# 教师的高中军训心得与体会（热门14篇）

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-03-14

*社交媒体在我们的生活中扮演着越来越重要的角色，我们需要明智地使用它。文字清晰明了，用词准确简洁，是一篇完美总结的要求。总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。那么...*

社交媒体在我们的生活中扮演着越来越重要的角色，我们需要明智地使用它。文字清晰明了，用词准确简洁，是一篇完美总结的要求。总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？以下是一些经过精心挑选的总结范文，供大家参考和借鉴。

**教师的高中军训心得与体会篇一**

学校通知我们星期五举行一次军训活动。

在昨天早上我感到今天的天气和往常不一样，天是阳光明媚，但是我也感到有一些凉凉的风吹过了我的身旁。

我来到学校，每个同学的脸上都含有着笑眯眯。开始训练了，同学们个个都很认真，因为同学们觉得这很好玩。但是我觉得这个军训是对益力有帮助的活动，教官带着我们训练的项目大约有旋转定律，左右看齐，原地踏步的项目。

其中最让我感动的是在练习旋转定律的时候全班同学都在太阳下坚持训练时，突然，伍岳的头有点晕，教官看见，伍岳的双手握着，她一定很难受。我想她一定是为了我们班拿到第一名而坚持，努力着。

“你们一定要向这位同学学习，我一眼就可以看出这位同学是在尽全身力气的训练！”教官对着我们大家说着，并让伍岳休息。

经过了这件事，我知道了如果要象教官那样威武就要把所有的心思放在训练上，同时我也明白做什么事情都要用心去学。并要深深地记在脑海里。

结果出来了，我们班得了一个冠军，我们兴高采烈的抱回了奖状把它挂在了墙上！然而我们都是知道这个奖壮是来之不易的全班同学付出百分之百的辛苦和百分之九十九的汗水换来的。我将永远记住这次有意义的军训活动。

**教师的高中军训心得与体会篇二**

8月20日的那天，我怀着激动的心情来到了黄埔军事夏令营，开始了为期4天的军训。刚踏进大门，映入眼帘的是一座座青山，一片片绿阴，一棵棵树，一排排整齐的队伍。看到这些，我仿佛看到了战士们顶着烈日，冒着风雨，依然坚持训练的日子。

刚开始的那几天，真的很难熬。因为在这里，洗的是冷水澡，教官对我们很凶，睡的是硬床铺，长时间的训练，严格的作息时间。这对于我这个第一次离开父母，第一次真正学习自立的人，可以用‘度日如年’这四个字来形容这几天的心情。

虽然，教官训练时对我们很严格，而且还板着脸，讲话都很凶。但是，和新认识的同学在一起训练，一起流汗。趁教官不注意的时候，和同学扮一下小鬼脸。休息时，和教官开玩笑，和同学聊天。这些，真的很有趣，也很感人。

要数最有趣的就是野炊了，记得野炊的时候，我们每个同学都手忙脚乱，那混乱的场景真的很好笑。也许是因为第一次做饭没有经验，饭菜要不是还没熟，就是烧焦了。味道不是太咸，就是太淡。虽然，每一次野炊，我们都得饿着肚子。但是我觉得野炊也是最好玩，吃的最开心的时候。

这四天的生活，一转眼就过去了。离开的时候，我心中有点恋恋不舍。虽然，我每天都期盼着能早点回家，好好的睡一觉；虽然，在这里，每天都要做体能训练；虽然，这里什么地方都比不上家舒服。虽然。我心中忽然闪过一个念头：能不能多停留几天？也许，是因为我适应了那里的生活，所以才会有这样的想法吧。

这四天的生活，让我领悟到了许多道理。有一句话，让我感触最深：一分耕耘，一分收获。是啊，因为我们付出了汗水，甚至是泪水。所以才知道，我们的爸爸妈妈是多么的辛苦，家是多么的温暖，而我们以前做了多少不应该做的事啊！我们才知道，原来战士们是这样生活的，他们每天都是这样度过的，他们训练的内容比我们更多，更难，更辛苦。

通过这次军训，我认识到很多，很多。我觉得这次军训，是我的灵魂得到了升华，人变得成熟了很多。我要感谢校领导给我们这次锻炼的机会，在今后的日子里，我会更加努力的学习，以次，报答祖国对我们的辛勤栽培！

**教师的高中军训心得与体会篇三**

军训是每个进入高一的学生面对的第一堂课。我们应该上好这堂课。

在此之前，我们可能经历过小学、初中军训，似乎那些日子并不艰难，反而很轻松。然而，拿到高中录取通知书的那天起，我明白了：自己必须成长了。而军训是激励我们成长的重要一步。

虽然我们才刚刚告别初中生活，尽管我们依旧很稚嫩，但我发现，许多同学跟我一样，迫不及待地长大，努力对待这次军训，认真走好成长的每一步。

军训是苦涩的。学校所在城市一直没能下雨，我们每天都是伴随着白晃晃的太阳光在训练。一天下来，我们不知道流了多少汗，不知道在心里喊了多少声苦，不知道自己的手脚还是不是自己的……然而，就算再苦我们也都坚持下来了。

军训期间我们只能穿军训服。第一天我们都没洗衣服，想着穿在外面没什么。谁知道第二天穿上去军训却觉得整个队伍里异味难闻，而且身上很不舒服，有的衣服上甚至结了盐晶了。吃了大亏的我们只好每天一回去就把衣服用洗衣粉泡着，吃完饭就立马洗了晾好。

军训让我们品尝到人生的苦，可是我们都知道，这种苦其实没什么大不了，比起今后人生路上的其他失败来说，这种小苦头会让我们的挫折忍耐力更强，可以锻炼我们的心性，锻炼我们独立自主的能力，让我们在面对其他困难局面时不至于心慌失措或束手无措。

军训是带着甜味的。还记得军训第一天我忘记带水壶了，休息时分口干舌燥特别想喝水，但看着其他同学也很渴的样子，自己不好意思开口借水喝，只能干着急。而这时是教官注意到了我，将他手中那瓶没有开动的水递给了我。教官的辛苦我也了解，便推辞了。但教官把瓶子塞到我手里之后便跑到隔壁班的教官那去了，哪还等得到我还水呢！谢谢你，我的好教官！

还记得那约莫是军训的第四天，我们开始学习正步走。刚开始教官见我走得比较标准，便把我提了出来，让我示范。结果我一到前面不知怎么的，走正步的时候肩膀就一高一低的，教官有些无语地看着我，而同学们也是哈哈大笑。我并不觉得尴尬，因为我自己也笑了起来。在沉闷的军训中，欢笑是多么重要啊！

军训也带着酸味。那是军训的第二天晚上，大家准备好好在寝室中休息休息，却临时接到了教官们的指令，说从今晚开始就要学习军歌了。从小我们的军歌学的就不少，如《打靶归来》、《团结就是力量》、《为了谁》、《军中绿花》等等。而这一次也不例外，我们再次学起了那些熟悉的歌，尤其是唱《军中绿花》的时候。这首歌让大部分开始寄宿学习生涯的同学们都红了眼眶。

而我则在学习那首《当你的秀发拂过我的钢枪》时不甚唏嘘。因为我的哥哥就曾在大学时去当了兵，而那时还是哥哥女朋友的嫂子每天都给哥哥写信，抽空还来我家照顾我们，让我爸妈非常感动。而这首歌恰好让我想起了留在部队里的哥哥和终于毕业去陪伴哥哥的嫂子。希望他们一切安好。

军训也是辣辣的。军训时天气是热辣辣的，而人心也是热辣辣的。为期十天的军训下来，我们跟教官已经混成一团，大家可以在一起嘻嘻哈哈地聊天说话了。我们在休息时听教官他们去救灾或野营的经历，听他们的辛苦，听他们的精彩，听他们的友谊……故事里一股股热辣辣的军人之风向我们吹来，让我们更加了解这些年纪轻轻的军人。

成长的滋味就犹如这军训的滋味。少年情怀中怎么缺少这些？

**教师的高中军训心得与体会篇四**

近年来，夏季高中军训逐渐走入寻常人家。迈开步伐，戴上军帽，身着军装，学子们进入了另一个严格而磨炼自我的世界。作为教师，我深入体验了这一过程，从而对夏季高中军训有了更深刻的理解和体会。在这个过程中，学生们得到了身心的锻炼，培养了团队合作精神，获益良多。教师和学生一起参与其中，不仅互相激励，而且成为了更好的自己。

首先，夏季高中军训让学生们得到了身心的全面锻炼。军训不仅考验学生的体力，还要求他们具备坚强的意志力和良好的思想素质。军训期间，学生们每天晨跑、拉伸、体能训练，各项体能指标得到了显著提升。同时，通过军事课堂的教学，学生们了解了军事理论和国防知识，增强了国家意识和责任感。这些锻炼使学生们不仅拥有了更强的体魄，而且塑造了坚毅、勇敢的意志品质。

其次，夏季高中军训培养了学生们的团队意识和合作精神。军训过程中，学生们需要相互帮助、相互依赖，从而形成了一支紧密的队伍。在团队中，每个人都要按照指挥的要求行动，身先士卒。无论是操练时的紧密协作，还是战斗演练时的默契配合，学生们锻炼了彼此之间的信任和合作能力。这种集体荣誉感和责任感，不仅能够提高学生的集体荣誉感，而且培养了他们的团队精神和合作意识。

再次，夏季高中军训激发了学生们的自信心和自律性格。通过严格的纪律要求和个人表现的评定，学生们在军训中逐渐形成了自律的意识和习惯。每天早晨的整齐列队、青春飞扬的集体操，给学生们带来了满满的自豪感和自信心。通过军训，学生们实现了自我价值的实现，懂得了只有通过刻苦训练和努力奋斗，才能获得真正的成功。这种自律性格的培养对于学生在今后的学习和生活中都具有重要意义。

最后，夏季高中军训提升了教师和学生之间的相互理解和沟通。在军训过程中，教师和学生处于同一个战线，共同面对各种困难和挑战。教师们用细心和关爱指导学生，耐心解答他们的疑惑，鼓励他们的付出。学生们从教师的言传身教中汲取力量，对教师有了更深刻的理解和认同。同时，教师也通过与学生相处的过程中了解到学生的优点和不足，调整教学策略，更好地满足学生的需求。这种良好的师生关系，对于提高教学质量和学生综合素质的培养都起到了积极作用。

通过对夏季高中军训的亲身参与和感悟，我深切体会到了军训对于学生成长的重要意义。无论是身心的全面锻炼、团队意识的培养，还是自信心和自律性格的塑造，都是学生们成为未来的栋梁之才的宝贵财富。而作为教师，理解和关爱学生，并与他们共同成长，是我们应尽的责任和义务。未来，我将更加努力地与学生们一起，共同成长，成为更好的自己。

**教师的高中军训心得与体会篇五**

第一部分：军训的价值和意义（200字）。

夏季高中军训是学校开展的一项重要活动，目的是锻炼学生的意志品质和团队合作能力。军训活动不仅是对学生进行思想教育的有力途径，更是提升他们身心素质的重要机会。通过军训，学生们不仅可以锻炼意志的坚强，培养良好的生活习惯，还可以增强集体荣誉感，提升团队合作的能力。

第二部分：军训中的收获和感悟（400字）。

在夏季高中军训中，我们作为教师也深受感动和收获。首先，军训活动让我们有机会更加深入地了解学生的内心世界和个性特点，更好地把握教育方向和方法。通过观察和交流，发现了一些内向的学生变得更加开朗，自信了，而一些表现出乖巧的学生展现出了惊人的领导才能。其次，军训活动让我们深刻认识到，作为教师，教育学生不仅要注重学术成绩，更要注重培养学生的健康身心和良好的生活习惯。最后，军训活动增强了团队凝聚力，提升了师生之间的亲近感。在这个过程中，我们共同体会到了集体荣誉感，更加明确了作为教师的责任和担当。

第三部分：军训中的困难和挑战（200字）。

夏季高中军训不仅对学生提出了许多要求，也给教师带来了一定的困难和挑战。首先，高温天气会对学生的身体健康产生一定的影响，更会给教师的工作带来困难。要保证学生的安全和健康，我们需要常常检查学生的体温和饮食情况等，确保他们能够适应高温环境。其次，军训活动需要教师付出更多的精力和时间，包括提前策划和组织，以及指导学生的训练等。面对这些困难和挑战，我们需要坚持高标准要求自己，努力为学生提供更好的军训体验。

第四部分：军训中的改进和优化（200字）。

夏季高中军训虽然取得了较好的效果，但也有一些需要改进和优化的地方。首先，我们应该更加注重军训学员的安全问题。提前制定详细的安全预案，加强对学生的安全教育和指导，确保他们在军训中没有受伤的风险。其次，军训中的训练内容和方式也需要根据学生的实际情况进行调整和优化。要充分考虑学生的体质差异和个人特点，合理安排训练计划和内容，不仅提高训练效果，还能更好地激发学生的积极性和参与度。

第五部分：军训之后的思考和展望（200字）。

夏季高中军训虽然结束了，但我们不能就此止步。我们应该进一步反思军训的意义和价值，将其延伸应用到学生的日常学习和生活中。教师们应该更加关注学生的身心健康，培养他们的集体责任感和团队合作精神，提高他们的意志品质和自我约束能力。同时，也要及时总结军训活动中的经验和不足，为今后的军训工作提供更好的指导和保障。

总结：夏季高中军训作为一项重要的教育活动，为学生提供了全方位的培养和锻炼机会。在这个过程中，教师们也从中获得了丰富的经验和收获。通过合理的组织和指导，我们相信夏季高中军训将对学生的成长和发展产生积极的影响。

**教师的高中军训心得与体会篇六**

高中的军训没那么辛苦，相对宽松的时间安排让平日埋头于试题的我们稍稍喘了口气。长达四天的盲聋哑学校军训生活，不仅增进了我与同学之间的情谊，还为我上了重要的一课。

来军训的前一天还在担心该如何与不曾接触的盲、聋、哑学生生活。到了才发现担心很多余，与他们的接触机会并不多。

军训生活的第一天晚上，原本应该在21点20分ji合的号子声提前20分钟响起，匆匆忙跑下来ji合，站在寒风中听教警拿者话筒讲一大堆规章制度。蓦的，从远处教学楼那传来一阵笛声，声音悠扬，空灵，好似天堂传来天使的弹奏。顿时抚平我烦躁的情绪。笛声轻缓悦耳，似乎是夜晚在森林中聚会的精灵的歌唱。我陶醉其中，竟忘了ji会早已结束。

尔后两天的军训仍很轻松。闲暇时在这所学校里逛逛便能看见班里有些同学在与聋哑学生对话。他们用手比画着，同学将话写在纸上，虽然不能很清楚他们说了些什么，却也能大致明白意思。最大的收获是让我碰到了那晚吹笛子的孩子。是个双目失明的男孩，平头，原本就不壮的身子让宽大的校衣衬得越发瘦小。聊天中他落落大方，丝毫没有常人印象中残疾儿童会有的自卑感。我问他为何会在夜晚吹笛子，他告诉我“虽然老师手把手教，但我还是不能很好的把握音符。我希望通过自己努力能快点学好它，将笛子吹好，那样就可以教别人小朋友了。”我愣住了，满脑子都是那天晚上在学校上空盘旋的笛声。

“他们真的很勇敢，虽然身有残疾——说不出，看不见，听不到，但他们仍坚持什么事都自己做，亲自尝试。每当看见还不及我腰高的盲孩子自己摸索着在操场上行走，磕磕碰碰，我很不忍，主动向他提出帮扶他们却不让，他们用最童真的话告诉我‘让我自己来’”。这里的老师告诉我们。

我们被感动了，一句话都说不出。

我们看得见，说得出，听得到。我们拥有他们没有的一切，但我们却远不及他们。我们怨自己没有更聪明的头脑更富裕的家庭，没有更多可以在自己有困难时帮助自己的朋友。他们又盲又聋又哑，他们不曾向别人抱怨过什么，他们自力更生，在逆境中变得坚强又乐观。

只有心灵良善、单纯，对世界充满爱，才能吹出如此空灵、动人的笛声，感染他人，我坚信。

军训结束了。回到以往的学习中，每当受挫时，我的耳边便响了那阵笛声。

**教师的高中军训心得与体会篇七**

为了提高教学质量、保证军训效果，校领导予以高度重视，始终以军训教学工作为重，把学生军训工作作为学校教育改革的一项重要内容来抓，作为学校德育工作和素质教育的重要环节去落实。学生处多次召开有关部门、级组长、班主任会议，研究军训相关事宜，明确要求各部门通力协作，密切配合，全力保障军训工作顺利进行。为此学院专门成立了军训领导机构，并由学生处牵头，各有关部门配合，分工明确，责任到位。学生处副主任马清太主抓全局，负责思想政治工作;徐汝城副主任负责后勤保障工作;廖欣副主任及团委副书记负责宣传工作。形成了全局上下合力抓军训，层层有人负责，事事有人管理，各项组织措施完善各项工作井然有序的大好局面。通过各方面的努力使军训质量大有提高。

军训中坚持“严格要求，严格训练，严格依照条令行动”的“严”字方针，保证了学生军训的严肃性，同时注重科学施教，变被动为主动，从学生思想教育入手，针对当代学生“娇骄”二气较重与“个性”强的特点，采取严格施训与学生实际相结合，通过科学管理的方式，突出重在育人的根本目的，使学生以饱满的热情投入到军事训练中。在训练场上，学生们发扬“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的精神，顶风冒雨一站就是好几个小时，训练中有的同学扭了脚仍然坚持训练;有的同学带病坚持到训练场为教官和同学们端茶送水。许多教官在训练中嗓子哑了，仍坚持在第一线;感冒发烧的教官也坚持带病训练。从教官身上，同学们学到了军人吃苦耐劳的优良传统和无怨无悔的工作作风以及无私奉献的高尚品质，看到了和平年代子弟兵艰苦奋斗顽强拼搏的精神风貌。短暂的军训生活使同学们和参训官兵结下了深厚的友谊，军训结束时，学生和教官依依不舍，场面十分感人。

不知不觉中，军训生活已经结束啦，紧张的学习生活已经开始啦，我们已经无法再放松半刻，因为我们有更远大的梦想有我们去追逐。

军训就是军人的训练，军训磨练了我们的意志，挑战了我们的极限，但更帮助了我们的成长。军训的生活虽说仅仅只有9天，去帮助了我们从一个初中生成功过渡到一个高中生。

如果说初中是一个过渡期，那高中就是一个关键期。在初中时我们都拼命的学习。有时候再晚上，我们都打着手电筒在被窝里学习，知道很晚。这一切的一切都是为了考上高中，如今我成了--年高一新生中的一员。我知道在以后的高中生活中会有许多的困难，现在为期9天的军训就是第一个困难。

刚开始时，我感觉十分的累，老是想家，有时候和家里人通电话都忍不住哭，但是为了不让父母担心只能忍着做一些简单回答。后来我竟然萌发出‘不想上高中’‘后悔考上高中’等想法。可是我现在成功啦，我不能说我在军训期间有多优秀但是我能自信的说我在军训期间没有一次打报告请假，这就是我的成功。

军训之前，我不知道也不了解高中生活，感觉应该比初中时好，可是我错啦，高中要比初中苦100倍，我不知道要如何去面对。现在军训结束啦，我知道了许多，我经受住了考验，我的成功让我有信心去迎接高中生活。我相信，我能行。

我讨厌军训，是它让我们变得更加黑;可是我们不应感谢它吗，是它让我们变得更加坚强，让我们知道了努力，让我们了解了成功带来的喜悦。我一定会把在军训期间学习到的一一用在以后的学习生活中去，我相信我一定会变得更加优秀，我会努力追逐我的梦想的。我相信，我能行，我一定会成功。

**教师的高中军训心得与体会篇八**

这次，学校推出了一项很有意义的活动“远山青年活动基地三日游”。你可能会问为什么这么有意义。因为我们在这里学到了只有三个月甚至三年才能学到的东西。这是什么？很简单的八个字“团结一致，互相帮助”在学校，在家庭，在社会。我们只是一直在讲团结，讲团结，但从来不做。这一次，让我们努力学习，“团结互助”……今天，今天早上大家兴高采烈地来到学校。准备好了，就上车去“远山青年活动基地”。在目的地，教员发放制服、皮带和皮带。然后我说从现在开始我们三天的磨砺训练。在这三天里，我们在衣、食、住、行方面都有规律可循。

让我们学会“团结互助”的活动有四个：一、“闪电计数”。在这次活动中，我们很“团结”，大家都很开心，但是没有拿到一等奖。我只想上去说一句振奋人心的话：“虽然我们输了这场比赛，但我们没有丢脸。虽然我们发现其他班报数字很快，我们也不是很好，但是我们都去参加了，我们都敢拼。即使失败了，我们也“依然骄傲”而不丢面子。

二：《软稻草塔大赛》这个比赛不是夸我们，而是批评我们。我们为这次活动感到骄傲。做事很认真，不团结。

三：“飞天泸定桥”因为我们上了“软吸塔大赛”的课。所以在这次活动中，我们大家都很团结，互相帮助。虽然我们一路上都很累.但是我们没有看到任何人喊累，相反，我们看到了一路上帮助别人的好学生。有些口干舌燥的同学愿意给别的同学喝还没烧开的水。看到路上有人摔倒，我们都冲过去问他(她)有没有受伤，然后帮他(她)。

四：这是最感人的一幕！“责任，领导”我们班的男生领导是“吴建科”，但是他为了我们跑了19圈，犯了一点小错误。我觉得“对不起”我会帮你承担责任。如果以后天塌下来了，我帮你顶住！

在这三天的训练中，我明白了只要团结，没有什么是不可能的。我们必须牢记“军营中的一小步，人生中的一大步”这句话！

**教师的高中军训心得与体会篇九**

今年，我怀着忐忑的情绪进入宜良一中，一个崭新的环境，一群从未谋面的同学朋友，无论做什么都留意翼翼。

我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；

我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；

我记得，严厉的教头一遍一遍教我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；

我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安……这一切的一切，就在这天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的纰漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多。军训，是一个好的开始，我会一向努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也明白，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我明白，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人！是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”！

**教师的高中军训心得与体会篇十**

虽然军训生活很累，但是军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。年龄相仿、充满了朝气的同学们带着和我一样的好奇，来到了省消防总队武警支队——我们的军训地点。

两个教官，各自带着一张严肃的脸，似乎从不会更替似的，脸上的表情总是一成不变，哪知道，他们严肃的脸之下还有一颗温热的心，当时我们并不知情，回到寝室，总是能听到同寝的同学抱怨教官的严厉。确实，教官的训练相当严格，站军姿、列队、三步转法、稍息立正等等一些动作完全是按照军事化的标准来评测的，我也真是有点吃不消，心里也犯嘀咕，只是个军训嘛，不用这么严格吧，但我始终坚信一句话“严师出高徒”，对教官我始终非常敬重，不仅是出于作为学员的敬重，更因为我的经历，使我相信这样的教官一定会非常认真、严格地对待我们，使我们得到提升。

但彻底让我们对教官的印象改观的还是在第四天军训的时候。那天，因为参加一个活动，我临时没有参加训练，等我回来的时候，看见一个女同学坐在路牙子上，教官正细心的给她按摩腿部，还不时地嘘寒问暖，十分亲切，好像变成了她的父亲，教官一直以来严肃的形象被彻底地击碎了，我们也终于看到了教官充满温情的一面，顿时暖流升腾，大家对教官原本的抱怨情绪都转向了对教官的喜爱，彻彻底底来了个一百八十度的大转弯。从此之后，大家与教官相处的十分融洽，和教官分别的时候，嘴上不说，大家心里肯定都有隐隐的不舍——至少我是这样。

两个班主任，曹老师和左老师，历史老师和数学老师，说白了，这两个学科一个研究数字，一个研究历史，都属于相当严谨、唯真的学科，可这两个老师却一个比一个活泼、开朗。曹老师，军训的第一天晚上自我介绍，曹老师愣是开了一个军训动员大会，曹老师活泼开朗的个性一下子就与我们打成一片，颇有些“孩子王”的风范；在我们拔河比赛的时候，曹老师在旁边手舞足蹈地为我们鼓劲，那情形好像她要冲上来帮我们似的……相比之下，左老师就文静多了，平时不怎么爱讲话，但每次我们训练，总能看见左老师抱着一大堆日记本在那里批改，还时不时地朝这边看，注意着我们训练的动向，但不管翻开哪一本日记，左老师的评语总是工工整整，对其中的每一个细节都把握得十分到位，让人顿生敬意。

我的同学们也都是一个个多才多艺，限于篇幅，在这里就不一一记录了。但在军训期间，我与各班的同学来了几次竞选，这个还是值得一提的。

进入竞聘的赛场，先向三位老师问了好，然后我们两位代表开始第一项，自我介绍，和我一起的那个女生口齿伶俐，从自己的性格特点说到自己的生平经历再引出自己的爱好特长再加入自己的感受抒情释放气场，相当不错；我也不能落后啊，从自己名字的由来说到自己的个性再引出自己的爱好以及未来的理想打算和计划等等最后诗词收尾，紧接着是朗诵，照着平常的发挥念，也没什么，最后是模拟情景，一个晚会，开场白要求主持人即兴发挥一分钟，三十秒钟准备，我和另一个代表商量好，结果中途说错了词，不太完美。后来就因为这个，分数与第九中队的那个男代表差了一点点，失之交臂，不过后来的学生演讲，我又碰见了他，这回又是我和他拼到了最后一轮，结果我的分数也是以一点点险胜，算是扯平了，不过我们也因此成了好朋友，这都是后话。

就像后来的阅兵式上副校长所言：“这次军训，必将让许多同学终生难忘，并对今后三年的学习生活产生巨大的影响。”说的没错，军训场上，我们洒下了汗水，收获了学习所必需的意志力、坚强、信心与勇气。六日军训，或许也就是付出了44小时或是8640分钟的时间，但得到的，是乘以6、44、8640倍甚至更多的回忆与力量！

高中军训心得体会xx年的军训工作，在学校领导的重视、武装部的周密安排及各科室部门的通力协助下，形成了职责分明，相互配合的保障体系。按照《双鸥中学20xx年的新生军训任务，切实提高同学们的综合素质，军训期间，学校领导与县人武部领导都给予高度重视，曾多次深入训练场检查、指导军训工作，分管领导、班主任非常重视军训工作，顶着炎炎烈日跟随在训练场协助教官抓好训练。

严格训练管理，是提高军训学生军事技能和身体素质的根本途径，也是实现军训学生“掌握基本军事技能知识，增强国防观念，加强组织纪律性，激发爱国主义精神”为目标的根本保证。针对这次军训学生的特点，为保证军训质量，做到四严：

一是严格教官的示教。从教官的自身形象、教学等每个环节，从严要求，严格把关。

二是严格对教官的要求。这次军训的教官，是经过人武部领导严格筛选，把能力强、政治素质好、工作作风过硬的人员抽调到这次军训中当教官。

三是根据训练科目的安排，实行劳逸结合，在训练之余，各教官还教同学们唱一些革命歌曲，组织同学们拉歌，既调动了训练积极性，又活跃了气氛，既增强了团结精神，又营造了健康向上的娱乐氛围，收到了劳逸结合的效果。

四是严把质量关。为确保军训质量，严把质量关，军训中，根据学生领会动作要领的强弱，采取分层次进行训练，实行帮扶相结合。并针对检查、军训中发现的问题，及时进行讲解，一个内容一个内容的过关，从而保证了军训任务按质按量地完成。

培养军训学生的纪律观念，从小事抓起，从日常生活抓起，在整个军训期间，一是严格按照军训的有关规定，严格管理、严格要求、严格训练，确保了军训期间安全稳定。建立了军训新生考勤表。每天出操前进行点名，登记出勤情况，没有特殊不得请假，增强了同学们的时间观念；三是严格训练场的管理。从军训的第一天开始，不管是在训练中还是在休息期间，都严格要求，做到准时出操、准时训练、准时休息、准时收操。四是规范内务秩序。组织全体军训学生进行内务卫生训练。

在汇操过程中，参加汇操的班都能够做到精神饱满，姿态昂扬，认真听口令做动作，为班级、为整个排组争荣誉。就是由于这种精神大大激发了全体同学的军训热情，为安全、胜利、圆满完成军训任务，奠定了坚实的基础。

通过军训，进一步强化了学生的国防意识，增强了学生的爱国热情。一周的军训，同学们学习和掌握了有关军事知识和技能，增强了国防意识，从小就树立起“祖国安危在我心中”，“天下兴亡，匹夫有责”的庄严使命感，认识到新一代高中生不仅要认真学习，担负起建设祖国的重任，还要努力拼搏，肩负起保卫祖国的重任。

通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了坚强的意志，锻炼了抗挫品质，培养了同学们的良好作风。军训最重要的目的，是要求同学们通过军训，磨练自己。通过一周艰苦的训练，逐步培养了同学们如何面对困难，如何克服困难，如何用坚韧不拔的意志来支配自己的行动的目标。

通过军训，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。学生们懂得了齐心协力，才会取得成功；要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。通过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

我班的军训标兵：在整个军训中，全班同学表现都很好，在学校组织的0%的优秀评比中，任宏伟，赵佳亮、刘淼、杨椿、杨维青被评为我班的优秀标兵。

军训圆满结束，我对我的学生很满意，终于可以休息两天了。

**教师的高中军训心得与体会篇十一**

那段日子，我们军训的日子。

炎炎八月，我踏入了高中的门槛，这意味着我的学习和生活没有初中那么轻松，开始面临决定我一生的高考。

不能再在温室里照顾了；我再也不能在父母怀里撒娇任性了。为此，学校组织了为期八天的军训。

对于我的第一次军训，我带着很多的好奇和兴奋来到基地，左顾右盼，不自觉的咽了咽口水，想到要开始军旅生活，心里就像打鼓一样，一次次的激动着我内心的澎湃，而且越来越强烈！越来越糟了！

一下午的训练已经消磨了我刚来时的热情，我开始后悔拖着疲惫的身体回宿舍。

在太阳的烘烤下练习军姿，汗水顺着脸颊流到眼睛里，刺痛了我的眼睛。作为军人，不能动也不能动！不管太阳有多恶毒，任依然屹立不倒。我觉得这就是军人，我开始由衷的佩服他们。半个小时过去了，我的脚已经软了，腿也麻了，腰也酸了，脑子里嗡嗡作响。我真想坐下来休息哪怕一秒钟，这是一种莫大的幸福。我咬咬牙，深吸一口气，继续！！！

后来发现家原来很好。教官在唱《军中绿花》的时候，那种涩涩的感觉堵在胸口，我只觉得难受。我从来没想过我会这么想家！不甘心的泪水充满了我的眼眶，妈的！作为军人，不能流泪！！

站在阳光下练习很辛苦，但不代表在宿舍一点都不辛苦。

被子和床一定不能有褶皱，否则扔掉就没得商量了！！甚至连洗漱用品都是必需的。毛巾的下摆要成一条线，从长到短。连牙缸的排列都很严谨！！不在地上留下一根头发做到一尘不染，这也是军人不能违抗的要求！

军训的八天，我晒得黑黑的，瘦瘦的，但是更有精神！能吃多苦！

这次军训带给我的不仅仅是身体上的锻炼，更是思想上的熏陶和精神上的锻炼。给我印象最深的是严谨的作风，坚强的毅力和不怕苦不怕累，纪律严明，艰苦朴素的精神。

烈日之下，茫茫世界，时间早已见证了我们坚定的意志。只要你坚持到最后，你就是胜利者！不管道路多么荆棘坎坷，我们都要走下去。因为勇敢是我们的口号，因为坚持是我们的信念，因为坚强是我们的永恒！

我要把军人的纪律和作风带入到日常的学习生活中，让自己像雄鹰一样冲破蓝天，超越梦想，展翅高飞！

高中军训经历短暂实用（第六章）团结就是力量。无论每个群体，都是由个体组成的，团队中的每个人都有责任为群体做出贡献。开学前学校组织军训，是集体的事情。每个学生的行动都会影响整个群体。军训考验的不仅是个人的意志力，更是一个群体的团结。正如歌词：团结就是力量。只有当每个人都有责任感时，团队才会向前发展。

“一，二，三，四，一，二，三，四。”教官的声音在他耳边喊着，鼓励我们进步，鼓励我们前进，让我们明白军训对我们自制力的要求，试图考验我们是否有坚定的自制力，就是考验我们是否有坚定的自制力。军训带给我们的不仅仅是新鲜、刺激，还有坚持。我们是新一代的高中生，即将开始新的高中生活。提前军训是为以后枯燥艰苦的高中生活做榜样，军训是磨练他们意志的活动。

烈日下，我站着不动，脚却抽筋了，但我还是站着不动。是坚定的意志力让我们坚持下来。我们坚持我们的道德，我们尽最大努力服从所有的指示，做得更好。

而且我们的教官也是一个意志坚定，作风优良的好教官。他和我们同甘共苦，却从未抱怨过，有的只是日复一日的严格教导。

它们硬吗？用力！比我们还要辛苦，作为军人的职责不允许他们偷一点懒。他们在扯着喉咙，喊着口令，一遍又一遍地重复着标准动作，以此来帮助我们成为一个默契的、有组织的、会服从命令的群体。

我们现在应该做什么？自然是用同样标准的动作，整齐而有把握的步伐，犀利而坚定的眼神去争取既不遥不可及的荣誉。用这个来报答他们，感恩他们！

这几天来，班里的同学跟腿培养了深厚的感情。他们沙哑的声音见证了我们的成长，他们严谨的教导见证了我们的蜕变。

俗话说破茧成蝶，蚕只有破茧成蝶才能跳舞。俗话说，鹰击空长，雏鹰只有勇敢的展开翅膀，才能翱翔天空。

只有经历苦难，才能洗去一切尘埃，展现万千光彩。

只有经历过苦难，才能脱颖而出，才能展望自己的未来！

流汗不流泪，这是军训教给我们的，也是我们一辈子都要记住的一条路。

高中军训的经历短暂而实用（第七章）在青春叛逆的美好年代，烈日炎炎的夏日，满怀希望的开学典礼，安静无风的晚自习，我第一次见到了脑海中幻想过无数次的军训教官。不是想象中的严肃刻板，而是有点可爱”，但是他身上有一种健康的气息，让我清楚的认识到这个教官不简单！

果然，短短三天，这个“可爱”的教官改变了我对军训和军人的看法，改变了我的人生观、价值观和世界观。

短短三天，导师教了我们无数经典句子，让我们对他刮目相看。

“如果你尊重我，我也会尊重你。要想获得别人的尊重，首先要尊重别人，然后才是尊重自己。”

出自 FANWEN.chAziDiAn.cOm

“迷彩越脏越好看。”“一人犯错，全家吃药。”“没有肮脏的伪装是没有灵魂的。”

“犯错并不可怕。可怕的是你连承认错误的勇气都没有。”“来而不往，无礼矣。”

“请永远记住，你们是一个集体，一个人优秀，那不是优秀，所有人都优秀，那才是优秀”

“累不累？累，但还在坚持。”

听着教官的金句，感受着教官的严厉和温暖，我们班的训练突飞猛进。看台上领导的表扬，训练场上教官的表扬，同学们的团结，都让我明白，一个班级，一个学校，一个社会，一个国家，没有团结的精神是成不了气候的。

累出的眼泪是咸的，汗水浸湿的衣服是臭的，但是认真训练的教官是帅的。短短几天的军训，希望我们能带着这份热情和力量，走向未来！

**教师的高中军训心得与体会篇十二**

听到那一阵阵整齐又响亮的口号，就知道是我们高一年级新生正在进行为期三天的军训。这次的军训令我期待了很久，我的心里一直在想：军训很累吗?和初中时的军训一样吗?不容易熬到了军训。我起了个大早，穿上了久违的校服，来到新的高中。首先是开幕仪式，天气很热，骄阳无情地“烧烤”着我们的肌肤，大滴的汗珠从发际滴落。才过了一会儿，就有几位同学坚持不住了，不是被别人搀扶着进休息室休息，要不就是晕倒了。我也热极了，皮肤被太阳烤得灼热，真想在下一秒钟听到“解散”的声音。终于，开幕仪式结束了，我的心里总算舒了一口气。

可是，令我想不到的是，那只是开始，军训原来是那样的辛苦。教官让我们站军姿和做其它的动作，一做就是半个小时，这可让我们这些家中的“娇子”吃不消。一开始，我还在怪教官：为什么别人做十分钟就可以休息，而我们要那么辛苦?我的心里充满了疑问与懊恼，一回到家就大发牢骚，根本不明白教官和老师对我们的良苦用心。

离全校高一新生军训汇演的日子越来越近，教官对我们的要求也越来越严格：每一个动作都要做到位，都要整齐，这可让我们练得大汗淋漓，肌肉酸痛。看着别的班教官与同学休息并唱歌时的情景，我的心里既羡慕又嫉妒。想想我们都个个腰酸背痛，又累又渴，还要站军姿做动作，我简直不服气。我向妈妈抱怨老师与教官如何的严格时，妈妈微笑着摇了摇头，对我说：“你误解老师和教官了，他们难道不会觉得累吗?他们这样做完全是为了你们!”我听了，喉咙像被什么堵住了，发不出声来：是啊，他们这样做是为了什么呢?还不是为了我们吗?再想想教官平时连水都没时间喝，就是为了让我们的成绩更加，老师连厕所都没时间上，同样是为了我们。由于心里想着不让教官和老师操心，我尽量把每一个动作都做。终于到了军训汇操的那天，我们都已整装待发。汇操开始了，我们个个都是精神抖擞，为了不让这些天的汗水白流，为了不让这些天的辛苦白费，我们把最好的表现展示出来。汇操完毕，等了很长一段时间，也看了不少别的班的表演，公布成绩了，我们702班得了一等奖!辛苦没有白费，我们都非常兴奋。

虽然三天的军训时光短暂又劳累，但是不失美好与快乐，我们在汗水与付出中得到了成功的喜悦。我们从以前那些娇气的“小皇帝”、“小公主”，通过这次的军训，变成了一个个真正有能力，有纪律，又自主的初中生!从这几天的军训过程中，我悟出了一条道理：有汗水就会有成功，有锻炼就会有进步，有付出就会有收获。

高一新生军训，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。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生活的一个侧面，叫人受益匪浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。

军训不但锻炼了我的意志品质，还增强了我的爱国精神，在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾。脱下橄榄绿的军装，换下闷热的运动鞋，三天的高一军训生活总算结束了。已是满身疲倦的我躺在床上，吹着空调，我又回到了以前的“王宫”。“稍息，立正，向右看齐……”教官的声音又浮现在我脑子里。三天的军训生活虽然时间不长，但是却给我留下了深刻的印象，让我知道当一名军人是多么的辛苦。教官的一句话始终萦绕在我的脑子里——“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪!”这句话说明了一个军人应该多么严格要求自己，一切以集体为重，以集体为中心，要有吃苦耐劳的精神，战胜困难的勇气。这是我在军训当中学到的，我将要把这一切应用到平时的生活中去。

当我在学习当中遇到不懂的问题，我绝对不会再轻易的把它放过，我会认真琢磨，反复思考，到把问题弄清楚为止，正所谓“万丈高楼平地起”，我绝不充许有任何差错。要是还没有军训我不一定做的到;如果我在生活当中遇到困难，我绝对不会轻易退缩，相反，我会去克服它，去战胜它，生活中的点点滴滴对我都是一种考验，要是还没有军训我也不一定能做的到。这些是我在军训当中学到的。无论做什么事情，都要有一股不服输的劲头。以前的我，如果遇到一点小问题，我就会退缩，逃避，但现在我不会了，我在军训当中学会了自强自立，自己的事情自己做。困难，算什么，咬紧牙关敢于拼搏就能闯过去。在平时我不会帮妈妈洗衣服，但经过这次的军训，我知道了妈妈的辛苦，我以后会为妈妈分担一些自己力所能及的家务的。要以一名小军人的标准严格要求自己。

这次军训生活，让我受益匪浅，我要像军人一样拥有铁一般的纪律，钢一般的意志。3天的军训生活，我感觉我长大了!我付出了努力，付出了汗水。得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令，不在是懒懒散散的。

军训让我们认识了自己，军训也完善了我们。我们知道了不管是军训还是平时都要做到;钢一样的意志、铁一样的纪律、山一样的威严、风一样的速度。

**教师的高中军训心得与体会篇十三**

在这烈日炎炎、骄阳似火的8月下旬，为期5天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在5天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，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，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，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，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。

是的，从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的.欢乐，从铿锵的军歌中，我体会了奋进的快乐，当我们队列经过一整天的训练，最终受到领导的表扬时，我满足而自豪的笑了，当我们和隔壁班一同拉歌时，我们感受到集体的温暖......在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们最美好的回忆！

两位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精；然而却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

这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，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎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！

也许军训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但“稍息、立正、站好、向左看”这些口令将永远回荡在我的耳边。

**教师的高中军训心得与体会篇十四**

水从额头留下，落到地上摔得七零八碎……阳光倾下，唯有意志为自我遮阳。

——题记。

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。

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！