# 初中军训后心得体会范文

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-10-10

*军训即将过去，在这期间，怨过、笑过、累过、也痛过，不敢说自己是最棒的，但为了自己的坚强而自豪，至少坚持过，也坚强过!以下是小编精心收集整理的初中军训后心得体会范文，来欣赏一下吧。初中军训后心得体会范文1我今年刚刚上初中，还没有正式上课学校就...*

军训即将过去，在这期间，怨过、笑过、累过、也痛过，不敢说自己是最棒的，但为了自己的坚强而自豪，至少坚持过，也坚强过!以下是小编精心收集整理的初中军训后心得体会范文，来欣赏一下吧。

初中军训后心得体会范文1

我今年刚刚上初中，还没有正式上课学校就组织了为期5天的“初中生军训训练”，通过这次军训我有不少的心得体会，对我还没有正式开始的初中生活都有无限的憧憬和动力，我们那位教官给大家留下了深刻的印象，尽管他是一个威严正气的教官，可我们大家都很喜欢他，深受同学们的欢迎。

教官姓肖，只比我们大两岁，刚开始他那威严的形象早已树立在我们心中。他有一张严肃而又稚气的脸庞，一声口令可以让我们势气大震。训练时，他与我们一起流汗，一起奋斗。我们的教官可是所有教官中最好的一个了，训练并非很严格，当我们累了时，总会让我们休息、喝口水。带领我们拉歌时，他激情澎湃;和同学谈话时，他善于沟通;带领我们训练时，他正经严肃。在第四天的文艺晚会上，他独自表演了一段武术，动作有力到位，使得全年级所有人目瞪口呆，每做一招，下面掌声一片，我们全班都为这位教官而感到自豪。结束时，大家对教官大喊：“你好帅!”他害羞似的低下头，接着又拿出军人的风范带领我们回宿舍

今天军训结束了，上午教官在教室中发表了自己的感想体会。他说自己第一次带学生军训，还说我们与他永远都不会再见面了，听了此番话，我很伤感，毕竟分别就在眼前了。于是班长把全班所有同学的签名合集递给教官，他也很感动，说会永远保留，并想我们敬礼表示感谢。我们再次将掌声送给他!相信我们也会永远记住教官的。真的很难过与他的离别……

初中军训后心得体会范文2

炎热的太阳在磨练我们的意志，滚烫的大地在考验我们的耐力。军训——单调烦躁，军训——艰苦难忍。军训难道只给我们留下这样的回忆?

不，身体在军训中强壮，意志在军训中磨砺，风采在军训中展示。军训中的炎热、疲惫、痛苦……军训中的忍耐、坚持、顽强……短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

曾经看到整洁、威武的军队走路过，振奋人心的踏步声让我激动不已，强劲有力的动作更让我心潮起伏，而这一切正是正步的魅力。可谁知今天真练起正步来，竟如此让人痛苦。空中荡着大火球，骄阳似火，真热啊!操场上走着一个个队列，正步操练，真累啊!我的腿都快软了，但我们都挺过来了，坚持住了。我们战胜了骄阳，战胜了疲惫，我们自豪极了!在汗水中，我们脱去稚嫩，渐显成熟;在军训中，我们扔掉脆弱，变得坚强，我们成长着!

“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡!对了我们军训还有比赛，我们初一的六个班都在加倍的练习一遍、两遍、三遍……大家都希望各自班能得到第一名。但我觉得名次并不是那么的重要，重要的是：我们班的心都紧紧“结和”在一起，说明我们大家是团结的。

我坚信只要大家团结一致，我们就会得到我们想要的“成绩”。

初中军训后心得体会范文3

时光荏苒，转眼间，我就不再是无忧无虑的小学生、初中生了。在此次军训之前，我以为我会很轻松的度过这七天的军训，但令我没想到的是我连第一天都差点儿没能坚持下来。

刚开始看到那些教官的时候，我觉得他们很温和。后来才发现他们并没有我想象的温和，相反，他们都非常严厉，特别是在训练的时候，感觉就像是地狱里来的魔鬼。让我痛苦的是站军姿，刚开始还好，可是没过几分钟，腰就开始酸了，腿也站不稳了，太阳也丝毫不客气。

我相信很多同学都跟我一样，觉得教官像魔鬼，但这只是在训练的时候对他们的看法，在晚上的时候，我看到了他们也有大笑的时候，也有娱乐的时候。

其实我并不喜欢军歌，在此之前听的也是一些流行歌曲或者网络歌曲这类的歌。但是通过这次军训，我爱上了军歌，尽管我不会唱，放不出声音，但我还是很认真的听，使我心灵受到触动的是那首《军中绿花》里面的那句：“妈妈你不要牵挂，孩儿我已经长大，待到庆功时再回家，看望好妈妈”，“远方的战士你不要想家，不要想妈妈”。在这之前，我是不能理解远方战士的苦楚的，甚至觉得他们很可笑，为什么要抛下家人，去到很远的地方，就为了保家卫国吗?没有家，哪来的国。但现在，我却懂得了一个道理：没有国，哪来的家。我记得在唱歌的时候，一个教官对我说：“一池清水会因为一滴污水而变得浑浊，一池污水不会因为一滴清水而变得清澈。”虽然我不知道他是哪个班的教官，但是这句话使我铭记于心。然而军训又何尝不是呢，一个人做不好，或者做错，那么一个班就像一盘散沙，慢慢的就会变成一个越来越大的黑洞。

军训使我懂得了很多，今天过后，还有四天的时间，我一定会认真对待接下来四天的军训，坚持，努力完成这七天的军训。

初中军训后心得体会范文4

回忆，是心酸的。\"最美好的回忆往往是在最苦最累的时候留下的\"。一句话，一段情。这句话让我认识了这个美丽的军事训练营。

神气的军装，着在自己身上。用美丽的橄榄绿，展示着它的威严。永远铭记，烈日下训练站姿;永远铭记，一遍遍的走齐步;永远铭记，三伏天下漫长的徒步行军;永远铭记，酷热难耐的一个又一个不眠之夜……军训是苦与累的象征，整齐的队伍背后是顽强与拼搏。

军训的第一课是练站姿。挺直腰板，五指并拢，中指贴于裤缝线处，身体稍稍向前倾斜，双脚分开六十度。这一站就是一早上，皮肤晒得生疼，却也不能动。好不容易熬到中午了，早已是双脚酸痛，两腿无力。因为站军姿要全身绷紧，不能放松，所以肌肉也是酸疼得很。吃过午饭，回到宿舍，一上床，就像散架了一样，再也不想动了。不过，这也只是军训的开始，更苦更累的还在后头呢。

第二天，练的是齐步。一个班了六十个人，要想统一并不是件易事。摆臂、步伐都要一致，立定跺脚要响，口号也要喊起来。就这样走来走去了一个多小时，好不容易休息会，坐却也要练坐姿。刚刚因跺脚而发麻的小腿要垂直于地面，指尖不能超过膝盖，腰挺直，目视前方。虽说是坐，却也不轻松。

第三课，是跑步。跑步与齐步是一样的，不同的是齐步立定时是两步，跑步是四步。最后是练军体拳，在烈日下，一练就是一天。很苦很累。

最令人头疼的，还是内务卫生。一床被子，在教官手下就变成了有棱有角的\"豆腐块\"，可我一叠，它就塌了。真是头疼。但是，军营就是锻炼、挑战自我的地方。一床被子，也算一个挑战，最终我还是叠出了\"豆腐块\"的效果。不过，代价就是一个中午未午休。虽然，中午没休息，但却掌握了叠被子的窍门，还是值得的。

军训，苦于累是必然的。犹记得，训练营雪白的墙壁上，用鲜血的颜色，写上了\"流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队\"的字样。炫目的火红色，代表了军队的意志、军队的顽强。他有打不垮的精神，无私奉献的力量。这，才是军队，一支永恒的力量。

初中七天的军训之旅，转瞬即逝。回到了阔别七日的家，怀念教官的严格，怀念橄榄绿的美丽……

初中军训后心得体会范文5

2024年x月x日，我们迎来了中学生涯中的第一次军训。俗话说：“贵人出门遇风雨。”我们这趟出门雨可真不小，一个个都被淋成了落汤鸡。经过近一个小时的车程，怀着几分紧张、几分兴奋和几分不安，我们到了深圳市园山青少年活动基地。我们的教官姓张，身材高大，是所有教官中最壮最白的，看上去面慈心善，实际上，他也不是很凶，对我们还是挺好的。只要我们认真地学、认真地做，教官就会让我们休息，因此，我们得到了很多休息时间。军训的训练并不十分辛苦，没什么体力活，只是站站军姿，练练踏步。不过，这也不是件简单轻松的活儿。

光是站军姿，里面就大有文章：脚跟并拢，脚尖分开60度，双腿挺直，两臂自然下垂，大拇指贴在食指第二节，中指紧贴裤缝线;头要正，颈要直，口要闭;两眼瞪大，目视前方，重心放在前脚掌上……如果所有动作都做标准，站十分钟军姿，就会汗流浃背了。正步这一项是最难的、最重要的、也是最累的，脚要踢得很高，刚开始学的时候，教官要我们把脚抬起来，然后站着不许动，要把脚抬高，单只脚又站不稳，一开始总是摇摇晃晃的，后来练多几遍，渐渐适应了，就站稳了。光是练踢脚，就练了一上午，双腿都快要麻了。不训不知道，一训吓一跳。通过这次军训才知道自己的体质有多差，才第一天我们班就有人倒下去，可能那天有些同学没吃早餐，才在操场上站了一会儿，就体力不支晕倒了，接连几天几乎每天都有人不舒服，吓得我总是担心自己会不会也倒下去。

幸好，最后我挺过去了。五天的时间，说长不长，说短不短。这次军训磨练了我们的意志，加强了同学们之间的合作性，也加固了大家的友谊。

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