# 高一新生军训感悟(优秀16篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-07-08

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。高一新生军训...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

**高一新生军训感悟篇一**

人生，应充满钢铁炼铸的激情。

——题记

“军训”，每当一想起这两个字眼，我的脑海中便浮现出残酷的画面：面瘫的教官、魔鬼式的训练，让人不寒而栗！可今日，我却身着迷彩，站在了这浸透汗水的跑道上。回想过去的几天，宛然一副斑斓的画卷，酸、甜、苦、辣演绎着不同的生活色彩。

短短的几天内，我们从慵懒的暑期生活中走出，活出了不一样的姿态！

军训中“苦”字当先。“稍息、立正、站15分钟军姿”，教官用简短而坚定的语气为我们下达了命令，我们的腿立刻就软了下来。天啊！站十五分钟军姿，但抱怨归抱怨，命令还是得服从。只听一声整齐的踏步声，我们以标准的立正姿势站好，一分钟、两分钟、三分钟……我们数着秒针一点一点地“滴答”，时间仿佛定格，我们的腿此时已经开始颤抖，我感到膝盖后面的部位像是有一根毒刺在狠狠的戳着我，豆大的汗珠从头发里慢慢地渗透出来，浸湿了迷彩的军帽，汗水流进了眼睛里，流进了嘴巴里，是咸的。我想到放弃，我甚至想要喊报告，我的腿肚子在颤抖，一阵阵的酸痛。不，我不能放弃，我的梦想不就是做一名军人吗？如果连这点苦都吃不了，那又怎能圆了自己的梦想呢？如果我现在放弃，那又怎么配做一个堂堂正正的男人呢？是的，我要坚持、坚持、再坚持。

在军训这卷长画中，当然也有甜的点缀。教官是个和蔼可亲又充满血性的军人。每当我们遇到困难时，他总能伸出援手。而同学之间的真挚情感更是让我屡屡感动。同学们一起唱嘹亮的军歌、一起走正步，相互帮衬相互玩笑，同学之情日益浓厚。

军训几天的日子转瞬即逝，现在想想以前慵懒的自己，不觉哑然失笑，以前的自己不能吃一点苦、不能受一点点委屈，心比天高，不能够脚踏实地的去拼搏，走好人生的每一步。经历了这次军训，我要脱胎换骨，做一个真正的学生，做一个真正的男人，以后再做一位真正的军人，我无法忘怀这几天的经历，更加期待明天的精彩！

是啊，人生需要激情，需要钢铁练铸的激情！

**高一新生军训感悟篇二**

高一军训如火如荼地拉开了帷幕，在痛苦的煎熬下，终于度过了两天。

体会多，痛苦多，欣慰多，但我始终相信，这是一次特别的体验。

我可以领悟。即使我们每天都要艰苦训练，即使每天都要汗流浃背，即使每天都枯燥无味。然而我的确感触很深，因为这不仅仅是一种对行为的操练，更是对精神和思想的深化。它时时刻刻告诫着我们，要坚持忍耐。

汗水的浸泡需要忍耐，烈日的炙烤需要忍耐，时有时无的口渴感也需要忍耐，于是，不知不觉中，潜藏的意志力逐步被挖掘出来。这是一个过程，同样也是一种收获。在明媚的刺眼的阳光下，我终是战胜了自我。

我可以感悟。在训练中，我们酸，我们痛，我们为痛苦皱眉，我们为严格抱怨。但转念一想，教官们、老师们同样无时无刻地陪着我们，那种不满感瞬间消失，那种敬佩感油然而生。因为我们远远不及教官们的，他们不知道经历了多少日日夜夜的锻炼，所以我们没有理由说不，他们挺拔的军姿就是最好的证明。

最后，我还收获到了欢乐，首先是从训练中体会到的，当我们迈着整齐的步伐，昂着头挺着胸，获得休息表扬时，这种突如其来的快乐感、幸福感是肯定的。第二，即便军训无味，却总有调节剂的存在，练军歌便是这个调节剂。这有“原始的大吼”、“抒情版的军歌”，同样还有“全营巡演”、“k歌大赛”等众多有趣的项目，于是乎，每一天的紧张感都得到了舒缓。

现在已经深夜了，闭上眼，仿佛还能听到教官们沙哑却有力地喊着口令……。

在这里，我们留下了最美的回忆。

**高一新生军训感悟篇三**

满怀着期待进入了苏外，迎接我们的第二课便是军训。

虽然一场雨意外的出现，暑气渐渐消退，但是军训的热情不减。教官们用老练的身姿耐心的指导我们任何一处不标准的动作，即使与前排同学只差微毫，教官们一定要手把手地指出。虽然凉风习习，但是每一位同学和教官的衣服都被汗水浸湿，教官们严肃的眼神中，汗水从发丝中汇集，顺着脸颊无声的流淌，晶莹的汗珠中倒映出的是无数新兵坚毅的眼神和不屈的斗志。

经过半天的训练，过惯了安逸生活的我们明显显得有些乏力，手臂有些力不从心，整个人只想躺在床上安稳的睡一觉。这大概就是军训的意义吧，让我们突破极限，学会坚持，更好的成为一个苏外人。虽然说军训是苦累的，但天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。每一个成大事者，必是经过一番磨练的。相信经过这次苦练之后，面对以后的困难，一定更加得心应手，冷静沉着的判断与处理，再也不会因为一些小的困难和挫折而灰心丧气。

军官们也并不像表面一样严肃，他们的内心也是诙谐而又柔和的。在骄阳下，当某一位同学因为忍受不了酷热而倒下时，他们也会显露关切的眼神；当他们的脸上的汗珠挂在鼻梁上，他们也似乎感觉不到，但当同学们脸上有汗水淌下时，尽管训练任务紧张急迫，他们仍是会放下庄严的表情：“大家擦擦汗。”同学们也许很累，很埋怨，但是时时刻刻陪伴我们征服骄阳的是我们的教官。也许有一句话说的挺对吧“别对教官太熟，免得到时军训结束难舍难分。”这六天军训的短暂时光，愿它成为我们人生中一个最美的梦，回忆时涌现的不是泪水，而是面对困难的游刃有余，像一块弥足珍贵的瑰宝，深藏在心底。

也在军训中体会到了团队的力量，交到了几个新的伙伴，也对同班同学逐渐熟悉，在欢声笑语中苦中作乐。

明天肯定还会遇到更加艰苦的训练，但我肯定会议更加饱满的状态迎接一项又一项的挑战，也会更加好的融入这个团体未来三年并肩作战的战友们，即使前进的道路上布满荆棘与坎坷，但至少拼尽自身全力，至少不负年少青春。

**高一新生军训感悟篇四**

8月，带着梦想进入省实验中学，经历了难忘的八天军训生活。这八天，我吃过苦，也累过，但收获更多，因为我已经感受到了省实验中学的巨大凝聚力和感召力，感受到了高一10班的温暖力量。

看着陌生的面孔，感觉很孤独。别人没有理由关心我。陌生人和温暖之间似乎有一条无形的鸿沟。每个学生白天都会流汗，宿舍里的学生大部分晚上都在做自己的事。只是一些熟悉的同学之间偶尔的交流，让宿舍不显得太冷清。第一天不知不觉很快就过去了。

第二天，天还没亮，好像有人对我喊：“我要迟到了！快起来！”我从床上蹦起来，洗漱速度比在家快十倍，尽量不要“衣冠不整”，因为我知道这是在军训，而且是在省实验中学军训，我不能落后，也不能落后！我不能让我的班级难堪！这样想着，我已经出发了，清醒了，带着朦胧的晨光向操场走去！

一天的训练开始了。跑步，行军，急行军，转身，蹲着，各种操练，在教官的“一，二，一”和“左转右转”命令下让人绝望！“太热了！精疲力竭！什么时候可以休息？”大家心里都在抱怨这种“不人道”的魔鬼训练，但我们每个人都咬紧牙关固执地坚持着，让豆子的汗水迷倒了我们的眼睛，让我们的校服出汗，没有人放弃，没有人是逃兵。当教官终于把我们集合回宿舍休息的时候，我觉得我真的很棒，我自己也能做到！可能是一种常见的吃苦耐劳的感觉吧。我和同学有一个共同的话题。我们说的是“该死的深蹲，无情的教官，无情的学校”这种牢骚话。慢慢的，话题越来越多，同学们开始谈笑风生。距离缩小了，差距消失了。原来患难与共是缩短人与人之间距离的捷径。

接下来的几天，除了户外练习，学校还组织我们去演讲厅听课，说是室内，比室外凉快不了多少。其实那是个高温桑拿房，让人汗流浃背，但我还是一丝不苟的做着笔记。一开始我还抱怨这么热的天要在这里坐一个小时。有什么好看的？但当我坐不住，想弯腰休息的时候，余光发出现在我旁边的旗帜班，笔直地站着，一动不动。即使汗水淌过我的脸，即使其他同学吵吵闹闹，他们依然稳如泰山，我忍不住站起来认真听。听了几天讲座，被省实验中学悠久的历史和积极培养学生集体荣誉感的精神所感动。关于中国传统礼仪和心理健康的讲座让我知道我应该全面发展，身心健康。

终于，我们迎来了离别。在昨晚的联欢会上，我们班所有的同学都给了我们辛苦的年轻教官一套校服，上面有他们的名字作为生日礼物，全班同学都站起来给教官们献上了一首生日快乐歌！那一刻，观众沸腾了！平时严教官泪流满面，深受感动。在师生们的热烈掌声中，我们的教官穿上了校服，腼腆地笑了。我突然感到一种强烈的失望。我不知道从什么时候起，学生、老师和学生、学生和教师之间就已经建立了深厚的友谊.我真的觉得那一刻我想和高一10班的同学在一起，那天晚上我们班是最帅的！

八天的军训，从冲突开始到失望结束，收获太多，值得久久回味。实验中学教给我们的不仅仅是军事姿态和阵型，还有无形的魅力，一种精神和实验精神！

**高一新生军训感悟篇五**

三日说长不长，说短不短，也许我们是做了一场梦，在梦里，我们挣扎过，痛苦过，无奈过，却又怀着激动与快乐。

高中、初中一字之差，差在哪？由军训来看是细节，是毅力，是态度。

盆放哪，鞋又该摆哪，被子怎么叠，这些小小的细节可能我们没有在意过，随心所欲以致于被教官训，然后便长了记性。现在想来，细节虽小，但在未来，不管考试还是工作，甚至日常生活中，如果你想要一份完美的答卷，还得靠它。

而这些都不是让我为之心动的。

毫无准备便成为了宿舍长，不以为然还带有着抗拒。但出了问题，我却有不可推辞的责任，一番纠结，才发现人是要长大的，我不可能总是躲在别人的翅膀下依偎。小学有家长，中学有班长，高中只有我自己，独立才能飞翔，才能展示自我。蓝天是美丽的，而我是自由的小鸟，只有飞得高才能免去枪下的危机。没有绝对的错误，错就错在明知它存在着风险，却抱着侥幸一次次忽视。

军训，训的是身体，训的是思想，训成的，是光明的未来。

曾经问自己：军训！到底为什么要军训，军训的意义到底何在？

梦里寻他千百度。

军训的第一天晚上，感冒、胃疼，我做在床上，闷热的天气让我难以入睡，打开窗户，向外瞭望，灯火辉煌，外面就是花花世界，可现在却关在军训场地中，心中的不满溢于心头，鼻子不由酸酸的，泪水不争气的往下淌，视线中的灯变得模糊，由星星点点串联成一条雪白的带子，朦朦胧胧中，我仿佛看见了妈妈的笑脸，仿佛闻见了饭菜香，仿佛听见了妈妈在对我呢喃：“女儿，加油啊！”“妈，我想你了！军训！军训！到底为什么要军训，意义何在，上天，能给我理由吗？”我在心中呢喃。

蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。

“军训关键是两个字：坚持！”，老师对我说道，一语惊醒梦中人，是啊，军训的理由就是让我们学会坚持。训练场上，有我们抵抗阳光时的身影，有我们对抗风雨时的身影。那些身影来自于坚持，即使身疲力竭，即使饿着肚子，即使汗流浃背，我们也不能放弃训练，因为这让我们学会坚持。

苏轼云：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”军训，便是让我们学会坚持、忍耐，不仅是一种磨练，更是对高中生活的适应。

短短几天的军训生活结束了，回忆起这几天的军训生活，我想既辛苦也充实。此刻，当我执笔写下这短短的几天军训生活感想，我深知这几天不仅仅健壮了体魄，更增强了国防知识。

当进入这所国防教育基地，看见穿着军装的教官以及那一张张行军床，我才真正意识到——军训的生活开始了。毫不隐瞒军训的生活苦，而每一次回宿舍休息的时候，都像蛋糕夹心一样的甜。宿舍很热，还有一个电扇是坏的，但是集体生活仍然是期待的。

烈日当头，平时娇生惯养的我们个个心不甘，不情愿的来到冒烟的操场，当头的炎日一下子就在我们嫩白的脸上涂了一层层火红火红的胭脂，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，在这种情况下，我看到的是同学们之间的互帮互助。

随着教练的二声哨响，终于开饭了，虽然伙食不怎么对胃口，但我们仍是强打着精神吃了几口，午休虽热，但我们仍强打着精神睡了一会。晚上，经过一场冷水澡，我们才真正意识到了军训的考验无奇不有。吃顿饭老师会不断的重复着坐下起立的。

口号。

甚至会被罚站。而唱歌却又会因为声音不大而被罚站姿。汗水顺着脸颊滚落发丝缠乱在脖间让人忍不住伸手去挠但是不行因为我们不能因为小动作而让大家被拖累至罚站二十分钟。

“一、二、一”“立正”“稍息”……一遍又一遍口号反复，教官的嗓子早已嘶哑，可他仍然认真改正我们每一动作，这一切也激励着我们，也要努力训练，军训很苦，苦到你已经觉得你脱离社会，苦到你觉得世界变得黑暗；军训很累，累到你连喘气都难受，累到你好热睡觉也不愿提前醒来；军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在次受苦也不愿回家。

还有四天军训结束，新一轮的学习就要开始，我们走上了新的道路，明天依旧灿烂！

从幼稚未脱到日益坚毅，从散漫玩闹到认真训练，短短的七天，在教官的教导下，我们像一只稚鹰，逐渐飞翔在广阔的天空。

至今，仍有几幕情景令我无法忘怀。

情景一：“这里不是你们家”

猎猎大风吹起我们的衣角，远处的天空云淡风轻。面对着新同学，所有人兴奋得如同刚出笼的小鸟，叽叽喳喳。教官刚毅的脸绷紧了，眼神中透出了一股狠劲儿，用震慑人心的声音吼道：“这里不是你们家！站好！”那一瞬间，懵懵懂懂的我们小心地站出了不规范的军姿，那一瞬间，我们有些感觉到我们是军人。

情景二：“你们是一个集体”

轻轻濛濛的细雨划过脸颊，站了一会儿的军姿的我们望着走远的教官，轻轻活动了一下酸痛的骨头。“你累不累？”“累啊！”三三两两之间轻声抱怨着，不知何时，教官站在了我们的面前，嘴紧紧地抿成了一条线，眼睛紧紧盯着我们，似乎在隐忍着怒气。“全部给我去罚坐姿。”十分钟，二十分钟，渐渐地，有人腰板弯了，目光也下移了。“坐直！”教官的脚步一顿，“记住！你们是一个集体，所有人都要为错误负责。”那一瞬间，我们感受到了作为一个军人肩上所承担的责任，那一瞬间，我们长大了。

情景三：“该活泼的时候就要活泼”

夜色渐晚，天边的云彩散发出了瑰丽的色彩，教官兴致勃勃地问我们：“有没有谁要表演第一个节目？”所有人都低下了头，小心翼翼地看着地面。我仿佛听见了教官轻轻叹了口气，他语重心长地说：“作为一个军人，该活泼的时候就要活泼，该严肃的时候就要严肃。”时间滴答滴答地流过，有一个人，两个人，三个人站起来了，向大家展示自己的才艺，由生涩到熟络，由小心到大胆，那一瞬间，我们感觉到了军人要有张有弛，那一瞬间，我觉得我们和教官的距离更近了。

尽管七天会过去，但教官的话我们会珍重铭记。军训也会如一串珍珠，永远留在我的脑海中。

怀着憧憬，带着热情，迈进军训的殿堂；收回暑假的散漫，收回学生的容颜，穿上军装，我们俨然是一名军人。在军训的几天里，有汗水，有泪水，有抱怨，但我们仍在坚持。

烈日疯狂的炙烤着大地同时也炙烤着我们白嫩的脸庞。“稍息”“立正”一道道口令从教官的嘴里蹦出。豆大的汗珠顺着我们的脸庞滑下，滑到嘴巴里，咸咸的；滑到眼睛里，涩涩的；我们仍在坚持。

风儿吹在树上，发出莎莎的声音，吹在我们脸庞，带来阵阵凉意。雨儿也赶来助阵，滴在操场上，我们都感到阵阵快意涌上心头，但想象中的哨声没有响起，我们继续站军姿。迈着步伐，雨水和汗水交杂在一起，我们仍在坚持。

“十三十三，志不一般，团结如山，勇夺桂冠”响亮的口号从我们的嗓子里吼出，一遍又一遍，不管身子有多么难受，不管喉咙有多么嘶哑，我们仍在坚持。

在这相处的几天里，我们已经真正的融为一体，我们已经真正体验到了军人的辛苦，我们已经真正体验到了团队合作的重要性。“一个人犯错，集体受罚”的理念也已深深地印入我们的脑海，再苦再累我们不怕，因为我们在一起。

我们在坚持，坚持就是胜利。今日的辛苦，是为了明日的勃发，今日的辛苦，必将换来未来的辉煌，让我们一起努力，一起奋斗，迈向美好的明天。

在这个暑气还未消失殆尽的夏日，我们伴着飒飒秋风，踏上了为期七天的军训旅程。

我们仿佛还是两个月前那么稚嫩的初中生，对一切的好奇充斥着我们每一个人的胸腔，随着血液流向身体的每一个角落。但是，时间已经来不及我们多想，追着时间的步伐，我们匆匆忙忙的开始不断充实自己，丰富自己——军训的生活，从那一刻起，就开了。

“一二一，一二一”的口令在天空中回荡，天空下的我们更像一群展翅待飞的雄鹰，准备随时搏击风雨。整齐划一的步伐，嘹亮有势的口号，艰苦拼搏的精神，永不言败的信心，这，就是我们短短七天军训的。

座右铭。

也一定会是我们29号会操的真实写照。

优秀的班级当然要有一个优秀的教官。训练场上，你不怕我们的军姿站的比别人差，也不怕我们跑步不整齐，只是一丝不苟的带着我们一遍又一遍的训练。朱教官，你发扬了不怕苦不怕累的精神，就是为了让我们得到更多的锻炼。你还很幽默，你总是会在大家累的精疲力尽的时候与我们开玩笑，放松心情，让我们觉得军训也处处存在乐趣。

军训的生活节奏非常快。这里的节奏，就像是大城市中的上班族，容不得一丝怠慢，也容不得一点疏忽。在食堂，我们的吃饭节奏要快；在澡堂，我们的洗澡节奏要快；在训练场，我们的整队节奏要快。这些点点滴滴，不知不觉的就在慢慢改变着我们。

我想，经过这次军训，我们一定会更上一个台阶。在那不遥远的三天之后，我们一定会像被重新塑造过一样，更加懂事，更加懂得体谅那含辛茹苦把我们养育长大的父母。

正所谓，不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成大海。我们一定要发扬脚踏实地的精神，切切实实的走好每一步，让我们高一十五班在创辉煌！

幸福都是相对的，若非经历过艰苦，又怎会意识到现实的幸福。

军训苦吗？苦。盛夏的余波未去，走至军训基地已筋疲力竭，教官们一脸严肃，夏日的天气长衣长裤穿的整整齐齐，脸上汗珠一点一滴地挂下却纹丝不动，还来不及佩服教官的忍力，就已被要求穿上厚厚的军装，还未动，被闷出的汗已成股紧贴肌肤流下，衣服已被紧紧粘在身上。第一次怨恨烈日的狠毒，晒得人发干、发晕，还要紧绷着弦训练。

军训紧吗？紧。所有时间都被教官安排得规规矩矩，洗澡仅允许7分钟，这时间脱衣穿衣都不够，当我们慌忙冲浴时，又一波学生进入，挤得水泄不通，我们在“激流”中冲洗，还未洗净，汗再次流下，还被教官紧催着出来，慌忙套着衣服出来，又得赶着人流洗衣服，一个个“千金小姐”笨拙地泡衣服，以冲净为最终目的，大把大把挤着衣服中的水，又挂上衣架去抢晾衣杆，一个个十分狼狈，但自己动手反倒激发出潜能。

军训累吗？累。军姿站得笔挺，却没有发现双腿已麻木，就算端坐着，都觉得浑身骨头都被钉住，骨头也发酸。身上的累也抵不过心的煎熬，第一天到基地时，在一个陌生的地方看着陌生的人，被冷面的教官定死时间，觉得有一种背井离乡的悲壮，每天都数着时间、计算着回家的日期，在这几天只觉得像离乡的游子，一闲下来，家的一幕幕总会浮在眼前，谈论的早就不是父母的唠叨而是家中的舒适，连家中电视节目都成了自己的梦寐以求。看到门口成堆的家长送来的东西，也会觉得很温暖。

军训是苦、是紧、也是累，也只有在这样的环境，家的温暖才更弥足珍贵，现实的幸福便是能抓住现实的拥有，即便艰苦，也总有甜蜜的期盼。

自然，此次军训过程中的紧、苦、累也只是一部分，军训中的甜在这过程中更显得弥足珍贵，在彼此都不熟悉的情况下，我们在短短几天内迅速建立了牢固的友谊，同宿舍的同学深刻发扬同甘共苦的精神，有水、饼干之类都充分分享，行李除洗簌用品衣服类不分你我，亲切如同家人。第四天下午一场激烈的教师——教官篮球赛扣动许多人的心弦，对家的思念也随日期增加反被冲淡，若非军训，同学间也不会如此亲密吧。

军训，是我们又一个征程的起点。我们的青春因为有了这一段军旅生活而变得激扬奋发；我们的青春因为有了汗水的洗礼而变得坚韧不拔！我们的青春犹如那军中绿花般贞洁美丽！

或许艰苦，或许乏味，但毕竟坚定着信念，成就了属于我们的青春。

可是冒着八月未消的暑气一级不定善变的天气，舍去了轻松愉快的假期，背上行李，赶着步伐来到了军训基地。恰在这刚刚步入高一的年纪，学初的军训便不再仅仅是简单的集训，而是一个转折，是足以影响整个高中乃至一生的磨砺。

军训的日子不乏枯燥乏味的训练，却期待如场边的树木般飒爽坚毅。

只是一块普通的空地，白茫茫的一片，作为练兵之地。教官们的口令响亮而且严厉，激励着学员们认真练习，生怕稍一疏忽便漏了一拍而措手不及。似乎只有高高悬挂在头顶的太阳尚未褪去盛夏的炎热，烈烈地打在屋顶、地面，火辣辣的，直泛起了白光。教官的口令依旧，学员们仍身着着军绿色的迷彩服，坚持着学习，坚持着训练，坚持着流着泪水一遍一遍重复着单调。只见得一列列，一排排的绿在练兵场上前进，挺立，转体……，响起一声声嘹亮的口号，恰如场边一行行树木在烈日下矗立而熠熠生辉。

军训的日子不乏激昂的曲调，欲与天公试比高。

只是一座并不别致的楼房，却成为雷雨中我们最坚定的庇护。成卷成堆的白云不知怎的漏了一拍，淅淅沥沥的下了几滴雨，漫天的雨水便倾泻而下，原本的天空便似被扯开了一个巨大的口子，暗了一片，失去了原有的蔚蓝光泽。只任凭雨水淌下，在地面上点笔泼墨，挥霍着满腹经纶。自是欣喜于雨后的清爽，又不得不暂时躲进一个空壳，以免受暴雨的侵袭。那便在池边的一幢空房，或端坐着，或称蹲姿，却是拉歌喊号最成兴趣。唱的歌必定是革命歌曲，打不过颂唱着军队纪律，爱国习武之类的，音调或许单调，却饱含着激昂向上的热情。楼外雨声哗哗，雷声作响，成片成片地黑暗了整个世界；“轰”的一声雷似在头顶炸开，但因为有集体，有组织，有队伍，只是更高涨了我们的热情，嘹亮高亢的歌声便在楼顶回荡，“团结就是力量”，“军号嘹亮步伐整齐”，“钢要炼铁要打”等等一类盘亘在天际，恰如在想着暴雨挑战，对着雷声怒吼。

军训的日子不乏艰苦却丰富的宿舍生活，只愿如窗边的合欢花绽开馨香。

只是简单的住宿条件，铁质的床架早已锈迹斑斑，木质的床板因受潮而长上了些许霉斑，四面一片白茫茫没有一点装饰，只有头顶一扇电风扇转动着扰动了一宿舍的单调与乏味。或清晨或傍晚，打上一两盆清水，着手开始洗涤、浸水、揉搓、漂洗、晾晒，干净了的一身衣物透出股淡淡的芬香与清爽。或是在午休或是在夜间，总有朋友坐成一团，促膝交谈着课余与闲杂；总有同学来往在不同宿舍，分享着各自的零嘴与笑话；总有舍友同为上下铺，娓娓相谈，相伴熬过闷热难眠的长夜….这单调却丰富的一切，恰好在青绿的合欢树的叶间透出的丝丝缕缕的馨香。

尚未淡消的暑气榨去了树叶中的水分，焦黄了大地；但却磨灭不了十六七岁的热情，盛夏了我们的青春！

吃的苦中苦，方位人上人。——题记。

阴郁的天气挡不住我们前进的步伐，我们是初升的朝阳，昂首阔步，背着属于自己的行李，带着一份期待、一股坚定、一腔热情，向军训基地出发。脚下的路似乎越来越漫长，迈着沉重的步伐，我们这些平日娇生惯养的学生感觉愈加疲累，一个个都驼着背，擦着源源不断的汗水，一步一喘地往前走。当心里的懈怠感袭卷而来时，眺望前方的长龙般的队伍，顿时前进的力量占了上风。是的，我们不甘掉队，我们不会掉队，我们是省溧中的学生，有着属于自己的骄傲和坚持。

拖着快要倒下的身子，我们这些感到“苟延残喘”的学生终于挺到了军训基地。已经不是第一次走到这个地方了，但还是带着一股悠然而生的敬意踏入这片土地。排列，整队，分宿舍，一切都是那么的井然有序，原来的慵懒一扫而光。

训练开始，终于觉得这是超乎想象的折磨。练站姿，脚后跟酸的快撑不住，摇摇晃晃；练坐姿，屁股痛的我们想弹起来；煎熬……，我们尝到了坐也不是站也不是的滋味，在面临近在眼前的饭菜，却只能坐如钟，站如松时，无奈…….，但是我们都知道，这就是我们来到这里的目的。

短短的2天训练，我们洗过碗，洗过衣服，到扫过卫生；我们从开始的不熟悉到现在的相知、互助；从开始的懒散到现在的昂扬，奋发；从开始的娇气到后来的大方，耐劳；我知道，我们成长了。也许还有很多的困难会出现，但是在教官的带领下，我们会：流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。

军训，让我们学到了坚持，学到了团结，学到了礼仪，学到了奋发。我们尝到了苦，尝到了甜，尝到了辛酸，尝到了满足。军训，教给了我们很多我们未曾尝到过的东西。来日，我们定会回忆起，我们着一身整齐的军装，迎着升起的太阳，伴着徐徐的凉风，在教官的带领下，对所有的挑战和困难说：我们不怕，我们来了！

走在今天，才懂得昨天的稚嫩；走在基地，才懂得生活多么幸福。披上迷彩服的那一刻，我才真正懂得我不再是个孩子，是个只学知识的学生。物品必须蜕变，蜕变成为一名有责任、有纪律、有耐力的省溧中人。

迷彩服上烙印着责任，无论是哭还是笑，我们都必须坚信我们是这个班的一员，是这个学校的一员。从学校走往基地的路上，我竟然擦破了脚，我也想过退出，但是我绝不会退出，因为我是这个班的一员。晚上再宿舍看见自己有些惨不忍睹的脚，心里真是委屈极了，我什么时候受过这种苦呢？一位同学甚至说我娇贵，我真是气愤，我如果娇贵，还会坚持到现在吗？我如果娇贵，还会去了医务室后仍坚持训练吗？或许我曾经娇贵，但是现在我可以肯定地说：“我不娇贵，因为责任改变了我。”

迷彩服上烙印着纪律。纪律是铁，纪律是钢，一旦披上迷彩服，你就必须遵守它。最让我记忆深刻的是吃饭时的纪律。望着满桌的菜肴，你却不能痛快的吃，那是一种多痛苦的感受啊！在鸦雀无声的吃饭过程中，我突然就明白，这就是纪律，这就是一个身着迷彩服的人应有的纪律！

迷彩服上烙印着耐力。几十分钟保持一个动作令全身都发麻，双脚几乎胀血，抬都抬不起来，偶尔吹来的一阵凉风似乎成为了最好的礼物。直到汗水滴入双眼，毒辣的太阳暴晒皮肤，我才了解作为一名军人多么辛苦。原来国庆阅兵仪式上的军人在背后要付出这么多汗水，原来他们整齐的步伐下是“掉皮掉肉不掉队”的精神，原来我们是这么无力。

当雄鹰经过折翅的磨砺后才会学会高飞；当猎豹经过窒息的奔跑后，才学会飞驰；当青松经过大雪的压迫后，才学会傲立；当我们经过迷彩服之旅后，才学会责任、纪律、耐力。

在暑假尚未消逝的八月，我们迎来了高中生活前的军训。在热浪席卷中的军训，让我们苦不堪言，但又受益匪浅。

虽然早已立秋，但头顶的太阳还是一样的毒辣。近正午的阳光毫不留情地刺入皮肤，没有任何防晒措施的我只能接受阳光的洗礼，任由皮肤变红变黑。在闷热的气温下，我们身上不久就出了很多的汗，但军纪不允许我们随便去擦，只有在教官的允许下我们才能匆匆用衣袖擦拭。每节训练都有10分钟左右的军姿养成，我们每个人都要抬头挺胸充满自信。即使在练习坐姿的时候，我们都要挺直身板，英姿飒飒。中午午休回到宿舍，直感到浑身酸痛，手指关节肿胀。晚上洗澡像赶集一样，大家排队，很匆忙。军训基地的宿舍里只有两个小电风扇，在气温高的时候，我们睡觉时身上直冒汗。

梅花香自苦寒来。虽然军训生活艰苦，远比不上家中的生活优越，但和一个人在家无所事事比起来充实快乐很多。军训极大地锻炼了我的耐力，让我学会在身体面临极大挑战的时候仍能坚持。军训也让我很快融入到新的集体生活中。因为我们刚升入高中，班级里很多同学彼此都不认识，而军训时，我们这些“战友”很快相识了，有的还成为了好朋友。晚上躺在床上，当我们开心地聊天的时候，一天的疲累都慢慢消失了。军训也加深了我们和邻班的友谊。在训练的空隙，教官显得亲切很多，经常和我们开玩笑，还和隔壁班的人比口号赛歌声，而他们也不介意，和我们一起，热火朝天。

生活·必须全靠自己。

短短3天的时间却让我明白一个道理——那就是“一切，必须全靠自己”。也许在家里，可以坐着衣来伸手，饭来张口的小皇帝，但，这里不行。

“衣服自己洗，再也不能扔给父母。”这，就是军训体现这一点的命脉。

总有一天，我们将踏入社会，生活将全由自己打理。于是，这军训的“苦”，我们将微笑致谢。

时间·仓促而弥足珍贵。

洗澡六分钟，让我们终于明白——匆匆逝去的流年，也许，该花在更有意义的事上。于是，这军训的“苦”，我们该微笑致谢。

教官·凶的表皮下是善。

在训练场上大声斥责每一个不规范动作的教官宛若披着狼皮的羊，凶是假象外表，善是本质内心。

这一点，我真的有略带矫情的感慨。第二天下着大雨，在门卫外不敢挤进去的我无意和送东西的阿姨解释自己要出去打点滴。在旁边根本不认识的教官让我进了门卫室，教官对门卫大叔说“她感冒发烧不能在外面淋雨”。

细小的温暖与善意，不论何时何地都是显得弥足珍贵，而对于那时的我，是那么温暖地点亮我的心扉。于是，这“伪凶的善”，我们该微笑致谢。

军训·苦中带甜。

被汗水侵泡的军训也许还带了汗水的咸涩，但是，这一课，刻骨铭心，意义非凡。

倘若要把军训比作什么，那就像咖啡入口时是苦涩的，细细品味，苦中仍有一丝清甜。

于是这军训的“苦”，我们将微笑致谢。

。

**高一新生军训感悟篇六**

高中军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的高中军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如十，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是个训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，高中的军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌！

**高一新生军训感悟篇七**

烈日炎炎下，我来到xx市第一中学进行军训。

军训并不像想象中那么美好，现实很残酷，军训的第一天我过的无比艰难，每一次结束训练都很想哭。但军训并不是享福，坚持才是胜利。我努力克服着内心的忧虑不安。

首先学了“稍息——立正”，两脚尖打开约成60度，稍息时左脚向前迈出约三分之一脚的长度，立正站军姿时两肩后张，两脚并拢站直。我站在队伍中，努力地做好每一个细节。稍微放松时，教官的指令再次响起，我又再次绷紧身体。军姿十分飒爽，但一定要严格要求自己。

我感受到汗从我身上流下，每一个毛孔都张开着，享受着阳光浴。我极力克服着阳光照在身上的灼热感，衣服贴在身上的黏感。熬过这些以前所不曾忍受的，这便是军训的迷人之处。悄无声息的积累成长经验，学会吃苦，慢慢成长为一个大人。

之后又学了跨立、敬礼、停止间转法。再之后又学了三大步伐——齐步、跑步、正步。其中最累的是正步。脚抬高、手摆正、高抬。抬脚时，我坚持着不让身体摇晃，忍受着脚的酸、乏力。

开始行进时，因为手的不协调，与旁边人的手相互“伤害”。因此，我心里开始更严谨了，一手一脚摆动着都极力小心、谨慎。团结就是力量，从一开始的不协调到后来的逐渐整齐，协调。

每天都要早起跑操，以至于我晚睡晚起的坏习惯被“压制”，早睡早起锻炼身体，增强体魄，耐力与身体素质都得到了提升。

内务方面：床铺整洁了，看不见一丝折皱。生活习惯往好方面发展。

晚上看关于国防的电影，内心受到极大震撼，犯我中华者虽远必诛，祖国日益强大，作为一名中国人，我感到万分骄傲。

祖国的发展历经波折，饱受风霜磨难，中国共产党的正确领导，带领我们走上富强之路。作为一名高中生，我应该努力学习，心中有党，热爱祖国与人民，发展思维，积极创新，为祖国做出卓越贡献！

青春正燃烧，正当年少的我们，是祖国未来的希望，奋斗努力，与国家踏上强国之路。

**高一新生军训感悟篇八**

军训生活有苦有乐，让我懂得了很多东西，概括为六个字：忍耐、坚持、服从。军训生活让人与人之间的距离从比较纯真的一面反映出来。

军训这几天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

**高一新生军训感悟篇九**

大家好，我是14-8班的陈xx。很荣幸能代表高一年级所有同学发言。我发言的主题是“感恩、坚持、成长”。

短暂的军训生活即将结束，请允许我代表全体同学，向冒高温、战酷暑，悉心指导我们的全体教官以及一直陪伴我们左右的老师表示最崇高的敬意！同时感谢拥有百年历史的河北正定中学给我们这次军训的机会！

军训，它不仅是学校进行素质教育的重要举措，也是锻炼我们强健体魄和坚韧意志的主要手段之一。有人说我们由于家长的溺爱，滋长了生活自理能力差、做事拖拉懒散、以自我为中心等坏毛病。但我想说，过去已经逝去，未来属于你自己，从今天开始我们光荣的成为一名高中生，对于陈旧的过去我们将挥一挥手，不带走一片云彩；对于全新的未来，我们将张开双臂，迎接新的机遇与挑战。这人生崭新的一页就从军训开始。

军训的主要目的，就是通过学习一些军事基本技能，来培养我们严格的组织纪律，过硬的思想作风；培养我们团结协作的团队精神，吃苦耐劳的优秀品格。同时，一周的军事训练也增强了我们的体质，提高了我们的生活自理能力。清华学子喊出了“为祖国健康工作五十年”的口号。作为一名跨世纪的中学生，于国于已我们都应该珍惜并且珍惜了这次锻炼自己的机会，我们都以昂扬的斗志、严格的纪律、团结的精神迎接了这次终生难忘的军训。

亲爱的同学们，昨天，我们中的很多同学在父母“望子成龙”“望女成凤”的期盼中，成了饭来张口、衣来伸手的“皇帝”、“公主；今天，经过军训锤炼的我们在困难中磨练，在经历中成长。我们坚信，只要我们肯于“苦我心志、劳我筋骨”，必能“增益我们所不能”。同学们，军训结束了，但是，我们新的人生阶段才刚刚起步。在军训中我们学会了去勇敢地面对一切困难，并且用智慧与毅力来克服；学会了挑战自我，超越自我，这对于我们今后的学习生活是一个良好的开端，我们要在今后的学习中发扬这种精神，不断向着目标迈进。

周校长曾对我们说过“正中是让有志中学生梦想成真的地方”。我们要珍惜这三年的高中生活，努力学习，发奋图强，不辜负老师的希望，不辜负家长的期盼，更不辜负自己来到正中的初衷和理想。

在军训期间，我们结识了新的伙伴、新的老师，我们接受了初到正中的系列教育，我们有幸赶上了吃免费的“校庆鱼”，我们更真切地感受到了学校对我们的关爱与付出，我们更清楚了我们所背负的父母对我们深切的疼爱和沉甸甸的期望。

最后请允许我用校园的一幅标语结束我的发言，“校园更新，生活更新，开启崭新求学路；设计自己，塑造自己，提升自己，成就杰出正中人！”

祝所有领导、老师、教官、家长身体健康、事业有成！祝所有同学学业有成、步步登高！

谢谢大家。

**高一新生军训感悟篇十**

军训。

给大多数人的感觉就是苦和累，然而军训给了我们上了很宝贵的一堂课，让我们学到了了书本上没有的东西，让我们学会了坚强!下面是由小编为大家整理的“高一新生军训感悟范文”，欢迎大家阅读，仅供大家参考，希望对您有所帮助。

高一军训内容给我的感觉其实十分简单，左不过就是原地转法、正步、立定、齐步这些平时看起来十分基础的动作，可是当你真正要做时，才发现并非想象中那样简单。这不，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，但是大家没有一个人退缩，都坚持到了最后。其深深体会到了坚持就是胜利。

通过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。

在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。

如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。

正是大家严格要求自己，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自己心理的极限，可以说是一次难得的经历。通过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。使我明白，没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

我很感谢能通过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会面对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量!在此，我真心的感谢公司组织的这次活动，也感谢我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的公司明天更辉煌、更美好!我听姐姐说：军讯非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样。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。

直至今天我才体会到高中第一天的训练根本不能称为“魔鬼”般的训练，顶多算是一次热身。

早上刚集合便是站了半小时的军姿，也许是为了考验我们到底有多强，连原本一连几天都是多云有小雨的天气都转晴了。不过我们还是以实力证明了我们自己，没有人倒下，也没有人喊报告请假。虽然还没有达到一动不动的效果，不过什么都是练出来的，循序渐进可是我的强项，凭我们班绝佳的默契做得更好又有何难!

再苦再累也只有五天而已，努力一下它就会成为最美好的记忆。

也许我早该发现，军训是个苦差事，我来得不早不晚恰好赶上了。日子就这样一天天数着过来又从日常琐事中一秒秒溜着过去。高一的军训犹在过去，大一的军训实在眼前。每一天的阳光似乎都以终于来了，似乎走了收尾。

大晚上许多许多人已在梦境中有着那样这般的经历，而顽固的我似乎还奋笔疾书，只为抒写那一段段尘封以往的旧事与新情。空调努力工作的声音似乎挥之不去，总在思绪迷乱之际带来些许安慰。空气中浮动着灰尘，微生物和那紧张不安而却有条不紊的气氛。似乎只有悄悄地瞄一眼在那桌上的时钟，我才能安心写下一笔笔宝贵的财富。

军训的劳动强度不亚于农村的日出而作，日落而息的简单高效模式。乳酸总在那紧要关头流动开来，我早就领略过酸痛的感受，那是一分一秒的挣扎，一呼一吸的回味。简单的大脑总在操控着我的四肢和那看似无懈可击却又半途而废的心脏。

四肢总在动与静间相辅相成，心脏始终如一的跳动像发动机一般给予我命里有时总会有，命里无时莫强求的动力。也许这才是军训的另一层机要--检测，更新你那久经战场的细胞和你那勇敢无畏的意志。

高一军训如火如荼地拉开了帷幕，在痛苦的煎熬下，终于度过了两天。

体会多，痛苦多，欣慰多，但我始终相信，这是一次特别的体验。

我可以领悟。即使我们每天都要艰苦训练，即使每天都要汗流浃背，即使每天都枯燥无味。然而我的确感触很深，因为这不仅仅是一种对行为的操练，更是对精神和思想的深化。它时时刻刻告诫着我们，要坚持忍耐。

汗水的浸泡需要忍耐，烈日的炙烤需要忍耐，时有时无的口渴感也需要忍耐，于是，不知不觉中，潜藏的意志力逐步被挖掘出来。这是一个过程，同样也是一种收获。在明媚的刺眼的阳光下，我终是战胜了自我。

我可以感悟。在训练中，我们酸，我们痛，我们为痛苦皱眉，我们为严格抱怨。但转念一想，教官们、老师们同样无时无刻地陪着我们，那种不满感瞬间消失，那种敬佩感油然而生。因为我们远远不及教官们的，他们不知道经历了多少日日夜夜的锻炼，所以我们没有理由说不，他们挺拔的军姿就是最好的证明。

最后，我还收获到了欢乐，首先是从训练中体会到的，当我们迈着整齐的步伐，昂着头挺着胸，获得休息表扬时，这种突如其来的快乐感、幸福感是肯定的。第二，即便军训无味，却总有调节剂的存在，练军歌便是这个调节剂。这有“原始的大吼”、“抒情版的军歌”，同样还有“全营巡演”、“k歌大赛”等众多有趣的项目，于是乎，每一天的紧张感都得到了舒缓。

现在已经深夜了，闭上眼，仿佛还能听到教官们沙哑却有力地喊着口令……。

在这里，我们留下了最美的回忆。

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。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才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的体会军人的英伟。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。

高中的第一堂课军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，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。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。

4天的高一军训生活，我尝遍了酸甜苦辣。在这短短的四天里，我懂得了军训的真正意义，知道了xx学校为何一定要每届新生进行军训，更深深地了解了“吃得苦中苦，方为附中人。”的含义。

在4天的军训生活中，每天我们都必须接受七到八个小时的军事训练，还要自己打扫宿舍，自己洗衣服……这对于许多在家里是“小皇帝”的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

就在军训的第一天，教官就先给我门来了个下马威——站军姿。虽说只是几十分钟，但在烈日当空下，同学们都被晒的两眼发麻。还好，教官们也是会体贴的让身体不好的同学到阴凉处休息，并给满脸汗水的同学们纸巾。可是，军令如山，当你想在训练时，动弹动弹，活动活动时，必须得打报告，否则，教官姐姐就会有点生气的质问你为何不打报告，所以大家只好服从。

当然，教官们也是会说笑的。当大家休息时，教官就会教我们唱军歌，还与我们聊聊的生活。每当我听到他们讲生活时，我都会感到敬佩。原来，教官们比我们年龄大不了多少，也就大一两岁，可是，他们的生活和我们可是天壤之别。

我喜欢为军训结束的时间倒计时，因为军训结束也就终结了我原以为残酷的身体训练。军训结束了我就可以回家，我苦苦盼望着这一天的到来，但当我只需用小时来计算它的时候，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

不当兵难知道当兵的苦，不当兵，难知道当兵的辛酸，当兵是苦的，苦在脚上磨出的泡，苦在为，苦在晨练时迷茫的双眼，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，因为每当这个时候，我都要以军人的准则来警醒自己，换句话说，我真的把自己当成了一个兵，一名军人，我惊叹于这样的自己，也许成熟就在脚上的泡中孕育，最终磨成厚厚的老茧。也许踢正步的麻痛刺激了我每根神经，最终成为警钟，不时的提醒我。

也许清晰正向迷茫的双眼渗透，最终将洞察整个世界。也许坚毅在累酸的腰间屯集，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。

。

**高一新生军训感悟篇十一**

八月份的残云卷去暑假里最后一丝慵懒，炽热的阳光仿佛水龙头中喷洒出的水花，白花花溅了一地，行李箱的滚轮转动，转出一片灰白交映，迷彩晃眼的青春。

或许并没有想象中那般轻闲，至少，迷彩服紧贴身体到庄严是笑颜所无法抹去的。

那些哭丧着脸换上军装时的抱怨还历历在耳，当我真正接过那套厚重的军装时，指尖传递来的粗糙感尽管有些不适，但我更多感受到是一种气息，一种从指尖漫延而上的浓烈庄严的气息。这大概便是那一份所谓的“觉悟”吧，我们接过军装，接过的不仅仅是一件衣服，而是一份作为军人的责任。

抖开宽大的外套，闭上眼，用心感受，再次睁开眼睛时，瞳孔中折射出的光彩，理应充满坚定和骄傲。

或许并没有想象中那般孤独，至少，训练后相互抚慰时传达出的温情友爱是酸痛所无法遮蔽的。

刺眼的阳光下，相互的迷彩服似乎也能渗出汗珠，它熠熠生辉，晃花了我的眼睛，终于等到休息时，大口大口喝水的间隙里，目光兀地停在一张干净的纸巾上，转过头，一张和纸巾一样干净的笑脸，在这炎热的空气中如一股清流，让人清爽。

纸巾擦过脸庞，酷热仿若温水般退去，无意识的一句感谢，无意间搭起一座沟通的桥梁。

**高一新生军训感悟篇十二**

军训是一段刻骨铭心的经历。军训，它囊括了太多太多宝贵的第一次：就像是温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打电闪雷鸣。或是初生的牛犊，艰难地迈出漫长人生中的第一步……在这次军训中回想以往的生活，对比现在，我不仅感受到了自己拥有的幸福生活。

军训的地点设在我们学校的操场上。正值三伏天，天气格外炎热，火热的太阳放射出炙目的光芒，偌大的操场，在阳光的照射下，热浪滚滚，在这种环境下，不由自主地会让人产生一种慵懒的疲惫，我们这些平时在家里娇生惯养的人，哪里受过这些罪，但我们大都耐着了炎热，经受着了考验。

军训，最能磨炼人的意志，尤其是站军姿。烈日炎炎，许久不见一丝轻风拂过，灼热的阳光倾洒在操场上，照射在每一个人的脸颊上，在那寂寞的热空气里，我们足足站了十分钟，汗水顺着每个人的肌肤肆意流淌，从发稍流到下巴，落入到火红的塑胶跑道上，又瞬间蒸发，只留下地面上一圈小小的汗渍。这时，任凭你如何汗流浃背，如何腰酸背痛，不按规定的时间站完，你是无论如何也不能休息的。

每当我按捺不住，偷偷抹开脸颊的汗滴，都会得到教官一声严肃的号令。就这样，我必须昂首挺胸，直立在天空下，无奈地等待这一分钟一分钟的逝去。心中默默地想着：我是否可以像别人一样，坚持到最后一秒，任汗水悄然而下。何时才会听到：“随风潜如夜，润物细无声”？何时才能看见“天街小雨润如酥，草色遥看近却无”？彼时，一阵扑面袭来的轻风或是一场雨的降临，便是我们的解脱。

军训很累。每个人面对枯燥并且劳累的训练，心中总有太多的厌烦与痛苦，但是，我们明白：坚持就是胜利！每个人都知道：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……”每个人都清楚：“古之成大事者，不惟有超世之才，亦有坚韧不拔之志。”只有“长风破浪会有时”，才能“直挂云帆济沧海”啊！

军训苦吗？答案是肯定的。没有苦中苦，哪来甜中甜？正是由于此，从古至今，才会有那么多的文人骚客，给我们留下了“风雨后见彩虹”的感受。军训虽苦，却受益无穷。在纹丝不动的站立军姿时，我们学会了坚持与毅力；在不断纠正自己错误动作的过程中，我们学会了刻苦钻研；军训训练中，我们领会了严于律己，遵守纪律……军训是无声的老师，它培育了我们优良的品格，塑造了我们不屈的精神，摒弃了懒散的惰性，摆脱了无聊的幻想。咬紧牙关，奋力坚持，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我懂得了从客观的角度正视生活。

一周的军训虽然过去，但我所学到的东西却要铭记终生，更要运用到平时的学习生活中：对于难题偏题，不会再避其锋芒，而是要迎难而上，努力钻研，在内心对自己充满信心；课堂上，要恪守纪律，尊重老师，将军训时的认真劲运用到听讲做笔记上；在训练中养成的修养素质，带到日常生活中。

一周艰苦的训练，让我们焕然一新，皮肤虽然晒得很黑，但内心变得阳光起来。身体虽然酸痛，可意志变得坚定无比。可以说，经过了这为期一周的军训，我们都多了一份成熟，少了一份依赖。这是一个收获的季节，我们笑了，带着那丰硕的果实满载而归。这是一个美丽的插曲，我们笑了，带着优美的主旋律，踏入精彩的人生之旅，寻找一个完美的休止符。

从内心深处感觉到：“军训，真好！”

**高一新生军训感悟篇十三**

作为一名刚刚入学的高一新生，向往着高中的美好生活。可近几天的军训却给了我重重的打击。

过去的我，看着电视里的军训的片段，整齐化一的步伐，昂首挺胸的姿态都让年轻的我羡慕不已。可当我站在队伍中时，才体会到了那些哥哥姐姐们光鲜亮丽的背后，都是数不尽的汗水和痛苦。

14点0分的操场上，同学们都排好了队等着教官的到。火红的太阳挂在空中，远远的俯视着我们。一阵秋风吹，倍感凉爽。我站在队伍里，左手抱着书本，右手紧紧的贴着裤缝，一动不动注视着前方。

＂齐步走！＂教官的命令刚刚下达，同学们立刻迈出左脚抬起右手，认真地向前走着。阳光火辣辣的照射到大地上，人们向站在一个巨大的蒸笼之中，早已累得满头大汗。我的汗水顺着脸颊滴到了地面上。此时此刻，我的汗水像断了线的珠子不停地下坠。＂立定！＂教官的声音直冲云霄。同学们停下脚步。

站在炎炎的.烈日下，没过多久我的外套已经被晒得发烫，外套贴在皮肤上，热量便马上传到了胳膊上。唉，真想脱掉外套啊！我用余光看了看两边的同学，都笔直的站着。那我也只好咬牙坚持。过去的几天，天气一直没放晴，伴随着我们的都是温和的风。今天才真正体会到了军训的痛苦。再想想未几天更加严格的训练，我就十分发愁。

**高一新生军训感悟篇十四**

相信大家在升入高中的时候一定经历过军训，这段经历是值得我们永远记忆的，不可磨灭。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。回想我们去年的日子还真伟大啊，那响亮的口号还在脑子中回荡，自己在军训的时候还没有觉得什么，但是今天看到学弟学妹们大汗漓漓的才知道那是苦后甜的磨练啦。

军训，一次有组织性的活动，不像高中那样的随意和应付。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。高中时代的军训纯粹是游戏，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十五天的大学军训，让我明白太多太多的人生哲理，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。

无情的太阳，学弟学妹们都面对阳光在站军姿。南方的太阳，晒在皮肤上是火辣辣的，对北方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。虽然如此，但大家都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出的汗水越多，意志越坚强就站得越好。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。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十五天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样，我还是相信雨后肯定有彩虹的。

人长大了，要适应各种个样的生活方式，再也不能只靠父母啦，出门靠朋友和同学。军训给了我一个适应的过程，在十五天的训练当中减轻了对家的思恋，劳累的训练也降低了思乡的情绪。消除了我们对学校的陌生感，更是锻炼了我们吃苦赖劳和独立生活的能力。还让我懂得了军训的意义，增强了爱国意识，让自己承担一部分责任，我觉得自己真的长大啦。

**高一新生军训感悟篇十五**

。

骄阳似火，年少风华；执笔春秋，时光易度。在这夏秋之际，我们步入了高中这一新的殿堂。余暑未褪，时节交迭，在有着悠长岁月积淀的百年老校中，迎来了高20\_\_级新生军训。

盛阳下挺拔的身姿，校练场上洒落的汗水，倒下后立刻起身的背影……一切的一切，在半月前仍只是谈笔生梦。疲惫、汗水、苦痛、沉重，在轻松舒适的夏假宅家生活里完全无法理解体会。“休息一会吧，打下报告一会就好。”我曾无数次这般想过，胃部如痉挛般颤动，时而一抽一抽地隐隐作痛；豆大的汗水自额头下流，冲散了那层匆匆抹上的防晒隔离；腰腿已经疼至麻木，略作弯曲便引起一阵痛楚的颤栗；由颈椎至半臂向下，僵直肿胀不敢触碰……一次一次想要退惧，又一次一次为自己挺立身躯。是的，为自己。泪珠中滚落、闪动的：“哀哀父母，生我劬劳”，眼见得青丝生白发，健挺的身板伛偻下去；齐进退，不相弃，同龄的我们互相扶持，挚友的他们总是向我流露那鼓励和期待；“随风潜入夜，润物细无声”，总是相遇之晚，也再忘不掉；你亲手在烈日下为我喷防晒；你嘘寒问暖为我们健康思虑万千；训练后悄然满水的瓶子。我珍视并感激这一切，但是，人并不是为他人而活。因为有他人的负重前行，才出现我们前程的康庄路。所以，更需要努力，更需要磨砺，为自己的将来；本心，只为目标行进！

为什么，要军训？汗水一遍遍将洗好的校服浸透，乳酸充斥身体肌肉的每一处，白皙的肤色染作土地的深褐，为什么要无谓受苦累？也许你曾这般思考，你看到了吗？麦色的皮肤泛起阳光的暖调，吸收过紫外线，不致灼伤；你开始懂得照顾自己，从不叠的被子正方方正正地立在床头，夜宿时间紧张，十五分钟从浴室出来手头已是洗好的衣物。辛苦与荣光相伴，行进的队列愈发整齐而有力，教官苛刻面容上不经意流露的赞许、拔河比赛中团队协作赢来的成功……一点一滴的努力，构筑了这个集体，也造就了今天的我。工作上不再拖沓，认真做好每一件要做的事。积极面对挫折，不却步，不退缩。

口号声声嘹亮，遥向天际，终于明白“舍得”之义。“舍”，舍得自己，不畏艰辛，汗水为未来铺路。有“舍”必“得”，方得个性完善与自我成长。

艳阳下，身姿仍然挺拔。向着过往，向着稚气，勇敢挥手，大步向前。同时前挥的臂膀在空中拉出一条完美的直线，正步下落的脚步踏作同一鼓点。我们，在阳光下奔跑，奔向未来，去往明天。永远忘不掉的，是教官最殷切的话语：

“你们是的，你们是最棒的！你们，一定能成功！”

**高一新生军训感悟篇十六**

我一直想离开家，去欣赏这个世界的神秘和刺激，去幻想美好的生活。直到进了军营，我才真正体会到生活的酸甜苦辣。

“就一步，跑，开始！一二一，一二一...立正！”口号一遍又一遍的响起，我们的腿脚麻木，表情僵硬。这就是我想要的生活吗？没有自由，没有思想，没有人格，像木偶一样被命令控制。

我觉得太阳最勤奋...但是早上六点，太阳还没醒，哨子就醒了...然后，木偶们“爬”到了训练场...他们两眼迷蒙，思绪飘散，手脚酥软。像松树一样站着很难，但还是要坚持站姿。太阳一醒，时间变得越来越长，越来越艰难，每一块肌肉都被压迫。心里堵得慌，腿很重，支撑着全身的脚，好像负重了整个地球。我只觉得天地在震动，让人失去重心，却无法倒下。这里没有反抗，只有服从。我的身体最终背叛了我的意志，像一个兵马俑一样站着...

下午三点，烈日“打死”了训练场，整齐的广场，还有教官的大吼。韩竹儿从绿衣士兵的额头滚到眼角，滑到脸颊，滑到脖子，挠了又挠身体...他的衣服一次又一次被浸湿，一次又一次被烘干。大家都在经受毒日的“烤”考验。有人蹲下来休息，我不行。团队精神就是一起工作，同舟共济。军营是一个大家庭，我们都是兄弟姐妹。

晚上有人哭，我没有。我不想让可怜的泪水淹没我的意志。艰难的日子才刚刚开始！我会坚持下去！“鲍剑锋经过磨砺，梅花来自苦寒.”

就这样，我们坚持了最后一个半小时的报告表现，努力训练了十天。当迈着矫健的步子走过主席台时，阵阵热烈的掌声让人落泪。虽然短暂，但是有了回报。

生活需要实践，生活来源于训练。雏鹰因为不断的训练，可以展翅在蓝天自由飞翔；马之所以能在茫茫草原上做出大胆的脚印，是因为它们在不断寻找强壮的身体；由于我们在军事训练中的实践，我们在成功的道路上勇敢前进。

我们的暑期导师给大家留下了深刻的印象，我们都很喜欢他。他一脸严肃，一个密码就能让我们很生气。训练的时候他出了一身汗，和我们一起奋斗。我们的教官很严格。虽然他很严格，但是当我们累的时候，总会休息喝水。与同学交谈时，善于沟通；他带我们训练的时候很认真。

俗话说:“吃硬了才能当大师。”为了自己的美好未来，受那么少的苦是什么？在以后的学习生活中，我一定要用行动证明自己，证明自己是不平凡的，永远不会输给任何人。我不仅完成了这几天的军训，也完成了这几年的学业。我要用好成绩回报父母和老师，永远不辜负任何人的期望。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！