# 初一军训心得体会1000字(九篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-09-19

*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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧...*

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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**初一军训心得体会1000字篇一**

老天好像知道我们要军训，除了第一天，军训期间气温都超级超级高，这就很“漂亮”!军训第一天因为下雨取消了室外军训，我当时很开心很开心，心里想着又躲过去了一天，就可以少训一天啦。第二天开始室外军训，第一天我就觉得我们的教官真的真的超级好，事事为我们着想，让我觉得就是一个哥哥在前面和我们一起训练一样。军训几天，有时候真的脚疼的不想说话，但是有时候也开心的合不拢嘴。

让我感动的还是我在军训过程中感受到的那种完全出乎意料的集体荣获举感，让我明白了团结就是力量\"这句活的真实含义，通过军训，特别是走队列之后，那种每个人都特别想面对自己一个人的努力和改变，让自己所处的集体变得更好感动着我，当我们尽自的努力去让整个队伍走整齐的时候，我也在心里为我们二营一连鼓掌。军训期间教官带我们拉歌，玩游戏，那些天的笑脸都历历在目。军训中最难得不是每天军训的两个小时，而是叠被，因为初高中军训时都是走读生，没有学过叠被子，在这几天想要叠成豆腐块，对我来说实在很难，但是在军训中，我的被子也一点一点进步，越来越好，虽然不是很标准，慢慢来，总有一天会很标准的!

另外，我觉得军训中带给我最珍贵的是与教官同学的那一份真挚的友谊，所以我想对乐开水教官说:你也许只是从我们的世界匆匆而过，却给我们留下了别样的温暖和感动!村上春树说：迷失的人迷失了，相逢的人会再相逢。我相信我们还会再相见。

七天的军训生活落下帷幕，当最初心心念念的结束时刻真正到来时,就有许许多多的不舍。坚持，团结，自律是我的收获。感谢可以有机会体验这种正规，丰富的军训生活!

在军训的过程中，自我老是觉得时光好慢啊，一个字——累，老是在我脑海里徘徊，还虽然这不是第一次军训，但是让我印象很深刻，在军训时常常想早点儿结束呢，觉得好像再也受不了的。

教官老是让我们讲究军姿，我看的头都痛了，自我觉得站着好像有点儿样了，但是心里老是觉得自我的腿好像强风折磨着树一般，摇曳着，觉得自我的脚根本没有定力，反而在摇摇晃晃;额头的汗珠都密密麻麻的渗了出来，每一颗汗珠都表示着自我的努力;喉咙好像一个无底洞一般怎样灌水都不能使它湿润;耳朵好像失聪了似的，别人说话都听得不太真切。

在这样的一天军训中，烈日、雨滴都是为了给我们鼓劲的，虽然站久了，腿有点儿麻麻的，好像不能动弹一般，但是在这一天军训中，我明白了许多：这一次军训不仅仅仅锻炼了自我，也让我有毅力，坚持下去。在学习中，如果有困难，就应像在军训中一样，要学会坚强，要学会坚持，才能把一个个的困难解决掉，在人生的道路上，还有许多坎坷，我们要坚持，俗话说的好“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”也是折磨的坚持，努力，不放下才有的成功，真是“功夫不负有心人”。在学习中，自我也要无论如何都要坚持下去，克服种种困难。相信有一天，成功属于我，阳光总在风雨后。

**初一军训心得体会1000字篇二**

还记得清晨那阵阵鸭叫、深夜嘶吼般的广播歌声、丰盛的午饭、泔水缸中的剩菜、阳光下教官洁白的牙齿、还有离别时他无奈的凶狠，一切都那么单纯而又难以忘怀。

时间总是过的那么快，现在已是该走的时候了。

我确实不想回去，虽然外面千变万化的世界和这里相比，也许有太多的事与愿违的无奈，但我们无时无刻都在舒适环境中无病呻吟、故作颓废并以此为荣。在这物欲横流的大城市，我们享有这种所谓应得的自我放纵的权利。我们崇洋媚外，虚度光阴。

可是在这里，一切都改变了。

在这里必须天没亮就起床开始紧张的训练，训练之后到饭堂吃饭，然后继续训练，直到晚上十点熄灯睡觉。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人;在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

训练中，在烈日下，教官们的皮肤黝黑，两腮通红。很难想象他们曾经经历了多少严酷的训练。当了解到教官的年龄时——21岁，人生中最美好的青春时光。让人突然间感觉很不是滋味。我想到张雨生的出名曲《我的未来不是梦》，既然现在我们有优越的条件，为何不认真地过每一分钟呢?

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的时候，我们博大精深的中国文化还需要国人来继承。

**初一军训心得体会1000字篇三**

期待已久的7天军训就在今天结束了.在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。

可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。回想?军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我 然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。

每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们之中大部分都是90后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃 过苦，而且身上有很多不好的习惯. 教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于 挑战自己。

教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。

在军训的这几天里， 首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想? 在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会了什么叫“坚持就是胜利”。

在训练场上，我们预着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定高度，军训使我们认真的做事。

我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律作文的高中生。

军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中， 教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。

军训不仅仅是简单的队列训练，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想， 这都是我们知识上的空白。

军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，领悟了什么是团队，不再只顾着自己。

军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是 我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。

**初一军训心得体会1000字篇四**

八月二十三日至二十七日，在我们的初中生活即将开始之时，我们这群从小学生变为初中生的同学们，在龙潭寺某教育基地进行了五天的全军事训练。

每天我们会练习阅兵式和分列式，对于我们这些从来不会吃苦的孩子们来说，的确很辛苦，但我们都坚持了下来。我们用毅力战胜了辛苦，我们用汗水铸就了成功。在训练期间，我们十中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们十中队真的很棒。

在闭营仪式这种最关键而又是大家最疲惫的时候，我们全中队七十个队员，都用毅力和信念支撑着自己。为了在一个新阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的最高分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一!二!严格训练!严格要求!齐心协力!永创第一!一!二!”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们十中队最终被评为了“优秀中队”。这是本次军训活动中，团体的最高荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量;那种笑好快乐，它是胜利的喜悦;那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这喜悦之后的离别，却是每个人心里都如同吉它那样断了弦变了音。虽然我们和教官只有五天的朝夕相处，感情却浓于五年,在即将离别之际,我们都期望着这场宴席不散,回头一看，只是一场空想，正所谓天下没有不散宴席。想想下雨时我们躲雨，教官却要淋雨，为了训练我们，教官把嗓子叫哑了……不过不要紧，只要我们把教官教给我们的精神带回去就行了。在以后的学习生活中我们要发扬遵守纪律，团结拼搏的精神。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。

经过这五天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子第兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

**初一军训心得体会1000字篇五**

军训，刚听到这个词，我感到既新鲜又紧张，新奇的是：我从来都没有接受过军训;紧张的是：人们传诵的军训是残酷而严厉的。然而，军训过后，你就会发现，军训不过是让你增加团体荣誉感和遵守纪律的一个特别的方式罢了。

我们班的教官是一位具有四川口音的幽默人。你一看到他就会联想到正义二字。因为他的皮肤黝黑发亮，他永远是昂首挺胸的，他的脸上写满了刚毅二字，一看就知道是接受过残酷培训的军人。

军训时，我们7班都穿上了酷酷的迷彩服。看上去，俨然像一位位小军人。随着一声哨响，我们开始了为期5天的军训。首先，教官开始教我们“站军姿”。你可别说军姿太简单了，不就是往那儿吗?那你可就错了，这军姿可是大有学问呢!军姿最正确的方式是：两脚分开60度，两腿加紧并直，抬头挺胸，双眼正视前方，身体还要微微向前倾，，使长时间的站立血液能够循环。经过10几分钟的军姿，把我们都给累坏了，上气不接下气，两腿发软，脸颊通红，活像一只只煮熟的虾。

但是，教官并不给我们喘口气的机会，又开始了一系列的训练，如“向右转，敬礼”等等。

残酷的军训一天天的熬到了最后一天，我们经过训练已经有了一定的默契和配合。所以，不光是教官和老师，我们也希望能在会演上一举夺下第一。

众人翘首以待的会演终于到来了，我们是最后一个出场的。通过教官的鼓励，我们顿时士气大增。短短几分钟，我们们就气势昂然德上场了，我们一起标准而整齐的做完了一系列的动作，就是颁奖仪式，评委们念完了优秀小标兵的名字后，就要念第一名班级了。我们屏息凝神地期待着，因为这不仅仅是一个荣誉，也是我们共同努力的不表，更是证实了我们5天来训练的成果。“优秀的班集体是七2班”。当这句话落下的时候，就打破了我们所有的希望。但是我想只要我们尽力了，拿不拿奖不重要。

这次的军训让我感受到了做军人的滋味，正直，刚毅，坚强。也让我在短短5天内饱尝了人生的酸甜苦辣。

**初一军训心得体会1000字篇六**

度过了六天的军训，同学们是什么感受呢?有些许疲惫，有些许兴奋，有些许解脱，更有些许的心得体会。

六天军训虽短，却给我们上了初中的第一课。军训中，有苦，有累，但更多的却是无尽的快乐。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受，虽然有教官陪我们一起站，可我们还是坚持不住，头上顶着火热的阳光，我感觉到汗从我的额头滴到了地下。真是苦，这还不算苦的。联系正步的时候，教官让我们控腿，一控就是十分钟，当然有教官陪伴，十分钟不到，我们已经东倒西歪了。可教官却稳稳地站在那，还和我们聊天呢。我不禁佩服他们的毅力和耐力。后几天我们学了擒敌拳，有几个教官给我们表演了跳起来再摔下去的动作，真是太厉害了。我的手都快拍麻了，无限的敬佩涌上心头。

军训六天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要不啊纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这十天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

第一天军训，暴雨骤至，给了大家一个下马威——好象老天有意告诉我们，军训不是闹着玩的。大家一起学习立正，稍息，一遍遍地做着枯燥无味的四面转。渐渐地，太阳又露出来。被雨水打湿的衣裳刚刚晾干，就又被汗水所浸湿。然而，汗水浸湿了衣裳，却无法打败大家的坚强。第一天，我们学会了坚韧不拔。

第二天军训，艳阳高照。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。这一站，就是半个小时。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。第二天，我们学会了服从命令。

**初一军训心得体会1000字篇七**

“突——”的一声，听到解散信号的我们如逃难的难民般，飞速逃离了训练场。

回到宿舍，揉着酸痛的肩膀和发麻的腿脚，耳边弥漫着舍友的抱怨，军训三天的感受涌上心头……

这是我平生第一次军训，长时间的军姿站立、整齐的踏步、规范的转体……一样样的科目，让我这个平时不善锻炼的人感到无比的压抑和痛苦，如大山般压得我透不过气来。

首先是保持军姿状态十分钟，双手需自然弯曲，中指贴于裤缝线，拇指握在食指第二关节，小腹回收，抬头挺胸，双眼目视前方，双肩自然下垂，双脚呈60度外八字状，那种沉静和闷热及皮肤不断有昆虫光顾，身体不自禁地感觉有如一群群蚂蚁跳爵士舞，本来以为十分简单的动作，没想到进行得如此艰难——想到军人们每天需要站立几个小时，我不禁发出了由衷的敬佩。

军姿站完后，我们已个个腰酸背痛，活动一下肩膀，关节的“咔嚓”块还清晰可闻，但军训毕竟是锻炼我们意志的，紧接着教官便指导我们进行稍息、跨立、敬礼等项目，训练十分紧张，只要稍不留神就有可能导致全队伍的不整齐，成为“害群之马”，为此，我时时刻刻都非常谨慎，生怕错过了教官下达的命令。

军训三天来，令我印象最深刻的，是训练齐步走，说到这儿有人会笑了，初一的学生居然难在了齐步走上，可事实的确是这样，我们为此不但搭了精力，浪费了时间，也因此比别班的进度短了一截，在此我不得不提到一个精神问题，人不但要有坚决和毅力，还要有集体精神。齐步走一开始的时候，我们没有一列队伍可以走得齐，因为步速不同，步子长短不一。后来，在教官的教导下，我们女生队伍相互体谅，统一步伐，几乎达到了“人队合一”的程度。而男生队伍里，却今冬没有人在乎这件事情，队列一会儿呈弧状，一会儿成钝角，一会儿还会如参差不齐的地表一般。于是，我们集体为此花费了近别班两倍的时间和精力训练。我想这并不在于某个男生的原因，而是他们彼此缺乏一种团结。

这几天的军训对于我来说可谓一次脱胎换骨的蜕变，从走路喜欢把手塞在口袋里到规范地甩胳膊，从身体酸痛到慢慢适应……这一切，不禁让我想起了蚕的蜕变——当蝴蝶费尽心血地从蛹壳里爬出来，它便拥有了可以飞翔的美丽翅膀;而如果这时人类帮助它剪开了蛹壳，那么这只蝴蝶便永远地失去了飞翔的能力。我想，军训中的我们也一样，需要自己努力做规范化自我，做一只可以飞翔的蝴蝶!

**初一军训心得体会1000字篇八**

秋天，秋高气爽，我们迎来了新的学期，同时也应来了这一学期的军训。军训的第一天对我们来说是最难受的一天。

我们是下午军训，在第一次军训的时候，教官要求我们站军姿，我们过了一个松懈假期，一下子又让我们军训，还真有些不适应呢。我们一开始先练稍息、立正，我们立正的姿势是不正确的，有的确脚没有打开60度角，有的眼睛总是东张西望，有的背是驮这的，我们竟然连手都是自然下垂的。第一次站军姿没站一会儿就累了，虽然我们没站多长时间，可是却热的头上直冒汗。但是通过这几天的训练，我们站的时间越来越长了。有时还可以在炽热的太阳光下站上几分钟呢。有一次我们正在站军姿，一提汗从我的额头滚下来，弄得我耳朵前很痒，我真想用手去抓，但是我忍住了，因为我知道站军姿的时候不能乱动，我还发现我的手没有扣紧于是我马上扣紧了。到了这个时候就磨练我们毅力的时候。

当我们累了的时候教官也会让我们坐下休息，可是没想到坐下也有规矩，休息之后我们又开始训练了，这回练习起立、坐下。刚开始我们有的同学坐下的时候，脚一下子往前一滑，就躺在地上了，教官要求我们：坐下的时候先快速的蹲下，然后用右手撑住地，最后再坐下。用了这个方法我们坐的果然整齐多了!我们又有进步了!

军训锻炼了我们，也磨练了我们，每天下午我们有两小时的训练，当训练完毕以后我会热得头昏脑胀，真想马上躺在床上睡一觉。军训了这几天，就是我们班在淘气的男生，到了军训的时候都不得不听话，他们也都站的腰杆笔直的。

军训的第四天，我们练习了明天的军训闭营仪式，这个练习占用了上午和下午的所有训练和上课的时间，为的就是给明天前来参观的退休老教师一个完美、整齐的军训闭营仪式。我们一下子站了好长时间，一动都不能动!上午表演给全校的领导、老师看，其他年级都表演完了，就差我们年级了，可是那时我已经腰酸背痛了，但是我想虽然这次是彩排但也要做好!果然我们的表演博得了校领导和老师们的阵阵掌声。休息了一中午，到了下午，我们学校所有同学全部在操场上练习，一站又是好长时间彩排终于完了，在回班的路上在我迈出第一条腿的时候，我感觉自己都快不会走路了!

到了我们展示军训学习成果的时候了，我们个个精神焕发，动作一致，口号响亮每个同学就象换了一个人一样!不用说，这次的军训成果展示，老师对我们的评价都非常高!

军训是苦的，收获却是甜的，这次的军训让我明白了：不经历风雨，怎能见彩虹，这个道理。这就是军训的真正意义!

**初一军训心得体会1000字篇九**

我们的彭教官今天回团里不能来了，因此学校换了一位新教官来为我们训练。我们很配合新教官的训练，并且很快熟悉了新教官的指导方式。上午，我们主要练的就是齐步走与正步走。起初，我们感觉很轻松，教官也夸我们走得很好。

但练到正步走时，我们一下脚步就全错乱了，用教官的话说就是“一盘散沙”。

为此，教官把正步走的动作分解，让大家一步一步学，说实话，别看动作很简单，练起来确实很累。当教官喊“1”的口令时，全体同学都要笔直的迈出左脚，让角尖与地面持平，同时左手要放平，拳头大概要保持在衣服口袋的位置上，右手向后弯，使右拳距离身体30厘米左右。前30秒内，同学们做的都很好，但30秒过后，很多同学就都坚持不住了，身体开始略微倾斜，脚底感到有些发烫，有些同学实在坚持不住了，喊了声“报告”后，左脚就轻轻点了一下地，接着又抬了起来。我当时也感觉有些坚持不住，虽然有天公作美，但我还是“汗流如注”。

教官不时在一旁鼓励我们“坚持住，坚持住。”我咬紧了牙，终于等到教官命令我们换另一只脚。当我们不断得重复着枯燥的动作时，无人不是筋疲力尽。但人虽没有铁打的身体却有一颗比钢铁还坚强的心。任凭劳累不断考验我们的意志，仍然没有人退缩。

下午，我们训练的时间不长，但下午的军姿练习却也让我们尝到了一点点苦头。“坚持”依旧成了我们训练的主旋律。确实，“坚持”二字写起来简单，落实到行动上就是非常困难的了。这也印证了那句话“坚持到底，就是胜利。”

还有四天，我们为期一周的军训就要画上句号了。不过军训是短暂的，而“坚持”的品质是要与我们共度三年的高中时光的。相信我们能一如既往的沿袭“坚持”的作风，不仅是在军训中，更是要落实到今后的学习生活中。唯有懂得坚持的人，才能用热情和信心去迎接新的挑战!

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