# 最新高一军训心得体会(实用18篇)

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-07-18

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。高一军训心得体会篇一初一新高一军训是每位学生必须经历的...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**高一军训心得体会篇一**

初一新高一军训是每位学生必须经历的一次历练，它不仅锻炼了我们的身体，更重要的是提高了我们的纪律性、团队合作能力和培养了我们的意志力。经过五天的集训，我们这些初中毕业生重新来到了学校，进入了新的学习生活。以下是我对初一新高一军训的体验和感受，和大家分享一下。

第二段：体能锻炼

初一新高一的军训以体能训练为主，我们每天都需要进行不同的身体训练，如晨跑、劲爆操、射箭、壁球等等。尤其是在酷热天气下，要坚持完成训练，需要的是毅力和坚韧。我意识到了自己身体的极限和挑战，同时也锤炼了自己的毅力和勇气。

第三段：纪律训练

在这五天的军训中，纪律是最为重要的。我们每天需遵守诸多的规章制度，必须在规定时间内完成军训任务。加强了我们的守时意识及遵纪守法的意识，还有使我们做到了主动协调、服从命令、场上发挥余热。尤其是在集训的最后一天，我们完成了整齐划一的军姿，那股从内心深处涌出的荣誉感，是让我倍感骄傲和自豪的。

第四段：团队精神

在军训中，我们被划分为不同的小组，完成各自的任务，大家互相帮助和支持，并紧密地配合到位，最终达成了军训的目标。这让我发现，一个人的力量是有限的，只有团结合作、相互配合，才能取得更大的成就。同时，也让我体会到了一个“团队”的强大力量，这一点在以后的学习生活中还会有很大的帮助。

第五段：结束语

在五天的军训中，我们受到了铁的纪律训练，增强了体能素质，锤炼了意志品质，培养了团队协作能力，相信这些都将是我们以后发展的基础。我们在军训中收获颇丰，也希望今后能更加努力学习，为自己的未来更好地奋斗。

**高一军训心得体会篇二**

暑假结束，我迎来了人生中第一次高中军训。在学校里，战旗迎风招展，军歌嘹亮地响彻操场。我们浩浩荡荡地步入大门，迎接着充满期待的眼神。身着统一军装，脚踩铿锵的军步声，感觉仿佛一下子从一个普通学生变成了一名威武的战士。紧接着，我们被细心的教官分成不同的排。在喧嚣的操场上，跟着教官的指导，我们开始了一段艰苦而难忘的军训生活。

第二段：攻克困难，与自我赛跑

刚开始的几天，我们在炎炎夏日里吃尽了苦头。训练强度大，体能素质低下，令我们甚感疲惫不堪。每天早晨，闹钟响起时，我总是情不自禁地想要按下闹钟，多睡一会儿。然而，想到即将面临荒谬的惩罚，我迅速放弃了逃避的念头。中午的烈阳下，汗水浸湿了我们的衣服，也透射出我们坚持不懈的毅力。通过坚持不懈的训练，我的体能逐渐有所提高，开始能够完成一些基本的军体拳动作，也学会了拉直腰板，使腿部肌肉感觉到前所未有的强壮。

第三段：集体荣誉，共同进步

在军训中，我们不再只是一个个孤立的个体，而是共同奋斗的团队。无论是跑操，还是站军姿，我们总是紧密地配合，努力保持队伍整齐划一的形象。在一个团队中，面对困难我们一起努力，面对挫折我们一起成长。在集体荣誉面前，我们舍小家顾大家，将个人的利益放在了第一位。当我们奋力冲向终点，感受到全队带来的掌声和欢呼声时，心中的喜悦无法言喻。这份集体荣誉的感受，也激励着我们更加努力地训练，不断提高自我。

第四段：锻炼意志，培养坚毅

军训不仅是一种体力上的锻炼，更是对意志力的磨砺。在漫长的军训过程中，我们时常面对体力的极限，面对痛苦的折磨。但正是在这样的折磨中，我们意识到我们的体力和意志力远远超过了我们的想象。通过军训，我学会了坚持到底，不轻易放弃，锻炼了自己的毅力和顽强。这种坚毅的品质将伴随我们一生，为我们带来更多的成功和快乐。

第五段：全新的认识，成长的机会

军训不仅让我们学会了服从和纪律，更给了我们全新的认识。通过亲身经历，我们深刻体会到了军人的辛苦和不易。他们用自己的汗水和热血，为我们保卫家园，维护社会的和谐。这种感悟使我们更加珍惜现有的生活环境，深化对军人的尊敬之情。此外，军训也锤炼了我们的团结合作能力，增强了我们的集体协作意识。在未来的学习和生活中，这些都是宝贵的财富。

总结：

回顾这次高中军训，我深感收获颇丰。军训既是一种磨砺，又是一次锻造，不仅让我们感受到一名战士的辛苦，更使我们成长为更加坚强、自律的人。这次军训将深深地烙印在我们每个人的记忆中，成为我们人生旅程中不可磨灭的一部分。我相信，通过这次军训，我们的未来一定会更加光明和美好。

**高一军训心得体会篇三**

日子总是想从指间渡过的细沙，在不经意间悄然滑落。那些往日的忧愁和误用伤，在似水流年的荡涤下随波轻轻地逝去。而留下的欢笑和笑靥就在记忆深处历久弥新。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。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枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；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。

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，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。军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱军训几天，我们学到的不仅仅是站军姿，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！

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描述的一样：“比铁还硬比钢还强”。在我们军训中我们军人、学生一家人，了解不少的军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任，苦中的乐。对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的好处，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。

金子要经过寻矿、开挖矿洞、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来。我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于理解军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战！军训中的快乐，时刻在脑海中回荡。军训，是彼此陌生的同学在相识相知中成为朋友。军训，是高中完美的开始！夏季远处的天空簇拥着红色的云朵，如同盛开在天空的奇迹。很快的，很快的，我的军训生活结束了，不明白自我是喜，还是悲。

**高一军训心得体会篇四**

在高一军训中，武术操成为了一项重要的训练内容。通过参与武术操的学习和练习，我深深地感受到了武术操对于我们培养坚强意志和团队合作精神的重要作用。在这篇文章中，我将就我的武术操体验，分享我的心得体会。

首先，武术操的动作需要我们付出额外的努力和训练，但这些都是值得的。在最初的学习阶段，我发现自己的身体柔韧度和协调能力都不够，每一个动作都需要耐心的反复练习。对于那些十分严谨的动作，我常常感到自己的身体僵硬、不自然，需要在虽然有压力，但坚持下去。经过不断的尝试和练习，我不仅逐渐掌握了武术操的基本动作，也提高了我的身体素质和协调能力。我意识到，只有通过坚持不懈的努力，我们才能取得进步。

其次，武术操也让我体验到了团队合作的重要性。在武术操的练习中，每个人都必须保持统一的节奏和动作。只有达到整齐划一的标准，团队的效果才能得到最大的发挥。这需要我们密切配合，相互信任和支持。在练习中，我们时常遇到调整步伐与动作的困难。面对这种情况，我们必须互相沟通，协商解决问题，并共同努力实现团队的目标。通过与同学的紧密合作，我深刻理解到团队合作对于实现共同目标的重要性。

第三，武术操让我意识到了困难和挫折不能阻挠前进的步伐。在练习的过程中，我常常碰到意想不到的困难和挑战。有时候我会感到自己无法再坚持下去，甚至想放弃。然而，每当我看到其他同学们坚持下去，我就会重新振作起来。在教官的鼓励下，我知道只有坚持，才能克服困难，实现自我突破。武术操不仅仅是一种体能的锻炼，更是一种意志力的训练。通过克服困难和坚持下去，我体会到了坚强意志的力量。

第四，武术操也让我体验到了自我超越的喜悦。通过教官的严格指导和不断的练习，我逐渐掌握了一些高难度的动作。当我能够自如地完成这些动作时，那种成就感和喜悦油然而生。我发现自己的身体素质和控制能力得到了很大的提高，更加自信地面对挑战。这种成就感让我意识到，只要付出努力，就一定能够超越自我，实现更高的目标。

最后，通过参与武术操的训练，我不仅获得了身体上的锻炼，还深刻理解到了坚持、团队合作和自我突破的重要性。在将来的学习和工作中，我将继续保持坚强的意志和团队合作精神，迎接各种挑战和困难。我相信，只有通过不断的努力和付出，我们才能取得更大的成就。武术操为我提供了一个宝贵的机会，让我身体力行地体验到了这些重要的价值观念。我一定会将这些体会融入到日常生活中，成为一个更加优秀和有价值的人。

**高一军训心得体会篇五**

时间过得飞快，只不过这短短的几日，我们经历了那么多。在炎炎夏日里，我们戴上军帽、穿上军装，以及在烈日下进行连续的站军姿、慢跑、俯卧撑和其他各种军事训练。每个人都感到疲惫不堪，但我们始终都保持着高昂的士气，互相鼓励，刻苦训练，不怕吃苦。我们也参加了分组训练，学习团队协作精神、互帮互助的观念。最后，我们总算顺利地完成了军训历程，听到那句“解散”的响声，我们终于轻松了下来，同时也感到无比自豪。

第二段：军训中的得失

军训中，我们获得了很多，例如健康、朋友、团队合作的意识、勇气、耐力和自律等素质。虽然军训很苦，但是军训中我们或多或少能找到自己的一份收获。然而，我们也失去了不少。我们失去了对自由的渴望，失去了在家玩耍、享受阳光的时间，失去了休息、睡觉的机会。但是这些失去，却换来了更多的收获。

第三段：军训中思考的问题

在训练中，我们不仅锻炼了肌肉，更加考验的是我们的意志力。有时候，面对一个没有任何变化的动作一遍遍地做，我们会感到枯燥无味、力不从心。但在这个过程中，我们思考的是如何坚持。坚持不懈也是我们在军训中最大的感悟。不仅锻炼了身体，更锤炼了意志，成为我们人生的经验之一。

第四段：关于团队合作

纵观军训过程，我们可以发现一个重要的因素：团队合作。团队合作是指在同一目标下，团队中的每个成员通过相互取长补短、协调合作，共同完成任务。在训练过程中，当一个人感到疲惫时，队友会振奋他；当一个人被发现做错了，教官会耐心地指导他；当一个人遇到难题，队友会组团来帮他解决。在这样的氛围中，我们体会到团队落实的精神，而这种精神无疑会深入潜移默化地影响我们，成为我们日后成长的支撑。

第五段：结论

回头看看军训经历，可以说我们付出了很多，从刚开始孜孜不倦地学许多让我们枯燥的军事训练，到那一天终于走出校门，带着积极、勇气、自律和团队合作的精神。从军训中，我们不仅训练到了身体，更磨练了意志。海阔天空，未来的路途任由我们去探索，我们可以依据军训之时学习到的各种知识和人生感悟，让未来更加美好。因此，在未来的日子里，我们要学会沉淀自己、锻炼自己、拥有团队合作精神，让自己成为一个更好的人。

**高一军训心得体会篇六**

军训是人生中的第一次军训历练，我将永远记得这次难以忘怀的经历。xx年9月17日至9月19日的\'训练，这使我受益匪浅。

记得第一天开动员大会时，我心中有激动有彷徨，有兴奋也有一丝的害怕和畏惧，第一天我们集中进行的军姿立正等基本动作的训练，说句实在的，真的十分累，晚上回到宿舍浑身酸痛，但是在训练的过程中没有一个人畏惧退缩。

军训是苦是累，但是男儿流血不流泪，军训的意义在于磨练我们的意志，培养我们的军事素养，提高我们的身体健康，这是我们一辈子的宝贵财富。

现在，日本与东南亚的各国在不断对我们进行挑衅，为何?因为我们不够强，只有足够强才能才能使我们能震慑住这帮无耻之徒，军训，使我们明白了军人保家卫国的艰辛，支持军队建设，从我做起。

军训使我明白，努力学习，回报祖国，艰苦奋斗，团结向上，为了美好的明天而向上，向上，再向上。

军训如同鞭子，在不断的鞭策我向前。

永记军训之精神，我们永不言败。

**高一军训心得体会篇七**

虽然，以前也参加过军训，但这是第一次和同事一起生活xx天，20xx年xx月x日，我带着好奇的心情坐上了去军训的车。即将到来的xx天生活对于我来说将是全新的，我对于这一切有着强烈的期盼。

到了军营，我们忙着提行李，收拾宿舍，像豆腐块的棉被，井然有序的作息安排，规矩简单的饭堂，这些事物在我们这些机关干部眼里是那么的新奇。

忙碌

收拾内务，出操，吃早餐……还没调整过来的作息时间把我们的第一天生活搞的一团糟。哨声总在慌乱中响起，还没叠好被子已经要出操了，刚脱下军装又要准备打水，匆匆忙忙中做了这个又做了那个自己都理不清楚自己到底做了什么。每天的生活全衣哨声忙碌而紧张，但却很充实。

艰苦

训练是很艰苦的，每天都要站军姿，教官不断的提醒我们要注意动作规格，容不得半点放松。半小时下来，膝盖似乎都不能弯曲。随后几天我们进行了稍息、立正、齐步、正步、跑步、军体拳等一系列的训练。每天细小的动作都会在教官严格的监督下练习很久，训练的确很苦，但同志们都一心想做好每个动作，再苦再累都咬牙坚持，不放弃。

感动

几天下来，训练我们的教官嗓子哑了但他们仍是一如既往的为我们训练，再平时与教官的谈话中我们或多或少了解到了教官一些经历，再看看平日教官的一脸坚毅，我们无法不感动，我们感动于教官坚韧的品质，感动与教官不辞辛苦的教导。

不舍

xx月xx日，我们在军营的最后一天，节训式上每个同学都认真做好每个动作，以最优秀的动作告别教官，告别军营。我们坐在车上，目光却不停的搜集那让我们好奇、开心、兴奋、感动的每一样事物。汽车开出军营大门，军营里流下了我们的风采，而汽车也带走了我们对军营的思念。

回味

回到家，xx天的军训生活恍如昨日般清晰明了。xx天的军训生活磨练了我们的意志，增强了我们的体质也丰富了我们的感情，同志们由不熟悉变成了知心好友。回味xx天军训生活有太多的酸甜苦辣值得我们细细品位，从军营出来我们即将开始新的生活，希望这xx天得收获与感悟能够伴我们走完一生。

**高一军训心得体会篇八**

军训，是告别初中的仪式；军训，是迎接高中生活的洗礼。军训，是一次难以忘怀的体验；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。

头顶火辣辣的太阳，汗水浸湿了衣领，豆大的汗珠慢慢地“爬”过我的脸颊，沿着脖子留下了一道道痕迹。那感觉就像是吃了一大碗辣椒，全身上下都烧得难受。陌生的环境，艰苦的训练，不合口味的饭菜，太多太多的苦，却无人倾诉。很晚了，我提着桶准备去排队洗澡，经过那条长长的走廊，只觉得腿已经支撑不了疲惫的身体，有些摇摇欲坠。

蚊子不时的骚扰，全身阵阵的酸痛，使我辗转难眠。窗外一片寂静，离家的思念时刻刺激着我的鼻腔和泪腺。终于，苦尽甘来。手里捧着刚发下来的奖状，仔细审视着上面的字：“优秀军训学员”。嘴上没说什么，心里很明白：这是五天辛勤汗水换来的肯定，是五天辛苦耕耘得到的成果，是自己初中阶段获得的第一张奖状，是新阶段的新起点！心突然跳得特别快，里面塞满甜蜜。

军训带给我的仅仅是这些吗？不。它还给了我机会，让我有幸能体验到生活的艰难。它还给了我顽强的毅力，使我相信，只要坚持就会胜利！它还给了我成功的喜悦，让我知道，风雨后的彩虹，更加艳丽！它还给了我独立自主的能力，使我成长，试着离开“温室”，学会承担。它还给了我克服困难的信心，教我勇敢，不再一味逃避。它还给了我战胜挫折的勇气，让我明白，在哪里跌倒就从哪里爬起来。它还给了我不轻易服输的上进心，叫我记住。

五天的汗水，五天的坚持，五天的磨练，五天的感情……这五个日日夜夜的经历为即将到来的初中学习打下了坚实的基础。这五天的经验，不管是对我高中阶段还是对我整个一生的学习、生活都很重要。这五天的一切，虽然苦，但是却值得一辈子去留恋！

面对新的起点，我越发充满信心！我会把我的热情、精力百分之百地投入到新的学习和生活中去！

**高一军训心得体会篇九**

在高一的新生们刚刚入学不久，迎来了一场难得的军训。一般在学生人生中只会有一次，是锻炼意志、坚强毅力的好机会。作为其中的一员，我深有感触。在军训中，我不仅锻炼了身体，还有了心理上的成长。

第二段：身体上的收获与困难

军训是锻炼身体最好的方式之一。作为一名高一新生，每天起早贪黑、训练的强度大、课程密集。起初，我感觉无论是快步走、跑步、俯卧撑还是仰卧起坐等，都难以完成。但经过老师一遍遍的耐心教导，我逐渐习惯快节奏的生活，在朝夕相处的同伴的帮助下也能完成困难的训练项目。在整个军训过程中，我的体能得到了明显的提升，体重也得到很好地控制。在困难面前，即便很苦很累，但只要拼尽全力，最后的胜利一定自己的。

第三段：心理上的成长

除了身体上的训练，我们还在军训中汲取了心理上的专业知识，更多地了解了人与人之间的关系。在军训中，一班人几乎每天朝夕相处，要做到紧密协作、相互支持，摆脱自我，体验团体的力量。我意识到，生活中，每当我们困难重重，放弃时似乎特别美好。而在这个团结的集体中，每个人都肩负着责任，互相扶持，这样的团体才能扛起任何一份担子，做到和谐相处。

第四段：军训中的遗憾及未来规划

军训结束之后，我仿佛有点依依不舍。因为和这么多的小伙伴在一起，打成一片，在艰苦卓越的氛围中共同进步。虽然有一些同学表现不佳，丢失了东西，但大部分同学都表现得很好，紧紧团结在一起，一起战斗了几天凌晨。在那短暂的时光中，我们创造了很多回忆。

第五段：总结

总之，军训是一种难得的经历。我们从中体验到了困难、坚强、拼搏和友谊的重要性。这过程不仅凝聚了人心、也使我们更加认识和发展了自己。在以后的大学和职场生涯中，将会有很多道路障碍和困难，但是，我们可以用军训的经验去看待，去面对，在团队中可以不断升华，在战斗中不断超越！

**高一军训心得体会篇十**

九月的微风把树叶摇曳得翩翩起舞，新校园里的一角满地零落着白玉兰，洁白中仿佛镶嵌着一点黄晕，拥抱着刚被雨水湿润的大地。炎炎夏日，原本我们可以在灸热的阳光亲吻下，拥揽着西瓜的可爱，享受冰棍的豪爽，这多么美妙啊，可新学期的军训把我们安定的暑假生活推起一个波涛汹涌的热浪。

高中的生活由军训开始的勒起和画。我们如期收拾好行李来到新学校新宿舍，认识了新朋友，便开始踏上军训之旅。

我们的教官是一个内心狂热，外表斯文的有为青年。还记得那几夜与我们畅谈的理想与奋斗，感情与挫折，让我们似乎看懂了人生的滋味百态。

在我们班上，不算努力但总有一股凝聚的力量在沸腾。第三天，教官与x班教官调班试着不同方式的操练。一开始，可爱教官先让我们休息一下，唱歌表演才艺。谁知那讲台上的连长早已对我们虎视眈眈，立刻上前给我们一翻训斥。“你们得瑟了吧，练得不错了？就你班在嘻皮笑脸，给我预演一下！”连长的话在当时烈日当前显得特别刺耳，我们班上的同学无不面红耳赤，就连教官也是。暗地里，我们班却仿佛铆足了劲。猛烈的阳光把我们的一层皮肤晒得发红发黑，额头上的汗珠从眼角划过，滴上衣襟上，湿透了一片。不负众望，整齐的队列，响天轰地的踏步声，令连长震撼，令连长呆若木鸡。教官把嘴角拉起一个美丽的弧度，“好！”我们都笑了，汗水没有白流。

结束的最后一晚，那是教官的生日。几个小女生暗中发出暗号，当然我也参与其中。一首歌打破了当时寂静的气氛，“祝你生日快乐，祝你生日快乐……”教官立即回过神来，眼睛有一丝闪动。“谢谢，可这并不容易打发我的”，一句句笑声荡漾在宿舍里，感染着每个人。

军训生活很苦涩，但就如一杯咖啡，加入了糖和牛奶，便又是一番滋味。这一段回忆，有亲切的教官，有好玩捣蛋的同伴，有我们一起经历感动的场面。就这样，深刻地印记在我们脑海中，难以抹平！

九月的风，温暖又夹杂了一丝清凉，吹醒了我们碌碌无为度过的暑假，我们，又迎来一个新的开始，加油，那些烈日下汗流浃背的我们！

**高一军训心得体会篇十一**

军训是每个高一学生入学的第一课，也是对他们成长的一次历练。这一时期，不仅锻炼了我们的意志和毅力，更培养了我们的团队协作能力。在高一入学军训中，我有了很多收获和体会。

首先，高一入学军训让我意识到集体的力量是巨大的。在集体的训练中，我们学会了相互协作，不论是操练时的行列整齐，还是团队作战中的无声默契，都需要大家齐心协力才能完成。毕竟一个巴掌是拍不响的，只有团结一心，共同努力，我们才能完成任务，达到目标。这次经历告诉我，团结是我们最强大的武器，在团队中有人担当领导角色，有人分工协作，不仅能提高效率，还能增强大家的向心力。

其次，高一入学军训使我学会了面对困难向前迈进。在军训中，我们要面对高强度的训练，而且天气炎热，有时候会非常辛苦。但是我发现，只要拼尽全力去迎接挑战，就能战胜自己，完成任务。这让我认识到，生活中不可避免地会有困难和挫折，只有勇往直前，不畏艰辛，才能取得胜利。军训也让我明白了付出努力就能收获成功的道理，这种精神将伴随我一生。

再次，高一入学军训让我懂得了团队合作的重要性。在军训中，每个人都有自己的职责和岗位，只有大家发挥各自的特长，互相配合，才能完成任务。我在小队比赛中深刻感受到，没有团结，没有配合，我们很难有好的表现。而在团队中，每个人都是不可或缺的一部分，只有合力前行，才能走得更远。通过这次军训，我意识到，任何一个团结的集体，都能拥有无穷的力量，无论是在学习中还是生活中，都需要团队协作。

此外，高一入学军训还锻炼了我的意志力和毅力。军训是一项繁重的任务，需要不断的重复和坚持，从晨跑到操练，再到队列训练，每天都是一次次脑力和体力的考验。但正是这种坚持不懈的训练，让我们养成了坚强意志和永不放弃的精神。在军训的时候，一度有同学因为太过劳累而暴瘦，不过他对此并不自卑，反而铆足了劲，变得更加坚强。从他身上我明白到，只有在艰苦的环境和挫折面前保持坚韧不拔的毅力，才能突破自我，取得更大的成就。

总的来说，高一入学军训不仅让我感受到了集体的力量，还让我懂得了意志和毅力的重要性，更培养了我在团队中合作的能力。这次军训对我来说是一次宝贵的经历，我将一直牢记在心，坚持不懈地努力前行。希望未来的岁月里，我能将这些收获和体会应用到更广阔的领域中，取得更大的成就。

**高一军训心得体会篇十二**

xx年xx月xx日的清晨，我第一次踏进新县一等学府——新高的大门。清晨的阳光照耀着，显得它闪闪发光。于是，这个闪闪发光的学校带给了我第一个礼物——七日军训。

我并不是一个体力好的人，甚至完全跟体力好这方面不沾边，倘若要是哪个人告诉我，你得去军训了，我大抵会惊恐不安起来，做着以前不曾做梦的晚上欠下的噩梦。

而事实上是，它，悄无声息的到来了。

我永远铭记8月24日，那个上午，明明热的要“死人”，在我备受煎熬迎来了下午时，又下起倾盆大雨。

而之后的几天，训练依旧有条不紊，而在我想要放弃时，教官却仁慈的让我们歇一歇，又凭着主教官以及主任的激励，我才能走到现在。不是没有想过放弃，而是发现，雨淋湿过后的天空更加绚丽。

在这里，我想感谢我的教官。

即使我们懈怠、放松、偷懒，教官也没有放弃我们班，我有时感到羞愧，因为教官帮助了我太多太多，我却不知道他叫什么。想到生活中仍有许多帮助别人默默无闻的人，如此，我在这里向我的教官道谢。

随着时间的流逝，我也发现了教官们的“可爱之处”。总有一些意想不到的事情他们会做，也是这些时候，让我更深的了解到教官们的人情味儿，同各种人一样，是鲜明的，活生生的，有血有肉的人。

一路以来，我痛、我哭、我笑，总有那么一群人在背后默默支持着我，应砥砺前行，不负长风。军训要过去了，但学到的东西永生难忘。

感谢那些让我痛的人，感谢你们，教我成长。

**高一军训心得体会篇十三**

军训是我们开始高中的必经之路，别看只是这十几天，但是我看到的是一群坚持不懈的队友，在这个刚好的年纪，我们需要这种精神，为期不长的一个军训我看到了很多的的东东西，是自己的缺点，是大家的团结，是我们在这个年纪最应该具备的东西四个字：“坚持不懈”，我在来之前就已经做好这一个准备了。

军训不是我们想干嘛就干嘛的，我非常的明确这一点，既然做好这个准备我相信我在军训的时候会很顺利，不要说，最最基本的就是一会走坚持，这次的军训十几天的时间我看到的自己的优点，这种优点是不一样的，我以前一直觉得自己身上没有什么优点，很多时候不会觉得自己做好一件事情就是优点，这种事情每个人都能够做到，但是这次我还是做到了，我通过军训看到了自身的为优点。

不知道什么时候开始的，我对自己不是那么有信心了，做好一件事情不是那么简单的，但是即使我做好了还不是那么信心，我很坚定自己的决心，特别是这次的军训我坚持下来了，我更加觉得这就是我的优点，因为通过这次军训我看到了有的人没有坚持下去，我知道这不是我自己能够引以为傲的，不应该那别的对比自己，但是我想表达是就是这次的军训，我是从开始到结尾都在坚持着，这就是优点，或许不是值得我骄傲但是我做到了，更多的还是一些感悟，这次的军训我的那种坚定是从来没有过的，通过这次我体会到的是不同的感觉。

军训开始的时候我非常的积极，做什么事情我都很积极，休息的时候教官每次说让我们去表演，我总是第一个，我扮演着一个调节气氛的角色，这么十几天的军训我每一天都是很坚定地，我每一天都在告诉自己，我主动一点不是为了表现自己如何如何，其实很读时候在这种情况下我是下意识的，或许这就是军训中我们很容易忽略的吧。

这次军训当中我也有快要坚持不住的时候，有一次就是因为自己没有吃饭顶着烈日有点吃不消，那个时候其实军训已经快要结束了，就最后的两天，我很确定自己要坚持下去，在军训的时候说了无数次的坚持，怎么能够在最后的阶段给自己遗憾呢，我坚持了下来，尽管自己当时很不适应，快要在放弃的边缘了，这是很危险的，如果放弃越是很遗憾的，但是看到身边这么一群坚持不懈的同学，我当然不能够让自己脱离队伍对吧。

十几天的`军训是一种成长是一种态度，是接下来对学习生活的坚定，我会保持这种精神的。

**高一军训心得体会篇十四**

高中军训结束了，这是我人生中第一次参加军训。在这一个月的时间里，我们度过了紧张刺激的日子。通过训练，我感到身体和精神上都有了很大的提高。在这篇文章中，我将分享自己的感想与体会，与大家共同交流学习。

（2）高一军训结束感想心得体会——训练的重要性

训练是军训中最重要的环节，也是收获最大的地方。在训练中，我们锻炼了自己的毅力和意志，也学习了许多实用的技能。比如，我们学会了如何快速爬山、如何跑步时无声无息。在全体同学的共同努力下，我们很好地完成了所有的训练任务。通过训练，我认识到了身体的极限，更找到了自己潜藏的力量。

（3）高一军训结束感想心得体会——团队合作的重要性

在军训中，我们不只是一个人在训练，更是一个团队在战斗。每个人都要维护团队的荣誉，团队中的每个人也都成为了我们共同成长的伙伴。我们伴随着欢笑、汗水和努力，一起走过艰辛和难关。在团队的帮助下，我们共同砥砺成长。在一个公共的平台上，我们展示了自己的优秀品质和卓越表现。

（4）高一军训结束感想心得体会——领导力的提升

军训中的小分队竞赛、集体操和军事模拟演练都需要一个出色的领袖。作为领导者，需要发挥出统筹规划的能力、组织协调的能力和鼓舞士气的能力。通过在军训中的领导者角色，我学会了如何在压力下保持镇定，如何调动团队成员的积极性，如何制定合理的计划。这些都是我人生成长中很重要的一步。

（5）高一军训结束感想心得体会——展望未来

军训的日子结束了，但是我们的人生刚刚起步。每个人都要为自己制定未来的计划和目标。在未来的生活中，我们将面临更多挑战，需要具备更多的知识和技能。通过军训，我们要学会如何自律、如何面对困难、如何适应环境。这些都是我们未来人生中很重要的经验。

（6）高一军训结束感想心得体会——总结

在这一个月的高一军训中，我学到了很多东西。通过训练，我不仅锻炼了身体和意志的力量，更学习了团队合作和领导能力。未来的日子还很长，但是我们要勇敢地面对未来。只有坚持不懈地努力，我们才能实现人生的梦想和目标。这次军训收获很大，也让我更加坚信：只要我们努力，就能够创造出更加美好的未来。

**高一军训心得体会篇十五**

一周的\'时间就这样匆匆的过去了，一个星期的时间说长不长说短不短。在这个星期里我经历了许多许多。一个星期生活让我觉得是如此的刻苦铭心，从一开始的懒散到今天的纪律严明，我们为此不知道抛下来多少无烟的汗水，无论是在烈日的照射之下，还是在萧瑟的季风中，我们都坚强的挺了过来。为此我感到无限的自豪。

一个星期的军训，让我们感受到了许多，也让我更加的领悟到了集体的重要性。无论个人表现怎么优秀，如果没有一个好的队友配合，那么始终无法获得最后的成功，从我们来到这个学校的第一天，在我们刚开始穿上军服的那一刻，在我们刚踏入广场的那一刻，在我们刚踏进广场的那一刹，那这一切的一切都预示着我们将要被紧紧的联系在一起，直到今天，直到此刻，我们还依旧不断的努力着，配合着，适应着，将我们从这一开始的个人世界观里发展到了今天的集体之中。

世人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌，可真正能够做到集体团结的又有多少呢？早我的脑海之中，依稀清楚的记得早我刚刚开始军训的时候，那个各自为营的景象，那些散漫的态度，可如今再看看，操场上那些一排排的身影。那一声声充满斗志的怒吼，很难得想象这样一个星期之前连站队都站不齐的身影不会有如今相为吻合。而这一切都是大家不断努力后的成功。看看如今这一切，心里一中满足充满了脑腔，我知道我们的努力成就了现在的成果.

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，几天后，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。

军训的生活匆匆的闯进了我的生活，而如今也即将离我而去，从一开始的抗拒，到最后的服从。这样之间的转变，不知在何时已悄悄的进行，虽然又是短暂的一个星期。但是我明白，这一个星期的时光已经牢牢的占据了我记忆的一角。或许在未来的某一天里，这一个星期的回忆起现在的时光，我想，那将不会在另外一番滋味吧！没有绝对的痛苦，也没有什么绝对的快乐，细细的咀嚼生活的点点滴滴，你会发现，原来人生的道路是如此多彩。

**高一军训心得体会篇十六**

高一入学军训是每个学生大学生活的开端，它是一个全新的起点，意味着一个新的学习和生活方式的开始。军训不仅是为了锻炼身体素质，更重要的是培养学生的纪律观念和团队合作精神。经过高一入学军训的学习与训练，我深刻体会到了自身的不足与成长，收获颇丰。

第二段：体会一--毅力与坚持

军训的过程充满了各种挑战和考验，尤其是在炎热的夏季，训练内容严格而繁重。每天起早贪黑，完成各项训练并全身心地投入其中，并不是一件容易的事情。然而，我坚持下来了。在疲惫和无奈的情况下，我学会了克服困难，毫不动摇地迈向目标。军训教会了我毅力与坚持，这是一种宝贵的品质，将会伴随我走向人生的每一个阶段。

第三段：体会二--团队合作

在军训过程中，个人意识必须要转化为团队意识，因为只有团结协作才能完成每一项任务。在小组互助训练中，我与队友紧密合作，相互配合、互相鼓励。通过团队训练，我深刻体验到了队伍的凝聚力和力量。只有真正理解了团队合作的重要性，我们才能在学习和生活中更好地与他人合作，取得更大的成就。

第四段：体会三--纪律与责任

军训严格要求学生遵守各项纪律和要求，包括早起、按时完成任务和服从指挥等。时刻保持良好的纪律是一种修行，需要我们以身作则，时刻保持警觉。与此同时，我们也体会到了责任的重要性。无论是队长还是队员，都要承担起自己的责任，积极主动地完成每一项任务。只有具备纪律性和责任心，我们才能更好地适应学校生活并为之付出努力。

第五段：结语

高一入学军训带给了我很多宝贵的体验和成长，让我收获颇丰。通过军训，我不仅增强了身体素质，培养了坚持不懈的毅力，更重要的是体验到了团队合作和纪律意识的重要性。这些都将成为我未来学习和生活中的宝贵财富，我会时刻铭记在心，并将其运用于我的未来成长和发展之中。我坚信，通过高一入学军训，我将能够面对未来的挑战，并取得更加辉煌的成就。

**高一军训心得体会篇十七**

从伏特加伏特加，到向前走，再到新时代的小苹果，高一军训的日子，在所瞬间走过。在这个过程中，我们经历了很多的艰辛，也收获了很多的收获。由此，我不禁产生了很多的感想和心得，下面，我将针对这次军训，就我自己的体验和感受，进行总结和梳理。

第一，锻炼自己的体能和毅力。军训期间，我们每天都要进行大量的体力活动，包括晨跑、俯卧撑、仰卧起坐、梯子爬等等，这些活动的目的，就是要让我们的身体变通、变强、变耐力。尽管这些活动让我们感到非常的疲惫和枯燥，但是却给我们带来了难忘的成就感和满足感。通过这样的训练，我体会到了“身体是革命的本钱”的道理，更加珍惜了自己的身体，并下决心把体能和毅力训练为自己无形的资产。

第二，提升现实社会的能力。军训期间，我们不单是要锻炼自己的体能，更重要的是要锻炼自己的现实社会能力，包括组织能力、意志力、自我保护能力、纪律观念等等。大众化的训练课目，注重各项规章制度的教育，尤其是紧急情况下的训练，让每位学生都深刻增强了对家国安全的认识和责任感。在这个过程中，我不断学习掌握知识技能，提升自己的实践操作能力，让我有了更加坚强的心理素质，可靠的自我保护能力，在以后的生命旅程中，这些能力将会成为我无形的资产。

第三，培养同学之间的友谊和团队精神。在军训期间，我们的生活是时时刻刻相互联系的，在集体中我们互帮互助，遵守纪律，珍惜友谊，同时自我锻炼，自我提高。漫长而严苛的军训时间，让我们享受了各种荣誉和喜悦，但同时也难免存在个人和集体的失误失误所带来的纷争和矛盾。在这时，班级合作、互帮互助的团队精神就显得非常的重要，通过相互协作和融合，大家的友情和军人精神也得到了进一步提升。

第四，感受到国防意识和人生价值观的升华。军训旨在强调纪律、培养人才，而国家的安全是人们生命和财富之源。参加军训，让我们在体验衣带渐宽，终不悔似蔓草的军事生活时，更加感受到宝贵的和平环境与生命，感受到对国家的水深火热以及对唯一人生的珍惜，也明确了人生追求的价值，以及使命与责任。

第五，反思自己成长短板与进步方向。在军训中，我们难免存在种种问题，有的可能是身体方面的，有的可能是纪律意识方面的，还有的可能是技能水平方面的等等各种方面。在反思自己的不足和问题的过程中，我们不但能够从中发现自己成长中的短板，还能够针对性的提出进步方向和目标。通过这样的发现和针对性的提出，我们不但能够更快地提升和变强，还能够摸索出自己成长的方向和未来的道路。

总之，军训是一个全方位、全局性的训练过程，是一场生命的挑战与顶尖素质实训。在这次军训中，我深深感受到了团结互助，忠诚担当，积极向上的精神风貌；同时，自我尊重、相互尊重，以及珍爱生命、关注健康的内涵，也给我留下了深刻的印象。此次军训，让我获得了成长和信心，提醒了我要珍惜机遇和时间，不断练就自己的优势素质，努力引领自己成长为更加出色的自我。

**高一军训心得体会篇十八**

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。

这次军训中，我学会了珍惜——去珍惜家庭，珍惜同学，珍惜友谊，珍惜生活。立正、踏步、齐步、正步。这些动作大家都会，困难的是怎么让它们整齐划一。为了实现在会操表演时的目标，同学们不厌其烦的重复着单调的动作。在一遍又一遍的练习中，大家相互磨合，学会了彼此迁就，一同去努力创造出一个为了共同的目标而学习的集体。

经过了这为期五天的军训，我们都多了一份成熟，少了一份依赖。每一天，我们坐在教室里，望着夜幕降临前凡间的晚霞，那是大地给予我们的又一层生机；而现在，或许这五天的军训又是另一个幸福的开端呢？我们在成长，在不断成长的过程中，细细的品味着成长的甘甜、欣赏着成长的足迹。叶儿在急流中学会了坦然接受逆境，在跌宕的水花中感受着飞扬般的快乐；小草在阳光下学会了感受温暖，乐观面对风吹雨打的考验。大家的手握在一起，彼此传递着力量。那力量支撑着我，用友谊架起一座桥，用信念撑起一片天！

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。

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。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！

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！