

2023年军训第一天心得体会 三年级军训 第一天心得体会(优秀15篇)

学习心得是对学习过程中遇到的问题 and 困惑的反思和解决方案的总结。接下来是一些书籍的读书心得范文，希望能够给大家提供一些思路和启示。

军训第一天心得体会篇一

三年级军训，这是我们小学生涯中的一件大事。每个人都很期待，但同时也有些害怕和紧张。今天是军训第一天，我这个新生第一次感受到了什么叫做“打靶”的火热，也深刻地体验到了“军事素质”这四个字背后所包含的内涵。

第二段：打靶经历

早上，我们首先进行了集合训练，紧接着开始了“打靶”，这让我倍感新奇。学校为我们准备了制式的军服，还有一把“枪”。我们根据指令依次排队，准备开始射击。我一边握紧枪柄，一边看着瞄准板上的目标进行调整。虽然我没有获得好成绩，但我发现，如果想要精准射击，就需要保持心态平和，以及高度的集中力和耐心。

第三段：体能训练的挑战

下午，我们进行了体能训练。这是我第一次正式接触集体体能训练，我发现这是件非常痛苦的事情。体能训练涉及到了大量跑步和一系列的锻炼。我感到累得不行，脚底的磨痛甚至影响了我正常走路，但我知道这顶多只是磨破了鞋而已。我意识到，军训让我更加坚强，不仅意志坚定，耐力获得了强化，这也让我更加自信。

第四段：团队合作的意义

在军营的日子里，人人都要是战士，意味着平等，但是这不代表不需要团队合作，相反需要有很高的协作精神。我们进行了很多合作训练，这让我感受到个人的力量是渺小的，唯有团结合作才能获得胜利。军训中无论是听从长官的安排，还是在训练中互相帮助，成为了我们必须遵循的规则。我开始意识到，在团队合作中，不但能给自己带来价值，同时也能为团队中的每一个成员创造机会。

第五段：总结

军训让我更加强壮、更加自信，也让我更理解了团队合作和军事素质的价值。我逐渐意识到，只有将平时积累的技能加强到极致，才有可能在被需要的时依然能够保持自己的冷静和信心。通过这次军训，我明白了要如何通过运动和锻炼来强身健体。同时，我也懂得了这并不是一件单独的事情，而需要依赖于团队之间的紧密协作。我相信今后，我会把这些体验和观念融合在生活中的方方面面，成为我成长路上的一道风景线。

军训第一天心得体会篇二

三年级军训第一天，作为一名小学生，我兴致勃勃地来到了操场。这是我第一次参加这样严肃的军事训练，我对此充满好奇，并且期待着收获新的经验和知识。在这个过程中，我收到的启示不仅仅是如何锻炼自己的身体和精神，更重要的是如何在未来的学习和生活中取得进步和成功。

第二段：体能训练

体能训练是我们今天的第一个任务。在这个过程中，我深刻了解到体能训练的重要性，以及坚持不懈的意义。我们首先进行了热身，随后进行了各种不同的运动项目，例如腹肌训练、平衡练习、协调训练等等。当然，这些训练不仅对我们的身体有好处，同时也有助于我们提高对自己的掌控和自我

调节能力。在整个训练过程中，我深刻意识到：要想达到自己的目标，就必须不断努力和坚持。

第三段：纪律要求

纪律，是一个军人最基本的要求。在军训中，我看到教官经常要求我们排成整齐的队列、做好军姿，严格遵守他们的规定和要求。我们要紧跟节拍，注意缺勤和迟到，保证全身心地投入训练。这些要求不仅让我们更加有条理和组织，同时也加强了我们的意志力和责任感。今后，在学习和工作中，保持坚定、严谨的态度是非常关键的。

第四段：战术实践

与体能训练相伴的是战术训练，这也是我所向往的部分之一。在战术训练中，教官教给了我们一些基本的战术要领和知识，比如如何协作、如何分工和如何行动。在应对模拟危机和矛盾时，我们需要相互配合，互相帮助，并且时刻谨记紧迫性和信念。在日后的学习和生活中，这种理念也将有助于我们快速适应新环境并解决问题。

第五段：感悟与反思

整个军训收获颇丰，我体会到坚持、自律和团队合作的重要性。我们必须为了自己的梦想而努力，不断挑战和超越自我。同时，我们也需要注重他人的需求和意见，牢固树立团队意识和责任感，以便于更好地完成集体目标。时刻保持智慧和谦逊的态度，加强自身素质的提高，这样才能成为更优秀和有力的挑战者。

军训第一天心得体会篇三

在我的记忆里，三年级的第一天军训是特别难忘的一天。那是我第一次参加军训，也是我第一次穿上军装，感受到了许

多以前未曾有的体验，下面我来给大家介绍一下这次军训的心得体会。

一、一开始的紧张和不适应

早上六点的军号把我从睡梦中惊醒，略微摆脱了迷糊，我打开窗户时，一股微凉扑面而来，让人不由地打了一个寒战，但还是懒懒地从床上爬起来。穿上军装的那一刻，我感到了优雅与不凡，但同时也充满了紧张和不适应。我第一次在阳光下穿着军装出门，听着隆隆的军号，看着队列整齐划一而行，心里不禁充满了敬意和荣誉感。

二、教官的言传身教

活动开始后，教官向我们讲解了一些军队中的基本礼仪、武器使用、军旅生活以及队列的组成部分，让我们明白了身为学生也应该具有基本的军事素质。在这一过程中，教官不仅传达了他富有经验的知识，还以言传身教的方式教我们如何使用器材和举行仪式。这样的教育方式，让我深切体会到了一个好教育者对学生的启迪与引导。

三、坚韧与团队精神的培养

军训也让我意识到了坚韧和团队重要性。在训练中，我经常觉得自己应该停下来歇一会儿，但每当我疲劳并几乎不能继续训练时，教官总会给我士气鼓励，让我再度振作。同时，与我的队员们一起训练，我也认识到了团队精神的力量，因为所有的成员都在为着一个共同的目标而努力，所以我不再是单独行动，而是与众多志同道合的同学们一起前进。

四、对军人职责的敬仰

在军训过程中，我也碰到了真正的军人，他们体魄强健，精神高昂，严谨有序的组织感和执行力不禁令人敬佩，我感受

到了他们的职责和责任心，深入认识到了我们仿佛远远不可及的繁荣与和平的背后需要的出奇制胜的坚定意志。这样的观察不但构建了对军人的尊重，同时也让我碰到了自己的沉静内省，确定了自己的目标和未来。

五、今后的学习与挑战

回想起军训的过程，我意识到了军训对于我们未来的重要性，因为这不仅是一种好的锻炼方式和学习机会，也可以激发我们的潜力和动力。在今后的学习与挑战中，坚韧、团结和勇气是我需要时刻提醒自己要注意的素质。同时，我也想告诉自己，虽然我现在还很年轻，但我也应该珍爱身体，努力奋斗，晋升未来的自己！

这次军训历经寒暑，虽然有很多困难，但也给我留下了深刻的体验和感受，和同学们一起经历军训也让我学到了许多从而顺利度过了劳累和紧张。三年级的军训第一天，在我的记忆里永远是特别而难忘的一天，期待未来的军训和飞跃坎坷，为祖国和人民贡献力量。

军训第一天心得体会篇四

随着高中的开学，我们再一次在新学校中迎来了军训的挑战。虽然这并不是我们第一次面对军训的训练，但在听到军训二字的时候，内心还是不由的想起在三年前那一幕幕辛苦的坚持和努力，可见军训的艰苦已经刻进了我们记忆的深处。

但所谓：“有一份付出才会有一份收获。”而我也正是一直坚信着这条真理，才会一路在学习中坚持下来，克服了艰难和险阻，让自己来到了高中的校园！

这次的军训也正如我们心中所预想的一样，无比的辛苦。还记得在刚开幕的时候，总教官还在主席台上发表军训的开幕演讲，但台下已经有不少同学开始承受不住烈日和站立的

疲惫，不时的伸伸腿，或是干脆蹲下来躲在同学的影子下躲避阳光。总教官看到这样一幅景象，当场就发怒了！他说到：“父母送‘你们’来到高中可不是为了玩的！高中三年，才刚开始你们就这个态度，还怎么面对今后的学习压力……”

听着教官的批评，虽然我还没有开始放松自己，但也羞愧的低下了头。回想起自己来到高中的目的，以及决心。是啊，我们早已经做好了吃苦的准备，又怎能在这样一点阳光就败下阵来呢？在教官这番点醒下，我们才恍然大悟似的清醒过来。

后来，军训开始了。在教官的管理下，我们一边重新学习着以前掌握过的一些军训动作和技巧，一边也畅谈着互相的事情。教官虽然在军训上十分严格，但却十分平易近人，还经常给我们讲一些军营中的训练和生活。这也让我们渐渐忘记了军训的辛苦，一边坚持着锻炼自己，一边以教官为中心，形成了一个紧密又齐心协力的团体。但后来，教官逐渐让指挥交给了我们的排长。让我们开始逐渐自立，成为一个能独立做好训练的有序队伍。

如今回忆起这场军训，我深深感受到了自己在这场训练中的变化。比起过去如同一盘散沙般松懈又散漫的我们，如今我们在思想和纪律上都有了全面的成长，也逐渐成为了一个独立的团结队伍！这正是我们在军训中的收获，是我们在这两周来“通吃苦，共享福”后所收获的珍贵友谊！

军训磨练的不仅是我们的身体，更是我们这颗同学的心。如今的我们已经做到的齐心一致，已经做好了通往高中学习的准备！相信在未来，我会更加团结，共同克服高中的任何困难！

军训第一天心得体会篇五

作为一年级学生，第一次进入高中校园，我们迫不及待地期

待着一切新奇的体验。而今天，我们经历了一种全新的感受——军训。作为全面深化教育改革、提高国民素质的重要手段，军训在高中生涯中占据了极其重要的地位。

第二段：学习的意义

在第一天的军训中，我们认识到了学习的重要性。军训让我们体验到了我们的身体和心理限制，让我们认识到速度、距离、力量和时间等因素的重要性。军训不仅让我们锻炼了身体，更重要的是让我们学会了面对挑战和困难的勇气。

第三段：团队协作

军训教会了我们团队合作的精髓。比如为了训练集体意识，我们经常进行集体跳远、集体步进和合唱训练。在这些练习中，我们体会到了团队协作的重要性，懂得了人们在相互协作下可以做到更好和更多的事情。

第四段：纪律

作为一个独立的人，我们必须清楚自己应该做什么，什么是不应该做的。每当我们听到教官的口令时，我们必须迅速地行动，直到完成这个行动。听从命令也是一种自觉性，我们必须遵守它，符合规定成为更好的人。

第五段：总结

综上所述，军训是一次非凡的体验，不仅锻炼了我们的体魄，更重要的是让我们学会了许多技能和知识。当我们艰苦卓绝时，我们更能够感受到胜利和成功的重要性，更加懂得生命和人生的真谛。希望在今后的学习生活和实践中，我们能够把所学应用到实际中去，成为一名有责任心的青年，为祖国的繁荣与发展做出我们的努力和贡献。

军训第一天心得体会篇六

镜子里，有一张精神抖擞的脸，一身弥漫着战斗气息的迷彩服。军训第一天，我打量着眼前嘴角上扬的少女，好奇，激动，在她的眸中流光溢彩。

我们高一(3)班，排着整齐的队伍入场，参加动员大会。老师和教官的演讲七分严肃，三分激情，撩动着我们年轻的心。阳光，毫无遮掩地洒向操场上的每一个气质勃发的少年。阳光的温度，没有炉火般灼热，却能使血液沸腾。

我听着听着，汗水也滑落下来。我们的教官，带领我们来到场地，他操着当地的口音，教我们站军姿。许是第一次接触到军人的动作，我的身体在阳光下弱弱地的抖动。不多久，疲倦、酸痛便通通找上门来了。

我清楚地感受到膝盖的麻木。“休息！”这句期待已久的口令，似乎有种奇特的魔力。“要喝水的打报告！”教官发令。我看到声音小的同学，在教官面前一次又一次地报告，我的心也上下颠倒起来。

别人不知道，但我深切了解自己。我是懦弱、胆怯的。对水分的渴望，刺激着我的神经。或许，我需要成长，需要勇气。一句“报告”出口，我的心释然了。清清的水，柔柔地抚慰那颗那经过“世纪大战”的心。

下午，教官陆续教了我们各方向的转法、稍息等基本动作。我的动作是笨拙的，脑子是缓慢的，可是那颗疲劳的心却畅享着丝丝愉快。

军训第一天，我记住了激烈的心跳和那句响亮的报告。

军训第一天心得体会篇七

对于军训我不是陌生，高中的时候也有过一段军训经历，但是已经过去了很急，而且时间也没有这次这么长，我一直都在为自己加油努力，这次为期将近两周的军训是一个门槛，越过这个门槛就是全新的生活，现在我很幸运我越过了，记得一开始军训的第一天我是极度不适应的，这一点表现在我的身体素质上面，第一我真的是跟不上这么高强度的训练，毕竟是很久很久没有这么训练过了，似乎比我高中的那段军训经历更加刻骨铭心。

第一天开始的时候，就给我一个深刻的教训，我集合的时候迟到了，当时也没想那么多，本以为不会怎么样，军训就是这样，就是这么严格，毕竟我也是一名大学生了，虽然现在理解教官的严格，但是当时自己没在意那么多，第一天集合迟到我就直接被罚了，还是我们真听歌歌队伍跟着我一起，当时我就非常的不好意思，毕竟这是我自己犯的事情，但是后面的时光都是这么过来的，就是这么一个迟到让我记忆深刻，几乎以后每一天军训我都会提前十分钟到集合地点，再也没有迟到了，因为那种感觉是真的不好，让大家跟着一起受罚，而且都是相互才照了各面的同学。

同时我知道了军训就是让我成长的一次经历，后面的军训时间我一直在适应，其实军训是很累的，但是大家都在一起经历军训，让我坚定了下來，尽管军训很累但是我们每天休息的时候都是各种口号，各种开心，在军训累的同时我们的感受到了团体带来的快乐，我们是一个集体，我们是一个优秀的集体，在我们今后陆续几天的时间里我们都在适应环境，后来我适应了军训也接近了尾声，我们最后在一起军训的日子，让我格外的珍惜，我觉得这是一段很宝贵的经历，到了结束的时候才是看到了自己的成长，真的很好，很好！

军训第一天心得体会篇八

军训是每个大学生必经的历程，对于我们一年级新生来说，这是我们第一次接触到军训，也是我们成为大学生的第一步。军训第一天，我们经历了很多新奇的事情，感受到了许多不一样的地方，下面我来分享一下我的心得体会。

第二段：体验

军训第一天，我感受最深的是队列。一进入大门，就能看到整齐的队列，各个学院的学生在不同的位置，端正姿态，高度一致，迎着阳光。我心里不禁感慨，这就是我们要学习的精神，这就是军训的重要意义。然后教官向我们展示了整齐军队的示范，我们也开始了练习。虽然刚开始有些笨拙，但加入到队列里面的感觉很棒。

第三段：困难

在军训中我发现，体力训练是最困难的一部分。进行拍打、俯卧撑等动作，全身肌肉处处嘶呀作响，甚至有些人开始疲惫、气喘吁吁。那时候我下定决心，不管困难再大，我都要硬着头皮继续下去。训练过程中，眉头紧皱的教官正在耐心地教我们，我感受到了他的严格要求，但也看到了他的耐心、细心和责任心。身上酸痛难忍，但确切的意识到自我的能力又被开化了一步。坚持的过程，不怕短暂的痛苦，因为有了这样的军训，我们才能更好地克服困难，成为一个更强大的人。

第四段：成长

军训的历程对我们来说一定是极其重要的，因为它不仅是我们学习坚持的一个过程，更是我们成长的一个过程。在军训的过程中，我们能够有足够的机会认识自己，发现自己的缺点，改正自己的不足之处，以便今后更好地适应社会。同时

在军训中，我们还能够认识到自己的潜在能力，发现潜藏在自己心中的力量，以便将来用于实际生活与工作。

第五段：总结

作为一年级的新生，在军训中，不能保证我做到完美，但我深深地知道，这次军训是我人生的一个绝佳体验，我认为它不仅能够锻炼我们的意志品质，提高我们的素质，更能让我明白了人生的一个重要道理，那就是“攻坚克难，勇往直前”。这一次军训，是一次极其珍贵极其重要的体验，它能够帮助我们改变我们的人生态度、增强我们的学习信心，这是我们一生中难以忘记的一段经历。

军训第一天心得体会篇九

换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫名的向往。

军训终于开始了！

我的天！淋漓的汗水洗去了曾经的兴奋，疲软的手脚，谋划着酸痛阴谋。懒惰的后羿呀！当初为什么不把这第十个太阳一并射下？现在它正得意洋洋地狞笑在我们的头顶上，用它恶毒的热量，将我们晾成新鲜的木乃伊。

接下来发生的事我知道却又不知道，经历过又像没有经历过，到现在写本文时，摸着摔伤的手才豁然醒悟：噢，原来我有了有生以来第一次晕倒！

军训苦不苦？苦！军训累不累？累！不军训好吗？好！

如今的我们都是把把雏剑，只有用军训的磨刀石才能将我们磨成锋利的宝剑。

砂石刺痛河蚌，河蚌将它变为明珠，只要我们努力，军训的艰苦生活也会大放异彩。

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。

军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。

军训第一天心得体会篇十

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！

军训第一天心得体会篇十一

今天是我人生中第一次进行军训，一大早，我就被指派到了训练场上。当我穿上了新军装并且戴上了硬帽子，我感觉自己像是一个真正的士兵。不仅如此，我还第一次看到了真正的射击场，让我感受到挺拔的枪支仔细到火药味儿，让我完全进入这个训练中。

第二段：锻炼身体

在接受军训的一天中，最令人印象深刻的是全天的训练。我们进行了长达三个小时的晨跑，众多的引体向上，那重复的瑜伽课，加上一些近身肉搏训练。这些体能锻炼活动完全让我们的身体处于非常紧绷的状态。但是，其中的企鹅步和站军姿等让人感到疲劳令人愉悦。

第三段：培养纪律性

我们所经历的这些锻炼都是有目的的，它们不仅让我们的身体得到了锻炼，而且更重要的是让我们的奋斗精神被陶冶，树立了我们的士兵意识和纪律性。军训是一种战术训练，是一种精神面对沮丧或悲观。在这种环境下，我们必须保持秩序，遵守规则，以保障自己的安全，我们需要从自律中学习。

第四段：增强团队意识

军训使我们学会如何与他人协作，一起提高我们的能力。在一个班级中，有不同的人，他们拥有不同的技能和弱点。为

了使团队保持协调，我们必须相互配合，齐心协力，从而取得更好的成果。我们不仅可以在团队中获得群体认同感、责任感，还可以结交更多的朋友。

第五段：感悟和收获

军训是一个非常艰苦的过程，但当我们完成一天的训练时，我们可以感受到自己的进步。我们不再是那个凭靠自己完成任务的人，而是成为了一个战斗团队的一部分。这不仅仅是对我们年轻人的挑战，也是对我们未来的挑战。它为我们带来了直接的学习机会，并加强了我们的意志力和执行力。此外，它也将成为我们日后职业生涯的基础。

军训第一天心得体会篇十二

军训第一天，我迫不及待地来到了训练场地。在这个新环境里，我充满了好奇和期待。当教官首次发出声令时，我感受到了军训的严肃与紧张，但在这一天的锻炼中我也体会到了团结、纪律与自律的重要性。

第一段：迎接新的挑战

在军训的第一天，我着装整齐，站在整队的队列中迎接着教官的到来。当教官开始下达命令并示范动作时，我的心情一下子充满了紧张和担忧。这些动作看起来都十分困难，我不禁开始怀疑自己能否胜任军训的任务。然而，我坚定了内心的信念，告诉自己要勇敢迎接新的挑战。

第二段：严肃与纪律

军训的第一天，我深刻地体会到了军事训练的严肃与纪律。教官的语气庄重严厉，每一个动作都需要我们在规定的时间内完成。一丝不苟的动作标准让我觉得有些吃力，但同时也培养了我的耐心和毅力。在整个训练过程中，我明白了纪律

的重要性，只有在纪律的约束下，我们才能更好地团结一心，共同完成任务。

第三段：团队合作的重要性

军训的第一天，我明白了团队合作的重要性。在整齐划一的队列中，每个人都需要保持相同的步伐和姿势。没有人是独立的个体，只有凝聚力强的团队才能战胜困难。当我在操场上与队友进行集体动作时，我意识到我们需要密切配合，互相支持，才能完成任务。团队合作的力量使我感到无比深刻，它不仅可以提高效率，还能增强我们彼此之间的信任和凝聚力。

第四段：自律与坚持

军训让我明白了自律的重要性。在训练场上，我学会了严格要求自己，保持良好的纪律和自律。严格遵守规定的时间表，按照教官的要求完成任务，我发现只有自律才能让自己更好地进步。军训的过程艰辛且需要持续的坚持，但正是这种自律的精神让我能够克服困难，不轻易放弃。

第五段：成长与收获

军训的第一天，我收获了很多。在这一天的训练中，我体验到了严肃与纪律的力量，感受到了团队合作的重要性，明白了自律与坚持的价值。这些都是我今后成长路上宝贵的财富，它们不仅能够帮助我在军训中克服困难，也能够让我人生的道路更加坚定。军训的第一天让我看到了自身的不足，也为我提供了成长的机会。

总结：军训的第一天，是我人生中的一次重要经历。在这一天中，我迎接了新的挑战，体会到了严肃与纪律的力量，明白了团队合作、自律与坚持的重要性。这些经历和体会让我感受到了成长与收获，让我更加坚定地走好每一步，为未来

做好准备。军训的第一天，我迈出了成长的第一步。

军训第一天心得体会篇十三

军训是一种独特的经历，它可以锻炼我们的体魄、培养意志力，让我们更加坚强和自信。回顾军训的第一天，我有了一些深刻的体会和心得。首先，军训让我明白了团队的重要性。其次，军训教会了我克服困难和挑战的勇气。第三，军训使我更加珍惜平时的生活条件和学习环境。最后，军训更加坚定了我为国家、为人民贡献自己力量的决心。

首先，军训让我深刻体会到团队的力量和重要性。在军训的一天里，我们每个新兵都被分成了九个班级，每个班级有不同的训练任务。面对种种困难和考验，我们只有团结在一起，相互支持才能克服，否则我们将无法完成任务。例如，在悬崖上的攀爬训练中，在同学的帮助下，我成功爬上了崖顶。这个经历告诉我，在团队中，我们互相搀扶、互相关心，才能真正取得成功。

其次，军训让我学会了勇敢面对困难和挑战。第一天的军训中，我们进行了一系列的体能训练和军事基本知识的学习。在跑步训练中，我感到每一次的呼吸都是如此艰难，双腿发软。然而，我知道放弃并不是真正的解决办法，只有坚持下去才能战胜困难。慢慢地，我发现自己的身体变得越来越强壮，体力也逐渐增长。这使我相信无论遇到多大的困难和挑战，只要勇敢面对，我都能够克服它们。

第三，军训让我更加珍惜平时的生活条件和学习环境。在军训的第一天，我们的生活条件非常艰苦，每天早晨五点半起床，晚上九点关灯，整整一周不能洗澡。此外，没有舒适的床上用品和个人物品，我们只能使用军用品。这让我深刻体会到生活的不易和珍惜现有的生活条件。同样，在学习的环境上，没有舒适的教室和现代化的设备，我才意识到自己在平时的学习环境中的幸福和便利。

最后，军训加强了我为国家、为人民贡献自己力量的决心。军训的第一天，我们在入队仪式上高呼“为人民服务”，我感受到了自己身上肩负的责任。在军训中，我看到了军人的风采和英勇，我感到为国家、为人民付出自己力量的责任重大而光荣。这让我更加坚定了以后加入军队的决心，为国家建设贡献自己的力量。

总之，军训的第一天是我人生中一次难忘的经历。在这一天里，我深刻体会到了团队的力量和重要性，学会了克服困难和挑战的勇气，珍惜现有的生活条件和学习环境，坚定了为国家、为人民贡献自己力量的决心。这将成为我人生中宝贵的财富，让我在以后的学习和生活中更加自信和坚强。这也将成为我人生中宝贵的经历，对我以后的工作和生活都会有积极的影响。

军训第一天心得体会篇十四

今天是军训的第一天，骄阳似火，暑气逼人。教官带领我们走到橡胶跑道上。烈日当空，我顶着烈日，汗如雨下，看到那旁的老师门坐在荫蔽的地方，谈笑风生。又看看我们，站在太阳底下，心里真不是个滋味呀。就在我酸醋难忍的时候，忽然教官一声“跨步”，让我措手不及，右脚不由自主向外跨——做错了。幸好我有转头看一下别的同学，要不然免不了被臭骂一顿！这样立正、跨步、踏步来来回回十几次之后，时间已差不多过了几十分钟。教官才带领我们走到草地上休息。可即使是休息，太阳在上面晒着，我那还有心情休息呀！

下午更惨，阳光炙热灼人。我被热得大汗涔涔，可还是不得不坚持下去。（难得有这么好的锻炼机会）。

晚上洗澡，我在照镜子时，发现身体被衣服遮盖和没被衣服遮盖的地方俨然成了“黑白”两种肤色。

呀，这“魔鬼”训练呀！

军训第一天心得体会篇十五

高中是一个新的开始，而在这个开始，我们要迎接的第一场挑战就是军训，之所以把军训安排在我们进入高中的开始，大概也是想让我们能够有一个更好的状态去迎接高中三年的时光吧！

军训其实是很累的，相比我们平日的时间，军训就真的是我们参加的最累的一场训练了。但是中国有一种精神，那就是——迎难而上，创造不可能。就是这样的精神，才使得我们中国创造除了不少的令世界叹为观止的事情。而这也是我们中国军人身上的精神，与他们相比，我们现在吃的这一点苦其实也并不算是什么。因为我们也就这一段时间，可是他们不一样，他们是日复一日的坚守着这样的岁月。

其实参加军训也并不是我们第一次参加，因为初中的时候我也也是参加过了的，只不过时间比高一的短暂一些罢了。但是短暂却也并不是说很轻松，只是感觉那时候的我们，总是咬牙就过去了。可是高一的军训却让我们觉得我们初中所接受的军训还只是小儿科，现在才是真正的军训。虽然现在我才参加了第一天的军训，之后我们还有很长的一段时间的军训，但是我却觉得军训并没有特别的恐怖，相反的觉得它还是一堂很有意思的课，不同于我们在课堂上面面对的课程。在参加军训的日子里面，我发现我开始变得和以前不一样了。

从前的我不管是遇到什么，要是做不好我就是放弃了，但是参加军训之后我发现并不是这样的，我开始会你想着坚持下去，然后也真的很顺利的完成了事情，这对位于我个人来说，也是很大的一个突破。不仅仅是在这里，我也还有很多的不一样的地方是不一样的，比如说团队意识，在军训之前，我的团队意识也并不是很强烈的，只能够说是有团队意识，而在参加完军训之后，我才发现，我的团队意识增强了。同时也发现我们同学之间的关系也更好了，并且也很团结了。

不得不感叹，军训看似是很苦很累的，但是从中得到的东西却使很多的，不仅是身体上面得到了锻炼，精神上面也是一样的得到了锻炼，所以这也是非常好的。现在的我开始明白为什么军训是我们高中的第一门课程了，因为军训能够让我们从“苦”中学会很多课堂上学不到的东西。

参加完第一天的军训之后，我开始觉得，我是有信心面对高中的三年的，也是有信心面对之后的军训的，并且我也一定会努力的，好好的学习，同时也觉得，没有什么努力和坚持不能够换来的。只要你的方向是对的，那么最后的结果也就一定是好的，也一定是不会让自己失望的，所以我也一定会加油，让高中的三年不会被虚度，最后的结果也不会是辜负自己的。