

最新军训心得第一天(大全9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

军训心得第一天篇一

儿童军训对于孩子来说是一种锻炼，是一种成长。在这里，孩子们不仅可以学到科目知识，还可以学会团队合作、自我约束、自我保护等重要的素质。儿童军训第一天，我们心怀憧憬，准备好了迎接新挑战。

第二段：心理体验

儿童军训第一天，当孩子们进入训练场时，场上已经齐刷刷的站着几十个孩子，这时每个人的心情都很激动。在开营仪式中，我们庄严地唱起了国歌，紧接着教官开始了第一堂课程。在课堂上，教官要求我们有规律的走路、正确讲话、整齐坐姿，我们都严格按照要求去完成，感觉十分紧张。心里默默告诉自己，不管遇到什么情况都要坚持下去，用自己的成长来证明自己的价值。

第三段：身体体验

除了心理上的挑战，儿童军训的体能也是一项重要的训练。在教官的带领下，我们进行了体能训练，包括仰卧起坐、跑步、引体向上等，酸痛在此时攀上了我们的全身。但我们不能放弃，我们需要通过磨砺来提升自己，让自己变得更加强健。在仰卧起坐和跑步的过程中，每个人都积极配合，互相鼓励，这是我们一同成长的过程。

第四段：能力提升

在短短的一天中，我们学到了许多军训的知识和规定，使我们迅速进入军训状态。这一天，我们学会了如何穿碎布、如何插胸针、佩戴告别标，并在不断的学习中提升了自己的能力。开始时，有的时候为了穿好中山装，我们需要稍微耗费一些时间，但当我们相互帮助，配合更加默契后，我们的速度越来越快，这也是我们对学习和训练中团队合作意识加强的体现。

第五段：展望未来

儿童军训的第一天，我们充满了期待，而对于未来，我们也充满了期盼。在未来的几天中，我们会继续接受训练，学会更多具体的知识和技巧。这些知识和技巧不仅可以让我们迅速适应军训状态，还可以为我们今后成长的路上打下坚实的基础。我们希望，在这一段难忘的儿童军训中，能够更好地成长、提升自己的能力，从而成为更优秀的自己。

军训心得第一天篇二

换上军服，带上军帽，看看镜中雄赳赳气昂昂的自己，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!

如今的我们都是一把把雏剑，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。

经过了今天一天的训练，我已经渐渐意识到我必须做一个有纪律，不怕苦的人，这样对个人而言，无论是以后的学习、生活、工作都会带来益处。

军训第一天心得2

军训心得第一天篇三

在成长过程中，受过军训的孩子不在少数。军训不仅仅是锻炼身体的过程，更是磨练意志、培养自律的重要途径。在儿童军训第一天，我们可以感受到孩子们的异样情绪，但是随着时间的推移，孩子们逐渐适应了这种环境与氛围，也体会到了许多难忘的经历。

第二段：疏导情绪

托管班的孩子们很少接触到军事训练，对刻板严谨的军训模式有一定的抗拒心理。但是我们的教官通过疏导情绪，告诉孩子们参加军训的意义和目的，让孩子们重新审视军训的重要性。同时，教官也耐心指导孩子们如何规范站立姿势、如何模仿士兵音标，让孩子们更好地适应军训的生活。

第三段：以身作则，反哺成长

教官们严格要求自己，更是严格要求每一个孩子。他们既当了

“管理者”又当了“指导者”，既暖心关怀，又有肃杀气质，重视多方面发展。孩子们在观察教官的举止言谈中，学到的不仅是模仿军姿、规矩等，更是学会了严格要求自己、努力提升自我实力的道理。

第四段：从军训中体验成长

军训提高了孩子的执行力、合作意识和我们在教育中所强调的“纪律”。在日常生活中，孩子们喜欢自由，在办班晚自习或者上体育课的时候也经常不按规矩出牌，而在军训中，孩子们会从内心认识到规矩的重要性。孩子们通过一点点的努力和进步，从中收获自信与成长。

第五段：结束语

总的来说，参加儿童军训，在实践中体验，让孩子们懂得了健康成长与自卫。军训锻炼孩子们的体魄，磨炼孩子们的意志，培养孩子们的自立能力。希望在教官们的指导下，孩子们能够坚持训练，更好地成长。

军训心得第一天篇四

今天，我的母校开始了一周的儿童军训，我非常兴奋和期待。作为一个小学生，我从未有过这样的经历，我知道这将是一次难得的机会，让我们学习军事礼仪、锻炼体能和掌握团队合作。

第二段：第一次亲身体验

在第一天的训练中，我亲身体验了组队、散步和操场上的训练。比较难的是步伐的协调和方向感的掌握，毕竟是第一次接触军事训练。但是，我很快适应了，因为我的班级一直在一起，我们互相帮助，鼓励和照顾。团队合作也让我感到信心倍增。

第三段：顺利完成训练

在训练结束后，我感到身体既疲劳又充满了力量。我感到非常自豪能够完成这次训练。我不再害怕感到困难和艰苦，而是乐于接受挑战，因为我知道困难和挑战是向着目标进步的必经之路。

第四段：心灵感悟

除了身体上的锻炼外，训练还让我感到了心灵上的启迪。在训练中，我们不仅要遵从指挥，而且要以实际行动践行军人的品质，包括坚韧、纪律和尊重他人。我和我的同学们认识到，这些品质对我们的人生和未来的成功将起到非常关键的作用。

第五段：总结

在训练结束时，我感到身体和心灵都更加坚强了。这次儿童军训不仅让我们学习到了军事技能，更重要的是让我们学会如何成为负责任和有担当的人。在未来的生活和学习中，我希望通过自己的努力和坚持，不断成长和进步，为自己和社会做出贡献。

军训心得第一天篇五

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，可教官还是没有“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！

军训第一天心得5

军训心得第一天篇六

初中生活中的军训开始了，很多人可能会觉得很无聊，但是对于这群初中生而言，这是他们人生中第一次正式接触到军营文化，第一次认真地了解军营生活，也是他们成长道路上的又一次磨砺。在军训的第一天，全校同学早早地来到了军训基地，或是眼神犹豫，或是脸上带着一丝兴奋，每个人的表情都不一样，但是目标是一样：顺利完成接下来几天的军训。

第二段：挑战自我

军训第一天，所有同学开始依照教官的指导，进行手部、臂部、腰部和腿部的基础动作训练。在进行操练时，一头大汗不断滴落，但是每个人都在配合着教官的口令完成动作。这

些军训动作对于初中生而言可能有些难度，需要耗费很多体力，但是他们的毅力也会不断地挑战自我，超越自己。

第三段：团队合作

在军训过程中，同学们彼此鼓励、支持，互相配合，一起完成训练任务。很多无话不说的同学，也在这里找到了属于自己的合作圈。大家一起制定训练计划，一起完成训练，一起在军营文化中成长。这个过程，也极大地树立起了同学们的团队精神和协作精神。

第四段：领导才能

参加军训，需要遵守纪律，严格按照教官的指示进行训练。而更为重要的是，同学们需要在训练中展现出自己的领导才能。在每个小组中，都有不同的领导浮现出来，他们不仅在动作上做到了领先，还在激励、鼓励组员方面做得更好。不论是管理能力，还是情商方面，这些领导都在军训过程中不断成长。

第五段：收获

经过几天的集训，同学们战斗力不断提高，体能逐渐提升。他们深深体悟到，只有自我要求高，才能成就下一步的进步。更重要的是，他们在军训过程中，结识了新同学，增进了彼此的感情，也意识到集体的力量。步伐矫健而有力，表情坚定而坚决，面对未来的挑战，同学们有了更为坚定的信念。

在军训结束的时候，大家都有些不舍，这个过程不仅让同学们认识到了自己的不足，也让他们感受到了集体的力量，让他们渐渐明白了人生道路中的重要性。这场军训，不仅仅是锻炼身体，更是锻炼了同学们的意志力和自我管理能力。在今后的日子里，这些同学们，必将更加勇敢、坚韧，迎接未来的每一步挑战。

军训心得第一天篇七

老早以前就听家人说军训苦、太阳大、汗如雨。我今天第一次军训，所以这段时光必定能在记忆中封存，不褪色。

今天是军训的第一天，穿上了军服，我不时的就有了一种当军人的感觉，还有了一种莫名的自豪感。

上午先开展了动员大会，我了解了当军人可以保卫祖国，捍卫自己的家园。而且这次军训可以增强国防观念，强健自己的体魄……过了动员大会，很快就开始军训了！

“向右看齐、向前看……”随着教官的声声令下，军训也就开始了。首先教官不许我们动，我尽我自己的全力不去动，可是还是有一些短头发在额头和眼睛那里飘来飘去，让我总是忍不住的想动，但是，我知道这是不可以的，现在我也算一个小军人，作为军人要有坚韧的毅力，而且我们老师也说：如果在战场上因为这一个小动作，从而有可能引起敌方的注意力接着引来杀身之祸。我强忍着，我相信我很棒，一定不会被这风和这头发所打败。接下来的所有动作我都尽量努力去做，我想做得更好，赢得老师的认可，成为优秀的学员。

其实在这次军训刚开始的第一天，我也结交了很多朋友。毕竟在一个新的集体，互相不成为朋友就很难成为一个好集体。而且，人们也说：交人交心，浇花浇根。它的意思也很简单就是只有交心才能使人感到真诚，只有交心才能换得对方的真诚，成为好朋友。

这次军训我们的队伍还可以，但是与其他连队相比较我们还是略输一筹，这也激发了我以后要更加努力的训练的的决心！

军训一天体会

军训心得第一天篇八

“好，立正！双脚打开60度，两手自然贴紧身体两侧，五指夹紧。就这样，不要动！”教官用他洪亮的声音喊着。3时间一分钟一分钟地过去，就像凝滞不动的水。队列中有同学终于受不了了，想抓一下痒痒的背，正准备动手，教官眼神一瞥，把脸拉得三尺多长，那同学顿时面如土色，伸出的手像被蜜蜂蛰了一下，赶忙缩了回去，只见他满脸通红，像一只煮熟的虾子。

教官“狠狠”地盯着他说：“谁要是再动，就取消他的休息时间！”他这一吼，在我们心中引起的振动不亚于七级地震，甚至把天上遮挡着太阳的云朵都吓跑了。太阳探出头，毫不留情地将热气散发到地面，耀眼的光芒照得我们睁不开眼睛。周围一丝风也没有，一会儿工夫，我们个个汗流浹背，感觉身上有无数只小虫子在爬。和着防晒霜的汗水时不时流到眼睛里，小飞虫陆续降落到我身上小憩。我的腰发酸，两条腿酸酸的，那滋味，像是千万根小钢针扎进了骨头，越扎越深。

当军人真苦啊！每天要进行这么乏味的训练；天这么热，连鞋子都散发出烤糊的气味儿；太渴了，能喝点水就好了；军训一点也不好玩啊……我站在那儿胡思乱想，当初的兴奋、好奇一扫而光。游离的眼光一扫，突然发现教官们跟我们一样，也都在太阳下晒着，与我们不同的是，他们像一座座威严的雕像。

坚持，忍耐，再坚持，再忍耐……漫长的坚持和忍耐之后，第一个上午终于胜利挺过去了。

虽然很累，我心里还是美美的，因为我没有倒下。雷锋说过：困难像弹簧，你弱它就强。我要强硬起来，在困难面前做个强者。困难，你来吧，我等着你！

军训第一天心得精选篇2

军训心得第一天篇九

本人就读于某某初中，今天也是我生命中第一个军训日。这次军训对于我来说是一次很好的锻炼机会，也是一次磨砺意志的机会。在军训之前，我已经为此做好了充分的准备，购买了适合军训的衣服和鞋子，带好了所有必要的用品，还做了些简单的身体练习，以便能够更好地适应军训生活。

第二段：进入军训后的心情和感受

当我们走进军训场时，我感到了紧张和兴奋。我们将参加为期一个月的军训，在这一个月里将接受严格的训练，在这一期间我们都是士兵，要服从指挥，按时完成规定的任务，遵守纪律。在我的心里，我知道这将不容易，但我相信这将对我的成长大有裨益。

第三段：军训中遇到的挑战

前几天在军训中，我遇到了一些挑战，比如长时间的排队，紧张的哨兵任务和困扰我们的各种体力活动。可能由于我从来没有接受过这样严格的训练，我心里有点打退堂鼓。但我并没有放弃，因为我明白只有坚持下去，才能实现自己的梦想，成为一个更好的人。

第四段：通过军训得到的收获

我渐渐发现，通过军训，我不仅能够锻炼身体，而且还能锤炼意志，激发斗志，更好地培养服从和责任感。在这个过程中，我也学到了无数的东西——如何管理好时间，克服苦难，和人友好相处和互相尊重。在今后的人生中，这些都将成为我成长的珍贵经验和财富。

第五段：军训后的感悟

军训即将结束，回想起来，这一个月虽然辛苦，但是收获颇丰。我学会了如何在逆境中坚持，如何在不自在的环境下慢慢适应，我体验到了从疲惫与挑战中来的骄傲与快乐。我相信这些经验将对我今后的生活和事业都有着深远的影响，希望和我一起经历这段时光的同学们，也能从中收获相似的人生经历和收获。