天要起个大早把被子叠得有棱有角，被单铺得一丝不乱。一开始我简直要疯了！慢慢习惯后，我感到自己真的成长为一个独立自主的人，这种感觉很棒。

**初一军训心得体会篇十一**

初一军训是我人生中的第一次军训经历。刚开始报名的时候，充满了好奇、期待和紧张的心情。来到训练基地，看到一群同学整齐划一的队伍，战士般的动作，我倍感自豪和自责。刚开始的几天，身体不适应，汗水湿透了我每一片衣衫。然而，逐渐熟悉了军训的规律和要求，我开始体会到了军训的价值。

第二段：以军训锻造自身品质。

军训是一种身心的锻炼，不仅给我们锻炼了体魄，也锤炼了意志品质。在军训中，我们每天早早起床，整理好自己的卫生，保持队列的整齐，操场上训练的时候，大家肩并肩、背靠背密切配合。每一次训练，都考验着我们的毅力和耐力。有时候会出现一些意外情况，例如受伤或者突发状况，这时候自我应急的能力就得到了锻炼。通过这些训练，我学会了坚持不懈，学会了面对困难勇往直前的精神。

第三段：军训中的溶合。

军训是全班同学在一起的机会，我们没有分班、排座，也没有任课老师。我们只有一个共同目标，就是完成每一天的训练任务。在一起的时间里，我们要互相帮助，互相合作。在每天的任务中，我们共同进退，共同出色的完成任务，在这过程中，彼此之间的友谊更加得到了加深。我们一起满足口渴的需求，一起分享雨天的汗水和阳光下高温的煎熬。在军训中，我们都是平等的，彼此的人际关系也得到了改善。更多的时间是大家自己处理的，我们参与各种游戏和活动，共同度过这段短暂的军训时光，增进了友谊。

第四段：军训与生活。

军训一方面使我们培养了不同寻常的毅力和毅然的奉献精神，另一方面也使我们熟悉和适应了军队式的生活。在军训中要求我们注意卫生，要求我们按时作息，要求我们不奢求过多的物质享受。这样的军队生活使我们更加深入感受到了军人的艰辛，学会了珍惜生活，学会了面对生活的平淡和困难。在军训结束之后，我逐渐明白了战士们平凡而伟大的生活。

第五段：军训收获。

初一军训是一次宝贵的经历，不仅使我更加坚强，更加懂得珍惜，更加热爱这个美好的集体。在军训中，我不仅收获了锻炼身体与意志的机会，还收获了友谊和人际关系的宝贵财富。军训也教会了我如何忍耐与坚持，如何与同学合作。通过军训，我的个人品质得到了提升，我更加有信心，更加积极向上。

总结：

初一军训为我们开启了一扇窗户，让我更好地去了解军队生活，珍惜时间，锻炼毅力和坚持。在接下来的学习生活中，我将更加勤奋努力，继续秉持军训中学到的坚持不懈的精神和合作共赢的态度，更好地发展自己的能力与品质。我相信，初一军训必将成为我人生中最宝贵的财富之一。

**初一军训心得体会篇十二**

在军训中，我们接受了教官的严格指导，学会了站姿、急行军、向前走等许多训练项目。我们也看到了军人的威严。同时，我们可以强烈地感到，我们应该努力工作，不要向任何困难低头！

军训的时候，教官总是严格要求我们。”筠子严肃地站着，标准！别动！谁站不好给我俯卧撑！”“室内卫生应该做好！谁的宿舍扣三分以上，他就得跑体育场！”我们每天学习生活紧凑。虽然要求很严格，但是我们从中也学到了很多。我们以前是“小公主”“小皇帝”，现在可以独立生活了！

军训让我们很累。随着“踏呀踏呀”的脚步，汗水也落下来了。动作不仅要整齐，还要有气势。教练对我们的要求很高，这大大增加了我们的训练时间。天已经红了，我们还在向前走。

九月，太阳热如火。如果没有汗水，怎么克服很多困难？只有战胜自己，战胜困难，才能赢得最后的胜利。回顾我们经历的困难，我们为自己感到非常自豪！经过这次军训，我们不再是被呵护长大的孩子。

只有经过军训，我们才知道它对我们有多重要！那几天，我们的脸涨红了，汗水一滴一滴的流下来，但是我们很开心。在这三天里，我们过着充实幸福的生活。

军训期间，老师为我们做了很多。当我们被老师处罚时，老师和我们一起站在烈日下。其实这四天很多人都为我们做了很多。教官在阳光下陪着我们，食堂工作人员在为我们琢磨菜谱，学校领导在为我们拼尽全力，家长在为我们加油，大家都为我们付出了很多。

**初一军训心得体会篇十三**

初中生活的第一天，我迎来了三天的军训。一开始心里别提有多激动了，虽然有些紧张，但是内心更多的是期待。我知道，军训不仅仅是锻炼身体，更是培养我们团结协作和坚毅意志的一个过程。这是我们成长的必经之路，也是我们从学生到青少年的过渡期。因此，我决心要全力以赴，充分利用这三天的时间，从军训中收获更多的改变和成长。

第二段：锻炼身体的不易。

军训的第一天，我们经历了紧张的入队仪式。等待的时间虽然短暂，但是对于一个初入军训的新生来说，却是异常漫长。当教官宣布正式开始训练时，我们迅速出发，经过了长时间的晨跑后，训练内容渐渐升级。仰卧起坐、俯卧撑、跳远、跳高……一项项训练看似简单，却需要我们付出极大的努力。夏日的炎热使得我们汗流浃背，肌肉酸痛让我们难以忍受。然而，正是这种锻炼让我们的体能得到了提升，使我们具备了更多挑战困难的勇气。

第三段：培养团队精神的重要性。

除了个人能力的提升，军训还注重培养我们的团队精神。在一个集体中，每个人都有自己的个性和想法，但是只有团结一心，才能使团队发挥最大的效能。在训练中，我们要相互帮助和支持，要学会倾听和接受他人的建议。只有这样，我们才能真正形成团队的力量。通过这三天的军训，我收获了很多珍贵的友谊，这将成为我人生中难以忘怀的回忆。

第四段：挑战自我，锤炼意志。

军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的磨砺。在训练中，我们不仅要面对各项技能的挑战，还要忍受长时间的高强度体力训练。尤其是在炎热的夏天，酷日炎炎，我们的意志经受到了巨大的考验。但正是这样的考验，激发了我们每个人内心的坚毅，让我们变得更加顽强和坚定。通过不断的努力和坚持，我克服了各种困难和挑战，取得了自己的突破，更加坚信只要努力就能够突破自己的极限。

第五段：反思与成长。

三天的军训转瞬即逝，回想起刚开始的那份激动和期待，我真的觉得自己成长了很多。通过军训，我学会了团队协作，培养了坚韧的意志，也锻炼了自己的身体。我深深地领悟到，只有在经历了挑战和困难后，才能真正感受到成长的快乐和满足感。军训不仅仅是一种体验，更是人生的一种财富，它会陪伴我们走过人生的每个阶段，让我们变得更加强大和自信。

军训三天的心得体会就是如此，经历了锻炼身体、培养团队精神、挑战自我、反思与成长的过程，我深深体会到了人生中成长的重要性。这些经历不仅仅在军训的三天里改变了我，更是对我未来人生的一次重要指引。我相信，在接下来的学习和生活中，我会把这些宝贵的经验和体会运用到实际中，不断追求自我，努力成长。

**初一军训心得体会篇十四**

初一的新生们在开学不久便迎来了一年一度的军训。军训对于每个学生来说都是一次难忘的经历，它不仅让我们理解了军事的基本常识，而且锻炼了我们的意志力、毅力以及纪律性。

第二段：体验军训对人生的影响。

在军训中，我们切身体验到了纪律严明、团队协作的重要性。一直以来，我们在生活中都是被家长和老师一步一步引领前进的，但在军训中，我们自己得扛起起责任来了。我们必须遵守规则，服从命令，才能和同伴们一起完成每一个任务。这种对集体的责任感不仅可以让我们在军训中表现更加出色，也会影响到我们今后的人生。

第三段：通过团队协作更好地提升自己。

在军训的过程中，我们必须和团队紧密协作，互相扶持，才能完成任务。当我们在团队中感觉到协作精神和集体力量的作用时，也就懂得了单枪匹马不是万能的，和团队协作，才能发挥出个人潜力的深刻道理。这时，我们会发现，自己的思维和眼界逐渐得到提高，自己也变得更加自信。

第四段：军训对于心智的锻炼。

军训还在我们的成长过程中扮演着重要的角色，这是因为这个时期的孩子们处于身体和思维非常敏感的状态，一些经验和知识在此时阶段施加进来，将对其整个人生产生重大的影响。在军训的过程中，学生们需要经历生活在严格的环境之中，保持自身稳定性的心理过程。这种过程既可以让学生在吃苦之后会产生毅力，还可以构建出高度纪律化的思维体系，从而面对更加严峻的挑战。

第五段：总结。

军训虽然考虑辛苦，但在此过程中，孩子们锻炼了自己的意志力、毅力以及体力，在团队协同作战，理解了纪律和条理的重要性。通过这次军训，我们不仅增长了知识，还发扬了健康的体魄和进取的心态。总之，只要我们认真钻研，紧密团队协作，去学习军事技能，那我们一定会在接下来的人生道路上更加得心应手！

**初一军训心得体会篇十五**

在这个依旧炎热的九月，经过了x天的军训，此时的操场再次恢复往日的平静，短短几天的时间，同学们都得到了一定的成长，作为班主任的我，将这一切也看在眼里，看着他们在这炎热的天气中挥洒汗水，我的内心也产生颇多的感受。

这些同学们都是今年的初一新生，刚刚结束了小学生活，看着他们一双双清澈的眼睛，我也感受到他们身上满满的活力，初见他们时，一个个小脑袋东张西望，对这个新校园充满了好奇，而他们的初中生活也即将开始，那么等待他们的第一课就是军训。

第一天军训的时候，大家都处于很茫然的状态，因为对于大部分同学来说，这是他们人生中的第一次军训生活，难免有一些不知所措，因此教官也对大家进行了细心的引导，同学们也很快进入状态，这确实是在我意料之外的，本以为大家会很难适应一个全新的环境，而且可能要花费很长的时间，但是看到大家仅用了半天不到的时间就基本进入状态，我在心中也默默地为大家点了个赞，不过就算是大家真的出现什么问题，我作为班主任也会及时为大家解决的，因为这是我的职责。

在进入军训生活的第三天，明显看出来有一些同学出现了体力不支的情况，一个上午的时间，先后有x名同学从队伍中出来，进行短暂的休息，看着他们一个个泛白的脸，我的内心也不免担心了起来，还好事先准备了一些物品，刚好给他们应急使用，但是在训练过后我也仔细地询问大家的相关情况，发现他们早上经常不吃早饭，就算到了食堂也只是喝一杯牛奶就走了，他们说是因为早上吃不下饭，当我了解到情况后，给大家紧急开了班会，因为这关系到大家身体健康，绝对不能忽视，那么为了能够让他们认真吃饭，我每天早上都去陪着孩子们，和他们一起，也是希望能用自己的行动影响大同学们。

对于新初一的同学来说，第一次离开家，因此在日常的起居上我也多留意了些，同时，看到他们在训练场上一个个挺拔的身姿，听到他们一声声嘹亮的口号，也逐渐看到了大家的成长，即使是在炎热的天气中，他们也能够始终坚持，这是我作为班主任感到很欣慰的事情。同学们开始了新的学习生活，这一刻大家不再是小学生，身份的转变，也希望同学们能够尽快适应。

最后想对我的同学们说，欢迎你们来到新的学校、新的班级，从这里开始你们新的学习生活吧!

**初一军训心得体会篇十六**

六年的小学年月仓促而去，现在我所迎候的，是我的第一个中学年代——初中。一开端我不知道进入初中之后还会有一次军训，所以我也并没有做什么预备，仅仅单纯的想进入学校之后就开端学习，没有想到的是，班里许多的人都知道要军训了，唯一只要我不知道。所以我也只要草率的预备了一下，然后就进入这次军训傍边了。

咱们是一个新的班级，许多同学彼此之间也不是很了解，在这次军训傍边，咱们咱们都处于一个不断交融的过程中。刚开端两天的军训并没有那么高的强度，所以留给咱们相互知道和了解的时刻许多。趁着那段时刻，我也知道了几个很风趣的朋友，咱们一同军训，一同吃饭，树立起了很好的友谊。

到了第三天之后，训练就加强了许多，咱们苦不堪言，气候越来越热，许多同学在站军姿的时分，坚持不住都晕了曩昔。但是其他的人仍是在坚持，并没有由于一个人的倒下而挑选抛弃，这也是我觉得最为震动的一个当地。咱们都有着很激烈的决计，让咱们这个团体也变得愈加的坚决和英勇了！这是团体所影响我的当地，教会了我没有到抛弃的那一刻永久都不能屈服，只要坚持下去了，未来才会开花，变得绚烂。

这几天短短的军训，尽管看上去仅仅在苦和累中坚持，其实它静静的就训练了咱们每个人的毅力和决计。在学习的路上，这二者是非常重要的，假如读书和学习中，不能够坚持住自己的心里，那么一些略微的风吹草动就可能乱了咱们的阵脚，所以不论怎样，这次军训仍是给咱们带来了一个提示，让咱们正确的去面临往后的路途，不要畏缩，也不要惧怕。只要一往无前，才干触摸到真实的成功。

军训这段日子尽管完毕了，但是未来学习的日子还有很长。军训教会了咱们爱惜时刻，也教会了咱们要仔细的去对待每一件工作，因而我信任往后自己在踏入学习之后，不论遇到怎样的苦难，都是能够英勇去处理和面临的。

军训时刻虽短，可它是精而简的，它把最中心的东西留给了咱们，也把对咱们最有利的东西放进了咱们往后的时刻里。我感谢这次军训，也感谢每一个协助过我的同学，严厉的、鼓舞我的教官，也感谢我的教师静静对咱们的关怀和支付。往后的初中日子，我一定会掌握好，走稳每一步，不负咱们每一次等待。

**初一军训心得体会篇十七**

第一段：军训的重要性（200字）。

初一军训是每位中学新生必经的阶段，不仅仅意味着学校的安全性，更能够培养学生的纪律性和体力素质。通过参加军训，学生们可以学到如何遵守纪律、团结协作、坚韧顽强、勇往直前等宝贵的品质，对于他们的成长和未来的发展起到了重要的促进作用。

我校的初一军训安排充满了新鲜感和挑战性。我们每天都要早早起床，进行晨跑和威风凛凛的军体操，紧接着是严格的军事训练，如步操、射击、绳梯攀爬等。通过这些集体活动和个人项目的训练，让我们能够锻炼身体、增强体力和意志力，并培养集体荣誉感和责任感。

第三段：困难与挑战（200字）。

军训的过程中，我们经历了许多困难和挑战。最初，有些同学因为体力较差或没有军事训练经验而感到无所适从。但是，在教官们的耐心指导和同学们相互鼓励的情况下，我们逐渐克服了困难，变得勇敢和坚定。例如，攀爬绳梯一直是我最大的挑战，但经过反复的尝试和同伴们的帮助，我终于爬到了梯子的顶端，取得了巨大的满足感。

第四段：收获与成长（300字）。

通过军训，我不仅仅获得了身体上的锻炼，还培养了团队合作精神和领导才能。在集体项目中，我们要密切配合，相互扶持。而在个人活动中，我们需要表现出个人的特长和能力。这些经历让我学会了如何与别人合作和沟通，在同学们面前展示自己的优势和特点。另外，军训还加强了我的毅力和忍耐力，尤其在面对繁重的训练任务和困难的情况下，我能够咬牙坚持，从容应对。这些都是我在军训中收获的宝贵财富。

第五段：对军训的期待和感谢（300字）。

初一军训给我留下了深刻的印象和美好的回忆，它不仅仅是一次训练，更是一种成长和锻炼。虽然军训中遇到了许多困难和挑战，但每一次的挑战都是对自己的磨砺，都值得我们去追求。在这里，我要衷心感谢所有教官的辛勤付出和同学们的支持和鼓励。希望将来的军训能够更加精彩，让每个初一新生都能在军训中获得更多的收获和成长。

总结：

初一军训是一次锻炼个人能力和培养团队精神的宝贵机会。在经历了一系列集体和个人项目的训练后，我们从中收获了人生的财富和宝藏。军训让我们学会了遵守纪律、团结协作、面对困难勇往直前。它不仅仅是锻炼身体，更是锻炼意志力和毅力的机会。初一军训的经历将会对我们今后的学习和生活产生深远的影响，使我们变得更加坚韧和自信。

**初一军训心得体会篇十八**

9月5日，那是一个特别的日子。因为从那天起我参加了×××学校的军训。经过几天的训练，我懂得了许多课本以外的道理！

这几天的军训着实让我们辛苦了一把，这时毅力是最关键的。每天三个小时的军训大部分时间我们都是站立的，非常辛苦、疲惫。再加上烈日的烘烤，不一会儿，大家都已汗流浃背，汗滴不由自主地从额头慢慢流到眉毛、眼睛里，痛痛的，我们都咬着牙坚持着。靠着顽强的毅力，努力完成着教官布置的动作、要领。这军训体现的精神，我想一定会用在以后的学习中，这也许是军训的意义吧！

汇报表演时，一声号令，一个摆臂，一列步伐，还有那落地的“啪啪啪”声，同学们的动作整齐划一，脚尖绷得紧紧的，身体挺得直直的，就像一个人在做动作。想起小学以往的一些活动，有时表现得我行我素、自由散漫，而现在大家都很团结，都不希望拖班级的后腿。老师说：“初中的团体活动很多，比如说报告会、运动会，一个小小的差错将影响整个班级体。”在军训中，或许你动一动，整套动作就要重做。记住，集体利益大于个人利益！

“没有规矩，不成方圆”，这句古话在军训中同样适用。军训中，连擦擦汗都要打报告，更别提说话、做小动作了。军训，就是要把我们训练成待命的小军人。一场战役，一个军人能随意乱动吗？这就是铁的纪律，服从命令是军人的天职。“不经历风雨，怎能见彩虹”，张教官就是要把我们这些未来的建设者训练成纪律严明的.小军人！

虽然没有拿到理想中的一等奖，只得到了二等奖，但大家依然很高兴。面对二等奖，留下了遗憾，我们不免有些失落。这份荣誉，大家还是很珍惜，很快乐，我认为荣誉有时也不能看得太重，相信军训带给我们的是一个过程，有付出也有回报。

通过这几天的训练，我得到了很多很多。虽然军训是艰苦的，但军事化的训练不但锻炼了我们的身体，而且磨砺了我们的意志，增强了我们的信心，为我们的初中学习生活，写下了绚烂的第一笔！

**初一军训心得体会篇十九**

初中生升入高中后，首先经历的便是军训。这对于初一新生来说尤为重要，不仅是对人生的一次历练，也是走向成长的重要一步。经过这一段时间的军训，我收获了很多，也体会到了训练带给我成长的关键。

第二段：身体和意志的锻炼。

很多人都认为军训就是一场纯粹的体育课，但是我认为这比普通体育课还重要得多。军训锻炼了我们的身体，也锤炼了我们的意志。从早到晚的训练，不断地跑步、俯卧撑、仰卧起坐等动作，不仅让我们身体得到了最基础的锻炼，也让我们的意志更加坚定。即使感到疲惫，还能坚持到底，不放弃。

第三段：团队意识的培养。

军训除了个人的身体和意志锻炼，也十分重视团队意识的培养。团队中要求每个人密切配合、互相鼓励、共同完成任务。每个人都要想办法如何配合团队完成任务，这种团队合作的思维方式不仅能够在军训中体现，也能够为以后的学习和工作中提供极大的帮助。

第四段：领导能力的提升。

在训练中，还要求我们担任小组组长，带领小组完成任务。这种领导方式要求我们善于沟通、懂得分配任务、能够协调组员间的矛盾。这在以后的工作中也至关重要，能够成为一名优秀的领导者。

第五段：结语。

经过这段时间的军训，我深深体会到成长的关键在于如何跨越自己的极限，在如何与他人合作，在如何给予他人帮助的同时，不断自我提升。军训期间，我和我的组员们一起缓慢地向前走，知道了如何面对挑战，如何成长。在未来的日子里，我会在学习和生活中保持这种精神状态，成为更好的自己。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找