

军训体会心得高中(优秀18篇)

实习心得是对实习期间所遇到的问题和困难进行分析和解决思路的总结。点击查看以下小编为大家整理的工作心得范文，希望能给你提供一些写作思路 and 技巧。

军训体会心得高中篇一

第一段：军训改变了我

高中时期学习的艰辛和压力无人不知。然而，在我高中三年的生活中，军训比任何一门课程都给我留下了深刻的印象。从最初的抗拒，到逐渐适应并最终喜欢上军训的过程中，我不仅意识到了军训对于身体的改变，更感受到了它对我的思维和心态的正面影响。

第二段：锻炼身体与提高自律能力

军训的第一天，我和同学们一起挺着腰板站在太阳底下，感觉到的只有炙热的阳光，全身的汗水流淌着，疲惫感渐渐袭来。这一刻，我意识到军训绝不只是锻炼身体。通过一次次的晨跑、站军姿、挺胸束腰，我逐渐增强了体力和耐力，并且废寝忘食地进行特定的体育训练。在军训结束后，我发现自己不再是那个体力奇差的我，而是一个更加健康有活力的人。

第三段：培养团队意识与合作能力

在军训中，我们还经历了集体操的训练。我们需要在音乐的节拍下统一行动，同时注意队列的整齐和精确。这个过程需要我们相互协作，紧密配合。在这个过程中，我学会了倾听、沟通和相互帮助。我们通过团队集体操的训练，不仅提高了我们的合作能力，更培养了我们的团队意识，让我们明白了团结一致的重要性。

第四段：磨砺意志力与顽强精神

军训过程中，我们会遇到各种困难和挑战。在炎炎夏日的高温下，我们需要坚持锻炼，毫不停歇。每当我难过或者疲倦时，我会想到教官对我们的慷慨赞赏与期望，这让我明白到自己必须付出更大的努力。而军训培养了我们的毅力与坚持不懈的精神，让我们在以后的学习生活中更加勇敢和坚韧。

第五段：军训影响深远

通过众多次军训，我意识到军训给了我一种对生活的积极态度和自信心。军训是我高中生活中不可或缺的一部分，我的思维方式、行为习惯和价值观在军训中得到了改变和养成。我从中学会了团结合作，坚韧不拔，锻炼了我的身体和意志力，从而成为了一个更好的自己。军训让我在改善身体素质的同时，更重要的是改变了我对待学习和生活的态度，让我真正明白了要想成为一个有担当的人，必须拥有坚定的意志和不可动摇的信念。

总结：军训是一个全方位的锻炼，不仅使我们的身体更为健康有活力，更加成为了我们性格塑造的一部分。军训不仅仅是为了提高自身的体能素质，更是在锻炼我们的意志力、毅力和团队合作精神。在整个军训的过程中，我们不仅向军人学习了那种严谨、自律和不怕困难的精神，同时也刻下了难以磨灭的回忆和友谊。军训经历对我们来说是宝贵的财富，它将伴随着我们走向未来的道路，成为我们生命中的一次难忘的历练。

军训体会心得高中篇二

高中时光转瞬即逝，回忆起那段军训的日子，仿佛昨日重现。在这段时间里，我们不仅收获了丰富的军事知识和技能，更锻炼了意志力和团队精神。下面，我将以五段式表达与军训相关的心得体会，分享我在高中军训中的成长和收获。

首先，军训锤炼的是我们的意志力和毅力。在操场上，高温酷暑让汗水如泉涌般涌出，刺激着我们的皮肤。但无论累与不累，我们都要坚持，控制自己的情绪，不抱怨，不放弃。这锻炼了我们的耐力和毅力，培养了意志力和决心。

其次，军训增进了我们团队合作的精神。一个人可以很出色，但一个团队的力量是不可抗拒的。在军训中，我们被分为小组，共同面对各种训练任务。在每次操练中，我们相互鼓励、相互帮助，解决问题和克服困难。只有团队中每个人的付出和努力，我们才能达到更好的效果。军训让我们明白，团队的力量远远胜过个人的努力。

第三，军训教会了我们要做一个有纪律的人。严谨的训练流程教会了我们要遵循规则，不随意行动。我们要按照指挥员的要求行动，保持队形，保持警觉，保持集中，保持秩序。这种纪律性和规矩给了我们明确的方向，让我们变得更加有条理，更加成熟。

第四，军训培养了我们的独立和自理能力。在军训中，我们离开了熟悉的家庭环境，生活在学校。我们要独立处理个人的事务，如清洗衣物、整理个人物品等。我们学会了照顾自己和关心他人，学会了生活小技巧。这些能力能够在我们今后的生活中起到积极的作用。

最后，军训也给我们带来了友谊和回忆。在这段特殊的高中时光中，我们互相陪伴、互相促进。我们一起挥洒汗水、一起奋战操场，一起度过了难以忘怀的日子。这些珍贵的友谊将伴随着我们进入社会，成为我们面对困难时的最坚实的支持。

综上所述，高中军训是一段不可磨灭的回忆，它锻炼了我们的意志力和毅力，培养了我们的团队合作的精神，教会了我们纪律性和规矩，培养了我们的独立和自理能力，也带给我们宝贵的友谊和回忆。这段特殊时光深深地影响了我们，并

塑造了我们成长的道路。在军训过程中，我们不仅仅是学到了军事技能，更是获得了人生的真谛。我们在军训中变得更坚强、更自信，我们学会了更好地去迎接未来的挑战。

军训体会心得高中篇三

高中生活是人生中一段重要而难忘的阶段，而其中令人难忘的一部分就是军训。军训不仅是锻炼身体的机会，更是培养纪律性和集体意识的重要环节。在这段军训的日子里，我深深地感受到了军人的辛苦与坚持，体会到了团结合作的力量，收获了许多宝贵的经验与感悟。以下是我对军训的五段式心得体会。

第一段：为了团结，我们同心协力

军训是一个相互配合，互相支持的过程。在一开始的时候，我觉得队伍的纪律感十分重要。每一次集合，我们都要保持整齐划一的队形，齐步走的节奏紧凑一致。然而，在实际操作中，我发现这远不是简单的个人功夫所能达到的，而需要我们的团队配合。每个人都需迅速适应和融入这个大家庭，在一声口令下迅速集结。只有我们彼此默契地拧成一股绳，互相拧成一只足够坚不可摧的巨石，我们的军训才能够更加高效而顺利地进行。

第二段：坚持与毅力是成功的关键

军训的风雨无阻，一天下来我们浑身湿透，筋疲力尽。但是，我发现在这种艰苦的环境下，持之以恒是成功的关键。训练的过程中，我印象最深的是进行爬山绳索训练的时刻。这项训练需要我们全力攀爬陡峭的山坡，同时保持平衡和稳定。一开始，我觉得无法完成任务，但是教官的一声激励，让我重新振作起来。无论多么艰难，只要持之以恒，我就能够克服困难，到达山顶。这个过程让我明白了只要我坚持，就一定能够克服所有的困难，取得成功。

第三段：纪律是铸造个人意志力的大师

军训是一个高度纪律性的训练过程。每天早晨五点，我们就需要集合到操场上，进行固定的训练。从站军姿，做俯卧撑、仰卧起坐，到翻越爬架和爬绳索，说到底都是在锤炼我们的意志力。起初，我觉得这些动作简单而平凡，但是久而久之，我发现这些动作所蕴含的深意：在每一次训练中，我们都需要坚持下去，不管是多么痛苦或者乏味。这种纪律性的训练不仅培养了我的意志力和毅力，也让我养成了一些良好的生活习惯。

第四段：体验集体荣誉感的甜蜜

在军训中，我们不仅磨砺了身体，也寻找到了集体荣誉感的甜蜜。每次完成一项任务，我们的教官会为我们鼓掌，赞美我们的表现。当我们在操场上排着整齐的队形接受领奖时，我感到一种巨大的荣誉感涌上心头。这是一种来自团队的荣耀，也是对自己的一种肯定。在这个集体中，我不仅学会了如何与人合作，还体验到了成功的喜悦。这样的集体荣誉感也给了我更多的动力，让我更加努力地去追逐我的梦想。

第五段：感悟身为中学生的责任与担当

最后，军训让我认识到作为一个高中生应该肩负的责任与担当。作为青春期的我们，我们应该明白自己的身份和使命。无论是在训练场上还是在平时的学习生活中，我们都应该有自律和自我约束的能力。军训是一个很好的机会，让我们了解自己的优点和不足。在这个过程中，我学会了如何面对挫折和失败，同时也更加珍惜每一次成功。这样的军训经历让我更有信心和决心，去追求更加卓越的未来。

总结：

军训是高中生活中的一段难忘的经历，它不仅让我锻炼了身

体，还培养了我的纪律性和集体意识。通过与团队合作，我更加深刻地认识到团结的力量；通过坚持和毅力，我明白了成功的关键；通过严格的纪律训练，我培养了自己的意志力和毅力。在军训中，我不仅体验到了集体荣誉的甜蜜，也明白了作为中学生应该承担的责任和担当。这段军训经历让我成长了许多，也为我的未来奠定了坚实的基础。

军训体会心得高中篇四

从最基本的立正，稍息到最后最难的正步走，教官详细地说，生动地演示，帅气的动作让人十分钦佩。接着便轮到我们的了，反复地练习，认真地模仿，汗水流呀不停。可是，为啥还是不像？面对同学们的一脸郁闷，教官笑了笑说，慢慢来，练久了好看了。

最痛苦是军姿站立，就站在太阳底下，站着跟一个木头桩子一样，一动也不动，教官说，就是蚊子要你们也不能动。

军训期间的我们每天都腰酸背痛，怨声载道。走路的姿势是僵直的，因为害怕不小心动到神经，会更痛，但训练是就不得不教官说哪样走了，好悲惨的说。

有一次，同学们把年轻气盛的教官惹火了，我们便被罚迈脚，踩着正步走了400米长的操场4圈。完事后，脚几乎不能走路。同志们这是血的教训，它告诉我们最好不要把教官惹火了，不然最痛苦的会是我们。这天晚上，同学们躺在床上骂教官变态。

五天半的军训总算结束了，我们也将跟教官说再见，尽管在军训中我们和教官有摩擦，但在告别的时候，我们却对他十分不舍。

军训体会心得高中篇五

似乎是坐着七彩祥云而来，越来越接近心中的那片圣地，自己的梦想也即将实现，心中在呐喊：“我来了，军营！”

和我向往的环境差不多。高山是屏障，军营前的山巍峨挺拔，似乎是为了保护，又或是为了见证我们不屈不挠的精神所创造的奇迹。绿树环合，清新而充满神秘。绿草根根挺拔，像是哨兵在坚守。

这就是我向往的军营，七月的军营，处处洋溢着生机，充满着惊喜。当梦想实现时，犹如是在品尝苦瓜的苦涩后，继而是在舌尖上那舞动的醇香。

欣喜

真正穿上迷彩服后，才觉得自己在军营生活是真的，虽然衣服不合体，但我心里美滋滋的，那绿、灰、青组成的衣服，是让我渴求已久的梦。见到教官们精神抖擞、文武双全，心里窃喜，是啊！我的梦想不是不切实际的，教官们的训练会让我初步体验军营生活的魅力！

同时也结识了一帮好朋友，她们性格迥异，但就是这样才让人欣喜，集体生活是初次尝试，团结互助，不搞个人主义……这些都是挑战，也是机遇和价值。

充实

一天被安排得井井有条，这里的生活严格而正规。烈日下的我们在享受着这漫妙的时刻。各种单兵演练的操作虽然开始难以适应，但来之前已经对自己发出了警告：“不放弃，不掉队！”在燥热的七月，在最让我迷惘的暑期七月，现在有了目标，生活得充实。这几天明白了生活充实实是种幸福。

军训体会心得高中篇六

为期五天的军训已圆满落幕了，这是我班的第一堂特别的、与众不同的、远离教室、没有课本的课，有的是“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”，体验着不同往日的生活，期盼着同学之间的友谊。这次军训给同学们都留下了深刻的印象。

随着军训的开始，懒散了一个多月的学生很快就在这紧张的军营中少了许多娇嫩，多了一点吃苦耐劳；少了一些懒散度，多了一些紧张度，能按照军营管理的要求，像个军人一样，做到一切行动听指挥，整队迅速，意志坚强、纪律严明。

在军训期间，同学们头顶烈日，练习站军姿、转体、齐步走、正步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练，力求做得最好。如学习站军姿，在烈日的照射下，非常整齐地站在滚烫的水泥地上，一个个笔直地站着，抬头、挺胸、收腹，五指并拢紧贴裤缝，豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动，真的达到了站如松的境界。

随着内容增加，难度增大，同学们毫不畏惧，以最认真的态度进行刻苦的训练，努力做到：动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。在“流血、流汗、不流泪”的口号下，从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范，努力达到最好。

在军训期间，涌现了许多感人的事情，如：__同学晚上走楼梯不小心扭伤了脚，肿的比较厉害，但是她轻伤不下火线，坚持训练。学生身体有点不舒服，老师让他们休息，但是他们都说没事，我能坚持。

坚持，一切皆有可能。

军训体会心得高中篇七

学校要组织军训啦,我是第一次参加,带有几分好奇而兴奋.

车子驶向基地里,同学们的讨论声,再次响起,整个车子犹如杂市,待车子停在沙地上时,一个教官窜上车来,大喊一声:“安静!”瞬间,车内鸦雀无声,目光都刷向那位军官,他严肃地向我们交待一些事宜,便带领我们去宿舍。一路上,他没有说什么话,面无表情的脸孔已把畏惧在我心中竖起.我曾做好的心理准备,正一点一点地瓦解.

操场中间的那块草坪,只看见死气沉沉的草根,如同在太阳下站军姿的我们,没有朝气.秋日的太阳并不算猛烈,但晒久了,也足以让人汗流浹背---,粗糙的军服贴在皮肤,刺刺的,痒痒的难受.身体不自觉地动了一下,便传来呵斥责的声音:“动什么动,立正!”我吓得忙站直身子.

操场边也立了好几棵树,树枝交错相加,本该是密密麻麻的,却因枯老的黄叶掉得太多,阳光趁着缝隙在泥板上印下星星点点的黄圈,我们便是在那稀疏的树荫下,一遍又一遍地重复着那些枯燥的动作.起立蹲下,向左向右转,齐步正步.....教官说只要我们做得好,便让我们休息一下.

树下的那排石椅,便是我们栖息之地,我们谈笑,聊天,补充能量,它承载了我们的汗水,疲惫和欢笑.

晚上训练结束,回到宿舍,整个人趴在床上,象散了架一样.从未有过的劳累,腿部的酸痛让我举步难行,生怕一用力便抽筋.我打电话给妈妈诉苦,妈妈说:“就当是一种磨练,咬咬牙,四天很快就会过去,能吃苦中苦,方为人上人.’欲流下的眼泪,硬生生地给我逼了回去.是的,咬咬牙,就能挺过去.

接下来的几天,都是按照原本的计划,日复一日,不厌其烦地反复着,我们被罚过,也被表扬过.我们埋怨过,也感谢过.四天下

来,大家给别人的印象是全新的.学会了独立,学会了相处,学会了坚强,也该学会了长大吧.

临走时,我们在车上大喊:“教官,再见了”是的,再见了.那四个日日夜夜,再见了,那

些汗水和泪水,再见了.过去的我们,也再见了.

时光在微风中,引领我们成长了.

军训体会心得高中篇八

学生军训,是我国提高全民国防意识和加强国防后备力量建设的重要环节,是全民国防教育的基础。x天以来,教官们按照军营的统一要求,认真施训,尽职尽责。以坚定的政治信念、出色的组织能力、严明的组织纪律和过硬的军事素质,展示了人民子弟兵文明之师、威武之师的良好形象,教育了刚刚跨入高中校门的莘莘学子,为他们上好了至关重要的第一堂课。在训练中,教官们言传身教,教得认真、细致、耐心,对每一个动作都一丝不苟地做好示范,不厌其烦地指导、纠正,受到了同学和老师们的称赞和爱戴,成为全体新同学学习的榜样。

在军训期间,同学们头顶烈日,练习站军姿、转体、齐步走、正步走、跑步走等队列动作。大家一个个都非常认真刻苦训练,力求做得最好。如学习站军姿,在烈日的照射下,非常整齐地站在滚烫的水泥地上,一个个笔直地站着,抬头、挺胸、收腹,五指并拢紧贴裤缝,豆大的汗珠从脸颊上流下也纹丝不动,真的达到了站如松的境界。随着内容增加,难度增大,同学们毫不畏惧,以最认真的态度进行刻苦的训练,努力做到:动作规范、有力、整齐、不怕晒、不怕累。

在“流血、流汗、不流泪”的口号下,从第一天的乱七八糟到一日比一日的整齐、规范,努力达到最好。在军训期间,涌现了许多感人的事情,如:张如意同学晚上走楼梯不小心

扭伤了脚，肿的比较厉害，但是她轻伤不下火线，坚持训练。张冲、蒋祯等学生身体有点不舒服，老师让他休息，但是他们都说不行，我能坚持。有的学生在日记中写到，在训练中有时身体真的有点支撑不住了，但看到周围的同学一个个精神抖擞地顽强地坚持着，所以也坚持了下来。

军训结束了，但它的影响是深远的。在以后紧张的学习生活中，希望同学们以这次军训为起点，做到以下几点。

一、要树立远大理想，培养科学的世界观、人生观和价值观，积极参加社会主义道德建设，把“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、吃苦耐劳”这二十个字作为我们的行动指南。

二、继承和发扬军队的优良传统和作风，严于律己，遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，同学之间礼让谦和，言谈举止文明礼貌，积极参加社会实践活动和校内外各项集体活动，树立集体观念，做文明学生，创文明寝室，争文明班级，建文明校园。

三、要珍惜三年的学习生活，珍惜青春的黄金时期，努力拼搏、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己，把自己培养成为一名合格的中学生。

军训体会心得高中篇九

第一段：军训的背景介绍（200字）

高中军训是为了培养学生的纪律意识、团队合作能力和身体素质，锻炼学生的坚强意志和顽强毅力而开展的一项活动。我校每年都会组织一次军训，学生们都必须参加。今年，我也有幸赴军训，感受到了军训带给我巨大的成长和收获。

第二段：磨练意志的军事训练（250字）

军事训练是高中军训的重要内容，它旨在通过严格的训练和要求，锻炼学生的意志品质。我记得在体能训练中，每天早晨起得特别早，冒着寒风跑操场，做各种体能训练。一开始，我感到非常吃力，甚至心生退缩。但是随着时间的推移，我发现只要坚持下去，越来越能适应训练，体力也越来越好，焦虑心理慢慢减退。这种磨练意志的过程让我更加明白，只要坚持不懈地努力，就可以战胜困难，取得成功。

第三段：团队合作的重要性（250字）

高中军训还注重培养学生的团队合作能力。在军事训练中，有很多项目需要团队配合完成，如担架搬运、绳索攀爬等。每个团队成员都承担着不同的角色和任务，需要相互协作、密切配合。我曾亲身经历过这样的一次活动，在担架搬运中，只有全体成员紧密配合，才能顺利完成任务。这让我深刻认识到团队合作的重要性，只有通过团结一致、相互信任，才能把个人的力量汇聚成强大的集体力量。

第四段：坚持和毅力的培养（250字）

不仅是身体上的训练，高中军训还对学生的心理素质提出了很大的考验。在长时间的军事训练中，常常出现疲惫、压力、挫折感等情绪。但是，我在军训中学会了坚持和毅力。每当身心疲惫想要放弃的时候，我会默默鼓励自己，告诉自己一定要坚持下去。我发现，坚持的过程中心态的正确也是非常重要的，只要调整好心态，相信自己，最终都能战胜困难。

第五段：军训的收获和感悟（250字）

通过高中军训，我收获了很多。首先是成长，不仅体力上得到了锻炼，还培养了主动与人交往的勇气和能力，养成了良好的生活习惯。其次是对纪律和秩序的高度重视，明白了纪律对一个集体的重要性。最后，军训让我更加深刻地认识到拼搏、团结、勇往直前的重要性，为未来的学习和生活打下

了坚实的基础。

总结：

高中军训是我人生中难忘的一段经历，让我懂得了努力才有收获的道理。通过体能训练和团队合作，我学会了坚持与毅力。通过整个过程，我成长了许多，收获颇丰。我相信，将来无论面对什么样的困难，我都能勇往直前，坚持到底。

军训体会心得高中篇十

第一段：军训第一天，踏入训练场地的我不禁感叹这全新的世界。忽然，一位苍劲有力的教官高声呐喊：“军人的本质是纪律！”这一声令下，我们21班的同学们像乌龟一样迅速排好队列。在军训的日子里，我逐渐领悟到军训的意义和培养学生纪律性的重要性。

第二段：军训期间，我最大的感触是体验到了军人的训练方式和对自律的重视。在抬腿跑的训练中，我曾多次因体力不支而想要放弃，但教官的眼神和组织编排的身影激励着我坚持下去。他们严格的要求和无微不至的关心让我明白，能够忍受痛苦并迅速调整节奏，才能真正成为一个强大果敢的人。通过军训，我学会了克服困难，锤炼了自我意志。

第三段：我还体会到了团队的力量和合作的重要性。在军训中，班级同学被分为小组进行各种集体项目的训练。每个小组都需要统一步伐，协同合作才能完成任务。在一次集体攀登的训练中，我和我的小伙伴们紧密合作，组成一个默契的整体，成功完成了任务。这让我理解到，只有与他人沟通合作，才能取得更好的成绩。

第四段：除了锻炼身体和意志的同时，军训还培养了我的坚持不懈和勇于尝试的品质。在攀登高山的训练中，我多次尝试爬到军旗的最高点，但都未能成功。然而，我并没有因此

而放弃，最终克服了一切困难，成功地完成了任务。这次经历让我明白，只有坚持不懈和勇于尝试，才能走向成功的道路。

第五段：军训的最后一天，当我们向教官行军礼，准备离开时，我心中升起了一丝感慨和不舍。军训期间的艰辛和收获使我成长了不少，而这些经历将成为我人生中宝贵的财富。从军训中，我明白了纪律的重要性，学会了自律；体验到了军人的训练方式和对自律的重视；领悟到了团队的力量和合作的重要性；培养了坚持不懈和勇于尝试的品质。这些都是我一生中不可磨灭的收获，也是我人生中宝贵的财富。

总结：通过这次军训，我深刻体会到了军人的纪律性和自律性的重要性，也收获了团队协作的真谛和坚持不懈的品质。这些都将成为我未来人生的积淀和发展的基石。我相信，在接下来的高中生活中，这些品质和经历将成为我不断进步的动力，也将帮助我更好地面对挑战与机遇。我期待着将这次军训的体验运用在日后的学习和生活中，为自己的梦想努力奋斗！

军训体会心得高中篇十一

高一10班24名男生，17名女生，顺利完成8月17日至23日的军训。

不同地方、不同学校、不同家庭的孩子，家庭环境、教育背景不同，所以性格也不同。但同时，由于时代、社会等诸多因素，他们又有一些共同之处，如骄纵懒惰、意志薄弱、集体组织意识不强、自私任性等。大城市的孩子家庭条件都不错，富裕的物质环境让这些孩子普遍缺乏吃苦精神和意志力，而军训就是一个很好的机会。希望通过这次军训，让孩子们进一步增强集体观念，快速融入集体大家庭，锻炼意志，陶冶情操，在新的集体中找到自己的位置，为以后的学习打下坚实的基础。

通过检查和询问，我可以了解到孩子饮食和休息的情况。如果有同学反映中午饭菜不热，卫生有问题，我会及时向有关领导反映情况，以便尽快解决问题。另一方面，我告诉学生吃苦精神的重要性，解放军“一不怕苦，二不怕死”的优良传统。告诉他们所有的痛苦都是相对的。我们住高低床比我们兄弟住大店强多了。况且我们来之处的目的是培养吃苦精神，磨练坚强意志。吃住是稳定军心的重要东西，也是教育容易取得成效的地方。

着手组建新的班委，通过个别谈话、阅档、自荐、观摩考察等方式，初步确定班干部人选。班长、学习委员、文娱委员、劳动委员、体育委员等候选人。已经基本做到了思路清晰。当然，他们是否胜任，还要经过实践的检验。培养积极健康的班级文化。在艰苦的训练中，学生们被教唱鼓舞人心的歌曲。要求班级学生演唱《阳光总在雨后》、《我的未来不是梦》、《真英雄》、《明天会更好》、《感恩的心》等六首歌曲，营造轻松愉快的军营氛围，让学生在紧张艰苦的军训中同时感受到快乐和自由，让这段经历成为他们人生中最美好的回忆。另外，军训的时候，我还让学生讨论班规、班风、班歌、设计班徽等。，为优秀班集体的建立奠定了基础。

新同学走到一起，难免会觉得陌生。为了让同学们尽快熟悉彼此，除了一般的自我介绍，我们还组织同学们在军训结束后进行姓名速记游戏，让同学们在最短的时间内相互认识。因为心灵只有在熟悉的环境下才能打开。

认真查阅成长记录，及时反馈。每天看，记录全班优秀的成长，进行表扬。鼓励其他同学认真参加军训，用心体验成长的过程，用自己的笔记记录下这段美好的时光，让孩子真正感受到成长的体验。记录成功是一件很幸福的事。

和孩子谈心，关注学生的心理动态，尤其是外地来的。有的孩子第一次离开家，第一次过集体生活，有强烈的想家的感觉，这是我之前预料到的。军训的第三天晚上，我和所有来

自其他城市的同学进行了详细深入的交流，询问情况和感受，特别是如何处理思乡情绪，如何尽快融入群体适应军训生活，在这里锻炼自己。稳定了情绪，激发了斗志，为顺利完成军训打下了良好的基础。

经过各方的共同努力，我们出色地完成了这次军事训练任务。

写字马虎，说话敷衍。

转眼间，短短十天的军训旅程过去了，酸甜苦辣。军训的经历就像我们人生中的风风雨雨，必将成为我们未来难忘的回忆，但这并不意味着结束，而是高中生活的起点。

灼热的大地，火辣辣的太阳，汗流浹背的我们，构成了一道美丽的“风景”。我们身体的酸痛，四肢的僵硬，都证明我们站军姿是认真的，从第一天半个小时的歪歪扭扭的姿势，到第五天的整齐划一，再到第十天的军人般的威严。这经历了我们每个人的不懈努力，有心酸在里面。从第一天的“稍息、立正、跨立”到第十天的“正步”，虽然还有不足，但也是同行的完美，没有积小流，就没有办法成为江河大海。

“尖刀连，冲锋在前，披荆斩棘，奋勇争先！”一连串的口号响彻巨大的操场，仿佛要揭开校园的顶端。这让我明白了，一个人的力量是弱小的，但一群人的力量是强大的。就像我们军训时学的军歌《团结就是力量》。“团结就是力量~团结就是力量~”没错，团结就是力量。我相信，只要我们329班的同学在一起，我们就会有无穷的力量。

立姿体现了中国军人不屈的姿态，转身练习体现了人类思维的敏捷，踏步前进体现了中国军人面对五星红旗的骄傲和自豪。在这十天的军训中，我们同学的感情更进一步，对爱国有了更深的理解。“上天将赋予斯里兰卡人民重大责任，所以我们必须先苦其心志，劳其筋骨，饿其皮肉。”军训就是这样，“剑总是要磨砺的。”

其实军训在某些人心中并不是魔鬼训练。紧张的训练结束后，大家围坐在一起，唱着嘹亮的军歌，进行不屈不挠的俯卧撑大比拼，手腕一起弯曲，围在一起热情欢呼。这些都是我们军训的回忆。这些都是我们高一学生在学术生涯中的遭遇，一定要记住。

军训体会心得高中篇十二

回眸过去的十四年时光，潮起潮落，多姿多彩。然而生命的真谛总不在回忆中穿梭，而是仰望未来，树立理想，在实践中学习。高一必将到来的军训是社会、学校对我们的馈赠，这是怎样的一道丰富佳肴等待我们细细品尝呢。

“军训”在我的字典永远都是残酷的字眼吗？不！在迈入一中大门观望那绿茵操场之际，在加入新集体之刻，在练习第一个动作开始，我就改变了军训的看法。之前的猜测、迷惘，如烟雾般散开，脑海中已形成明确的方向：这并不是一周痛苦无奈的折磨，这是享受军训带给我们身心上的锻炼意志。是的，以乐观的心态对待每一件事，据诗经记载：凤凰鸣矣，于彼高冈；梧桐生矣，于彼朝阳。让我们向朝阳前进，向军训看齐！

给我们带队的是陆军学院总队长李文求教官，我们先在一个班里练习了立正、稍息、齐步走等简单步骤，然后再和其他班级混合，女生有表演韵律舞、耍刀的，男生也有不同形式打拳等动作。我们需要训练五天，再进行全体汇报表演。在这五天时间里，每一天都烈日炎炎，我和其他约五十人在一个场地耍刀，大家都个个体大汗淋漓。在做刺刀运作时，我的眼前一片黑暗，差点晕倒。太热了！看着教官关怀的眼神，想着30号上午的汇报表演，我不能特殊，不能掉队！喝了一口水后，又重新回到队伍……没有酸苦就没有甜蜜，这是硬道理。在我们坚持了五天似五年的训练后，终于迎来了让我们大展身手的一刻，“请女子格斗操成员做好出场准备！”“一二一，一二一……”我们前进到了主席台前，快

速散开，顿时耳边传来“精忠报国”雄伟壮魂的音乐，这更鼓舞了我们的士气！我们队伍人数是最少的，“杀”声却喊得震天，随着一个又一个动作的结束，现场我们得到了热烈的掌声，那激动人心的场面，告诉我们辛苦没有白负！青春中洋溢着喜悦，甜蜜中折射出光彩。

军训已经结束了，有的恨不得早点离开教官；有的却不舍，大大纷纷拍照合影留念。我想，无论我们的教官对我们怎样的严格，都会突显出对我们多深的期望。教官是可爱的，解放军战士是可爱的，我的这名李教官参加过中巴反恐军事演习及土耳其军事演习，他传递了我们一种叫“英雄气概”的力量，从他那认真负责的态度上我们汲取了吃苦耐劳、顽强拼搏、团结协作的精神。感谢您李教官，我们永远记得您！再见了亲爱的李教官！

巴赫金说：“我们面对的是一个众生喧哗的时代。”现世纷繁，总是有人看不清目标，看不清实际目标的智慧通道！可我想说：面对即将到来更加繁重的学习，不管我们压力似山大、海大，荆棘缠绕阻挡也罢，只要有“凤凰于彼朝阳”一般风尘翕张飞翔的态度，石头坚硬无比，会借水滴穿透，沙漠亘古荒凉，总会寻出绿洲！

高中的三年，希望自己拿出军训刻苦的精神来赴之。

军训体会心得高中篇十三

第一部分：磨砺意志，锻造团队

军训是高中生活中一段难忘而宝贵的经历。我始终记得那炎炎夏日的早晨，我们身着统一的训练服，整齐列队，挺胸抬头。从一开始的不适应到逐渐适应，从一开始的懵懂无知到渐渐明了优点，军训在锻炼我们的意志的同时，也让我们体会到了团队的力量。在军训中，每个人都必须严守纪律，服从指挥，这锻炼了我们的自律和执行力。而训练中的团队合

作更是增强了我们的凝聚力和合作意识。正是有了这些宝贵的品质，我们才能在困境中坚持，迎难而上。

第二部分：砥砺斗志，培养坚韧

军训让我真正地感受到了生活的艰辛与坚韧的重要性。当我们背负着沉重的行李，汗水浸湿了衣物，双腿颤抖却不敢停下脚步时，我明白了只有坚持才能突破自己的极限。不论是酷暑或是严寒，我们都要全力以赴完成每一项训练内容。我学会了在枯燥乏味的重复中保持对目标的热忱，坚信只要努力，不停止，就能够迎来成功。从军训中获得的力量远比肌肉的训练更加有价值，它让我心无旁骛地专注于目标，并且不怕挫折地去追求梦想。

第三部分：培养意志，增强自信

正是军训中的种种经历，让我深刻体会到了意志力的重要性。在训练中，我们要克服疲劳、苦难和艰险，保持专注和毅力。面对体能训练的苦涩和考验，我往往多次想要放弃，但是每次都坚持了下来。慢慢地，我发现自己的体能和意志力都得到了强化和提升。这种经历让我相信，只要我认真努力，不断克服困难，就一定能够取得成功。我重新拾起了自信，相信自己能够应对任何困难，勇敢地面对挑战。

第四部分：提升素质，修身养性

军训在增强体质的同时，也注重培养我们的道德修养和优良品质。军训要求我们做到诚实守信，严守纪律，与人为善。训练中的同学之间互帮互助，充分展现了军训活动对人际关系的调节作用。在与队友相互鼓励与合作的过程中，我学会了尊重他人，关心他人。这些没有在课堂上学到的品质和价值观都是我们在军训中真切体会到的，也是我们在成长道路上最宝贵的财富。

第五部分：刻苦训练，磨练毅力

军训中的刻苦训练，对于我们的毅力是一次很好的磨练。我曾经历过一次长时间的步行训练，那种疲惫和痛苦使我几乎失去了信心。但是在队友的鼓励和教官的引导下，我坚持下来，最终成功完成了训练任务。这次经历让我深刻理解到，只有持之以恒，才能攀登高峰。不管是在学习还是工作中，只有坚持不懈，努力追求，才能取得成功，并逐渐积累起不可替代的人生财富。

结束语

军训是一次让我受益匪浅的经历，它不仅让我体验到了身心的洗礼，锻炼了我的意志和毅力，还培养了我的团队合作精神和责任心。我相信这些宝贵的体验将伴随我一生，助我在人生的道路上取得更多的成就。军训是一次难能可贵的经历，也是告诉我们在生活中只有坚持不懈的努力，才能实现自己的梦想。相信这次军训会永远铭记在我的记忆中。

军训体会心得高中篇十四

军训，作为高中生涯中的一次特殊经历，往往给我们留下深刻而难忘的印象。这不仅是一个锻炼身体、培养纪律意识的机会，更是一个磨砺意志、培养团队合作精神的過程。通过高中军训，我深受启发和感悟，体会到了军队的辛苦与伟大，收获了自信和坚毅。

第二段：自我反思

在军训期间，手榴弹、军事拳术等严肃而又刺激的训练科目，让我意识到自己身上许多不足之处。首先，我发现自己的身体素质不够强健，对抗一些较为困难的体能训练时常常吃力。其次，我缺乏纪律意识，总是无法在规定的时间内完成任务。最重要的是，我对团队合作的重要性认识不足，没有与队友

们有效地配合。在反思后，我决定积极改变自己，克服自身的不足，更好地适应军训。

第三段：锻炼身体

军训对身体的锻炼是极其重要的。通过早晨的晨跑、跳绳、仰卧起坐等训练，我逐渐提升了自己的体能水平。在长时间的体能训练后，我发现自己的体力明显改善，也变得更为耐力十足。同时，通过体育课和军体拳的学习，我不仅增强了肌肉力量，还提高了协调性和反应能力。这些身体的改变让我更加有自信，对未来充满了希望。

第四段：培养纪律意识

军训是严格的纪律训练，对我们的要求是毫不留情的。在军训中，我深切感受到纪律的重要性。我们需要保持整齐划一的队列行进，准确受命执行命令，严禁迟到早退，严禁私自离队。这些要求不仅使我养成了准时、守纪律的好习惯，更让我懂得了一个人要想成功，必须严于律己，自觉遵守纪律。在此后的学习和生活中，我逐渐形成了良好的学习习惯和生活规律。

第五段：团队合作的重要性

军训更加深化了我对团队合作的认识。在迎接晨曦的黑暗中，我们建立了紧密的团队关系。在极寒的冬日里，我们相互帮助，搀扶着完成任务。团队中的每一个人都有各自的优势和特点，通过互相协作，我们取得了不凡的成绩。这让我明白，在团队中，每个人都是不可或缺的一环，只有团结合作才能共同进步。这个体验在我今后的学习和工作中将起到重要的积极影响。

总结段：感悟与成长

高中军训不仅是一次身心的锻炼，更是一次对自我与团队的反思和成长。通过军训，我深切体会到了军人的辛苦和伟大，认识到了自己的不足，锻炼了身体素质，培养了纪律意识，并更加明确了团队合作的重要性。这次军训让我有了更坚韧的意志和更强大的信心，为我未来的学习和生活奠定了良好的基础。

军训体会心得高中篇十五

军训是每位高中生都会经历的重要阶段，它既是锻炼身体的过程，也是培养坚毅意志的机会。作为一名高中生，我也经历过这一特殊的军事训练阶段，深刻感受到其中的收获和体会。下面我将从锻炼意志力、培养团队合作精神、提升责任意识、增强自信心和塑造良好品质五个方面，分享我在军训过程中的心得体会。

首先，军训锻炼了我的意志力。在严格的军事纪律中，我们必须遵守命令，保持坚定的纪律和艰苦的训练。长时间的体能训练和刻苦的军事操，让我不禁想要放弃。但是，我明白只有坚持下去，才能收获真正的成果。于是，我告诉自己要坚持、要勇敢、要不屈不挠。通过不断的挑战和克服，我的意志力得到了极大的锻炼和提升。

其次，军训培养了我与他人合作的能力。军训中，团队合作是必不可少的。没有完整的团队协作，我们将无法完成军事训练任务。在每次训练中，我学会了倾听指挥，配合队友，紧密配合完成各项任务。通过与队友之间的默契配合，我们提高了互相合作的能力，也让我意识到只有团结合作，才能获得更好的成果。

此外，军训提高了我的责任意识。作为一名军人，责任意识是必不可少的品质之一。每次训练都要求我们严守纪律，不辜负领导和教官的期望。只有人人都具备高度的责任意识，团队才能做到齐心协力，完成任务。在军训过程中，我明白

了个人的行动和责任对整个团队的重要性，这让我明白责任感是取得成功的基石。

另外，军训也增强了我的自信心。通过严格的体能训练和各种技能的学习，我逐渐掌握了一些基本的军事技能。这为我带来了极大的成就感和自豪感，增加了对自我的肯定，提升了自信心。在军训过程中，我明白了只要付出努力，就一定会有所得，并且懂得如何正确评价和肯定自我，这让我对未来充满了希望。

最后，军训塑造了我良好的品质。军训注重的不仅仅是身体的锻炼，更注重培养学生的品行修养。通过严格的训练和严谨的纪律，我的品质逐渐得到了改善和提升。在训练过程中，我们学会了诚实守信、尊敬他人、注重卫生等一系列优秀的品质。这些良好的品质将伴随我们一生，让我们受益匪浅。

总之，军训给予高中生们更多的是收获和体会。它不仅仅是一段锻炼身体的过程，更是培养我们坚毅意志、团队合作、责任意识、自信心和良好品质的机会。通过军训，我学会了坚持，学会了团队协作，也更加明确了自己的责任和自信心。希望未来的高中生们能够珍惜这段宝贵的经历，从中收获更多，成为更加优秀的人。

军训体会心得高中篇十六

作为一名即将踏入高中生活的学生，军训对我来说是一个崭新的体验。这是我人生中第一次参与军训，这段时间虽然艰苦，但是我收获了很多。在这场军训中，我学到了团结合作的重要性，培养了良好的纪律意识，增强了个人的意志力，同时也体验到了军人的艰辛和奉献精神。军训让我得到了全新的成长，也让我更加珍惜和感激自己所拥有的一切。

军训期间，我深刻地体会到了团结合作的力量。在训练场上，我们同学们紧密团结在一起，互相帮助、互相支持。当有同

学有困难时，总会有人伸出援手。每次完成一项任务后，我们都会感到无比的骄傲和喜悦。团结合作不仅仅能够提高训练效率，还能够培养我们的集体荣誉感和责任感。在今后的学习和生活中，我将更加注重与同学之间的团结合作，共同成长和进步。

在军训中，严格的纪律要求让我养成了良好的纪律意识。军训期间，我们要严格按照时起床、按时吃饭、按时训练，时间表一刻不得推迟。一次次的纪律训练，让我懂得了时间的宝贵和觉悟的重要。纪律是一种力量，它能够让一个集体高效运转，也能够让一个人更加自律。在以后的学习和生活中，我将始终保持良好的纪律，严格要求自己，做一个遵纪守法的好学生。

军训的过程中，我还体会到了个人意志力的重要性。在长时间的训练中，我们的身体和精神都受到了巨大的考验。训练中的困难和坚持不懈最终将我们磨练成坚强的人。当我遇到困难和挫折时，我会努力调整自己的心态，坚强地面对一切困难，用自己的意志力战胜困难。这让我深刻地认识到，只有意志坚定，才能在面对困难时不轻易放弃，才能取得成功。

军训还让我深刻感受到军人的艰辛和奉献精神。训练场上，教官们总是严厉要求我们，让我们不断超越自己。他们把平时内务师父的工作做得井井有条，也确保我们的饮食和生活环境的卫生。他们默默奉献，付出着辛勤的劳动，为了我们的成长和进步。我深刻地意识到，军人的工作是辛苦的，他们为了保卫国家和人民的安全，时刻准备着牺牲自己的生命。他们的奉献精神值得我们学习和尊敬。

通过这段军训经历，我成长了许多。我深刻感受到了团结合作的重要性，培养了良好的纪律意识，增强了个人的意志力，也更加珍惜和感激身边的一切。作为一名高中生，我将以更加饱满的热情和积极的态度迎接新的学习和生活。我将永远铭记军训的意义，努力成为一个有担当、有责任心的人，为

实现中华民族的伟大复兴贡献自己的力量。

军训体会心得高中篇十七

军训已经一周多了，在这一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。

高中时的军训只是一周，那时的我们在花季雨季徘徊，无知，迷茫是我们脸上的表情，一周的军训收获甚少，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，从走进大学的那一天，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，可是因为自治区的大庆，给学校下达了政治任务，男生参加大庆表演训练，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！

还有一周的时间按，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。

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……”

军训体会心得高中篇十八

第一段：军训的意义和背景介绍（200字）

军训，作为高中生活中的一种重要经历，旨在培养学生的纪律意识、团队协作能力和适应环境的能力。军训通常在开学前进行，为新生们适应新环境、适应全新的学习氛围打下基础。通过模拟军事训练，学生可以锤炼自己，从而在将来的学习、工作和生活中更好地面对各种挑战。

第二段：军训中的体能训练和挑战（250字）

在军训中，体能训练是一个非常重要的环节。每天早晨，饱受压迫的身体从冰冷的地板上起床，感受到尚未散去的疲惫。然而，这个时刻充斥着迷茫，取而代之的是对体能挑战的期待。晨跑、短跑、长跑，每一天，我们都在不断地挑战自己的极限。国旗下的雨中训练更是对体能的极致锻炼，但正是这种训练，让我在军训中找到了力量和坚持的勇气。

第三段：军训中的纪律教育和自我管理（300字）

在军训中，纪律和自我管理是必不可少的。守时、整齐、文明，这些训练时的口号时刻提醒着我们要保持军人的严谨和自律。上课理应准时，并按时完成任务。擦洗寝室，刷鞋抹靴，每个动作都要精确有力。这不仅培养了我的专注力和耐心，同时也教会了我领会纪律背后的深意。纪律使我们能够高效协作、规范行为，提升整体素质和团队凝聚力。

第四段：军训中的团队合作和友情（250字）

军训中，我们需要时刻与队员们保持默契，紧密合作。队列操练、集体行动，每一次动作的完美都需要彼此的默契配合。在艰苦的军训中慢慢培养出来的友情是弥足珍贵的。当我步履蹒跚、筋疲力尽时，身后的队友总是伸出温暖的手鼓励我。在彼此的鼓励中，我变得更加勇敢，更加坚定，这种团队合作和友情令我终身难忘。

第五段：军训后的收获和反思（200字）

军训结束后，我感到自己焕发了新的活力和自信。我意识到军训不仅仅是一种体力和纪律的训练，更是对自我的挑战和思维方式的重新塑造。在训练过程中，我学会了如何正确认识自己，如何与他人进行良好的沟通和合作。我相信，这些军训中的经历将对我的未来学习和工作生活产生深远的影响。

总结：军训体会心得（200字）

通过这次军训，我不仅仅学到了军事技能和纪律意识，更重要的是培养了坚持不懈、团结协作的品质。军训锤炼了我的意志，提升了我的自信心。我将永远珍惜军训给予我的宝贵经历，并将其运用到今后的生活中，不断超越自我，追求更高的目标。