# 2024年初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文(十篇)

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-10-12

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。初一军训心得体会400字 初一军训...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇一**

在这三天军训时，严格按照要求，准时训练，过着标准的军事化的生活。以饱满的政治热情，积极的学习态度投身到军训中去。通过实际军事训练，磨练了我的意志品质，培养了艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风，增强了战胜困难的信心和勇气。

只要我们保持坚强的意志，坚定的信念，就一定能战胜自己。

曾经，我们一起欢笑、流泪。

今天，我们一起经历风雨，承受磨练。

明天，我们一起迎接中行绚丽的彩虹。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇二**

军训总算圆满结束了，如果说要用几个词来形容这次军训，我只能说：酸、甜、苦、辣味味俱全。其实，军训付出的是汗水，但收获的却是吃苦耐劳的精神以及坚强的意志。

“嘘--”教官“可恶” 的哨声又响了，又要进行“魔鬼”式的训练了。烈日下，纹丝不动的我们如同一座座雕像。而我就如吃了尖椒般，浑身火辣辣的。我们要站半小时的军姿，可是站军姿的时间走得特别慢，才一分钟、两分钟,我的双腿就开始颤抖，汗不停地本文来自小草范文网流着，我恨不得马上把它擦掉。我多么渴望有一阵风向我们吹来。半小时里苦苦的煎熬后，终于盼到教官叫“踏步”的口令了。哎，这半小时真难过!过了一会儿，教官还要我们练齐步走，再练踢正步。

训练完，我洗完澡后，躺在床上，全身的肌肉酸软了，特别舒服。

离开了父母，离开了家这个避风的港湾，就注定了风吹雨打。再苦再累也要坚持下去，只要坚持下去就一定会取得胜利。俗话说得好：雨后的彩虹才是最美丽的

一天晚上，教官教我们唱一首歌，《团结就是力量》。这首歌唱得真好团结就是力量。这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强。在军训过程中，如果缺乏了团队精神，效果就会大打折扣。现在的社会，竞争残酷。所以我们必须加强合作，取长补短，优势互补，齐心协力才能更容易取得成功。

睡觉时，我闭着眼睛，泪水顺着眼角流进嘴里，泪是甜的!我曾经想过放弃，但是同学们都做得到，难道我就做不到吗?我想到学校里本文来自小草范文网的那句话“我是石牌人，争为石牌添光彩”时，我就暗自下定决心我不能这么容易就放弃，我要向白杨树学习，学习它那不畏困难的精神。

真是度日如年啊，好不容易捱到了第七天，我们就把这七天的军训的成果表演给父母看。功夫不负有心人，我获得了“优秀学员”的称号，真兴奋。军训虽然苦，但苦中也带乐。

通过这次军训活动，不仅深化了我们的国防意识，也加强了我们的纪律约束，增强了团队精神。我们学到的是坚强、自尊、团结,丢掉的是懦弱、懒散、自私,锻炼了身体，学到了真正的本领。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇三**

漫长的七天终于过去了，但当你站在七天之后，你会发现这不仅不漫长，甚至还有一些值得珍惜和留恋的地方。

在这七天里，我们认识了要伴随我们三年的班主任，教给我们许多重要知识的陈教官，以及许许多多团结互助的同学舍友，仅仅在这短暂的七天里，我们就成了很好的朋友与兄弟。团结就是力量，这便是纪中军训教给我的第一课。

军训结束后，当教官们背上他们第一天带来的大背包，里面塞满了他们当初带来的东西时，在男生b区，也就是初一男生宿舍的所有同学，都站到了宿舍门前，或是234楼的阳台前，密密麻麻的，却异常安静的目送教官们离开，不知是谁喊了一句，我们这几天训练结束时一直在喊的“教官慢走”，所有同学都洪亮地，整齐的，喊出了这一句话，比我们军训的任何时候都要洪亮，整齐;不少同学的眼眶湿润了。

为什么我们要这么舍不得教官们呢?他们平常不是十分严厉，对我们要求很高的吗?答案很简单，我们是来军训的，不是来享福的。我们来这里是为了收起那懒散的“暑假综合症”，锻炼百折不挠的意志力的。教官们也十分辛苦，每天晚上十一二点才能睡觉，在此之前，当我们在凉风习习的体育馆内听报告，讲座的时候，他们要在操场上跑不知多少圈;当我们还在抱怨早上6：20的起床时间的时候，他们的宿舍早在5点就亮起了灯。并且他们对我们也是十分关照，在严厉之余还不忘开两句玩笑，不会让我们压力过大。

虽然他们教的都是一些比较简单的步伐，动作，但是要求很高，十分考验我们的团结力量。我们的陈教官比其他教官要稍微宽松一点，但他也不会让我们太过轻松，他对齐步走的要求就很高，我们经常要多练那么半个小时。但这很好地锻炼了我们的团体精神，在这之后，一直到汇报表演，我们的步伐永远都是最整齐的。

这不仅要归功于我们的陈教官，还有班主任vinben，如果没有他，我们估计在会操时能拿到个倒数就已经是万幸了。

总之，这次军训教会了我很多，使我的意志力又上升了一个等级，我相信以后我，我们9班，能在老师的要求下努力学习，坚持不懈，超过预期，再创辉煌!

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇四**

开学第一天，我们就开始军训了，军训啊!那真叫“哭苦酷窟”!

我们先来说一说“哭”。我刚开始军训的第一天，小赵教官让我们每一个都站在原地不要动，不许说话。站在我前面的一个女同学总是盯着教官看，总是不离开他，(按照我的想法：他好象是800年米见过教官样的)教官一看见，马上就跑了过来，说：“你怎么老是盯着我看呢?我脸上也没有什么东西啊，看什么看啊，好好站在那里!”不是我说，站在那里实在是难受极了。一个个人哭也不能哭，笑有不能笑，有多少人渴望哭啊!(我估计他们心想哭也许会另教官改变他们的态度，让他们休息一会呢)这称之为“哭”!

这一个是“苦”了，说起来也确实是很苦的，我们一开始练的是报数和向什么地方转，这些事情在小学是多么的容易啊，可是到了中学，那真是苦不堪言!什么事情都要一个一个的来，教官不许任何逃过他那敏锐的视线。(我赶保证他的视力比老鹰都强几百倍，连人的眼珠子提溜提溜的转他也能察觉，猛!)连动都不能动，我们正是倒霉在他的迷彩服下了。

我们那个教官，耍小脾气那个技术真是“酷”啊!没见过他的人不知道，他那小脾气比……还要厉害。打个比方：我们训练的第5天，马上就要开始给首长检阅了，教官们都非常认真，没有一丝丝的马虎和不专心，情绪非常紧张。我被教官莫名其妙的抓到了前面当领队的了，心情那是相当的郁闷!就在我们休息的时候，教官让我后面的一个同学到他那里去，那位女同学不愿意去，许多人推这他去，她死活不肯去，浇灌没办法，只好过来了!女孩一见教官来了，马上眼睛就红了，(我们教官整人方法特别的多，而且花样百出)接着豆大的泪珠就落下来了，(我不明白，泪水就那么容易掉?)教官就语重心长的说：“你为什么哭呢，我也没打你，哭什么呢?”接着把他拉到了一边说气话来……就在这个时候，一个男孩子也哭了起来，教官马上跑了过去问是怎么回事，那个男孩子却说是他前面打的，我们全班好哗的一声全部都笑了起来，有的还直在地上打滚呢，教官一看说：“这世道，女的还能把男的达哭了，真是的!”说完就走了，我真佩服他，这些事情都能把他气跑，现在想起来都好笑，哈哈哈哈!

最后一个就是窟窿的“窟”了说起来也怪不好意思的，我们军训完以后看了看自己的衣服，那衣服窟窿真是满天飞了，都是坐在地上和在地下勒的，没有一个人是例外的，有一次回家我妈差点不认识我了，正是“窟”啊!

现在想起“哭苦酷窟”都还觉得是那么的开心，那么的好玩，多么另人怀念的军训生活啊!

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇五**

在军训中，我们接受了教官的严格教导，学会了站军姿、齐步走和正步走等多项的训练项目，我们还看到了军人的威严。同时我们也能强烈地感受到要努力地奋斗，不能向任何困难低头!

军训中，教官总严格地要求我们。“站军姿要认真、标准!不要乱动!谁站不好的给我去做俯卧撑!”“内务卫生要搞好啊!要是谁的宿舍扣多于三分的要去跑球场!”我们每一天都进行着紧凑的学习和生活。虽然要求严格了一些，不过从中，我们也学到了很多。之前我们都是“小公主”、“小皇上”，可现在我们能独立生活了!

军训使我们非常劳累，随着“踏踏踏踏”的脚步声，汗水也往下掉，不仅动作要整齐，还要有气势，教官对我们苛刻地要求，使我们的训练时间大大增加，天空已经泛红，而我们还在踏着正步……

9月的太阳骄阳似火，如果没有汗水又怎能迈过重重的困难?只有战胜自己，战胜困难，才能获得最终的胜利。回首曾经走过的难关，我们为自己感到万分自豪!经过这次军训的我们，不是娇身贯养的小孩子了。

军训以后才知道军训的意义有多大，对我们有多么重要了!那几天，我们的脸涨的红红的，汗珠一颗一颗往下掉，但我们非常开心。在这三天里，我们过得很充实，很快乐。

军训的时候，老师为我们做了很多。当我们被教官罚站的时候，老师陪着我们一起站在热辣辣的太阳地下，其实，在这4天里，很多人都为我们做了很多。教官在陪我们顶着太阳，饭堂人员为我们琢磨菜谱，学校领导为我们费尽心思，家长们也为我们加油鼓劲，每人都为我们付出了很多。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇六**

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，也是影响我们一生的一次特殊历练。虽然受疫情影响，初入学时的我们无法将军训作为大学的入门课，但军训不会从大学生活中缺席，也将成为大学生活中一段值得回味的记忆。

习惯了悠闲甚至懒散的大学生活，接受长达十四天的军事化训练对于我们来说将会更加辛苦而严峻，但大家都选择了迎难而上，勇敢地接受挑战。五点的清晨，宿舍楼里传来了窸窣的起床声。短短的时间内大家变以及在楼下有序集合，精神饱满整装待发。操场上，烈日骄阳，却没有人轻言放弃。一遍遍不厌其烦的练习与滴落的汗水，换来了整齐划一的动作与喜悦。

开始时的恐惧与不安，在一天的训练打磨中变成了坚毅与勇气。纵然腿脚麻木、汗流浃背，大家依然坚持了下来。而我，也为我军训第一天面对未知的困难和挑战和所谓的“不可以”所展示出的坚持而鼓掌。与大家共唱军歌嘹亮，也使我更加明白了集体的内涵——团结一致，为了共同的目标而奋斗，这也是集体中每个人应恪守的准则。《亮剑》中李云龙的一句台词说：“一句话，狭路相逢勇者胜，亮剑精神就是我们这支军队的军魂。”军训的号角刚刚吹响，愿所有人都能在未来的十三天怀揣着这种亮剑精神，剑锋所指，所向披靡!

如果把军训比作菜肴，它就好像一盘刚出锅的清炒苦瓜，入口苦涩而又烫口，却能清热解毒，平了我们的烦躁，定了我们的心神。

说长也长，说短也短，高中的军训已经接近尾声。回头再看这几天走过的路，风景已有了另番意韵。一开始的手忙脚乱，闷热中淌下的汗水，所有场景仍历历在目。但因为有了后面的游刃有余，太阳底下坚定的步伐，之前所感到的劳累与痛苦，似乎被几滴清水轻轻模糊，被一张大手渐渐抚平。

在长长的站军姿的时间，我学着一步一步的稳住身形，因而有了大段纯白的时间去思考。面对阴天的操场，太阳下的绿树蓝天，高大的军用教练车，我思考着军训的意义。

它偏执，它霸道，它折磨人，可它一定有使我们皮肤变黑以外的其他的意义。十公里的拉练，我们在艰辛跋涉中咬牙学会坚持;一次次正步的训练，我们在晕头转向中学会配合;每天的内务检查，我们在手忙脚乱中学会照顾自己、照顾别人。

我曾厌烦于每次吃饭前教官的喊话、唱军歌，也曾无法理解为何牙刷要朝着同一个方向，更在大太阳下汗如雨下地期望着时间快点过去……但现在，我好像有一点理解了，严格的、不讲人情的军训，使我们成为更好的自己。

回头看军训，它还是如此令人生畏，却同严父一半，内敛着柔和的光芒。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇七**

很快的，四天的军训结束了，这四天是漫长的，是难忘的，是意义非凡的!

军训虽然很苦，但却让我们成长。在这军训期间，我们多了坚强，多了团结，多了毅力。军训中，我学会了叠军被，学会了室内物品的摆放，在做每件事都不拖泥带水，争取每一分每一秒。学会了独立，摆脱了依赖。

军训，我们学会了”稍息“，”三转“，”齐步“，立正”等标准动作，在“齐步”中，如果你慢了别人一步，或快了，这就影响了全班的正气与美观，让我想到了以后，以后的班集体，靠的是班级里的每个人，只要一个人跟不上全班脚步，那这个班级很快的就会因你一个人而不整齐，所以，只有全班同学都团结，这样合作才愉快，不会让个人感到孤独，这样这个班级也就会成为我们的另一个家。

在军训中间，每次想要倒下，我都会告诉自己：坚持一定会胜利。军训真的让我懂得了很多。就想以后的道路，绝对不可以轻言放弃，相信自己就一定会做到，告诉自己想要获得胜利，就一定要坚持下去，不管任务多难，要想尝到甜头，就必须付出，因为世界上没有得来不费功夫的事!

这次军训，是离开了父母的怀抱与肩膀还要过着前所未有的累与苦，这也让我知道，即使离开父母，我们也可以很好的生存，然而即使在父母身边，我们也不能完全依赖他们，因为总有一天我们是要自己独立的。

中间我们曾看过一段视频，一段关于感恩的视频20xx初中学生军训心得体会600字心得体会。我们的父母真的很不容易，或许是这段视频让我坚持下去!

在初一，在学校，军训的全过程，将成为我一生的回忆!

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇八**

在这几天里，我亲身经历了人生的第一次军训。这第一次军训让我感到军训又恐怖而又美好!恐怖是因为教官们严格的训练，美好是因为我懂得了我人生的道理。

这四天的酸甜苦辣，让我知道今天的课程虽然苦，但是相比人生的道路并不算什么。

教官们虽然对我们训练十分严格，常常令我们心底里非常痛恨他们。但如果仔细深深一想，才知道是他们不让我们人生的小船偏离方向。在此，我非常地感谢他们! 小

在军训中，让我懂得了只有顽强的意志力才能做好每一件事。通过艰苦的训练，让我们人生又增添了一份光彩，使我们过的更充实。从乐观的角度来说，这又何尝不是一场精彩的表演呢?

艰苦的军训不但可以磨练我们顽强的意志力，还可以磨练我们耐吃苦的好品质。如果一个人从小就过着风平浪静的生活，长大后必定就不能吃苦，逐渐走向黑暗的道路。只有那些从小就过着困难重重的生活的人，才能渐渐走向成功的大门。

齐步走，既考验了大家的合作能力，又考验了大家手脚的协调能力，这是一项多么困难的任务啊!大家那整齐的步伐，体现出了我们炎黄子孙是朝气蓬勃的，时刻准备，为保卫祖国而奋斗，为建设祖国而努力。

服从命令是军人的天职，不仅如此，服从命令往往还是保命的一种有效方法。“煤是白的还是黑的?”“黑的!”不!“煤是白的!”这是我在军训中教官问我的第一个问题。大家都知道煤明明是黑的，教官为什么还要指鹿为马，颠倒是非呢?这一定是他要让我们懂得服从，不管上头是对还是错，都要按照他的做，不然你的下场只会更糟糕。

在这四天中，我们流了无数滴汗水，这汗水代表着我们一颗颗报效祖国的赤胆忠心。这汗水是神圣的，是不可侮辱的，他是我们未来奋斗的目标，我要朝着他“好好学习，天天向上。”将来要成为一名医生，救济天下百姓，让大家都过上幸福的生活。

如今已经回到了温暖的家中，远离那毫无父母的爱护的鬼地方。但是，我们在那里学会了独立自主，不再需要父母来为我们遮风挡雨，做我们的保护罩了。我们已经从军营中长大了，已经学会了重很少的养分中转化为巨大的能量，努力生长，最终长成一棵参天大树。

其实人生是因该像鹅卵石地那样凹凸不平，需要你用脚去踩它，体会人生的道路的苦，需要你用那顽强的意志力去走完这一条坎坷的道路。如果你能走得完，恭喜你，你的人生是成功的，是光彩的，是充满回忆的。如果你坚持不住，那就证明你一直都是游戏人生，一点都不懂的为将来铺路，只能走向失败。

所以，我决定我就从今天开始，我就要为我自己铺一条坎坷的道路，为自己营造一个锻炼意志的好时机。从小就走惯这么一条坎坷的路，长大之后才能走的更加的平坦，没有什么是能难倒我。

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇九**

在开学的第二个周，我们迎来了一门新课程——军训。

这是一种新的生活、新的体验，在这里，它让我们知道了军人的生活，也让我们懂得了坚持就是力量与互帮互助的团队精神。

军训第一天上午，我们听教官讲了在军训期间的要求，以及站军姿的注意事项。我们按照教官说的一一立正站好，不知过了多长时间，或许这段时间对教官来说很短暂，但对我来说却很漫长，我眼前的东西似乎变了颜色，我本以为是阳光的照射，可没过一会儿，我就觉得天旋地转，我本来想再坚持一下，别人都挺得住，我为什么挺不住?可是我感觉眼前已经花了，所以最终我还是向教官打了报告，在旁边休息了一会儿。

回到家，我向爸爸把这件事说了一遍，爸爸对我的评价只有四个字“缺乏锻炼”，哎!谁教我不多锻炼了呢?我以后一定要多运动，增强身体素质!

这天下午，我们训练的内容和上午基本一样，可能上午已经适应了，所以并没有出现眼晕的状况。

或许在军训期间，最累的的是第四天，因为第四天我们学了正步走，并且这里面的注意事项也很多，但是我们还是完成了教官的任务。

“只有经过地狱般的磨炼，才能有征服天堂的力量;只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。”军训虽然短暂，但却能学习到如何做人、如何做事、如何走向成功!

感谢军训，让我找回了自信!

**初一军训心得体会400字 初一军训心得体会作文篇十**

是同一个梦想让我们走进同一个校园，是嘹亮的‘立正’声让我们来到同一个训练场，我相信同学们和我一样，怀着崇拜的理想，带着喜悦的心情，共同参加人生的第一次‘洗礼’完成半个月的校园军训;亲身体验一次军人生活的艰辛。增强学习的重要性和紧迫性，培养我们的责任心和集体荣誉感，努力做一名合格青年学生。

一 校园军训任务重，提高认识

大家都知道入校前参加校园军训是一种很必要也是很普通的一项活动，它不仅可以锻炼身体，增强体质，也是我们学会站稳和独立的一堂必备课;它不仅让我们体验军营生活，了解部队纪律，同时也增强我们纪律感责任心和荣誉感;它不仅让我们亲身体验训练的艰苦，更让我们尝到了苦后的笑容，感受到阳光的温暖，心情的舒畅，使我们向人生路上迈上 一大步，提高我们的思想认识，为更好的完成学业奠定坚实的基础。

二 刻苦训练纪律严，以苦为乐笑满面

只有严格的纪律，才能铸就钢铁一样的长城;只有养成良好的纪律观念，才能成为一支文明之师，威武之师的国家后盾。俗谚:无规律，不成方圆”。这正是我们青年学生学习的重点。

还记得入校时，我们带着兴奋而恐惧的心情，怀着崇拜而难以表达的眼神吗?还记得站军姿时当快要坚持不住，而教官在旁边鼓励的花语吗?那一幕幕亲身体验的场景在我们脑中不断的回放，教官们辛苦的重复每一个口令，耐心的示范，纠正每一个动作，直到达到标准，整齐为止，那种敬业精神正是我们学习所缺少的，一种不放弃，不退缩的精神;还记得在刚开始的军姿训练中，由于身体欠佳，几次都要昏倒，这时有一个熟系而亲切的声音深入每个同学的耳中---“同学们，要坚持”我一直告诫自己：“我能行，要坚持，不能倒，头昏目眩一直干扰着我的大脑平衡，犹如深入生死般的挣扎，最后还是意志战胜了一切，那是成功的喜悦，那种兴奋和冲动相信大家都有过经历……我为自己的成功感到高兴，为自己的努力感到而兴奋“我行”只要有这种精神，有这种毅力，同学们大家会永远站在困难的头上每天我都会对着蓝天高喊：“我行”。是呀!军姿就像青松一样挺拔，它折射出一种做人的道理和航向“站的正，行的端”就是具体的体现。

其实最难忘的就是课间活动。都了休息的时，教官们会不辞辛苦的组织大家学习拉歌技巧，从而减轻大家的训练疲劳，优美的歌声在空中回荡，动人的旋律从口中有节律的蹦出陶醉着整个操场，回荡在每个角角落落，大家更是用震天的掌声，欢乐的笑语对“歌星”抱于衷心的感谢和真诚的祝福。

三 欢歌笑语送祝福，精髓实质要记牢

欢乐的笑声覆盖了训练的苦累，美好的祝福送给我们尊敬的老师，和辛勤的教官，留给自己是一份回味，一份责任一个个崭新的挑战，一种不懈的努力。

无论怎样的风浪，无论怎样的艰辛，只要我们拥有一种力量一种不屈不挠的精神，我坚信大家一定会步步高升，只要把这种精神贯穿于学习中，相互学习，共同进步，自觉遵守校规校纪，增强集体荣誉感，努力营造一个美好的环境，创造和谐校园做一名遵规守纪的文明的学生，成一个对社会有用的人。

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