

最新高一军训心得体会(精选19篇)

通过总结工作心得，我们可以不断提高自己的工作能力和综合素质，并积累经验，为今后的工作打下坚实的基础。接下来，让我们一起来看看一些优秀的工作心得范文，从中获得启发和借鉴。

高一军训心得体会篇一

六天的军训下来，我们目前为止终于算是有了那么些体会。毕竟在之前的一段时间里，我们只能感受到劳累，训练过后，连思考的机会都没有就直接睡下来。而现在体力强化了这么多之后，我也能跟清晰的去感受军训中的种种事项，去思考教官让我们这么做的各种含义。接下来，是我第六天军训的心得体会。

在军训的第六天里，早起的跑圈还是少不了。当然，我也现在也看懂了教官为什么要这么做，毕竟我们的体力实在是太差了！在晨起的时候锻炼一下并不是一件坏事。尤其是这几天，我更是感受到了体力提升对自己的益处。军训的目的不仅仅是为了完成训练，更多的是为了能够让我们有一个健康的身体，这样我们在今后的高中学习上，才能支撑的住那样大的学习量！

在过去的五天训练中，我们学会了军姿、停止间转法以及齐步走。这些虽然看着都很简单，做着也很简单。但是，面对教官的，却不是我一个人，而是我们全体的同学。xx位同学。xx个不同的思想，大家聚合成了一个整体，在一开始的时候就像是有多意识却只有一个身体的巨人，虽然看起来力量很大，但是却连自己的身体都控制不好。对我们来说，就是没默契，没配合。

前五天，我们每天都将之前的动作复习几遍，也是为了能锻

炼我们在听指令的时候的配合度。之后，渐渐的教官不再念口号了，由我们自己来念。这就比之前更多了一重难度，对我们口号间的配合也有了要求！在这样不断的练习下，我们开始掌握了属于我们班级的节奏，在之后的训练中，也变得事半功倍起来。

但是在我们沾沾自喜的时候，第六天训练的内容又给了我们一个新的打击。正步！最难的，不仅是节奏，还有对抬腿的高度，摆臂的高度都有严格的要求，稍微一个偏差，都能让整齐的正步变成起伏不定的波浪。在正步的训练中，我们有见识到了，不仅仅是节奏，对动作的要求也是我们需要练习的默契。学无止境，适用于任何的地方。

现在在我看来的军训，不过是一个过程，而他真正的目的，就是为了将我们整个班级磨合成一个整体，我们的热情越高，他磨合的就越快。当我们发现周围的人都和自己有很高的默契的时候，我们这个班级就已经是一个坚不可摧的集体了！

高一军训心得体会篇二

在有序的“1，2，3，5…”的呐喊声中，新高一的军训正式拉开了帷幕。大家站成有序的方队，在烈日的照射下，开始了新的征程。

军训是一种意志上的磨练。在军训中我们懂得了坚持，学会了专注，更明白了团结真正的含义。我们如同小鹰在被丢下悬崖的霎那学会了飞翔，就如丑小鸭在颠沛流离中变成了白天鹅，我们长大了。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那英勇挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。每一件事情要成功都不是那么容易的，要成功就要付出汗水，要成功就要经受住一次又一次的考验。不轻言放弃，这是一个军人拥有的品质，也是我们应有的品质。

还记得同学说，我正在用我的汗水给花草浇水呢！是的，我相信这些花草在我们的汗水的灌溉下一定会长的更加强壮，更加经得起风吹雨打。

高一军训心得体会篇三

在这个烈日炎炎的季节里，我们来到了x中这个大家庭，也必不可免地迎来了军训。

说实话，我是第一次军训。小学升初中时，因为种种原因，学校取消了军训。所以对待这次军训我是既紧张、害怕，又充满着好奇与期待。

骄阳似火，过于灿烂的阳光照得我们睁不开眼，汗水顺着脸颊滑到眼里，留到下巴，却没有一个人敢动手擦一擦。偶尔有几个人会趁教官不注意时擦擦弄得自己脸上痒痒的汗水，然后迅速恢复站姿。每个人的腰杆都挺得直直的，目不斜视，用心听着教官的指导。

休息时，我们发现教官是很幽默、搞笑的一个人。很快就和男同学们闹成一团，女生也爱拿他开玩笑。他中等的身高，偏胖的体型，长相倒是和xx有些相似，偏偏他还老是自夸长得帅。训练时，和别的教官不同，没有那么严肃，脸上总是带着笑容。

但是，当他给我们做示范时，气质便完全不一样了，军人的飒爽英姿被很好地展现了出来。利落的动作，严肃的神情，认真的眼神，无一不是值得我们学习的地方。

看着教官迈着的坚定步伐不由地想起之前在阶梯教室时主任对我们这些高一新生说的话。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”军训是为了培养了我们顽强拼搏，积极向上的良好作风，铸就我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。

军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去面对生活，怎样去面对困难，怎样去承担责任，怎样去赢得荣誉。更让我们懂得了军人的不易，学会了军人的坚持，也进一步认识了我们的伟大的祖国。

在以后的学习生活中，我们也要有军训时的精神，顽强不屈，持之以恒，如同在烈日下踏着正步一般，在学习这条坎坷的道路上勇往直前。以便自己长大以后能够在不同的岗位上，如军人般报效祖国，为祖国争光。

高一军训心得体会篇四

军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，是我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。这要求我们用心融入其中去学习，去锻炼，去磨砺，其目的是：增强国防意识与集体主义观念，培养团结互助的作风，增强集体凝聚力与战斗力；军训，还能提高我们的生活自理能力，培养思想上的自立，还能帮助我们养成严格自律的良好习惯。

这就需要我们在军训过程中，我们不但要领略军人们无私奉献的伟大精神以及不怕困难的崇高品质，也要发扬我们“同心协力，艰苦奋斗”的光荣传统。我们要坚持铁一般的纪律，严于律己，服从命令，坚决完成各项训练任务；大家要用顽强的意志，用敢于吃苦、勇于拼搏，发扬“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神，彻底完成军训使命。

所以，我们进入中学学后的第一件事就是军训。

初闻军训，我总以为是一个很好玩的节目，可是我错了。

军训六天后，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了我的耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。首先，定好目标；

然后，要有一种不怕苦、不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地向目标前进；接着，遇到困难时绝对不可以向挫折低头，更不可以半途而废，否则之前做的都会白费心机；最后，只要坚持，就会成功。我深深体会到作为一名军人有多么辛苦和不容易。虽然我腰也酸、腿也疼，有时候还乱动，但是我依然咬牙坚持着完成会操。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。这难忘的军训经历令我终生难忘。如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了，很累，而且有酸酸的感觉。教官已匆匆地走了，却留给我们深刻的回忆。军训究竟带给了我什么？其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形，而是在磨练我们一种意识；一种吃苦的意识；一种坚持的意识；一种团结的意识；一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

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，有些感受真的不能言传，只能在意会中回味。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，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和老师、

教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊！的内心深处，引领着我在初中的生活中乘风破浪、奋勇前进。

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

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，有些感受真的不能言传，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，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊！

从x月xx日开始为期两周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

回想那短短两周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像

树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一种尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。

俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。休息时，我们方队的男女生面对面的坐着，在训练员队长的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。交院的明天会更加辉煌灿烂。

高一军训心得体会篇五

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。

高一军训心得体会篇六

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。而给了我这种独一无二的感觉的，应该也只有军训了吧。

它的专业程度让我敬畏，让我神往，让我不禁屏住呼吸用身上的每个细胞贪婪地啃噬着它的神秘。我带着初三毕业生的

轻松高一新生的紧张与这场期待已久的军训拥抱，我给了它汗水，它也给了我经历。

严明的军队纪律让已经散漫了一个月的我难以适应，但是当我转过身，回过头，看见那一张张虽陌生却格外认真的面庞，便只能咬紧了牙关，坚定地想着：“坚持，坚持住！”

灼热的太阳将这天地变得仿佛是熊熊燃烧的炭火窑，日光火辣辣的，我如坐蒸笼般，身上汗水滂沱，每一个毛孔都在大口的吐着热气，一阵阵的泛着眩晕感，却一次次地站稳步伐。因为对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵难得的经历，写进了我的记忆中，成为了不可抹杀的一部分。

高一军训心得体会篇七

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。”

高一军训心得体会篇八

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，半途而废岂能对得起八天来的劳累，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！

高一军训心得体会篇九

不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。

这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。

当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢？我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训。

高一军训心得体会篇十

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！

高一军训心得体会篇十一

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。一些弱勢学生让眼泪刷下来。

“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。

高一军训心得体会篇十二

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！

高一军训心得体会篇十三

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。

高一军训心得体会篇十四

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了高一。迎接我们的是为期十天的军训。它对于我们，不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。

坚持就是胜利

军训第一天，同学们热情高涨，但一开始便碰上了“拦路虎”——一站军姿。站军姿要领很多，大家听得有点迷糊，亲身一体验，更觉得“晕”，简直太累人了。然而这就是给我们的第一个考验。我保持军姿站在队列中，不一会儿，手便麻了，腿也酸了，汗珠更是调皮地往下落。好几次，我都忍不住想打报告休息，但不服输的性格让我撑了下来。“活动一下”教官的口令使我终于看到了黎明的曙光，我“扑通”一声坐在了地上，内心却充满了喜悦：我坚持下来了，我胜利啦！

严师出高徒

军训刚开始，教官十分宽松，我们感觉训练也挺轻松的。但有人得寸进尺，训练时不专心，小动作不断。结果训练的效果也是一团糟，可有些人仍然执迷不悟。终于，教官在忍无可忍的情况下罚了两个同学。此举“杀鸡儆猴”收效颇丰，我们的训练接着便有了很大进步。真是应了那句俗语“严师出高徒”。

军中男儿亦有情

才几天，我们就成熟了很多，学到了很多。十天的军训，并不长，但它可能会影响我们以后的整个高中生活，甚至，它会成为我们人生中一个新的起点。

高一军训心得体会篇十五

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。

高一军训心得体会篇十六

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，教官跟我们说的心理话，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，教官还说下午的会操无论是好还是不好，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。

高一军训心得体会篇十七

汗在烈日下烤出来，一滴一滴，缓缓滑过皮肤。久了，再一滴一滴，默默浸透衣衫，直到被太阳烤干，然后重复浸湿。我知道我不能动，教官说军姿是最重要且最基础的，那么便练习忍耐吧，三年中还有多少是需要忍耐的。我看见教官检查前面男同学的站姿，指尖划过脊梁，衣料瞬间与皮肤接触，呢子格的衣服上立刻绽放形状如喷泉的汗迹，在高温给我带来的迷蒙中，我竟觉得那是美丽的，暗潮汹涌的美丽。此后，每天都有汗泉如花的惊艳。它们甚至出现在阴霾的天气里，在暴雨前的闷热中。本是高温不降，队形的紧密，使得同学们的体温聚集，于是我们成为彼此的“烤炉”，“汗花”灿烂依旧。还不够，老天一定认为我们吃的苦还不够，于是就有了军训最后几天的倾盆大雨。多少年了，没有这样淋雨，还是集体淋雨，只为了要集好队才能狂奔而去。但我却觉得莫名痛快——当雨滴冰醒眼皮，当雨丝刺痛面颊，当雨帘拍打我所有。那时，同学们大喊着狂奔在淅沥的雨点中，我知道，他们也是快乐的。

也还记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。刚学立正时，我就疑惑，为什么体育课中要常做的动作，早已会的动作，教官要如此仔细地讲解，为什么一个左转一个右转要教官如此煞费苦心让我们练习，实践出真知，五天的军训就让我明白，小小一个立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的博大。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。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。而军训更教会了我超出这以外的东西。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。不刻意隐瞒什么，不对就是不对。而在这种自然中流露的那种质朴是任何东西也粉饰不来的。或许学到的东西远不止这些。但是紧张而又愉快的训练中的亲身体验，严格而又平易近人的教官的谆谆教诲，我想，我终身受用不尽了。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的'军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。你来一首，我拉一首，气势豪迈的《团结就是力量》，宛如一缕春风拂过心头的《军中绿花》。“西瓜皮，冬瓜皮，四连长耍赖皮”，幽默诙谐略带可爱的拉歌，令人难以忘怀。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，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。回首多姿多彩的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔峥嵘岁月，数风流人物，还看今朝。”

高一军训心得体会篇十八

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！

高一军训心得体会篇十九

在这烈日炎炎骄阳似火的x月，为期x天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻4天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要明白军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放下呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到这天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就到达了军训的目的了吧。

是的，从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，也体会了奋进的快乐，当我们班经过4天的训练，我们感受到集体的温暖。在那里，我们大声欢呼，在那里，我们大声的笑，在那里，我们留下了我们最完美的回忆！

那一位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”“立正”“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精；然而却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的简单舒适。

这x天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈永不放下的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎样做？”此刻我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放下努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自我的风雨彩虹，怎会有属于自我的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

也许军训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但“稍息立正站好向左看”这些口令将永远回荡在我的耳边。