# 最新初一军训心得体会400字 初一军训心得体会开头(4篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-10-16

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？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。初一军训心得体会400字 初一军训心得...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么你知道心得体会如何写吗？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。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会开头篇一**

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 ：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。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会开头篇二**

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。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。

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。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会开头篇三**

在8月25号，我们开始了四天的军训生活虽然我很讨厌军训，但是没办法。后来我才知道为什么要这样的‘苦日子’。

第一天，我们要在篮球场集合，我换上军装，满心不愈的来到了篮球场。

我们男生女生站在一起，之后，由一个教练带我们女生，一个带他们男生。

军训开始了。

‘立正’教练一声呐喊，吓了我一大跳。

就这样，到了中午11；00，我们放学了，在外面稀里糊涂的吃了一顿饭，就回来了。

教练选了一个女孩当我们的体委，他当体委很合适，他的声音很大。

到了军训的3天，我已经认识很多朋友。分班了，我被分到了一班。

到了现在我才知道，军训是为了锻炼。

感谢胡老师。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会开头篇四**

我是怀着“去玩玩”的心情进入了营地。当时的我根本没想到，晚上会累到沾床就睡的地步。当然，这是后话。

放下行李，跑下楼集合。总排长把手指向了你，让四排的到你那里集合。心中不免哀嚎，这个教官看起来好严厉!

再没有过多的接触，我们六个排便集合在了一起。

太阳下，我懒洋洋地站着。天真的我把军训想得太过简单，所以当教官把没有站好的人叫出去受罚时，我不由得一怔，才意识到真正的军训已经开始了。

各排依次被带到草坪上，然后是领导讲话，说什么希望我们有翻天覆地的变化，我对此类象征性的讲话从来不以为然。后来才知道，变化，何止是翻天覆地而已?

各排分别带开，你第一次开口对我们讲话。你说我们一定要拿第一，第二就是败了。你说只要我们好好训练，休息的时间一定比其它排多。所以当我们坐着看其它排训练的时候，不由心里暗自庆幸，真好呢，我们的教官是你。

哨声一响，六排一起被带到食堂。

站在饭桌的号码牌前，我不敢相信我是桌长。前辈说过，桌长是最倒霉的。所以当总教官让桌长举手时，我十分不情愿地将手举得低低的，你却托起我的手，让它达到最高。说不惊讶是不可能的，但我知道你想说的，四排的人做什么都要做到最好，哪怕只是举手。

夜训唱完军歌后，你似乎被我们惹火了，你叫了另一个军官来带我们。他很严厉，把几名女生训哭了。然后，你回来了。你说你本不必带我们，只需要观察一下各排的情况就行了，可看到我们排都有人哭了，你一心疼就回来了。你又跟我们说了你在部队里的故事，你告诉我们要坚强。说真的，教官，你很坚强。

与你相处的第一天便过去了。

第二天，微微有些小雨。肌肉酸的发疼，特别是在这种天气。

六个排各一间小屋。隔音效果不太好的屋子让我们被其它排的军歌声吵得头昏脑胀。你也带领我们唱军歌，说是要报复其它排。你又告诉了我们你的整个服役历程，让我们看向你的眼神中多了几分敬佩。

雨停了，继续训练。因为有人掰断了林中的竹子，你再一次生气，与五排排长调换。其实我想告诉你，你在我们心目中，永远是最帅，表现最突出，最好的教官。除非你在，不然四排无法团结。

你终于在我们的呼唤中回来了，手无法控制地鼓掌鼓得发疼。看着你带领我们去挑战三排，看着你和三排排长斗嘴，看着你们互相叫板。不服输赌气的样子，实在可爱得让我们都笑得前仰后合。

偶然，你发现其它排在模仿我们的动作，你气愤的说，“我们口号是‘一直被模仿，总未被超越’!”我强忍着笑意，大声喊着口号。

第二天，就在这笑声中不经意间结束了。

第三天，也是最后一天。会操开始了，身体里的每一个细胞都在兴奋地叫嚣，仿佛随时会爆裂，我们取得第一名的时候到了!

信心十足，士气高昂。不为别的，因为我们的教官是你，所以我们一定能行，结果当然不出所料。这个分量比什么都重的第一，是我们心中无上的荣耀!那是我看到你笑了，那么纯粹的开心，我也跟着笑。

离别，不出所料，很多人都哭了。我们都在害怕啊，以后就在也找不到这样的教官了。

你，臧东亮，一名反恐出身，因受伤而退伍的军人。我在你身上看到的是坚强，是朴实，是幽默，是好强，是英勇，是认真，是不屈的灵魂!

四排很幸运，遇到了你。

我很幸运，遇到了你。

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