# 2024年初中生军训心得体会200字 初中生军训心得体会600字(七篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-08-18

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇一金...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇一**

金子要经过寻矿、开挖矿洞、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来。我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战!

不错，军训是这样的，尽管辛苦，但是“一份耕耘，一份收获”，没有你每天的训练，就没有今后形成整体的团体和集体主义观念。许多同学认为，这是一种无聊 透顶的行为，甚至有同学认为，这是愚蠢至极的活动：除了站立、稍息、跨立等等还有什么呢?其实军训是锻炼你毅力的最好方式：当你在你需要坚持而你又挺不住 的时候，你又会采取什么行为呢?是按兵不动?还是立即撤退?为了炼就坚强的毅力，为了团体荣誉，相信你会认真地坚持下去!毅力是长期锻炼出来的：成功者是 如何成功的?毅力起着决定性作用，你坚持下来就胜利了!没有毅力，许多事情是办不成的。

就像一句话：“不抛弃，不放弃”，记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会!珍惜这个机会!

军训,让我懂得的,太多,太多...

凡是参加过军训的人，一般都对跑步有比较深刻的印象。因为这是军训中技术含量较高的项目，过程相对来说比较烦琐。果不其然，光一个立定，就让原本整齐的班变得参差不齐。于是教官决定分排作业。

今天的太阳格外明媚，阳光肆无忌惮地晒着我们的皮肤。不一会工夫，大家就都汗流浃背口干舌燥。“跑步——走!121!121……”“立-定!1234”我扯起嗓子尽力让每人都听到，大家一遍一遍地在操场上来回奔驰。紧遵教官“前不露肘后不露手”“准备时身体向前倾”的教诲，从一开始跑得乱七八糟，到整个排面渐渐成了一条直线。

可是立定之后，总是有几个人不是停快了就是跟慢了。看着一旁的男生停得远比我们好。不少人开始着急起来。训练成绩仿佛又回到了起点。作为本排负责人的我，一下子不知如何是好。突然想起团结就是力量，如果我一乱大家只会更乱。于是我镇定下来提高了声音，加紧练习，互相打气。终于练好了立定。

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇二**

随着小学毕业典礼的落幕，我在小学的生活也画上了一个圆满的句号。我将成为一名中学生!首先我踏上了进入中学的第一步——去军训。

第二天，我们训练站姿。教官在前面喊道：“双脚跟闭拢，双脚尖分开60度，腰站直，双肩后收，手贴紧裤线!”大家便松松散散的做着。事情总不会一帆风顺，我们不是站不直，就是手贴不紧，又是双肩没有后收。这使我们的教官要一直扯着嗓子提醒我们，而我们，也有了进步。

……

第五天，我们训练，教官叫命令时，我们发现：教官的声音沙哑了。教官他，怎么了?教官说话了：“你们也听出来了，我的声音沙哑了。如果你们能认真一点，我也不会这样了。唉。我知道：我们班的进度明显比别人班慢，他作为我们的教官，他，他也会有压力吧!

晚上集队，教官说：“我在军队待过，所以能吃苦。而你们却是父母手上的掌上明珠，捧在手上，怕摔;含在口里，怕化!来参加军训就是为了磨练自己的意志，培养你们的独立感，让你们在小学与初中之间真正地跨过来!”我明白：平时自己在家总是依赖父母，这次还是第一次出远门，自己也已经12岁了，该长大了!

坐在回程的车上，看着倒退的树木，我还在思考：原来当一名军人这么累，这么苦!但，我们是祖国的新一代，祖国未来还要靠军人，靠我们去保护，去守护!而现在的我们就要努力学习，长大，报效祖国!

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇三**

没有进入中学之前，只听说过军训，但没真正经历过，以为很好玩，一直向往着军训快点到来。终于到了我梦寐以求的军训生活，虽然只有一个星期，但是让我觉得时间是如此漫长;虽然只有一个星期，但是军训很快成功的把我变成了“非洲人”;虽然只有一个星期，但是似乎比我刚刚过去的小学六年的回忆更为细碎。

六天的军训中，最令我难忘的是还是最后一天拉练了。从我们学校开始，早上八点出发，一直走到郊区的狮子山公园。中午在山上吃干粮充饥，然后返回。这听起来很简单的流程，却没把我累得半死。偏偏那天又烈日当空，同学说那种秋天突然变热的天气叫“秋老虎”。

在去的路上，虽然身上的双肩包很重，以至于我还不得不用手放在包底下托着，但总的来说还算轻松。原因很简单：一是路边的行道树为我们遮挡了阳光。而是大家心里都很兴奋，身上有了动力。浩浩荡荡地向目的地进发。一路上，大家有说有笑，队伍像一条流淌在密林深处的小溪，溢满“叮咚”的笑声，纵横恣肆奔流而去。

穿过寂静的林荫大道，留下我们的足迹;走过曲折的老街，遗留下我们的身影。狮子山苍劲的林海不知何时呈现在了我们面前。登山，在观光亭上驻足，望着山下一片苍翠萌动，中午吃干粮休息。此时我们已经气喘吁吁了。然而，真正的辛苦是返程。下山后，我们走的是另一条路线。中午，烈日炎炎，这条尘土飞扬的路上没有一棵树能够遮日，我们在阳光赤裸裸地照射下暴露无疑。无处可躲，每一滴汗都被吸附在皮肤上的灼热蒸发得无影无踪。不知走了多久，我甚至感到毛孔像脱水的鱼一般张大嘴努力寻找一丝清凉。原本像小溪一样活跃的队伍正在干涸，连大家的笑声也变得软绵绵的。抬头，根本望不到路的尽头;向后，我们似乎并没走多久。步伐沉重地像灌了铅，走路拖泥带水。心里变得躁闷起来。偶尔路过的车子行驶在发烫的路面上疾驰而过，搅起一阵混合着热气的小型“沙暴”，呛得人找不着东南西北。

时间像没关好的水龙头一样，一点一滴溜走，“怎么还没到啊!”这是我们说得最多的一句话。我又累又热，连思维也变得迟钝起来，自顾自地埋头赶路。好不容易走完那条路，却发现我们竟来到了江边。当江面浪花的嬉戏声越来越遥远，出现在我们眼前的只过是下个路口的转角，真是山穷水复啊!而此时，我已快接近极限。

终于，快到了!快到了!大家心中一阵欢喜，同时又感慨万千：真不容易啊，回来时那条路有10公里呢!

军训已成昨日往事，可我想我怎么也忘不掉了。以后我们前进的路上肯定还有很多荆棘，只要我们坚持，相信会达到目的地!

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇四**

我想每个刚上初中的学生都参加过军训，尝过了其中的苦，也试过了其中的累,但我们这次去北京参加阅兵式，在军体院训练了十三天，又在北京军训了五天，比上初中前的三天军训更苦、更累。

被选中去参加北京阅兵式的学生，不仅要在学校训练，还要在期末考试后的暑期去军体院集训,之后再赴北京。在那训练的十三天中，我尝到了没有空调的日子，没有冰饮的日子，没有电视电脑的日子，没有父母关爱的日子，那时我才觉得家中的生活是多么的美好!

第一天来到军体院，看到那十几张双层“破”床我就差点呆了：用来爬上二层的铁梯都已锈迹斑斑，一往上爬还摇摇晃晃!

my god!风扇风量很小，放水杯、碗的柜子更是“锈”色可“惨”!

那天晚上没有训练，可第二天一早，我们的“噩梦”就开始了?五点多钟就吹哨起床，穿衣、穿鞋，正准备去梳洗，只听“嘟”教官在下面吹哨了，哨声拖着长长的尾音，传入了我们的耳朵，而在我耳朵里，那哨声根本就是----“死神的召唤”。

下楼的脚步声在楼梯间回响不绝，不一会儿，走廊、宿舍、楼梯间空无一人。那天早上出操的内容为----围着操场跑四周?哇咧!我差点脚软摔在地上了，心中狂叹：“哇!这什么军训哪?这一圈可是四百米啦?”四圈跑完，我气喘吁吁，上气不接下气，只差没背过气去。

一整天，正步、原地踢腿、站军姿等训练接踵而至，训练得我脚抽筋，差点都站不起来了，这哪是什么军训呐?分明是----“满清酷刑”!

几天的训练下来，我累得不行，每天晚上洗衣服时，都在倒数还有几天。我开始打退堂鼓了：我真的坚持得下去么?不过，我转念一想：既然决定了要做，那就一定要坚持下去!一咬牙，我就坚持了下来，把抱怨留在了睡觉前。

功夫不负有心人，我们的汗水没有白流，在北京阅兵式上，我们表现良好，获得了优胜奖，为我们学校争了光，为广东省青少年争了光!

真是“一份耕耘，一份收获”啊!

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇五**

两周的军训的日子，让我内心一种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有过放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

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。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

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。

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。

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇六**

从初中过渡到高中是个很重要的过程，在高中，我们的学习任务更重，未来的目标也更近了，经历的事情会更多，所以，我们遇到的困难与挫折也会更多。为了更好的适应高中生活，在开学前，我们学校进行了为期一周的军训实践活动。

参加军训，我们必须做到听从指挥，遵守纪律。在德育基地，我们将置身于军营之中，体验当一名自立自强的兵。我真真切切的感受到了这一点，每天我们的生活有规有矩，不容有乱。

我们适应这大风大雨来的，阔别重逢的德育基地，还隐藏着我的痕迹，换上迷彩服后，眼前出现的是一抹橄榄绿，没有光亮夺目的耀眼，却有着沉着的精神。七天里，我们在教官的严格训练中屡屡进步，学习了军体拳，怎样站军姿，怎么整理内务卫生，当然，我还学到了做人的道理，交际的方式，团结的精神和顽强的意志力。在没有父母照顾的七天里，我也能通过与同学之间的配合下让自己自理自立，从叠“豆腐”到搞好内务卫生，同学之间的团结真的很重要，在互相帮助下，我和同学已经成为了好朋友，我们一同努力，为班级增光。

军训活动中最值得一提的是夜行军和站军姿。这才是真正锻炼我们的意志力。差不多六公里的旅程，对我们来说是真正的考验，也是刻骨铭心的，当我看见有些童鞋不能坚持是，我也想放弃，但在教官，同学的鼓励下，当然少不了自己德意志，我终于撑过来了，风雨之后的残红，一身汗水能换来成功的喜悦，我真的觉得自己又长大了。30分钟的军姿，在那天，虽然没有猛烈的太阳，但是我们也不轻松，军姿是军人最帅的姿势，不仅身体要停止，眼神也要到位。坚持是自己坚定的信念，我为我们十班这个集体感到骄傲与自豪，因为我们没有一个倒下的战士！

七天的军营生活，酸甜苦辣，五味俱全。我们收获友情没收获青春的热血，收获新旅程的第一朵花。

这个夏天，是高中新旅途收获的开始。

**初中生军训心得体会初中生军训心得体会篇七**

“经过我们的教官一致决定，这次军政夏令营活动初一年段第一名的班级是——”就在这时，时间好像静止了，大家迫不及待的盼望着最后的成绩，“是八班!”随着成绩的公布，台下传来阵阵掌声和阵阵叹息声。“耶!”我们八班的同学高兴极了，在这个值得我们欢庆的时刻，我们不禁感叹，这几天军训的汗水没白流，努力没有白费呢。

这次比赛我们班得了第一，这是我们进入中学的一个好的开始，是第一次我们初一八班站在一起的比赛，虽说在一起相处才7天，但是彼此间却结下了友谊，心中都有一股团结的力量。

这次军训，最重要的是锻炼了我们吃苦的精神，记得军训的第一天，教官教我们怎么样站军姿。两脚分开约60°，挺胸抬头，小腹微收，两肩后张，教官跟我们讲了些动作要领，并示范给我们看后让我们自己开始练习。

军姿?有许多同学都暗笑，很简单的动作嘛，不就是比平常的站姿再稍微直点吗?哎，没想到所谓的军训没想我们想象的那么难。但是你真正实践过才明白，一个简单的动作，做起来是那么的不简单呢。特别是肩膀，半个小时下来，实在是说不出的酸，都僵硬了。再加上天气十分的炎热，有些女同学受不住在太阳下暴晒，有些是难受，有些都当场晕了过去。看了看身边的人，我咬了咬牙，心想：我一定能吃苦，要坚持，一定要坚持!除非万不得已，一点小痒小痛不能向教官打报告。

果真，努力是一定有收获的，就在军训的最后一天，我被评选上了“优秀营员”，我很开心，但是不是因为我被评上了“优秀营员”的称号，而是为我们的班级高兴，我们的班级得了第一!每次想到这，我都会想起一个词，团结。我们班的团结不禁体现在这次比赛，还有每天唱军歌的时候。

每一天，我们都会拉歌娱乐，每个班和每个班对比唱得好，对比唱得更响亮。刚学的时候，大家都很认真的在学习一首首军歌，会唱的总是大声的带着不会唱的。到了后来，每班开始拉歌比赛，我看见了我们班团结一心，大家放声歌唱着，虽说有些跑音，但是看到自己班级是那么的团结，我十分的开心，心中暗喜：太好了。

这次军训，虽然很苦很苦，但是苦中总是带着欢乐，7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，是我们进入中学的第一个影响我们的深刻的一课。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找