# 大学第一天军训心得体会(模板12篇)

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-08-28

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。大学第一天军训心得体会篇一今天，我们怀着喜...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学第一天军训心得体会篇一**

今天，我们怀着喜悦的心情来到了修武县红阳基地训练，这里的.花花草草都竖起腰来，等待着我们的到来；来到这里，我感到神清气爽。我对这里不太陌生，因为去年也是来这里训练的。

首先教官安排宿舍，分发床单、被罩和枕头套；我和我们班的几个同学被分在楼上，我们把床铺好后。哨声吹响了，我们纷纷下楼站好队。由于我们一直安静不下来，“虾米”教官让我们写检查，蹲军姿，果真是个严厉的教官，我们大概蹲了二十多分钟；“虾米”教官收手了。同学们个个精疲力尽，腰酸背痛；教官让我们坐下，给我们讲了一大堆道理，同学们听得很认真。教官让我们大家全部回到宿舍整理房间，我们一起扫地、拖地、倒垃圾；不一会宿舍被我们打扫得干干净净。

哨声响了，该吃午饭了。同学们马上站好队，走进餐厅，同学们有序的排队打饭；坐在餐桌前聊着家常。吃过饭午休一个小时后，教官让我们进行跳蚤市场这个活动。听教官讲解后我们开始，所有单数班级当卖家，复数班级当买家；同学们互相购买自己喜欢的东西，活动进行得很愉快。活动后我们又开始了训练，学习军人的基本动作，虽然有点累，但同学们很认真。

吃过晚饭，我们很快进入梦乡。

**大学第一天军训心得体会篇二**

一年一度秋风劲，在这个收获的季节，我们迈入了大学的校园，开始了崭新的生活，并迎来了大学生涯中的重要一课――军训。

鹰击长空，鱼翔浅底，当威武的军姿，整齐的队伍。嘹亮的军歌出现在这美丽而又宁静的校园时，我不禁感慨万千，因为军训为我们展现出多重绚丽的风采。

第一道风采是来自可敬可爱的战士们。短短几天的军训也许对于每个同学都是一次空前的挑战与磨练，但我们的军人战士们每时每刻都在更艰苦、更危险的地方从事着更加艰难的任务，他们日复一日，年复一年，将自已短暂而又美好的青春奉献于他们坚守的岗位上，当远处的灾荒，无情的战火来临时，他们甚至要献出宝贵的生命。几天的军训让我们深刻理解到一名战士的伟大，我们没有理由叫苦叫累，因为我们的苦和累，仅是军人战士生活中的一小部分。我们更没有理由不为你们致敬——你们才是最可爱的人，是祖国最美丽的风采！

第二道风采是团队精神的风采。整齐的队列，嘹亮的口号都是由所有的同学共同完成的，不论天气如何，不论自己身体有哪些不适，只要一声令下，每个人都必须严格听从指挥，因为你所代表的不仅仅是你个人，更是整个营队，整个新生形象。正是这种团队精神，使我们看到了一支支整齐的队伍在训练场上所展现出的威武的风采！

这第三道风采，则来自于同学们的艰苦训练不畏艰难。几天的军训下来，我们不仅学会了军人的基本动作要领，更学会了做人的重要真谛。我们懂得：许多困难都来源于我们的内心，来源于我们没有超越自我的勇气。面对困难，我们应知难而上，知不可为而为之；面对逆境，我们应坚持到底，永不言弃，相信我们这不畏艰难险阴的勇气，一定会像勇敢飞翔的海燕一样，在暴风雨中展现最动人的风采！

最后一道风采，来自于同学们青春的风采，威武的行进队我是青春的身影，嘹亮的口号是青春的声音，军训使我们懂得：一份汗水，一份艰辛换来的是令人赞叹的整齐与统一，坚持不懈，锲而不舍，我们总能做得更好，汗水与泪水都是咸的，但有着青春风采的人，宁可留汗水满身，也不愿以泪洗面。我们年轻的一代一定会用拼搏改变未来，用青春征服一切！

相信军训留下的风采，将永远铭记于每个同学的心中，愿每名同学永存风采，愿我们的学校风采永存！

**大学第一天军训心得体会篇三**

最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫明的向往。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，谋划着酸痛的阴谋。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，到现在写这个心得时，摸着摔伤的手才猛然醒悟：噢，原来我有了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。

今天是我参加军训的第一天。一直对军训充满期待的我以为军训只是像平时上体育课那样简单轻松，可是看似简简单单的军姿却把我弄得连膝盖都直不起来，来来去去都还是重复那个动作，虽然觉得有些无聊，但是要做好它却不是一件易事。事实上，我已经尽了我最大的努力来完成今天的训练了，我想我的同学也是，但效果还是不怎么样，我这才知道我们平时是多么的懒散。

今天的太阳也比前几天的更加烈。站在太阳下，不一会儿，汗水就一滴滴地从额头渗出来，顺着我的鼻梁，慢慢流到鼻尖，最后落在嘴唇上。今天我第一次尝到了汗水的味道。辛苦是有的，但我相信这次军训过后，我的身体会棒棒的。

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。

**大学第一天军训心得体会篇四**

今天是第一天大学军训，刚开始的开学典礼和军训动员向我们敲响了警钟。我们不再是乳臭未干的大学生。而是一名成熟稳重的大学生，我们应该为自己的行为负责。

一开始我对军训是一种害怕的心理，害怕教官会不停的让我们在炎炎夏日中一直站军姿。然而经历了第一天军训后，我才对军训完全改观。军训里既有乐于助人的学长们给我们打水，照顾伤病员无微不至，也有总是逗我们笑的教官们。同时在该严肃的时，毫无情面的教官让我们更加敬重。正如教官所教导的，军训不是训斥我们，而是对我们身体的校验和我们意志的磨练，让我们在以后的生活里能走得更远！

军训很苦也很累，但同时也让我们受益匪浅。无论是因伤退出的伤病员，还是坚持下来的我们，都在用实际行动践行着《警世贤文》中的“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”幸福的人生，美好的品质，如果没有经过痛苦的.军训，是不会轻易降临的，所以说，在痛苦中磨练自己，生命之火花才会闪烁。

同时，我谨代表xx届的新生感谢李书记的亲自到来和帮助，以及学长学姐们无私的奉献和教官们的殷勤教诲。

**大学第一天军训心得体会篇五**

一夜醒来，浓云遮暮光，晨风卷地尘。天气已渐渐使人有了瑟瑟发抖之感，又是崭新的一天。新的征程就要开始了。

有位心里学家曾经说过：“行动变了，久而久之习惯也就变了，习惯变了，那态度也就跟着变了，态度变了，性格也就跟着变了，性格变了，那他的命运也就改变了”现在的我们的每一个动作都透视出对于军训的态度。亲爱的队友们，用我们的坚强的毅力与好学向善的心，端正态度，继续向前吧。

寝室内务的整理漏洞百出，而向来见招拆招的军训儿也遇见了麻烦。

“30秒之内，抱着被子到楼下集合”

“啊，我一晚上都没舍得碰，这就糟蹋了”

一圈跑下来，被子早已失去了原来的光彩，望着一圈裹着一圈的被子，那怜惜的眼神可真是难以描绘。难割更难舍，而对象还是一被子，好一副滑稽的景象。为免学生偷懒，夜间不盖被子，着凉感冒，故而施计教导。对于这样的体验，我是有说不出的苦。我便是一位不会叠被子的倒霉孩子。因为困难，故而舍之，避之，本来也算不了什么，但对于一个需要进取的人来说却是犯了大忌。夏令营的精神告诉我们“我们是一支许进不许退的队伍，我们英勇无比，我们正迈着前进的步伐走向未来。一切艰难险阻都将而且应该成为我们的铺路石。”因此，我悔过，我改过。

军训的日子以来，最难受的莫属上下午的半小时军姿。一句“忍”便让人痛苦不堪。有的人上半身由虫子飞过来欲躲不可，有的人脑袋因汗水寖透发痒，欲抓也不可。而大多数人的精力全都集中在了脚前端。麻，硬，疼。再难受，也都只有坚持。

人心的比较心理却是那样的尖锐，那样容易地刺入心房，让我们的精神溃散：

“啊，我的脚快麻痹了，我受不了了”

“我的脖子僵硬了，怎么办”

“好痒，真难受”

“我全身都痛死了”

无数的对照，就这样一一产生，而这对于一个人的意志便更加考验了，那渴望成功的热切与那急切渴望得到释放的心理也因此产生了激烈的碰撞。成与败完全取决于人意志。当你将注意力丛脚尖转移到其他方向时，那份压力也就减轻了。当训练的氛围足够强硬时。对于纪律的畏惧也足以使我们坚持到最后。因此，当我们合理利用好内外因素时，我们便离成功更进了一步。

今日种种过错，反思良多。愿每日更进一步，获取明日辉煌。

**大学第一天军训心得体会篇六**

短短的七天军训很快就过去了，我感受最深的就是自己的身心得到了一次完全的洗礼。

我们每天的训练内容非常的简单，不过是原地转法跨立立正齐步走正步走之类的动作。但我却从中体会到很多有益的东西。就拿第一天的军训来说，每个动作看似简单，一开始我们却什么都做不好，非要在教官的反复督促下才能做出个型来。由于我们长期的缺乏锻炼。半天下来就有人嚷嚷腰酸背痛了下午，很多动作都做到稀稀拉拉的不够整齐，队伍还时不时传出来说笑的声音，我们就像一盘散沙，各自训练各自的。毫无集体荣誉可言。我不禁暗想，我们这哪里像一个集体呢?照这样下去，肯定达不到理想的效果的。由此，我开始对团体两个字有了深刻的理解。为了一个整齐划的目标，大家只有听从指挥，齐心协力，团结一致，才能充分发挥集体优势，否则，所有努力和汗水都会付之东流的。

第二天，整体训练的情况有所好转，大家也渐渐习惯了军训生活，齐步走正步跑步都有了很大进步。这些成绩的取得是大家团结一致的共同努力的结果。首先每个人端正了态度，能够认真投入进去，因而收到了良好的效果。由此我想到在日常工作和生活中，每个人在处理个人利益和集体利益时，一定要把集体利益放在首位，充分信任团队并能超越自己。，才能达到成功的彼岸。其次，这些进步和教官的辛勤指导是分不开的。一个人自身的素质固然重要，正确的指挥也是非常必要的，这就是指挥者的魅力所在。只有指挥到位，才可以事半功倍，否则就会事倍功半了。

尽管军训只有短短的七天时间，我们却可以一改往日的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受到超越自己的快乐。军训不仅培养了我们坚强的品格。也增强了我们不断超越自己的勇气，使我们懂得了责任感的重要，更加强了我们的团队意识，我相信以后的工作，生活中不管从对待生活的态度上意志力上还有思维模式上，我们都受益匪浅!

在这七天的军训过程中，从“站军姿”“向左转向右转”“行进立定”“步伐变换”这些具体训练项目中，给予我很多启示。确实让我收获不少，感慨颇多。其实，一个人的年龄并不是工作和生活的障碍，好的心态才是工作的动力和源泉。军训，让我感悟到，时至青年的我，如何去面对生活和工作，如何用智慧去工作!“站军姿”，不仅要求我们拥有铁的纪律，还要求我们拥有良好的精神风貌。“行进立定”展现的是我们的团队作战意识，一个团队只有互相配合步调一致，才可实现目标，作好工作;而“步伐变换”又告诉我们，只有集中了集体的智慧和力量，才能作到万无一失。“向左转向右转”，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合好，才能收到的效果。

**大学第一天军训心得体会篇七**

九天的军训生活，使自己有一种重回大学开学军训的错觉，一样的齐步走，一样的转体动作，一样的口号，感觉一切那么的熟悉又那么的陌生。

回顾这次军训，虽然有一些小小的遗憾，但总体收获还是很丰厚的。在此期间，我们基本上都是上午参加训练，下午进行进港教育，晚上是各种各样的丰富多彩的活动，充实而有意义。这次军训不仅让我们强健了自己的体魄，还让我们对公司的企业文化，对自己未来的职业发展规划都有了一个深刻的认识。

军训之后，我将以更加严格的要求规范自己，以更加饱满的激情踏上自己的工作岗位，使自己尽快的成为一名合格的宁波港人，为强港工程奉献自己的青春和力量。

**大学第一天军训心得体会篇八**

今天，我们来到西湖少年军校，进行三天的军训。我成为了一名光荣的小军人，我非常的开心，穿上军服时，感觉有一个重担即将背负在我的身上，即将接受最严峻的.考验，要学会吃苦耐劳。磨炼自己的意志时，总会遇到一些困难、挫折，但我们一定要坚持到最后。

上午，教官教我们练队列队形，老师给我们一个个都排好队伍。首先，教官教我们的第一个项目是站军姿，一个军人的军姿是体验这个军人的风格。我们站了很长时间，心想：好累呀！简直就是度日如年，恨不得放松一下，休息一会儿。过了很长时间，教官说：“休息十分钟！”顿时，同学们就像一只只小鸟，从笼子里放了出来，得到了自由的感觉。我心想：平时上体育课，练队列队形非常轻松，动一下也没事，可现在要得到教官的允许才能动，真是腰酸背痛的，有说不尽的苦。

中午，吃饭了，先由桌长进去打饭，端菜，一切准备好后，我们再进去坐下。这时，只要教官吹一下口哨，不管我们在干麻，都要起立。再吹一次代表坐下，然后说“吃饭”，同学们才能一一动起勺子吃饭，只要一听到哨子声，同学们就要站起来听到教官的命令。就这样，来回了好几次，我想：唉，吃一顿饭都这么累！

下午，教官叫我们稍息，立正和跨立。我们还观看了军人的队列队形，他们迈的步伐多么的矫健，多么的整齐……每个人的动作都是一致的，此时，我非常佩服这些军人，他们给我们树立了一个好的榜样！我们要向他们学习，努力一点就能成功。不能怨声道载，要为自己的目标奋斗、前进。只要有毅力，只要肯登攀，没有打不到的困难，没有完不成的事。一定要努力努力再努力。

**大学第一天军训心得体会篇九**

大学军训一天完后，什么感觉都有，回想一下，其实还是值得的，它严肃了我们的纪律，让我们明白了苦和累，磨炼了咱们的意志，激发起了我们的斗志。这样的苦都受过了，我们还会害怕什么呢？最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。

换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫明的向往。军训终于开始了！

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，摸着摔伤的手才猛然醒悟：噢，原来我有了有生以来第一次晕倒！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。

今天是我参加军训的第一天。一直对军训充满期待的我以为军训只是像平时上体育课那样简单轻松，可是看似简简单单的军姿却把我弄得连膝盖都直不起来，来来去去都还是重复那个动作，虽然觉得有些无聊，但是要做好它却不是一件易事。事实上，我已经尽了我最大的努力来完成今天的训练了，我想我的同学也是，但效果还是不怎么样，我这才知道我们平时是多么的懒散。

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。

**大学第一天军训心得体会篇十**

进入了期待已久的大学，我的内心却是十分的沉重，在来大学之前，我已经通过网上的一些相关资料对大学有了一定的了解，大学入学后的第一件事，不是上课，而是为期二十一天的军训。

我不禁想起了我高中的军训，那时只不过短短七天，但已经让我感到非常的难熬，这次居然要二十一天，我从未觉得人生是如此的漫长。到了第二天开始军训的时候，认命的我换上了军装，凭借着高中军训残留的那一丁点的印象，把我当被子叠成了一个豆腐块。这个被子稍微有点薄，因为是一年里最为炎热的时候，所以我晚上只盖了一层薄薄的空调被，这就导致了我在把被子叠成豆腐块时，它的中间总是很容易塌陷下去，花了不少时间在被子上，于是我军训第一天就差一点点迟到。

在操场上，教官站在我们面前，等到我们安静下来，教官才开口，他一开口我们班上的不少女生就发出了“哇”的声音。好像是因为教官的声音很好听，对此我有些不能理解，她们不知道在几分钟后，这个磁性的声音会说出多么残忍的话。

第一件事就是跑圈，几圈下来，体力本就不好的我已经完全撑不住了，嘴里大口大口的喘着粗气，可还没等我休息完，下一轮训练就来了。第二个是站军姿，我们正好是面对着太阳，汗水顺着我的脸颊流下，可是我丝毫都不敢动，稍微动一下，说不定我们站军姿的时间又要延长了。站完军姿之后就让我们蹲下，右腿半跪，左手放在膝盖上，挺直腰杆，这个姿势最为累人，可我还是坚持下来，这个时候大概是我最有毅力的时刻了。

学校的新生经过了第一天的军训肚子里都早已空空如也，刚刚下训，这些人就如同没有缰绳的野马一般，疯狂的奔向食堂，这个场景看的我完全不敢插进去。等到大部分人吃完了的时候，我们才进去，那顿饭的饭量很足，大概是食堂的阿姨也知道我们军训很辛苦，吃得我格外的香。

吃完晚饭后休息了一段时间，然后我们又得回去继续军训，晚上还是稍微轻松了一些，至少不会有猛烈的太阳再盯着我们，训练了两个多小时这一天的军训才算是结束，我们陆陆续续回到了宿舍。

躺在床上，我久久不愿起来，但这才是第一天，不过第一天坚持下来了，相必之后的二十天我也能坚持下来。

**大学第一天军训心得体会篇十一**

第二天，天气稍微阴了一点，军训也没有那么辛苦了。今天上午主要是对昨天学的做一回顾，但是却比昨天严厉了很多。子曰：“温故而知新，可以为师矣!”在回顾当中我们不但把昨天会的东西练的更熟练，而且也从中弥补了自己的不足中午我们做了本次军训的第一次会操，我们按秩序走入会操场地。我们是三排，按顺序我们是第三个演练的。

首先是第一排，只听见一声“报数”，接着听到刺耳的“一”、“二”、“三”……“十”……，我被这声势给吓到啦!这绝对是我第一次见。

再接着是立正、稍息、跨立、向左转、向右转、向后转……他们的动作时那么整齐、丝毫没有半点差别。很快便轮到我们啦!虽然他们两个排做的都很棒，但是我们三排仍充满自信的做完了全套动作。

下午我们增加了两项内容：“齐步走”和“敬礼”晚上，我们集体飙歌，我们军训的第一首歌曲《爱国奉献歌》。“头顶边关月，情系天下安……”在这高昂的革命歌曲中我们结束了今天的军训。军训给我的感受是多种多样的，有艰辛的汗水，也有充实的收获;有苦也有甜。但唯一不变的，是我对军人所产生的敬佩之情。

**大学第一天军训心得体会篇十二**

大学

军训

中，我们收获了许多，永不放弃的精神、团结就是力量的真谛，这些知识与经验都将给我们的将来铺下坚实的基石。下面是本站带来的大学军训第一天

心得体会

，仅供大家参考。

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许大家在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜!

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着

口号

，脚踏着齐步显示c出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数十几人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势;一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果!原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊!

简单的见面仪式让我们相识，在今天一天的训练中让我们更加深刻的认识了对方，训练中他们高亢的口号更显示出了他们作为共和国安宁与和平的捍卫者的形象，我们从电视上也看见过他们那坚毅挺拔的身姿，但是当他们真正的站立在我们的真正的站立在我们身边的时候才感受到，他们其实距离我们怎么的近，近得触手可及，这是才真正的感受到其实共和国的保卫者就在我们的身边。

看着操场上的一个个整齐的方队，听着耳边传来的一声声嘹亮放入口号，以及一个个整齐划一的姿势，在我的眼中一切都是怎么的新鲜，站在那里我仿佛置身于军旅的海洋之中，体验着青春的朝气与蓬勃。我一直相信“年轻没有不可以”，在军训是虽然站立军姿的姿势并不是很标准，虽然双脚麻木得好像已经不属于我，但是我这要为自己鼓掌我坚持了下来，我并不比任何人差!我真心的对教官们说一声谢谢，他们不厌其烦的纠正我们的一个个错误，严肃但不是粗暴，关心但不是放纵。

在一天的军训中，我收获了许多，永不放弃的精神、团结就是力量的真谛，这些知识与经验都将给我们的将来铺下坚实的基石。我一定会好好珍惜何来之不易的机会，好好锻炼自己培养自己的体质与意志，做一个合格的大学生，无愧于己，无愧于人。

今天是我大学军训的第一天，一大早，我满怀着期待参加了学校的20xx级新生开学典礼和军训开训典礼。

我坐在台下的椅子上，听着台上学校领导和新生代表的讲话，让我更加明白了我大学应该想什么，应该做什么，不能平庸的过完自己的四年大学生活，自己得努力打拼下一番成就，才对得起自己的父母，自己的老师，自己的同学和朋友…也请大家相信我，我会不断努力，去完成自己的目标…下午，真正的军训就开始了!这次学校请来的教官来自空军部队，而我们4班的教官叫邹跃瑞，是一个和我们差不多的年轻小伙。

今天，比较早的就起床了，整理了一番，穿上军装——迷彩服，开始上现场。

首先，还是全部学生去开了军训动员大会，全校四千多名学生齐聚在图书馆门前广场，让我们见证了开营仪式。这也是一次动员大会，激励我们这些学生能在军训中取得圆满成功!

大会过后，就有各排的教官领我们去场地训练了，我们二营二连三排，被带到了恩泽碑那里，以后就是我们的训练场地了。这可真不是个好位置，太阳整天晒到，又没有个阴凉处，真是不爽，没办法，我们只能屈服，这是命令啊!

来到恩泽碑，我们就算真正的开始军训了!教官先让我们排成四列，整理队伍后，又和我们说了一系列的规则和要求。虽然以前也参加过军训，不过我觉得那些教官没这些要求的，现在这教官有自己的规矩，我们当然要服从!他一次没说清楚，声音又不怎么高，而且方言音超严重，所以就让他讲了好几次，真是有点为难他了。然后，就开始了最基本的训练，一些曾经都训练过的项目，像是：立正、稍息、向左、右、后转，训练的时候我们经常会失笑，让教官寻到说我们的理由。

开始在恩泽碑的时候，还没有阳光照到，后来有太阳来了我们就转到了另一个阴凉阵地，在通道上，我们又进行了一段训练。

训练好，休息的时候，就有同学上去唱歌跳舞了。本来想让教官来一首的，他用了没歌词推辞了，没办法，不想唱也别勉强了。在他的一声“解散”中，半天的军训就结束了!

下午可让我们轻松了一会儿，“内务整理”，在寝室待着。午睡过后，就等着教官来示范寝室指导。

终于，在三点半的时候，他来了!来到示范寝室，他就开始指指点点，教我们如何摆放。他的要求可真高，哪些哪些要靠着什么整齐，什么要与边沿齐平，该放哪里都说得很详细，让我们不知所措，不知从何处开始整理。

我们竟然看着教官做一件，也回到寝室整理一件，东西太多也没有办法。他在那个示范寝室磨蹭了很久，我们也跟着做了很久很久。我们寝室还算是整齐干净的勒，用了稍微少的时间就完成了，不过等整理好就到了吃晚饭的时间，晚上还要接着训呢!

晚上6：20分，我们又齐聚在了恩泽碑，痴痴等待我们的考验。

一群教官踏着整齐的步伐过来了，我们的教官也来了!接下来的就是训练了……

他竟然来了个狠的——站军姿，就站在那里一动也不能动。

幸好是在晚上了，也吹来一点凉爽的风，让炎热的天气少许清凉，不过地上不断发出的热气还是让我们的汗不停的往外流。在站军姿的同时，他又不停的教育，真不愧是个好教官。

晚上，我们复习了白天所学的动作，又教了两个新动作：原地踏步和起步走。在这黑灯瞎火的地方，看也看不清楚，所以比较早的就席地休息了。

在这休息期间，我们也只能唱唱歌打发这段时间。教官还是不唱，待同学们唱了几首之后，他不得不说拿出杀手翦，一个歌名出现在我们的耳朵里——《军号嘹亮》，不过他的n、l不分音，让我们产生了误解。这也就算了，他竟然只唱了一句半就算结束了。他说记不住歌词，也真有他的啊!

时间有时在漫长的站军姿中度过，也有时在短暂的欢声笑语中度过。

就这样，军训第一天就算彻底结束了，迎来第二天吧!坚持，加油!

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