

2023年初中军训感悟 初中生的军训感悟(实用13篇)

在各类活动中，欢迎词常常作为开场白，为参与者们带来温馨和愉悦的氛围。撰写一篇精彩的欢迎词，需要注意哪些文风和节奏上的技巧呢？针对不同场合和目的，小编整理了一些欢迎词的实例，供大家在写作过程中参考借鉴。

初中军训感悟篇一

走在寂静夜空下的小道上，心情异常舒畅。突然之间，我想起了，那五天的军训生活。对于我们这一代的千金少爷，锻炼是少之又少，尤其是体能锻炼。所以，当我听到上初一年级后可以军训时，我莫名的兴奋了。

坐在大巴车上，我就一直在想：军训到底累不累呢？是谁训练我们呢？到底训练什么呢？我一直在幻想着答案。但是，事情艰巨程度好像远远超出了我的想象范围。

去军训那天的天气我至今还记得：天空阴沉沉的，没有一点阳光。那时的我不知老天是在恭喜我，还是在同情我。五天时间，说长也不长，说短也不短。但是，一向对时间不怎么在意的我，真真正正知道了什么叫“度秒如年”。

站军姿、蹲起、鸭子步、马步兼手臂侧平举……这些内容，我都不清楚我做过多少回，做过多长时间了。但是，现在的我不后悔！一点也不后悔去军训！

我在食堂“帮厨”时，一个女生在洗碗时手破皮流血了，但是她没有哭。那时我就想：这孩子真坚强！没有帮过厨的同学都说，“帮厨”的最轻松了。嗯，这点我不否认；但是，你又哪知道“帮厨”的苦？每天等你们吃完饭我们就要收

拾“烂摊子”了：忍着腿上的疼痛一桌一桌的收拾盘子，然后一个一个地洗干净，摆好，再然后擦桌子、扫地、拖地……虽然看起来很轻松，但是，那又是种怎样的苦呢？我想，我们的父母应该是知道的。

军训回来的那天早晨我起来的很早，看见了满天的星斗，也看见了美丽的朝阳。我想：老天一定在庆祝，庆祝我们脱离了“苦海”，庆祝我们的成长。

初一：程炎

初中军训感悟篇二

面对迎面而来的军训，我充满了信心，因为在开始的时候我就把这次的军训当成了我人生的踏脚石，也将被我征服。

我们欢聚一堂一起军训是非常开心的，军训的开始伴随谁的是汗水和泪水，痛苦快乐，征服军训是我的口号，也是我初中生活的开始。

站军姿半个小时，蛙跳一百，仰卧起坐五十，一次次的挑战一次次的磨砺让我原本坚定的内心开始动摇，一次，两次，一天两天，胳膊变得酸痛无比，两条腿，走路都开始打晃，此时的军训才开始三天，却让我感到了如同一年那么长久，原本嚷嚷着要征服军训的我，感到快要被军训征服了，一个人的傲骨不能因为一些外物所动摇，更不能因此成为自己的借口，因为我是来征服军训的。

看着一个个同学那坚毅的面庞，以往在我印象中柔弱的女孩子们也都咬着牙，挺着身姿，如同骄傲的孔雀不愿意低下高贵的头颅，我一个男子汉，怎能就此被比下去呢，我要坚持我要挺下去。军训的苦和累，完全超乎了我的想象，让原本高兴，充满挑战的我开始知道了谦虚，知道了努力努力在努

力，永不放弃才能够坚持下来。

一开始由于没有经历过军训一切都跟不上节奏，当然大家都一样，教练看着我们那挑衅的目光，开始就给我们下马威，一顿杀威棒下来，让我们这些锋芒毕露的学子开始知道收敛，知道敬畏，与尊重，通过一次次，艰苦的训练我们谁也不愿意就此认输，从而退出军训，因为我们都是有傲气的人，苦难我们接受，再苦再难它也是我们成长路上的一块挡路石，只有推开他，才能够在这条人生路上走得更长更久，军训就如以后的困难如果现在退却，以后面对困难时，那还有勇气吗？不低头不服输才是我们前进的动力，才能超越自我，超越前人。

团结，守信，遵纪守法，勇于面对困难这都是我在军训过程中的收获，一次次的训练教练用严肃，严明，错一罚十的训练下我们在快速成长，我们没有人退出，没有向困难低头，因为我们相信我们一定能、够挺过军训这一关，汗水是我们的激情，伤痛疤痕是我们的徽章，一次次的挑战一次次的迎难而上，我们得到了教练的认可，挑战成功走过了军训，在军训中收获的勇敢，团结，遵纪守法，自信，不屈，将使我终身受益。

初中军训感悟篇三

“流血流汗不流泪！掉皮掉肉不掉队！”朗朗的宣誓声，正是军训刚开始时我们的庄严宣誓，这六天里，我学会了很多。

别人总是说，军训很苦，很累，但总是收获满满。经历了军训的人才知道，真的是这样。

8月27日上午，我们来到军训地点—阿城，满怀兴奋的来到这里，一天的时间对我们来说过的很慢，从来没有受过苦的我们回到宿舍就开始了各种报怨“我的腿好疼啊！”，“明天还要那么早的起床啊！”……在家被宠成“小皇帝”“小公

主”的我们哪儿受过这样的累。我想，当初我们很多人来军训都认为是来玩吧。

时间飞快流逝，眨眼间，到军训的最后一天。这天早上，我们在为检阅作准备。和第一天相比，我们成长了很多。从最开始的站一会儿就嫌累到现在的站如松，从最开始的各种理由请假逃训到全员参加检阅。再苦再累，我们都咬牙坚持。检阅，是令我印象最深的一件事，从入场到结束，每个环节，每个动作我都记得清清楚楚。这六天，我们成长了，这六天，我们懂了很多。吃饭时我们不再说话，站队时我们不再打闹。我们不再需要家长在身边帮我们叠被，穿衣服，我们可以自己整理内务，自己照顾自己。“衣来伸手，饭来张口”这八个字已经远离我们。

经过军训，我们已然变成一个个坚强的小战士。是谁让我们变成现在这样优秀呢？是我们的教官。他严格要求我们，每个动作必须规范，否则严厉惩罚，却又对我们无微不至的关心。下雨天教官给我们的班主任发微信让鞋湿的同学回去换鞋。虽然他很严厉，但我们知道那是想让我们变得更加优秀。经过六天的相处，我发现，其实教官人很好，很优秀，优秀的人希望带出的兵也优秀。经过我们共同的努力，终于在检阅当天获得“标兵连队”的称号。我们没有令教官失望，我们达到了教官的要求，如果有机会，我希望当面对教官说一句“谢谢教官！”。这六天里，老师对我们也非常关心，下雨天他们冒着雨陪我们，没有人要求他们这么做，他们是自愿的。如果没有他们，我们不可能取得现在的成绩，谢谢老师！

这六天里，我们彼此更加了解，我们的友情越来越深。六连，永远的六连！利剑六连，热血男儿，百炼成钢，披荆斩棘，所向披靡！即使军训结束了，但在我们心中有一个永远的利剑六连！

初中军训感悟篇四

在这个炎炎夏日，我步入了初中紧张而激情的初中生活吸引了我。

初中第一节课就是军训，虽然只有短短的一个星期，但是对于我来说还是受益匪浅的。

两次台风以至于耽误了两天的军训时间，实际上我只军训了四天。因为时间的不足，所以教官对我们的要求都比较的严格一些，甚至会给予我一些小小的“奖励”。

两个不同的教官，教会了我不一样的东西。第一个教官爱开玩笑，但是比较严格，虽然他只教了我两天，但是我收获的东西却很多。例如：立、行、静、止，没有指令就没有行动，不犯错就不惩罚等，这些让我感受到了军人的意志力。

第二个教官，他比较放松于我们，对于我们不怎么的严格，但是在关键时刻也会变得很严肃，他教会了我什么叫适当的时候该干什么。

一开始，我们总教官总是喜欢“奖励”我们，到我认这些“奖励”是好的，可以让我们下次不会犯一样的错误。早上军训下午就变咏春了。

一开始接触对这些东西不了解，以为会很难，其实现在想想也没什么难的，只要认真，没有完不成的任务。

咏春内容博大精深交给我们的只是一些防护知识。

总结来说：军训提高了我的素质、文化见识，对中国传统功夫有点了解增强了我的意志力。最后，我要向那两个教官说一声谢谢，谢谢他们帮助让我成功完成了初中生涯的第一步！

初中军训感悟篇五

初中的第一堂课——军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人。他很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且做到互帮互助。团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑假生活中脱离出来，参加严格的训练，面对种种的考验。记得一次练习正步走，因为我们走得不好，教官让我们进行分解动作。要知道，保持一个姿势不动是很辛苦的。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸又烫，双腿麻木，胳膊酸痛，汗水不断地从脸上流下来，而且还口干舌燥的。正在这时，我突然感到手臂有些痒，定睛一看，原来是一只大花蚊子正趴在我手上吸血，完了，要在平时我早就把它拍死了，但是现在……我咬了咬牙，不管它，依然摆着正步走的姿势坚持了下来。

在军训汇报表演时，我们以班为单位，正步通过主席台。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。在军训的训练中，集体的荣誉感更让我们感悟，有种力量叫团结。再看他们，那笔直的身躯，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿，那汗水中神采奕奕的双眼，让我为之震撼。他们，这群正直不乏潇洒、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。就在汇报表演快结束时，我有代表全体新初一学生上台发言。这一切，无一不在展示我们的

训练成果。

也许，这短暂的三天是微不足道的，然而他给我们留下的印象却是无不深刻的。难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

初中军训感悟篇六

第一天：

今天是星期一，我早早的把东西收拾好，就到学校去了。

到了学校，我看见有十几辆军车停在学校门口，我激动极了，心想：终于可以去军训了。

我们升完国旗，吃完早餐，就排队上车了。我和邱霖坐在一起，一路上，有说有笑，还有睡觉的呢！

到了西丽军训训练营后，顿时安静下来，连大头针掉在地上的声音都听得到。

我们看到军官的神情严肃，好象军训很痛苦似的。首先，他让我们排好队，“我们军训训五天，每天早上起床6：30，”我们啊了一声，他接着说：“1分钟刷牙洗脸，然后迅速穿好衣服，叠被子，最后梳好头，出来排队。晚上：洗澡3分钟以内，晚上9点半全部洗漱完毕，做好睡觉前的活动，10点关灯睡觉。”然后，他带我们去参观了一下军官们的寝室，我们看到床上的被子，叠得像刀切的豆腐一样整齐，床底下的物品摆放成一条线。接下来，他带我们去我们自己的寝室.....

突然，我猛地睁开眼，原来是一场梦。

初中军训感悟篇七

“来军训你就已经把自己的镜子摔碎了，这些天你要拼好它，这样我才能看的起你们。

——题记

军训痛苦的，但也幸福的。

可能很、很辛苦，但是回顾这几些天的日子发现懂得很多、领悟很多。

每一次训练，每一次都会成长。

成长本身就是一种蜕变的表现，蜕变的过程中难免会有困难、难免会辛苦，但是成功了是很开心的。

就像毛毛虫变成一只美丽的蝴蝶一样，需要时间、需要毅力。

军训的日子一天天的过着，不知不觉，方队中的口号越来越响亮，步伐越来越齐，回到宿舍，大家都在讨论怎样才能走好方队，并且都互相鼓励。

什么力量能使我们团结一致，我想大概只有军训吧。

它使我们变得好强、变得团结、变得互相能理解对方，关心对方。

能让我们真正的认真起来，把不羁的我们改变了。

军训这段时间我们变了，因为一些事情，我们找到了目标，明白了不光要为自己而战还要为别人而战。

还记得有队友说过：“我们不能败，那些人正等着我们笑话呢，我们不能让她们看咱们笑话！”这就是我们要强的团队，

这也是军训教会我们：无论什么时候都要努力，很可能因为你小小的松懈而被别人超越了。

军训把自私的我们改变了。

它能让我们笑着携手跑到终点，能让我们在烈日下一起做俯卧撑，能让我们学会分享，学会换位思考。

我们不屑的军训啊，你到底有多大的力量，把我们改变成这样。

镜子拼好，没有遗憾。

军训是一种拥有神奇力量的活动，所以请全情投入吧，你会发现自已改变了很多，坚持了很多。

虽痛苦，但是会也会获得幸福。

在这活动中，你会发现属于自己的光芒，那些你已失去的或没发现的光芒。

在军训生活中，我们在蜕变，思想上，认识上，一点一滴，是军训让我们成长！

初中军训感悟篇八

你一定猜到了！那是在军训！军训前两天，老师告诉了我们这个消息。听完之后，全班顿时炸开了锅，同学们展开了面对面的讨论。有的说：“太好了，你不用上课了！”“军训爬楼梯？低年级的同学都要去上课！”其他同学都这样说。

这种做法是急行军。首先，左转，然后右转。“向左吹！”同学们都忍不住笑了，可能是因为老师家乡话有点重，也有可能部队就是这样！

终于在这一天，我们整齐的来到了大操场。我们一眼就看到了这些士兵。哇！大家都兴高采烈，好有精神。我们收起水杯后，站成了四排。教官来了，同学们互相提醒。他说这几天我们要学的就是站在军姿快速行军(包括左转右转)。教官说：“站姿是双脚呈‘v’字形，双手贴近裤子，身体微微前倾。我们先站两分钟。”停！太低估我们了！就站两分钟。但是没想到，我已经站了六七分钟了，教官说还有一分钟。唉，我以为不会那么简单。最后站完了，没休息两分钟，集合的哨声就响了。

短暂的三天军训结束了，但三天里的每一点点都会永远留在心里。学生们意识到士兵们不容易。他们的守边卫国精神值得学习！这将是我不难忘的回忆！

初中军训感悟篇九

从7月15日开始为期五天的`军训活动在操场上顺利地拉开了帷幕，自此掀开了我们军事夏令营生活的新篇章。

回想那短短五天军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但是辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们的全体在烈日下同甘共苦，曹教官对我们每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。

俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去应对今后的挫折。休息时，我们方队的男女生应对面的坐着，在教官的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们营员的沟通潜力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高了我们的综合素质，团队精神。

白驹过隙，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，五天的军训生活就结束了。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。

初中军训感悟篇十

军训对于中学生的我们在熟悉不过，我们本以为那是去玩，可是后来我们觉得军训更像是一场考验，一场历练，一场痛苦，而我觉得更像是一场蜕变。

来军训的第一天，一股铁血军风扑面而来。历时只觉一股威严油然而生。军队的生活并不是那样多姿多彩，只是单调如一，对于第一天的我们，还带着一股散漫，站军姿是一种痛苦，走起步是一种艰辛，不说话是一种伤害，而第一天我们倍感痛苦。

在接下来几天，血与汗与我们并肩。每天踏步走，正步走，站军姿，走方阵让我们倍感无力，每天的粗茶淡饭让我们倍感无奈，清晨的跑步老师陪伴，教官要求让我们备受痛苦。

不过其间我们感受到一股热血的久违重逢的感觉。正是因为这样我们才有了一种前所未有的动力，来推动着我们，永往直前。

谨此记……我逝去的军训……

初中军训感悟篇十一

说是对军训的感想，倒不如说是自己在这一天中的心路历程。

今天早上是我第一次以x中一年x班学生的身份进入这个将伴随我3年的校园。但一想到我今天是来军训的，又让我觉得有些浪费在校园里时间，总觉得军训是件很没意思的事情，就是站一站，走一走，跑一跑，规矩还多的要命。

可在新生动员会上，教官们那整齐的脚步、那洪亮的声音、那飒爽的英姿都深深地印在了我的脑海里。它们似乎在告诉我：团结在一起的人才是最美丽的！随后，我们便一军姿的学习开始了今天的军训。“脚跟靠拢，脚尖张开成60°夹角，膝盖并拢，不能留有一点缝隙。”教官句句精细的描述，让我真正了解到了军姿是多么的严整，同时也感受到了他们曾经受到的苦与累。

刚把军姿训练的差不多了，又多了个小碎步。当时在我看来，那就是一个简单的跺脚。可当我们全班同学认真快速地做着这个“跺脚”运动时，脚下传来的声音却出乎意料的大。这时的我，才最深刻的明白团结对于我们的意义。

团结的力量是巨大的。虽然在现今是个充满竞争的社会，但团结却仍是不可缺少的。特别是对于我们学生来说，在求知的路途上就需要同学之间的团结，来对付大家遇到的各种困难与挫折，齐心协力从自己或他人的困难中学习、吸取经验。

“赢得胜利的方法是团结，而并非竞争。”

其实这次军训，我们不仅仅要锻炼自己的体质和意志力、端正学习态度、培养良好的习惯，还要培养我们的团队意识，增强我们的集体荣誉感。一个班只有团结在一起，才能叫做一个班。我们必须知道，有些事物会比自己的个人利益更重要，就如班级的荣誉。我们应该以自己的努力去维护它、给它增光添彩。

该唱学的军歌了，我张大喉咙，大声地唱着这耳熟能详的歌——《团结就是力量》。看着大家如此卖力地唱着，相信我们一年x班一定能成为一个团结的大家庭！军训是一种苦，但却是“苦口良药”。如果你能憋足气喝掉它，那么它对你的一生都将会有无尽的益处。让我们用一颗学习的心去面对军训的“教导”吧！

初中军训感悟篇十二

记得5天前，我兴奋地做上校车，离开了家，离开了父母，离开了学校，离开了广州，来到了xx-的军训基地。

在这5天的军训生活教会了我自己一个人洗碗，自己一个人洗衣服，自己一个人叠被子，自己一个人收拾东西……我不再是温室里的花朵，不再那么娇气，不再那么依赖父母。

在军训生活中我不仅学会了独立，还学会了坚强。在这每天都要5点多起床，6点钟集合准备训练，不像在家里，可以睡到日出三竿，整天吃喝玩乐，游手好闲，无所事事；在这里只有硬板床可睡，不像家里的有软绵绵的床，睡起来舒舒服服的；在这里只有电风扇，不像家里有空调。但我还得感谢它们这些艰苦的条件，是它们让我学会了坚强。

在军训生活中让我印象最深刻是在火辣辣的太阳底下练军姿，我们一个个抬头挺胸，两肩后张，双手夹紧，脚跟靠拢，双腿早已麻痹，站了几分钟脚真的很酸，可是我们还是纹丝不动，因为教官一直在用他那炯炯有神的大眼睛盯着我们的一

举一动，苍蝇却在我们身边嬉戏，搞得我们都有点羡慕它们了，我们都汗流浹背，没有一丝抱怨。我常常想要放弃，可是我还是坚持下去了。因为老师说过：皇天不负有心人。只要有心，不怕无事成。我也想过：如果这点苦都吃不了，那怎么当一个兵呢？所以我要坚持下去，坚持就是胜利。

在短短的军训生活中，我得感谢有这5天的艰苦生活，它让我学会了独立、坚强、吃苦等，不要怕吃苦，你应该把吃苦当做一笔财富，不经风雨怎能见得彩虹。我一定会把短短5天的军训生活铭记于心。

初中军训感悟篇十三

一觉醒来，望着窗外嫩绿的叶子，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候又悄然而逝，十天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。有点痛，酸酸的感觉。教官走了，没有眼泪，也没有分别，那么匆匆。阳光照进来，落在堆在角落的军装上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，想着和教官唯一的依次邂逅的美丽，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。军训究竟带给了我什么，有吗？唉，军训，真像一场梦啊！记忆已经在疲劳的压迫下变得愈发模糊，对于军训，我能说什么，是从崇高的为保卫祖国而刻苦训练来说，还是充斥在这期间的铁骨柔情。当然，这都都是必要回忆和怀念的，但是否还有更重要的。

做为一个比较懒的人，军训中我吃了不少苦，有个人单独“表演”不太标准的俯卧撑的，也有与大家一起的，但周华健那种《一起吃苦的幸福》却不怎么体会的到，尽管我为了寻找回忆在那里满脸笑容汗流浹背地受罚，但烈日烤焦了我所有关于这个记忆的储存，而反复记起的是咬紧牙关想着的一句话：“好累啊，一定要撑下去！”也许许多年后我还能体味离家军训时那份不自在、那份累，以及汗流满面而不能擦的那种无法形容的难以忍受的感觉。有人说这是非人的日

子，是人生最黑暗的日子。我想如果是这样就应高呼万岁了，因为我们都熬过来了。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这些年，这种人与人之间的关系已经很少见，很令人怀念和留恋，向往啊！

军训，就让它成为人生的一段丰满的记忆，在岁月中酝酿，然后在几个亲友聚杂一起的时候再把珍藏着的那些温馨的片段捧出来，沉醉其中，享受感动吧！