# 高一学生军训总结感悟10篇

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-03-27

*高一学生军训总结感悟大全10篇学生军训是学校国防教育的主要形式，通过军训和入学教育可使学生明确中学生 纲、则、范 的要求。下面小编给大家带来关于高一学生军训总结感悟，希望会对大家的工作与学习有所帮助。>高一学生军训总结感悟篇19月1日，打开...*

高一学生军训总结感悟大全10篇

学生军训是学校国防教育的主要形式，通过军训和入学教育可使学生明确中学生 纲、则、范 的要求。下面小编给大家带来关于高一学生军训总结感悟，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

>高一学生军训总结感悟篇1

9月1日，打开了高中生活的神秘大门。我欣欣然走进来，领略高中世界的美妙。军训，这道独特的风景，立刻映入我的眼帘，闪耀着奇幻的光辉。它携着军绿，向我微笑走来。我发现这军绿中的庄严、温馨、难忘与永恒。

初着迷彩装，我就觉出肩上多了一分重量，脑中忽地闪现军人昂首阔步的高大形象，心怀无限向往。这身衣服必然代表着庄严、正直、坚强。

训练过程中除却当空的烈日和枯燥的练习，亦有温馨与令人难忘的时光。“原地休息十分钟”不仅是旱后甘霖般短暂的调整，更是同学们欢笑的源泉。只见一片军绿排排坐，拍手摆头把歌唱，汗水化作水晶，映照笑颜片片。

军训九日渐近尾声，闭营仪式令我难忘。从未想过我能成为整齐行阵中的一员，如同我憧憬的那般，昂首挺胸接受检阅，最终赢取荣誉，不愧对我身上的神圣军绿。

训练结束，精神永在。这军人的绿，如同天上的明星，也许你只能在夜晚见其闪光，然而你不能否认，在其他的任一时刻，它仍用尽全身力量绽放光芒。永恒二字，是对其最为贴切的形容。

军训九日，增强体质，提升素质，磨砺心志。军绿深深刻我心，军绿时时放光芒。

**高一学生军训总结感悟篇2**

一代青年有一代青年的责任，做有为青年永不过时。

脚步踏响，汗水挥洒，口号声威震四方，高一新生不怕苦、不怕累，身着军绿色迷彩装，站在炎炎烈日下，训练从不停歇。

随着教官的一声令下，我们全身紧绷，额头不停冒汗，眼神似饿狼般紧盯前方，“天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。”我班不负众望，在闭营仪式上获得“优秀班级”称号，成功的背后永远是艰辛的付出，正步走排面整齐，跑步走间隔极小，齐步走步子迈大，我们从不停歇、从不放弃，抓紧机遇，乘风破浪，为高一生活添加光彩。

漆黑的夜幕下，头顶只有“杏岭北校区”的灯光为我们照亮前进的路，冷风扑面而来，但是我们仍然站立如松，“团结就是力量！”高昂雄浑的歌声划过黑夜，成为清冷校园的一道风景线。

这次为期很短的军训，教会了我坚持与团结的量，众人拾柴火焰高，我们的一言一行都代表着自己所在的集体，青年一代有本领、有担当、有理想，国家就有前途，民族就有希望，我们要争做有为青年，学习军人精神，磨砺自己的意志，为校争光。

**高一学生军训总结感悟篇3**

男儿不展风云志，空负天生八尺躯。

阳光条条杠杠的烙印在我们的脸上，我们一动不也不敢动，任凭汗水流淌在我们的脸颊上。

在坚硬的水泥地上，齐刷刷的脚步声和铿锵有力的口号声不绝于耳，此起彼伏。在站军姿的过程中，同学们咬牙坚持，面部似乎有些僵硬，身体轻微地前后晃着，大腿由于长时间的绷直，已经不禁着发抖。

“蹲下”，随着教官的发口令，长时间的疲惫忽然得到松懈，大家的面容都柔和了些许。不曾想，痛苦悄然袭来。过了十分钟，大腿肌肉如撕裂般一样痛，但大家都坚强的抗了下来。

教官的英姿在阳光下格外注目，侧对于阳光，帅气的剑眉里透出刚毅，在我们的心里留下了优秀的榜样。

走在北校区的大厅里，左右都是优秀学长学姐的优异成绩，在自豪的同时，也为自己立下了目标。

“在路上，我们永远年轻，永远充满希望。”这句来自克鲁亚克的名言给了我深刻的感想，是的，即使前方的路坎坷崎岖，只要迎难而上，恒心如擎，信念如磐，就一定会比站在原地更接近梦想。

**高一学生军训总结感悟篇4**

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。又是一年开学季，如约来到杏岭北校区，不负众望，我们开始了为期13天的军训生活，每天下午4:10是我们的休闲娱乐的时间，踏着沉重的步伐，下楼开始忙训练，军姿是每个军人最基本的姿态，从这里开始。一秒、两秒、三分、五分，从未感觉到时间是如此漫长，从未有过如此想要抛弃时间的感觉。齐步走，跑步要比军姿难上好几倍，排面要齐，间距要掌握的恰到好处，齐步走都是如此高的要求，更别说跑步了，跑步间距十公分，近一点，就是人挤人，齐步走，一声令下，踏着整齐的步伐，一致的步调，彰显我们高一新生的朝气蓬勃。

最难的便是正步走，双手握紧，掌心面朝里，手背朝前，后臂30度脚踢45度，正步不要求快，但要求齐，我们的正步是如疾风般迅猛，而教官的口令则是慢如乌龟不成一体，花费了许多时间练习。

时间一天天过去了，展演已经在咫尺，在彩排中，我们表演十分成功，在正式演示中，我们也毫不逊色，尽管成绩有客观因素，但我们学会了很多很多。

在困难中磨练意志，在成功后回味甘甜，这便是宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来的真谛。让我们发光发热，一山更比一山高！

**高一学生军训总结感悟篇5**

炎炎烈日之下，丝毫没有风的气息，就在如此环境下，依然有着一群人在“奋斗”中，他们就是高一新生，他们正处于激烈的军训中，而我正是其中的一员。

几天军训下来，令我记忆犹新的便是站军姿和走正步，每次站军姿都会感到时间是如蜗牛散步，每次都要站到腰酸背痛，脖子僵后脚跟永远是坚强的痛楚，走正步更是一大难关，手脚不协调，节奏难以把控，导致队伍乱七八糟不断的练习，使我感到膝盖和小腿的强烈不适，每天都会期待军训的开始，又期待军训的结束，就这样，迎来了军训会演，我有幸得到内务标兵的称号。

这次军训，我学会了用心与坚持的重要性，比如从刚开始的走正步乱七八糟到军训汇演时的整齐一致，这是每位同学用心与坚持的收获，我相信在学习中也能怀着坚强的信念与学习斗争到底，肯定会有不错的成绩。

**高一学生军训总结感悟篇6**

金秋9月，寒意升起，作为杏岭新人，高一全体同学踏细雨而来，以满心欢喜开始青春征程。

但还未待放松的神经已经要适应快速的节奏，还未带无神的睡眼重新焕出光彩，便服已换为军服，还记得第一次集训时，站在骄阳之下，目睹红日颓然。散下满地残阳，还记得第一次餐前拉歌时躲躲藏藏，支支吾吾半响却连不出一句完整的歌词，还记得第一次学叠军被时手忙脚乱东扣西整，最后也只做出一个“面包”。环视四周，身边的同学已然做的有模有样，而我成了队末的“尾头羊”怎么办？还能怎么办？咬牙坚持上！

九天18个小时，累吗？不累苦吗？不苦，因为我的身心已如钢铁般坚毅，眼神已充满希望，当闭营仪式落下帷幕，我换上舒适落下，服饰，心中竟升起一种自豪，像归来的战士接受礼赞般的骄傲。

我失意，我失落，我做的不够好；我奋发，我骄傲，我追上大家的脚步，每当晓看天色中远山晕出的青黛，当饭钱聆听这样的音乐，当闲暇暮看云间这样开的烈焰，我总会想起军训时种种场景，耳畔总会想起有力的脚步声，集训磨砺我的意志，修养我的品行，使一簇迎烈日而生的花在这收获的季节，在我的心中绽开，比任何美酒都要芬芳，不屈的精神，从此万寿无疆。

**高一学生军训总结感悟篇7**

我们欣赏过凌晨六点的日出，惊叹于傍晚七点的日落，仰望过夜晚十点的星群。一道道迷彩的身影是红色教学楼前最亮丽的风景，整齐的步伐，嘹亮的口号，是青春的证明。军训虽已结束，但那军人的精神仍萦绕在我们心头——流血，流汗，不流泪。我们扛过身体的疼痛，扛过烈日的拷打，扛过教官的严训，始终没有放弃，坚持到了最后。虽然我们不能像真正的军人一样保家卫国，但籍籍无名的，也是英雄。

我相信，这种绝不言弃的精神一定会延续到以后的学习当中去，遇到难题不放弃，努力去攻克。这是的青春吗？不是，但我们仍然可以与之共舞，去冲破去呐喊，去勇敢的追逐梦想。少年们的青春本就应该是肆意张扬，充满斗志与干劲的。希望我们可以通过这短短的军训去发现并追逐自己的目标，用梦想填充我们精彩的高中生活！

**高一学生军训总结感悟篇8**

作为一名高一年级的新生，我迎接了我人生中第二次军训，虽然目前为止军训只有两天，但我感触颇深。首先，站军姿的确很累，但是它却能磨练我们的意志，让我们变得更坚韧，更有毅力。教官的一句话很触动我心，他说过坚持不住的时候就再坚持一下，是啊，再坚持一下，其实就是在不断突破自己的极限，不断的超越以前的自己，更是在不断的成长。其次，通过训练站军姿以及其他动作，我明白了打好基础是一切的前提，只有打好基础，以后的事做起来才不会困难，不论是生活还是学习基础都隔外重要。最后，军训让我明白许多道理，譬如尊重他人、团结集体、关心他人等。

军训是我们人生中宝贵的一课，我们可以在军训过程中学到不少东西，这些对我们以后的生活及学习都是很有帮助的，我相信经历过军训，我们以后就会更有毅力，不会放弃，不会屈服，更不会被通往成功道路上的困难所打败。

**高一学生军训总结感悟篇9**

红绿交错的土地上，自下而上蒸起腾腾热气，刻薄的紫外线向毒针一般扎在娇嫩的皮肤上。操场上一块块整齐的方队分布在各个地方，纹丝不动，唯有听见汗水滴落草地的声音，土地凝固了，空气也凝固了。

我是这几千名中并不起眼的一个，尽力让自己的每一部位都做到教官要求的那样标准，却往往力不从心：双手手指总是合不拢，脚跟刚贴不一会儿又分开了，下意识的想低头……我总觉得我的军姿还不够标准，肘、膝盖和脚踝上的酸痛感就如潮水般涌来，一开始还能吃力地坚持下来，渐渐的我就咬牙切齿的撑着，终于忍到了下令休息的那一刻，下一轮又继续疼痛……一种想法从心底出现：站军姿真不是一般人能坚持下来的！

这句话令我回想起军训开营典礼时敬爱的郭校长说的话“军训是为了磨练学生的意志，让同学们养成遇到困难坚持克服，善于忍耐的习惯”，这时迟钝的我才真正体会到了这句话的深层含义。

傍晚的我拖着满身疲惫的身体走进班，好像身后的阴影也拉长了，老师在晚自习上播放了20\_年庆祝建军90周年的阅兵式。黄沙漫漫，朱日和训练基地在晴空下透露着庄严的气息，军人们站姿飒飒，机车装甲凯凯，主持人雄浑气势的朗诵，仿佛将我们带入了辛弃疾沙场秋点兵的情境中。\_严肃的检阅三军战士，将士们洪亮威严的声音像随风飞舞的黄沙传向远方……我深深地感受到了军人随时投入战场的紧张和严肃，原本疲软无力的身体早已拦不住激动不已的心。他们在如此恶劣的环境下训练，被赋予着保家卫国的使命，相比只站了一天就喊累喊苦的我，他们坚韧不拔的优秀品质值得我们每一个人去学习。

想起刚过去不久的暑假生活，我好吃懒做，不求上进，一遇到难题，便撒手不做了，真是虚度了大把时光，真真懊悔不已！我们头顶着广阔的蓝天，军人们也在空旷的一片蓝色下挥汗如雨，但他们能够坚毅地正立在地上，承受着自天而下的责任，而我们正在坚持着不在蓝天下弯背驼背，捶胸顿足。

**高一学生军训总结感悟篇10**

高中开学的第一天就迎来了为期一周的军训课程，经历过初中军训的我们原本认为高中的军训也不会难到哪里，可真正经历之后才体会到其中的艰辛。高中的军训在各方面要求都极为严格，最基本的站军姿要求细致入微，顶着烈日纹丝不动的站军姿，那燥热的天气让人汗流浃背，汗水浸透衣服粘着衣服十分不舒服，对我们的身体也施加负担，让我们苦不堪言，不断有人因坚持不住而晕倒。

军训虽然严厉，但对我们有极大的益处，锻炼我们的身体，磨练我们的意志，让我们体会到军人的辛苦。许多的同学带病带伤，坚持军训，体现他们不屈的精神与顽强的斗志。正如那句话，不经历风雨，怎么见彩虹，正如学习，学习是一份苦差事，枯燥乏味，若是没有强大的毅力，如何在繁重的学业中坚持下来，所以请记住，坚持，坚持就是胜利。

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！