

军训心得体会高中(实用8篇)

我们应该认真对待每一次教学，及时进行教学反思。小编为大家准备了一些实习心得范文，这些范文质量较高，可以作为我们写实习心得的参考。

军训心得体会高中篇一

为各位准备的是大学入学军训生活心得本站锦，供各位阅读，希望内容对您有所启示和帮助。

当标着横幅的旗子在空中飘起的时候，当教官的哨声在耳边响起的时候，紧张而又严肃的军训开始了。

军训是大学生活的起点，对我们这些刚踏入大学殿堂的莘莘学子来说，也是一个新生活的挑战。

今天是军训的第一天，也是大学生活的的第一天。放过长假的我们从享受中迈向紧张的军训，从丰富充实的假期生活走向另一种多姿多彩的军营生活，总之军训生活中有苦也有甜。而且，军训生活确实很苦也很累。

严肃的教官站在队伍旁边，严格地指导着每个学生，似乎要帮助我们打造一个全新的自我。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着。这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了。

军训时，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，同时军训也赋予我们一个健康的身体与坚强的毅力。

一天的军训生活下来使我们对大学生活有了新的认识，而且让我们的身心也得到了锻炼。

虽然我们都来自五湖四海，但是我们却有着共同的梦想。我们相信，无论以后的军训生活有多苦，我们都会坚强地一起走过！携手共进，一起度过我们的军训生活！

早上七点钟集合，每人领了一罐水记上标签，摆放得整齐在场地地上，连水都站军姿了。

等教官来，意料之中的，第一件事就是站军姿。

那时，我们在阴凉处，有几个班就是在太阳底下的，还好，我们教官算仁慈，没让大家去太阳底下。一段时间的军姿站完后，脚是酸痛得要命了，这也太痛苦了，好像当中有人吃不消了，还好我拼命坚持下来了，不然真的很抱歉。

接着复习了一些动作，又教了跨立和敬礼两大动作，和昨天不同的是，我们晒了好一会儿的太阳。

晒完太阳后，又回到昨天的阵地，坐下休息，接着训练，类似这样，持续到十点钟的时候，咱教官竟然去拿了歌词来教我们唱昨天他遗留的军歌《军号嘹亮》。

这是一件可喜的事，一遍又一遍的跟唱，一遍又一遍的合唱，我们学会了这首歌。半天的军训时间也伴随着《军号嘹亮》而结束！

下午的日子，听起来是不错——在空调房里看电影，可是亲自去了才会知道，看电影并不是一件很轻松的事。

两个排选了一部军训电影《冲出亚马逊》，这部电影，我从小学就开始看了，而且几乎每年都有看，也就少了点兴趣。

不过剧情还是次要的，最主要是坐姿。有教官在，就会让我们有军人的纪律。他说女孩子要文雅，要有端正的身形……我们呢？坐在那里就累死了，坐军姿看电影，真有点吃不消。

于是，就和教官打起了“游击战”，他走了就稍微放松一点，他来了就立马坐正来，这样一直维持到影片结束。唉，终于解放了！

紧接着就是我们去参观教官的宿舍了。他要我们排着整齐的队伍去，时刻牢记军人的纪律，他真是一名优秀的军人。

来到他的寝室，我们就看到了豆腐块似的被子，让人心生羡慕啊，想想我们何时能叠出这样的被子！

整齐的床铺让我惭愧，我的床铺可是有很乱很乱的时候，而且是一个女孩子，怎么会这么懒？他们当军人的，也真不容易。

而后，他就拿出被子，开始叠了，我摄像了一段，竟然要两分多钟，那我们这些不会叠的人要几分钟啊？平常叠被子几秒钟就好了，而这个竟要这么长，真是难为人啊！

离开了教官的宿舍，我们半天的军事理论教育就完成了，等待着晚上的叠被子练习。

到了晚上，我拿着席子往训练场赶，看到别人也有带被子，想着这任务应该不会取消。但是，世事难料，到后来活动就被取消了，害我白白地带了被子。

晚上的练习和前一天都一样，先站半小时军姿，这是最痛苦的。然后就是复习所学动作，来回地练习，争取得到步调一致。

几段如常的练习过后，我们坐在地上休息，唱起了歌。《团结就是力量》、《咱当兵的人》等等，我们跟着教官唱，也常常爆笑，真是很好玩。其他排的队员，也开始唱歌了，校园里响着一阵阵嘹亮、浑厚的军歌声。

湖州师范的夏夜，因有了歌声而不炎热！

一天军训，再一次在歌声中结束！

今天是军训第二天，今天基本上是复习昨天的训练内容，站军姿、齐步走、原地立定转体等。不过，今天也有新的一项练习，也是每年军训我们最期待的一项：打靶练习。满心期待，我们列队走向练习场，终于摸到了真枪，每个人都很兴奋！可是，当真正练习的时候，几乎每个人都开始叫苦，趴在地上，手肘撑起身体，很快手肘开始疼痛，枪托顶肩，肩部也开始疼痛...，很快下一个排就来了，我们也离开了打靶训练场，似乎每个人都舒了一口气。

仔细回味着一天，似乎会有一些苦，但更多的是快乐。齐步走时，经过一番训练后看到齐刷刷的身影，整齐地摆臂，听到整齐的脚步声，以及响亮的口号，心中无比的快乐与充实，这是先苦后甜的快乐！在这时，我总是会觉得老天不给力，总是阴沉着脸，我总是会想应该大大的太阳，让我们挥汗如雨，似乎只有这样才能把这种快乐与充实放大！当然不只是训练，在休息期间，与教官互动，做一些小游戏，也让我们感受到这集体的欢乐！

都说军训苦，可只有我们知道，乐在其中，且其乐无穷！明天，我们期待着。

军训心得体会高中篇二

晴朗的夜空中无数的星星眨着眼睛，同学们坐在地上唱着歌曲，哼着小调……这是军训中的一幕。烈日当头，同学们个个汗流浹背，却还举着双臂，挺着双腿，在绳前苦练正步的姿势……这也是军训中的一幕，军训中有苦有甜，有玩笑也有冲突，我们班的军训生活就在12天的训练和玩笑中结束了。

军训告一段落，这12天让我们恋恋不舍，舍不得集体的生活，舍不得叁位严厉而又和蔼的教官，还有那湖边内看不到的美

丽星空……令人念念不忘的东西实在是太多了，数都数不清，所有我们经历过的都让人回味无穷。

在这里不得不提叁位教官，他们训练时对我们要求严格，态度一丝不苟，不容我们犯重复的错误。可平时休息的时候，他们又成了我们的伙伴，我们的知心朋友。在生活上，叁位教官和管老师就像我们的父母，对我们既关心又体贴，记得每天晚上管老师和教官轮流查房，督促我们准时熄灯，关心我们的冷暖。还记得最后一天，一排教官在寝室之间来回奔波，为的是帮我们叠好不规范的被子。还有在星光灿烂的夜晚，大家围坐成一圈，看教官跳着柔美的蒙古舞，还有……我们也都记在心里，教官的一句话使我们深深地震撼，“我没有名字，我的名字叫武警。”他让我们知道了一位军人舍小家为大家的无私精神，了解到作为军人的一种自豪。那种神情，那种精神是让我们所深深折服的。最后离开的时候教官替我们提着行李送大家上车，那时心里的感动不是可以用语言所能够表达的。也许这次与教官的分别将成为永别，但他们的精神将会在我们心底扎根，生长，成为我们上进的动力，这大概就是教官给予我们最为宝贵的东西吧！

军训的12天中，我们一次次地晒着太阳，一把把地流着汗，一遍遍地在寝室里喊着腰酸背痛，可在训练场上，没有抱怨，只有坚持。大家都被互相感动着，这种感动转化成了动力，激励着我们坚持到最后。虽然最后的名次不怎么理想，但我们已经尽力了，没有留下遗憾，有这样的经历就足够了。

在锦绣园，我们天天唠叨着：还有三天，还有两天，还有一天，可当我们将要离开的时候，却又有一股不想离开的念头，我们期盼那最后的几个小时过得慢一点，再慢一点。也许这正印证了“拥有时不懂得珍惜，失去时才后悔莫及。”这句话。人生就是如此，由一次次短促的经历拼凑而成，亲身体会时觉得如此漫长，回味起来却觉得那么短促。

有多少泪水，可以偷偷抹去，有多少相处，可以刻骨铭心；有

多少感动，可以重回心头，有多少欢笑，可以永驻人间；有多少痛苦，能不留下伤痕，有多少故事，可以重头讲起；有多少知心话，可以从头叙来，有多少的人，可以痛快地去爱；有多少的爱，可以尽情地分享，有多少期待，值得日思夜想；有多少甜蜜的梦，不会被号声惊醒，有多少美丽的脸庞，能够抵挡烈日的洗礼；有多少飘零的心，期盼着回归故里……这就是军训，带给我们一丝苦涩，一份甘甜，还有一次成长。

大一军训心得1500字

军训心得体会500字

军训心得体会高中篇三

河流只有在汇聚起来时才能成为大江大海；花儿只有在汇聚起来才可以有百花齐放的景象；我们需要团结起来才能创造不一样的风景。

训练中，我们需要团结。一个人的踏步声是不足以震撼到你我，但一个方队的踏步声是足够强大的，这需要的不只是你或他的努力，而是需要大家的团结。团结一致才能让整个方队走的稳、准、齐，整个队伍才够有气势。在我们方队，连长总是有意无意在培养我们团结的意识，在走齐步正步时，我们当中只要有一个人走的不好，全队受罚，虽然有些人会认为他人与我无关，但是在军队里，没有我，只有我们，大家有福同享，有难同当。在这八天的时间里，团结的意识已经慢慢渗入我们脑子里，我们在团结的力量中勇往直前。

在整理内务中，我们需要团结。整理内

务，是每个人的噩梦，因为军队里的内务要求很严格，不仅需要把自己内务做好，宿舍其他公共地方也需要大家的合作，所以在宿舍整理内务中，我们需要宿舍六个人的团结一致。在军训前一天，我们宿舍开展了内务大清理，大家在整理各

自内务之后，就开始了公共地方的清理。在我们整理内务的过程中，我们发现宿舍门口的垃圾桶里的垃圾已经堆积如山，这已经严重影响了我们的出行，我们宿舍两个人自告奋勇去帮忙清理，但两个人的力量总是渺小的，所以清理的进度很慢，后来当整个宿舍都出动到隔壁宿舍的人也过来帮忙时，堆成小山的垃圾很快就被清扫完毕。团结的力量总是强大的，在军训的八天时间里，我们宿舍六个人在团结的力量中带领着宿舍内务向着更好的方向前进。

在外院军训整体工作中，我们需要团结。在整个军训中，除了我们15级的学生在“战场”中冲锋陷阵，在作风纪律、队列训练、内务整理等各个方面需要团结一致之外，我们外院的后勤工作也是需要团结一致的。我们的书记、辅导员带领着我们15级导生为我们的军训保驾护航，他们付出了他们的时间、精力、心血，倾注了对我们满满的爱。在训练场上，总会看到他们陪伴的身影，当我们休息时，他们总会来到我们身边询问我们需要些什么；在宿舍里，总会有他们帮我们整理内务的痕迹，没有摆好的书会摆成一条直线，不干净的地板会亮的反光；在晚上训练回来后，他们会来到我们宿舍送清凉，还会和我们说一些军训注意事项，叮嘱我们要保重好自己的身体。在整个军训里，我们外院要拿下最佳学院的称号，需要整个外院的努力，我们学生是主力军，同时还需要那一群尽职尽责的书记辅导员老师们组成的后援团的团结一致。就如季老师说的，无论怎样军训再苦再累，他们会和我们一起风雨兼程。还有剩下的四天里，我们外国语学院会在团结的力量中组成最强战队，无惧向前！

聚是一团火，散是满天星。我们相信，我们外国语学院在团结的力量中能一直勇往直前，无惧骄阳与暴雨的挑战，成为十二天军训里最美的一道风景线！

军训心得和本学期的计划

军训心得体会高中篇四

告别了三个月漫长的暑假，我来到了一直为之奋斗的地方——大学。大学的第一堂课就是军训，在这里我感受到了军人的艰辛。

一直听别人说军队是很严很辛苦的地方。虽然现在只刚训两天，我也是切实体会到了那种辛苦。虽然只是短短的两天，我还是感觉像是魔鬼般的训练。练站姿，坐姿，尽管时间很短，还是感到腰腿酸痛，浑身不舒服，走到哪都想躺一躺。虽然军训很苦，但是之前的懒散、拖拉，都得到了很大的改善与锻炼。更重要的是，我在这真切地感受到了团结的力量与互助的重要性。我很开心在这里能够认识到许多新朋友。在之后的四年我们会在一起学习，一起生活，将会融为一个集体，一个家庭。

教官虽然对我们很严格，但是我并没有怨言。他那一声声响亮的口号，会让我振作起来。虽然有时做的不好会挨批评，单无论怎样，我都会一直努力，努力是自己变得更好。教官也是从士兵苦出来的，他们付出的汗水一定比我们多出百倍，千倍。我们这一点小小的苦，又能算得了什么。虽然累的时候想哭，想过要放弃，但是眼泪掉过之后依然要坚强。告诉自己要坚持下去，一定要有不怕苦，不怕累，敢于吃苦，勇于受累的精神。

只有付出才会有收获。我是农村走出来的孩子，深知父母种田的辛苦与劳累。在春天播种之后，只有经过一系列的苦活，累活，秋天才会取得收获。所以现在吃点苦不算什么，我一定要努力下去，争取保持最好的姿态。

军训，是我难以忘怀的经历，让我体验到了非同寻常的生活。让我懂得，学会了很多很多。

的时候，就已经跨出了很重要的一步，打破了禁锢自己的懦

弱。更何况，再熟悉的人也是从陌生人变来的，不是吗？

我想军训生活中学习的吃苦不放弃、合作的集体精神也将贯穿大学四年，核心是自我控制能力，这也是一个人的素质体现之一。我觉的我今天的表现真的不是很好，但我认真过，我相信练好每一个动作，就是一种进步。教官的宽容会让你觉得不练好动作会有愧疚感，又岂能特别享受到教官掏钱买的水，班主任和小班的关心，会让你觉得累也有动力。

一个人在外面，每天都会想家，特别是累的时候，唯有充实才能削减那份想念，我只希望每天的军训中，有苦有乐，在苦累中一步步融入大学生活。

有人说：“没有军训的生命是残缺的，没有经过军训洗礼的人是无为的，没有经历过军训考验的灵魂是暗淡的。”而今天这“开学第一练”在我的人生路上留下了抹不掉的光彩。

这第一练虽辛苦，虽枯燥，虽疲惫，虽乏味，但却为之后的十四天的军训奠定了坚实的基础，甚至在某一程度上说也影响了我以后的人生，她是我踏入大学的“第一步”，也是我迈上社会的“第一步”。

在第一练中，我感受到了教官不畏艰辛的精神，也感受到了同学们坚韧不拔的信念，虽没有烈阳的赤烤，我们仍能触及到那份火热，那是同学们不畏困难，迎头向上的傲火！是教官们辛勤教诲，不畏劳累的温情之火！是陪伴在同学们身边老师们的关怀之火！那来自于常大全体师生灵魂的火热。

军训心得体会高中篇五

之前我对军训的影响有两个字：痛。但是经过一个上午的训练，我的感受远不止两个字。我想用四个字来概括，就是酸甜。

第一、不朽的意志在痛苦中

杨还是一点都不原谅人。虽然她红扑扑的脸不会出现，但她的热度却像蒸笼里的包子一样直冲我们而来。在恐惧和酷热中，我终于迎来了威严的教官。十几个穿着军装的教官迈着有力的步伐向我们走来。气势和威严让我感到敬佩。在教官的带领下，我们来到训练场，接受了严格的训练。不过，我是高中生。这是什么苦？我淡淡一笑，心里有个声音说：“打不过的是我们高中生的意志。”

第二、甜蜜的问候

其实教官并没有我们想象的那么严肃，那么不可接近。在休息的时候，我们看到了士兵的另一面……和蔼可亲。“累？”“还能支持吗？”“怎么样？”多么热情的问候！仿佛这是炎炎夏日的清泉，缓缓流进我们的心里，滋润着干涸的心。即使再热，我们的心也是凉的。

第三、苦而乐

军训真的很苦，不然你可以称之为“毅力和体力的训练场”，但我想说的是，如果军训有10分，那就是苦5分，乐5分的组合。所谓痛苦，只是肉体上的。想想红军二万五千里长征。这是什么苦？况且不说别的，就因为我们是高中生，就能忍受一些磨难。真正的幸福是精神上的，能在进入高中之前接受一次毅力训练，我感到很荣幸。我会非常珍惜这个机会。我相信经过军训，我会收获很多。我不想成为只在父母羽翼下成长的小鸟。我要克服脆弱，真正在心里筑起坚固的堡垒。

第四、烈日炎炎，心如死灰

我害怕太阳，而不是军训。不就是晒几天太阳吗？当时的太阳真的只能用一个词来形容“辣”。很多同学都被太阳蒙蔽了双眼，这不仅需要一定的身体素质，更需要精神上的支持。

他们不能有逃跑的想法，应该端正态度。今天在烈日下训练真的很难。什么意思？这意味着我平时运动量少，但我很幸运的发现了这一点，我将以比太阳更好的热情征服这种军训。

应该为天空而战的是雄鹰。我想说的是，应该勇敢前进的是高中生。这是什么苦？只要我们有不怕苦的精神，一切困难都是可以克服的。我相信经过这次训练，我会变得更强。

军训心得体会高中篇六

11月的晴空，太阳犹如红彤彤的大火球，将金子般的光芒洒向大地；白云，悠闲自在地在天空中漫步；风儿，轻轻地拂过孩子们的脸，悄悄地拭去额头上的汗珠；空中，有飞鸟的影子闪过，伴着清脆的鸣叫，给操场更添了几分生机。

沐浴在阳光下的我们，正在进行国防军事训练活动。

“向左转！”已经是军训的第四天了，教官还是那么一丝不苟地发号施令，严格要求，“那个同学，你转反了！”

一会儿向左转，一会儿向右转，我被训练得团团转，偷偷地瞄一眼热情万丈的太阳，我顿时眼冒金星，感觉头重脚轻，暗想：要是能休息一会儿多好！我的步伐不知不觉中慢了下来。

“那个同学，注意对齐！”

我如梦初醒，大步向前迈去。

操场上，“一、二、三、四！”的喊声铿锵有力，抬腿摆臂的姿势整齐划一，横平竖直的方阵令人赏心悦目，这一切，是多么的来之不易呀！

尊敬的教官，我要感谢你们！是你们，让我们明白了服从的

意义；是你们，让我们知道了团结的重要性；是你们，让我们挺起胸膛面对困难！

敬爱的老师，我要感谢你们！是你们的微笑，点燃了我们拼搏的激情；是你们的眼神，教会了我们坚强勇敢；是你们的坚守，才有了我们今天如此的成绩！

亲爱的同学们，我也要感谢你们！因为你们，我更加的刻苦训练；因为你们，我更加珍惜每天的进步；因为你们，我感受到了众志成城的力量！

“一分耕耘一分收获”，我相信，只有努力，才能成功！让我们在激情燃烧的11月，用行动演绎属于我们的精彩！

军训心得体会高中篇七

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，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“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。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

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；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；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。就在这不知不觉的强忍中，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，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。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。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。

回想起这些日子，我感慨很多。"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。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

"水滴石穿，绳锯木断"微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁才是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

军训心得体会高中篇八

时光匆匆，你我皆是过客，军训也逐渐步入尾声，一次次的军姿像是在给军训做倒计时，原本我们还是站会儿军姿腿都抬不起来的娇小女子，如今，将筋骨拉开后自带一股英气，

不由心生一股自豪，这或许就是军人的力量，无需过多言语，潜移默化间有着一股深入骨髓的浩然正气。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。所有项目中最为养眼的便是正步走。可这也是教官最难教、我们最难磨合的项目，一排又一排，一遍又一遍，汗水顺着鬓角流下，湿透了脸颊，湿透了衣物，不可否认，过程十分难熬。厚重紧贴的衣物让你百般不适，但这苦中的甘甜却能够让你甘愿忍耐，因为汗水换来的是整齐的踏步声，我们坚持着，我们更在努力着。

当然教官的耐心与辛苦，我们不仅是看在眼里更是记在心里，他们展示着人民子弟兵尚的品格，换位思考，若是我处在那个情况，定会是百般无奈，更何况他也只是比我们大不了多少的大哥哥。

时间如白驹过隙，一转眼就到了大一新生军训的第四天。今天，也是立冬第三天，按照节气规律来说已到一年之中较冷的时候，天气依然延续前几天的晴朗。天空湛蓝，万里无云，限度的放大了太阳的威力。艳阳对于我们在训练场上的受训的同学来说是一个不小的考验，但我相信同学们一定可以排除万难，完成艰巨的训练任务。

每天的站军姿训练都是磨练我们意志的重要一环，军纪如铁，意志如钢。站军姿也是每天训练重要的一环，所以训练场上都是以站军姿开始军训内容。清晨一缕缕阳光打在同学们朝气蓬勃，英姿飒爽的身上，成为训练场上一道靓丽的风景线。大家经过几天的训练，唱军歌的水平有了很大的提升。强军战歌、团结就是力量、当那一天来临等一首首等充满红色军旅气息的歌曲，被同学们响亮的吟唱出来。一句句悠扬的军歌响彻整个训练场，很好的展示了我们同学们的风采。

短暂休息过后，同学们又开始了新一轮的训练项目。穿着绿色迷彩服的身影遍布在训练场的各个角落，各个方阵的训练内容也不一而同。例如平举水瓶在身体正前方，站定身姿，

锻炼同学们动作的统一性和整体性。军训虽然辛苦，但同学们更多的选择咬牙坚持，不放弃。华广学子们都是好样的！这种品质值得我们每一个同学学习。