# 202\_年高一军训的心得体会(模板16篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-08-12

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。高一军训的心得体会篇一顶着太阳坐在板凳上等待服装发放，教官一遍遍地清...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**高一军训的心得体会篇一**

顶着太阳坐在板凳上等待服装发放，教官一遍遍地清点校对尺码，我早已不耐烦，焦躁使我感到了更加闷热，豆大的汗珠顺着发梢滴落，我的心里打了退堂鼓，面对未来的七天军训生活，我充满了迷茫和恐惧。

终于来到宿舍，室友们性格都很开朗，待人热情，然而从小内向的我觉得与她们气场不合，我喜欢安静，面对她们的叽叽喳喳很不适应。她们的话题总是防晒霜、芦荟膏、洗面奶等，说实话，期初我对她们有一点排斥，觉得不够淳朴自然。但随着时间的推移，我渐渐发现她们越来越多的闪光点：我肚子不舒服时，她们会来关心，给我送药;衣架不够用时，室友会把她们的衣架借给我，自己的却只能挂在阳台的栏杆上;她们会分享零食，训练时买水也不忘给我带上一瓶。室友带给了我很多感动，我破天荒地和“疯丫头”玩在了一起，很快成为了朋友，相信以后的学习我们可以互帮互助，共同进步。

军训的重点在“训”，艰苦是不言而喻的。一训练就是整个上午和下午，每节课下来就觉得整个人要散架了，脚跟、肩膀、手腕都特别疼，口渴难耐，然而买瓶水还要经过教官同意之后，排队齐步走去商店，我的内心真的是崩溃的。我在家可以说是个娇小姐，什么家务都不会干，行动不利索、软绵绵，教官几次指出我手臂没力，很随便，但我的真的用力了，为了不拖班级后腿，我努力训练，听取教官建议，现在已经有模有样了。从第一天到现在，我们班的进步很大，我觉得汗没有白流，一切努力都是值得的，希望会操时我们班会取得好成绩。

军训使我的自理能力得到了提升，平时慢手慢脚的我做事速度也快了很多，军训使我认识到了团结的重要性，使我明白，凡事都要坚持，吃苦耐劳无论在何时都是宝贵的精神财富。通过军训，我明白了人无完人，我们要看到他人身上的亮点并向他们学习，而不能因为一点小缺点就否认他们。

我想军训和学习一样，我会把军训中学到的顽强、坚持用到学习上，相信我的学习一定也会有突破。

军训还在继续，感动从未停止，精神更加耀眼!

**高一军训的心得体会篇二**

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！

**高一军训的心得体会篇三**

学生军训有利于培养学生的爱国主义精神，增强国防观念和组织纪律性，养成顽强勇敢、坚韧不拔、吃苦耐劳、不怕困难的革命英雄主义品德，弘扬团结友爱、互相帮助的集体主义精神，锻炼意志、增强体质。特意为大家整理了关于高一军训心得体会范文的相关材料，希望对您的工作和生活有帮助。

刚起床，开了手机，上面有一条未读短信：儿子，明天上海有雷阵雨，别冻着！看罢，一丝感动涌上心头，激起了阵阵涟漪。浅浅的话语，从小到大不知听了多少遍，可只有当远离它时，才会懂得去珍惜，才会懂得其中的含义。我切实体会到了千里之外，那位平时羞于启齿难以言表自己的爱的父亲在牵挂着自己远在上海求学的孩子。心灵的触动，会成为将我推向高峰的源源不断的动力。带着这份感动，一天开始了。洗漱完毕后就要整理内务。我和室友分工明确，干起来也是得心应手。说实话，军旅生活是可望难及的。它可以磨砺人的意志，锻炼人的精神，铸就人的品格。我们学会了坚韧不拔，学会了勤奋刻苦，这对我们的学习乃至生活都大有裨益。军人，纪律严明，以服从命令为天职，没有规矩，不成方圆。我们整理着装后，在寝室楼下集合。然后，去与大部队会面。一路上，真是大饱眼福。上海师范大学的环境优雅，颇有诗情画意，意境如画，是做学问的好地方。石桥流水，旁边垂柳相映，一片蓊绿，树下的石凳静谧安详，增添了些许古朴气息。

树木相拥，花团锦簇，绿草铺地，这正如上师大一样，生机勃勃，活力四射。这儿树美水美人更美，学生们教养良好，于举手投足间都透露着很高的素质和典雅的气质，这便是一种内在美。我们是一团一连一排，乃尖刀先锋，所以大家有一种崇高的荣誉感与责任感，精神焕发，神采飞扬。早上，我们排练了一下“军训开学典礼动员大会”的入场仪式，教官和指导员都很尽职尽责，对自己的工作一丝不苟。教官都是军人出身，想到他们的雄壮豪迈，保家卫国，我如同听到国歌一样，心中爱国之情不禁油然而生。

之后，吃了早饭稍作休息，就集合入场了。天空乌云密布，可同学们热情丝毫不减。学校以人为本，对学生悉心关切，发了雨衣防患未然。入场后列队调整，队形整齐一致，受到了领导的表扬。拉歌时，四连的女兵妹子们前来“挑衅”，可我们一连岂是吃素的！声音响亮，气势逼人，直接秒杀了她们。典礼开始后，主席台上各位领导的精彩讲话动人心弦，鞭辟入里具有非常重要的指导意义。我认为，大学之“大”，须细究，大学之“学”，须深研。当今之中国，缺教育。中国之大学，缺精神。而令我欣慰的是，上海师范大学就有这种“厚德博学求是笃行”的精神。当我听的正是入神，忽然阵雨飘洒，一会儿大雨滂沱，一会儿小雨淅沥，大家都披上了雨衣，并不畏惧。是的，这雨便是一种考验，经得住考验的人才会走得更远更久。雨衣不够，指导员、教官舍己为人，甘愿淋了自己，也不能湿了学生，这便是一种崇高！领导体谅学生，长话短说，这便是一种亲切。当国旗随着国歌徐徐升起，风雨无阻，让在场的每一位人为之动容。当带队领回时，我们不乱阵脚，做了很好的表率。

风停雨顿，午饭后也就是下午的训练有些艰苦，可我们不怕苦，不怕累！任它骄阳似火，任它蝉声鸣鸣，我自岿然不动，站如松。在训练的时候，我参加了打”军体拳“的队伍，”天下武功出少林“，我们伟大的祖国有两样宝贝，即文化和功夫。打这套拳法还算轻松，只不过之前的军姿、走步、转法练习比较累。我脚上有点伤，但还是坚持了下来，慢慢地，脚开始隐隐作痛，体力尚存或者说还很充足，可就是站不稳。我恍然大悟，这脚便是根基，任何东西或事物的发展，都需要牢固的根基，此为保证。训练要反复，熟能生巧。教官就是教官，阳刚沸血，豪气冲天。下午，一直训练到很晚。

**高一军训的心得体会篇四**

心中有不少心得体会时，常常可以将它们写成一篇心得体会，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么你知道心得体会如何写吗？以下是小编精心整理的高一军训心得体会范文，欢迎大家分享。

刚起床，开了手机，上面有一条未读短信：儿子，明天上海有雷阵雨，别冻着！看罢，一丝感动涌上心头，激起了阵阵涟漪。浅浅的话语，从小到大不知听了多少遍，可只有当远离它时，才会懂得去珍惜，才会懂得其中的含义。我切实体会到了千里之外，那位平时羞于启齿难以言表自己的爱的父亲在牵挂着自己远在上海求学的孩子。心灵的触动，会成为将我推向高峰的源源不断的动力。

带着这份感动，一天开始了。

洗漱完毕后就要整理内务。我和室友分工明确，干起来也是得心应手。说实话，军旅生活是可望难及的。它可以磨砺人的意志，锻炼人的精神，铸就人的品格。我们学会了坚韧不拔，学会了勤奋刻苦，这对我们的学习乃至生活都大有裨益。军人，纪律严明，以服从命令为天职，没有规矩，不成方圆。我们整理着装后，在寝室楼下集合。然后，去与大部队会面。一路上，真是大饱眼福。上海师范大学的环境优雅，颇有诗情画意，意境如画，是做学问的`好地方。石桥流水，旁边垂柳相映，一片蓊绿，树下的石凳静谧安详，增添了些许古朴气息。

精精树木相拥，花团锦簇，绿草铺地，这正如上师大一样，生机勃勃，活力四射。这儿树美水美人更美，学生们教养良好，于举手投足间都透露着很高的素质和典雅的气质，这便是一种内在美。

我们是一团一连一排，乃尖刀先锋，所以大家有一种崇高的荣誉感与责任感，精神焕发，神采飞扬。早上，我们排练了一下“军训开学典礼动员大会”的入场仪式，教官和指导员都很尽职尽责，对自己的工作一丝不苟。教官都是军人出身，想到他们的雄壮豪迈，保家卫国，我如同听到国歌一样，心中爱国之情不禁油然而生。

之后，吃了早饭稍作休息，就集合入场了。天空乌云密布，可同学们热情丝毫不减。学校以人为本，对学生悉心关切，发了雨衣防患未然。入场后列队调整，队形整齐一致，受到了领导的表扬。拉歌时，四连的女兵妹子们前来“挑衅”，可我们一连岂是吃素的！声音响亮，气势逼人，直接秒杀了她们。典礼开始后，主席台上各位领导的精彩讲话动人心弦，鞭辟入里具有非常重要的指导意义。我认为，大学之“大”，须细究，大学之“学”，须深研。当今之中国，缺教育。中国之大学，缺精神。而令我欣慰的是，上海师范大学就有这种“厚德博学求是笃行”的精神。当我听的正是入神，忽然阵雨飘洒，一会儿大雨滂沱，一会儿小雨淅沥，大家都披上了雨衣，并不畏惧。是的，这雨便是一种考验，经得住考验的人才会走得更远更久。雨衣不够，指导员、教官舍己为人，甘愿淋了自己，也不能湿了学生，这便是一种崇高！领导体谅学生，长话短说，这便是一种亲切。当国旗随着国歌徐徐升起，风雨无阻，让在场的每一位人为之动容。

精精当带队领回时，我们不乱阵脚，做了很好的表率。

风停雨顿，午饭后也就是下午的训练有些艰苦，可我们不怕苦，不怕累！任它骄阳似火，任它蝉声鸣鸣，我自岿然不动，站如松。在训练的时候，我参加了打”军体拳“的队伍，”天下武功出少林“，我们伟大的祖国有两样宝贝，即文化和功夫。打这套拳法还算轻松，只不过之前的军姿、走步、转法练习比较累。我脚上有点伤，但还是坚持了下来，慢慢地，脚开始隐隐作痛，体力尚存或者说还很充足，可就是站不稳。我恍然大悟，这脚便是根基，任何东西或事物的发展，都需要牢固的根基，此为保证。训练要反复，熟能生巧。教官就是教官，阳刚沸血，豪气冲天。下午，一直训练到很晚。

晚上，我们一连练习军歌，走在部队中，我没有一种”独在异乡为异客“的凄凉落寞的感觉，反而感到一种大家庭的温暖。到了河边，波光粼粼的河水，倒映着岸上的灯光闪烁人影攒动，真的让人沉醉迷恋，沉醉于怡人的夜景，迷恋于激昂的歌声。我们唱歌态度认真，态度决定一切。

现在，我坐在桌旁案前，记录着今天的点点滴滴。

**高一军训的心得体会篇五**

202\_年新高一学生经过一个漫长的寒假假期，迎来了人生中的第一次军训。对于很多人来说，军训不仅是一次锻炼体魄的机会，更是一次成长与培养品质的机会。在这次军训中，我们学到了许多知识和技能，更得到了很多心灵上的成长和收获。下面我将分享我在军训中的心得体会。

第二段：机会与挑战。

军训对于新高一学生来说，既是一次机会，也是一次挑战。机会，在于我们可以通过军训，积极锻炼身体，培养意志力和纪律性。我们每天早晨7点半就要进行体能训练，下午还会有一些拓展训练，虽然辛苦，但是对于我们的身体锻炼和健康十分重要。挑战，则在于这是一次迎接未知的考验，还有组织纪律性的培养。在军训中，每个人都必须遵守严格的规定，如按时到操场、不缺勤不迟到、不逃课等等，这都考验着我们的纪律性。

第三段：坚持与团结。

在军训中，我们也学到了坚持和团结的意义。军训中训练是一步一步来的，所以我们需要坚持不懈地训练，争取取得更好的效果。即使是一些基础的体能训练，也需要我们不断坚持下去。同时，团结也是军训中很重要的一个方面。在军训中，每个人都有自己的课目和训练任务，我们需要互相帮助、互相配合，才能够更好的完成任务。在一次次的训练中，我们也建立起了深厚的友谊和团队合作意识。

第四段：自我超越。

军训中，我们也学到了自我超越的重要性。每个人都有自己的上限，但是通过努力和训练，我们可以打破自己的极限，实现自我超越。在军训中，有些学生可能会觉得训练量太大，自己承受不了，但是只有勇于挑战自己，才能够看到自己的潜力，发现自己的能力，从而突破自己，实现自我超越。

第五段：总结。

通过这次军训，我们学会了很多，收获也很多。我们锻炼了身体，增强了意志力和纪律性，更学会了成长、坚持、团结和自我超越。这些收获不仅可以在军训中体现，在以后的学习、工作和生活中也无疑将为我们带来更多的成长机会和机遇。希望我们能够继续保持这种拼搏进取的精神，迈向更美好的未来。

**高一军训的心得体会篇六**

转眼间高中生活已过去了两个星期有余，而我们高中的军训生涯也在前两天便正式落幕，即便如此，军训的.种种到现在为止仍记忆犹新，军训对我们来说应该是感慨万千，既是我们难受，又使我们难忘。

军训在考验我们的信心，人不论做什么事，都需要有信心，如果人没有信心，那么做什么事都是失败的，军训也是如此，在军训前，如果没有战胜得了军训的心，那就首先败给了自己，更别说面对酷热难耐的军训了，只有对自己有信心，坚信我能行，才有成功的可能，军训是信心的考验。

军训在考验我们的耐心。“坚持就是胜利”!人们常说的一句话体现了耐心的重要性，人们如果没有耐心，那每件事都将半途而废，成功将总与我们擦肩而过。军训时更需要我们有耐心，当烈日当空，当细雨连绵，我们如木头般站立着，一动不动，时间仿佛凝固了一般，这时的我们咬咬牙就挺过来，松松劲就会全盘皆输，而那一刻，无论什么选择，都是异常的沉重，军训是耐心的考验。

军训在考验我们的决心，无论军训前后，他都离不开我们半步。在军训前，我们要下定决心才开始军训;而每天的训练都令人十分疲惫，我们要决定好是继续走还是原地踏步甚至退缩;军训后要决定面对一切后续问题……在这之中，充满了决定选择，也满载着我们一次又一次下定的决心，军训就是决心的考验。

不仅如此，军训还考察了许许多多思想之外的东西，甚至包括了合作能力，等等……

体能锻炼是军训必修之一，在烈日下暴晒，在风雨中前进，都需要一个强健的体魄，而军姿及所有的训练更加以体能为基础，所以军训提高了我们的体能。

智能锻炼也算得上军训的修业了，之所以这么说，因为身体协调性，反应速度，接受能力都是智能的分支，军训的劳累也增加了我们的智能。

其实军训更为重要的是提高了大家集体荣誉感，协作能力，为高中打下扎实的基础，人说“吃得苦中苦，方为人上人”。在泪水与汗水的洗礼下，在酸痛与无力的反复中，我们高中生活第一次苦难算熬过来了，而我们将面临着新一轮考验。

——一分耕耘，一分收获!

**高一军训的心得体会篇七**

“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”这句话自从这几天的.训练下来，我认为非常正确的。

通过几天的训练，我发现了我有许多不好的习惯，但也经过这几天潜移默化改变了很多。在暑假中，我每天都很晚才睡觉，第二天早上到中午才起来。导致一天只吃两顿饭甚至一天吃一吨饭。有时候，一天都不吃饭只吃零食。这样的情况导致我的身体素质日益低下。一开始我还不知道我的身体素质有多差。但经过第一天训练才没站多久我就倒下了的时候，我就知道身体比以前好多了。我也逐渐习惯了早睡早起，按时吃饭，多多锻炼的生活方式。多亏了这次军训我才会改变生活习惯，这种生活习惯我也会一直保持下去的。

以前的我没有什么兴趣爱好，跳舞唱歌样样不会。但通过这几天唱军歌，我也会了几首军歌。虽然这几首军歌没有流行歌曲那么好听，而且歌词也很简单，也很好唱，但这几首军歌意义非常重在，让我深刻感受到军人的艰辛和国防是如何强大的。

军训第二天，消防员叔叔的到来，为我们普及消防知识，提高了我们自我防范意识。因为普及了消防知识，我学会许多我以前不会的知识，如何使用灭火器，在火灾中如何确保自身安全，火灾发生时逃离时间等新知识。

军训生活多姿多彩，有苦有甜。军训第二天下午的集体活动，让我见识到同学们的多才多艺，使我们在下面看的人充满了欢声笑语。也让我知道了我与同学们的差距，也因此激发了我的斗志，找到了目标。

因为这次军训，使我和同学们的关系始融洽起来，开学的时候也不会像陌生人一样了。

丰富多彩的军训时间虽然短暂，但肯定会在我的脑海中留下不可泯灭的美好回忆。以后每当我回忆起这段记忆的时候，心里肯定会认为非常高兴的，因为这是一段特别的时光，一段充满欢声笑语的时光。

**高一军训的心得体会篇八**

新高一军训是我人生中第一次接触到军事训练，这段时间对我来说是很特殊的经历。在军训中，我体会到了许多新奇的东西，不仅学了许多新的技能，也收获了许多宝贵的经验。在这篇文章中，我将会分享我的一些心得体会和感受，也希望能帮助到那些即将面临军训的新高一同学们。

第二段：准备工作非常重要。

军训是一项非常严肃的训练活动。在这个环节里，准备工作非常重要。在军训之前，我们需要做好一些必要的准备，比如肌肉锻炼，增强体能，健康检查等等。此外，我们还需要添置适合军训时使用的装备，例如运动服，运动鞋，毛巾，水壶等等。只有做好了充分的准备，我们才能够在军训中更好地发挥自己的潜力。

第三段：团结合作，发扬团队精神。

军训是一项集体活动，每一个人都不可能独立完成所有的训练任务。因此，在军训中，团队精神非常重要。为了在接下来的日子里能够更好的与队友相处，我们必须建立起一种互相信任，互相扶持的良好氛围。在团队中，我们要学会团结合作，充分发扬团队精神，才能在军训中克服困难，取得更好的成绩。

第四段：勇于挑战自我，克服困难。

在军训的过程中，我们会遇到许多困难和挑战。然而，这正是我们成长的机会。当我们面对各种困难时，我们应该学会克服它们，勇于挑战自己的极限。比如，在训练中，有时候我们需要做很多很难的动作，比如爬绳子、跨越高墙等等。我们应该积极参与其中，不要怕困难，努力挑战自己，这样才能获得更大的成长。

第五段：总结。

在新高一军训结束之际，我深感收获颇丰，其中最重要的就是人生的课程选择。在这段时间中，不仅结交了不少朋友，还学到了很多宝贵的生活之道和生存技能。同时，我也在这过程中更加深入地了解了自己，发现抵达目标的路程是充满荆棘的。通过地昼夜辛勤的努力，我已经改变了自己很多，取得了不可争议的成绩。这对我将来的成功，实战和决策都有帮助，是我人生极为难得而珍贵的经历。

**高一军训的心得体会篇九**

军训的生活结束了。这次军训让我受益匪浅。它让我明白了团结就是力量，教会了我不屈不挠的精神。军训仿佛是一场洗澡，让我们彻底受洗，成熟，懂事。既是对自我的考验，也是对自我能力的提升。军训意味着我们不再是懵懂的小学生，而是精力充沛的初中生。它让我们在未来面对困难时更有耐心，更坚强。这样才能更好的面对未来生活中的挫折。

在这次军训中，我们学会了站在军人的姿态，走在正确的方向上……我们在学习过程中经历了很多困难，但都被我们解决了。现在想起来，还回味无穷。在我们解决的问题中，给我印象最深的是我们班展示了我们的军训成果。

军训生活快结束的时候，教官告诉我们，要在第二天的闭幕式上展示我们的军训成果，在闭幕式上要展示我们所采取的积极、均匀的步骤，两个交接要自然。听了这话，我们立刻认真地向导师学习了这种新方法。我们一步一步地走，确保每一个动作都是正确的。虽然我们练习得很努力，但是很多学生在两种走法之间切换的时候做错了。所以我们的导师真的手把手教我们这个地方。我们一点一点学，老师一点一点教。最后，我们全班的这个问题解决了。但这已经完成了，下一个问题就要来了。问题是我们的口号不够响亮。因为之前在太阳底下站了一个小时，这一刻我们都很累，声音都喊晕了。在一次次“晕倒”后，教官终于发火了。我们不希望教官因为我们而生气，所以我们鼓起精神，尽力喊出。虽然喊的声音不是很大，但是我们尽力了，看着老师微笑，我们更加努力了。

一遍又一遍的喊叫吸引了其他班的同学回头看我们班。

第二天，我们举行了营收仪式，我们在其中发挥了非凡的作用，响亮的口号和整齐的脚步，征服了所有学校领导的心。因此，我们班获得了展览一等奖。我记得当我们的导师知道我们获得了一等奖时，他们笑得很开心。

**高一军训的心得体会篇十**

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。

**高一军训的心得体会篇十一**

水从额头留下，落到地上摔得七零八碎……阳光倾下，唯有意志为自己遮阳。

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写的一样：“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意义，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，就要勇于接受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，是高中美好的开始！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，不知道自己是喜，还是悲。

**高一军训的心得体会篇十二**

初中生升入高中后，首先经历的便是军训。这对于初一新生来说尤为重要，不仅是对人生的一次历练，也是走向成长的重要一步。经过这一段时间的军训，我收获了很多，也体会到了训练带给我成长的关键。

第二段：身体和意志的锻炼。

很多人都认为军训就是一场纯粹的体育课，但是我认为这比普通体育课还重要得多。军训锻炼了我们的身体，也锤炼了我们的意志。从早到晚的训练，不断地跑步、俯卧撑、仰卧起坐等动作，不仅让我们身体得到了最基础的锻炼，也让我们的意志更加坚定。即使感到疲惫，还能坚持到底，不放弃。

第三段：团队意识的培养。

军训除了个人的身体和意志锻炼，也十分重视团队意识的培养。团队中要求每个人密切配合、互相鼓励、共同完成任务。每个人都要想办法如何配合团队完成任务，这种团队合作的思维方式不仅能够在军训中体现，也能够为以后的学习和工作中提供极大的帮助。

第四段：领导能力的提升。

在训练中，还要求我们担任小组组长，带领小组完成任务。这种领导方式要求我们善于沟通、懂得分配任务、能够协调组员间的矛盾。这在以后的工作中也至关重要，能够成为一名优秀的领导者。

第五段：结语。

经过这段时间的军训，我深深体会到成长的关键在于如何跨越自己的极限，在如何与他人合作，在如何给予他人帮助的同时，不断自我提升。军训期间，我和我的组员们一起缓慢地向前走，知道了如何面对挑战，如何成长。在未来的日子里，我会在学习和生活中保持这种精神状态，成为更好的自己。

**高一军训的心得体会篇十三**

高一是每位学生进入高中学习的转折点，也是一个初尝军训磨砺的时刻。军训不仅仅是练习纪律、培养意志力的过程，更是升华个人品质和团队精神的阶段。在经历了新高一实战军训后，通过对个人经历的总结，我得到了一些宝贵的心得体会。

首先，军训让我明白了团队意识的重要性。在军队中，一个人的命令只是一纸空文，只有整个队伍紧密合作，才能达到更好的效果。同样，在新高一实战军训中，每个人都在同一个战场上，每个人的付出和努力都至关重要。只有我们团结一心，相互支持，才能在每一天的训练中取得进步。与此同时，军训也增强了我对集体荣誉的认识，明白只有全班团结有力，才能向别的班级竞争，圆满完成各项任务。

其次，军训让我养成了良好的习惯与自我约束。在军训过程中，时间紧迫、任务繁重，个人的纪律与自我约束变得尤为重要。早起、整理床铺、专心听讲、自觉遵守规则……这些习惯已经渗入到我的日常生活中，使我变得更加自律。而在这种自律中，我学会了耐心、毅力、坚持，这些都是在未来学习和生活中不可或缺的素质。

再次，军训培养了我对困难和挫折的坚韧与抗压能力。军训是一项艰苦而且枯燥的任务，刚开始的时候，我常常感到疲惫不堪，丧失信心。然而，正是经过了连续的训练与磨砺，我才慢慢熟悉了各项动作和规定，逐渐有了进步。在这过程中，我学会了不轻言放弃，每当遇到难题时，我充满坚定的信心去迎接挑战，始终不向困难低头。这是一种积极向上、勇于拼搏的态度，也是我在未来面对学习和生活中遇到的困难时，将会用到的宝贵财富。

最后，军训让我感受到了团结友爱的温暖。在长时间的军训中，与同班同学们的互帮互助、情感支持让我感到很温暖。每次在休息时间，大家围坐在操场上互相交流，互相帮助回忆动作，互相鼓励着。在相互的支持下，我们的团队凝聚力越来越强。而当我们最终站在颁奖台上，接过属于我们班级的荣誉奖杯时，那种喜悦与自豪感溢于言表，这是军训带给我们的最大的收获。

通过新高一实战军训，我不仅仅学到了纪律与自律，更重要的是收获了一颗坚韧不拔的心和团结友爱的意识。军训让我更好地认识了自己，也培养了我在学习和人生道路上所需的各种素质。我将用这些宝贵的财富去应对未来的挑战，为自己的梦想努力奋斗，同时也为班级的荣誉不断拼搏。我深信，在军训的历练中，我们已经成长为更加坚强、自信的人，这种成长将会伴随着我们的整个高中生涯，为我们的未来打下坚实的基础。

**高一军训的心得体会篇十四**

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。

**高一军训的心得体会篇十五**

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。

**高一军训的心得体会篇十六**

观着那张严肃的面孔，心里有一种重要，教官会不会很严格，我们在不安的忖度。

“第三列、第四位同学，请不要乱动，如果坚持不住要打申报！”这已经是第五分钟了。“作为一个武士，站军姿是最基础的，刚开始会很累，只要坚持住，就会有好的成效！”在这朴素的话里，满怀着勉励和谆谆教育。

观着其余班的同学已经在休息了，都很羡慕。唉，什么时候才到我们休息呢？“收腿的时候必然要快，第一排……”，教官让我们感到到的总是一丝不苟。

“现在这个动作还有谁不会吗？不会的话我可以再教他。”同学们早已全身酸痛，谁还想再练呢，便纷繁搪塞着“会了，会了……”。教官说：“那好，再练一遍！”这一遍，他挑出了许多多少不标准的同学。“刚刚问的时候，不是都邑吗？作为一个武士，首先要谦虚、诚笃，肯吃苦刻苦，做一个人也是如此。”

军训仅仅是第一天，教官的话却给了我如此震撼的冲动，他给我的第一印象，是那份“流血流汗不堕泪，失落皮失落肉不失落队”的执着，是那份纹丝不动的忍耐，是那份细节抉择成败的一丝不苟，是那份作为一个武士应有的朴素诚笃。

脸上都微笑着，这微笑的力量，冲动了周围的一切，细细想想，幸福，愉快时常酿造着并涟漪在我们的心中，只要我们居心去体会，居心去发觉，便能找到瞬间的幸福与愉快。此外，在军训的运动中，还增添可很多富厚多彩的运动，如组织我们观片子，听讲座等等。这些运动，既检验可我们刚强的意志，吃苦刻苦的精神，培养了我们的团队意识，促进了我们之间的关系，进步了我们学生干部步队的沟通才能和凝聚力，又改良可我们的精神风貌，进步可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才成长奠定可坚决的文化根基和扎实的才能。

时间似箭的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回想富厚多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几夙夜迟早，数风骚人物，还观今朝”。

大概，这短暂的七天是微不够道的，然而它给我们留下了印象倒是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得丰裕成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，大胆地站出来同风雨挑战。

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！