# 初中军训生活感悟总结

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-04-07

*初中军训生活感悟总结（通用17篇）初中军训生活感悟总结 篇1 这几天军训，我经受了烈日的考验，磨练了我们的意志。 在军训的过程中，教官对我们特别严格，谁做的不规范，教官就来了个飞毛腿，或是来个巴掌。同学都小心翼翼的做好每一个动作。我们先从最...*

初中军训生活感悟总结（通用17篇）

初中军训生活感悟总结 篇1

这几天军训，我经受了烈日的考验，磨练了我们的意志。

在军训的过程中，教官对我们特别严格，谁做的不规范，教官就来了个飞毛腿，或是来个巴掌。同学都小心翼翼的做好每一个动作。我们先从最简单的稍息做起，一个小小的动作竟如此有那么多的规则。

在干开始军训的时候，教官规定几秒钟放好水瓶，还要返回原位，又一位同学慢了，做了二十个俯卧撑。教官反复叫我们做同样的动作，这我还坚持得了，反而不让我们动，流汗都不准擦，痒也不让抓，一个动作要坚持几分钟，真受不了，我的汗不停的流，脚后跟而都疼死了，没办法，坚持就是胜利。太阳越来越大，我又渴又累，盼着下大雨，盼着赶快点休息。‘立正’。又是教官的声音。‘稍息，大甩臂预备走，谁没用力，我的腿就要侍候你了’。我们用力甩着手臂，两眼平视前方，叫用力蹬着地，汗流全身，全身散发着臭味。“立正，休息几分钟。”“呼，终于休息了。”几个女生唧唧喳喳的再说明天我们应该会明白的，我要坚持不懈，真正的战士比我们还要苦呢。不来了。我认为军训加强了同学们的组织纪律和集体主义精神，同学们应该会明白的。

这次军训结束了，我们收获不少，磨练我们的意志，把有些爱撒娇的同学变成了一个顽强，不软弱的“士兵”。这都要感谢我们的教官。在军训的过程中有很多酸甜苦辣。

短短的几天军训给我们的不仅仅是身体上的锻炼，意志上的锤炼，和艰苦不熟的精神!

初中军训生活感悟总结 篇2

军训无疑是一种挑战——一种自我的挑战，也是我们新的开始和磨炼。“薄柳之姿,望秋而落;松柏之质,经霜尤茂。”军训是我们来到番实打的第一仗,所以军训虽苦虽累我们应该坚持下去。

一周的军训中，同学之间互相认识，互相沟通，互相帮助，相互团结。军训让我们从懒散的暑假中走出来，接受阳光的洗礼，经历各种考验。军训的感悟需要用心去体会的，他教会了我们对别人的关爱，理解和包容，也加深了我们如何面对挫折应有的态度。军训让我们懂得了坚强，我们不再是柔柔弱弱的小孩子，也不再是躲在父母怀中的小鹰，再高的山峰，只要你坚持，一定可以飞越。

军训磨练了我们的意志和灵魂，会操时整齐的步伐、豪迈的军姿、有力的军体操让前来观看的家长和老师对我们刮目相看。这时再回首这一周的军训，吃过的苦流过的汗都是神圣的。

不经历风雨怎能见彩虹，我们相信，只要将军训的精神发扬，我们一定可以茁壮成长为展翅高飞的雄鹰。

初中军训生活感悟总结 篇3

灿烂明媚的阳光下，我们迎来了初中的第一次军训。来到布满阳光的操场上，我们的教官把队伍整理好后，开始教我们军姿要领。我一开始想，果然是初中军训，一点难度也没有。但是，很快我就发现我错了，原来站军姿也是很不容易的。我们要做到挺胸收腹，头抬正才行。仅是做到这一点就已经很累了，而且还要坚持一段时间，脚都麻了。可见，凡事真没有想象中的那么简单。

经过军训，我感受到了军人有多么的辛苦，是多么严格要求自己。军队里的训练比我们还要严格一百倍甚至一万倍。军人，真辛苦呀!

经过军训，让我也懂得了人要有吃苦耐劳的精神。而且经过军训的磨练，我们培养了团队精神，守纪精神。我们会在以后的学习中，努力为班级争光!

初中军训生活感悟总结 篇4

带着幻想与兴奋，我步入了中学的殿堂;最先迎接我们的便是为期6天的军训。我知道，军训不仅仅是锻炼体力，更是对我意志与毅力的磨练。

赖教官那黝黑的皮肤，更加衬托出了他的阳刚之气。炯炯有神的眼睛，仿佛看透了这人世间的一切;那身绿色的军装，昭示着军人保家卫国的职责。衣袖上醒目的 中国武警 四个大字，诠释着军人爱国、护国的精神。

刺眼的阳光、酷热的天气、咸咸的汗水 完全颠覆了我对军训的设想;一遍又一遍地重复规定动作，听从一声又一声枯燥无味的口令 这彻底击垮了我对军训抱有的最后一丝希望。

可是，转念一想，我们的教官为了我们，喊口令喊得嗓子都哑了，但他也不在乎。而我们又有什么能耐去抱怨天气环境，又有什么资格不去努力，还有什么权利不去拼搏呢?

这个胯立的动作要领就是要收腹挺胸，两脚平行张开与肩同宽。用左手握住右手，右手握成一个 空心拳 ，就像我这样。 赖教官说着，给我们做起了示范， 然后把手放在身后腰带上方。双眼平视前方，记住，你现在不是学生而是军人!你的眼神一定要庄严，像能用眼神杀人一样 赖教官仔细地说教着。那么细心，认真地纠正我们每个同学的错误。 我再说一遍，右手握成一个 空心拳 ，不能太紧，也不能太松懈。里面能放进一个乒乓球就是最好的 我们的错误动作并没有使教官反感，而是更加耐心地指导，直到我们每个人都学会为止 无数次的口令让赖教官的嗓音沙哑，重复的动作示范让赖教官的额头渗出汗滴。 但是，沙哑的声音磨灭不了赖教官的严谨，大滴的汗珠冲洗不了赖教官的尽职!

一身橄榄绿，两片红肩章，三尺岗台写春秋，四季巡逻忙 闲暇时，赖教官还会教我们唱几首团结有爱，积极励志的歌曲。看着赖教官教我们歌曲时的认真样儿，我眼前便浮现出了军人是怎样执着地保家卫国，怎样严谨地忠于职守，怎样肩负着他们的使命

此时，在我眼里，那一句句歌词仿佛变成了 好男儿流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队，卖力卖命勿卖国 的宣誓语句。

六天军训时间如流水般匆匆离去，接下来便是检验学习成果的时刻了。

十四个班级的学生头戴军帽，身着军装，抬头挺胸地站在操场上，俨然一副小军人的模样。看来这六天的军训时间对我们的确是一种历练与磨练啊!各个班级要按照次序上台表演，向大家证明他们这六天时间里努力与刻苦练习的成果。

听着他们那有着阵阵回音的口号和洪亮有力的脚步声，看着他们标准的动作、整齐步伐，我开始在心里打退堂鼓了：他们这么强，我们怕是碰到劲敌了，我们能有信心和能力战胜他们么? 正在我思考之际，赖教官走过来，然后对11班的同学们说： 等会儿不要紧张，就把它当成是平常的练习就好了。 赖教官叮嘱着我们，耐心地安抚着我们的情绪。我觉得此时的他更像是一个哥哥。我们要上考场了，教官哥哥用温柔的言语安慰着内心波澜起伏的我们。

稍息 、 立正 、 向左转 、 胯立 、 齐步走 听着赖教官的指挥，我们完成了军体操表演。七(11)班没有一个人在这么关键的时刻掉了链子，出了差错。每个人都是神情严肃，目视前方，动作步伐整齐划一。

军体操表演的结束，就是军训的结束。这就意味着与我们朝夕共处了六天的赖教官即将与我们说再见了。可是，同学们都是那样的不舍!

六天，我们坚持下来了，不退缩、不放弃，我做到了!可是，我们与教官告别的那一刻，泪，却模糊了我的双眼 真的舍不得，真的不忍心分别!今天的离别，就意味着今后不知何时才能相见。军训的日子，凝聚着同学们的多少情、多少泪、多少苦、多少乐!这为期六天的军训时间我们将会终身难忘!

军训生活，培养了我们团结一心，风雨同舟的深情厚谊;造就了我们百折不挠、勇往直前的军人精神! 军人精神，激励着我们继续拼搏、不断超越;军人精神，激励着我们乘风破浪，迎风远航

初中军训生活感悟总结 篇5

在短短几天的军训生活中，每天我们都必须接受三四个小时的军事训练，接着还要为国庆活动而练习这对于我们这些怕苦怕累的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。 在这短短的几天里，我收获了太多，感悟了太多，也成长了太多.我懂得了军训的意义。

我的上一次军训，要追溯到刚刚上初中在那简陋的操场上，烈日之下，任由汗水浸湿了衣衫。虽然时间隔了那么久，我却还清晰的记得，仅仅20分钟，我就昏倒在地，眼前消失了那些挺立的身姿，取而代之的是一片漆黑的死寂。后来，我被校医救了过来，在阴凉地里喝着糖水，却没感受到一丝的甜意。这一次经历在我脑海深处留下了不可磨灭的烙印，我怕军训，我不想军训。然而我的怕与不想没有起到一丝一毫的作用。可怕的军训还是如期而至。军训的内容并没什么多大的变化，依旧是立正、稍息、停止间转法和原地踏步这些动作，熟悉得那么陌生。

在这次的训练中，有好多同学都不幸倒下了.看着他们颤抖的步伐和苍白的脸色，我仿佛看到了几年前的自己。这个想法似乎激发了我的斗智，我想超越自己，超越那个怕苦怕累的自己。于是，我咬着牙忍耐着，抱着必胜的决心与灼热的骄阳作斗争。汗水肆意的流淌，流进眼睛里一阵难忍的剧痛我想伸手揉眼，又怕被教官批评，只好忍着忍着当代表着休息的那一声哨声响起，整个人在精神上瞬间瘫了下来，但膝盖早已僵硬，忘记了弯曲该怎么做。尽管身体疲惫不堪，但其实心中还是很有成就感的，至少我坚持了下来，成功了，战胜了心中的那一点点懒惰，我不禁隐隐约约的为自己而小小的骄傲起来。

这只是军训中渺小的一个细节，却让我品尝到了久违的成绩感。我忽然懂得了军训的意义军训，是一个过程，一个挑战自我，超越自我，完善自我的过程，是我们成长的必需过程。

初中军训生活感悟总结 篇6

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话： 古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。 这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更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;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

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。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

初中军训生活感悟总结 篇7

由于初中组织过的军训是在校内，所以这次到校外的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励。六日的军训生活，感觉收获很多，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理：一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾!我相信这些不止只会成为我们一段美好的回忆，而是在将来的人生道路上都用得着。

古人说 天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤 。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为被班长徐海洲徐教官带领的我们滨河中学高一(9)班，在这次的军训中也应该是最艰苦的了。每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、齐步、正步等这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，徐教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要双手抱头做蹲跳(很无奈 )，只是可怜我们的大腿了。

不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，徐教官心里也是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任的 在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间(一般都是开饭前，本来肚子就打鼓了嘛~)和徐教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的六天里，我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。在这短短的六天里，我们不仅仅学到了军人的一些技能，站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我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。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。

不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课：在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的(是最后两天给晒得，老天啊~~)，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

军训结束，而我们也将正式步入高中的生活。高一学习以军训结束为开始的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图

初中军训生活感悟总结 篇8

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮地回荡在每一个学生的耳旁。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

阳光明媚，同学们都面对太阳站军姿。在站军姿中，同学们付出努力越多就站得越好。齐步、正步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐。

军训是一种考验、磨练、成熟性的活动。刚刚过去几天的军训，让我明白了太多人生哲理，惟有一句话让我感触最深 一分耕耘，一分收获 军训后才真正感受它的含义。

一分耕耘，一分收获。的确如此，没有付出就没有收获。十一天的军训，对每个学生来说是多么艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿每个人都能悟出这其中的真谛，要做的好，就得付出。

初中军训生活感悟总结 篇9

经过了初一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

在一个团体中，我们每个人所代表的不仅仅是我们个体，更重要的是代表这个集体，我们一个步伐踏错，就会影响整个队伍的整齐，一个动作的缓慢，就会影响整个队伍的美观，所以，我们除了不怕苦，不怕累之外，更应该发扬一种协作的精神，互相帮助，共同进步，为我们的集体多争一分荣誉。由此，我又想到我们日后的班级、年级乃至整个学校，如果我们每个人都能发挥这样一种集体主义精神，我们还有什么困难不能克服，什么难关不能度过呢?

我深深地体会到 团结就是力量 !

没有吃过苦是不知道什么才是甜的，没有经历过辛苦劳累，是不知道什么才是幸福享受的，没有品味过军人的朴素生活，是不知道什么才是荣华富贵的

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多东西， 立正、稍息、向左转、齐步、跑步 ，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在 军营 中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是我们人生当中最绚烂的一笔。

初中军训生活感悟总结 篇10

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;如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。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。

几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，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悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。阳光照进来，落在堆在角落的军训服上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，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，这些都是值得回忆和怀念的，但是否还有更重要的呢?其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。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。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊。

初中军训生活感悟总结 篇11

军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训既乐意让我们感受生活的来之不易。也可以亲身体验军人生活的那种俭朴，那种不怕苦，不怕累的精神。在他们心里只有我们能否吃的饱，能否休息好，能否把我们教好，但是他们就忘记了疲劳，忘记了休息，那种置之以为的精神，还有谁能做得到?记得我们曾经学过一篇文章《谁是最可爱的人》直到现在我才体会到就是他们 这些军人们!

人生漫漫的旅程、困难、挫折是无处不在的，只要坚强一点，笑对人生，没有什么困难打倒我们，军训生活也是如此，品味军训就是品位人生。军训让我们鄙弃从前的缺点，同时也是让我们珍惜现在的幸福生活。我们不会忘记老一辈吃过的苦，受过的罪，求换取今天我们的幸福。我们不在随意破费、挑剔、吃的、穿的、过着长不大孩子般生活。我长大了，懂得照顾自己了，更懂得怎样去生活?

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

初中军训生活感悟总结 篇12

军训，一个能给人无形压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。白日里，列队出操，站军姿、练军拳，一个个昂首挺胸、英姿飒爽;夜晚中，新生教育，听讲课、唱军歌，一次次认真严肃、歌声嘹亮。军训是一个熔炉，是一次机遇：熔掉了我们这些独生子女的娇脾气，给予了我们锻炼出那刚一般的体魄、那铁一般的意志的机遇。

孟子曰： 天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏起身，行拂乱其所为。所以动心忍性，增益其所不能。

作为初一的学生，我们并不是不懂事。但是爸爸妈妈从小的纵容和爱护，却使我们在纪律上总是有问题的。不过军训给我们补了这堂课，它使我们明白了什么叫做铁的纪律。哨音一响，立即集合;军号一吹，马上熄灯。一开始，我们还不太习惯，觉得枯燥乏味。但是后来，我们不但养成了良好的纪律性，而且还懂得了纪律的重要性。通过我们的努力，使我们班在评比中获得了内务模范的称号，这对我们一生都将受益无限!

军训累不累?累!军训苦不苦?苦!军训甜不甜?甜!通过军训，我们学会了如何面对挫折，如何踏平坎坷，做到自制、自爱、自立、自强，也使我们有决心并充满着信心，为自己、为学校、为祖国、为音乐走出一条光明大道!

初中军训生活感悟总结 篇13

军训，或许就是考验一个人吧，考验他的独立性、自觉性，还有吃苦耐劳的精神。如果真是那样，我一定要完成教官说的每一个动作，做个真正的独立、自觉、能够吃苦耐劳的人。 吃得苦中苦，方为人上人。 为了自己美好前途，吃这么一点苦又算得了什么呢?我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我是最棒的，我对自己充满信心，永远永远都会。

鸦雀无声的球场上同学们整齐的站着，组成了十几个方阵，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，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，都可以拧出水来。

七天的军训生活虽然短暂，但我们仍然受益匪浅。当我们站在军训营地上训练时，我才真正体会到什么是严。寒风不留情地迎面扑来，我们不能喊冷，更不能动一动，就这样凭着顽强的毅力，默默坚持着， 好的开头是成功的一半 但要获得成功，其实还要好好地坚持到底。坚持意味着忍耐，最终，我们还是坚持到底了，也笑到了最后。因为我们有信心，有实力，所以优秀的成绩便是给我的最好回报。

最后我们班非常幸运的或的了1等奖。7天的军训，在脑子里刻上了辛苦2字，在皮肤上涂上黑色的颜料，再心理上赠予毅力的奖品。

初中军训生活感悟总结 篇14

七天的军训生活，犹如一首激扬的交响曲，苦与乐构成了它的主旋律，值得回味。

那铁的纪律，严酷的训练就是我们的军训。我们不断地进行着枯燥的训练，有时在太阳下站军姿，站得脚软头晕，眼冒白光。没一次训练都是接受汗水的洗礼，没一天生活都在进行着意志立的抗争。但即使军训再苦再累，我们也要挺过去。这种钢铁般的一直，遍布了整个军训场。

初中军训生活感悟总结 篇15

在短短几天的军训生活中，每天我们都必须接受三四个小时的军事训练，接着还要为国庆活动而练习 这对于我们这些怕苦怕累的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

在这短短的几天里，我收获了太多，感悟了太多，也成长了太多。我懂得了军训的意义。

我的上一次军训，要追溯到刚刚上初中 在那简陋的操场上，烈日之下，任由汗水浸湿了衣衫。虽然时间隔了那么久，我却还清晰的记得，仅仅20分钟，我就昏倒在地，眼前消失了那些挺立的身姿，取而代之的是一片漆黑的死寂。后来，我被校医救了过来，在阴凉地里喝着糖水，却没感受到一丝的甜意。

这一次经历在我脑海深处留下了不可磨灭的烙印，我怕军训，我不想军训。然而我的怕与不想没有起到一丝一毫的作用。可怕的军训还是如期而至。军训的内容并没什么多大的变化，依旧是立正、稍息、停止间转法和原地踏步 这些动作，熟悉得那么陌生。

在这次的训练中，有好多同学都不幸倒下了。看着他们颤抖的步伐和苍白的脸色，我仿佛看到了几年前的自己。这个想法似乎激发了我的斗智，我想超越自己，超越那个怕苦怕累的自己。于是，我咬着牙忍耐着，抱着必胜的决心与灼热的骄阳作斗争。

汗水肆意的流淌，流进眼睛里一阵难忍的剧痛 我想伸手揉眼，又怕被教官批评，只好忍着 忍着 当代表着休息的那一声哨响起，整个人在精神上瞬间瘫了下来，但膝盖早已僵硬，忘记了弯曲该怎么做。尽管身体疲惫不堪，但其实心中还是很有成就感的，至少我坚持了下来，成功了，战胜了心中的那一点点懒惰，我不禁隐隐约约的为自己而小小的骄傲起来。

这只是军训中渺小的一个细节，却让我品尝到了久违的成绩感。我忽然懂得了军训的意义 军训，是一个过程，一个挑战自我，超越自我，完善自我的过程，是我们成长的必需过程。

初中军训生活感悟总结 篇16

在这次军训中，我可谓是遍尝各种滋味：苦辣酸甜尽在其中。

每天我们5点多就要起床，那时天还没怎么亮，整理好内务就要去操场集合，一开始便要跑操，每个班站在自己的点上，音乐一响我们就一定得动起来，跑完操后就是站军姿，一站就是半个小时，这个半个小时里面一动都不能动：不能擦汗，不能说话，不能动手动脚。每次30分钟下来，脚麻腿酸，觉得那不是自己的腿和脚了。除了这些我们还要做很多的动作，一般一个动作一学就是一两个小时，两个小时都是在烈日下站着完成，现在想一想还是觉得苦呀!

就是在学习动作或者站军姿的时候，往往会有些人做得不好，这时候教官或者是找导员就会看到。教官看到还好，说你两句就算了，如果被指导员看见了，铺天盖地下来就是一顿骂，那可是全年级1500多人都听得见，要是哪一个人被指导员叫到主席台上去，被全体同学都看见了，那人的面子往哪放呀?那人的心里肯定辣辣地疼，我想着都不是好受的滋味。

在军训的最后一天，教官们要走，我们教官临走时给我们唱了一首《再见》，走后，钟老师说教官还给我们留下一封信，她在讲台上读给我们听，一边念一边就有同学开始哭，教官陪伴我们那么久，我们已经在残酷的练习中生出了感情，又听到教官为了我们而被指导员罚的事情，我们就更加不可抑制住自己的情绪，眼泪都流出来了，那个时候，心里的感觉酸酸的。

就是在这各种滋味中过着，但军训的日子有时候也会很开心，因为我们有了不少的收获，我们学会了各种军事动作，皮肤也晒成了健康颜色，那些平时被人叫做 小白脸 的再也没有了那张白脸蛋。我们在烈日下强健了体魄，学会了关心他人，团结友爱，互相帮助，而且还结识了很多的新朋友，加固了人与人之间的情谊。最可贵的是我们能够生活自理了，不再需要爸爸妈妈帮助，可以自己洗衣服，袜子，并且晾上去，我的时间观念增强了，知道什么时候要做什么，都会提前观察准备，合理安排，避免洗了澡就吃不了饭的被动局面，还能争取到挤出时间给爸妈打个电话，报告一下我的情况，不让他们担心，这一些都让我觉得甜甜的。

此次军训，我尝到人生中的苦辣酸甜，我觉得自己又长大了一些，虽然苦，可古人说：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。所以经历了这些的我无论中学生活有多么苦，多么累，我一定都能从中品出甜头!

初中军训生活感悟总结 篇17

军训，是一种考验，也是一种磨炼。短短的五天，让我明白了人生中的一个道理：一份耕耘，一份收获。同时，也培养了我坚强、独立、吃苦耐劳以及强烈的集体荣誉感。

军训刚开始，大家真是叫苦连天，适应不了这种生活。但是，我们作为一名踏入新校的初中生，怎能连这点苦也受不了呢?这是我们的第一炮，怎能不打响就要投降呢?现在，我们早已不是家里的公子、小姐，我们站在训练场，面对教官，就意味着我们现在是一名军人!我们要有军人严明的纪律、说一不二的作风以及钢铁般的意志!

严热的夏日，骄阳似火，连续几个小时的操练，让我们吃劲了苦头。单调乏味的军训日复一日，头顶上的烈日记录着我们的汗水。军姿、蹲起、行进 一系列的动作不停地重复，直到教官满意地点点头，我们才算 过关 。我们就是这样，一步一步苦练过来的。

最后一天，我们向领导、老师和家长汇报了军训的成果，轰轰烈烈地打响了我们的第一炮!

真是一次难以忘怀的军训，它让我深深地感触到那句话：一份耕耘，一份收获。你只要付出了，就一定会有相应的收获，你付出得越多，收获也就越大。人生往往也是这样。虽然，这五天来的军训是前所未有过的艰苦，但它也是我这一生中快乐美好的回忆。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！