

最新高一的军训心得体会(实用8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

高一的军训心得体会篇一

高中军训很苦，但是我们还是挺了下来！同时感悟了很多很多，在这里写一篇高中军训心得。

这次军训和以往小学时候的军训截然不同，比小学军训时更苦更累，流的汗更多，当然少不了心得。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直陪着我们一起坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

我在《士兵突击》这部电视剧里面看过，他们军人每天天不是很亮就起床，教官一吹哨，不管怎么样，他们都快速的叠被子穿好衣服，整整齐齐的下去集合。他们每一个动作都做的十分到位，有些人就是想打哈欠都不敢在队伍里动一下，因为那里的教官比齐教官严多了啊，哈哈，没有想到，我也会来像军人一样的训练场地。

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次高中军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

高一军训心得体会600字(六)

高一的军训心得体会篇二

有的时候，时间真的流逝得很慢，最起码，今天的我的确深有体会。

军训的苦也乐在其中。站在操场上的我，觉得自己很伟大，从未想过，自己也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢？在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但

是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天最好的安排了吧，正因为我们共度患难，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊！

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆！

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训打倒，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句报告可以换来一时的休息，我也知道，这一句报告也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句报告窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们也许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们现在倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。现在要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，仅此而已！

高一军训心得体会300字

高一的军训心得体会篇三

高一军训是我人生中第一次参加的集训活动。这场集训，不

仅仅是在体能上的锻炼，更多的是对人生、对社会、对国家的思考与认知。在这个集训中，我收获了很多，从中也获得了不少的体验。于是，我想把我在集训中的一些感悟与体会分享给大家。

引言——军训，不仅仅是锻炼，更是对成年人世界的认识

在我看来，军训不仅仅是为了训练我们的体能和军事素质，更多的是让我们对成年人的世界有一个认识和思考。集训的时候，我们每天早晨5点起床，早饭抽风吃，训练从7点开始，到晚上8点才结束。这样的紧凑训练让我意识到，只有拥有好的身体素质和良好的心态，才有可能在压力下保持良好的表现和状态。另外，在这个集训过程中，我们还学会了如何与人沟通、如何与人相处，这些都是我们日后进行工作、学习、生活的重要维度。

中间段一——训练中的各种体验

集训是一项非常艰苦的任务，对于一些没有经过长期身体锻炼的学生来说，可能会感到非常吃力。在此期间，我们不仅要长时间站队，还要长时间的跑步、训练、夜训等。有时候因为累了，可能会出现一些小矛盾，但是团队意识的培养教会了我们如何与人沟通，如何解决问题。此外，军训让我们意识到，如果我们没有充足的体能和健康的心态，就很难在紧张的训练中达到最佳效果。

中间段二——团队合作的心得

回顾军训期间，我收获了许多团队合作的体验。集训期间，班级被安排成为一个训练小队，不同的任务需要大家注意力高度集中并相互配合，才能够顺利完成任务。无论是集体跑步还是其他各种任务，需要全体人员的共同配合才能取得成功。这是我学到的团队凝聚力的重要体会。在集体训练的过程当中，我们所学到的团队意识与合作精神，会成为我们一

生中弥足珍贵的财富。

中间段三——作息时间的调整

军训期间，我们生活的时间更加紧张了。训练时间长，睡眠的时间变少了，但是这些时间的重新分配却带来了许多不同的体验。集训结束后，我回到家中，发觉自己的睡眠能力和状态都有了明显的提高。这是因为我在集训中锻炼了新的生活方式：早睡早起、规律的作息等，这些健康的习惯带给我了诸多好处，也教会了我“时间管理”的重要性。

结论——军训让我成长

军训是我人生中一个重要的转折点，不仅在体能上突飞猛进，也学会了许多管理自己生活的经验。在这个过程中，我领悟到，团队合作、身心健康和时间管理，都是作为一个成年人成熟的基石。因此，我深深地感觉到了军训对我的成长带来了很大的帮助。虽然集训时间很短，但是所学到的知识和体验将伴随我走向更广阔的未来，并让我在人生道路上始终坚持勇往直前的信念。

高一的军训心得体会篇四

高中时期，每位学生都要经历一次军训，这是培养团队合作精神、增强体质和锻炼意志的重要途径。在我的高一时光里，也没有例外。刚刚结束的军训为我留下了深刻的印象，让我了解到了许多，体验到了许多。本文就从以下五个方面分享我的心得和体会。

一、集体荣誉感的重要性

集体荣誉感是指一群人因共同经历、共同努力而产生的心理感受。在军训中，我和我的战友们每天都坚持训练、进步，每一次的胜利都是我们的共同荣耀。我们以集体名义参加了

军训，为了获得优秀班级光荣称号，我们每天都努力拼搏，互相鼓励，刻苦训练，不断提高自己的水平。在这个过程中，我体会到了集体荣誉感的重要性：当我们在一起，不断追求进步，共享荣耀的时候，我们会相互激励、相互帮助，而这种经历是无论在什么情况下都难以替代的。

二、团队合作的重要性

团队合作是在我们的生活和工作中非常常见的现象。在军训中，我们分为了四个班级，每天都要进行的训练也是由班级为单位进行的。在各个项目中，我们必须团结协作，积极参与，合作完成任务。在这个过程中，我深深地体会到了团队合作的重要性：团队合作是多方面的，也需要懂得调整自己，协调彼此间的关系。团队合作还需要公平分配任务、恰当处理每个人所担任的责任。在军训中，我们体验到了团队合作的过程，也明白了集体荣誉的实现是需要团队合作的。

三、坚持不懈的精神

我认为军训的最大作用之一就是锤炼意志，让人在身体劳动和心理压力的双重考验中更加坚强。在军事训练中，我们时刻要求自己全力以赴，不允许半点懈怠。在这个过程中，我们体验到了坚持不懈的精神：不断努力克服自己的缺陷，无论是军容训练还是越野长跑，我们都要不断进步。无论身体和心理上的疲惫，我们也要坚持到最后一刻，不放弃任何一个机会。这种精神不仅能够锻炼出好的身体，也能够在今后的事业和生活中取得更大的成就。

四、体验情感的升华

在军训中，我们有太多太多的情感需要体验和升华。在同班同学中，我们可能有着亲密的交往；在整个训练过程中，我们可能会因为生病或者受伤而感到沮丧。然而这些情感都能在训练过程中得到高度升华，实现更好的自我提升。在训练

成果的展示中，我们享受到了前所未有的自豪和喜悦。这些情感的升华是不会在任何地方都有的，只有在军训的过程中才能够体现出来。

五、感悟生命的意义

我想说出我在军训中最深刻的心得，那就是让我重新理解了生命的意义。在长跑、登高等比较苛刻的体能训练中，我体验到了和生命紧密相连的感觉；在全副武装下行军时，我体会到了生命无比脆弱的事实。站在军训场上，我深刻意识到人只有拥有了健康的身体，才能够有更好的未来和希望。我看到了训练中那些坚强不屈的战友，也被他们体现出来的纯粹感动了。训练结束后，我更加看重健康的生命和人际关系，认为在忙碌的学业生涯中，我们应该有些时候回头来好好想想，生命到底是什么，用什么方式来安排，才算是对自己负责。

总结：在军训过程中，我们不但锻炼了身体还锻炼了自己的意志品质，还学会了合作。我们感受到了互相帮助、团队荣誉、健康生命的珍贵，坚持不懈的精神让我们感悟到了人生的意义。如此多的理解和启示只有在军训时才能会体验和获取，所以这次军训的影响将伴随我们的整个人生。

高一的军训心得体会篇五

在人们的成长过程中，军训是一种不可或缺的经历。通过军训，我们可以增强自己的体质，提高自己的纪律观念，培养团队意识，增强协作能力。军训是塑造一名未来的领袖的基石，它不仅可以帮助我们成为更加坚毅的人，更能够为将来铺平道路，为我们的人生增添无限的可能性。

第二段：对于军训体验的描述

在刚刚进入高中时，我对于军训充满了期待。而当我真正参

加军训时，我惊讶地发现它远比我想象的要辛苦得多。每天早起的训练、炽热的太阳、身上的汗水……这些都是我从未经历过的。我最开始感到非常不适应，但是慢慢地，我逐渐适应了这种生活，开始享受成长时独特的气息。

第三段：军训过程中带给我的收获和成长

通过军训的漫长过程，我不仅增强了自己的体能，更加深入了解了纪律。我发现，一段时间内，我们整整呆在了一个封闭的环境下。这个环境不断地测试着我的耐心、毅力和竞争意识，而我一步步地克服了困难，战胜了自己。这样的经历，让我认识到自己的潜力，在心理上得到了很大的鼓舞。在训练过程中，我还体验到组织与执行的重要性，以及协作和团队精神的价值。我学会了团结和合作，以及在困难和面对挑战时迎难而上的勇气。

第四段：如何结合经历与未来的学术计划

从军训的体验中得到的启示，将成为我未来的学术计划的重要基础，特别是在社会和人与人之间的互动方面。作为一名高中生，参加军训可以为我打下稳定的人生基础。它将帮助我逐步构建更好的人际关系，让我逐步培养出良好的心态和能力。我相信，在未来，这些经历必将成为我的人生重要组成部分，在我的生命长河中不断地加深、烙印深刻。

第五段：总结和展望

在今后的学习和生活中，我想继续保持并发扬军人的优秀品质，进一步提升自己的综合素质。我相信，仅靠自己的努力和奋斗，终将能够成为一名年轻有为的人才，让自己在未来的人生道路上掌握更多者跳跃的机遇。一个好人以一颗坚毅和自信的心去迎接未来，未来才会向他敞开怀抱，给他不一样的精彩和未来！

高一的军训心得体会篇六

近日的军训活动让我领略到了军队的严谨与纪律，同时也对自身的能力和潜力有了更深刻的认识。以下是我在军训中的一些心得体会。

首先，军训让我感受到了集体的力量和优势。在队伍中，每个人都有自己的位置和任务，在各自的岗位上默默付出，形成了一个紧密团结的集体。在军训中，每一次的操练都需要大家齐心协力，否则整个队伍的动作协调就会受到影响。这让我深刻体会到，只有团结一心，才能最大限度地发挥个人和集体的力量。

其次，军训让我意识到个人的潜力是无限的。刚开始的时候，我觉得很难适应军训的生活，体力和纪律训练都让我感到吃不消。但随着时间的推移，我逐渐适应了这种高强度的锻炼，甚至可以说是超越了自己的极限。通过每天的努力，我发现自己的体力和纪律素养都有了很大的提高。这让我明白，只要有决心和毅力，任何一件事情都可以做到，个人的潜力是无限的。

第三，军训让我认识到了坚持的重要性。军训期间，每天的作息都非常紧凑，早晨五点多就要起床，一直忙碌到晚上十点多才能休息。这个过程中，每一天都需要坚持下去，不能放松。同时，军训项目中的一些动作也需要不断重复练习才能达到要求。经过这段时间的训练，我深刻体会到了坚持的重要性。只有坚持，才能培养自律的习惯，才能在困难面前不退缩，才能取得更好的成果。

第四，军训让我明白了纪律是成功的保证。在整个军训过程中，纪律是我们最重要的准则。遵守纪律，听从指挥，严格执行都是我们必须做到的。这不仅能够提高集体行动的效率，还能够培养我们的自律能力，让我们养成良好的行为规范。纪律是一切成功的保证，只有遵循纪律，才能使我们的

行动更有力量和效果。

最后，军训让我体会到了自我超越的力量。在军训当中，我们不仅仅是个人，同时也代表了学校和社会的形象。因此，我们必须全力以赴，发挥出自己的最佳水平。在一次次自我超越的过程中，我发现自己具备更大的能力和潜力。只有在军训中不断超越自我，才能更好地适应未来的挑战。军训是人生的一次锻炼，而且这种锻炼不仅仅局限于体力，更能够锤炼我们的意志品质和团队合作精神。

总之，军训是一次全方位的体验和锻炼，它不仅仅是为了锻炼我们的体力，更是为了培养我们的意志品质和团队合作精神。在这次军训中，我深刻体会到了集体的力量和优势，个人的潜力无限，坚持和纪律的重要性，以及自我超越的力量。这些经历将成为我人生中宝贵的财富，让我更加坚定地迎接未来的挑战。

高一的军训心得体会篇七

第一段：军训心得体会的重要性（引入）

军训是高中生活中非常重要的一部分，它不仅能培养我们的纪律意识和团队合作精神，还能增强我们的体质和毅力。在这次军训中，我也深深地体会到了其中的价值。通过全面系统的军训训练，我对自己也有了更加清晰的认识，也收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：纪律的重要性

军训中最重要的一点就是纪律。我们每天都要严格按照军训的时间表起床、训练、用餐等，这对我来说是一种挑战。起初，我经常懈怠，不愿按时起床，但是教官严格的纪律要求让我意识到，只有遵守规定，才能确保军训的效果。于是，我努力改变自己，积极配合教官的要求，逐渐养成了守纪律

的好习惯。这个过程让我明白，纪律是一种能力，只有在锻炼中才能提高。

第三段：团队合作的意义

军训中，我们不是一个人孤僻地训练，而是需要与其他同学密切合作。最初，我对团队合作的重要性没有太多认识，经常自己为了完成任务而忽略了团队的协作，结果往往不理想。然而，在一次次的失败和反思中，我逐渐明白团队合作的重要性。只有大家齐心协力，才能完成更加艰巨的任务，也才能更好地完成军训训练。团队合作让我明白了一个人的力量有限，而团队的力量是无穷的。

第四段：毅力的培养

军训是一项需要毅力的训练，每天早晨的起床、艰苦的训练、不断超越自己的限制等，都考验着我们的毅力。期间，我曾多次想要放弃，觉得自己无法坚持下去。然而，教官的鼓励和队友的支持让我坚持了下来，克服了自己的弱点。通过这次军训，我学会了坚持不懈、克服困难的品质，这对我以后的学习和生活都具有重要的影响。

第五段：军训心得的收获和总结

通过这次军训，我不仅学到了许多军事知识和技能，还提升了自己的纪律意识、团队合作精神和毅力。我意识到只有脚踏实地地付出努力，才能在任何事情上取得成功。同时，军训也让我明白自己的不足之处，在以后的学习和生活中汲取教训，并不断完善自己。这次军训对我来说是一次宝贵的经历，我将永远铭记并将其运用到未来的成长之中。

通过这次军训，我不仅仅是锻炼了体能，更重要的是培养了纪律意识、团队合作精神和毅力。在军训中我认识到纪律是做任何事情都必不可少的品质之一，只有守纪律才能确保我

们的任务圆满完成。团队合作也是在军训中得到了训练，团队的力量远大于个人的力量。军训还让我认识到，只有坚持不懈、克服困难，才能达到更高的目标。通过军训，我不仅学到了军事知识和技能，也明白了自己的不足之处。军训是我一生中宝贵的经历，它让我受益匪浅，也将对我的未来产生积极而深远的影响。

高一的军训心得体会篇八

（一）

时光流逝之快，脑海中不禁涌现出当时读朱自清的《匆匆》时无限的感慨。不知不觉的开学过去两天了，也代表军训过去两天了。从当初教官们的身影映入我的眼帘时帅呆了的崇拜到看见教官时的尊敬。想起排长站在主席台上气宇轩昂的演讲，渲染着空气中活跃的基因分子，使每一个人都对军训充满了期待当然不包括我，我对苦累的事情充满了排斥，更讨厌军训。想到火辣辣的太阳侵蚀着我的皮肤我就不敢想象以后的日子该如何熬过去。

带领我们班的教官来到了队伍前头，严肃简洁的介绍了自己的名字，就笔直的站立着。我的小心脏紧张的扑腾扑腾的乱跳。不好的预感推搡着我的整个心脏。陈教官刚来就教我们站军姿，身体前倾，收腹，脚跟并拢，脚尖分开60°。

下课了，我们原地坐下休息，同学之间互相聊八卦，娱乐，说我有意思的事情。这一刻我们仿佛忘记了互相之间的芥蒂，像认识了十几年的老朋友一样融洽的畅谈。

其实军训还是蛮有意思的。

（二）

不知不觉军训的时光仅剩最后一天，其实就是最后4小时。教

官是一个不善言辞的人。各种情感都淋漓尽致的表达在脸上。他的眉头一皱我们就会紧张万分。

教官站在队伍的前头，沉默着目光眺望远方。没有过多的言语。但是此时此刻我仿佛拥有了超能力，能够读懂教官的小心思。其实他也不想与我们分离。平时吹来习习轻风我会像偷吃了蜜糖的小孩一样开心的不得了。可是这一刻我万分厌恶这风。因为它预示大雨即将来临。天空大朵大朵的黑云挤压在一起，极速的堆压在我的头顶。这一刻，就像预示着老者的话：离别雨总无情。本想在离别的时候能和教官拍一张合照，哪怕是离别时刻轻轻的道一声，再见。可是那无情的雨强制的撕扯着我们最后一丁点的互相思念。

在军训五天中教官不仅教我们锻炼身体，而且教会我们环保意识。在每天离开操场时都让我们将自己的水瓶子带走，将自己的训练场地保持干净。

教官并非是一个“高冷的小子”，在休息时刻他会给男生讲解当军人需要的意识，回答着男生们各种无厘头的问题。我们起哄着让教官表演他们训练的内容，在这个时候教官总会露出害羞的笑容。其实教官也是一个很可爱的人。

在这五天里我明白了太多，懂得了太多，知道了太多，有太多太多的感谢和长大。