

初一新生军训第一天心得体会 第一天军训心得体会(大全9篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

初一新生军训第一天心得体会篇一

今天，我步入了我的初中生活第一步——军训……唉，说实话，在我心中，军训的形象可谓是坏到了极点：在太阳底下站一个多小时，不允许休息，会把人晒伤、中暑、晚睡早起……于是，我带着无限的恐惧和猜想踏入了我的初中——奉天初中！

早上，我被妈妈送到了学校门口，走进去，找到了自己的班级后，就进入了各班级教室。然后就是班主任老师的一大长篇演讲……老师还发了校服，让我们开心的是：校服还附带一顶帽子，军训时不带都不行呢！能遮着脸，嘿嘿……接着，我走向操场，又开始听校长的一大长篇演讲……唉，不过，校长的演讲也太长了！我们在烈日下站了将近一个小时，我算是终于知道军训的感觉了！而且，在演讲期间，我的班级——初中七班，有五个同学实在受不了，中暑了。哦！我真羡慕他们，可以待在阴凉的医务室里，喝着矿泉水……天啊！我怎么就不中暑呢？……后来，我真的感觉有点晕了，但还不至于中暑，只有一点晕……算中暑吗？终于，校长的那篇令人昏昏欲睡（真的有五位同学“睡着”了呢！哈哈……）的演讲完事了，我们进教室先小憩一会。那时候，我才发现水是多么的美味啊！

后来，我也就慢慢的坚持下来了！上午那魔鬼式的训练总算得到了短暂的休息……哈！

下午，我喝了好多好多的水，而且，令我庆幸的是我没被晒伤！不知道是因为晒得不够还是因为我抹的防晒霜起了作用！下午一练就两个小时，不过至少我们没被晒！吼吼~~庆幸呢！……终于，这一天的军训可算结束了，可一想到明天还要训，真是唉，你懂吧？那种心情啊！

不过，通过这短短一天的军训，倒是使我明白了许多，体会到了军人生活的辛苦、感受到了自己原来也蛮坚强的，嘿嘿！怎么说呢？加油吧，茜茜公主！爆发你的小宇宙！熬过这五天就ok啦！

初一新生军训第一天心得体会篇二

我早就已经听说过“军训”这个词，他们军训过的人都说军训很苦很累，每天都要在刺眼的阳光下暴晒很长时间，直到坚持不下住了才可以休息。我是多么得不希望军训啊。

随着时光的流逝，九月十四号来临了。我们站在篮球场上听校长的致词，随着校长说“初一新生军训开始”，我们的军训也拉开了帷幕。

在军训的期间里，教官都在我们身边，辛苦的教我们：立正，稍息，跨步等姿势。教官也同我们在一起，陪我们一起训练，跟我们在阳光下暴晒。而我们一直叫苦连连，教官却像松柏一样站在那里坚忍不拔。教官那种坚强不屈的精神让我从心里值得敬佩。教官那种精神让我知道了什么才是一个军人。

在短短的五天时间里，军训让我变得坚强，我不会因为想念妈妈而哭泣；不会因为摔跤而流泪；不回因为考试不理想而气馁。

军训让我知道“古今立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志”

只有不屈服的心，不服输的心，不放弃的心，才会有令人羡慕的成绩

时光飞逝，五天的军训已经过去，教官已将离开了我们，回到了他原先站岗执勤的地方，但我永远都会记住他，会把这段时光埋藏在心里最深的地方！

第一天军训心得体会【篇4】

初一新生军训第一天心得体会篇三

晴朗的夜空中无数的星星眨着眼睛，同学们坐在地上唱着歌曲，哼着小调……这是军训中的一幕。烈日当头，同学们个个汗流浹背，却还举着双臂，挺着双腿，在绳前苦练正步的姿势……这也是军训中的一幕，军训中有苦有甜，有玩笑也有冲突，我们班的军训生活就在x天的训练和玩笑中结束了。

军训告一段落，这x天让我们恋恋不舍，舍不得集体的生活，舍不得x位严厉而又和蔼的教官，还有那湖边内看不到美丽星空……令人念念不忘的东西实在是太多了，数都数不清，所有我们经历过的都让人回味无穷。

在这里不得不提x位教官，他们训练时对我们要求严格，态度一丝不苟，不容我们犯重复的错误。可平时休息的时候，他们又成了我们的伙伴，我们的知心朋友。在生活上[x]位教官和管老师就像我们的父母，对我们既关心又体贴，记得每天晚上管老师和教官轮流查房，督促我们准时熄灯，关心我们的冷暖。还记得最后一天，一排教官在寝室之间来回奔波，为的是帮我们叠好不规范的被子。还有在星光灿烂的夜晚，大家围坐成一圈，看教官跳着柔美的蒙古舞，还有的……我们也都记在心里，教官的一句话使我们深深地震撼，“我没有名字，我的名字叫武警。”他让我们知道了一位军人舍小

家为大家的无私精神，了解到作为军人的一种自豪。那种神情，那种精神是让我们所深深折服的。最后离开的时候教官替我们提着行李送大家上车，那时心里的感动不是可以用语言所能够表达的。也许这次与教官的分别将成为永别，但他们的精神将会在我们心底扎根，生长，成为我们上进的动力，这大概就是教官给予我们最为宝贵的东西吧！

军训的x天中，我们一次次地晒着太阳，一把把地流着汗，一遍遍地在寝室里喊着腰酸背痛，可在训练场上，没有抱怨，只有坚持。大家都被互相感动着，这种感动转化成了动力，激励着我们坚持到最后。虽然最后的名次不怎么理想，但我们已经尽力了，没有留下遗憾，有这样的经历就足够了。

在xx□我们天天唠叨着：还有x天，还有x天，还有x天，可当我们将要离开的时候，却又有一股不想离开的念头，我们期盼那最后的几个小时过得慢一点，再慢一点。也许这正印证了“拥有时不懂得珍惜，失去时才后悔莫及。”这句话。人生就是如此，由一次次短促的经历拼凑而成，亲身体会时觉得如此漫长，回味起来却觉得那么短促。

有多少泪水，可以偷偷抹去，有多少相处，可以刻骨铭心；有多少感动，可以重回心头，有多少欢笑，可以永驻人间；有多少痛苦，能不留下伤痕，有多少故事，可以重头讲起；有多少知心话，可以从头叙来，有多少的人，可以痛快地去爱；有多少的爱，可以尽情地分享，有多少期待，值得日思夜想；有多少甜蜜的梦，不会被号声惊醒，有多少美丽的脸庞，能够抵挡烈日的洗礼；有多少飘零的心，期盼着回归故里……这就是军训，带给我们一丝苦涩，一份甘甜，还有一次成长。

初一新生军训第一天心得体会篇四

军训对我来说意味着可以脱离学校上课的“苦痛”，但事实并非我想象的那么美好。下午，大家都兴奋的整理好包中所

有的衣物，然后就急匆匆的来到操场集合。

当时脑袋“嗡”一声，完全不明白到底怎么回事，直到后面的同学叫了声我，我才反应过来，然后立马向前出列一步。

“哦。”大家有气无力的回了一句。

“给我大声点喊‘明白，教官’！”

“明白，教官。”虽然喊了，但似乎并不是那么有声势。

“啊??”大家你望望我我望望你，不知所措。而我带着惊恐的表情生硬的挪着脚步回到队伍中去。

“再不跑不许吃晚饭！”教官表情严肃，似乎不像是开玩笑，大家怔了几秒后，开始跑了起来。

大家想欢呼似乎又心有余而力不足，一个劲的喘着气，有的还夸张的直接躺在地上。我则以大字型趴在地上，形象什么的都抛到一边去了。

“好了，立正站好！”

这回大家谁也不敢违抗命令了，即使再累的也爬起来站好了，生怕教官再让我们跑一次。

“这回再给我叫一次‘明白，教官!’”

“明白，教官！”好像把生平最大的力气使了出来，声音直冲云霄。

大家听到这话后，立马跟泄了气的皮球一样，软趴趴的，而我几乎是挪着回到寝室的。一般这个时候大家都会吵吵闹闹嘻嘻哈哈的，可这会儿，安安静静，都老老实实的趴在自己的床上不肯下来。军训第一天就这样，明天会不会更加恐怖

啊！

带着不安的心情，加紧享受这最后一晚上的自由时光，再泪奔的准备明天的魔鬼训练！

初一新生军训第一天心得体会篇五

____年__月__日星期二，是我们__级设计学院__班全体同学开始走进新集体的第一天，也是我军训的第一天，这让我们初步体会到了军训的辛苦，但是我们选择了坚持。天公作美，但在军训中的一分一秒还是如此漫长，不过在训练场上的我们昂首挺胸、精神饱满，认真进行着训练，丝毫没有松懈！

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么？不是说先苦后甜么？不是说没有最好只有更好的么？所以我们二班会尽量做到最好。我们也深深的知道教官的辛苦。

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。

军训完的第一天大家感触颇多，但是大家的共鸣都是会努力将军训进行到底，绝不放弃！

初一新生军训第一天心得体会篇六

今天是军训正式开始的第二天，新鲜的，有待我们去体验的经历仍层出不穷。

宝剑锋自磨砺出，梅花香自苦寒来。坚定的意志力靠的是刻苦严格的训练。正式军训的第一天使我对自己有了新的认识。懒惰，散漫是我们的缺点，而这些缺点极大的妨碍了我们成为一名勤劳果敢，雷厉风行的大学生。我们将在军训中严格要求自己做到令行禁止，反应迅速，行动果断，为成为一名优秀的大学生打好基础。

尤为值得一提的是，我们终于能拿一拿摸摸真枪了，尽管仍是“真枪无弹”。教官们仍是很认真，耐心地向我们教授基本使用方法。第一次亲身体会耐心瞄准的苦与乐。对于大学新生入学军训，射击是一个重要的项目。但众所周知，这种训练程度是绝对不能满足战场要求的。直白一点说，学这么一点是不足以用来打仗的。那么，其意义何在呢？我想就此发表一下一己之言，若有不足，望各位教官，战友指正。大学新生训练射击，与其说是一种技能训练，不如说是一种经历，一种体验。让我们体会部队训练的全过程。虽然难以匹敌，可窥一斑而知全豹，一叶落知天下秋，我们青年学子自然而然会对远离家乡父老，保家卫国的解放军同志自然生发出一种崇敬之情！

军训也许很累，却也令人幸福。这是锻炼自我的幸福，是超越自我的幸福，是完善自我的幸福！

初一新生军训第一天心得体会篇七

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，困难是磨炼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。

初一新生军训第一天心得体会篇八

幼苗不经风霜洗礼，怎能成就参天大树；雏鹰不经狂风暴雨，怎能翱翔苍天；年少的我们亦如此，不经历艰苦磨练，又怎能成为对国家有用的人。

在这次军训中，我体会到了往次没体会到的东西。比如说军人的气势，教官们整齐有序的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保家卫国的战士和哨兵。正是他们不怕风吹雨打日晒、年复一日的工作，才有了我们现在的天伦之乐，想到这些，我们的头抬得更高了，胸也挺得更直了。

军训中，同学们觉得最苦最累的便是站军姿了。太阳当顶，我们抬头挺胸、两眼目视前方，像棵笔直的树一样xx年如今竟是弹指一瞬间；曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆；以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切；曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望；用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

初一新生军训第一天心得体会篇九

阳光下，挺拔的军姿，整齐划一的步伐，目光中的自信，无不散发着同学们的精神风貌。鹰击长空，奋力一搏，“硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪”这仅仅是我们辛苦的三年的序幕。赶紧看一看，军训第一天的心得体会吧。

八月份的西宁，上午伴随着淅淅沥沥的小雨，凉风习习。早上八时，在教官响亮的宣誓下，同学们带着新入学的喜悦和对自己高中生活的期待进行了军训动员大会，开始了为期十五天的军训活动。

多变的天气成了军训的一大考验，第一天的学习内容从站军姿开始，没有了假期的舒适，迎接我们的是教官铿锵有力的一声声号令和老师悉心的叮嘱。

下午的训练不仅增加了一些难度，还有骄阳的考验，同学们在操场上一遍遍地进行一些基本动作的学习，齐步走，敬礼，这些看似简单的动作却还有许多的技术要求，教官耐心地一遍遍地教学，此时的我们虽然距离一个合格的军人还有很大距离，但是我们依然跟着教官的号令认真练习。老师们也在一旁为我们加油。

阳光下，挺拔的军姿，整齐划一的步伐，目光中的自信，无不散发着同学们的精神风貌。鹰击长空，奋力一搏，“硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪”这仅仅是我们辛苦的三年的序幕，从军训开始，慢慢造就出我们最坚毅的钢铁意志，激发爱国之情。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”每位同学将拿出全部的精神气，严格要求自己，迎接接下来几天的军训生活。