

军训第一天心得体会 毕业生军训第一天 心得体会(模板5篇)

心得体会是指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。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

军训第一天心得体会篇一

毕业已经一段时间了，我和同学们踏入了人生的又一个新阶段——大学军训。毕业生军训第一天，对于我们来说是一个充满期待和新鲜感的日子。早晨，当我们站在集合点，看到一排排军事化的队列和严肃的教官时，心中的紧迫感油然而生。我们明白，军训是一次磨砺意志和锻炼体魄的机会。走出舒适区，感受全新的军训环境，让我充满激情。

第二段：体验训练的严苛和困难

毕业生军训第一天，我们开始了排练军姿和进行各种体能训练。站姿、立正、稍息，这些看似简单的动作要求我们每一个细节都做到位。军姿训练不仅锻炼了我们的动作协调能力，更要求我们保持一颗严谨认真的心态。而在体能训练中，我们跑步、跳远、跳绳，一遍遍地刷新着我们的极限。炎炎夏日的高温，让我们身上的汗水不断流淌，但是我们并没有放弃。在教官的鞭策下，我们坚持不懈地完成每一项训练任务，用汗水和努力去证明自己。

第三段：学会团队合作和相互关心

军训中，我们不能只关注自己，而是要学会团队合作和相互关心。第一天，教官就要求我们分组完成任务。每个组都有

一个组长，他需要带领我们完成各项任务，并保证整个队伍的整齐划一。通过任务的完成，我深深感受到了团队合作的重要性。军训中队友之间的关心更让人温暖。当我感到疲惫和无助时，总有队友过来鼓励我，一起激励着前行。这种相互关心和支持，让我深切感受到了集体的力量。

第四段：改变自我的机遇和自我突破

军训是一次改变自我的机会，也是一次自我突破的机会。第一天开始的时候，我对自己的身体素质和军事知识充满了怀疑。然而，通过一天的训练，我发现自己的能力、耐力和毅力都得到了极大的提升。每一次突破自我，都让我对自己更有信心，更有动力去面对接下来的挑战。无论是克服害怕高处的恐惧，还是坚持完成几百个俯卧撑，每一次的自我突破都让我觉得自己变得更加强大。

第五段：军训第一天的心得总结和展望

毕业生军训第一天，我体验到了许多以前从未有过的东西，也收获到了很多。通过军训，我不仅学会了严谨和纪律，还锻炼了意志和毅力。在这个过程中，我明白了只有脚踏实地去努力，才能取得真正的成果。军训第一天，只是一个开场，还有更多的挑战和困难等待着我。但我相信通过接下来的军训，我一定能收获更多。我期待着在接下来的日子里，与队友们一起成长、一起进步。毕业生军训第一天的心得体会，让我深刻认识到自己的不足，也更加坚定了我不断努力提升自己的决心。

军训第一天心得体会篇二

今天是8月30，军训的第一天。

穿着军训服，急匆匆赶到训练场，心中充满兴奋。但又很担心高一军训会不会很苦很累。上午举行了激动人心的`开学

典礼，紧接之后，便进入了紧张的军训，在太阳下，在教官的声声口号中，一个上午很快就过去了，我收获了很多，坚韧，毅力。

下午学习了如何正确地跨立和转法，反复练习，反复纠正，反复巩固，让我体会到，一个细节是如此的重要，团队的整体性更是如此。

晚上的活动要轻松很多，教官带着我们在操场学习军歌，尽管歌声不专业，嗓子也已经嘶哑了，但还是特别尽心尽力。教官们都是优秀的。

这一天五味杂陈，但是过得极其充实，很有收获。我期待第二天。

军训第一天心得体会篇三

刚刚加入这家公司，心中既紧张又期待，特别是面对即将进行的军训。我对军训一直充满了向往，因为它不仅可以锻炼身体，也能提升团队合作能力。第一天的军训，令我心情激动，也充满了期待。

第二段：艰苦而有收获的军训生活

军训的日子非常艰苦，清晨的第一声晨钟响起，我们就要起床，开始一天的训练。刚开始的时候，我感到身体疲惫，很难适应这种严格的纪律。然而，随着天天的训练，我的身体逐渐适应了，我了解到这种艰苦训练所带来的好处。通过长时间的跑步和跳跃训练，我的体力得到了明显的提升。此外，在军训过程中，我也学到了一些基本的军事技能，例如站姿、敬礼等，这对我的个人修养和自律能力也有所促进。

第三段：团队合作的重要性

在军训中，团队合作是非常重要的。每天我们都要进行队列训练和集体操演练习，这要求我们高度的配合和默契。一开始，我们不太熟悉彼此，各自跑偏、站不齐，但经过教官的耐心讲解和我们的努力，我们成功地建立了一个紧密的团队。我们互相帮助，共同进步，共同面对困难。通过团队合作，我们不仅提高了自己的能力，也为公司发展做出了贡献。

第四段：自律的重要性

军训让我意识到自律的重要性。在军训中，时间观念和纪律性是必不可少的品质。每天早晨准时起床、打扫整个宿舍、按时听从教官的指令，这些都要求我们具备自律精神。只有通过自律，我们才能更好地完成训练任务，提高自己的能力。这个军训经历，让我对自己的自律意识有了更深刻的认识，也为我今后的工作和生活提供了宝贵的经验。

第五段：军训的收获和展望

通过这段时间的军训，我不仅感受到了团队合作的重要性，也确立了自律的观念。我相信这些在今后的工作生活中都会发挥重要作用。此外，军训还加深了我与同事之间的联系，培养了一种深厚的友谊。我们在相互支持中共同成长，也为我们未来的工作合作打下了坚实的基础。我期待着未来更多的培训和活动，相信会有更多的成长机会等待着我们。

总结：

新员工的第一天军训是一个既兴奋又紧张的时刻。通过军训，我们不仅能够锻炼身体，提高团队合作能力，还能培养自律意识和时间观念。这些都是我们进入职场所必备的素质。军训让我们更有责任感，更加乐于接受挑战。我相信，在今后的工作中，我们将能把这些经验应用到实际生活中，成为更优秀的员工。

军训第一天心得体会篇四

记得我刚上初中的第二天□xx中学的25级就开始了军训的'第一天！

开始，我们初一14个班开了一个军训大会，内容是让我们吃苦、坚强，遇到困难要努力去克服。我从校门外看见了好几个军人，大概是给我们军训的吧！

给我们军训的教官是一个威风，潇洒的一名有气质的军人，他姓纪，我们大家都管他叫纪教官。

军训开始了，他第一教我们的是站姿，身体挺直，胸部往前倾一些，双脚的脚尖分60度，然后，是向右、正看齐，每行10人，每列4人，报数，一次往下接，最后是，向前迈步或向后迈步，左脚伸直，在迈下去，右脚跟上，然后脚分60度，向后迈也一样。

到了最后，纪教官教给了我们一句部队的口号：“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”这句话，是我感受到，在战争时期，是中国解放军们用“血”，染红了中国，用“汗”，拖起了中国的未来！

军训第一天心得体会篇五

以前听姐姐说过，进入新的学校首先就要军训，但我没有在意过。今天我终于体验到了，军训是如此的严格，同样教官的严厉使我们也第一感受到了军训如此艰苦！

例如练军姿，原地踏步走，抱臂练习走等，使我们感受到了军姿的风范。看着同学们不怕吃苦的样子，我也下定决心，坚持到底。虽然很累，但我们今日收获满满。老师同样不怕辛苦，一直照顾我们，关心我们。今天的一位家长也更是怕炎热专心的'为我们去抓拍每一位学员的一举一动，哈哈！

照顾的淋漓尽致！明天的我，将会比今天的我更棒，加油！