

# 初中生军训心得体会(汇总7篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 初中生军训心得体会篇一

### 第一段：准备军训的心情

初中时光即将结束，我和同学们进入了最后的军训阶段。虽然军训仅仅持续了几天，但是其中的经历却给予了我很多启示和感悟。刚开始军训时，我对于即将到来的严格训练感到忐忑不安，同时也充满了期待。“全副武装”、“战斗力”这些词汇仿佛把我拉到了一个全新的世界，我想要借此机会来锻炼自己，展现出不一样的个性。

### 第二段：生活和学习的转变

军训的第一天，我们就遭遇了严格的战斗力测试，其中包括长时间的军事操练和户外生存训练。这些都是我们平时没有接触过的活动，我们需要用真正的军事步伐行军，用坚韧的毅力撑过艰难的户外训练。刚开始时，我感到身体疲惫不堪，心里也有一些动摇。然而我很快就明白了军事训练的目的，它不仅是要锻炼我们的身体，更是在短时间内改变我们的心态。通过军训，我学会了坚持不懈、团结协作和顽强拼搏的精神。

### 第三段：领悟军人的品质

在军训中，我逐渐认识到作为一名军人所应具备的品质。首先，他们要有责任感，始终以集体利益为重，并为此忍受各种困苦。其次，军人要有坚定的意志力，能够面对逆境和困

难，不放弃，坚持到底。最后，军人还要具备团结和协作的精神，只有团结一心，才能完成各项任务。这些品质都是我们平时所需要培养的，只有把它们融入到我们的生活中和学习中，才能更好地面对未来的挑战。

#### 第四段：收获与反思

通过军训，我不仅仅获得了更好的身体素质，还收获了对自己以及对团队合作的更深刻的理解。在之后的训练中，我和队友们学会了互相帮助与支持，懂得了团结的重要性。同时，我也意识到了自己的不足之处，比如应对压力的能力和自律性。军训结束后，我会更加努力地改善自己，在学习和生活中更加注重细节，提高自己的自律性。

#### 第五段：军训的意义

军训不仅仅是一次锻炼身体的机会，更是对我们品格塑造的过程。通过军训，我们不仅可以学到理论知识，更可以学会将理论知识付诸实践，并形成自己的独立思考能力。我们在团队中的合作和同学们之间的友谊也将成为我们记忆中珍贵的一部分。未来的道路上，我们都将会遇到各种各样的困难，但是只要我们能发扬军训中学到的精神，相信我们一定能够战胜一切困难，取得自己想要的成就。

在军训的日子里，我饱含着感慨和兴奋，希望能够用自己的经历激励更多的人。军训不仅是锻炼身体的一个机会，更是塑造我们品质的过程。通过军训，我学会了坚持不懈、团结协作和顽强拼搏的精神，也更加明确了自己未来的方向。军训让我重新审视了我人生中的价值观，也让我更加懂得了与人为善的重要性。我相信，我所收获的一切都将对我的未来产生积极的影响，而且我也将用所学展现出不一样的个性。

## 初中生军训心得体会篇二

作为一名初中生，我参加了一次十分有意义的军训研学活动。在这场活动中，我深受启发和感动，收获颇丰。下面，我将从五个方面分享我的心得体会。

第一，锤炼意志力。军训之所以被广泛应用于教育领域，一方面是因为军训对于锤炼意志力的作用。通过一系列针对性的训练，我得以逐步增强自己的意志力。在经历了长达一个月的训练后，我已经可以坚持做一些我原本难以坚持的事情，并且心态也更加稳定。这些练习对于我未来的成长具有非常重要的意义。

第二，增强体魄。进行长时间的训练，一个重要的意义在于可以增强体魄。在这个过程中，我能够感受到自己的身体得到了很好的锻炼。同时，身体的锻炼也伴随着心理及精神上的训练。在疯狂的跑步中，我能够感受到心情得到了极大的提升。这对于年轻人身心健康具有有益影响。

第三，尊重与纪律。在军训中，尊重和纪律是非常重要的。每次军训都要求我们遵守具体的规则，让我们养成了严格遵守纪律的习惯。并且，尊重教官和其他队友也是一个重要的价值观，这也是我们在训练中学到的。尊重教官能够让我们自觉地去遵守规则，在团队中相互尊重能够增加团队的凝聚力。这一点，在日后的人生道路中也会带给我们很大的帮助。

第四，认识到自我价值。军训研学也有一个排队的训练，这个训练看起来似乎是一个很普通的练习，但是却非常有意义。在每次排队的时候，我都会感受到自己的条件和能力与其他人不同。然后通过攀比，我更加清晰地认识到自己的优点和缺点，使我能够更好地规划自己的未来。

第五，团队合作能力。军训的最终目的是使队员之间建立和谐的关系，并以此为基础进行良好的团队合作。在训练过程

中，我们通过步伐统一、跑步、绳索等一系列训练来增加队员之间的互动和信任，从而有效提高了我们的团队合作能力。在以后的学习、工作生活中，这个能力也会为我们扫清很多障碍。

军训研学是一项十分精彩的活动，更是提升个人能力和求职的一个不错的途径。对于中学生而言，参与这样的研学活动不仅可以加强自己的体魄和意志力，还能通过与人互动，成为更好的团队成员。相信这次研学活动对于我未来的成长一定会带来巨大的收益。

## 初中生军训心得体会篇三

军训前充满了期待，希望能锻炼体魄和意志力。

一到军训场上，被训导员严厉的口令吓了一跳，心里暗暗发誓要严格要求自己。

### 第二段：初次接触军训

军训第一天，我们充满了疑惑和紧张，不知道未来的训练会是怎样的。

身上的军装让我感到格外崇拜自豪，虽然沉重，但我坚持挺直了腰杆，迈开了有力的步伐。

### 第三段：不畏艰苦，坚持到底

训练步骤愈来愈复杂，但我不退缩。

烈日下，我不禁有些疲倦，训练场上的汗水仿佛冲淡了一切疲惫，我坚信只要坚持下去，成功就在不远处。

### 第四段：军训收获

通过军训，我不仅学到了军营纪律和集体荣誉感，更重要的是，培养了坚强的意志力和勇往直前的决心。

我发现自己可以做到比自己想象的更好，只要不怕困难，努力奋斗，就一定能走向成功的道路。

### 第五段：军训心得体会

军训期间，感受最深的是集体荣誉感的力量，通过一起努力，我们培养了相互间的团结合作精神。

军训让我懂得了不论何时何地，只要有坚定的信念和努力的行动，就能战胜一切困难。

我会把军训期间的经历悉心保存在记忆里，它将成为我成长路上的宝贵财富。

## 初中生军训心得体会篇四

军训研学是初中生学校生活中不可或缺的一部分，它为学生提供了锻炼身体、增强意志力、培养团队合作精神的机会。在军训研学中，学生将以更加严格的纪律训练、高强度的体能训练、饱含历史文化气息的研学活动为契机，感受到了不同寻常的磨炼，也收获到了丰富的成长经验。本文将从个人角度出发，结合研学活动的不同场景、不同任务，来分享自己对初中生军训研学的心得体会。

### 第二段：研学讲座的体验

在军训研学中，我们有幸聆听了一些退役军人的讲座，他们和老师一起，为我们讲述了军队生活、战争历史和国防建设的重要性。这些讲座贯穿军训研学的整个过程，为我们提供了一个认识中国军人、了解国防意识的机会。通过这些讲座，我们更加深刻地体会到了国防教育的重要性，也使我们深深

感到，作为未来祖国的建设者，爱国爱家是我们义不容辞的责任。

### 第三段：野外拓展的收获

野外拓展是军训研学的一大亮点，我们被分为若干个小组，进行了一系列拓展训练。这些活动对于我们的挑战可不是一般的大：划艇、滑绳、越障、穿越等等都需要我们团队配合密切，寻求最优解，才能顺利完成任务。在任务中，我们要考虑到自己的身体素质、队友的特点、对任务地形的观察，不仅要灵活应变，还要有合理的战略思维和坚定的执行力。这些拓展训练在砥砺我们的团队协作能力和领导力之外，也增强了我们的自我认知和自我管理能力，让我们对自己以后的人生规划有了更加明确的认识。

### 第四段：苦砺身体、坚定意志

军训中的体能训练可谓是每个人心中的噩梦，半小时的晨跑、无数个俯卧撑、下蹲跳、原地踏步……这种训练不仅考验了我们的体力和耐力，更考验了我们的意志力和毅力。不管是在炎热的夏季还是在寒冷的冬天，我们都要时刻保持高亢的斗志，不抛弃、不放弃，坚持到最后。这种身体的苦砺不仅锻炼了我们的体魄，也让我们懂得了在困境中奋力拼搏、迎难而上的信念，让我们以更加坚定的姿态面对未来的人生挑战。

### 第五段：总结与展望

通过军训研学，我们在思想、文化、体能等方面都有了很大的提升，更重要的是，这些磨砺让我们收获了更加深刻的人生体验，成长了更加扎实的充实感。我相信，这样的成长经历会伴随我们一辈子，激励我们在今后的学习和生活中能够以更加积极的心态去面对困难和挑战，并始终保持着一颗热爱祖国、热爱生活的坚定心态。

## 初中生军训心得体会篇五

双瞳中虽不再有孩子的新奇而美丽的光泽，却依然能对着未知的未来心波不平；我上初中了，来到了一片新的土地，军训是我在这里的第一片开垦。

军训，是奇妙的，是有趣的，是劳累的，还是辛苦的，我不知道，也捉摸不透。

军训开始了，它并没有我想象中的那么轻松，相反更多的是苦和累。

军训就像一杯白开水，平淡无味；但却又像是一杯上好的龙井，让我们品味到了其中的酸甜苦辣，明白了人生中的许多哲理。

一句句淳淳教导像甘甜的泉水，一声声雄壮有力的口号像冲锋的号角，鼓励着我们前进。我们永远告别了娇生惯养的生活，毫不犹豫的扔掉了小公主，小皇帝的宝座，我们学会了独立自主，挺起了新的胸膛，向未来前进，向希望前进，向成功前进！

在军训中我同样找到了欢乐与友谊，虽然只相处了短短的四天，可我们的友谊却万古长青！

来吧！让我们迎接挑战吧！

让我们用坚定的信念去开拓一个美好的未来！

让我们怀揣着梦想去拥抱未知的未来！

## 初中生军训心得体会篇六

军训心得体会军训，是一个艰苦的过程，是一个磨砺人的意

志的过程，是一个让人去体会那些生活中的苦与乐的过程。

军训了12天，在这十二天里我们也学到了很多的东西，体会到了当兵的辛苦。这十几天虽然都很辛苦，却也给了我们敢于吃苦的精神。

上午和下午分别站半个多小时的军姿成为了每天的必修课。每一个动作教官都严格要求，我们必须按照军姿的动作要领站好了，否则会被再加时间。每天站完军姿后脚都完全麻了，失去了知觉，身体也快变得僵硬，只有慢慢地，一点一点地才能使身体逐渐活动开来。这单调枯燥的训练对于从小在父母的呵护下长大的我们来说无疑是万分的艰苦。虽然秋高气爽，天公作美，在这阴霾的天气，却也个个汗流浹背。即使心里有着说不完的埋怨，也得藏在心里。通过这几天的训练，我们已经磨砺出了顽强的毅力和不怕苦不怕累的精神。训练中，我们流下了无数的汗珠，或许有个磕磕碰碰流下了鲜血，但是唯独我们不能流下的是泪水。军训，是对我们的意志力的一种考验。流泪了就代表我们面对困难认输了。这不是我们所想要的结果，我们要的是军训结束后，我们意气风发，斗志昂扬，有着顽强的毅力，和不服输的精神。

## 初中生军训心得体会2

人们说：“军训是花钱买苦吃！”的确，这5天的训练是辛苦的，苦于在那军姿场上站军姿。要顶着炎炎的烈日，纹丝不动地站着，脚渐渐麻木，汗水从额头上渗出来，沿着头发滴落在肩膀上，任凭虫子飞来飞去，停在自己身上……无论有什么事情都不能动，一定要坚持、坚持、再坚持，直到哨声吹响。也苦于那三公里的夜行军拉链，跑3公里，是需要毅力的。在训练中，教官和老师问我们辛不辛苦？我们往往齐声地回答：“不辛苦！”其实，不辛苦是假的，但我们的辛苦是有意义的，有价值的。在这5天的军训中，我们锻炼了自己的胆量，磨砺了自己的意志。



会操结束了，我们的军训生活也跟着结束了，没有了平日的慌慌忙忙，真的很想继续回到那猛烈而又温和的太阳底下操练，真的很想再听到教官严厉却又悦耳的声音，可是一切都已结束，那只能成为我们美好的回忆。

可是通过这次军训，我们得到了很多。我们的意志得到了锻炼，生活得到了规范，行为得到了纠正，我们更团结了，更和睦了，更珍惜这段友谊了。这次军训真的让我们受益匪浅。

### 初中生军训心得体会3

短短的几天军训，让我想到了很多，让我成长了很多，同时，让我学会了思考，锻炼了我的意志。军姿展现的是军人的风采，坚定之心，硬骨之气。

军训让我体会到了军人的感受，军人每天重复的生活与艰苦的训练，为了国家和人民的安全，而坚守着自己的承诺。当兵的人放弃了家的温暖，亲人的怀抱，多少个日日夜夜只有在梦中思念着自己的亲人。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。现在的我们，每天抱怨着食堂的饭千篇一律，每天的生活就是学习，通过军训，我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味，每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有军人这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在生活的方方面面。

我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了第一天军训，我才体会到：军训何只是一个“苦”能描述？那经过多次艰苦训练而取得的‘进步；那有力的、催人奋进的、愉快的歌声？？这些不都是快乐的痕迹吗？军训固然辛苦，它就像攀登高峰，只有登上了顶峰，那吃过的苦就变成了快乐。

### 初中生军训心得体会4

双瞳中虽不再有孩子的新奇而美丽的光泽，却依然能对着未知的未来心波不平；我上初中了，来到了一片新的土地，军训是我在这里的第一片开垦。

军训，是奇妙的，是有趣的，是劳累的，还是辛苦的，我不知道，也捉摸不透。

军训开始了，它并没有我想象中的那么轻松，相反更多的是苦和累。

军训就像一杯白开水，平淡无味；但却又像是一杯上好的龙井，让我们品味到了其中的酸甜苦辣，明白了人生中的许多哲理。

一句句淳淳教导像甘甜的泉水，一声声雄壮有力的口号像冲锋的号角，鼓励着我们前进。我们永远告别了娇生惯养的生活，毫不犹豫的扔掉了小公主，小皇帝的宝座，我们学会了独立自主，挺起了新的胸膛，向未来前进，向希望前进，向成功前进！

在军训中我同样找到了欢乐与友谊，虽然只相处了短短的四天，可我们的友谊却万古长青！

来吧！让我们迎接挑战吧！

让我们用坚定的信念去开拓一个美好的未来！

让我们怀揣着梦想去拥抱未知的未来！

## 初中生军训心得体会篇七

军训是人生难忘的经历，军训结束后相信不少学生都学会了不少的做人道理。以下是往届高一生写的军训总结，记录了7天的军训生活中，那些宝贵的精神和难忘经历。

学校高中部高一新生为期7天的军训就要结束了，在校领导和武警\_中队领导的大力支持下，在教官的细心指导和同学们的努力拼搏下，我们的军训取得了显著的成绩，达到了预期的目标。这次军训，由于部队教官严格要求，认真进行各项科目的训练；同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训的同学都能积极的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和集体观念。培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学习和生活无疑是十分有益的。

军训中，教官们投入了极大的热情。对学生表现出极大的爱心和责任心，认真履行自己的职责，了解学生思想动态，关心参训同学生活，主动做好参训学生的思想工作，热情为同学们服务。在此让我们以热烈的掌声，向最可爱的教官表达最崇高敬意。

同学们，军训是每位高中生重要的必修课。这次军训的200名同学，经过军训技能考核，均取得优良成绩。

7天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带病、带伤坚持训练，从不叫苦叫累。3班的唐大伟、同学在训练中，虽身体不适稍做休息又投入到高强度训练之中。1班的、2班的、3班的、4班的大李帅、谢丽军、刘佳庆等同学是军训学生的榜样，他们高标准要求自己，各项技能成果走在了最前面。

106寝室的同学用午休时间清扫场地积水，热心为集体服务。军训不仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的友谊和集体荣誉感。

军训中在同学们身上真正体现了一名高中生的优良品质和奋发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了\_学子军训的新篇章。

我们参训的老师从军训开始一直关心、体贴、鼓励参训同学，用自己的模范行动影响和带动了同学们积极参训，你们的感召力是无穷的。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保学生军训工作的顺利进行，提前准备，确定目标，体现了军训各项工作抓紧、抓严、抓实的特点。

在这里需要特别感谢的是武警\_中队的参训教官，你们严格施训以及高度的责任心，保障了本届军训任务的圆满完成，在这里我们向你们敬礼，向你们致敬！

同学们，短短的7天军训此时此刻就要结束了，军训结束后，希望同学们继续发扬军训中焕发出来的好精神，好作风。把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。最后，祝教官们身体健康，工作顺利！祝同学们在新的学期里学习进步，幸福快乐。愿\_学校走向辉煌。

军训心得体会5