

2023年高一军训心得 高一军训心得笔记(实用7篇)

培训心得的撰写过程可以培养我们的思维能力和表达能力，提升综合素质。请大家聚精会神地阅读以下几篇军训心得，相信它们能对大家在军训中的思考和收获带来一些启示。

高一军训心得篇一

军训生活已近尾声，无数酸甜苦辣汇聚成心中的感念，如同这斑斓的色彩。记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会！珍惜这个机会！下面小编给大家带来关于优秀高一军训心得笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

优秀高一军训心得笔记1

军训！我梦寐以求的一件事终于到来了。我们坐上公共汽车，开始第一天的旅程，我依着窗户往外看，我一边看一边想：军训肯定要吃苦，要劳累，我一定不怕苦，不怕累，做好一个小军人。没过几分钟，国防苑就出现在我的眼前，近了！近了！公共汽车开进了国防苑了！

下了车，便来到了各自的教官面前，分好寝室，换好军装，戴上军帽，第一天的训练就开始了。我们教官很有趣，说起话来声音沙哑，有时还会说错我们的名字。一会了，教官们的队长上大厅门前讲了一些要求，我在下面想：当个军人还要遵守那么多规矩，真烦人。来到操场，教官首先让我们站军姿10分钟，平常，10分钟一晃就过去了，但是这次烈日当头，10分钟里不动不摇，像根电线杆似的直挺挺地站在那里，这10分钟成了漫长的煎熬。尤其是我们班的陶宇轩，因为说话行动前先要打报告，陶宇轩报告了很多次，在10分钟里，他不是说头痒就是脚痒，把每个部位几乎都说遍了，教官怒视了他一下，说：“快要受不了再打报告。”陶宇轩还振振

有词地说：“报告，我要痒死了！”逗得全班笑了起来。别说训练难熬，连想吃饭也难。

我们一路一路地走进饭厅，却还不能开吃，还要听从教官指挥，只要不整齐，就会没得吃，本来吃饭时间就只有几分钟，再这样一整，都没吃饭时间了。我们吃完还要午睡，我们便在寝室里开始了游戏。我的寝室里开始了枕头“大战”，我们抓起枕头往自己的上铺或下铺用力地扔，我们下铺打这个有优势，从旁边窥探对方的情况，前面有到上铺的梯子，正好挡住上铺的攻击。我们玩得欢快，不发出声音，教官来检查了，就立刻躲到被窝里去了，教官就不知道我们在玩。时而被发现，我也是最荣幸的，教官个子那么高，上铺看得一清二楚，低头也能看到其他人，唯独我的床铺，教官要弯下腰才能发现我在干什么。“立正、稍息、跨立。”又是我们在军训，我的军训体验声声哨子响，鼓励着我们上进，一阵阵踩踏声，表现了我们的军训成果。

当好一个小军人，我一定能行。

优秀高一军训心得笔记2

今天，富丽学校市综合教育基地的操场格外热闹。口哨声，跺脚声，口令声弥漫整个操场。

知道吗，我们初中部的学生来到这儿军训哩。每一个教官都穿着端庄的迷彩服，每一个教官的指挥动作都那么熟练，严整。每一个教官都是那么严格地训导我们。

刚开始，这一切都充满了新鲜感，大家也都兴致勃勃的。不一会儿，大家就累得不行了，有的干脆一_坐在地上。教官一瞧，一脸严肃，厉声命令道：“都给我起来，谁再不起来，再站20分钟”我们一听，只能服从命令，坚持训练。

“立正，稍息，向左看齐，齐步走……”，我们就这样在冬

日的阳光下经受两个钟头的队列训练。有的同学还因为体力不支而晕倒了，还好，训练基地已经预备了医护人员在现场救护。象我们这些孩子能吃苦耐劳吗？平时娇生惯养的。

哎哟！我的肚子咕咕直叫，闹意见了。可一看教官根本还没有休息的意思。只好再忍一下了！

终于等到了吃饭的时间了。我们排着整整齐齐的队伍来到了食堂，阵阵菜香扑鼻而来，把我的馋虫都勾了出来。教官严肃地说：“我吹哨子后才能开始吃饭，吃完饭也得听我哨子才能离开。”好不容易可以吃饭了，我们各自拿着不锈钢盘排队到窗口盛饭菜。

我刚想下筷子，看这西红柿颜色活生生的，不怎么熟吧，还有南瓜只一点点，汤水已经凉了。体验军人生活吗，不能像在家里那么挑剔了，我拿起筷子，狼吞虎咽的吃，吃到我饱了。正想把剩下的饭倒了，突然，食堂里几个大大的字映入我的眼帘：谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。我犹豫许久，再拿起筷子，把剩下的饭菜吃了个精光。

晚上，我们来到了宿舍。大家都纷纷拿出了自己的内衣准备洗澡。我们以抽签的形式来决定洗澡的先后，平时在家里，要洗多久就洗多久，但在这里可不能这样，还有人等着洗呢！不可以由于一己的自私，浪费了别人的时间。

虽然军训过程辛苦，但是也有许多快乐的时光，像参观孔雀园，观看杂耍表演，看_，拉歌等。

就要告别军训基地了，操场边风中的小树仿佛在向我们致意：让我们一起成长吧！

优秀高一军训心得笔记3

今天，我们上着体育课，当老师喊“稍息”的时候，我又想

起了上星期的“军训”。

这次军训使我明白了，什么事都要做到快、静、齐，要有不怕吃苦的精神。

优秀高一军训心得笔记4

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！

优秀高一军训心得笔记5

我校新高一级共___人到公安边防武警___指挥学校进行了为期5天的军训活动。在这期间，带队的班主任、级组长都表现出极高的工作热情，对学生无微不至的关爱，顺利完成了该次活动，具体情况如下：

1、通过训练各班增强了集体凝聚力、荣誉感。

军训前许多同学还是互不认识的，但大家都十分珍惜这一次的集体活动。在共同学习、互相帮助的过程中互相熟悉，并在短期的训练中，由来自五湖四海的个体同学变成是一个懂得团结、向上的集体。有些班中某个同学病了，其他的同学帮忙打水、送药；很多同学带病坚持训练，甚至在休息时间也不忘请别人帮自己开小灶；在拉歌时喊得声嘶力竭，以至声带受损，但仍坚持，目的是为了不让自己的班集体落后于别人。

2、通过了军训，同学们的精神面貌焕然一新。

训练期间，同学们按军人的标准严格要求自己，从作息时间的遵守到规章制度的执行；从队伍的迅速集合到活动的积极参与；从就餐到就寝；无不体现了一切行动听指挥的军人作风，涌现了一大批严守纪律的标兵。

训练是艰苦的，但学员们自始至终表现出相当突出的吃苦耐劳精神，以饱满的热情投入军训。队列训练，一站二三十分钟，一动不动；站晕了，出列在旁坐一会又到队列中进行训练了，一改在家的骄气。烈日下，汗透衣衫，湿了干干了湿，没人叫苦。“一不怕苦，二不怕死”的军人作风在学员身上得到充分体现。让人感动的是，第一天训练就有多位同学晕倒在训练场上，但他们咬紧牙关，不屈不挠，一直坚持到军训结束。

3、通过训练学习强化宿舍内务。

本次军训把强化内务、强化卫生意识也摆在了突出的位置。教官们严格要求、学员们积极响应，把内务整理、卫生打扫作为一项重要任务贯穿于军训始终。几天来，学员们床被衣衫、生活用品摆放整齐有序，寝室环境干净。全体高一新生已初步形成了良好的内务作风。学校要求全体学员以军训期间的内务、卫生标准严格要求自己三年的高中住宿生活，用军人的作风把我们的校园宿舍整理得更加优美、有序。

4、以评促进，激励竞争。

为增强学生的荣誉感，营造“比、学、赶、帮、超”的竞争氛围，在军训过程中进行“军训先进班集”、“军训汇操评比”、“拔河比赛”等激励竞争活动，组织了老师、教官进行认真评优工作，并在军训汇报表演时给予表彰。还选出一男一女两个方队代表学校参加兄弟学校军训汇操，更进一步激励了学生们为校争光的集体主义精神。

本次军训虽然达到了预期的目标，但还存在着以后需要进一步改进和加强的地方：

首先，军训时间较紧，现在学生的身体素质较差，造成军训规范动作质量不高。教官们想教，但学生们学不来，有恨铁不成钢的感觉。

其次，现在学生在家是“小太阳”，平常骄气，吃不了苦。在训练中容易畏难。对于这部分的学生要注意思想教育。

军训虽然已经结束，但军训的意义远不止这短短的几天，学校希望同学们学以致用，把人民军队严明的纪律性、吃苦耐劳的精神、自强不息的品质、良好的内务作风与三年的学习生活结合起来，严格要求自己，把自己培养成一个意志坚强、作风扎实的合格的__一高中生。

优。这次军训是对自我的一次洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战！

挑战一：十几年来，从来没离开过父母这么久。一切都由父母安排。这次军训意味着我要学会集体生活、自我照顾。失去了父母的依靠，我变得处处不适应，特别挂蚊帐成了问题。当我从口袋中拿出蚊帐摊开，它就似一张“天罗地网”把我整个身子都罩住了。瞧瞧旁边那位，正拿着“网”睁大眼睛发呆，可能是在琢磨到底是用它打鱼呢，还是用来做窗帘。面对这可恶的蚊帐，我们两个“呆情男儿”面对面坐在地上研究对策。（我们俩便是这样认识的）不愧是重点中学的学子，我俩一讨论便出了成果。于是分头上床去挂蚊帐。忙活了好一阵子。下床一看。哇噻！我们的蚊帐开口都向着墙，且有摇摇欲坠之势。不过还凑活着用吧。我几次都想打个电话回家宣泄一下，但几次拿起了听筒又放下了。我要学会自强，将来的路是由我自己闯的，父母只是帮我打下了基础。于是我开始学着做我几乎从不做的housework[]做着做着，才发现原来母亲是那样辛苦，又是那样默默无闻。我由于偷懒，经常

把一堆衣服仍进放洗衣粉的水里浸着。可母亲为了我不受洗衣粉的刺激，每天用肥皂手洗。儿女是船，父母是帆。我在此恳请各位子女们，多多关心父母，体谅他们。

挑战二：军训当然不能老呆在寝室里整理内务，总得出去训练吧。可老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浹背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那国旗班的同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着“她”的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比8月中旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行！任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步！就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“高中第一课”。

优秀高一军训心得笔记7

一眨眼六天的军训结束了，留给我们的是酸、甜、苦、辣和永恒的记忆。

酸

天还没亮，却要匆匆忙忙带着惺忪的双眼昏昏沉沉的做早操，饿着肚子，迎着风，嘴唇哆嗦着，鼓足了劲跑步。累了一天，该写日记了，疲惫不堪的拿起笔，笔尖却一直停留在空中，想要下笔去不知从何写起。脑海里却想不出一句话，只是不停的回忆今天做了什么。一个个干裂的嘴唇喊着响亮的口号，喉咙干了、腿也酸了、全身无力却坚持一遍又一遍的操练。此刻，我明白了：在困难面前不气馁，永不言败！

甜

拉歌是军训中不可缺少的部分。休息时，排与排之间就会拉歌，让这军训不再枯燥无趣。教官们的幽默风趣和嘹亮的歌声，那排山倒海之势，不得不让人为之震撼。那首《团结就是力量》却百听不厌，每听都让人意志昂扬。欢快的歌声似乎渐渐消去了一天的疲惫和幸苦，让人心头暖意阵阵。拉练即使很疲劳，但是却让同学们之间的距离拉近。晚会上动听的歌曲，精湛的舞技，都深深的印在我们心中，为军训画上了完美的句号。

苦

军训很苦。苦在脚上磨出的水泡；苦在为正步踢麻的腿；苦在站军姿时累酸的腰间。灼热的大地，火辣辣的阳光，飞舞的蝇虫，流淌的汗水，酸痛的四肢，汗流浹背的我们，纹丝不动的站着军姿。若大的操场在阳光下一点点的融化，缩小，直到把我们吞噬。哪怕是一个简单的动作，在训练场上，我们无数次重复着，使我们真正体会到军人的一丝不苟。或许这些不是苦，而是一种收获，收获的是耐力，是坚毅，是勇敢，是不屈，更是团队精神。

辣

军训生活少不了叠被子和内务整理。教官叠、压、折、修，不一会儿，一块有棱有角的“豆腐”就呈现在眼前，让人惊叹不已。教官们严格的要求，严厉的批评，让我们更有努力的决心。那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫不动的双腿，让我为此感动。

教官们每天不顾风吹日晒，喊哑了嗓子，付出了无数心血和汗水。通过军训，增强了学生的体魄，锻炼了坚强的意志，磨练了毅力。同时也使我们每一个同学从教官身上感受到作为一名军人的气质，那种不怕苦、不怕累，英勇向前，决不

后退的无坚不摧的毅力。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。军训是与困难挑战，是与炎热的酷暑作斗争，是不断的战胜自我，完善自我，是磨练意志，不断战胜各种艰难险阻，走向胜利。

樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一支独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星！

优秀高一军训心得笔记8

耳边时常徘徊着教官熟悉的声音，想起那魁梧笔挺的背影，不免想起这次的军训。说是军训，倒不如说是来锻炼自己的自理、团结能力，让我们团相互助，了解彼此。不过这段时间充满了艰辛，也有一些小困难阻挠着我们，但是我们仍旧不怕苦、不怕累，遇到困难勇敢的面对，那胜利就会是我们的。回顾前几天的快乐时光，心中有着一丝留恋和不舍，让我们再去重温那一次的时光，进入美好的三天军训吧！

回想第一天见面，大家都像个好奇娃娃，左瞧瞧、又看看，一切都是那么的新奇有趣。我们互相问好，慢慢熟悉“我叫王伊戈，你叫什么名字？”

只见一个可爱的女孩伸出手向我问候。“我叫高欣怡，你好！”“那以后我们就是好同学啦！你有什么不会问我，我不会的就请教你啦！”我们两个就像以前认识的好朋友。到了车上，同学们像打了兴奋剂似得，一个劲和周围的同学讨论军训的事：军训累不累？吃什么呀？不过我听到最多的就是教官凶不凶？我们和谁一个宿舍？随着张姐姐开始说话到结束，我们不久就到达了旅馆，激动的心情已经压抑不住，当我们走

进宿舍看见只有两张床，先是楞了几秒，然后马上明白了：原来是2个人睡一张床！我们看着对方都咯咯咯的笑了，想着：晚上的小习惯可能都要报露了，从来没有过呢！

午餐来临，我们陆陆续续走进了餐厅。因为我们还不知道规矩，前一半的人一进到食堂，就拉出小凳子坐下了。后来的人刚想坐下，教官真的是像狮子大吼一声对我们说：“谁让你们坐下的啊，都给我站起来。”

是在旁边的一桌同学，吧唧吧唧嘴巴说个不停，他们到底是有几年没说话了，聊得热火朝天，你们不知道说话就不能吃饭了吗？望着已经端好的饭菜已经迫不及待的等进入我们着的口中，可是，却不能吃。我们眼巴巴地看着饭菜“准备凳子”我们拉出凳子，站在凳子前面，心中在想：还没结束啊，站得腿好痛，这是什么流程，未免也太麻烦了！“坐！”“开饭！”我们迅速分完了汤，提起筷子，夹到那个菜就往嘴里送，分分钟就把饭菜解决了。可是有些同学，拿着筷子有些迟疑地夹向了一根海带，慢慢吞吞地往嘴里送，皱着眉头，挖了一小口饭，咽了下去。我想：要是真的饿了，恐怕再难吃的饭菜也会很快吃完的吧！吃饱了，舒服了，我们一路走回宿舍，冲把澡，靠在软软的床上，不知怎么了迷迷糊糊的就睡着了！

时的那件事：当时我们排好队，精神抖擞地站好，当教官说练转体时，我心想：不就是转体吗，我们原来学校练得很多，很简单的。可后来我才知道是有一定难度的，第一次“向右转！”我听见了往右转去，可是却忘记了喊团结，丢脸啊！“有同学没喊团结，声音到哪去啦？32个人声音怎么这么轻，是中午没吃饱饭吗？”接下来可就好多了，我们整齐的脚步声，教官都看在眼里，我们还练了齐步走、跨立……到现在还记忆犹新呢！教官还对我们说：“转的时候手要贴紧，脚靠拢时要用力踩下去。”还好教官告诉我们不足的地方，这样才能让我们不断进步！优秀高一军训心得笔记9

星星在明朗的夜空眨眼，一颗流星划过，打破了暑假的那份宁静。

一轮新日从东方升起，新的一天开始。同时，我们的10天军训“生涯”开始，全部高一新生在操场上，那些眼神中透露出对自己教官的期待。不一会，教官分到班级。我们的教官郑，来自南京军区，他的眼神中透着几分神秘，猜不透。

□

吃苦不一定有成绩，但不吃苦，一定没有成绩。

三天的军训很累，累的是身体，我们的心绝对不会累，这三天我们收获很多，教官的训导、班主任的教诲，那份责任感、荣誉感深深烙在心中。

我们要好好珍惜此次军训，认真练，用“心”练，因为心是永远不会累的，我们不希望教官“心”苦。

郑教官，您辛苦了，谢谢，我们26班不会辜负您对我们的期望。

优秀高一军训

心得

笔记10

顶着太阳慷慨赐与的热辣辣的光芒，我们齐步走在操场上，耳中充斥着兄弟班级洪亮的报数声。我们一遍遍地从这头走到那头，再从那头走到这头，单调又重复，还似乎永无止境。平时“养尊处优”的双脚哪经得起这般折腾，酸麻的感觉顺着大腿爬了上来，早就有人在喊：“我的脚都磨出血泡了。”“我都快撑不住了，双脚似有千斤重啊。”可只要教官的身影一出现，所有的埋怨、委屈都被活生生吞了回去，发出的是那铿锵有力的“一、二、三、四……”，我们一边扯着喉咙喊口号，一边机械地踢着正步，头皮和阳光之间的

障碍就是那一顶薄薄的军帽。好不容易听到教官喊停，绷紧的神精还来不及放松，又听到了“蹲下”的口令，这“蹲下”可不是平时那种惬意的姿势：左右脚膝盖不能碰到地面，两脚分开，_坐在右小腿上，左手搭在左大腿上，腰必须挺直。这哪是休息，简直是受苦啊！

军训之前，我一直觉得自己不是被宠大的“温室里的花朵”，而是真正的男子汉，有着男子汉的忍耐力和意志力。可如今才两天功夫，这些美好的自我感觉已被击得粉碎，一回家，浑身似散了架似的提不起劲来，头、颈、身子、腿、脚，凡是能传递感觉的地方都一致地告诉我：这军训可不是闹着玩的。有时想到教官们一脸轻松地给我们做示范动作，我常有自叹弗如的感觉，看来我们之间的差距还真不是一般的大。

两天的军训虽然为时很短，但人生中有这段记忆还是很宝贵的，它让我一进中学就明白：遇到困难就寻求帮助或直接放弃都是不对的，正视困难、克服困难才是明智的选择。初中三年的学习是繁重单调的，甚至是艰苦的，但只要坚持，只要刻苦，相信会登上成功的峰顶，欣赏到美丽的风光。也许在我们以后的人生路途中还会遇到各种各样的困难，那时我会想到这成长中的第一次军训，想到军训时教官的告诫：困难既是我们前进途中的绊脚石，又是我们攀高的垫脚石，困难越大，迈过去之后就会攀得越高。

高一军训心得篇二

坐在大绿伞(大树)下休息的我怒火顿时上来了：“可恶的军训!那么艰苦，那么累!简直是在折磨我们这些祖国的小花小草啊!”至此，本站开始讨厌教官，那一种讨厌，是打心底里的讨厌!

晚上，我拖着像带了铁链似的沉重的脚步走上了宿舍，来到了阳台。抬头望着那没有星星的夜空，仔细地回想了今天的

军训，怔住了：“那些感觉到不舒服的同学们，也许在家就是那家长手中的一条条金块，或许就像那温室里享尽了舒服的花花草草，经不起任何的风吹雨打。当然，我也不能例外，在家里，我不就正是一个十指不沾春水，衣来伸手，饭来张口的千金么？老爸老妈都在宠着我。

可是在这一——军校里，我独立着，并且努力着。这里，没人会同情泪水！”想到了这儿，我又悟出——“军训！这不就是考验着我吗？考验着我的毅力！是啊，在这几天军训当中，让我深刻地懂得了什么是坚持，什么是礼貌，什么是秩序，更懂得了当一个真正军人的艰辛！”

为此，我又开始感激教官，那一种感激，是打心底的感激，因为他让我懂得了很多很多。

军训，它告诉我——不经历风雨，何以见彩虹！

高一军训心得篇三

喧闹的城市踏入宁静的校园，为期5天的军训如火如荼地拉开了帷幕。

这几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻5天已经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浹背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能

站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行！任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步！

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

不论是孟夫子的“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，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，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。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。5天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直

前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，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，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？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，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

5天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。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，我会怎么做？”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

高一新生军训心得5

高一军训心得篇四

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。

之前凝成一个整体呢？

高一新生军训心得4

高一军训心得篇五

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。

高一新生军训心得4

高一军训心得篇六

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。

带着些许好奇，训练开始了。穿着笔挺的绿色军装，教官一出场就给人严肃的感觉，我亦不自觉地挺直了身板.....

军训是苦的。在教官严厉的训斥下，我们顶着烈日一遍遍地重复着相同的口令——“稍息、立正、向右转、向右看齐”，汗水顺着脸颊划过，浸湿了我们的衣服，脚后跟因长时间的站立而感到酸痛.....但我们不叫苦不叫累，严格的训练渐渐磨平了我们的棱角，让我学会了忍耐，学会了坚强。

军训又是甜的。因为我从中尝到了苦尽甘来的滋味。从嘹亮的

口号

声中，我体会到了团结的欢乐；从铿锵的军歌中，我体会到了奋进的快乐，当我们队列从凌乱到整齐而有节奏，在汇报演出的舞台上听到观众的掌声时，我体会到了成功的喜悦。看着几天来努力与汗水换来的成果，每个人的心里都是甜甜的。

军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。通过六天的训练，我认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切地体会军人的英伟。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，是不可能成就这样一个完整的方队。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。

回想起这段日子，我感慨良多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。通过军训，我们至少不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我们知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。命运在自己的手中，只是看是否去把握！

高一新生军训

心得

2

高一军训心得篇七

山因悬崖峭壁而险峻；海因惊涛骇浪而壮阔；河因跌宕起伏而秀美；人生因磨难挫折而坚强。

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。

带着些许好奇，训练开始了。穿着笔挺的绿色军装，教官一出场就给人严肃的感觉，我亦不自觉地挺直了身板.....

军训是苦的。在教官严厉的训斥下，我们顶着烈日一遍遍地重复着相同的口令——“稍息、立正、向右转、向右看齐”，汗水顺着脸颊划过，浸湿了我们的衣服，脚后跟因长时间的站立而感到酸痛.....但我们不叫苦不叫累，严格的训练渐渐磨平了我们的棱角，让我学会了忍耐，学会了坚强。

军训又是甜的。因为我从中尝到了苦尽甘来的滋味。从嘹亮的口号声中，我体会到了团结的欢乐；从铿锵的军歌中，我体会到了奋进的快乐，当我们队列从凌乱到整齐而有节奏，在汇报演出的舞台上听到观众的掌声时，我体会到了成功的喜悦。看着几天来努力与汗水换来的成果，每个人的心里都是甜甜的。

军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。通过六天的训练，我认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切地体会军人的英伟。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，是不可能成就这样一个完整的方队。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。

是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。通过军训，我们至少不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我们知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。命运在自己的手中，只是看是否去把握！

高一新生军训心得2