# 2024年第一次军训心得体会100字(五篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-10-17

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**第一次军训心得体会100字篇一**

周一早上，我兴奋不已，带着老师要求的所有物品兴冲冲坐车来到了军训的地方。我们班是由陆教官负责带我们军训，这是个年轻的大哥哥，长着一副严肃的面孔，很少看见他的笑容。几天下来，我就非常地想回家，以下是我想回家的几个理由：

第一，教官实在是太严格了，每次训练都要三个小时，期间不让休息，同学们都觉得好累;

第二，早上起床的时间好早，每天6：20就得起床，那会天还没完全亮，我和同学们困得眼睛都睁不开来，觉得都没睡够;

第三，教官对我们的内务要求很高，被子要叠得方方正正，床上还不能放其他杂物，如果放了零食或其他东西，教官就会把东西扔进垃圾桶里;

第四，这里的厕所实在是太脏了，经常能看到长得像竹笋的便便放在池里，很臭很恶心。

我跟爸爸说了我的感受，爸爸笑了，尤其是听到我说最后一点时。

爸爸跟我说：“学校为什么要安排你们军训啊?”我说：“学解放军叔叔啊，也不让我们打枪。”“对啊，你觉得解放军叔叔很光荣，那学解放军叔叔哪些方面啊?”“这我就不知道了。”我回答道。爸爸说：“要学解放军叔叔的一不怕苦，二不怕死的精神啊!学解放军叔叔的服从纪律啊。脏点，累点，苦点就是让你们接受锻炼的一种安排，适应者才能成为像解放军叔叔一样的强者。”

我很惭愧，真的。

**第一次军训心得体会100字篇二**

我是怀着“去玩玩”的心情进入了营地。当时的我根本没想到，晚上会累到沾床就睡的地步。当然，这是后话。

放下行李，跑下楼集合。总排长把手指向了你，让四排的到你那里集合。心中不免哀嚎，这个教官看起来好严厉!

再没有过多的接触，我们六个排便集合在了一起。

太阳下，我懒洋洋地站着。天真的我把军训想得太过简单，所以当教官把没有站好的人叫出去受罚时，我不由得一怔，才意识到真正的军训已经开始了。

各排依次被带到草坪上，然后是领导讲话，说什么希望我们有翻天覆地的变化，我对此类象征性的讲话从来不以为然。后来才知道，变化，何止是翻天覆地而已?

各排分别带开，你第一次开口对我们讲话。你说我们一定要拿第一，第二就是败了。你说只要我们好好训练，休息的时间一定比其它排多。所以当我们坐着看其它排训练的时候，不由心里暗自庆幸，真好呢，我们的教官是你。

哨声一响，六排一起被带到食堂。

站在饭桌的号码牌前，我不敢相信我是桌长。前辈说过，桌长是最倒霉的。所以当总教官让桌长举手时，我十分不情愿地将手举得低低的，你却托起我的手，让它达到最高。说不惊讶是不可能的，但我知道你想说的，四排的人做什么都要做到最好，哪怕只是举手。

夜训唱完军歌后，你似乎被我们惹火了，你叫了另一个军官来带我们。他很严厉，把几名女生训哭了。然后，你回来了。你说你本不必带我们，只需要观察一下各排的情况就行了，可看到我们排都有人哭了，你一心疼就回来了。你又跟我们说了你在部队里的故事，你告诉我们要坚强。说真的，教官，你很坚强。

与你相处的第一天便过去了。

第二天，微微有些小雨。肌肉酸的发疼，特别是在这种天气。

六个排各一间小屋。隔音效果不太好的屋子让我们被其它排的军歌声吵得头昏脑胀。你也带领我们唱军歌，说是要报复其它排。你又告诉了我们你的整个服役历程，让我们看向你的眼神中多了几分敬佩。

雨停了，继续训练。因为有人掰断了林中的竹子，你再一次生气，与五排排长调换。其实我想告诉你，你在我们心目中，永远是最帅，表现最突出，最好的教官。除非你在，不然四排无法团结。

你终于在我们的呼唤中回来了，手无法控制地鼓掌鼓得发疼。看着你带领我们去挑战三排，看着你和三排排长斗嘴，看着你们互相叫板。不服输赌气的样子，实在可爱得让我们都笑得前仰后合。

偶然，你发现其它排在模仿我们的动作，你气愤的说，“我们口号是‘一直被模仿，总未被超越’!”我强忍着笑意，大声喊着口号。

第二天，就在这笑声中不经意间结束了。

第三天，也是最后一天。会操开始了，身体里的每一个细胞都在兴奋地叫嚣，仿佛随时会爆裂，我们取得第一名的时候到了!

信心十足，士气高昂。不为别的，因为我们的教官是你，所以我们一定能行，结果当然不出所料。这个分量比什么都重的第一，是我们心中无上的荣耀!那是我看到你笑了，那么纯粹的开心，我也跟着笑。

离别，不出所料，很多人都哭了。我们都在害怕啊，以后就在也找不到这样的教官了。

你，臧东亮，一名反恐出身，因受伤而退伍的军人。我在你身上看到的是坚强，是朴实，是幽默，是好强，是英勇，是认真，是不屈的灵魂!

四排很幸运，遇到了你。

我很幸运，遇到了你。

**第一次军训心得体会100字篇三**

孩提时，脑海里充满了对军人的崇敬和军旅生活的各种向往;学生时，军训因种种原因与自己擦肩而过;然而，心中的橄榄绿一直不曾褪色。在百花争艳的五月里，组织给了我们这次机会，不但圆了我幼时的军营梦，填补多年的遗憾，还使我的人生路上多了一份淡定和从容。

这十天，我们体验着部队生活的“五味斋”：酸的是刻板的训练和不可商榷的时间表。早起，走队列，站军姿，集合吃饭，跑步锻炼，统一熄灯……我们一次又一次体验着疲惫和酸痛。甜的是集体生活的互助友爱和树荫下不经意的笑声。同学们的一句“累了吧，还行吗?”象兴奋剂一样赶走了一身的疲惫;班长有所保留的眼神象抓住偷吃奶糖的孩子一样抓住了一时的走神;偶尔一句“你实在太有才了”不时地从树荫下传来阵阵欢笑……我们一次又一次体验着友爱和欢乐。

苦的是每天的早起和越来越久的定型。五点半哨声一起，眯着眼睛、拖着鞋子，迅速到齐;远望小值离去，我等郁闷把型定，一分二分，慢吞吞;吱吱嗡嗡，肚咕噜……我们一次又一次体验着痛苦和困倦。辣的是格斗术的威武和射击的刺激。尽管我们的格斗术多少有些花拳绣腿，但一声“ha”顿时感觉自己就是除暴安良的豪杰和保疆卫家的英雄。尽管天公不作美，没来得及练习射击就直接考核，但莫名其妙中靶的感觉却让人兴奋不已……我们一次又一次体验着火辣和激情。涩的是别离时的不舍和军营生活的永诀。班长训练时严厉的教导和生活中细心的关照，司务长充满疑惑又可爱又稚气的表情，炊事班小弟们每天勤劳默默地为我们烧水煮饭……成了脑海中永不褪色的底片，闲暇时我们会一次又一次地拿出来放映和回味。

十天的部队生活象梦一样地飞逝，然而早晨的口哨声，行军中的口号依然在脑中回荡，在夕阳柔美洒落下的这个美丽军营我带不走，但它却给了我太多的感想、感悟和感动：

一是令行禁止，整齐划一。只有有令行禁止的意识，才有整齐划一的高标准。军营的第一堂课就使我们明白两者的深刻意义。令行禁止才能使我们在生活、工作中保持良好的秩序与纪律。整齐划一才能让我们认准同一个目标，齐心协力完成各项任务，充分体现自我价值。

二是快速反应，永争第一。服从是军人的天职，快速反应则是军人必备的素质。这次军营生活，我们经常需要接受真正军人一样的快速反应训练，这将使我们在未来竞争中抢占先机，领先一步，站立国际竞争的潮头。 。

三是团结协作，共同前进。每天齐步走，跑步走……不断重复，尽管是自己做好了也无法达到排面整齐，班长让我们不断练习，

四是增进感情，加强沟通。集体生活让我们有了更多的时间和机会沟通和交流，一起分享生活乐趣，一起交流工作经验，探讨工作中遇到的难题，摸索人生旅途的坎坷，让我们不再觉得是沙漠中的苦行者，不再感到孤独和寂寞。

这曾让我们困惑不已。但细想一下，其实练齐步跑步是在培养我们的团结协作精神，要把简单的齐步走和跑步走走好，不但要每个人不出错，还要保证大家协调统一。这将使我们在今后的工作中更加注重团队精神和相互间的配合。

十天的军训给了我太多宝贵的东西，应该感谢的人太多了。怀着一颗感恩的心，我将更有勇气“用狮子般的力量工作，用菩萨般的心肠待人”。

**第一次军训心得体会100字篇四**

八月的南京，宛如一个硕大的火炉，到处充满、着炽热的气息。在经历了紧张的中考后，我们怀着对高中的期望踏入了不同的学校，而迎接我们的便是那长达七天的军训生活。

八月十日，我们怀着激动的心情乘车来到了江宁横溪。山情水秀，世外桃源——便是我对这个地方的第一印象。放眼望去，山峰连绵起伏，佳木秀而繁阴，如此美景让人心旷神怡。我不禁深吸了一口气，使劲嗅了嗅那夹杂着浓浓植物气息的新鲜空气，顿时感到心情无比的舒畅。

黑黝黝的脸庞，小小的眼睛，一身的军装显得格外神气，他便是我们的教官。他是所有教官中最年长的一个，同时也是最为严厉的一个。他对我们的要求很严格，但在训练过程中他也教给了我们许多做人的道理，让我们受益匪浅。偶尔，他也会卸下严厉的面孔，露出最朴实的笑容，与我们谈笑。

还记得第一天，我望着那又肥又大的迷彩服，愣了好一会，才拿起肥大的上衣套在身上，嘴角扯出一丝苦笑，心里嘀咕着：“这上衣都可以当连衣裙了，还要裤子干嘛。”等穿好后，才发现迷彩服穿在教官身上才会显得精神，穿在我身上却像个唱戏的，松松垮垮。第一天的晚上，没有白天那般酷热，偶尔阵阵微风徐来，轻轻拂过脸庞，令人心情格外舒畅，仿佛一天的烦恼与疲惫都随风而去。我们洗完澡后便集合训练，内容是齐步走。“齐步--走”随着教官的一声令下，我们纷纷摆出右臂，迈出左脚，然后保持这个动作不变。“手臂要伸直摆出来，胳膊稍稍向内摆，后面的手臂要摆出来，才能保持平衡!”我们也都集中精神，按照教官的要求而改正着。“那个丫头啊，又同手同脚啦!”我下意识的低头看，猛地发现自己竟迈出了右脚时，不好意思的低下了头，连忙换成了左脚。脸上烫的要命，真恨不得立马找个地缝钻进去。还好是晚上，灯光比较昏暗，大部分人都没看清楚。

时间如流水一般匆匆而过，眨眼之间，我们的军训生活已经接近了尾声。

15日晚上的联欢晚会，同学们各显神通，一首首歌曲飘荡在大厅内，悠扬而令人陶醉。各种乐器齐上阵，小提琴，长笛，吉他。人们仿佛置身于一个音乐盛会。

我们班作为晚会第一个出场的表演，一首>成功将场内的气氛推向了高潮，男生的活跃以及与女生的完美配合，赢得了热烈的掌声。这次的表演彰显了我们高一(1)班的风采。

这次的军训生活让我感受颇多，印象最深的便是那六个字——克制忍耐服从。克制自己需要坚强的毅力，同时也告诫我们在学习过程中难免有各种各样的不良诱惑，我们需要足够坚强的毅力来抗拒这些学习上的“拦路虎”。

**第一次军训心得体会100字篇五**

孩提时，脑海里充满了对军人的崇敬和军旅生活的各种向往;学生时，军训因种.种原因与自己擦肩而过;然而，心中的橄榄绿一直不曾褪色。在百花争艳的五月里，组织给了我们这次机会，不但圆了我幼时的军营梦，填补多年的遗憾，还使我的人生路上多了一份淡定和从容。

这十天，我们体验着部队生活的“五味斋”：酸的是刻板的训练和不可商榷的时间表。早起，走队列，站军姿，集合吃饭，跑步锻炼，统一熄灯……我们一次又一次体验着疲惫和酸痛。甜的是集体生活的互助友爱和树荫下不经意的笑声。同学们的一句“累了吧，还行吗?”象兴奋剂一样赶走了一身的疲惫;班长有所保留的眼神象抓住偷吃奶糖的孩子一样抓住了一时的走神;偶尔一句“你实在太有才了”不时地从树荫下传来阵阵欢笑……我们一次又一次体验着友爱和欢乐。

苦的是每天的早起和越来越久的定型。五点半哨声一起，眯着眼睛、拖着鞋子，迅速到齐;远望小值离去，我等郁闷把型定，一分二分，慢吞吞;吱吱嗡嗡，肚咕噜……我们一次又一次体验着痛苦和困倦。辣的是格斗术的威武和射击的刺激。尽管我们的格斗术多少有些花拳绣腿，但一声“ha”顿时感觉自己就是除暴安良的豪杰和保疆卫家的英雄。尽管天公不作美，没来得及练习射击就直接考核，但莫名其妙中靶的感觉却让人兴奋不已……我们一次又一次体验着火辣和激情。涩的是别离时的不舍和军营生活的永诀。班长训练时严厉的教导和生活中细心的关照，司务长充满疑惑又可爱又稚气的表情，炊事班小弟们每天勤劳默默地为我们烧水煮饭……成了脑海中永不褪色的底片，闲暇时我们会一次又一次地拿出来放映和回味。

十天的部队生活象梦一样地飞逝，然而早晨的口哨声，行军中的口号依然在脑中回荡，在夕阳柔美洒落下的这个美丽军营我带不走，但它却给了我太多的感想、感悟和感动：

一是令行禁止，整齐划一。只有有令行禁止的意识，才有整齐划一的高标准。军营的第一堂课就使我们明白两者的深刻意义。令行禁止才能使我们在生活、工作中保持良好的秩序与纪律。整齐划一才能让我们认准同一个目标，齐心协力完成各项任务，充分体现自我价值。

二是快速反应，永争第一。服从是军人的天职，快速反应则是军人必备的素质。这次军营生活，我们经常需要接受真正军人一样的快速反应训练，这将使我们在未来竞争中抢占先机，领先一步，站立国际竞争的潮头。 。

三是团结协作，共同前进。每天齐步走，跑步走……不断重复，尽管是自己做好了也无法达到排面整齐，班长让我们不断练习，

四是增进感情，加强沟通。集体生活让我们有了更多的时间和机会沟通和交流，一起分享生活乐趣，一起交流工作经验，探讨工作中遇到的难题，摸索人生旅途的坎坷，让我们不再觉得是沙漠中的苦行者，不再感到孤独和寂寞。

这曾让我们困惑不已。但细想一下，其实练齐步跑步是在培养我们的团结协作精神，要把简单的齐步走和跑步走走好，不但要每个人不出错，还要保证大家协调统一。这将使我们在今后的工作中更加注重团队精神和相互间的配合。

十天的军训给了我太多宝贵的东西，应该感谢的人太多了。怀着一颗感恩的心，我将更有勇气“用狮子般的力量工作，用菩萨般的心肠待人”。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找