# 最新初一军训心得体会 如何写初一军训心得体会(优秀14篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-07-30

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**初一军训心得体会篇一**

初一军训是我人生中一次难忘的经历，通过近10天的军训，我收获了很多，不仅增强了体质，提高了纪律观念，还培养了良好的集体意识和团队合作精神。在军训结束后，我总结了一些写初一军训心得体会的方法，希望能够帮助到其他同学。

首先，写初一军训心得体会时，我们可以从自身的感受入手。军训是一次辛苦的体力活动，但它也是一次锻炼意志力和毅力的机会。我们可以通过记录自己在军训期间的困难和挑战，以及克服这些困难的方法和感受来体现自己的成长和进步。

其次，我们可以写一些与集体活动相关的心得体会。在军训期间，我们不仅需要团结一心，互相帮助，还需要营造积极向上的集体氛围。我们可以写一些关于团队合作、互动交流、集体意识的感受，以及如何通过团队合作实现共同目标的心得体会。

第三，写初一军训心得体会时，我们还可以结合自己的收获和进步来写。军训是一次很好的锻炼机会，它能够让我们在短时间内突破自己的极限。我们可以写一些关于体能提高、纪律观念养成、自我管理能力增强等方面的心得体会，并提供一些实用的方法和建议，帮助其他同学更好地适应军训生活。

另外，写初一军训心得体会时，我们还可以结合一些有趣的事情来写。军训期间，难免会发生一些有趣的事情，我们可以记录下来，分享给其他同学。这样不仅能够生动地展现自己的经历，还能增加读者的兴趣，使文章更加生动有趣。

最后，写初一军训心得体会时，我们可以结合一些感恩之情来写。军训是老师们为我们精心策划的一次集体活动，他们在我们身上付出了很多心血。我们应该感谢老师们的辛勤付出和悉心指导，同时也感谢家人们的支持和关心。我们可以写一些关于感恩之情的心得体会，表达出自己对他们的感激之情。

在写初一军训心得体会时，我们需要注意以下几点：一是要突出自己的思考和感悟，通过真实的体验来写，尽量避免陈词滥调和空洞的口号。二是要结合实际，提供一些实用的方法和建议，帮助其他同学更好地适应军训生活。三是要注意文采的表达，使文章更富有情感和张力，增加读者的兴趣。

综上所述，通过写初一军训心得体会可以总结自己的经验和感受，帮助其他同学更好地适应军训生活。在写作过程中，我们可以从自身的感受、集体活动、个人收获和成长、有趣的事情和感恩之情等角度来展开叙述，既突出了自己的特点，又能够吸引读者的兴趣。最终目的是启发读者思考，传递正能量，让大家能够从中受益并得到启示。

**初一军训心得体会篇二**

每年的军训比赛都是初一同学们的重要经历，今年的新初一军训比赛也不例外。在这个为期一周的军训中，我不仅锻炼了身体，提升了意志品质，还体验到了团队合作的重要性。通过这次军训比赛，我收获了很多，下面我就来给大家分享一下我的心得体会。

第二段：体验艰辛与坚持。

军训比赛过程中，我们要面对高强度的体能训练和各种极限挑战。比如，晨跑、爬山、障碍赛等。尽管刚开始的时候，我感到十分吃力，但我并没有退缩。因为我明白只有经历过艰苦，才能收获真正的成长。我每天都以坚持的态度训练，尽管苦，但我不会抱怨，因为坚持是成功的关键。

第三段：团结协作的重要性。

军训比赛中，我们分为小组进行比赛。在比赛中，团队合作和互相扶持显得尤为重要。我发现，只有大家团结一心，齐心协力，才能做到最好。在攀登高山的比赛中，我一度疲惫不堪，但我的队友们没有选择放弃，他们鼓励我，一同想办法，最终我们战胜了困难，并成功完成了任务。这让我深刻体会到团结协作的力量是无穷的。

第四段：加强意志品质。

军训比赛中，我们不仅要面对体力上的挑战，更要面对心理上的考验。在强度很大的训练中，我经常感到身心疲惫，想要放弃。但我懂得了坚持的重要性，学会了自我鼓励和调节情绪。我告诉自己要坚持下去，要相信自己的能力。通过这次比赛，我克服了很多困难，提升了自己的意志品质，更加坚定了取得成功的决心。

第五段：成长与收获。

通过这次军训比赛，我不仅增强了体能和意志品质，还培养了自律和自强的精神。我也明白了，只有通过不断地努力和付出，才能取得成功。此外，我还学到了团队合作的重要性，明白了团结协作的力量是无穷的。这次军训比赛是我人生中一次宝贵的经历，让我受益匪浅。

在这一周的军训比赛中，我变得更加坚强，更具有自信心和毅力。我相信未来的道路上，将会有更多挫折和困难，但我有信心能够面对并克服。军训比赛让我明白，只有不畏艰辛，勇往直前，才能成就更好的自己。

**初一军训心得体会篇三**

为期七天的军训结束了，在军训中，全班收获了很多，也学到了很多。

首先大家学会了吃苦。在军训前很多同学很自信，认为一定能轻松地完成训练任务，可后来发现军训并不像想象的那么轻松，站在火热的阳光下，皮肤被烤得生疼，在踢正步时，因没掌握好动作要领，总是容易踢上别人的手，在踢步的时候，腿和脚踢得酸痛，可这一切都忍住了，现在回头看看，觉得很有成就感。

在教官和老师的榜样和鼓励下，学会了坚持，在似火的骄阳下，觉得整个人都快热得脱水了，可我们依然坚持着，尽管十分难受，可是我们没有一人要求休息，我们最终都坚持下来，我们觉得这是一种成功，超越了自我，因为原来我们从来没有这样长时间地站在烈日下，没有一天十几小时地练习过军姿、队列、步伐、军警拳等，可是我们坚持下来了，除了一个见习同学，其他同学没有一个半途而废，都轻伤不下火线。

军训虽苦，可苦中有乐，当我们班以整齐的步伐走过阅兵台时，当阅兵台上响起鼓掌声时，有一种无法言表的快乐从我们心底里涌现出来，分散到身体的每一个部分。

“一份耕耘，一份收获”当我们为军训付出汗水的同时，明白了潇洒帅气的齐步、正步不是一天练成的;明白了冰冻三尺，非一日之寒;长江虽险，非一川之功，;明白了努力才有结果。

并且，我们懂得了遇事不退缩，有困难不放弃。在今后的日子里，我们要发扬军训中的吃苦精神和坚持的毅力!这次军训也必将成为我们铭记一生的回忆!

**初一军训心得体会篇四**

第一天，军训的号角吹响了，在火热的夏日里，我们初一的学生们步入了军训场地，迎接着严格的军训生活。通过这一天的军训，我深刻地体会到了军训的严肃与艰辛，同时也对自己的成长有了更深刻的认识。

在军训的第一天，我们都集中到操场上，校领导和军训教官居高临下地站在台上，严肃地看着我们。军训教官悠悠地说：“军训是对你们品质和意志的考验，它旨在培养你们的纪律性和团队合作精神。”当他们这样说的时候，我的心里有些忐忑不安，但同时我也激发了对军训的好奇心。

军训的第一项活动是引导我们学习站立及站姿，同时还教导我们如何握拳和握枪。在学习站立的过程中，教官们一再强调正确的站姿，告诉我们背挺直、肩并拢。在这个过程中，我意识到了自己平时经常驼背的问题，开始努力纠正。握拳这个看似简单的动作，也有很多技巧，我们需要一遍遍地练习。握枪更是充满了新奇和严肃感，每个人都小心翼翼地跟随教官的示范，保持枪姿。通过这些学习，我深刻地认识到了军人的严肃和专业精神。

军训的第二项活动是进行体能训练。教官们安排了立定跳远、引体向上、俯卧撑等一系列训练项目。在训练中，我意识到了自己体能的不足，每一次的跳远都离目标很远，引体向上的次数也很少。但是，教官们并没有因此对我们表示失望，他们耐心地指导我们，鼓励我们不断努力。我明白了，这严格的训练旨在培养我们的毅力和坚持不懈的精神。我立下了决心，在接下来的军训中努力训练，不断超越自己。

军训的第三项活动是学习行军。教官们教导我们如何保持整齐的队形、标准的步伐，如何快速地转弯和变换队形。起初，我们的队形紊乱、步伐不齐，但是教官们耐心地纠正我们的错误，指导我们如何配合，如何听从指挥，在很短的时间里我们队形稍微整齐了一些。我发现，行军需要同学们的密切合作和默契配合，只有团结一心，才能做到完美无缺。在每天的行军训练中，我体会到了团队合作的重要性以及集体荣誉感的力量。

军训的第四项活动是进行军事技能的学习。教官们向我们示范了如何正确地组装枪支和扣动扳机的技巧，以及如何使用手雷和进行防空训练。这些听起来很陌生的军事技能让我着实有些火烧眉毛，但是教官们耐心地指导我们，悉心解答我们的问题，并鼓励我们积极尝试。通过这些学习，我不仅学到了一些军人专业知识，更重要的是培养了自己的勇气和坚忍不拔的精神。

这一天的军训让我收获颇多，我深刻体会到了军人严肃的品质和艰辛的训练生活。军训锻炼了我们的体能，培养了我们的纪律性和团队合作精神，同时也让我们明白了军人的严格要求和专业精神。感谢这一天的军训，让我在初一的开始就学到了很多。我相信这次军训的经历会伴随我度过初中三年的时光，成为我成长的坚实基石。

**初一军训心得体会篇五**

在军训之前，我就听说这是一堂又苦又累的课，所以军训没来临之前，我十分害怕。作为一个独生子女，我是一个水晶，一摔及碎。我从小没受过一点苦。以前在哥哥姐姐的口中听到军训是怎样的残忍。我对军训是害怕的，可我选择了一个这样远离家的学校就必须面对军训。

爸爸妈妈早早的给我准备了很多东西，妈妈从一开始准备东西时嘴巴就没停过说这说那给我说这个东西什么时候穿这个东西怎么用怎么收拾。对于妈妈的话我并没听进去，只是回答哦是或许对于我来说军训是摆脱妈妈唠叨的好时机。也是我还自由的时机，可以不听爸爸妈妈的指挥了。

第二天早晨，我们就坐车去学校。来到学校看见一个个家长全是大包小包帮孩子提。我本来不想我的父母来的可他们切硬要来我真想说是我军训还是他们去军训!我来到教师看到班主任时我差点没晕。原来班主任是我的叔叔!只见爸爸妈妈和叔叔交头接耳不知道说什么。但肯定是关于照顾我的事。

一开始学校领导就开始发表属于他们的长篇大论，我可不耐烦，一个人想着军训我该怎么熬过个军训。领导终于讲完了，接下的教官就给了我们个下马威，要我们站军姿30分钟，不可以动一下。太阳火辣辣的晒在我的身上很不舒服，一会儿流汗，一会儿那儿痒，一会儿那儿痛，都不准动，不一会就有十几个同学中暑。家长们连忙过来拉拿药来，有几个家长甚至哭了起来要他们不要搞军训了，我本来身体也不太舒服了，可我一想如果我一病倒那我叔叔一定过来来问这问那，那我的面子往那里搁啊，为了面子我只好硬撑。死要面子，活受罪我为了这个面子硬撑着站够了，第一天就受这样罪。

**初一军训心得体会篇六**

新初一军训比赛是我参加的第一次大规模军训比赛，通过这一短暂但紧张的经历，我深刻感受到了集体的力量和个人的重要性。这次比赛不仅是对我们学习军事知识和技能的检验，更是对我们团结协作能力的考验。在这篇文章中，我将分享我在比赛中的真实感受，以及通过努力克服困难所获得的体会和启示。

第二段：感受体验。

整个比赛过程中，我充分体会到了军事训练的艰苦和严格，但同时也收获到了成长和进步。起早贪黑的排练时间，严格的纪律和规章制度，都让我明白到要想在军队中胜任工作，必须掌握严谨的作息和习惯。在排练过程中，领导教官始终强调团队合作的重要性，我在与队友间的默契和配合中体会到了团结的力量。当我们共同完成某个动作时，那种成就感和团队的荣誉感让我充满动力，愿意更加努力地付出。

第三段：克服困难。

尽管军训比赛是一项极具挑战性和高强度的训练，但是我坚信只要努力，就能战胜一切困难。在比赛的过程中，我遇到了很多难题和困扰，但是我始终保持积极的心态，不断地调整自己的状态和心理压力。在完成长时间的长跑时，我的双腿已经酸痛无力，但我告诉自己要坚持下去，最终成功完成了任务。同时，在比赛中也学会了让步和尊重，相互理解，一起为一个共同的目标努力。

第四段：收获与体会。

通过这次比赛，我不仅明白到了团队合作的重要性，更懂得了自身的责任和责任感。在与队友共同奋斗的过程中，我发现只有当每个人都尽自己的最大努力，才能实现我们共同的目标。同时，我也认识到自身存在的不足之处，比如对细节的重视程度和自律性等方面，我会在以后的训练中不断改正和强化自己。通过这次的比赛，我也更深刻地体会到了自己的力量和潜能，只要勇敢面对挑战，相信自己，就能突破自我，创造奇迹。

第五段：结语。

新初一军训比赛正式落下帷幕，但是我将这次比赛中的经验和体会带到了自己以后的学习和生活中。我深信，只有在不断挑战自我、锻炼自己的过程中，我才能变得更加强大和优秀。通过这次比赛，我收获了成长和进步，更增添了对军人职业的向往和热爱。我会坚持继续努力，争取在以后的军训比赛中取得更好的成绩，为我们学校争光，为我们国家贡献自己的力量。

**初一军训心得体会篇七**

有句老话说得好：人心齐，泰山移。

今天，是我初中生活的第二天，也是我军训的第二天。今天的训练，让我明白了团结一心的道理！

说实话，昨天的军训我们十六班效果并没有十五班、十七班好。所以今天远老师和我们五十八名同学养精蓄锐，等待今天在操场上大显身手。

早上七点五十，清脆的哨声响起，我们赶忙站好队，安静地走向阵地——操场。上午主要练习了左右转和占军姿。左右转可不是个轻松活，你得听清教官的指令，再根据指令进行相应的动作。这个动作既要求同学们的认真态度，也要求整个班集体的整体动作。所以我们想要做出高质量动作，一定要全体同学整齐划一，团结一心！

下午的训练更有趣了，是踏步走。踏步走本身动作并不难，比左右转还要简单，但是它更要求了动作的整齐度。刚刚开始练习时，我们第一排女生有些手足无措；有的出错腿了，有的手脚顺拐了，有的走得步伐快了，有的走得步伐慢了。总而言之，那可谓是\"一盘散沙！”一连走了七八回，却还总是乱得不行，大家一个个都在愁眉苦脸，努力想着有什么好办法。这时，教官发言了：\"同学们，你们一次又一次走不齐是因为你们只顾自己，没有想着照应别人！\"我们一下子豁然开朗，的确，体育是团竞运动，军训是集体军训，我们要像石榴籽一样紧紧包在一起，团结在一起，相互照应，相互理解，相互帮助！“三个臭皮匠，顶个诸葛亮。\"只要我们团结一心，就一定能超越自己！

我想：纪律教育运动不仅告诉我们要有坚定的信念、坚韧的毅力，更要有团结一心的精神，同学们要互助互爱，共同度过以后的四年初中生活！

最后，在我们班全体学生的共同努力下，终于练好了踏步走。在明天的军训中，我们会练习跑步。我坚信只要我们十六班团结一心，那么辉煌最终一定是属我们的！最后的桂冠也是属于我们的！

**初一军训心得体会篇八**

第一天的军训，对于我这个初一的新生来说是一个新的开始，也是一个新的挑战。当我来到操场，看到一群穿着军装和军帽的战士们，我不禁感到激动又略微紧张。然而，通过一天的军训，我深刻意识到了军训的重要性和意义。下面就让我为大家讲述一下我的第一天军训的心得体会。

第一感觉是严格和纪律。军训的第一天，我们就向战士们学习了如何行军和站军姿。战士们的一举一动都如此整齐划一，仿佛一个有机的整体。他们严谨的态度和自律的精神，在我心中留下了深刻的印象。我意识到，只有严格地遵守纪律，才能够达到团队合作和协同作战的效果。

第二感觉是团结和合作。在整个军训过程中，我们没有个人利益和私人情感，只有团队和集体的利益。我们经常在战士们的带领下进行集体操练和军事课程。在这个过程中，我们互帮互助，共同努力。每当我们的队列出现问题时，我们会齐心协力地改正错误。通过团结和合作，我们的队伍更加整齐有力，增强了战斗力。

第三感觉是坚持和毅力。军训是一项需要长时间持续努力的训练。在高温闷热的天气下，我们要不断进行各种体能训练和战术演练。刚开始，我感到非常辛苦和吃不消。但是，当我看到战士们始终坚持下来，他们的毅力和坚持精神让我受到了鼓舞。他们告诉我只有坚持下去，才能真正提升自己的能力和素质。

第四感觉是自信和勇敢。军训中，我们经常需要面对各种困难和挑战，如攀登墙壁和爬绳等。一开始，我会有些胆怯和畏惧。然而，随着训练的深入，我渐渐发现，只要保持自信和勇敢地面对困难，我就能够突破自己的界限。通过这些挑战，我在训练中逐渐变得更加勇敢，也更加自信。

第五感觉是专注和执行力。在军训期间，每一个动作都需要我们的高度专注和执行。我们要时刻保持集中注意力，不放松任何一个细节。战士们告诉我们，只有专注和执行力才能保证训练的效果和战斗的胜利。通过训练，我不仅学会了专注和执行力，也意识到在生活和学习中这种品质的重要性。

通过第一天的军训，我对军训有了更深的认识和体会。军训不仅是锻炼身体，还是培养意志力和团队合作精神的重要机会。我明白了纪律、团结、坚持、自信和专注的重要性。我相信通过这次军训，我将会变得更加坚强和自信。我希望每一天的军训都能让我进步，为未来的学习和生活做好准备。

**初一军训心得体会篇九**

—月23日，教官来的第四天，一向向往军营生活的我们，现在总算真正亲身体会到了军训的感觉。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在林荫道上上，那一声声口令响亮的回荡在每一个外院学子心中。“稍息、立正、齐步走、正步走、跑步走……”口令变了，各排队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。

虽然赤日炎炎，可训练场上的同学们个个精神焕发，队伍整整齐齐。军姿一站就是将近半个小时，虽然每个人的衣服都湿了，但是同学们都坚持了下来，坚决服从军令。几个小时下来，许多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学干脆就席地而坐。军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。经过一天的训练，我们深刻体会到了一切行动听指挥。

经历这次大学军训，人长大了点，吃苦的能力也强了些。我感觉到了军训时间越长，同学之间建立起的感情就更深厚。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的想家情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我们就是这样。

**初一军训心得体会篇十**

今天是x月x日，距离我们初一军训结束已经过去x天了，说来也奇怪，就在我们军训结束后，我们迎来了九月份的第一场雨，但是军训期间却是艳阳高照，不过那都已经不重要了，现在我也终于有时间写下这份自己的军训心得体会。

这学期我的身份有所变化，成功的从一名小学生变成了初中生了，盼了好久的这一天终于到来了，在新学期之初听说有军训这一个项目，我也是充满了期待，因为我还从来没有参加过军训，人生中第一次参加，我居然还有些兴奋。不过呢，我的兴奋之情在第一天军训结束的时候也跟着落寞了。刚到训练场时，我们便见到了给我们进行军训的教官，他们看起来都好严肃啊，感觉都不会笑一样，我的内心也不免多了那么一丝丝的紧张。

在我们领取完军训服装后，我们便被教官带着来到了指定的训练场上，不得不说，我们班多少还是有那么一点的运气存在，我们的位置靠近阴凉的一边，所以相对来说好了很多，不过仅仅十几分钟的时间，总教官下达命令，所有班级全部撤出阴凉处，向训练场中心靠拢，我的内心，“这难道就是快乐还没开始就已结束？”，我们就只能跟着教官的指令进行移动，下面就开始了我们的正式训练，站军姿、踢腿练习、一列一列走正步，经过了几个小时的训练，我感觉我的腿已经不是自己的了，不得不说的就是站军姿，听起来好像很容易，但是实际上每一个动作要做到位是非常不容易的，通常一个回合下来，手臂旁边的裤子都是湿的，站军姿的过程中都能感觉得到，汗水从手指尖处滑下去，但这还远远没有结束，教官也告诉我们这只是刚刚开始，想想还有后面的几天，我的兴奋之情早就“烟消云散”了，虽然军训确实比我们想象中的要累许多，但是我们每一个人都坚决听指挥！

在一天的军训中，我最喜欢的就是晚上的联欢，我们坐成一个圈，大家先后表演才艺，就这样在欢声笑语中，一扫白天的疲惫，而且在这样的氛围中，大家似乎变得更加开心了，有唱歌的、有跳舞的，我们班有两个男生居然还会说相声，真是让我们眼前一亮，一天的时光就这样在我们的欢声笑语中结束了，周始了x天，我们的军训也结束了，总结来说就是有累有笑也有收获，因为在这几天的军训中，我也变得更加坚强了！

我的第一次军训生活就结束了，同时，我也要开始初中的学习生活，那就为自己加个油吧！

**初一军训心得体会篇十一**

初一的第二天，我们迎来了期待已久的军训。太阳还未升起，鸟儿们的歌声早已响彻操场，我们早早地来到了训练场地，迎接着新的一天的军训。站在队伍前面，感受到了军训的庄重氛围，心情愉快又紧张。

第二段：自律的训练。

教官首先对我们进行了简单的热身运动，拉伸了筋骨，为一天的训练做好了准备。随后，我们开始了体能训练。军训并不仅仅是锻炼我们的身体力量，更重要的是培养我们的意志力和自律能力。在教官的带领下，我们完成了一个又一个艰难的动作，每一次的完成都让我们的自信心得到了增强。

第三段：团结的队伍。

军训中，我们还需要进行一系列的集体训练，如队列整齐训练和军体拓展等。通过这些训练，我们学会了相互协作、团结合作，强化了集体荣誉感。曾经茫茫人海中的陌生面孔，通过军训，成为了彼此间的知己和朋友。我们一起嬉笑，一起流汗，一起传递力量和动力。

第四段：坚持的毅力。

艰苦的军训让我体会到了坚持的意义。每当我们感到疲惫时，教官总是会鼓励我们坚持下去，因为只有坚持，才能解决问题、突破自我。而自己亲身体验的军训，也让我明白了只有在坚持中，我们才能迸发出无限的力量和潜力。

经过了几天的军训，我体会到了军人的辛劳与付出，更深刻地认识到了军人的崇高职责。同时，我也意识到自己仍需不断努力，提高自己的纪律意识，加强个人能力的培养，为国家的建设和发展做出应有的贡献。

通过这次军训，我不仅增强了体质，培养了自律精神，还锻炼了坚持和团队合作的能力。这些经历将会对我的成长产生深远的影响。我相信，只要我坚持做到自律和自我要求，我一定能够取得更好的成绩，成为一个优秀的人。

总结：

初一的第二天军训，让我经历了磨砺和成长。这不仅是个人的历练，更是团队的培养，让我们在短短的时间里感受到了军人的辛勤付出和崇高职责，更加懂得了自律和团结的重要性。这段军训经历将激励我们在未来的学习和生活中，不断努力提高自己，为了实现个人价值和为国家的发展贡献力量！

**初一军训心得体会篇十二**

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。

**初一军训心得体会篇十三**

激动了一晚上，宿舍“联欢会”结束了，同时也预示着新一天的到来。伴随着“嘟——”地口哨声，我们军容整肃来到操场，开始漫长的站军姿。我用余光扫视着队友，有的昂手挺胸，丝毫不放松；有的弯着腰，汗流浃背，即使水流到眼里，还不为所动；还有的趁着教官转身，快速擦了擦汗。我则信心满满咬牙坚持了。心里虽然闷，但我知道“不经历风雨，怎能见彩虹”。

吃完早饭，我们练了“立正”。首先双脚跟并拢，叉开60度角，然后左脚微微蹬出，而脚跟平移必须是右脚的一半。最后，再把脚收回。这看似简单的动作，在并不熟悉的团队里，想做整齐了，确实有些难度。但我们从一次又一次的失败中吸取教训，锻炼了队友之间的默契，终获成功。

接下来的训练里，我们还是始终如一，坚定不移的完成运动量。今天的训练中，我体会到了成功之后的快感。明天的训练即将开始，我们定会从中吸取经验的。

十二营杭天承。

**初一军训心得体会篇十四**

第一段（引子）：军训的日子。

初一寒假，是我参加社区军训的日子。这是我第一次体验军训生活，刚开始我对此充满了期待和憧憬。随着时间的推移，我慢慢发现了军训的严谨和艰苦，但也因此收获了很多宝贵的体会和心得。

第二段（军训的严谨有序）。

军训的第一天，我们就开始了晨练，早晨6点准时亮起的闹钟如闹钟一般铿锵有力。整齐列队、正步行进，成为我记忆深处的“经典”，这些严谨的动作让我感受到了军人的纪律和规矩。而且，军训期间每一个人都必须做到按时起床、按时吃饭、按时运动、按时休息，严谨的时间安排让我明白“时间就是生命”。

第三段（军训的艰苦体魄）。

除了日常的训练，我们还要进行体能测试和一系列的体能训练活动。我充分意识到了体能的重要性和自己的不足之处。每天坚持俯卧撑、仰卧起坐、跑步等训练项目，虽然辛苦，但我能感受到自己体力不断提升。通过这番努力，我对自己的体魄有了更深一层的认识，也学会了坚持不懈的精神。

第四段（军人训练的意义）。

在军训中，老师不仅对我们进行身体训练，更加注重我们品质和精神层面的培养。他们告诉我们要有团队意识，要互相帮助，要不怕困难，要用毅力克服一切困难。这些价值观的灌输使我感受到了军人训练的真正意义。它教会了我坚韧不拔和勇往直前的品质，这些对我日后的成长和学习都将起到重要的作用。

通过参加社区军训，我收获良多，也发现了许多不足之处。我学会了准时，整齐和迅速地完成任务，学会了团结与合作，学会了不达目的誓不罢休。它让我深刻地认识到，只有在严格要求自己的环境中才能成就真正的自己。尽管军训是非常严格和辛苦的，但这段经历使我变得更加坚强和自律。

总结：通过参加初一寒假的社区军训，我体会到了军人训练的严谨与艰苦，体验了纪律和规矩的重要性。同时，我也感受到了军人训练的意义，学会了坚韧不拔和勇往直前的品质。这段经历让我受益匪浅，为我以后的成长和学习奠定了坚实的基础。我相信，通过这次军训，我将努力成为一个更加优秀的人。

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