# 最新初一军训心得体会200字(八篇)

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2025-05-16

*初一军训心得体会200字一第一次，我们收获了小学六年级的累累果实：第一次我们用我们自己的双手穿凿出属于我们自己的美好生活……许许多多的第一次，穿成了我们初一、这个飞扬着绚烂梦想的雏鹰，一个等待着我们用手中的画笔绘出缤纷色彩的初中生活。步入初...*

**初一军训心得体会200字一**

第一次，我们收获了小学六年级的累累果实：第一次我们用我们自己的双手穿凿出属于我们自己的美好生活……

许许多多的第一次，穿成了我们初一、这个飞扬着绚烂梦想的雏鹰，一个等待着我们用手中的画笔绘出缤纷色彩的初中生活。

步入初中，我们迎来了如火如荼的军训生活。都说军训是艰难而枯燥的。当我们怀着满心的好奇，踏入这片绿茵，看到炎炎烈日下的我们，犹如五线谱上舞动的旋律，演奏着人生中最精彩的乐章。

军训、是苦乐人生的缩影，在这简短的痛苦的日子里，年少的我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练时身体的痛苦和离家的失落。但在这烈日下有我们火红的青春。虽然，我的身体还在疼痛，但在这片土地上，有我们洒下的汗水和泪!相信在以后必将开放出鲜艳的花朵。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格、才了解到那应用挺拔的身子是在着点点滴滴的汗水中磨练出来的——操场上教官们严肃的口号声，同学们整齐的走步声和响亮的军歌声……不是正在演绎着我们如梦的青春吗?

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。“吃得苦中苦，方为人上人。”是军训，让我们懂得团结互助……是军训、开启了我辉煌的青春!

**初一军训心得体会200字二**

步入初一，我们迎来了如火如荼的军训。

“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”刚步入红心，这排大字就出现在我眼前。

第一天，仅仅一天，教官就已经让我累的直不起腰。然而，再看看对我们这些“小皇

帝”来说难以下咽的食物，我的脑海中闪过一个词：魔鬼训练。但是，当躺到那朴素的硬板床上时，我发现，原来这毫不起眼的地方也能让人如此舒适。就算这样，我的内心深处仍然积满了对教官的怨恨。

当到了第二天时，由于第一天做了太多个蹲下起立，我的大腿已经痛得麻木了，只有下楼梯时才能感到酸痛酸痛的。此时，我真想倒下去然后再也不起来。但是，我没有，因为我看到了这句话：“苦不苦，想想红军二万五;累不累，看看革命老前辈!”看到这儿，我的心头微微一颤。但是晚上《冲出亚马逊》这部电影彻底改变了我对这种苦的诠释。这种苦和累，比起革命前辈算得了什么?

这一天晚上，我想了很多很多，我想到了自己看的一部部红色电影，那里面的男女主角是多么坚强。甚至，我还想到了自己儿时小小的摔伤创伤，也能哭上一整天，这让我惭愧的低下了头。

以后的三天，我更加坚强。虽天天汗如雨下，却日日倍感充实。到第五天结营仪式时，我这才发现，为期五天的军训在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂首挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果，没错，这短短的五日，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军事训练，更多的，它让我接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

都说“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”，“吃得苦中苦，方为人上人。”幼苗不经历风霜洗礼怎能长成参天大树;雏鹰不经历折翅之苦，怎能搏击于万里苍穹?

坚持是火，正在燃烧的火;坚持是风，正在弄舞的风;坚持是诗，正被书写的诗。

军训，谢谢你，你让我明白什么叫坚持就是胜利，你让我长大了!

**初一军训心得体会200字三**

一谈起军训，想必少不了“苦”这字了。要我说，这军训可是酸甜苦辣咸，五味俱全呀。

五天的军训让我们成长，让我们成熟，吃不饱，睡不好，就连个洗澡的好地方都没有，我想，这大概就是磨练人的地方吧。俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人”，的确如此。

烈日下，我们汗流浃背，却丝毫不动。一首《严守纪律歌》唱出了军人的作风，唱出了我们坚强的意志;一次靠几滴水洗完的经历，洗出了军人的珍惜，洗出了我们对水的节约;一次拔河比赛，拔出了军人的团结，拔出了我们集体的精神。训练中，坚持乃我们心中的标志，千言万语，只为“坚持就是胜利”。

之前的我们是饭来张口，衣来伸手的小皇帝小公主，永远是呆在温室里的花朵。而如今，五天的军训将我们改变了，再也不依赖了，坚强，我们变得坚强了，变成石缝中顽强的野花，尽管环境多么恶劣，也能在其中锻炼自己，成长自己，正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，没有风雨，怎能见彩虹，没有苦的衬托，怎能显示甘的美丽。

于是，成长，蜕变，我们懂得了集体的力量，向往着集体带来的喜悦，记住“步调一致得胜利”，不再害怕五天里的日子。

落日将我们带到了9月11日下午，这一刻，真的好不舍。仰望，天好蓝好蓝，任白云自由地飘;俯视，水好绿好绿，任鱼儿自在地游。踏出了这里，告别了五天的军训，也许，泪珠早已在眼眶里打转，但我不让它落下，因为，在这里，我要坚强。

尝尽了酸甜苦辣咸，军训，就是这样，好似一瓶打翻的五味瓶。

**初一军训心得体会200字四**

清晨，我们伴着浓浓的雾开始了一天的生活，“鸣—”的一声，同学们像脱缰的野马般冲了出去，冲到了草地上站着，听教官的训话，我们一个个像一座座雕像贮立在清晨的寒风中，伴随着第一缕朝阳开始了一天的训练。

临近中午，烈日当头。在太阳下的我们一个个汗流浃背，哈欠连天，一个个面容憔悴，这个时候正是考验我们意志力的时候，可是有几位同学都因为身体不适都“下了战场”。

吃过午饭，我们回到了宿舍，这时，我们发现这个拥挤的宿舍才是我们的天堂，同学们你一言我一语，仿佛把一上午的压力和苦累都宣泄出来了。午睡时我看着头顶上“热爱生活，学会独立，创造生活”这几个字，回想着两天的经历，我仿佛渐渐懂得了军训的真谛，再苦再累也要坚持。

下午炎炎的烈日照的我们七荤八素，于是教官便让我们集体坐下唱歌，玩乐的时间总是过得很快，一会儿就到吃晚饭的时候了……

一直到晚上，我们躺在各自的床上，回想着这一天，我们发现，正如教官说的：“咬咬牙，一切都会过去的。”

明天，我们就要离开了，我真感觉，我长大了。回到家后，爸爸妈妈一定能看到一个全新的我。

**初一军训心得体会200字五**

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?这是我们的七天的军训生活一眨眼就过去了，想一想，我会有一种成就感，因为我们战胜了困难，不怕苦，不怕累，勇敢地坚持到底。

在这七天中，我们一起经历所有的风风雨雨，生活的很融洽。我们就像亲姐妹一样，互相帮助，互相鼓励。

有一次，宿舍一个同学流鼻血了，我们二话没说，立刻找纸给她止血。一个女同学把自己的枕头让给她，而自己却枕着毛巾被睡觉，这种友谊是什么都代替不了的。

“金屋银屋，不如我们的温馨小屋”，这句话是我们的宿舍密语，别人很羡慕我们，因为我们相处得温馨、融洽、快乐呀!我相信我们的友谊一定会地久天长的!

这次军训让我受益匪浅，我们高歌：“阳光总在风雨后，请相信有彩虹，风风雨雨都走过……”

**初一军训心得体会200字六**

为期 3 天的军训终于结束了,这是我们在中学第一次展示自我的机会。这 3 天里,我们同学之间从互不认识、腼腆羞涩到彼此相熟，自然的开着玩笑，大家 都熟悉了许多。当然，军训的收获远远不止与同学们相熟，更重要的是，我们学 会了吃苦耐劳，理解了纪律的重要性。军训使我知道了什么是美，什么是丑。它 使我们从原本懒散的假期生活中重新恢复青春阳光的一面， 帮助我们改掉了以前 养成的坏习惯，并且我们有信心，将好习惯一直坚持下去。

军训是我们中学生活的前奏，在走进中学生活之前，我们都要接受军训的考 验和历练， 军训给我们带来的不止是站军姿的煎熬与烈日的炽热，还有同学间的 感情和团队的精神， 所以说军训是我们每个中学生的必修课，也可能是我们中学 生生活最难忘的一课。

军训练习的第一步，就是站军姿。同学们顶着烈日，冒着酷暑端正挺拔地站 在操场上， “抬头挺胸，腿要直，背要直，双手紧贴裤线，脚跟并齐，脚尖打开 60°”的苛刻要求，让同学们刚站了一会儿就感觉脚发麻，腰和腿都特别疼，有 的同学坚持不住了，就只得到旁边的阴凉处休息一会儿，再继续练习。

立正、稍息、坐下、摆臂、踏步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，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。不积滴水，无以成江海。在军训时， 偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协 调一致，并符合标准。

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。军训让我们脱胎换骨，给我们足够的力量，让一个个在温室的花朵有信心去 迎接实验班紧张的学习生活。

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!

**初一军训心得体会200字七**

新的学期又开始了，我怀着愉快的心情迈入湄江中学。

我听老师说，开学这个星期，要我们这些初一新生进行军训活动，我们心理特别高兴。

我们排着队来到武警中队，看见武警那些整齐的动作，同学们鼓起了掌。我心理油然而生出一种敬佩之情。之后，我们还参观了武警的房间，令我大吃一惊的是那被子，折叠得方方正正，没有一点丝皱纹。休息过后，认识教官，教官不高不矮，很幽默、风趣。教官先教我们第一个动作——立正。我一听，暗笑：“这么容易的动作，教官还教。”教官先教我们手形怎样放，我们一点也不严肃，总是嬉皮笑脸的，结果被站了十几分钟，我才知道，原来这个动作是那么难的，现在脚都站酸了，军训还没有结束，不知谁脚痒，动作不正，教官喊道：“嘿，胖子给我站好。”过了许久，上午的军训总算是结束了，大家叫苦连天：“这个礼拜怎么熬过去啊。”下午，雨下了起来，我们在球场站了半个小时，一些同学晕倒过去，解散后，我们回到教室，教官教我们唱歌;“咱是当兵的人，有啥不一样……”唱着，唱着，这首歌，让我想到军人时刻不思念故乡，但为了保卫祖国，驻守边疆，无暇回乡。这种精神是多么感人啊!

四天的训练下来了，我们以前不认真的坏毛病得以改掉。星期五那天，全体新生要汇操演，我们的教官说：“这次汇演，你们要打起精神来，认真表演这套动作。”

表演完毕，可惜我们班名落孙山，个个愁眉苦脸。教官鼓励我们说：“输了不要紧，失败乃成功之母吗。”我们连连点头。

军训结束了，我们恋恋不舍送走教官。

**初一军训心得体会200字八**

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！