# 最优初一新生军训心得体会（通用22篇）

作者：神秘的山洞 更新时间：2024-04-02

*军训让我深刻认识到了坚持不懈的意义，只有坚持才能达到自己的目标。以下是一些来自军训教官的军训心得体会，可以从他们的角度看到军训对学生的影响和作用。初一新生军训心得体会五天的风吹日晒，五天的汗流浃背，五天的刻苦练习。为的，就是明天的军训会操。*

军训让我深刻认识到了坚持不懈的意义，只有坚持才能达到自己的目标。以下是一些来自军训教官的军训心得体会，可以从他们的角度看到军训对学生的影响和作用。

**初一新生军训心得体会**

五天的风吹日晒，五天的汗流浃背，五天的刻苦练习。为的，就是明天的军训会操。

在全班50多人的庞大队伍里，每个人都认真刻苦的练着。有被晒伤的，有头晕的，还有胃疼的.。尽管累，尽管难受，但同学们无一不坚持了下来。

每天早晨6点半必须准时集合，有的同学忙的都吃不上早饭;每天中午同学们吃完午饭要服从纪律，必须尽快休息;到了下午，也正是太阳最毒的时候，同学们又要在这烈日下站军姿、起步走。每天都这样持续着，但没有一个同学喊过累。

尽管汗水已将头发、军服湿透，但同学们依然咬牙坚持着。在这五天里，我同时也学到了很多。军训第一天，站军姿时，我站的特别不好，老师经常给我改正，教官也屡次批评我。我自己也知道练得不好，于是我下定决心：“今天才是第一天，以后还有四天呢，一定要加紧努力，改掉做的不好的地方。”

到了第二天，我努力做好每一个动作：站军姿，起步走等。我挺直了身板儿，抬起了头，作出了一副军人的姿态。我很累，但是我知道，只要努力了，就一定会有回报。到了下午，老师开始点评，当老师把我喊上前去，我知道我的努力没有白费!

最后我想说的是，只要努力坚持，就一定会得到回报的!

**初一新生军训心得体会**

有人说，生活中的大部分遭遇和想法就像蒲公英，飘忽不定，一点痕迹也没有，但生活中有些真诚的东西值得收藏。短暂的军事训练日冲走了许多起伏。我愿意记住这最难忘、最难忘的记忆。让他牢牢占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

在军训的那天，我把自己当作一名士兵。这里有绝对服从的命令，也有绝对严格的纪律。虽然有规章制度，但他们培养的人是正直的，就像汉字一样，横而纵，宽而有力。这里没有个人魅力，只有团结的力量。这里没有优美的歌声，只有回肠的歌唱和激荡。

虽然军训的日子很苦，但他们可以尝到浓烈的咖啡味。我想我不能，但它考验了我，告诉我要坚持下去，胜利最终将属于有信仰的人。每天以军人的姿态站着，我觉得时间不再是时间。即使我的腿酸了，我也会直起来。每次我坚持下去，我都会超越我的感觉。有一个温和的风和雨，但它没有湿我的红色的心。在炎热的夏天有一次直接接触，但它不像晒黑的皮肤那样沐浴在我的坚持中。没有这种训练，我不知道片刻的休息会变成一种慈善。与正常休闲时间相比，它被称为真正的“奢侈品”。

军姿展现了军人的风采，同时也展现了义愤和坚毅之心的平静之美。你将感受到一种正义感，以你的骨骼为天空而自豪，以风、霜、雪而自豪。如果青春是精品，那么军事姿态就是美。

也是军事训练让我感受到了士兵们的感受。当“从心底说一句话”的铃声响起时，我的\'眼里充满了泪水。我想士兵们日夜听到这首歌都会哭的。他们放弃了家的温暖和亲人的拥抱。这是一项伟大的成就。他们与祖国的繁星一起照耀着我们头顶的云彩。我没有理由抱怨生活的无聊。每天过充实而有意义的生活，这对别人和自己都是有益的。因为这样一个群体肩负着比我重10万倍的责任。因为有一种生活比我艰难10万倍。我也应该以士兵的身份出现在诗人面前。

军训只是我年轻时的一小部分，但随着我的成长和成熟，我更渴望保持持久的军训经历。军事训练磨练了我的意志，把我们生活的一部分推向了极限，我的精神面貌焕然一新。它将延伸到我生命中的每一个春夏秋冬。军装是最美的，军歌是最响亮的，我最自豪的是成为一名军人。军训的日子就像风雨过后的泥土。我的祖先洗刷它，然后我的卑微的意见沉淀下来，直到它融化到我的生活的底部。

**初一新生军训心得体会**

今天军训了，从军训开营起，我就将成为一名老师口中的“小军人”了。

在初一年级中，我只是一名普通的“小兵”，但是，既然我进入了这个集体，就意味着我是这个集体中的一员，要心怀集体，与同学们团结友爱。

国旗和校旗是我们团队的象征，更是荣耀的象征；磨砺和挑战是我们强化的途径，更是激发我们斗志的利器，今天对于教官们来说微不足道的训练足以压垮我们了，所以我们要抓住这次训练机会，好好锻炼自己，让自己变得更强！

深处军营，才知道，想成为一个军人，不是随随便便就能成功的事，挑战自我极限，突破自己心中的目标是军训生活告诉我们的；在操场上醒目的一行大字：“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪，”告诉我：想成为一个军人，不止树立目标如此简单，更要不惧困难，勇敢追求；要敢拼敢做，跟上部队的脚步。把种种困难当作磨砺自己血性的尝试、锻炼，那么接下来的考验就不会给心理上带来太大压力，使接下来的考验对自己来说容易一些。

我还懂得了团队合作的重要性。许多挑战更不是一个人能完成的，队友的帮助十分重要，团结友爱，才是军训更深的意义所在。不要主动招惹别人而引起争执，在别人没有过分招惹你，挑起事端的时候，可以不必伸出拳头，不到实在被惹怒或语言的沟通无法解决问题的时候，切不可以使用暴力。

整个班级的成功才算真正的成功，在接下来的训练里，我会团结同学，继续接受考验让班级绽放光彩，争取让班级的实力提升至，因为我们9班永远的目标只有一个————第一！

**初一新生军训心得体会**

今天下了小雨，军训推迟，大家都坐在教室里说这个说那个。从：xxxx年xx月xx日正好是一个小时，使空闲时间，在幕布上放着一个个无聊的军事片，这种东西我想来是不太感兴趣。今天起得真早，6：20！对于我这种懒人来说已经很早了。所以一到学校，看不再出勤，我就开始扒在桌子上睡觉。过了一会儿，沉寂的氛围被打破，突然要开班会，内容也只是讲一些日常工作，台上女老师读的津津有味，台下同学也玩的津津有味。后来居然来了个貌似领导的人，来批评我们乱说话，这种事我早已习以为常，从小学到现在我已听过不知多少次这类批评。为了避免再次批评，老师只得无聊的读着学生手册。讲到中学生守则第18条时，我突然有了不少怀念。记得大概一年前，高一新生军训有感。在初中班主任的催促声中，那些犯错误的只能百十来遍的抄第18条，不知有多少同学都背过了这一天呢。

下午的生活相对上午就有趣多了。由于仍然下雨，下午的军训也只能停止，本又要在教室里看无聊的片子。可就在这时，班主任突然离开，教育片结束，没想到一个胆大的`居然自己换了另一部大片《史前一万年》。更没想到，今天下午居然是以这种方式结束的。

正因为这场雨，我们体味了别样的军训，虽然上午有些无聊，可下午是如此惊心动魄；正因为这场雨，我们头一次以这种方式来开始军训；正因为这场雨，我们也体味了别样的校园风情；正因为这场雨，让我记下了如此详细的一天。我感谢这场雨。

**初一新生军训心得体会**

转眼间，暑假即将结束了，我也从小学生变成了初中生，也即将面临开学前的军训。

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。 从九月二十一日开始为期两周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军 训生活的新篇章。 回想那短短两周军训的日子，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，但切辛苦 的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动 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面对今后的挫折 。

休息时，我们方队的男女生面对面的坐着，在训练员队长的引领下，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，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌， 提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。 白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。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。交院的明天会更加辉煌灿烂. 军训心得体会 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。

在这里，我们尝到了种种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩;那倍受关注的拔河比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚 也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的.暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

军训结束了，对教官也感到不舍，这次的军训让我们成长了很多，懂得了坚持，这是一段很难忘的经历。

**初一新生军训心得体会**

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的\*\*中学。

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中较累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！

在军训的较后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，“功夫不负有心人”我们初一(2)班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的`东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

**初一新生军训心得体会**

被水洗过的天空点缀着悠闲散步的云朵，风儿慢腾腾地飘过，为挺立在烈日中的身影送去一阵阵清凉与亲切的.问候。那一缕缕阳光，一道道身影混合着几声严厉的指导，形成了一幅美丽的画卷。

被太阳烤的炙热的操场上，无数学生正在坚持完成军训教官的指令，任由脸上的一串串汗珠滴落在衣领上，也不放弃，咬牙坚持着。“向右看齐！”教官扯扯湿透的军衣，粗着沙哑的嗓子吼着。瞬间，同学们又变换了一个新的姿势。

“原地休息！”随着一声令下，同学们就像泄了气的皮球，无力地坐在地上，捧起水杯，大口大口地饮用着杯中的水源。大约过了五分钟，起立的同学们又重新开始了训练。

这短短的一天军训，不仅使我明白军人的辛苦，还让我懂得不经历风雨，哪能见彩虹？一滴汗水一分进步，只有一步一步朝着目标前进，才能接触到心中最灿烂的彩虹。

**初一新生军训心得体会**

军训是培养我们吃苦耐劳的精神和坚强意志。

心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；是充满教官的训斥；是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

人生的路，应该充满自己的脚印，即使路上都是荆棘，那条路走的那么艰辛。我们也得坚持下去，只有这样的路才是我们人生精彩的路！

**初一新生军训心得体会**

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的老师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我理想中的七十五中学。

在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心情，开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不可以乱动，这让我意识到这是一个非常严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。

但是我一直都在不停告诉自己：不能半途而废，坚持就是胜利！在军训的最后一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，“功夫不负有心人”我们初一班的同学们都尽自己的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的老师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的`标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。虽然军训是很累的，但是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

**新生初一军训心得体会**

参加军训的学生每天天还没怎么亮就要进行训练，大中午的还要在太阳底下站军姿，黄昏都没有光了，还在进行齐步走。它们每天的时间都被排得满满的，但是也是很充实的。在这么忙碌、累的日子中，你肯定会有各种各样的感受，无论你的感受是什么样子，都记载在你的军训总结中吧，下面是本站作文频道的小编和大家分享的军训总结，欢迎大家前来了解。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。记得上学军训时，我们比这现在的军训还要苦。那时我们每天早上天蒙蒙亮就得抓起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，下午到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。训练过程中，不管刮风下雨，从未间断过，有时穿着湿衣服一站就是一上午，不时有人倒下，哭的人就更多了。但是军训结束后，整整一年，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，真的很有意思，也很感人!但这次为期两天的军训截然不同，性质也得以升华，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

两天来军训的内容并不多，只是常规的军姿、转法、齐步走，但是从这不多的内容中，我们还是能看到并体会到军人的作风。严肃认真，雷厉风行，有板有眼，不放过任何小细节。一个简单的军姿，从头到脚都有要求：头要正，肩微向后张，挺胸、收腹、提臀、夹腿、两脚要呈60度夹角。从中我们能看到军人的细致认真，并且也体会到了细节的重要，队列中严肃认真，中规中矩，集体注意力，军令如山，雷厉风行。这样的军训，也使我们认识到了军队中铁的纪律，它的实行是不容折扣的。让我们体会到军人的严明的纪律性和说一不二的作风。

阳光明媚，我们都面对阳光在站军姿。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟大自然作战，整整站了半个小时。在站军姿中，大家付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。

军训中，做每一个动作的准确到位，都锻炼了我的意志，增强了我的韧性。观看了部队的军人的训练，那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个人心中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。军训后的我们要有强烈的责任感，使命感和荣誉感，一个队伍展现给别人的首先就是一种团结向上，整齐划一的精神风貌，所以就要求我们每一个人都要有协作精神。当我们班迈着整齐的步伐走过领导台的时候，我深深地感受到军人的严肃、威武。正是我们的团队意识、协作精神，赢得了我们公司军训汇演的二等奖。

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，严格的军纪，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向坐在办公室里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，我就是这样。

军训是苦的，火辣的太阳，严格的军纪，高强度的训练，无一不在考验着我们。但军训又是很有收获的。正是这种苦，这种累磨练了我们的毅志，告诉我们要坚强。作为火速的一名基层管理人员，如果连这点苦都经受不住，又怎么样去面以在工作中遇到困难，怎能带领我的团队去实公司对我们期望目标。

现在又经历这次军训，军训时间比以前短，人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了由于长期没锻炼有点不适应外，感觉没有以前累了。但是，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的工作中的情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及团结协作的能力。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，感觉自己需要更努力。

**初一新生军训心得体会**

就在今天，我和同学们终于结束了长达六天的军训，在家长的注视下，在涌动的人群中，我和同学们一起跟教官合了影，这一刻，又勾起我许多回忆。

在军训的第一天，我们弱不禁风，短短的时间里，就有许多同学坚持不住，体力不支了。这让本来就对军训极其陌生的同学们变得更加恐惧。但是，我们知道如果这样就无比的恐惧，别提以后人生的许多困难了，就连后面的这几天训练，也无法战胜。于是，我们坚定了信念，真正开始了军训。

教官嘶哑地喊着，学生们奋力做着动作，这就是军训场上的情景。为了磨练我们的意志，真正的兵开始用生平所学，把我们培养成无惧的先锋，让我们体会了作为国家的保卫者的艰辛。我们的汗水与血泪，教官的严格与嘶喊成了军训所有的东西。教官的军衣湿了，我们的汗也汇成了响亮的口号，回荡在操场上。

终于，我们成长了。

在最后的汇演中，我们唱响军歌，在父母的面前展示自己的训练成果，向自己也向他人证明，我们用努力收获了成功！教官也向我们展示了他们多年炼成的本领。看那挺拔的身姿，整齐的步伐，响彻云霄的口号，崇敬之情油然而生，逐渐升华为对军人的敬慕感、对班级的责任感，最后，怀着依依不舍的情绪，我们告别了朝夕相处的教官，“教官，再见！”

感谢这么多天教官们对我们的磨炼，让我们有了顽强的意志，坚定的信念，为我们将来的`中学生活树立了正确的方向！

教官，谢谢你们！

**初一新生军训心得体会**

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说军训是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕，初一新生军训心得体会。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。

第一天上午，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，还要微收下颚，使脖子向后顶，眼睛还要向上望15度。

不一会，我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。满头的汗都在往下流，有几滴汗已经流到了我眼睛上，真是很难忍受。教官还鼓励我说：“站的不错，继续坚持。”

顿时，我的心里有说不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。

就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个个严格、雷厉风行的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人，心得体会《初一新生军训心得体会》。

下午，同学们都兴高采烈的来到了篮球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就像带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人！

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的？同学们已是汗流浃背。看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧！现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来！

这次军训，虽然很苦，但苦中总是带着快乐，5天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入初中第一个影响我们的深刻的一课。

**初一新生军训心得体会**

军训其实也是一种磨砺，更是一场挑战。这将考验我们是否能够很好的适应初中的生活，很好的面对这一新的开始，并且这磨砺的也不仅仅是身体上的，对于心理上面也是一场磨砺。

从小我们是父母捧在手心里面的宝贝，我们从来没有干过什么重活，也没有做过什么很累的说，向来也是饭好了就吃。可是这是因为父母在我们身边，是因为他们在替我劳累。而这一次我们参加军训，就是让我们开始脱离这样的状态，更是一次让我们贴近解放军的生活，甚至也好好的体验一把他们的生活。

刚开始听说要参加军训，我的内心是充满期待的，可是在我正在的置身于军训当中的时候，我却又是另外的一番心境。不仅是多了一份感悟，更是多了一份坚定的信念。同时也觉得我要好好的学习，将来一定要成为对国家有用的人才。

当我站在烈日之下的时候，我刚开始总是在想退缩，想请假，可是看见教官却一动不动的站在阳光下，似乎他并没有被烈日所影响，他站的笔直，没有因为烈日就有所弯腰。当我一动不动的站军姿的时候，我总是觉得全身都要散架了，可是当我看见教官身上的伤疤时候，就在想他曾经的经历，是不是他真的经历过真的散架呢？当我一圈圈的奔跑在跑道上面，我总是觉得我好像要因为窒息死在跑到上面，可是当教官从我身边跑过，没有丝毫的喘息的时候，我突然在想，他在此之前跑了多少圈才能练成这样啊！

想着想着，我就开始觉得，我们之前是在是生活的太过于安逸了，而当我们吃一点苦的时候就总觉得自己不行了，可是却不知道，我们所吃的这一点苦还只是别人的一小点呢！突然的就想起了之前不知道在那里看到的一句话“哪有什么岁月安好，只不过是有人替我们负重前行”。我们之所以能有这么安稳的日子，也要好好的感谢那些为我们负重的人。

经过了军训，我开始觉得我要好好的感谢我们父母，感谢他们对我们教育的和培养，感谢解放军们为我们的国家的做出的贡献。

**初一新生军训心得体会**

今天是来军校的第一天。

教官还是熟悉的，宿舍与场地也是熟悉的……

只不过，训练更加严格了。

这一次又要新学习一套拳操，让人感到吃力。

“再下去一点！”第一个动作，我们便在教官反反复复的严厉教导下练习了一遍又一遍，因为是扎马步，所以腿不由得一阵阵无力地发软，发抖。但在军校，不比在学校，任何事都必须服从命令，虽不情愿，却是十分无奈地服从。

一共是八个动作，听起来也许十分简单和易学会，但我们却足足花了两个小时，才把动作勉强学会，但并不太学会。

“口号再喊地响一点！”教官大声喝令，“有力又要短促！你们在喊什么？！”心里暗暗叫苦，不过我们还是又一次加大了些音量。

有累却也有甜，与同学们一起整理内务，与好友聊天，这是一种在家远不能体会到的\'快乐与新鲜感。

“我要铺被子啦！”整理内务时，让我们一阵忙乱。虽然已是第三次来军训了，但还是对叠被子感到十分陌生。不过有了同学的帮助，这样的境况着实被改善了不少。

对我而言，军训=快乐+痛苦。不过至少，是成正比的。虽然教官严格了点，生活也需要自己照顾自己了，但这种经验正是我们这些独生子女所缺少的。

虽说只是第一天，但想家的情绪还是有的。我们也期盼着这五天快点过去……

希望军训，带给我们的是更多的快乐，更少的痛苦；

更多的历练，更少的惰性；

更多的美好，更少的难过……

**初一新生军训心得体会**

如果有人问我，军训中最让我难忘的是哪个步骤，我会不假思索地回答：“齐步走。”因为“齐步走”要非常团结非常有默契才能得整齐，才能走美观。下面是整理的关于xx年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。军训是我们人生一次特别的经历 ，还是第一次，第一次是最难忘的，我们应该珍惜第一次，勇敢去面对它。

军训的第一天开始了，我怀着一股强烈的好奇心。谁料，这一天却刮起呼呼凛冽的狂风。因此，我们只好待在教室里。下午，天气发生了巨大的变化，晴空万里，闷不透风的。教官叫我们做稍息立正这些动作。我觉得太好笑了，稍息立正这些简单容易的动作小学一年级就会了，干嘛还要学呀!可是，我们虽然会做，但却一点也不标准。原来，稍息立正也很讲究的。就拿立正来说吧，“两脚脚跟并拢，脚尖分开约六十度，腰挺直,手......”

我最讨厌的就是站军姿了。用立正的姿势站在原地，还要做到纹丝不动。一站就是二三十分钟。艳阳的照耀，让我感到无比的闷热。豆大的汗珠不断地流着，流过了我的脸颊，流过了我的嘴角，流进了我的心......我似乎感到这汗水是那么苦涩。此时此刻，我多么想放弃，但我还是坚决的告诉自己:你一定行的，不要半途而废，时间快到了，坚持就是胜利，坚持就是胜利，坚持......

在这严肃、艰苦的军训中，也有令人喜悦的一刻。军训的第四天，指挥教官带领我们二十个班一起拉歌。每一个班都派一个能歌善舞的同学上台表演，表演者生动、活泼、幽默;观众也看得拍手称快。军训最后一天，汇操表演。我们初一(8)班的同学们都尽自己的一份力，为班争光。“功夫不负有心人”我们班荣获汇操表演第三名。这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水。

军训像个五味瓶，甜、酸、苦、辣、咸样样都有。军训是一堂心灵的课程，我们曾经学过一句诗“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”只要我们有钢铁般的意志，坚韧不拔的精神，持之以恒的决心，就一定会战胜困难，做到自己认为不能做到的事。

xx年轻人留下如此深的烙印，这挥之不去的烙印将在每一个生命的旅程中绽放出光华!

**初一新生军训心得体会**

\*两校新初一学生军训于\*月二十五日全部结束。今年的军训和往年一样，还是由我们求实全体体育组成员担任，十多天的新生军训真是感受颇深。

这是我来求实工作参加的第三次新生军训了，因为有了前两次的经验，这一次觉得没有了刚来时的那种生疏，同时也感到了自己在不断地融入求实这个大家庭。当面对着新生那一张张稚嫩的小脸，心中油然生起了一种说不出的感觉。是喜悦，是兴奋，是坦然……反正那种感觉是很微妙的。

记得刚来时的新生多多少少都带着孩童般的稚气，第一天训练时，大部分的学生一时还摸不着头脑，连最基本的站姿和坐姿都不会，都是我们老师手把手地去教。另外，再加上张校长每天早晨对新生进行校本课程的教育，不出几天新生们就稍微有那么点求实学生的样子了，自己的行为规范及道德规范有了很大的提高，仿佛一夜之间长大了不少。

今年的训练和以前一样，还是\*两校分天军训，我们体育组老师还是每天奔波于两校之间，上午去东校，下午来南校。军训的内容还是队列练习和广播操的练习，这两项是必不可少的。因为队列练习能规范学生们的行为习惯，使学生改正一些不良的行为毛病。练好广播操更是少不了，因为广播操是我们求实的门面，是我们求实不可少的一面旗帜。虽说只有这两项练习内容，但好果想要搞好也不是件容易的事，这需要我们体育组全体成员不断地去练习去教育，一个个动作去教，一个个细节去抠，力求把每一个学生都练好，使之真正地成为一个标准的求实学子。

学生每天两小时的军训虽说时间不算长，但在一定程度下还是很有困难的。比如下午军训时，天气很热，老师要和学生一起面对高温来训练，一场军训课下来，学生们各个是满头大汗。我们体育老师也是如此，不光出汗，嗓子也都喊哑了。我们就买一些保喉之类的药来维护自己的嗓子，生怕再军训时喊不出声来。同时我们还要注意军训队伍里的每一个学生，怕他们因为天热，或身体不适倒在队伍中。军训前张校长一再叮嘱我们要观注每一个学生的情况，做到军训中的安全第一，万无一失。因此，每次练习课我们体育老师对学生们格外观注，生怕学生们出现意外。

随着军训一天天的度过，老师晒黑了，学生们也晒黑了不少。但最令我们老师欣慰的就是学生们行为规范一天比一天好，逐步把以前的不良习惯都改正了，比如站姿和坐姿上等。广播操虽然没有老生做的好，但做起来也算是有板有眼，真是各个方面都比刚入校时要好的多。说句自夸的话，这些都和我们体育老师的付出分不开。同时，我们体育老师也以锻炼好学生为荣，努力把进入求实的每一个学生都训练好，使之能够实实在在地融入求实中来。

我们体育老师在训练中需要感谢的人好多，首先感谢张校长为我们体育老师提供一个展示自我的舞台，也感谢东校李校长和南校王校长对我们体育组工作的支持。同时，也感谢各个班的班主任老师对我们的工作支持。但最最感谢的是我们的学生，因为有了他们我们求实才有了生机，因为有了他们我们求实才更加辉煌！

**初一新生军训心得体会**

脑海中的军训充满了教官的训斥;我心目中的军训是紧张和艰辛的合奏;我心目中的军训，在集会哨声的响起，倾盆大雨下的大集会，更加的.无常，严格的训练;脑海中的军训生活无数次浮现在脑海中，一闪而过。但我仍然怀着喜悦和信心拥抱期待已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教练一遍又一遍地给耐心的指导，而不是严厉的训斥。训练场上，不仅有我们整齐的步伐，还有我们响亮的口号，还有我们响亮的军营歌声。

站在军姿，给了你炎黄后裔的不屈之身，也给了你龙后裔的不屈不挠。转身的实践体现了人类积极灵活的思维，也体现了集体主义的伟大。没有滴水的积累，就无法成为河流或大海。没有我们每个人的努力，就不可能有一支完整的、高素质的球队。训练中的每一个动作，都让我深刻体会到团结的力量、合作的力量、团队精神的重要性。相信无论身在何位，都会受益终生。

军训生活让我明白了“骄傲必败”的真谛，也非常适用我们的学习和生活。我们经常看到有的人学业有了一点进步，沾沾自喜，认为我们的知识已经很丰富了，这样的心态绝对是我们学业的绊脚石。取得成绩后，仍要寻找自己的不足，抓住每一个机会，孜孜不倦地学习，不断开拓自己的知识领域。

**初一新生军训心得体会**

我们班的刘老师比别的班老师温柔，我们班的教官没有动不动就罚人。我们班的同学都可爱活泼。有这些不就够了吗?人生中会有很多次遇见、再见。每一次遇见都是那么让人欢喜。也许初识的.时候，我们还没有那么完美，但每一次的成长都会让我们变成更好的彼此。感谢遇见，感谢初识，让我遇见了的你们。

**初一新生军训心得体会**

在湖塘实验中学的5509宿舍里，我们八人上演了一段宿舍协奏曲。

“快刷牙！”“快整理！”我被一段说话声吵醒，望向窗外，此时已是大白天了。身为才上任两天的舍长，我一跃而起，正所谓“新官上任三把火”嘛！本想催促同学们的，没想到他们已经穿好衣服了。我一个箭步冲进厕所，飞快地洗漱，然后出门大喊：“快叠被子！”有些熟练的同学早已叠好，我也不甘示弱，但有一两位同学遇到了麻烦，“来，我来帮你！”“三个臭皮匠，顶个诸葛亮”，两三人一涌而上，问题就解决了。

此时，太阳透过了云层，露出了笑脸，让我感到格外温暖……。

见到同学们如此热心，我趁热打铁：“还在等什么？快去打扫宿舍！”于是，同学们开始了：扫地的扫地，倒垃圾的把垃圾放在门口，清便池的清便池。我不忍心让同学们单独干，自己也帮忙。扫的.快的同学帮慢的同学，快帮慢，大帮小，我对这些人的热心，瞠目结舌。

到了去教室的时候了，宿舍里却好像依然有欢块笑语……啊，宿舍协奏曲，是我们爱与合作的结晶！

**初一新生军训心得体会**

在漫长的5天军训中，我相信每一位\"小军人\"都变得比以前严肃、认真、团结、坚强，克服困难的勇气比以前更大更强。我一定回深深的记住我们的口号:\"严格训练，严格要求，克苦学习，为校争光!\"

第一天，我还在家不肯来，但最终还是来了!本站学习到了解放军克服困难的精神，风雨无阻地训练，文明礼貌，唱歌本领都学到手了!向左转，向右看齐，站军姿，齐步走，正步走，响亮的口号，整齐的跺脚声，有条有序的步伐陪伴了我们5天。站军姿，到了现在，我已经可以一动不动地站立40多分钟。速度变快了，时间观念强了，精神饱满了，我觉得我们不再是一名小学生，而是一名小军人!

齐步走走得整整齐齐，手抬得高高的，不慌不忙的走。正步走更是棒了，手握拳，有力地甩动着，脚抬地高高的，砸在地下声音红亮无比，口号大声有力，自豪极了!

啊!今天28号的闭营仪式是多么的隆重，多么的精彩啊!表演得多么出色，就连平时较懒散的16班也精神起来，老师竖起了大拇指，虽然没拿奖，可是我感觉已经很棒了，我们16班可能不再是以前的16班，而是全神投入学习状态的16班，我相信我16班将会优秀班级!

5天的辛苦军训过去了，但是依然在我们心中占有重要的地位，我不会忘记这次军训，我会默默存在心中，默默地想，在今后的学习更加努力，把这5天当作我们的终身伴侣吧!

**初一新生军训心得体会**

今天，是正式开始军训的第一天，大家都统一着装，蓄势等待着考验的降临。我怀揣着对军训的期待，对教官的好奇，就这样开始了军训。

初中不同于小学，不但是对知识更深层次的掌握，而且要求身心和体魄更健全的发展。

听完了发言、排好队形，军训已然拉开了帷幕。一个个有力的动作、一声声响亮的口号、一列列整齐的队伍、一张张坚毅的脸、一滴滴晶莹的汗珠中，辛劳而又收获颇丰的上午结束了，大家脸上都洋溢着成长的喜悦。

中午，不是沸反盈天，而是井然有序。到了下午，训练的效果就更加显而易见了。娇气不再、怕累不再，取而代之的是刚强的意志和不怕苦、不怕累的精神。只争朝夕，同学们都非常努力的，做好了教官要求动作，在训练是全神贯注，不畏骄阳、不惧困难。

千锤百炼、千磨万击后，将有坚不可催的信念陪你一同勇敢地乘风破浪。

今天早上，一轮鲜红的太阳在空中，艳腾腾，亮晃晃，如红轮一般，光华万道。天上的云彩向被太阳烤得成了型一般，形状千变万化。有的一团团如棉花；有的一卷卷如波涛；有的像山峰相连般地拥在那儿；有的像对对蝴蝶，在空中翩翩起舞；有的犹如扬帆起航的轻舟，在水面慢悠悠地漂浮着......六年的小学生活一转眼就不见了，迎来的是初中，而初一新生面临的第一个考验就是——军训。在那里，我们尝遍了一瓶又一瓶酸甜苦辣的军训生活。

苦

这一次军训，教官便给了我们一个下马威：“立正！”教官要求道：“抬头、挺胸、收腹，脚尖分开60度，双手紧贴裤子的缝隙，站军姿15分钟，不准动，我们班谁动一下，全班加5分钟。”天啊！15分钟！我只站了5分钟，就汗流浃背，腰酸腿疼，脚后跟好像没了知觉，身上发痒，像有很多蚂蚁在身上爬，我简直受不了了。可惜军令如山，我动弹不得。这时，我的心里出现了一个天使，一个恶魔。恶魔说:“放弃吧！跟那些不舒服的人一样，到阴凉的地方去休息！”天使说:“不！不行！不能做缩头乌龟！爱迪生讲过，强者容易坚强，正如弱者容易软弱！”嗯！我咬了咬牙，坚持了下来。

辣

炎热的上午，太阳火辣辣地烤着我们。我们列队在操场上，随着教官的口令练习各个动作。在站军姿的时候，额头的汗水顺着眉毛，穿过睫毛，流到我的眼睛里，我的眼睛像着了火一般，异常疼痛。

酸

下午午休起来以后，我又精神百倍了，我们准备参加拔河比赛，可是对手班上有我多年的好朋友。我不知道怎么办。唉！一边是班级，而另一边则是我多年的好朋友......

甜

“胜利了！”“我们班赢了！”“耶”操场上响起了阵阵的欢呼声。我不知道应该是高兴还是悲伤。但是友谊第一，比赛第二，想到这里，我也加入到同学们欢呼雀跃中。

酸甜苦辣，这就是我这一天的军训生活。

**初一新生军训心得体会**

如果我们把整个人生比作是一本书，那么军训就是这本书中最精彩的一页。如果说人生是花园，那么军训就是其中最美的一朵花。

军训，让我们同甘苦，共患难;让我们的集体更加团结;让我们的友谊更加深厚;让我们对军训有了全新的理解。

军训是为了激发我们的爱国热情，培养我们集体主义的观念，提高学生的思想政治素质，增强组织性和纪律性。

在这次的军训中，我不仅了解了一些关于国防的知识，增强了国防理念还掌握了基本的军事知识与军事技能。学会了独自生活的技巧，懂到了团结一致的重要性。以及坚持到底就成功的理念。

军训时有喜有乐，有悲有痛。教官对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。有些同学累得生病，我们为他们感到悲伤。有些同学为坚持到最后而高兴，有的同学为表现出色被教官表扬而高兴，我们也为他们感到高兴。

给我们军训的教官不但十分严厉，更是十分注重一个集体的团结性。只要有一个人没打报告就自己乱动，群体同学将一起受到惩罚。只要我们表现的出色时，教官会提早让我们休息。这些都让我深深地懂得了团结一致的重要性。

此次军训使我受益匪浅，我不仅获得的`是物质上的收获，尤其是思想上的收获。军训的收获会使我收益一生，并且伴随着我一起成长。让我们记住“军训是累的，收获是甜的”吧!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com