

2023年大一军训第一天心得体会(通用9篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

大一军训第一天心得体会篇一

在期盼等待中军训悄然来临。对于军训，我曾无数次想象过，轻松或是紧张，严肃或是活泼，对于我来说，军训是件很神秘的事情。

军训的初次体验，感觉最多的'是疲惫，但收获也是满满的，比如我的转体越来越熟练，越来越标准了，比如我们班动作越来越协调，口号越来越有力量，转体、踏步走、喊口号，我们每个人都在训练中感受到了集体的力量。

坚持就是胜利。军训刚刚起步，虽然很辛苦，但也很有收获，在后面的军训中，我一定刻苦训练，努力坚持，争取更大的进步，为自己加油，为班级争光。

大一军训第一天心得体会篇二

高级的军训第一天，我们站在操场上迎接阳光的映照，带着坚毅的目光准备挑战自我。作为将要踏入社会的大学生，这种相对于普通军训来说更加严格、更加高级的训练必将成为我们成长中的重要记忆，意义非凡。

第二段：描述军训的训练内容和感受

当教官发令，我们开始逐渐步入操场中央，眼前展现出海草绿的军装，在不停的叫喊声中，我们用力的跑步、蹲下、向前翻转，满脸滴汗，流出心累但却依然保持着坚毅的眼神，那种挑战身体极限的感觉是前所未有的。

第三段：讲述团队协作和沟通合作的重要性

高级军训中不仅仅是个人的修炼，更加重视的是团队的合作。团队合作需要各位同学相互协调、相互支持，通过沟通合作才能完成每一个训练。现在回过头来看，一方面个人的努力是必须的，但是更重要的是很多时候需要整个团队的努力才能达到我们所需要的结果。这种团队合作的意义并不仅仅体现在军训中，日后的工作生活中也是不可或缺的。

第四段：分享突破自我能力的体会

经过一天所有的训练，我的状态开始逐渐好转，参与其中的每一位同学都能感受到自己的不断改变。越来越多的人体验到了军训带来的良好变化，特别是那些认为自己弱不禁风的同学，他们在今天获得了突破，某种程度上可以说是开启了崭新的努力方式。

第五段：总结感想并展望

高级军训的第一天收获了我们许多收获，不仅体现在对于身体方面的锻炼，更体现在对于团队协作和个人能力的提升上。军训所带给我们的不仅是身体上的锻炼，更是一种生活态度和生活方式。对于我们将来的发展来说，这些收获必将伴随我们一生。这个夏天对于我们来说不再局限于青春和美好，而是通过高质量军训收获更多的成长、经验和智慧。

大一军训第一天心得体会篇三

今天是初中军训的第一天，一向喜欢阳光洒满全身的感觉，

但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是公平的了。

一道刺眼的阳光开始了我们的军训生涯。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训打倒，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们也许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们现在倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。现在要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，仅此而已。

大一军训第一天心得体会篇四

高级军训是大学生活中的一项重要活动，其不仅有助于培养学生们的军事素质，增强身体素质，还可以提高学生们的集体意识和团队合作精神。今天是高级军训的第一天，我深深感受到了这种训练带来的冲击和磨炼。在接下来的日子里，我相信我会学到更多的东西，同时也会深刻感受到团队的力量和重要性。

第二段：参与高级军训的体验和感受

第一天的高级军训是体验性很强的。我感觉自己在一次实际的野外训练中，充分体验到了身体的极限和挑战。虽然很辛苦，但是我体会到了身体和心理的很大成长。同时，由于团队合作的存在，我没有感觉到孤单和疲惫，反而感受到了别样的增强和支持。

第三段：高级军训的学习热情和收获

高级军训除了体验极限挑战之外，还有很多丰富的学习。在高级军训的课程中，我们学习了如何围攻、如何搜寻地形。学生们的那种严谨态度，让我感受到了学习的热情和学习结果中的极大收获。虽然说在刚开始的时候我并没有特别的愉悦感受，但是现在我更加感受到了高级军训深层次的意义和关键性。

第四段：高级军训对于团队精神的提升

高级军训更多的是对于团队合作和协作精神的培养和提升。在军训期间，我们本来是一个个极度自由自我挣扎的个体，但是此时却跃上了一个相同的阶梯，成为一个统一的团队。大家任劳任怨，互相帮助，共同努力，终于完成了许多看似不可完成的任务。

第五段：总结并反思高级军训的意义

总之，高级军训是一次全方位的协作和提升。在充实的两天时间中，我们克服了诸多麻烦，消除了许多障碍，最终成为了一个同心协力的团队。这种团队精神，不仅可以用来解决困难和挑战，同样也可以用来解决工作和社会关系。此外，高级军训也锻炼了我们的耐力和毅力，使我们对于困难的恭敬和勇气有了更加清晰的认识和理解。总之，高级军训是人生不可忘却的一课，让我们在迈向未来的路上更加坚强和勇敢！

大一军训第一天心得体会篇五

今天是7月1日，军训的最后一天。早上雨淅淅沥沥的下着，空气格外凉爽，弥漫着清新泥土的愉快气味和潮湿般的不舍。

今天虽然下雨了，但训练依旧。稍息、跨立、踏步、敬礼……这几天来学的东西都复习了一遍，可能是最后一天的缘故，大家都出奇的安静，但喊口号时比平时更有力。上午最后的`时候是检阅，每个连都要展示自己的训练成果。看着同学们精神抖擞的样子，铿锵有力的步伐，明白这几天同学们的改变有多大。

“军训”这个让平常人听着都毛骨悚然的词语，带给我们一段非凡的人生历程，这里面有身体上的酸痛，有心灵上的担心，但我们坚信自己有毅力战胜它。苏东坡说过：“古之立大事者不惟有超世之才，亦有坚韧不拔之志。”我们坚信自己有战胜它的胆识，有超越自己的勇气。让我们对自己满怀信心吧！

今天下午教官就走了，回想这几天所发生的事情，心里多少有点不舍。这几天我们不仅学会了那些队列，还学会了什么是“忍”、什么是“坚”，什么是“勇往直前”。三天虽短，但学到的东西却很多，感受很深。

汗水、酸痛、愉快、不舍，这些词充斥着这次有意义的军训。难忘军训生活！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

大一军训第一天心得体会篇六

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了！

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。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪漫的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。军训好困难，困难是磨练坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。

大学第一天军训心得体会

军训第一天

军训第一天随笔

第一天军训的心得

高速军训心得体会

【热门】军训的心得体会

大一军训第一天心得体会篇七

我们军训啦！自我感觉良好，但是……貌似我的肚子不这么认为，饿了一天啊，可怜的`娃呀，改天一定好好照顾你。

我们的教官姓王，刚开始我认为教官是“魔王”，可是后来，我注意到了教官嗓子都喊哑了依旧在喊，感激涕零，向教官致敬！

骄阳似火，烈日炎炎，在这样的一天里我的心却清凉如风，为我们服务的同学，关心我们的老师，努力教导的教官，现在我不再想抱怨，只想再说一句：老师们，教官们，同学们，您们辛苦了！

无论天气多么灼热，只要有这一切，在我心中，再火的烈日，也会变成凉爽的晴天。

大一军训第一天心得体会篇八

今天是第一天大学军训，刚开始的开学典礼和军训动员向我们敲响了警钟。我们不再是乳臭未干的高中生。而是一名成熟稳重的大学生，我们应该为自己的行为负责。

一开始我对军训是一种害怕的心理，害怕教官会不停的让我们在炎炎夏日中一直站军姿。然而经历了第一天军训后，我才对军训完全改观。军训里既有乐于助人的学长们给我们打水，照顾伤病员无微不至，也有总是逗我们笑的教官们。同时在该严肃的时，毫无情面的教官让我们更加敬重。正如教官所教导的，军训不是训斥我们，而是对我们身体的校验和我们意志的磨练，让我们在以后的生活里能走得更远！

军训很苦也很累，但同时也让我们受益匪浅。无论是因伤退出的伤病员，还是坚持下来的我们，都在用实际行动践行着《警世贤文》中的“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”幸福的'人生，美好的品质，如果没有经过痛苦的军训，是不会轻易降临的，所以说，在痛苦中磨练自己，生命之火花才会闪烁。

同时，我谨代表20xx届的新生感谢李书记的亲自到来和帮助，以及学长学姐们无私的奉献和教官们的殷勤教诲。

大一军训第一天心得体会篇九

今天是军训的第一天，我们大家满怀着兴奋、憧憬的心情开始了为期五天的艰苦训练。

早上，我们兴冲冲地换好了衣服，排好队，等待着教官的到来。过了一会儿，就听见同学们在呐喊着：“教官来了！教官来了！”随后，就听到了同学们议论纷纷的声音：“这个教官好高啊，皮肤好黑哦。”我转过身去，果然看见了一个身材高大，皮肤黝黑的男教官向我们走来。这个教官不太爱说话，他除了告诉我们他姓张外，便一言不发了。随后，他把我们带到了操场上。

军训正式开始了，太阳火辣辣的烤着我们的脸，教官教我们练军姿要抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，坚持着不能动，真是累死了，我们将近站了十分钟左右的了，可教馆还是没

有“收回成命”，我们只好继续站着，不过好在有教官陪着我们。这时，同学们又开始窃窃私语起来：“这个教官好严格，哎哟，累死我了，我快站不稳了。”但我认为军训本来就应该这么严格，况且这已经比我预计的好多了，所以我要求自己一定要更努力，做得更加出色。

一天下来，我感受到了军训虽然很累，但也让我收获了很多，也让我感觉到了军训的快乐，更可以和同学们共同进退，这让我更加开始期待明天的军训生活了！