# 第一天军训心得体会 儿童军训第一天心得体会(通用11篇)

作者：静心思考 更新时间：2024-03-30

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**第一天军训心得体会篇一**

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。

**第一天军训心得体会篇二**

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。

**第一天军训心得体会篇三**

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如十，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是个训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的！

**第一天军训心得体会篇四**

农村军训第一天的到来，对我来说既是一种新鲜刺激，又是一次全新的挑战。早上六点钟，当我从梦中惊醒，那种紧张和兴奋的情绪交织在一起。虽然还有些害怕，但我却充满了期待。这是一次全新的尝试，我想通过这次军训，锻炼自己的意志力和毅力，并增强集体荣誉感。

第二段：艰难而精彩的训练

农村军训第一天的训练非常艰难，但却充满了精彩。当我们抵达训练场地时，教官严肃地站在那里，带着一丝丝的杀气，让我们不禁心生畏惧。他们教给我们立正、稍息、正步等基本动作，同时要求我们保持良好的姿态和精神状态。在连贯奔跑、俯卧撑等训练项目中，我真切地感受到训练的艰辛。但是，当我看到同学们一个个坚持下来、不退缩的精神时，我深受鼓舞。这份精神不仅让我感到自豪，也让我明白了坚持的重要性。

第三段：集体荣誉感的重要性

在农村军训的过程中，我深切感受到了集体荣誉感的重要性。每个任务的完成不仅与个人的努力息息相关，更与整个集体的配合默契有着直接关系。在团队之中，每个人都有自己的责任和任务，而每个人都需要相互依赖、共同进步。只有做到团结一心、共同努力，才能取得更好的成绩。因此，农村军训不仅是对个人意志力的锻炼，更是对集体合作能力的考验。

第四段：意志力的培养

农村军训第一天，我深刻体会到了意志力的培养。在训练的过程中，教官们对我们要求非常严格，我们必须全身心地投入其中。当我感到疲惫、无法继续下去时，我告诉自己不能放弃。坚定的信念和毅力让我跨越了自己的界限，完成了自己想象中不可能完成的任务。虽然身心疲惫，但那种充实感和成就感让我觉得一切都是值得的。

第五段：展望未来

农村军训第一天的心得体会，让我明白了训练的重要性和努力的价值。未来的日子里，我将继续坚持训练，不断提升自身素质和能力。无论是面对学习还是生活中的困难，我都会坚持下去，勇往直前。相信通过这次农村军训的历练，我将能够成为一个更加坚强、自信和勇敢的人。

农村军训第一天的心得体会让我明白努力和团结的力量，尤其体会到了集体荣誉感的重要性。通过锻炼意志力，我愿将这种精神延续到今后的学习和生活中，成为一个更优秀的人。这次农村军训的经历，将是我人生中重要的一课，它将让我在成长中变得更加坚强，勇往直前。

**第一天军训心得体会篇五**

军训是每位大学生必须经历的重要环节，它不仅能够锻炼人的意志力和体力，让我们成为更加坚强的人，更能够培养团队协作的精神和纪律意识。今天，我迎来了军训的第一天，让我来分享一下我的心得体会。

第二段：对于军训的意义与收获

军训是一次全方位的锻炼，它可以让我们不断挑战自己的极限，克服自身的弱点。在军训中，我学习了如何正确的站立、走路、整理被褥等基本军事礼节和训练，更学会了如何与人相处，如何团结同学。在军训中，我体验到了团队精神的力量，学会了信任和被信任，懂得了分工合作是一种必要的力量。

第三段：对于军训的挑战与不足

军训是一项非常困苦的工作，更是检验每一位学生意志力和决心的考验。在训练中，我们需要保持高度的警惕性和耐心性，按照规定进行训练。遗憾的是，由于个人身体水平和缺乏相关经验，我遇到了一些困难，如跑步过程中负重疲劳，让我感到疲惫不堪。在这方面，我还有待加强训练和提高意志力。

第四段：对于个人成长带来的影响

军训是一次很好的机会，能够让我们进行自我提升和人生成长，每个人在训练中都会成长。在军训中，我找到了一种不同以往的人生感悟，提高了自己的纪律性和责任心，时刻牢记着“团结一心，勇攀高峰”的口号。在今后的生活中，我也会继续坚持下去，将这种精神推广至整个生活中。

第五段：结束语

军训第一天，是一次磨砺自己、挑战自己的机会。通过参加军事训练，我学会了文化礼仪和纪律性，也更加深入了解了我们学校的校训，让我从内心深处体会到以自我为中心，从点滴处建立自己的个性风格。相比之下，我更能明确自己以后想做的事业和成为的样貌。这次军训让我受益匪浅，在接下来的训练中，我会继续坚持努力，不断提高自己的素质和能力。

**第一天军训心得体会篇六**

农村军训，作为独具特色的训练形式，不仅是培养青年学生坚强意志、团结协作能力的有效手段，也是锻炼个人体魄和塑造品德的重要途径。我参加了农村军训的第一天，此时满腔热情和期待，却也带着一丝紧张来到了训练场地。通过这一天的军事训练，我深刻体会到了军训对于个人的自我挑战和自我超越的意义；军训的磨砺更是培养了我对集体的归属感和责任感。

首先，农村军训的第一天是一个个人的挑战。从早晨7点开始，我们就需要遵循军训纪律，进行严格的集合、步伐和战术训练。炎热的太阳照射在我们的头顶，汗水如雨般涌出，但我们却不能停下前进的脚步。当我抬头看到教官严肃的面孔时，我明白了这个军训的目的不仅仅是为了锻炼体魄，更是为了培养我们坚韧不拔的意志。我努力调整自己的心态，告诉自己我可以坚持下去。

其次，农村军训的第一天让我意识到了集体的力量。在集合训练时，我们需要整齐划一地站好队列，迅速掌握各项动作和口令，以及遵守队伍纪律。可是我发现，个人的过失会影响到整个队伍的训练效果。当一个人的动作出现错误时，整个队列都会出现松散的现象。因此，我认识到了每个人的责任重大，不仅需要为自己负责，也需要为整个集体负责。只有大家密切合作，互相配合，才能取得最好的效果。

再次，农村军训的第一天让我明白了军人的使命和担当。在教官的严格培训下，我深入了解了军人的职责和使命。军人时刻准备为国家和人民的安全付出一切，他们包括时间、精力甚至是生命。这使我深感自己的幸运，有这样一支强大的军队保护着我国的安全和稳定。同时，我也意识到每个人都有责任为家庭和社会作出自己的贡献，不论是在军旅生涯还是在日常生活中。

最后，农村军训的第一天让我学会了如何面对困难和挑战。在高强度的训练中，我遇到了无数次的困境，每一次的超越都需要我克服内心的恐惧和疲惫，勇于去尝试和冒险。有时候，我会因为失败而灰心，但是我发现失败体会之后，我反而能够更好地面对困难和挑战。经历遭遇失败和挫折后的我，会变得更加坚强和自信，不畏艰难地选择继续奋斗。

总之，农村军训第一天的心得体会能够激发我们的斗志和潜能，军事训练的严苛要求以及集体的荣誉感牢牢地团结住了每一个参训学生。通过这一天的军事训练，我深刻感受到了军训对于个人的挑战和超越的意义，同时也体会到了军训对于集体的凝聚力和责任感的培养。农村军训第一天的历练，为我以后的学习和生活奠定了坚实的基础，我相信通过这段特殊的农训经历，我会成为更加坚毅有力的自己。

**第一天军训心得体会篇七**

昨日一场连绵的雨下得校园纷纷扬扬，今天的阳光刚好，暖而不燥。我们整理好军容，带着满满的信心向操场走去，开始我们军训生活的第三天。

渐渐地，阳光越来越刺眼，额头上的小汗珠开始往上冒，尽管我们早已习惯了它的耀眼与与光芒，但像军训一样站在阳光下直直的晒，却还是不适应。

站得有点久了，双脚开始有点承受不住整个身体的重力，显得有气无力。有点不想撑下去了，只要向前迈一步，对教官说，身体不舒服就可以休息了。不止一次这种念头出现在我的脑海，但望着周围的同学，看着自己身穿的迷彩服，我告诉自己“坚持”两字。打败了这种念头，我为自己而骄傲。

这片天空拒绝不了翅膀\\活着为了坚持为着一个不变的执着和绿色的信仰阳光洒满每一段旅程风雨就是军人的大氅有时山花烂漫阳光满天我也没有回望我说我还要启程还要坚持既然军训拒绝不了流汗那就把汗水和眼泪写成一种刚强只为坚持而生的刚强!

我期待军训后我脱胎换骨，浴火重生，我经历长久等待后的蜕变。太多太多，令我不由得坚持，最后让坚持成为了一种习惯。军训使我坚持得更有力，我为我自己而骄傲!

**第一天军训心得体会篇八**

今天是军训的第一天。早晨，阳光慵懒地照着大地，一中新高一全体同学整齐有序的来到操场，站在各班的指定位置，等待开训式的举行。

开训式上给我留下印象最深刻的是教官演练。他们穿着一身洁白的军服，整洁而又鲜亮；他们迈着规范的步伐，整齐而又坚定；他们喊着响亮的口号，铿锵而又高昂。他们矫健的身姿、整齐的动作和强烈的团队意识，深深吸引着我，使我对军训充满了好奇与憧憬。

开训式完毕，我们见到了我们13班的教官。他叫马强，个子高高的，十分挺拔，瘦瘦的，动作十分灵活。他的皮肤黝黑、黝黑的，大概是常年训练风吹日晒的缘故吧。帅气的军帽下有一双小却有神的眼睛，能够明察秋毫；高挺的鼻梁下有一张不善言谈的嘴巴，嘴唇薄薄的，上嘴唇向前伸出，看上去十分滑稽，嘴巴一张一合，响亮的口号便迸发出来，在偌大的操场上回响。

训练时，教官十分严格，每一个动作都要求到位，就拿站军姿说吧，挺胸、收腹、双脚张开60°，脚后跟并拢，膝盖向外顶，手的中指贴裤缝，大拇指贴食指的第二关节处，脖子挺直，下巴微收，目视前方，一动不动……每个环节教官都会仔细查看并严厉的纠正。如果有人违反了规定，就会被罚跑圈或做俯卧撑，这时候的教官是最严厉的。

上午训练时，一阵小雨突然降临，紧锣密鼓地滴在了我的头发、衣服和眼镜上，转眼间浑身都布满了小雨滴。我心中一喜，心想这下可以放假休息一会了，一上午，腿都直了，可是没想到，教官依然在认真严厉地带领我们训练，丝毫没有休息的意思，这让我失望极了，甚至有些抱怨，但当我看到眼前的教官，在雨中忙碌的身影时，我的内心又增添了一丝敬佩与惭愧，军人这种不怕吃苦、勇于牺牲的精神使我无比敬佩，而我的娇生惯养使我无比惭愧，于是我又马上认真的训练起来。

通过一天的训练我感触颇多，亲身的经历使我深深地认识到，表面上英姿飒爽的军人背后所付出的努力之多，也开始了解他们的辛酸苦辣。他们严明的纪律、深刻的团队意识和吃苦耐劳的精神是我们学习与奋斗的目标和榜样。

我坚信：宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。未来几天的军训一定很苦很累，但是我们不怕，我们一定会努力地、用心地学习与训练，六天后的我们一定会是更加成熟、更加干练、更加优秀的一中新成员，更加精彩的未来等待着我们去书写！

**第一天军训心得体会篇九**

第一天，我来到了学校的操场，迎接我的是一片嘈杂的声音和严肃的军官们。这是我第一次参加军训，心中充满了期待和紧张。在这一天的训练中，我收获了很多，也明白了军训的重要性和对我个人的意义。

首先，军训是一次磨练身体的好机会。在操场上，我们进行了一系列的体能训练，如慢跑、俯卧撑和仰卧起坐等。刚开始时，我感觉异常吃力，但随着训练的进行，我逐渐适应了节奏和负荷。我体会到了身体逐渐强壮的快感，脆弱的自己变得更加有力量。通过军训，我明白了健康的身体是幸福的基础，也为以后的学习和生活打下了坚实的基础。

其次，军训是一次锻炼意志的好机会。在严格的军事纪律约束下，我们必须要严格要求自己，严格遵守规定，服从指挥。当我觉得累了、困难时，我告诉自己不能轻易放弃，我要坚持下去。每一次艰苦的训练都是对意志的一次磨砺，我深深地体会到了坚持的重要性，也明白了只有不怕困难，才能迎接更大的挑战。

再次，军训是一次锤炼团队意识的好机会。在集体操练中，我们需要相互配合，组成整齐的方阵，做出标准的动作。每个人都要保持一致的步调和力度，互相鼓励，互相帮助。在这个过程中，我意识到一个人的力量是有限的，只有团队的力量才能战胜困难。团队合作是取得胜利的关键，也是一个人成长的必经之路。

最后，军训是一次培养自律能力的好机会。我们要按时起床、按时训练、按时休息，严格遵守时间表。在训练期间，我们没有了电视、手机等娱乐设备，只有一个专心学习的环境。这样的环境让我更加专注，我学会了控制自己，培养了良好的自律意识。自律能力是一个人成功的基石，只有掌握了自己，才能顺利地完成学业，也顺利地走向未来。

总的来说，我的军训第一天是一次痛苦的过程，但我从中得到了很多。我明白了军训的重要性和对我个人成长的意义，意识到了健康的身体、坚定的意志、优秀的团队合作能力和自律能力对我的未来发展的重要性。尽管还会面临各种各样的困难和挑战，但我相信，通过军训，我一定能够变得更加强大，更加自信，迎接未来的种种挑战。

**第一天军训心得体会篇十**

一觉醒来，黎明的微光笼罩着宿舍，我睁开朦胧的眼睛，迎来了全新的一天，洗漱完毕，我们在生活老师的`带领下，来到了学校，以打仗似的速度吃完早餐，随着一阵清脆的哨声开始了今天的军训。

我们健步如飞来到操场，在炎炎烈日下排好队，这时真感觉自己是一名军人，英姿飒爽。我满腔热忱的完成了早上的动作训练。

下午太阳无情的炙烤着大地，还好我们教官把我们带在阴凉地，教我们唱军歌，歌声嘹亮，气势磅礴，我特别喜欢这样的氛围。

我们的歌声“震山谷，彻云霄”，因为连长告诉我们，如果唱的好，一个连长表演节目，大家都很期待。唱完歌开始做游戏“击鼓传花”，紧张而有趣，随着节奏，我们在欢快的气氛中选出了表演者，他的小节目给大家带来更多的笑声。我们玩的特别尽兴，时间转眼就到，我们在意犹未尽中结束了一天的军训。

**第一天军训心得体会篇十一**

今天是十月的第二天，也是湖南科技大学20xx级新生军训的第一天。在有些突然的军训中，我们迎来了新的\'生活。

今天早上天还未亮，便匆忙醒来，在匆匆地洗漱之后，草率吃完了早饭，便在朦胧的清晨中向北田出发。

在军训动员大会上，我们经历了传统式的动员大会，却也看到了十分特别的地方：军训教官们的展示。他们只是大我们一二的学长学姐们，却拥有我们不及的毅力与素养。

在今天的训练中，我因为做的不好受了罚，也十分辛苦地经历了训练，感受到了咬牙坚持与客忍的力量，源于毅力与决心。令人感到惊讶的是：虽然磨得脚板痛、勒腰勒得胃痛，撑地撑得想死，但也咬紧牙关坚持下来了。

最后，今天是磨炼人心、锻炼意志的一天，在这一天我虽然吃了许多苦头，但也学习到了许多。

最后的最后，感谢书记的指导、教官的训练、辅导员、助班、志愿者的陪伴，感谢你们！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com