

# 最新国旗班总结报告(模板5篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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，我们一起来看看吧。

## 高中军训心得体会篇一

军训让我们真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的顽强意志和勇往直前的钢强毅力。下面是本站带来的高中军训心得体会范文，欢迎大家阅读。

只有经历过地狱般的磨练，才能有征服天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。

我羡慕军人的英姿飒爽，羡慕军人的英勇顽强，羡慕军人的勇往直前。当一名军人，是我就有的梦想。

来到了初中，我们开始了5天的军训。梦寐以求的一天终于来了。

军训生活的艰苦是我所未曾料到的。一天中大部分时间都在训练。操场上似乎也永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼

里简直是漫长的冬季。炎热的太阳火辣辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的直挺挺地耸在地上。汗水像一泻千里的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”咸咸的汗水流进嘴里，下意识地舔舔，竟分不清是苦还是咸？时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是，我就疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作，教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……军训结束了，而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富！

懵懵懂懂地混了3年，然后失眠了3天。醒来时想起还要在这再过3年，有点晕。2个月的暑假，近一个月用来补数学，剩下的就几乎被奥运会占满了。原以为自己可以忘却很多，却让这些回忆更加不可磨灭。包括那时的空气，充满着紧张，和留恋。

一直想用些文字记载这个夏日，却总以各种理由推却。难得在厦门补习时写了几篇日记，回来后却又一页一页地烧掉。

的确，那种日子太充实，充实到空虚，空虚到无聊。

开学，军训，相识的日子。只是几天过后，除了几个以前的认识的同学，几乎是站在我面前我也不知道是同班的。而我又是个不善言辞的人，最多也只能看着报名册四处观望，结果是知其名而不知其人，只能慢慢认识了。

军训过得很快，而我竟忘得如此彻底。偶尔来到操场时才想起曾经在这晒了5天的太阳。还有那天晚上在操场上啦歌，手挽手一起跑过半个世界，以及最后的会操，绝别，只留下回忆和伤痛。

时间依旧在消逝，空白了2天，日子照样转。课程多了几科，时间有点紧。而传说中的“睡了1年的政治课”，终究没能发生在我身上。作业猛增，晚自修几乎用来赶作业，偶尔剩下半来个小时，聊聊天看看小说，就迷茫地过了。混了个数学科代表，结果是被剥夺了2个课间时间用来收作业。忽然想起，上任的第1周，问得最多的一句是：今天数学有什么作业？而第2周，带头把数学卷子给弄丢了。

顶着暗夜，骑着单车，习惯性地绕远路，经过那条灯红酒绿。酒吧、咖啡屋，还有旁边的胡椒味，慢慢地麻痹自己，瞬间没有伤痛，然后想毒药那样，痛到淌血记得老师说，你很消极；朋友说，你很悲观。我说，我很孤单。像《西界》里的，“才过正午13点，就漆黑一片”，是的，“我只拥有半个白天”

看到2个小孩在游戏，戴着面具，奥特曼的，一阵傻笑。记得小时候也是这样，然后有热病说，幼稚。我愕然，难道你没玩过？毕竟是跟了你半个童年的玩伴，怎能忘记？还有起，企鹅村的那个“吃咸梅干变超人”，虽然当时只有话梅。以及永远不会被捉住的老鼠杰瑞，神奇的机器猫哆啦a梦说起童年，总有太多的留恋。想为自己逝去的童年写些吧，提起笔，却又无从下笔。思绪回到现实，记起的，只是空白。原来，自

己的文字，已变得如此脆弱。

我怀着依依不舍的心情，离开了少年军校，结束了五天却令我一生难忘的军训生活。回顾这五天的军训生活，我有太多说不出的酸甜苦辣。短短几天的军训带给我的不仅仅是身体上的煅练，还有思想上的熏陶，意志上的垂练，留给我印象最深的是军人严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、守纪律和艰苦朴素的精神。正如校长所说：“军训的目的，不仅是为了增强大家的体质，同时也希望大家向解放军学习不怕苦不怕累、吃苦耐劳的精神和一切行动听指挥的优良传统，并把这种优良的作风带回学校，运用到自己的学习、生活中去。在军训中，我懂得了许多平时从不愿去了解的事。

训还使我懂得了铁的纪律是取得胜利的保证。纪律中有我，纪律中有你，纪律中有无穷的战斗力和战斗力。我相信，只要我们在未来的学习生活中，严格遵守学校的纪律，上课认真听讲，按时完成作业，就一定能取得满意的学习成绩，就一定能成为德智体美劳都十分出色的好学生。

军训让我真正体会到了做一个军人的艰辛，同时，我也知道了，一个人无论在怎样的境遇里都要有不怕艰难困苦的顽强意志和勇往直前的钢强毅力。在家要听父母的话，主动帮助父母完成家务，做懂事的好少年；在学校要团结同学、热心帮助别人，多为集体做好事，虚心听取老师、同学对自己的意见。我要把军人的好精神、好传统、好作风带进自己的学习、生活中去。我坚信，不久的将来，我一定能成为一名成绩好、思想好、特长好、性格好、人缘好的五好学生。

我现在又想去军训一次了.....

## 高中军训心得体会篇二

夏季到来，不仅意味着炎热的天气，更意味着高中生的军训。

夏季高中军训，旨在强化学生的纪律性和团队合作精神。我在这次军训中，收获颇丰，下面我将分享我的体会与感悟。

## 第二段：体验

进入军训训练场，我首先被烈日和汗水淹没。刚开始的训练任务十分简单，但很快就出现了有趣的元素，如队列竞赛和穿越钢网。在紧张快节奏的训练环境中，每个人都努力尽力，不断挑战自我。

## 第三段：收获

在这次军训中，我学到了很多技能和知识，如行军路线的规划、枪械的使用以及无声军训等。除此之外，我还学会了如何迅速适应气候和环境，以及如何与队友相互协作，以达到更好的训练效果。

## 第四段：思考

在这场军训中，我也体验到了军队强烈的纪律性和团队精神，这些精神也是我们作为学生应该具备的。我们与同学们一起训练，在训练中学习相互信任和支持。这也唤醒了我对学校活动和社交场合的责任和充分利用价值的思考。

## 第五段：结论

总的来说，夏季高中军训是一次非常有价值的活动，它培养了我们的心理素质、体魄和毅力，并增强了我们的自信心和团队精神。它也是我们在成长过程中不可或缺的一部分，是促进学生全面发展和将来成功的一个重要途径。

## 高中军训心得体会篇三

一眨眼，内心期待已久的一周军训就在刚刚结束了。

在教官的指导和我们自身的努力下，我们成功了。响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训在我们生命中已成回忆，但这个美丽的记忆会一直陪伴着。

回想军训的第一天，教官们个个穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向国旗台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们之中大部分都是00后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。

教官很辛苦。喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想起来，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会了什么叫“坚持就是胜利”。

在训练场上，我们迎着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的高中生。

军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教

官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。军训不仅仅是简单的队列训，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。

## 高中军训心得体会篇四

有泪.有欢.有苦.真乃五味俱全了.军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一

起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生。

## 高中军训心得体会篇五

高中军训是我们成长路上的一道坎，虽然这次经历短暂但也让我大有收获。在这场军训中，我不仅学会了如何成为一名优秀的士兵，更重要的是，学会了如何与他人相处，并且学会了如何承受压力。在这篇文章中，我将分享自己的感悟和心得，希望能给大家带来一些启示。

### 第一段：军训初体验

刚开始的时候，我十分紧张。不论是严格的纪律训练还是繁琐的军容军规，都让我觉得十分不适应。然而，在军官们的耐心教导和同学们的相互支持下，我渐渐克服了这些困难，逐渐适应了军训的生活。虽然军训生活十分繁琐，但是我们的身体和心理都得到了很好的锻炼，在那之中我也尝试着学会了更多，是一次很有价值的经历。

### 第二段：团队合作与集体荣誉

军训生活中最让我印象深刻的，是我们小组的团队精神。有一次，我们参加了一个小比赛，虽然我们队员连连输给对手，



但是还是没有人愧意离开，我们努力和对手进行争夺，最后在全组的协作下攻下了对方的阵地并荣获胜利。这个时候我深深感到，集体的力量比个人的力量要强大得多。所以我学会了如何与队友合作，在集体中不负众望，增长了我作为一名团队中的一员的信心。

### 第三段：自我管理 with 进步

在军训中，我还学会了如何管理自己的时间。每天早上集合前，我总是会抓紧时间背诵军事课程、保养自己的靴子、擦拭卫生。日子久了，我不但时间变得更宝贵，有了一定的时间安排和管理能力，还不知不觉中锻炼了坚毅的精神，有了自律的习惯。在这场军训中，我发现自己进步了许多，对自己也更加自信了。

### 第四段：军训生活的压力与解压方式

军训生活中有很多的压力，比如重复而枯燥的动作、连续的长跑、有时甚至还有代表全组或全排参加实兵演习，“截训明规”。但是，压力也让我寻找出了我的解压方式。每次跑完三千米后，我总会去音乐室听一会儿音乐，让自己远离那些繁琐训练所带来的精神压力。经过这些尝试，我发现自己变得更加放松，心态也更加平和。

### 总结：军训所获得的收获

通过这场军训，我在很多方面都有了提升。除了技能本身的提高外，比如沟通、自我管理、以及对自我冷静面对压力，还有与集体合作，似乎都比我参加军训之前更优秀了。在这里，我向所有的军官和我的同学们表示敬意，感谢他们教给了我不同的东西，让我变得更强大，更有信心面对未来的挑战。

## 高中军训心得体会篇六

军训已经一周多了，在这一周里我们付出了汗水与辛苦，也收获了许多。

“立正、稍息……”听着这些已经熟悉的口令，我们都已经被融进了军营的那种氛围中了。小时候向往军营，向往那和平绿，总是梦想着长大后有一天自己也能穿上绿军装成为他们其中一员。

渐渐长大后，明白了一些事，也懂得了一些道理，不再像孩提时的幼稚，多了几分现实，没有理想的生活是空洞的，迷茫的，可是空有理想的生活也是浮浅的。

高中时的军训只是一周，那时的我们在花季雨季徘徊，无知，迷茫是我们脸上的表情，一周的军训收获甚少，只是知道军训苦，让人受不了，脸上晒的掉了一层皮，在也不想当军人，这时高中，青涩的季节，让我们匆匆走过了那段青涩的年龄。

而今，我们都已长大，成了人们所谓的成年人，从走进大学的那一天，大家期盼着，等待着军训，可是一年过去了，大家的热情消减了不少，军训的时间到了，可是因为自治区的大庆，给学校下达了政治任务，男生参加大庆表演训练，女生回家等待下一年军训，这是一个令人失望又高兴的消息。大家可以回家了，可是明年当大家的激情都退却的时候我们依然逃不过啊！

真正军训的时间到了，有人欢喜，有人悲啊！可是不管怎样总是逃不过去了。大家无一例外穿上了迷彩装。从教官来后一直反复着乏味训练。但军训也不是想象中那样痛苦，欢声笑语，歌声也在其中，大家还是都很积极的。这也许就是团结的力量吧！

还有一周的时间按，我们相信，没有逃兵，大家一定都会坚

持下去，将军训进行到底，取得一个好成绩。

随着闹钟的铃声响起，习惯性的翻身，如果没有被子的保护，恐怕早已掉下床了，才智到这是学校的宿舍里，也开始了我的高中生活的第一天。

终于踏入这个梦寐以求的学府，巍巍红楼，莘莘学子，心中感慨万千。高中的生活首先要进行军训，以培养我们有吃苦耐劳的作风。虽然这不是我第一次军训，可是我依然很期待。伴随着洪亮严厉的哨声，迈着欢快的而有力的步伐，开始我们的军训生活。

军训有苦，每天早上六点半起床，从起点一直训练到十一点。烈日当空，汗流下来了，不能擦。烈日灼背，不能抓。”一二一，向右看，正步走，腿抬高些，绷直点....”每天都重复着这单一又枯燥的步伐。军训有收获，每天起床的时候，在宿舍里为了那有棱有角的被子而手忙脚乱的时，看到自己的成果而欣慰时，也感叹到叠被子这样一件小事，也可以锻炼我们的毅力与耐心。而这一切正是我们所缺少的。

军训有乐。休息时，各班之间的拉歌，雄伟的军歌为我们增添了力量，听教官说军营里有趣的事情扫除了身体的疲惫。辛苦的收获是加倍的快乐。现在我才深深体会到了。

经过这次短暂，艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强，少了份幼稚，多了份成熟。

“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢....”

## 高中军训心得体会篇七

军训已经结束，看着两条晒黑了的手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，

它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的五天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的别扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的军歌都是单调的军训中的调节剂。在军歌中听到的了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍耐。就在这不知不觉的忍耐中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流的更多；我们辛苦，教官比我们还要辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。

最不能忘记的是老师。5天里老师如影随形地跟随着我们。

军训心得体会范文高中5

# 高中军训心得体会篇八

高中军训是每一个高中学生的必修课程，军训让我们感受到了军队的严谨，为我们的成长、未来的社会生活和工作奠定了许多基础，对我们的成长有着不可替代的作用。在军训中，我有许多收获和体会，这次我荣获了“优秀学员”称号。在此，我想分享一下我在军训中的心得体会。

## 第二段：了解军训

在军训开始之前，我们要有一定的军事常识，了解军人的素质和要求。军事素质高，能够更好地提升个人能力和自主意识。军人的标准，更是要求我们具备准确合理的价值观、健康的体魄、坚强的意志、纪律意识、首长意识以及Not in my job的心态。只有真正认认真真地了解了这些内容，才能有一个好的开始。

## 第三段：军训中的纪律训练

一天，军官要求我们以一个小组的形式完成一项任务，但是我们却没有很好地完成。这时，军官让我们重新列队，告诉我们，在训练中，我们必须养成严明的纪律的习惯，否则我们就不可能成为一支有战斗力的队伍。

纪律训练是军训的重要部分，它不仅考验了我们的意志和毅力，更能锤炼出我们的坚韧性格，让我们更好地适应繁忙的生活和未来的工作。

## 第四段：态度决定一切

在军训中，态度对于我们的成长和发展来说至关重要。我认识到，要成为一名合格的军人，必须正确认识自己的职责和责任，抱着一颗敬畏和尊重的心，认真地完成每一个任务。

同时也需要对待每一个训练和任务都要负责任，以良好的态度，以正确的方法和技能去执行任务；要以乐观的心态，正视挫折和失败，及时反思自己的不足，寻找自己存在的问题，从而做出针对性的改进和提高。

#### 第五段：结语

在这次军训中，我明白了一个道理：要做一名合格的军人，就必须始终抱着一颗敬畏和尊重的心态，以认真的态度对待每一个任务，在训练中严格遵守规矩、按照要求执行，珍惜每一分每一秒的时间，不断锤炼自己的意志修养和思维能力，最终实现自我价值的实现。我希望我的经历和体会能够为同学们提供一些参考和帮助，让大家在未来的学习和工作中，取得更好的成绩。