# 军训第一天心得体会(通用18篇)

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2025-01-19

*心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。军训第一天心得体会篇一军训是每个大学生都要经历的一个重要阶段。在这个过...*

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

**军训第一天心得体会篇一**

军训是每个大学生都要经历的一个重要阶段。在这个过程中，我们能够锻炼意志品质，增强集体意识，甚至改变自身的价值观。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会，希望可以对正在军训的同学们提供一些帮助。

第二段：锻炼意志品质。

在军训中，最重要的是锻炼意志品质。这是因为我们要面对炎热的天气、严格的纪律、重复的练习等一系列艰苦的考验。这时候，我们不能气馁、退缩，而要坚持下去。只有通过这种磨砺，我们才能逐渐锤炼出自己的坚强意志，成为更加勇敢、坚定的人。

第三段：加强集体意识。

除了锻炼意志品质，军训还能够加强集体意识。在军训中，我们必须团结一致，相互协作，才能完成任务。通过军训，我们学会了互相帮助、关心团队的好处，也提高了自己的组织协调能力。这种集体意识能够在未来的工作中发挥重要的作用。

第四段：改变价值观。

军训还能够改变自身的价值观。在军训中，我们学会了尊重他人、关注他人的需要。在与队友、教官之间的相处过程中，我们会发现自己慢慢变得更加理性、成熟。我们也会认识到自己的不足之处，从而有意识地去改正自己的缺陷。这种意识的改变，将有助于我们在未来的成长和发展中更好的看待自己和他人。

第五段：结尾。

军训对于我们来说是一次锻炼，更是一个成长的过程。通过军训，我们能够锤炼出自己的坚强意志，提高集体意识，改变价值观。这种经历不仅让我们更加深刻地认识自己，在以后的生活中也将变得更加成熟，为我们的未来奠定坚实的基础。希望大家能够认真对待每一次军训，用心体会，善于总结，让自己在成长中更加强大、更加出色。

**军训第一天心得体会篇二**

因为我早已不在那所学校上学，所以这次新生们的军训我是问了好多人才知道具体军训时间的。

其实也没什么好看，无非就是那几套动作，那几种模式。去看的，是那些教官罢了。喜欢看他们的表情，动作，和穿上军装的英姿飒爽，以及军装以下的一身柔情。

我本来做好打算是本周一就去看看，结果那天一早起来就听见窗外汔沥沥的雨声，想着他们军训可能延迟几天，就索性赖在被窝里没起来。谁知第二天雨仍下个不停。等到星期三，我便实在在家坐不住了，问了同学才知道他们前两天都在军训，心中不免懊恼不已。当天下午便换好衣服跑去了学校。

好在那一下午没怎么下雨，到了以后看见新生全都整齐的迷彩服安安静静的站在操场上。那些教官则在旁边观察他们所带班级的学生，看见有乱动或者是讲话的就跑过去收拾一番。

本来从跨进校门那一刻我就有些失望，因为没听到教官和学生们喊口号的声音，以为他们没在操场，那就太遗憾了。等走进去才看到原来他们都在，心中特别激动，就仿佛回到自己当初军训那番光景。我在体育室旁边站着看了一会儿便转移阵地来到总指挥所站的讲台后面，只看了一会儿，天空就飘起了毛毛细雨，索性雨不大，不足以浇灭我内心的兴奋。

新生站了一会儿总指挥就带领他们练习感恩的心手语操，一切就和我们当初军训一样，观看下来，我发现总指挥并没有改变，仍然和当初军训我们的是同一个人，但也仅仅只有他一个。

我总共军训过两次，一次是小学升初中，另外两次则都是在高中时期所经历的。

我的第一段高中时光存在于商务学校，它仅仅存在了一个学期。那所学校军训要求得比较严厉，全是在部队进行的。虽然只有短短六天时间，但我却过得无比昏天黑地。

我只记得早上很早就要起床出早操，完了回来吃饭，吃饭前还要唱歌，哪个班声音洪亮就先带去吃饭。我们早已饿得饥肠辘辘，唱歌吼也吼不出来。好像每次吃饭我们班不是倒数第一就是倒数第二没跑。吃完晚饭也要继续训练，一直训练到晚上十点。

没个班都有两个教官。一个主要带军训，是正教官，一个主要管生活内务，但偶尔也管训练，是副教官。我们班的副教官是属于腹黑的类型，也是属于非常讨女孩子喜欢的类型，性格也是。但还差一天我们返校的时候他就走了，去带别的学校的学生军训了，直到军训完很久我才知道他其实姓凌。

那段时间很苦，因为是在沙场训练，基本上每天晚上训练晚回寝室都能从鞋子里倒出沙来。但那次军训也是我印象最深，至今最珍惜，最难忘的回忆。返校当天，也让我知道，训练时的苦和怨与对教官们难舍的情谊实在是两码事。

后来高中的第二次军训是在重钢技校。不得不说在商务学校军训完以后对教官的难舍给我很大一个警惕性:不可以和教官接触太多，陷进去就不好拔出来了。

所以在重钢军训时我尽量避免自己与教官们产生过多的交流互动，他说什么，听着就是了，不去看他，不去搭理他，休息时候也一样。可总有些事情是事与愿违。我克服内心那份冲动不让自己参与其中，却无法阻止别人进来打扰我的清闲，我确实是个很好骗到手的小女孩吧，可是，若不是我对你心存好感，没有敌意，又怎能轻易答应你。

男人，如果没有那个能力，没有那份担当，没有那个责任心，就不要去招惹爱慕你的女孩子好吗？这并不是你们任意伤害她们的资本。

男人，请你不要出尔反尔好嘛？恩爱的时候是什么样，即使以后没有缘分在一起，也请你不要说出:我要是不想负责任/凭什么 让我负责。这之类的话好吗？我真的不确定你对我到底是虚情假意还是口是心非。

可笑那时候阅历尚浅，懵懂的情谊与爱情傻傻分不清……

喊好了，这段回忆就到此为止吧。

现在很多事，总能够轻易触动当初那段回忆。我亦不知道这次为什么那么偏执的去看新生军训，明明知道这些熟悉的场景人物能够唤回当初种种，却坚持要看下去。

也许只是看见那一个个熟悉的背影，熟悉的行为便能弥补当初的一切一切……当初那本不一样的心态去面对的军训，也许令我避免了与教官分离时的难舍情谊，却将自己带进更深的感情漩涡。不在军训之内，远远超出军训分离时的痛苦，尽管现在知道当初双方都彼此误会好多，可这种事，错过了，便不能够再回去，即使能回去，也不该回去。

今天一早又去看他们军训，结果在操场没看到半个人影，害得我心灰意冷，却不料无意间又在qq上加到一个特别不讨女孩子喜欢的人，与在商务学校军训时副教官完全相反的类型，把我今天快气死了都。

中午去外面吃饭又无意间听到学校张科长与新生家长通电话，说这周军训取消，改为下周一至周三。

回到学校又从那个讨厌的人口中得知他们下午要在学校某个地方打拳，他却不肯告诉我具体在哪个位置，我找了好久才找到，却只在门口幽怨的站着看了一会儿就走了。

一段一段的回忆，回忆已经没有意义。

**军训第一天心得体会篇三**

军训是大学生活中的一项重要组成部分，通过参加军训，我们不仅能够锻炼身体，还能培养坚韧意志。在军训过程中，无论是盛夏炎炎还是严寒冬天，我们都要坚持训练，不容偷懒。每天早晨醒来，阳光尚未升起，但却已经听见同学们整齐的脚步声和教官们严厉的口令声。在这样的训练环境下，我们必须时刻保持专注和坚韧，不断克服困难和疲劳，让自己变得更加坚强和顽强。军训使我们逐渐认识到，只有用坚韧的意志力才能面对生活的种种挑战。

第二段：锻炼团队精神。

军训是一种团队活动，它需要我们与队友们紧密合作，齐心协力。在训练的过程中，我们要根据指令迅速行动，确保每个动作都同步一致。只有通过团队的努力和默契，我们才能够完成各项军事任务。而其中最好的例子就是我们组织了一次夜训，每个战士都胸前挂满弹药。我记得当时夜色笼罩着训练场，我们要在暗光下进行潜伏和射击训练。在黑暗中，只有互相配合，共同向目标前进，我们才能顺利完成任务。通过这个过程，我们深刻体会到团队精神的重要性，只有团结一心，才能取得不凡的成就。

第三段：塑造自律自控能力。

军训要求我们时刻保持严格的纪律和自我约束，这对大学生活来说是一种全新的挑战。在军训中，我们不仅要严守训练时刻和规定的动作，还要保持整齐划一的形象和态度。这对于大多数学生来说都是一个巨大的挑战，需要克服内心的怠惰和马虎。通过军训，我们不仅培养了自律自控的能力，还能够养成良好的生活习惯，提高自己的工作效率和学习成绩。作为一名大学生，在未来的工作和生活中，自律自控将是我们不可或缺的品质。

第四段：培养勇于担当的精神。

军训中，教官们严厉的表情和严肃的注意让我切身感受到了军人的严苛与严格。曾经有一次，在操场上，一个同学晕倒了。当时教官的第一时间就调动了救护车，并指示我们保持队形不乱。这种冷静和果断的反应让我深受感动。通过这个事件，我明白了担当的重要性，以及在紧急情况下冷静处理问题的能力。这种勇于担当的精神在我们的生活中同样重要，无论是对于自己的工作还是关心他人，都需要有勇气和担当。

第五段：坚持到底的毅力。

在军训的最后几天，训练的强度和难度都提高了许多。尽管如此，我们仍然坚持到底，全力以赴。我记得最后一天，教官要求我们实施一次长途奔袭，全力以赴。这需要我们不仅拥有强健的体魄，还需要不屈不挠的毅力。虽然我们走的步伐很艰难，但我们的决心并没有放弃，反而更加坚定。通过军训的这段时期，我明白了成功需要坚持不懈的努力和毅力，只有坚持到底，才会有收获。

总结：

军训的过程虽然充满了困难和挑战，但也给予了我们无数的宝贵经验和体会。通过培养坚韧意志力、锻炼团队精神、塑造自律自控能力、培养勇于担当的精神以及保持坚持到底的毅力，我们成长为更加优秀和坚强的大学生。军训不仅让我们学到了如何面对困难和挑战，更让我们明白了团结和合作的力量。相信通过这段宝贵的经历，我们将能够更好地面对大学生活中的各种挑战，并取得好的成绩。

**军训第一天心得体会篇四**

20xx年我考了六百多分，但没能上高中。就是因为五百块钱。我哭就能上得起高中了吗？哭是没有用的。八方队绝对不差的，我相信你们的实力。”营长的一席话，让大家感动不已，一直以为营长是黑面铁汉，可他竟这样理解大家。我们突然觉得这里不论是教官还是连长营长，都是无悔地为我们付出，真心的关心我们。

之后的训练，大家更认真了，也比以前更加团结。我们不停调整，不断进步，盼望着最后的一鸣惊人。同时在宿舍中，大家熬夜，打手电，给教官写留言。大家写得最多的就是“少抽烟，多吃饭，保护嗓子，注意身体。”每个人，每句话，每个字，都是我们对教官的敬爱和留恋。联欢会上，我们给教官献草，八方队全体成员在下面齐声喊着：“志鹏！志鹏！志鹏！志鹏......”

在一起的日子不多了，要珍惜。

最后的分裂式我们走得很漂亮，教官很开心，说我们表现的非常好。离开军营之前，我们齐声喊出：“教官您辛苦了。”我们把这几天一直传阅着写的留言本送给他，我们看得出他的激动和感动。队列里又出现了抽泣声，我们，就要走了。

坐在车上，我往外看。教官们，连长们，营长，站成一排，敬着军礼，送别我们的车队。眼泪顿时涌出。这些日子你们辛苦了，我们走了，可能再也不会回来。这些教官、连长、营长，也许一辈子再也见不到了。这些只比我们大几岁的哥哥们，未来所要承受的，是我们无法想象的生命之重。

祝他们未来一切都好。

结束了。

别了。

**军训第一天心得体会篇五**

军训是大学生活中难忘的一部分，对于我来说也是如此。参加完军训后，我深感军训不仅仅是一种体能训练，更是一种磨砺意志、培养团队精神的重要方式。通过军训，我不仅对自己的身体素质有了明显的提升，更明白了团结合作的力量以及严守纪律的重要性。

首先，军训提高了我的体能水平。刚开始的时候，体能训练让我感到十分疲惫且乏力。每天早晨起来，身体还没有恢复过来，就要开始各种体能训练，如晨跑、俯卧撑、仰卧起坐等。初始的几天里，每一次体能训练都是一种折磨。然而，随着训练的进行，我的体能逐渐增强。我能够跑得更远，做得更多的俯卧撑和仰卧起坐。这不仅让我更加自信，也让我明白了只有通过不断的努力和坚持，才能达到自己的目标和挑战自己的极限。

其次，军训教会了我团队合作的重要性。每天的军训课程都需要我们整齐划一地行动，需要我们相互配合，形成一个紧密的团队。在队伍中，我明白了自己的行动会影响到他人，要想整体达到最好的效果，就需要每个人都发挥自己的优势和努力。在军训中，我学到了如何与他人合作，并领悟到只有团结在一起，才能取得最好的结果。

第三，军训让我树立了严守纪律的观念。军训中的纪律要求严苛，每次上课之前都要做好准备，保持队伍整齐划一，服从指挥和组织。一丝不苟的纪律要求让我更加严肃和自律，并且帮助我养成了良好的习惯。通过遵守纪律，我明白了纪律的重要性，纪律可以让我们更加有组织性，高效率地完成工作，使整个集体更加团结和有力量。

第四，军训让我变得坚韧不拔。军训期间，天气炎热，训练强度大，往往会使人感到身心俱疲。然而，面对这样的挑战，我学会了坚持。无论是被酷热的阳光晒得满头大汗，还是累得腿软步履蹒跚，我都告诉自己，只有坚持下去才能取得更好的成绩。我逐渐明白到，只有在面对困难时坚持不懈，才能克服困难并取得成功。

最后，军训让我明白了自己的潜力。参加军训让我意识到自身的潜力是无限的。通过不断的尝试和挑战，我发现自己的潜力远超过以前的想象。我可以跑更远的距离，做更多的俯卧撑和仰卧起坐。这种意识让我更加自信，也让我对未来充满了期待和信心。

总而言之，军训是一次磨练意志、培养团队精神的宝贵经历。通过军训，我不仅在体能上得到提高，也学会了团队协作的重要性，以及纪律和坚持的重要性。我相信这些经历将对我未来的生活产生积极的影响，让我更加坚韧、自信和成熟。

**军训第一天心得体会篇六**

其实我不懂军人。

我喜欢橄榄绿色的军装，但穿这身军装，就有千斤重担压在肩头。

六点过十分起床，我没有睡饱。

我被罚做俯卧撑，因为我没有去早训而是随室友吃早饭。我不明白为什么军人喜欢空着肚子训练。

军姿的要求太多了，我的手总贴不紧，教官说做不好就打手，但他没打我。

太阳好大，军人那么喜欢晒太阳吗？

我在数身上掉下的汗滴。

把身子微微向后倾，趁教官不注意放松脚前掌。

我听不见教官的口令，他嗓子嘶了，声音太小。

为什么不休息？军人都不累吗？

立正、稍息、后转，我们都做得很好，我们终于可以休息。

教官唱歌给我们听。

好累，前方的路太远，我走不动了。

教官给我们打气，军人是不退缩的。

练习跑步，我不会停下，教官一直教了一下午，耳朵起茧的时候我会了。

明天早上四点半起床爬岳麓山，我全身都提不起劲，但我不怕，前方的路不黑，它有信念掌灯！

教官，我们想叫你一声哥，想叫军人一声哥！。

这个夏天我参加了军训，这个夏天我们与教官们一起走过。

**军训第一天心得体会篇七**

军训是一段难以忘怀的经历，严格的军训生活让我感受到了军人的艰辛和坚韧，也让我明白了身体力行的重要性。初次踏入军训场，我不禁感到紧张，担心自己是否能够适应这样严格的训练。然而，随着漫长的军训时间的推进，我逐渐学会了如何调整自己的心态，接受挑战，并从中获得成长。

第二段：坚韧与毅力的培养。

在军训过程中，不论是艰苦的体力训练，还是严格的纪律要求，都考验着我们的毅力和耐力。常常天亮前的晨跑让我们疲惫不堪，但是我们必须坚持下去。在炎炎夏日的烈日下，军训场上温度高达三十多摄氏度，烈日炙烤着我们的身体，汗水湿透了我们的衣服，但我们依然要坚持训练。通过这样的锻炼，我逐渐培养了坚韧的品质，学会了在逆境中不屈不挠地前行。

第三段：团队精神的重要性。

军训中最重要的课程之一就是团队训练。在战术训练中，我们需要密切合作，互相配合，共同完成任务。每个人的角色都非常重要，一个小小的失误都可能导致整个团队的失败。通过与队友们的相互配合，我明白了团队精神的重要性。团队协作不仅仅是为了取得好的战斗成果，更重要的是在困难时能够相互支持，共同面对。

第四段：自律与责任心的涵养。

军人的训练是艰苦严苛的，而军训正是锻炼我们的自律和责任心的良好机会。在军训中，我们要严格遵守纪律，按时完成各项任务，保持良好的军人形象。这种强烈的规则意识对我们的自律和责任心提出了极高的要求。通过军训，我逐渐养成了严格约束自己的习惯，学会了为自己的行为负责。

第五段：军训的收获与感悟。

军训结束时，我回首往事，感慨万分。军训不仅使我体会到了军人的艰辛，也让我感受到了团结协作的力量。在这段时间里，我不仅锻炼了身体，也培养了坚强的意志。我明白了严格自律与责任心的重要性，也认识到了团队精神对于成功的重要性。这些都是我在军训中得到的宝贵财富，将伴随我一生。

总结：

军训让我经历了身心的全面锻炼，使我从一个稚嫩的学生成长为一个有着坚韧毅力、团队精神和自律责任心的人。虽然军训带来了辛苦和痛苦，但我却觉得这是一段难得的宝贵经历。我相信，在未来的生活和学习中，这些与军训相关的品质将会起到重要的作用，帮助我克服困难，取得更多的成就。

**军训第一天心得体会篇八**

在经历小学六年的风霜雨露后，我将进入一个新的学堂--初中.在即将步入这个新的学堂前，我与许多新同学经历了四天半的军训.在这次艰苦的军训结束后我的感慨是不能用语言表达出来的。

在操场上，我们练军姿，顶着烈日，斗着酷暑，汗水顺着脸颊直往下落.这对我来说，简直是一种煎熬.因为我从小就好动，总是这摸摸那动动，闲不下来。可练军姿必须一动不动，昂首挺胸.这可把我急坏了，想到教官会怎样惩罚我.我只能听命令，站在那里做一个昂首挺胸的木头人.经过这次考验后我不会再乱动，不会在课堂上做小动作。这样一定能使我以后更好的学习、工作了，也使我深刻的认识了这个问题。

毕竟是第一次受这种苦，我无论怎么坚持，还是因为体力不支，而中暑.看着同学们在操场上仍监守岗位，而自己却坐在阴凉的地方休息，我真是自愧不如，后悔自己以前不常常锻炼身体，以致现在的自责与后悔！

军训这一课所留下的是让每个人永远也读不完的.它从点到面改变着一个人，小到铺床、叠被，大到体质的增强、意志的磨练和思想的改变。这一课让我们终身难忘，受用一世。军训生活，使我们与军人的距离拉近了很多，使我们更加清晰地看到自己肩上担负的责任，不断纠正我们观念上的偏差，形成正确的人生观，价值观，树立坚定的自尊心和自信心。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验！灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

**军训第一天心得体会篇九**

军训是一种独特的体验，它不仅是对身体的锻炼，更是对人生态度和价值观的塑造。参加四年一次的大学军训让我深刻体会到了团结协作的重要性，锻炼了自己的意志力和毅力。在军训中，我不仅学到了纪律和秩序，还体会到了团队合作的意义，这些都是我今后生活和工作中不可或缺的素质。通过这次军训，我明白了只有通过付出努力，才能收获更多。我相信这些经历会影响我未来的成长，并让我成为更好的人。

首先，军训让我领略到了纪律和秩序的重要性。在军训中，每个人都必须严格遵守规定的动作和指令，没有人可以随意做出个人行为。这种纪律的要求让我更加明白，在一个团结有序的集体中，个人的行为对整体都有着举足轻重的影响。只有通过高度的纪律性，才能保持队伍的统一、有序，才能完成各项任务。这种经历让我在今后的生活、学习和工作中都更加注重自律，从而更加有效地规划和管理自己的时间和行为。

其次，军训也让我深刻体会到了团队合作和互助的意义。在军训中，每个人都需要承担相应的任务，并在集体中协同努力，完成各项任务。每个人都是团队中的一份子，没有个人英雄主义，只有一个目标，就是团队的成功。通过和队友一起排练、一起训练，我明白了只有相互信任和支持，才能取得最好的成果。这种团队合作的精神也会在以后对我起到积极的影响，让我更加愿意和他人合作，更加注重集体的利益。

再次，军训锻炼了我的意志力和毅力。军训是一项艰苦的训练，早上的晨跑、白天的操练、晚上的夜训都需要我们付出大量的体力和精力。在这个过程中，我体验到了体力的极限和坚持的重要性。无论是酷暑还是严寒，无论是怎样的疲劳和痛苦，我们都必须坚持训练到底。这使得我学会了克服困难、坚持到底的毅力，这种精神在今后的人生道路中将起到重要的作用，让我能够面对困难和挑战，勇往直前。

最后，军训让我明白了只有通过付出努力，才能收获更多。在军训中，我们每个人都要不断努力，通过锻炼来提高自己的身体素质，通过规范的动作来展示出我们的军人风采。我们的努力和付出不仅受到了教官和领导的赞许，同样也为我们带来了满满的成就感和自豪感。这个过程让我明白了努力的重要性，从而成为了我今后学习和工作的动力。只有付出了努力，才能实现自己的目标和理想，才能过上更加充实和有意义的生活。

总的来说，军训让我受益匪浅，不仅在体力上得到锻炼，更重要的是在思想和精神层面得到了成长。通过军训，我领悟到纪律和秩序的重要性，体验到团队合作和互助的意义，锤炼了自己的意志力和毅力，明白了只有通过付出努力，才能收获更多。这些经历将在我未来的人生道路上起到积极的影响，让我成为更好的人。我相信，通过这次军训，我将更加努力地去追求自己的梦想，勇往直前地走向成功的道路。

**军训第一天心得体会篇十**

今年的9月一号让我终身难忘，今年大家的9月一号比较特殊，不止是开学的第一天，而且是大家军训的第一天。

“军训”这两个字，读起来容易轻松啊，可军训起来不是这么容易轻松，是多么的辛苦和累。

大家的教官姓曾，大家大伙都叫他为曾教官。教官穿着一身军衣，脸上携带和善的微笑，我就隐约感觉到这位教官对大家必然会非常不错滴！

“其他人能做好的，你们自己也要能做好，而且还要做的比其他人愈加好！”这句话犹如清风吹入大家的心中，在他那张年青俊俏的脸上写满了鼓励与关怀。我无比感动，这是我几次军训中见到对学生的教官。

第一天军训大家学习的是：稍息、立正、停止间转法、敬礼与礼毕、跨立与立正、蹲下与起立、原地踏步、齐步的的行进与立定。

开始大家就学“立正”和“稍息”。我就在想：立正和稍息，哪个不会啊！立正的时候教官教会大家要两只手都要五指并拢，紧贴短裤黄色边，脚呈生辰八字形，大约为六十度。挺直腰站好，不可以动。随后学习稍息就要左脚伸出大约半米远，动作要快，不要擦地。而且只不过下半身动。不一会儿，部分同学们豆大的汗珠伴随头发滑落到红通通的脸颊上。

随后，教官要大家练军姿，大家一个个就挺起胸，抬头，正肩，收腹，双脚叉开60度，稍微踮起脚来，步步到位。曾教官需要大家站直5分钟，在5分钟内没教官的命令和批准，大家是决不可以动一下的，假如一位同学动一下全班同学多罚一分钟。开始的时候大伙身体站的非常直，后来站的时间长了，某位同学忍耐不住站的累呼呼就动了动，被曾教官见到就罚大家多站一分钟。在剩下的2分钟里，又有同学忍耐不住，偷偷动了，这，还是逃不过曾教官的火星眼，结果大家就要站3分钟。休息的时候，同学们个个叫苦不迭的，都说：“累人啊，腿都麻了。”

下面，大家又练了原地踏步和敬礼与礼毕等等项目。在练习的过程中，大家11班的同学们发扬不怕累的精神，我硬是咬着牙通过了后面几个小时，由于在练习的时候，教官总是对大家说：“其他人能做好的，你们自己也要能做好，而且做的比其他人愈加好！”这句话对我起到非常大有哪些用途，我就不怕苦、不怕累，坚持着，咬咬牙齿就过去，认认真真的练习！

**军训第一天心得体会篇十一**

工培训。静心细数着两个月的学习生活，着实收获良多，不由从心中默默感谢公司给予我的这次培训机会，感谢培训老师们将知识倾囊相授，感谢同学们和我一起走过这段难忘时光。

只有善于总结过去的经验，才能更好地展望未来。下面我就总结一下五十天的培训经历。

开学的日子伴随到来的是严格的军训。军训时间为期七天，七天不是很长 ，但却是我们第一次展示自我的机会。教官是位年轻的士官，身材并不高大，年龄也比我们绝大多数学员都要小，但从他那稚气未脱的脸上却写满了严肃、认真与负责。在训练中，对于我们不规范的动作与姿势，陈教官会一而再，再而三的示范给我们看，不厌其烦，严格要求。

军训是辛苦的，但是收获是快乐的。在那短短的七天里，我们这些来自全国五湖四海的新员工从互不认识、腼腆羞涩道到彼此相熟，可谓同志情深。当然，更重要的是，军训让我们学会了吃苦耐劳，让我们理解到纪律的重要性，认识到个人与集体荣誉的联系。在军训中，我们从中收获良好的习惯，每天按时出操，每天叠豆腐块，每样生活用品摆放整齐。这些都在考验着我们的意志，促进我们成长， 使我们从懒散自由的社会生活重新恢复了青春、阳光、紧张的校园节奏，以便今后更好的投入到工作当中。

如果说军训锻炼了我们坚强的意志和良好的作风，那么随后老师的授课则教会了我们职业生涯中必备的安全知识、技术知识以及终生学习的态度。

专业知识方面，老师没有教条式的讲解理论知识，更多的都是将大家在将来的实际工作中会遇到的运行设备和实际工况与所用到的理论知识相融合，进行讲解。期间，还会共享一下音视频等材料来丰富课堂生活。这种生动的联系实际的理论课程不仅端正了我对知识的态度，也让我对实际工作中将要面临的问题有了一个基础性的了解，培养了我怀疑的态度，工作中一定要多将学到的理论知识与现场相结合，全面的看待问题。

在现场真实地操作的感觉深深的吸引着我。记忆最深刻的就是继电保护和变电运维。

通过对电力系统故障分析的学习，对电力系统正常运行有了深刻的理解，对电力系统常见故障有了全面的认识，在对各种故障的特点进行总结后，我发现了故障的规律性，以及继电保护在这些故障的针对性。然后是通过对各种故障的特点进行总结分类，讲述了保护的构成原理，以及各种原理的保护的使用范围，优点和缺点，以及系统中各种保护的配合使用问题。分为控制回路、测量回路、信号回路、调节回路、继电保护和自动装置回路以及操作电源系统的二次回路是我们设计保护的重点。

们可以观察现象，然后进行分析，总结就可以学到很多，形成面得知识，而不是单个独立的.知识点。继电保护要求的是快速，准确和精确，不能出一点差错，这就要求我门在以后的工作当中认真的对待，仔细在仔细，小心在小心，一点点疏忽都可能让整个电网受到巨大的伤害，让企业受到巨大的损失。

变电运维仿真实训室，主要操作九洲站仿真系统，大概有100多台仿真机。九洲仿真实训包括了常规倒闸操作、断路器故障实训、母线故障实训、线路故障实训、变压器故障实训等几个模块。实际操作的过程中总会遇到形形色色的各种问题，每一个问题或易或难老师都会不厌其烦的为我们解答，在与老师们的交流中让我对现在应用普遍化的自动化变电站的构造、内部情况、操作方法都有了明确的认识和思路。

的指导和推动作用。职业道德和法律法规的学习让我们有了做人做事的准则，让我们明白了每个人心中必须有个底线，必须对社会对企业负责。 之后的团队合作与拓展训练，则让我明白实际工作中没有任何一项工作是个人能够独立完成的，大家要通过良好的沟通协调配合，激发工作的积极性，提高工作效率，才能产生1+1远远大于2的效应，为企业创造更多的价值。

学院还专门为我们开设了安全基本技能培训， 掌握着一门安全技能就有可能挽救以为触电同事的生命，也许你掌握着一门安全技能就有可能将一场大火消灭于无形之中。通过短短几天的培训，这两项安全技能我们均已基本掌握。

另外，留给我印象最深的一项活动就是素质拓展实训。短短一天的训练，不仅仅是把妙趣横生的游戏同人生、事业、伙伴联系在了一起，更重要的是给我们信心、勇气和思索，引起了心灵的强烈震撼和共鸣！每个项目的侧重点不同，但都会给人带来深刻的思考和启示，使我们受益匪浅。素质拓展的实训虽然短暂，它却给我们留下了珍贵的体验。活动中挑战自我成功之后的笑颜，对自己队友的信任和责任，团队力量带来的震撼等将会一直印在我们心里，在以后的人生道路上永远激励我们。让我们共同努力将国家电网的团队建设成为一个团结、诚信、果敢的大家庭。

课、晚自习做到不迟到、不早退、不旷课。培训期间采取了封闭式，全过程，半军事化管理，这就要求我们学员在学习和生活纪律上都要严格要求自己，适应从职工到学员的转变，从平时工作散漫的生活向节奏紧张的学习生活转变。良好的纪律也是我们取得好成绩的保证。

两个月的培训时光愉快而充实，我不仅收获了知识，锻炼了技能，同时也收获了友谊。通过此次培训，我总结出以下几点心得：

一是放低姿态，从零开始。刚刚涉入职场的我们还是个婴儿，就必须以“归零”思维来面对一切，正处在从爬到走的成长阶段，有太多的知识和经验需要我们去不断的学习和积累，抱着学习的态度去适应环境、接受挑战。只有这样，我们才能不断的丰富和充实自己，才可以完成自己职业生涯的正确规划与全面超越。

二是虚心请教，努力学习。现代社会知识更新的速度很快，我们只有不断地学习，更新自己的知识库，才能适应时间和环境的变化。尤其我们刚踏上新的工作岗位，不懂的东西太多，必须多向师傅和同事们请教，多听取他们的意见。只有通过向他们请教，我们才能在工作中做到驾轻就熟。还应该学习一些与自己岗位相关的其他岗位的知识，这样才能做到全面发展。

三是找准位置，确立目标。刚刚进入单位，重要的是要从工作中汲取到有价值的营养，让自己慢慢成长起来。毕业后几年里的迷茫，会造成10年后的恐慌，20年后的挣扎，甚至一辈子的平庸。给自己一个明确的定位，为自己定下一个短期和中长期的目标，让自己慢慢在工作中实现自己的人生价值。

**军训第一天心得体会篇十二**

军训是大学生活中至关重要的一部分。作为一名大一新生，从我进入大学的第一天开始就开始了为期一个月的军训。通过这段时间的锻炼，我收获了许多宝贵的经验和体会。首先，军训教会了我坚持不懈的精神。其次，军训让我明白了团队合作的重要性。然后，军训加强了我自律自强的意识。最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。通过这一段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。

首先，军训教会了我坚持不懈的精神。在军训中，我们要经过严格的体能训练和军事技能的学习。这些训练项目非常艰苦，让我多次想要放弃。然而，我明白了只有坚持下去才能取得进步。每一次的汗水和疲劳都是我成长的经验，让我变得更加坚强。在军训结束时，我已经不再是一个软弱的新生，而是一个具备坚韧精神的大学生。

其次，军训让我明白了团队合作的重要性。在军训中，我们每天都要进行集体训练和集合队列，要求我们相互配合和默契配合。每个人都有自己的任务和责任，只有合作才能完成任务。我记得有一次，在队列训练时，我没有按时抬头，结果引起了整队的不整齐。这让我认识到自己的错误不仅会影响自己，还会影响整个团队。从那以后，我更加注重与队友的配合，在团队中发挥自己的作用。

然后，军训加强了我自律自强的意识。在军训中，我们不仅要遵守军事纪律，还要按时参加各项训练和活动。只有准时完成任务，才能得到指导员的认可和肯定。这让我明白了时间的宝贵和规律性的重要性。因此，我开始制定计划和目标，严格按照计划执行。我学会了自律和自强，这对我以后的学习和生活都有很大的帮助。

最后，军训使我对军人职业有了更深刻的理解和尊重。在军训期间，我了解到军人的辛苦和付出。他们无私的奉献和对国家的忠诚让我深受感动。在军训中，军官们严格要求我们，但他们也是我们的榜样和引导者。我从中学到了优秀军人的操守和品质，对他们有了更深层次的尊重和敬佩。

通过这段经历，我深刻认识到了军训对我的价值和意义，这将对我的未来产生深远的影响。军训让我成长为一个更加坚强、自律和有责任心的人。我相信这些品质将在将来的学习和工作中发挥重要作用。我也更加理解和尊重军人职业，对他们的奉献和付出表示敬意。军训经历让我受益匪浅，我将牢记所学，努力成为一个对社会有用的人。我相信，通过军训，我在大学生活的起点上迈出了坚实的步伐。

**军训第一天心得体会篇十三**

军训是大学生活中的重要组成部分，不仅可以锻炼身体，提高身体素质，还能培养纪律意识和团队合作能力。三个星期的jl军训让我受益匪浅，获得了很多宝贵的经验和收获。以下是我个人对jl军训的心得体会。

第一段：初到军训场。

我记得当我第一天到达军训场时，一种强烈的紧张感充盈全身。我担心自己会不习惯军事化的训练，担心自己不能适应军事人员的严格纪律。然而，当我进入军训场，见到一群和我一样紧张又充满期待的新生时，我的紧张感也渐渐消失了。我们一起参与各种集体训练，学习军姿军礼，虽然艰辛但也充满乐趣。我意识到军训不仅是为了锻炼身体，更是培养我们的纪律性和集体意识。

第二段：严格的训练。

jl军训的训练内容非常严格，包括晨跑、军事训练、体能训练等。这些训练都夹杂着紧张的口令和教官严肃的表情，我的身体迅速变得酸痛起来，每一次跑步都让我感到无比疲惫。然而，我始终没有退缩。训练的期间，我表现出良好的毅力与耐心，并与队友们互相鼓励，共同努力。通过长时间的锻炼，我的体能和耐力有了极大的提升，也体会到了团队协作的重要性。

第三段：纪律的培养。

jl军训强调纪律的培养，每一天的训练都离不开严格的纪律规定。从早晨的集合到晚上的解散，我们要遵循军人的行动规范，严格要求自己按时到达指定地点，并按照教官的口令和队列的号子有序行动。训练期间，我们不允许随便交谈、随地乱扔垃圾，这让我认识到了纪律对于集体的作用，学会了严格要求自己，形成了保持纪律的习惯。

第四段：团队合作的重要性。

在jl军训中，一个人的力量是微不足道的，只有在团队中才能发挥自己的潜力。我们要团结合作，相互支持，共同完成任务。例如，在队列训练中，我们需要默契地配合，保持整齐划一，这需要大家共同努力，齐心协力。通过军训，我懂得了集体的力量，学会了倾听和尊重他人的意见，同时也培养了自己的领导能力和团队意识。

第五段：收获与感悟。

经过三周的jl军训，我的身体得到了锻炼，身体素质得到了提高，但更重要的是，我在军训中收获了珍贵的经验和感悟。我明白了纪律性的重要性，学会了坚持和奉献，体会到了团队合作的力量。军训让我更加从容地面对困难和挑战，在今后的学习和生活中，我将把军训所培养的品质继续发扬光大。

总结：

通过jl军训，我在身体上得到了锻炼，更重要的是在心理上得到了成长。军训期间，我充分认识到纪律和团队合作的重要性，并学会了坚持和奉献。这三周的军训给我留下了深刻的印象，成为我大学生活中的重要经历。我相信，通过这次军训，我将能够更加从容地面对未来的挑战，实现自己的梦想。

**军训第一天心得体会篇十四**

时光之羽，掠过时间的河，抚过一片浩瀚星海。

我在不知不觉中逐渐成长，偶然间停下脚步，回头看看来时走过的路，才猛然发现，我已踏入高中的校园，就连令我苦恼的军训生活也进入了尾声，军训生活并没有我想象中那样全是痛苦，其中也穿插了我们的欢声笑语。

军训的开始同样象征着高中的开始，记得在军训的开营大会结束后，我刚见到教官时，教官就给我们打了预防针。我记得他说，军训的这几天，前期你们会小腿疼，中期会大腿疼，而到了最后就会一身轻松。听到这话我心想完了，就我的这么差身体素质算是死定了，但随着时间的流逝，我好像已经习惯了军训的生活，感觉军训的生活快乐且充实，没有过重的学习压力，军训生活然我感到了不同于放假在家的轻松。

这十几天的军训很奇妙，刚一开始的时候我觉得军训是很漫长的，在训练的时候我觉得时间很慢，这大概是因为我们在训练的时候总重复这一个动作，一遍不过就再来一遍，这是对我们毅力和耐力的考验。军训给我的感觉很奇妙，一开始的累，到现在累的充实，累的开心，这十几天的接触我喜欢这种感觉，我觉得大家在一起训练就是最美好的时光，大家一起朝着一个目标去努力，我们开始慢慢的磨合，慢慢的了解、熟悉，这让我感觉到我们从刚入学每个人都是一独立个体，慢慢走向了一个团结集体。

也许对于真正的训练来说，我们的训练是微不足道的，但这十几天我们的收获也是不少的。十几天，让我知道了集体和团结的重要性。我们学会了坚韧不拔，今后我们也有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累。

军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们受益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。这次军训15天，360小时，21600分钟，1296000秒。军训将要结束了，但我们的高中生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等待我们，我将时刻记住军训让我学会的坚韧不拔的精神，并运用到生活的各个细节中。此后，我将会不惧困难勇往直前。

时光匆匆流去，我将朝着更美好的未来走去，同时希望在将来我的理想会绽放出最美好的样子。

**军训第一天心得体会篇十五**

第一段：

军训是人生中的一次重要经历，我所在高校的军训时间为21天。这意味着21天的体能训练、军事素养培养和现实适应，也同时意味着21天的体验、挑战和成长。在这21天中，我经历了许多，学习了许多，也感悟到了许多。尤其是那在军训中得到的宝贵经验和体会，是我宝贵的财富。

第二段：

在训练中，最令我印象深刻的是那残酷的体能训练。在酷热的太阳下，整开一天的训练似乎永远不会结束。而全程要抓紧训练的任何一秒钟，只是为了下一秒钟多休息一秒钟，希望那永远贪求的时间可以稍微停一下。然而，这种贪图的想法只是幻想，所以我开始适应。通过这种过程，我明白了自己的耐力极限和内在实力。

第三段：

除了身体上的锻炼，我也在军事素养方面得到了很多的提高。在军训中，我们接触到了许多军事基础知识、作战原理和武器装备等相关知识，也从中体会到了同志情谊的意义。此外，通过军事训练，我明白了团队的重要性和紧密配合的意义以及个人精神状况和心理承受力的重要性。

第四段：

除了军训所带来的提高和收获，我也从中发现了一些不足。如：对心理素质和对身体的健康重视不够、疏忽了制度等等。这些不足之处我将汲取教训，在以后的学习和工作中不断克服。

第五段：

总的来说，这次军训让我受益匪浅。我经历了心理和身体的磨练，强化了自己，同时也认识到了自己的不足之处。我将积极地调整好自己，努力攀登成长路，尽力将军训中得到的收获和体会变为我人生的一笔不竭的财富，为铸就自己更坚实的根基，奠定更广阔的发展空间。

**军训第一天心得体会篇十六**

早晨，我昂首阔步，心中充满期待，因为今天就要开始军训了，一段未知的生活。

然而它并没有我想像中那么快乐、轻松。刚开始站军姿，我双腿抖得特凶，站了一会儿，我身体已经快支不住了，我这都是因为平时不训练呀！尽管我快倒了，我的信念支撑着我，坚持不懈！我心中想：别人都不倒，我也不能倒；就算别人倒了，我也还是不能倒！但这一半天下来，我感觉我的腰已经断裂了，撕心裂肺的痛！但我忍着没有抱怨。

我怎么敢抱怨呢？从小到大，到现在，我的毛病多，我做事三分热，注意力不集中，以至于今天做错了一个动作，喊报告声音也太小，以致被教官罚大声喊报告三十声，这只是一个小小的惩罚，但它却是治病的疗药，我会铭记于心，因为这是对我注意力不集中的第一个惩罚，通过今天一天的军训，我也想通了许多。

我不是为失败才来到这个世界的，我的血液里没有失败在流动，我不是任人宰割的羔羊，不是松懈的人。我是猛狮，不愿与羊群为伍，我不想听因没有坚持而失意的人的哭泣，我更不能成为这样的失败的人，因为失败者的屠宰场，不是我命运的归宿。

生活中要不松懈不难，用毅力控制住，只是在你认为你快不行时，再咬牙向前走一步、再走一步、还走一步、每次前进一点，简单，但贵在坚持不懈。

在今后的生活中，以及为期一个周的军训中，我必须坚持不懈，坚持人生原则，坚决完成军训中的要求。只要我一息尚存，我就不会松懈，因为，我已深知成功的秘诀：坚持不懈，终会成功。所以我必须坚持不懈，直到成功！

**军训第一天心得体会篇十七**

自初入高中以来，我就一直听到身边的同学在讲述他们曾经的军训经历。或是在烈日下艰苦训练的，或是在冬季的严寒天气下磨炼意志的。然而，直到去年夏天军训期间，我才终于亲身体验到了这样一段别样的生活。在此，我将分享自己的军训心得，以及对于参与军训之意义的理解和思考。

第一段：军训是一种特别的体验。

在军训前几天，我觉得自己的体能应该不会太差，而且学过一年的小学军事课，初步了解一些行军姿势和排列队形的基本技能。然而在当地严炎的骄阳下，长时间行军和森严的纪律要求，让我身体上有了很大的耐力和心理考验。相较于其他自由舒适的生活环境，军训如同其另类的标准化和规范化，可以让新生和老生都重新洗礼一番。适应学校和训练场地的生活条件和作息时间，我和同学们其实有很多时间和机会去思考自己珍贵的成长和未来的规划。

第二段：军训教会我纪律和合作。

军训期间，不仅要求我们遵守队列纪律和时间观念，还要求每个人相互协作。从初步的操练课程到实战考核环节，每个任务都需要严格遵守规定，才能顺利完成。而合作和团队精神，就显得尤其重要了。默契的配合和决策，必须在短时间内取得，才能够更好地完成队列训练和战斗任务。与此同时，团队中的每个人都有自己的长处和优势，互相学习和协作可以逐渐形成互补和深入的表现，进而提升全局的实力和凝聚力。

第三段：军训让我更好地了解自己。

作为一个还没有被深入了解的青少年，军训不仅可以增强体能和养成优秀的习惯，还可以让我们逐渐认识自己。每个人都会在不同的环境和面对不同的挑战时表现出不同的特征。在军训中，每个人都可以从自己的锲而不舍、忍耐力以及适应能力等角度得到不同的体验和认识。同时，在不同的训练项目和比赛环节中，我们也会更清晰和深入地了解自己的优势、弱点和值得向学习和改进的方面，进而在成长和进步的路上多一份动力和自信。

第四段：军训的意义在于锻炼我为人处事的能力。

随着学习的深入和成长的发展，我越来越发现自己为人处事能力相对欠缺。而军训正是让我在一个更深刻的层面上了解到自己的不足，进而提升自己为人处事的能力。在军训中，每个人都遵从同样的规则和标准，只有依靠自己的积极认真、勤奋努力和习惯性的思考，才能获得更好的训练成果和更稳定的团队协作表现。这样的经验和成长，可以让我在未来的生活中更好地适应和处理自身所面对的生活和职场挑战。同样的，军训在提升我最贵重的品格和道德层面，也起到了积极的锻炼作用。

第五段：军训的意义不仅是个人，更是对国家和志愿的郑重承诺。

在军训中的经历和收获，也是对国家和志愿的一种承诺和回报。在这样的环境下，我们深刻认识到站在一个国家和民族的伟大背景下，社会责任和人生理想的重要性。而通过参加军训，我们更加直接感受到民族精神、军人情怀、爱国主义和家国情怀的意义。今后不论在国内还是海外，我们都将会是国家的担当和重要力量。而这样的良好品质和习惯，亦可作为终身道德观念和职业理想的坚实支撑，帮助我们更好地走向未来。

总之，参加军训显然是对我们每个人最好的选项之一，尤其是提升我国新一代青年的爱国主义、集体主义和先进文明观念。虽然训练的紧张性和严密性都是很大的挑战，但我们都必须认真对待，全力以赴，才能更好地体会和体验其中的深层意义和生命和成长的价值。希望未来的每个学弟学妹都能有机会去参加军训，从中感悟到更多成长和快乐！

**军训第一天心得体会篇十八**

尊敬的各位领导、教官、老师、亲爱的同学们：

大家上午好！在今天这个阳光明媚,万里无云的早晨.为期六天的军训终于圆满结束了，这是一堂特别的、与众不同的、远离教室、没有课本的课，有的是“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”，体验着不同往日的生活。这次军训给我们留下了深刻的印象。

记得第一天，我们背着书包,迈着轻快的步伐走进了班级，你看看我，我瞅瞅你，同学之间都很陌生。随着军训生活的开始，彼此之间渐渐地熟悉起来，很快就建立了友谊。同学们互相帮助，热爱班级，团结一心，处处洋溢着和谐友爱、积极向上的气氛。我们会因为其他同学出现的失误而伸出援助之手，也会因为其他同学获得的成绩感到由衷的高兴。

很快懒散了两个多月的我们就在教官的口号声中少了许多娇嫩，多了一些吃苦耐劳；少了一些懒散，多了一些紧张，我们都能按照要求，像个军人一样，做到一切行动听指挥，整队迅速，意志坚强、纪律严明。

在军训期间，我们头顶烈日，练习站军姿、稍息、转体、齐步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在操场上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢贴紧裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。随着内容增加，难度增大，我们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，我们做到了最好。

军训教会我们什么是坚强的意志,也教会我们什么是严明的纪律,军训教会我们乐于吃苦耐劳，也教会我们怎样把握自由与纪律的尺度。还教会了我们正确认识自我，并勇于挑战自我、战胜自我、超越极限。

军训就要结束了，我们的初中生活才刚刚开始，在军训中我们收获了珍贵的友谊、严明的纪律、坚强的意志与宝贵的健康。在今后的生活中，我们要继续保持并发扬军训带给我们的精神力量，不管我们遇见多大的困难与挫折，经历多少的风霜雨雪，我们都会团结一心克服重重困难，战胜自我，取得最后的胜利，决不辜负教官与老师对我们的殷切期望。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找