# 2024高中军训心得体会500字优秀作文范本10篇

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-09-13

*军训如人生乐章，短暂却最美最精彩。这段经历令人难忘，有汗水与坚持，有团结与拼搏。细细品味，那是珍贵回忆。它磨砺我们的意志，培养我们的品质。在青春岁月里，军训如璀璨星光，照亮前行之路。让我们带着这份回忆，勇敢前行，书写更加辉煌的人生篇章。下面...*

军训如人生乐章，短暂却最美最精彩。这段经历令人难忘，有汗水与坚持，有团结与拼搏。细细品味，那是珍贵回忆。它磨砺我们的意志，培养我们的品质。在青春岁月里，军训如璀璨星光，照亮前行之路。让我们带着这份回忆，勇敢前行，书写更加辉煌的人生篇章。下面是小编给大家分享的一些有关于的内容，希望能对大家有所帮助。

军训是我们每一个人人生中的一段乐章，虽然短暂，但却是最美、最精彩的一段，细细品味，它留给我们的是珍贵的回忆。

在三天的军训生活中，我体会到什么是军人，什么是军人的生活，什么是军人的作风。在我看来，教官就如同钢铁一样顽强，以严格的纪律和要求对待我们每一位营员，使得我们军营团队生活井然有序。然而这自我约束与团队协作能力恰恰就是我们欠缺的，这也是此次军训的意义所有吧。

三天的军训，可谓五味杂全，尝尽酸甜苦辣咸各种滋味。

首先是站军姿训练，“稍息、立正”----教官用宏亮的声音发号口令，同学们昂首挺胸，烈日下，我们犹如一座座雕像纹丝不动。太阳晒软了柏油马路，晒得大树不敢有丝毫摆动，也晒得我们的脸膛通红通红。时间一分一秒地过去，才十几分钟，我们的双腿就开始颤抖，汗水顺着脸颊不停地向下流淌，多么渴望有一阵凉风吹来，冒了烟的嗓子多么渴望能喝上一口沁凉的.饮料。然而我身边的每一位同学都咬牙坚持着，坚持着。

接下来是正步和队形训练。无数次重复的口令让教官嗓音沙哑，无数回对动作的纠正让教官眉头紧皱，一遍遍动作示范让教官额头布满汗滴，同学们没有辜负教官的希望，认真地听认真地按要求做着每一个动作。

军训最后一天，我们把军训成果展示给校领导，真是功夫不负有心人，我们班集体获得了很好的成绩，真令我们骄傲和自豪啊!军训辛苦，但辛苦过后是无尽的甘甜。

通过这次军训活动，不仅深化了我们的国防意识，也加强了们的纪律约束能力，增强了团队协作精神。我们学到的是坚强、自律、团结，丢掉的是懦弱、懒散、自私。我相信，它将使我们受益终身。

今天，我又如往常一样抱着兴奋和激动盼望着军训。

早上，当我们来到指定训练场地，老规矩，教官便让我们像以前一样，站15分钟的军姿。当时的天并不热，很凉快，我们也很庆幸。大概站了5分钟左右，我便发觉自己的耐力提高了，以前站3分钟就会觉得腿酸，现在站到5分钟左右才会觉得，我发现自己真的是进步了。

除了站军姿，我还发现在走齐步，正步，我也不像以前那么的不熟练，反而走得更好，更熟练了。老师今天早上让我们一起走齐步，正步，齐步变正步，起先，我们走得并不整齐，排面没有盯齐。可是一直到了后面，我们就慢慢地走得整齐了，踏步的声音，也出来了，擦裤缝声，也出来了，老师和教官都说我们走的好，便让我们原地坐下休息。终于可以休息了，这可真不容易啊。

到了下午，太阳公公跟老顽童似的，早上和我们玩捉迷藏，下午我们不玩了，他又偏偏跑了出来。太阳公公火辣辣的\'晒着我们，我还调侃身边的同学说：“你的头上都可以烤东西了。”

当我们来到指定训练场地，教官看我们没有站队，在那里说话，便让我们跑了4圈，我们叫苦连天，但还是认命的去跑步，跑完之后，教官又让我们走了鸭子步，我们大家跑完，走完，都气喘吁吁的了。我们大家也不再说话了。

在之后的训练中，我们一定要好好训练，争取拿第一。

军训生活快结束了，军训生活成为了我们人生中美好的回忆。军训生活虽苦，虽累，虽疲惫，但它磨炼了我们的意志，让我们学会了坚强，让我们明白了许多道理。

在上个星期，我们全校六年级进行了四天的学军、学农活动，同学们都非常开心。

星期二早上，同学们带着行李箱，大包、小包早早地来到了学校，等待着校车的到来。9点钟的时候，我们上了大巴向社会实践基地出发，一路上同学们欢声笑语，大约过了40分钟，我们来到了社会实践基地，教官们给同学们每人发了一顶军帽和一件迷彩服，同学们穿上了迷彩服戴上军帽，我们感觉自已就是个小军人，心里感到无比自豪。

下午，杨教官带我们来到操场上开始训练，我们排好了队。杨教官叫大家全体坐下，3秒钟的时间大家全坐下了，杨教官又说：“不许乱动静坐30分钟”。10分钟过去了，我开始有些撑不住了，因为一直保持一个动作不能动，我的脚都麻了，很多同学也支持不住了。我自已给自已打气暗下决心。坚持、坚持再坚持，一定要克服这个困难。不然，后面还有好多困难在等着我呢!我好不容易挺了过来。

最让人兴奋的是第三天的拉歌。一连、二连组成一营，三连、四连组成二营。一营的胡教官叫到：“二营的”。一营接到：“来一个”。杨教官喊到：“东风吹”。我们接到：“战鼓擂，二营拉歌怕过谁”。胡教官又叫到：“轻机枪两条腿”。一营接到：“打得二营张不开嘴”。我们不甘示弱，杨教官叫到：“火箭炮、装火药，打得一营有冒泡”。

这四天军训生活结束了。虽然很累，很辛苦。但让我们感到很快乐，让我们体验到了军人的生活。锻炼了我们的\'身体，磨炼了我们的意志。其实，真正的军人生活是很艰苦、很严格的，我们还相差很远。通过这次军训，我有了一个愿望，现在要好好学习，长大了当一名合格的军人保卫自已的祖国。

在高中军训这短短5天的时间里，我们付出了许多，也收获了许多。

在初中的时候，我们军训了3次，还有一次是住在基地的，所以我自以为我能做的不错。但事实证明高中的军训和我们初中的程度是完全不一样的。

在我们到来第一天的开营式上，老师们就强调了很多军训的精神，如：军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。最突出强调的就是“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”了，在后来的军训里，也证明了要求的高。这五天下过雨，其余时候太阳很毒，军训真的很辛苦。

可是在我回家的\'时候，我发现我收获了很多，例如走路的时候都会挺直腰板，平常有精神了许多。我就突然想到军训时足球门上挂的“军训一阵子，受益一辈子”这句话，现在想来确实是这样。和班上的同学同宿舍，让我们更亲近，大家现在想必很想念那段同宿的日子吧!

在这次军训我的想法还有意想不到的改变。在又一次我在吃早餐的时候，教官很关心我们，还问我能不能吃饱，要不要去加一点。在休息时间，教官就像我们的朋友一样，叫大家来表演节目。我知道了教官不是一直特别严肃，其实也是很温和的普通人。

这次军训磨练了我们的意志，让那个我们体会到了团结的精神，以后的生活会有什么变化呢，我期待着!

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的\'，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

希望能帮上你!

临近开学，在别的学校的学生开着空调窝在家里休息的时候，我们却迎来了学校无比严格的军训。

一年一次的军训是学校的传统，我还是逃不过军训的魔爪，免不了经历酷日的考验。只能抱怨着挤出一大滴的`防晒霜，猛的向后脖子拍去。

高强度的训练让我很不适应，一暑假都没好好锻炼的我煎熬着。站军姿站久了的时候，只能感受到汗水在后背上一串串的流，铺满我的整个脸颊。太阳在天上毫不留情的撒下炽热的阳光炙烤着我们，炙烤着大地。身体里的水分渐渐蒸发，让我们喘不过气来。可我们充满稚气的脸上还得保持严肃，同时试图用通红的脸颊、一串串的汗水现出军人的坚毅。

休息的时间十分宝贵，即使时间不短，可长时间的“日光浴”让我们浑身上下像湿透了般，休息的时候还要补一点防晒霜，看一会书……树荫下的我们又重新焕发了生气，小声的说话声和笑声络绎不绝，抱怨着谁又哪不舒服了，谁又觉得一点也不累。休息时间练的军歌渐渐的有了样子，这种合唱每个人都要贡献自己的力量，男生让声音变得浑厚豪放，女生让声音传的更远让更多人听见。有一个人浑水摸鱼都听的清清楚楚。

回到家中，几乎要瘫在沙发上，提着最后一口气进了家门，就不剩一丝气力。说话也是有气无力的，嗓子因为白天的“青筋暴露，撕心裂肺”而变得干哑无比。每天都要经历这样的嘶吼，再用水一点点的润湿自己的喉咙，恢复成原来的样子。累的几乎不想吃饭，只想倒头大睡，等待新的一天的到来。

就是这样的魔鬼训练让我们升到新的一级，迈入八年级的大门，获得坚持，毅力与团结。

生活需要实践，生活源于磨练。雏鹰因不断磨练而可以在蔚蓝的天空中自由地展翅飞翔;骏马因不断寻找强健的体魄而可以在无际的草原印下豪放的足迹;我们因在军训中实践而向着成才的道路奋勇直前。

伴随着洪亮严厉的哨音，迈着年轻有力的步伐，我们开始了为期五天的军训。不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变得黑黑的，但这何尝不是一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的\'信心吗?

我们的夏教官给大家留下了深刻的印象，我们大家都很喜欢他。他有一张严肃的脸庞，一声口令可以让我们势气大震。训练时，他与我们一起流汗，一起奋斗。我们的教官很严格。他虽然很严格，但当我们累了时，总会让我们休息、喝水，和同学谈话时，他善于沟通;带领我们训练时，他正经严肃。

俗话说得好：“吃得苦中苦，方为人上人。”为了自己美好前途，吃这么一点苦又算得了什么呢?在以后的学习生活中，我一定要拿自己的行动来证实自己，证实自己不平凡，绝对不会输给任何人。我不仅完成好了这几天的军训生活，甚至连这几年的学习，我也一定要完成好，要拿出好成绩回报父母，报答老师，绝不辜负任何人对我的期望。

凌晨，初梦未醒的我们被“紧急集合”，踏上校车开始了登岳麓山之旅。

同学们排着整齐的队伍，穿着橄榄绿的军装，浩浩荡荡的向山顶进发。上山的路有平有陡，我们走得却并不慢，每个人都紧跟大队。天空微微亮，有许多早起登山的老人，都向我们投来赞许的目光，此刻我深感作为一名军人，作为一名广益人的自豪!赞扬和鼓励的话使我们忘记了劳累，信心也在不断的膨胀。此时我心里只有一个信念，“我要紧跟队伍走上山顶，一览山下的好风光!”

“团结就是力量，团结就是力量!”高亢的歌声在山谷回荡，时间和我们在竞走。登上山顶，天空向我们露出了胜利的微笑，初升的旭日洒下金辉，轻抚着我们。带着花香的微风撩起发捎，我放肆地吮吸这大地精华，忍不住赞叹这大自然的美丽!

下山是从一条僻静的小道直穿山林。长长的.幽径，参差不齐的青石台阶，真若身临曲径通幽处，禅房花木深的意境。

小径的末处是爱晚亭，别致的雅亭，怀旧的风格，我的脑海里浮现出在这亭子举杯畅饮，吟诗作赋，谈笑风生，好不悠闲的画面。而眼前，鲜红的国旗，草绿的校旗，在阳光的亲吻下，我们在这儿留下了永久的一页。

“湘水映春晖，麓山钟灵秀”，这是广益人的骄傲!“继往开来，栋梁写春秋!”这更是我们广益人的责任!

通过这几天的军训，我终于明白了什么是出汗。在今天的训练中，我拿出了10分钟的军事姿势。教官让我们瞪大了眼睛，我们必须留下眼泪，否则我们不准吃饭。我很努力的.睁开眼睛，但是快要哭的时候却止不住的眨。我用力的伸着懒腰，身体开始刷刷的出汗，汗水顺着后背和腿流下来，眼睛却流不出眼泪。我伸了很久，终于没有眨眼。泪水在我眼中打转。我眨了眨眼睛。哈!眼泪就出来了。现在，不仅汗水淌下来，眼泪也掉下来。教官让我们擦汗的时候，我的裤子被手心的汗水浸湿了，脸上有两行泪。

上午下午训练结束，本来以为吃完饭晚上就去学习，但是教官说要集合训练。既然没想那么多，就没做什么准备。我一到操场，天啊!

这么多蚊子!蚊子围着我们转，像敢死队一样向我们扑来，走不开。唉!要是出来的时候喷点花露水就好了。教官毫不留情，让我们站着别动喂蚊子。学生们拍打着手驱赶蚊子，但是老师们尽管被蚊子咬了，仍然站着不动。这个时候训练对我们来说是一个考验，但是我们没有通过这个考验，被蚊子咬了几个包都受不了。邱在火中可以一动不动，就像一块巨大的巨石。为了整个集体，为了作战计划，为了战斗的胜利，他牺牲了自己。而我们，因为几只蚊子，受不了。为什么要成功?我下定决心以最佳状态面对每一次考验。坚持就是胜利!

今天是军训的最后一天。明天，我们将进行一场演讲表演，并与讲师分开。所以晚上，我们开了个联欢会。

老师规定每个宿舍要有两个节目。应该表演什么?对了，我会几个卡牌招数，这就是了。

聚会开始前，我周围的几个人围了过来，想让我给他们看魔术表演。好吧，我先用它们练手，免得以后表演的时候让自己尴尬。我连续表演了几次，他们看不出任何瑕疵。呵呵，不知道怎么回事?

轮到我表演了。在第一场魔术表演后，他们被勒死了。当我表演第二个的时候，他们都围了过来，暴露我的魔法。这两个是我最拿手的魔术。你可以揭发他们!

当我表演完后，刘同学让我再表演一次。看了几遍，他不明白是怎么回事，只好让步。我骄傲地问他：“你拿了吗?”“衣服，衣服。我是你的战败者。”

这个聚会让我郁闷的要死!唉!我输了对那些ga男孩的歌!7456!要知道，我和屁仙儿从来没有在赛车上输过，还得怪那些嘎人，他们甚至还唱水手，让我们唱郑志华的.歌。哦!真是的!如果宋加宁在这里，他们绝对赢不了!哼!

这个聚会也让我难过的要死，因为我们要和教官分开。虽然我们只和教官待了九天，但还是舍不得离开教官。安老师改编了一首老鼠爱大米的歌。我们把这首歌给了两位导师。“李教官，我爱你就像老鼠爱大米一样。郭教官，我爱你就像老鼠爱大米一样……”歌里很多同学已经控制不住的哭了，满脸都是泪，心里酸酸的，但还是忍住没有哭。我想导师一定希望我们都能幸福吧!

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！