

2023年高一学生军训心得体会文(实用10篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

高一学生军训心得体会文篇一

时光飞逝，转眼间脑海中曾熟悉的一片片军绿色竟又浮现在眼前，虽已进入八月的尾声，但空中的烈阳却毫无收敛。

清晨，当铃声形如响起，我们便忙碌起来。紧张的洗漱过后，叠被子是必不可少的环节。经过反复的不尝试后，成果似乎并不小。烈日下教官细心地为我们分解每个动作的要领，即使额头上早已挂满了汗珠，但我们都紧绷身上的每一块肌肉，心里牢记教官的教导：背要挺直，两手紧贴裤缝，头抬高，目视前方！紧张肃穆的气氛凝聚在整个训练场上。也许会有教官的训斥，也许会身体的不适，也许动作并不是很完美，但我们似乎体验到军人那“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神。

风清扬，夏未央，夏天虽多了几分炎热，但少不了的是万物的生机，训练场上身着迷彩服，挥汗如雨的我们就是最美的生机。

军训时短，在这短短的时间里，我渐渐学会军人那种坚忍不拔，永不言弃的精神！

高一学生军训心得体会文篇二

这个星期五，我们举行了阅兵式。对于这次军训，我真的感

触很深。我记得当初有些抵触，现在又错过了。

10天的辛苦，就为了阅兵的最后一天！我们付出了很多汗水，就为了这短短的几分钟！阅兵当天，我一直处于极度紧张的状态，害怕自己的一些动作不规范，影响到整个队伍。最后，我们班表演的时间到了。看到同学们高昂的斗志，我也带着努力的心态走上了讲台。听到“向右看”的指令，果断的完成了整理动作，很标准，自己也震惊了。这次我终于干得不错了，和大家一致。我没有给班上带来任何拖累。行列式完成后，领导发言，然后学生代表发言，这才是真正告诉我们的内心。

阅兵结束，我们要和教官鲍哥说再见了！说到离别，他总是坚强却带着一丝伤感。我们和鲍哥相处了十天，不知不觉间也建立了非同一般的友谊。当我们应该认真的时候，当我们应该放松的时候，我们总能听到我们的“快乐的歌满天飞”。我们一起度过的那十天，将成为我们永恒的记忆。要记住，当我们即将离开的时候，我们的眼睛就像一团迷雾，有些人彼此无法忍受。一些弱势学生让眼泪刷下来。

“天下没有酒席。”最后，那天下午宝哥和我们分手了。然而，我永远不会忘记我们曾经有一个教练，他也是我们的老师和朋友。我心里也有一个英雄。他给了我们很多汗水，却不求回报。我决心用完美的军人姿态来应对未来的生活！

转眼间，军训的十天过去了。到了高中，我们可能很少有机会再这样体验军旅生活，但我们永远不会忘记这次军训给我们的启示：一定要持之以恒，要有毅力，要有做好每一件事的决心。通过军训，我学会了做事可以吃苦，这样才能成功完成目标。

冰心曾说：“愿你这辈子有足够的云去追逐，下辈子有美好的黄昏。”我相信这句话也适用于我们的生活。

高一学生军训心得体会文篇三

操场上，站立着的，如松一般直立，毫不动摇；如磐石一般坚毅，充满刚毅；如雄鹰一般犀利，充满着挑战，这就是操场上军训的同学们的军姿，如此英姿飒爽，如此坚毅，如此刚毅，又是如此的自信。

军训已经好几天了，但是同学们依然以最高的热情面对训练。训练场上，他们列对列，齐步走的每一个步伐都整齐有力，每一次出手都笔直有力，每一声“一二一”都喊的洪亮有节奏，正步走的每一个踏地声响彻云霄，震动天地，久久绕在操场上不肯离去，每一个摆臂都张弛有度，每一次的敬礼都带着庄重与敬畏，每一次的转体都步调一致，擒敌拳的每一次出拳“da”一声便能震慑对方让之心生畏惧，而又能恰好成功打到对方，每一次踢腿都伴着“ha”一声整齐有度，脚准确无误的踢倒对方使之无力还击。在每日清晨训练前跑步中的“一二三四”总是能震撼人心，。列队列让我们的集体团结意识增强许多，擒敌拳能够让我们很好的反抗敌人，这些东西能锻炼人的意志，也能让我们收获许多。

虽然训练很苦，让我们觉得十分累，但是在苦中，我们也能找到自己的快乐。在休息的间隙里，我们会来唱军歌，是的已经听到“新征程号角的吹响声”，是否已经挺到了起床时的“鸽哨声”，在操场上总是会洋溢这同学们活力的，同学们在各自的训练地上直接就坐着了，唱起来军歌，我们在军歌中不仅学会了怎么唱，而且懂得了许多，“团结就是力量”，教会我们去团结，也懂得了军人的性质；《强军战歌》让我们懂得了军人所履行的责任与义务；《当那一天真的来临》反应了每一个战士的所思所想与为国家奋斗；纪律歌让我们懂得纪律在军队里的重要性，也让我们更加恪守纪律，让我们也去体会军人的纪律…除了唱歌，我们也会通过跳舞来让同学们开心，魔鬼般的步伐就出现在了操场上。

经过军训，相信每个人都会收益良多，学会团结他人，学会

保护自己，学会如何去学习心得东西，现在我们仍然英姿飒爽，站在这里，明天，未来我们也将与英姿飒爽的姿态面对人生，面对一切，继续努力，做最好的自己。

高一学生军训心得体会文篇四

严格训练，严格要求，努力学习，振新中华。“训练基地上空回荡着同学们口号声，宁海20__级新高一学生正在军训，同学们在国防基地上洒下了汗水，种下了努力，收获了鼓励与掌声。

军训体验之坚持

军训体验之服从

服从要求我们听从教官，老师的话。记得军训第一天，六点钟到食堂开饭，等待所有的班级都在饭桌旁站好才可以吃，吃完又要在人潮涌动的水池前排队洗完，我不时的抬起手腕看手表，为什么这么急呢?因为我在一班，第一批去洗澡，我在原地跺着脚，看着慢慢行前如龟速移动长队，真有种”此队漫漫无绝期的感觉“。但我们身在曹营不能心在汉，只能服从教官给我们定下的时间规划，这个教会了我们服从。服从还有很多，教官允许我们休息，我们就撒开了丫子休息，但一旦要我们训练，我们必须服从命令，刻苦训练。

军训体验之纪律

纪律体现在很多方面。比如不能迟到，比如寝室的卫生。那一天，由于没听见哨声，不幸迟到，被罚站在所有人前面，听见哨声没有立即行动，再一次迟到，再一次被罚，寝室卫生不过关，第三次被罚，从此心里留下了阴影，坐在寝室里总觉得有人再吹哨，外面有人在走动，拿起杯子就夺门而出，结果虚惊一场，习惯性的提前两分钟出门，这个教会了我们纪律的重要性。教官不允许动就不可以动，任凭汗水顺着脸

庞滑落，流进了眼睛里，觉得很痛，眼睛都睁不开了。

军训体验之收获

十六日下午，家长们来学校验收产品老天不忍心我们在太阳底下晒着，求了好久的雨终于快来了，彩排过程中就一直用雷声给我们的进场音乐伴奏。汇报演出要开始了，天空落下了久违了的雨滴。雨一开始并不很大，后来在我让暴风雨来得更猛烈些的祈祷中慢慢转大，烟雨朦胧中，完成了分列式。眼镜被雨水模糊了，由于坚持。服从和纪律，没有一个人去擦干它。这就是训练的成功。

军训已结束，精神留心中。

第：高一军训感想

2、军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。长达五天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

3、站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。炽热的太阳，晒在皮肤上是干干的，对娇生惯养的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。尽管如此，但无论是谁都没有想过要退缩，都在跟太阳作战。虽然站的脚跟都痛了，但谁都没有因此而倒下。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐……教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

4、训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，无论在哪个岗位上，它将使我终身受益。在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变得黑黑的，但这何尝不是一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。

5、生活需要实践，生活源于磨练。雏鹰因不断磨练而可以在蔚蓝的天空中自由地展翅飞翔；骏马因不断寻找强健的体魄而可以在无际的草原印下豪放的足迹；我们因在军训中实践而向着成才的道路奋勇直前。

高一学生军训心得体会文篇五

星期五和星期六是我们高一段军训的最后两天，本来从一开始军训我们班的同学都一心想着早点结束，结束后就可以休息了。

可同时在军训最后两天里，我度过了五天军训中最难忘的两三天，在这两天中我们进行了两次会操，第一次是看前三天的军训成果，第二次是看四天半的军训成果，可让我最难忘的是星期六上午军训快结束的时候，教官跟我们说的心里话，当时我们班几个同学说教官辛苦了，教官说我们辛苦了，紧接着我们全班同学为教官鼓掌，在这时我心里感觉到舍不得，舍不得教官，舍不得教官训练我们的时光，教官还说下午的会换无论是好还是不好，都让它过去吧，从明天起我们就谁也不认识谁了，说了这话，我真想哭。在此之前我一直想换一个教官，因为他太严，甚至想早点结束军训，从来没有想过与教官产生什么感情，可是日久生情，在那时我就不想换教官，不想军训早点结束。

下午是会操，我们以认真的心态将教官训练我们的东西做好，来报答教官对我们认真训练，让教官高兴地来高兴地去，说心里话，如果哪一天又军训，我希望是他来训练我们。

高一学生军训心得体会文篇六

一路走来，再也没有以前的软弱易泪，一路走来，磨练了我的意志，使我变得坚强。

前几天的我军训一天过后总是拖着疲惫的身体懒洋洋地趴在床上抱怨着多累多累，而今天的拉练却向我证明了军训不仅可以改变一个人思想，也可以改变一个人的精神面貌。我们今天拉练的目标是绿色庄园的往返路线，回来后，浑身酸痛，上疼脚腿，中疼于腰，上疼在肩，这些疼已不能再使我临阵脱逃，歇息了几分钟，便一摇一晃地去清洗了带有汗水味的校服，那时的我都有些佩服自己，是什么让我变得如此坚强？！是军训！！！

“坚强”读起来多么铿锵有力，做起来多么来之不易，词如其人，从一开始的军姿三十分钟坚持到了五十分钟，从一开始的俯卧撑支地几分钟坚持到二十几分钟，从四百米的汗流浹背坚持到二十多公里的腰酸腿疼。我们多么坚强，坚持中，我们的身体素质也随之增加，我们不能只看到登山的艰辛，也要学会享受一览众山小的自豪。所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”大概就是这个意思吧！

军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到极限，是我的精神焕然一新。

我们的拉练，给了我一种遥不可及的感觉，听班主任每届高一新生都回去绿色庄园拉练，即使脚上磨泡他们也总能坚持回来，八天军训为了这一天做了多少准备，我想我也可以，有教官和班主任的陪伴我们也无可顾及的了。

我们带着饱满十足的精神，带着期盼的心情出发。路途中，脚像是灌满了铅走不起来，但是来到景色宜人绿色庄园我们早已忘掉了路途中的艰辛，和朋友在里面游玩着，只觉得时间过得好快就要走了，这时才想起脚下的疼“天呐！还得走回去，腿还不得走断了”和我在一起的朋友笑了“走断了，我背你，嫌弃我可以坐运输车”我笑了，是啊，我不能半途而废，半途而废岂能对的起八天来的劳累，那岂不是一种耻辱？！可能是鞋子的缘故前脚掌只要悄悄用力就会抽筋，班主任让我下去缓缓劲儿，待会跟过来，就这样我落在了我们班的后面，随后班主任来看我，我本来疼的是跟不上我们班的，看到班主任不知道从哪里来的劲在朋友的陪伴下用脚尖追到了我们一班。团队的力量总是强大的，在班主任的旁边，在班队的后面总是有一股劲推着我向前。班主任说“如果让你们自己走，肯定走不了绿色庄园路程的十分之一”我们肯定的点了点头，因为我们是一个班在前进，是团结的力量助我们一臂之力所以才能使我们战胜困难，突破难关，努力向前。以着坚持不懈的精神来到我们华高这个大家园。

是啊，虽然只有短短九天军训，但我学会了很多。我没有白白挥洒我的汗水，我用汗水交换了一件很贵重的礼物，它的名字叫“坚强”。我没有白白的受苦受累，我用苦和累买了一件金钱无法买到的礼物，它的名字叫“团结”。

感谢军训，感谢不辞辛苦锻炼我们的教官，感谢烈日下依旧陪伴我们的班主任，感谢一起战胜困难的莘莘学子们让我收获了这么多！永身难忘！受益匪浅！

高一学生军训心得体会文篇七

军训已经xx周多了，在这xx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。

高中的军训只有xx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□xx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，从走进高中的那一天，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xx的xx□给学校下达了任务，男生参加xx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xx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。

高一学生军训心得体会文篇八

记得四天前，我们的脸上还略带几分稚气，手中拖着沉重的行李。仰望天空，天是那样的蓝，唯有骄阳高高燃烧着，我的军训生活从那里开始了。

军训生活的艰苦是我未曾料到的。一天中大部分时间都在训练和上课。训练场上似乎永远仅有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水，我们充分感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们学到了很多，更懂得了团结、坚强和职责。

军训第一天，教官就让我们站军姿。十分钟，在平常是很短的一段时间，可那时，烈日当头，十分钟在我们看来是多么漫长！炎热的太阳炙烤着大地，汗水就像开闸的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷涌出来。一个十分钟，又一个十分钟……时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰背痛，头冒汗。经过一天的训练，累得坐下就能睡着。尽管如此，我仍感激万分，因为我以坚强的毅力坚持下来了，我的意志经受了磨练，这对我以后的学习是受益匪浅的。

军训生活不但有苦，同样也充斥着欢乐。我们利用课余时间，进取地准备着合唱比赛。练习时，我们刻苦练习，嗓子唱哑了，胳膊指挥酸了，但没人叫苦叫累，大家团结合作，齐心协力。比赛时，我们的班歌响彻了整个赛场：“天——下，相亲与相爱，让我们相逢在人山人海，有缘千里来相会，团结奋发我们七十班！”虽没有流行歌曲的时尚前卫，但这歌声里却充满着昂扬的斗志，铿锵有力！这不单单是我们唱出的歌声，也是我们班级的信仰。

四天的时光悄然流逝，依然是蓝天白云，依旧是阳光灿烂，然而在这阳光下，我们的心中却有着别样的感动。在这几天里，也许有过因过度疲倦而产生的埋怨，也许有过因想念家人的彻夜未眠，但我们从未轻言放弃……虽然歌唱比赛的成绩有些不尽人意，但在这场没有硝烟的战斗中，我们是真正的胜利者，因为我们都尽力了，我们以后还会努力做得更好。在这场艰苦的战役中，我们是真正的强者！

再见了，教官们！再见了，八中训练基地！车轮飞快，载着我们离开了，那份完美的回忆将永驻我们心中。感激这次军

训带给我们的一切光荣与感动，幸福与友情，磨练与自信！

军训结束了，我明白那不是解脱，而是不舍……我会将这份回忆珍藏，因为它是人生的财富！

高一学生军训心得体会文篇九

军训虽然只有短短几天，但在军训中我们所能收获的却远远多于所预期的。军训或许把我们这一群十六七岁的孩子锻炼成了真正的高中生。军训让我们知道什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。

几天刚过，我们便已是疲惫不堪，刚学立正时，我就疑惑为什么体育课中要常做的动作，早已熟练的动作，教官还要如此仔细地讲解？为什么一个左传一个右转，教官还要如此煞费苦心让我们练习？实践出真知，几天的军训让我明白，小小立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的博大。站军姿，给了我们炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我们龙之传人的无穷毅力；练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海，没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的高质量的方队。训练的每一个动作，都让我们深深地体会到了团结的力量，合作的力量。军训更教会了我们超出这以外的东西，那就是认真对待自己的错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误，那是一种真实的美，而在这种自然中流露的那种质朴是无法粉饰的。

教官的认真负责也让我们深深感动，正是教官尽职尽责的指导，我们才能练成整齐统一的步伐，形成一个更团结更强大的集体。对手也是的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，军训也因此更精彩更充实更有意义。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是那恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以

及互不服输的认真，这些无一不增强了我们之间的团结，让我们更快地融成同一个集体。

有位哲人说过，无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感觉真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有相同经历的人相视一笑。

军训的一切都可看作我们人生道路中难得的一次奇遇，定会铭刻于心。白驹过隙般的时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。

军训是对我们身体的考验、锻炼和提升，在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃。我们不愿当两脚书柜，军训给我们的证明机会，七天的军训是漫长也是简短的。说漫长，因为苦和累，说简短，因为我们有信心和能力去克服它！

高一学生军训心得体会文篇十

x月x日，就是高一的军训，一大早，烈日当头，平时娇生惯养的我和同学，个个心不甘，情不愿的来到“冒烟”的操场，当头的炎热一下子就在我们一个个嫩白的脸上涂了一层火红火红的“胭脂”。一声铿锵有力的“立正”之后，便开始了我们艰苦的军训，这是在考验我们的时候，虽然天气炎热，但每一个同学都不想快速的倒下。

遗憾的是，才过了二十分钟，就有同学耐不住火辣辣的天气而随之倒下了。在这种状况下，学校也不得不将原训练时间减少5分钟。

午休时间最后到了，总算能够将上午的疲劳释放出来，把它带入美梦中去。但总归好景不长，很快又要军训了，我们又踏上了沉重的步伐，去迎接炎热的考验。也许是中饭没吃多少的原因，我也坚持不住了，当教练一声令下，“解散时”，

我突然感到不适了，结果到旁边去休息了。

在这一幕幕的表现中，体现了我们青少年身体的脆弱，也体现出这代的孩子平时的运动量不足。透过这件事，也就应能给每一个青少年一些警告。

军训生活使我了解了“骄必败”的真正的含义，对我们的学习生活也十分适用，我们常常看到有的人在学业上有了一点进步，便沾沾自喜，以为自己的学识已经很丰富了，这样的心态也绝对是学业上的绊脚石，我们应在取得成绩之后，依然寻找自己的不足，抓住一切机会，孜孜不倦地学习，不断开拓自己的知识领域。

我们所处的时代是科学技术飞速发展的时代，是所谓“知识爆炸”的时代，科学的发展是个加速的运动。如果我们不随时看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。“学然后知不足”，这是前人的经验总结，也就应作为我们不断前进，奋发努力的座右铭。

不论是孟夫子得“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在到达目的的同时也让我们尽展个性。在群众中，我们学会了相互包容，彼此谅解；学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

“流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队”。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接学业上更大的挑战，争取做得更好！

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在理解军训的最后检阅。