# 军训第一天心得体会大学生(大全13篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-04-17

*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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面小...*

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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**军训第一天心得体会大学生篇一**

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。

**军训第一天心得体会大学生篇二**

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。

**军训第一天心得体会大学生篇三**

军训第一天，我兴奋而紧张地走进了训练场。这是我大学生活的第一个重要节点，也是我融入大家庭的第一步。高耸的门楼上悬挂着鲜红的大旗，散发着激励人心的力量。我不禁感叹，这并不是一次普通的体验，而是一个全新的生活迎接着我。

第二段：了解军队的严谨

军训的第一堂课让我深刻认识到了军队的严谨。教官眼神凌厉、指挥有方，瞬间将我们带入了军训的状态。他告诉我们每一个动作都要力求标准，只有这样才能让我们更好地完成后面的训练任务和未来的工作岗位。我体会到了军队对于细节的关注，对于团队默契的重视，这些都是我平常所缺乏的，也是我需要学习和努力培养的。

第三段：克服困难与焦虑

军训不仅是体能的锻炼，更是对思想和意志的磨砺。在第一天的晨跑中，我体力透支、气喘吁吁。但是教官告诉我们：“不要害怕困难和痛苦，只有经历了艰苦的训练才能有真正的成长。”这句话深深地印在我的脑海里，激励着我坚持下去。我告诉自己，不能因为一时的困难和焦虑而放弃，要坚持到底，相信自己一定可以超越自我。

第四段：珍惜团队合作的机会

军训中，我体会到了团队合作的重要性。每天的集合训练和队列行进都离不开每个人的贡献。只有我们默契配合，团结一致，才能完成任务。我和我的队友们从相互照应到默契配合，从最初的迷茫到稳步前行，这个过程不仅让我学会了与人合作，也让我感受到了团队力量的无穷魅力。

第五段：展望未来

军训的第一天就告一段落，但对我来说这只是一个新起点。我深知，军训不仅仅是为了锻炼身体，更是为了提高自己的各个方面素质。我相信，在未来的训练中，我会越来越强大，不断挑战自我，敢于面对困难和压力。我希望通过军训能够培养自律自强的品质，学会团结协作，更好地适应社会的发展和变化。

在军训的第一天，我深刻体悟到了军队的严谨、自我克服和团队合作的重要性。军训不仅是一种身体的锻炼，更是一种思想和意志的训练。我相信通过这段经历，我会有一个更好的自我，更强大的心态和更积极的人生态度。我将珍惜这个难得的机会，坚持到底，为自己的未来奠定坚实的基础。

**军训第一天心得体会大学生篇四**

第一天的军训，对于我这个初一的新生来说是一个新的开始，也是一个新的挑战。当我来到操场，看到一群穿着军装和军帽的战士们，我不禁感到激动又略微紧张。然而，通过一天的军训，我深刻意识到了军训的重要性和意义。下面就让我为大家讲述一下我的第一天军训的心得体会。

第一感觉是严格和纪律。军训的第一天，我们就向战士们学习了如何行军和站军姿。战士们的一举一动都如此整齐划一，仿佛一个有机的整体。他们严谨的态度和自律的精神，在我心中留下了深刻的印象。我意识到，只有严格地遵守纪律，才能够达到团队合作和协同作战的效果。

第二感觉是团结和合作。在整个军训过程中，我们没有个人利益和私人情感，只有团队和集体的利益。我们经常在战士们的带领下进行集体操练和军事课程。在这个过程中，我们互帮互助，共同努力。每当我们的队列出现问题时，我们会齐心协力地改正错误。通过团结和合作，我们的队伍更加整齐有力，增强了战斗力。

第三感觉是坚持和毅力。军训是一项需要长时间持续努力的训练。在高温闷热的天气下，我们要不断进行各种体能训练和战术演练。刚开始，我感到非常辛苦和吃不消。但是，当我看到战士们始终坚持下来，他们的毅力和坚持精神让我受到了鼓舞。他们告诉我只有坚持下去，才能真正提升自己的能力和素质。

第四感觉是自信和勇敢。军训中，我们经常需要面对各种困难和挑战，如攀登墙壁和爬绳等。一开始，我会有些胆怯和畏惧。然而，随着训练的深入，我渐渐发现，只要保持自信和勇敢地面对困难，我就能够突破自己的界限。通过这些挑战，我在训练中逐渐变得更加勇敢，也更加自信。

第五感觉是专注和执行力。在军训期间，每一个动作都需要我们的高度专注和执行。我们要时刻保持集中注意力，不放松任何一个细节。战士们告诉我们，只有专注和执行力才能保证训练的效果和战斗的胜利。通过训练，我不仅学会了专注和执行力，也意识到在生活和学习中这种品质的重要性。

通过第一天的军训，我对军训有了更深的认识和体会。军训不仅是锻炼身体，还是培养意志力和团队合作精神的重要机会。我明白了纪律、团结、坚持、自信和专注的重要性。我相信通过这次军训，我将会变得更加坚强和自信。我希望每一天的军训都能让我进步，为未来的学习和生活做好准备。

**军训第一天心得体会大学生篇五**

今天是初中军训的第一天，我早早地起了床，吃了早餐，最后跟爸爸妈妈告别了一声，就拿起背包去学校了。

一路上，我哼着小歌，高高兴兴地来到了学校。进了教室，看同学们都在互相议论跟军训有关的东西，显然他们都为这次军训做好了充分的准备。我放下背包，也过去跟他们聊一聊。过了没多久，我们的教官就来了，一见到教官，我们都傻眼了，没想到教官是个女的，姓\_，名叫。

我们跟教官谈了谈，教官告诉我们是九连，再把在军营里的要求简单地说了说，我们也把李老师教给我们的`：“团结互助，为班争光。遵守纪律，听从指挥。”这16个字背好后，就要出去站队准备出校乘车去军营了。在出校门前，教官又用了20分钟时间让我们练军姿和坐姿，过后，才乘车出发。在车上，我们互相有说有笑，不到半个小时，我们就来到了军营，开始了我们的军训生活。

到了中午，\_教官就带我们去吃中午饭。军营里的午饭还不错，三菜一汤，营养还是够的。饭后，\_教官就让我们去睡午觉，不允许有任何人发出一点声音，更别说聊天了。睡到2点20分，我们准时起床集合了。突然发现天空变暗了，好像要下一场大雨，\_教官马上带我们去领军衣军裤军鞋，刚领完准备返回宿舍时，不料天空下起了大雨，我们只好到别的连队宿舍里躲雨，等了一会儿，见雨还没有停，又不能继续待在别人的宿舍里，\_教官就叫我们冒着大雨回到宿舍。

傍晚，\_教官带我们去吃晚饭。过后，\_教官给我们40分钟洗澡、洗衣服和整内务，晚上8点多来检查我们的内务，看谁整得不好，就去修理他。大家一听，吓出了冷汗，都把整内务水平提高了。可是，还是有20多个同学不及格，被\_教官罚他们做蹲下起立，累得他们叫苦连天，站都站不直了。看到这一幕，我心想：唉，好险我及格了，不然就惨了！……等他们做完蹲下起立后，\_教官就让我们去写日记，过了一会儿，\_教官就让我们去睡觉，我躺在床上，心里又想：这才是军训的刚刚开始呢，还有4天，难熬啊！……想着想着，我合上了眼，睡了。就这样，一天的军训生活结束了！

**军训第一天心得体会大学生篇六**

“天将降大任于期人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为?”军训为大学生加强国防教育，树立爱国主义思想，煅炼身体，增强体质起到了致关重要的作用。

进行完第一天的大学军训，新生们似乎对这句古语有所感悟。今天各位新生开始走进新集体的第一天,也是军训的第一天。老天似乎可怜我们这些新生，所以今天的阳光不是那么的强烈，而且还有丝丝的凉风，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！

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝。相比初中高中的军训，和大学军训比起来，真是“小巫见大巫”了。虽然有时教官对我们很严格，但也很关心我们的。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我们大多数同学喜欢驼背的毛病。

刚开始觉得很辛苦，但是我们会暗自鼓劲自己振作起来，因为我们知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？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。

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！

大学第一天军训心得体会

军训第一天

军训第一天随笔

第一天军训的心得

高速军训心得体会

军训的心得体会【推荐】

**军训第一天心得体会大学生篇七**

今天应该是我们正式军训的第一天，从早上的5：50到下午的5:30，我们学了很多的基本动作，令人印象深刻的事也有太多。一直以为自己的身体是棒棒哒，可是就在早训的时候，才半个多小时的时间我就感觉呼吸困难，越来越急促，头也开始越来越晕。我及时的喊了报告，和教官说了不舒服，这情况让我对军训产生了惧怕，我怕身体再次吃不消，也怕在军训时因为自己而影响大家的训练。我以为可能大一这一年没怎么运动，身体变得越来越差了。后来教官说是因为我们的脚后跟太用力导致全身供血不足，我们应该身体往前微倾。我照者做发现真的好了很多，今天训下来虽然有太阳晒，也很累。但是也让我对自己有了新的认识，我没有不行，没有比别人差，只要咬咬牙再苦再累都能挺过去。加油！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**军训第一天心得体会大学生篇八**

练刀军训是每个新兵入伍后必经的一个重要环节，它不仅可以增强身体素质，还能培养团结协作的能力。经过一年的等待，我的练刀军训终于开始了。第一天的练习让我印象深刻，不仅锻炼了我的身体，还激发了我对军队生活的向往和对理想的追求。

第一段：早晨的第一道阳光透进营房，带着夏日的炎热和活力。站在操场上，我看到了许多火红的战衣，那是我们即将开始练习的刀术服装。作为新兵，我心里既有紧张，也有期待。这是我第一次接触刀术，我对挥舞刀剑的场景充满好奇和向往。

第二段：穿上刀术服装，握紧手中的刀，我感觉到了一种特殊的力量。教官带我们进行基本动作练习，每个动作都经过反复训练，力求标准精确。这不仅需要身体的灵活度和力量，在每个细节上还需要我们注意力的高度集中。面对困难和挫折，我发现了我的耐心和毅力，不断调整动作、改正错误。

第三段：练刀很累人，但也很充实。刀术动作的每一个细节都需要我们反复琢磨、不断调整。在教官的指导下，我们逐渐掌握了基本的刀法，配合默契度也得到了明显提高。尽管手臂酸痛，腿脚起泡，我依然感到一种说不出的快乐。这种快乐并不来源于短暂的满足，而是来自于长时间不断努力和某种成就感的积累。

第四段：除了身体上的锻炼，练刀军训还锻炼了我们的意志力和团队精神。在训练过程中，我们互相鼓励、互相帮助，共同迈过每一个难关。每个小组之间的竞争和协作，让我对团队合作有了更深刻的理解。那种集体荣誉感让我觉得每一次练习都是为了团队的腾飞，感到自豪和自信。

第五段：第一天的练习结束了，我感到疲惫却充满了斗志。练刀军训的第一天让我体验到了军队生活的艰苦和美好。它不仅是对身体的锻炼，更是对自己潜力的挖掘。通过练习刀术，我增强了意志力，培养了团结协作的能力。我相信，只要我坚持下去，不断努力，我一定能成为一名合格的战士。

练刀军训是一种独特的军事体验，它不仅考验着身体的承受能力，还锤炼着意志和团队合作精神。第一天的训练让我明白了军队的艰苦，也让我更加向往军人的理想生活。我相信，只要坚持不懈地训练，我能够在这个练习中不断成长，并为国家的安全和和平做出自己的贡献。

**军训第一天心得体会大学生篇九**

曾几何时，从电视中看到检阅兵队时，军人们个个都雄纠纠，气昂昂，动作相当干脆、利落、漂亮，部队整齐得令人叹为观止。当时头脑中就想：怎么训练得这么优秀？怎么做到步伐、手势一致，连口号都叫得雄浑有力呢？现在我们要为期十五天军训去体验军人生活。而对与我们学子来说属于一种新的生活。

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。

刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍！真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的`手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光！

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念；提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质！

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们最大的收获，让我们一起向逝去的时光说声bye—bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

更多

**军训第一天心得体会大学生篇十**

终于盼到了大学新生军训的第一天，学校军训基地人来人往，一派热闹景象。早上七点，我们就早早来到军训场地，整齐地排列着。教官们骁勇善战，给我们上了一堂有趣且让人印象深刻的开班课。教官们坚毅的面容和流利的口才赢得了大家的尊敬。经过简单的组织，我们开始了练刀训练的第一课。

第二段：迈出第一步

拿起手中的刀，尽管只是一把木刀代替，但是抱着对未来军装革命的憧憬，我们纷纷调整姿势，尽力保持刀身与地面平行，并小心翼翼地跟随教官的示范。刀法看似简单，实则融入了军人的独特韵律，要求我们身体力行，始终保持专注。刀法的一行一止敲响了我们听课四年的铃声，在我们心中埋下了一颗拼搏的种子。

第三段：感受汗水与痛楚

教官带领我们跑步，一圈又一圈地绕着军训场。汗水湿透了我们的衣衫，热辣的训练让我们的心跳不停地加速。跑了近半小时，终于停下来休息，我满头大汗地坐在地上，感受到了汗水的快感，却也被训练的辛苦所折磨。紧接着，教官让我们继续练习刀法动作，手臂酸痛，但我们没有退缩，坚信只有经过锤炼，才能找到自己更好的未来。

第四段：团结协作的重要性

第一天的军训，我们体会到了团结协作的重要性。在练刀过程中，有时候不同方向上的熟练程度不一样，有的人可能是刀法不规范，有的人则是一些拿刀的动作不准确。但是我们怀着团结互助的态度，互相帮助、互相纠正，努力做到每个人的动作都整齐划一。这让我感受到了动作的整齐不仅仅是个人的素质表现，更是团队的凝聚力的体现。只有团结一心，才能更好地完成军训任务。

第五段：坚持与成长

第一天的练刀结束了，尽管我们已经筋疲力尽，但内心深处那份突破自我的勇气和毅力好似永不磨灭的火种。面对紧凑而繁重的训练安排，我们决定坚持到底，让自己成长，用自己的努力去证明自己的实力。毕竟，只有在成长的道路上越走越远，我们才能为未来做好准备。

总结：

练刀军训的第一天给我留下了深刻的印象，通过这一天的锻炼，不仅让我明白了军人的坚韧精神，更让我深刻体会到团结合作的重要性。我相信通过更长时间的训练，我们会变得更加刚毅坚定，更加懂得什么是真正的成长。这将是我大学生涯中珍贵的回忆，也是我未来生活和学习的助力。

**军训第一天心得体会大学生篇十一**

部队军训第一天，作为一个新兵，在紧张而又期待的心情中迎来了这个全新的挑战。站在操场上看着数以千计的战友，我意识到这将是一段不平凡的旅程。军官的严肃面容和高亢的口令让我感到胸膛都收紧了，但同时也让我对自己的选择充满了信心。身着戎装，我义无反顾地融入到这个大家庭中，迈出了军训的第一步。

第二段：紧密的团结

军训第一天，我意识到团结对于部队来说是多么的重要。无论是前进、后退，还是转身，只有紧密的团结才能够收看这个夸姣的行列。当一支部队齐心协力地进行各种动作时，我们能够感受到无穷的力量从身心中散发出来。战友之间互相鼓劲、互相帮助，这种团结不仅仅是为了完成任务，更是让我感受到了身心上的力量。

第三段：战斗的硬实力

军训第一天，我们开始接触军事理论和技能。那些看上去平易近人的战斗技巧和器械却需要付出大量的汗水来学习。无论是一字马的搭配，还是射击的击中目标，都需要我们练习和掌握。我明白，这些技能不仅仅是为了面对军事任务，更是让我们对待任何事情都要有冷静、果断的态度。这些技能的训练，让我们不断突破自己的极限，也让我们对自己的能力有了全新的认知。

第四段：军人的责任

从军训第一天开始，我意识到军人的责任是重大的。无论是训练中还是日常生活中，我们都需要时刻保持高度的警觉和纪律。每一个命令都必须严格遵守，每一次行动都需要时刻保持随时投入战斗的状态。我明白，作为一名军人，我们身上承载着保家卫国的责任，我们的一举一动都代表着整个部队的形象。只有时刻保持“吃苦耐劳、既能战斗又会管理”的态度，我们才能够成为真正的军人。

第五段：奋斗的意义

军训第一天是苦的，但我相信，经过这段时间的训练，我们将会变得更加坚强和勇敢。每一次的跋涉和奔波都是为了更好地成长和进步。我明白，任何事情的成功都需要一份付出与努力。当我们挥洒着汗水，在天黑之前喜迎第一道夕阳时，我们将会明白，这段艰苦的军训经历不仅仅是一种锻炼，更是一种人生态度。无论在部队生活中，还是在日后的工作中，我们都将懂得坚持不屈与勇往直前。

结束语：

军训第一天的心得体会让我更加明白军人的责任与担当，也让我将来更加坚定地走上保家卫国的道路。无论前方还有多少困难和挑战，我们都会义无反顾地前进，因为我们深知，军人的使命是为了国家和人民的安全和幸福。军训第一天的心得体会是我人生中的宝贵财富，它将在我追寻梦想的道路上不断照亮前行。

**军训第一天心得体会大学生篇十二**

在进入高一之前，就听说要在正式上课之前要军训的，所以在进去高一的时候，对军训还是有些害怕，自己想象中的军训，认为应该就是像电视上面那样子，被子要跌得很整齐，站得要很正直，还有练习打把之类的，还有做的不好之类要被罚跑，要在烈日的太阳底下晒，直到轮到自己军训的时候，才发现跟自己想象中很不一样。

经过第一天的军训，就觉得流了很多的汗水，特别是汗水进去眼睛的时候那个辣疼一样的感觉，这感觉不舒服，可在烈日下怎么能不出汉呢？第一天就学些很简单的口令以及动作，有报数、立正、稍息、向右看、向前看，然后就是昂首挺胸的站着，在站军姿的时候，是不能动的，要昂首挺胸的，如果要动的话或者有事情的话得先喊报告，喊报告这一项就觉得军队是需要纪律的，不是你想干什么就能干什么的，必须向上级请示，必须经过上级的同意，感觉这个真的很好，正所谓无规矩不成方圆嘛。

虽然才经历了一天的军训，但是也感到了累，感受到了汗流浃背，不过军训就是要培训我们吃苦耐劳的精神以及坚持的\'精神，让我感受最深的就是有遵守纪律，接下来的军训我相信自己能够坚持下来，我也期待经过军训成长的我！

**军训第一天心得体会大学生篇十三**

第一天的练刀军训，给我留下了深刻的印象。不论是新鲜的军营环境，还是紧张激烈的训练项目，都让我深刻地感受到了军人的艰辛和拼搏精神。在这个充满挑战的过程中，我收获了很多，并得出了以下几点心得和体会。

首先，练刀军训第一天给我带来了新鲜感。进入军营的那一刻，我感受到了浓厚的军旅氛围。整齐划一的军装和坚毅的面孔，使我意识到我已经踏入了一个与众不同的世界。在军人的引导下，我们进行了基本的仪态教育和军官团队的介绍，这一切都非常新奇而令人激动。军人的形象和纪律严明的作风给我留下了深刻的印象，激发了我要向他们学习的决心。

其次，练刀军训第一天让我感受到了紧张激烈的训练氛围。尽管军训时间非常短暂，但刀法的练习确实需要高度集中的注意力和敏锐的反应能力。教官在整个过程中严格要求我们的动作标准和配合默契。刀法的练习也是一种身体力行的过程，我们不仅要注重配合，还要注重技巧和力量的掌握。这种高强度的训练让我感受到了自己身体、灵魂和训练的极限，也让我在第一天就对自己的能力产生了信心。

第三，练刀军训第一天让我认识到了团队的重要性。在军训过程中，每个人都要按部就班地行动，遵循教官的指令。在执刀的时候，我们必须保持与队友的默契配合，这需要我们相互信任、相互依靠。一次次练习中，我逐渐体会到一个团队的力量是无可言喻的。只有每个人都能扮演好自己的角色，团队的整体战斗力才能得到最大的发挥。这不仅是在练刀军训中的体验，也是在今后人生中的宝贵财富。

第四，练刀军训第一天让我明白了坚持不懈的重要性。刀法的练习并不是一蹴而就的，有时候会因为错误的动作而挫败。但军训的意义就在于面对挫折，坚持不懈地追求成功。在第一天的刀法练习中，我多次出现姿势不正确的问题，但每一次指导员的纠正和队友的鼓励都让我更加坚定了向前的方向。通过不断地练习，我发现自己的刀法技巧每一次都在提高，这种成长的过程让我更加坚信坚持不懈就能创造奇迹。

最后，练刀军训第一天给我留下了对军人精神的深刻理解。在这一天的训练中，军人们展示了他们的拼搏精神和顽强意志。他们的付出、奉献和牺牲精神深深感染了我，让我深刻理解了军人的伟大。虽然我们只是参与了短短一天的练刀军训，但已经能感受到军人精神的强大力量，这对我来说是非常宝贵的财富。

总结起来，练刀军训第一天让我感受到了新鲜、紧张、团队合作、坚持不懈和军人精神这些方面的体验。在接下来的日子里，我将更加努力地训练自己的刀法技巧，不仅在军营中取得更好的成绩，也在今后的生活中取得更加出色的成就。同时，我也要时刻铭记军人精神，将其运用到自己的工作和生活中，为实现自己的理想而努力奋斗。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn