# 高一新生军训心得体会（专业20篇）

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-03-08

*通过总结，我们可以更好地发现自己的优点和不足，为今后的发展提供指导和借鉴。要写一篇较为完美的心得体会，首先需要明确总结的对象和目标。欢迎大家阅读以下心得体会范文，希望能为大家写作提供参考和启发。高一新生军训心得体会篇一中考考的还算不错，得到...*

通过总结，我们可以更好地发现自己的优点和不足，为今后的发展提供指导和借鉴。要写一篇较为完美的心得体会，首先需要明确总结的对象和目标。欢迎大家阅读以下心得体会范文，希望能为大家写作提供参考和启发。

**高一新生军训心得体会篇一**

中考考的还算不错，得到了一个令人骄傲的成绩，成功的踏入了县一中。但是进入高中之后，迎接我们的不是欢呼雀跃，而是一次令人印象深刻的军训。这次军训让我认识到了什么叫做毅力，什么叫做坚持。它打磨了我的锐气，也让我逐渐能够正视这段高中时光。高中的确是要去珍惜的，就像我们的军训一样，在经历的时候总觉得痛苦不堪，但是一旦逝去，又觉得懊悔万分。唯一能改变着一切的，就是好好爱这段时光，好好珍惜这段时光。

军训前夕，我们同学彼此都认识了一次，来到一中的同学成绩都是非常好的。虽然我认为自己取得了一个不错的成绩，但是放到这个班级里，我立刻便显得黯然失色了。班上很多同学以前都是认识的，我是从乡下中学进来的，没有什么认识的人，随着自己慢慢的去接触，我也逐渐有了一些朋友，在这次军训当中，我们互相帮助，互相鼓励。

还记得在草地上站军姿，我整个人都有些虚脱了。平时我就是一个不太爱运动的人，这次军训确实让我认识到了运动的好处，那就是有更强的意志力，以及还有一个很棒的身体。站军姿是一件很痛苦的事情，头上的太阳很大，我们所有人脸上的汗不断的往下流，身体笔直地，一动不动。我看着身边的同学有的倒下了，有的还在坚持。其实看到其他同学倒下的时候，我的心也开始动摇了，我确实坚持不了了，但是我也好像还能坚持，所以我一直没有去突破最后那道防线，一直都在坚持着。

其实每个人的韧性都是很大的，很多时候我们绷着神经都是可以坚持下去的。有的人选择了放弃其实并不是因为自己坚持不了了，而是因为自己选择了放弃。这一点对于我们的学习也是非常重要的。没有到完全绷不住的那一刻，请你一定不要选择放弃，放弃不代表可以继续，一切都归于零，只有重头再来。

虽然今年的我只有十五岁，但是我的心智已经足够成熟了。我知道自己要做什么，我也知道父母对我寄予了怎样的期望，我知道自己的小缺点，也知道自己擅长的部分。我该怎么去改变，该怎么去坚持，一切都看今后的自己。感谢这一次军训，让我领悟颇多，也让我认识了一些很好的朋友，我相信这三年的高中会越来越好，感谢这一切的相遇，让我们未来继续相伴。

**高一新生军训心得体会篇二**

中午，同学们肚子饿了，劲也不知上哪儿去了，叫苦连天，忍不住双腿的酸痛，对军训有一点灰心丧气。休息后，个个前俯后仰，双腿又软又酸，浑身没劲，真想退回去，可又于心不忍，只好像一条条虫子一样在床上蠕动，各自诉说着辛酸史。但身上无数条血管里的血液仿佛在急剧滴血，似乎在劝说不要委屈了自己。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，即使那路每上步都是那样的泥泞、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。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪慢的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

通过军训，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不需要靠父母扶着走，我觉得我所走过的每条路，都留下自己的足迹。因为我们已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。这样我们的路会愈走愈宽，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。否则，我们的前途是暗淡的，理想是遥远的。我相信终有一天，我们的这一代能够有出息，会有出人头地的那一天。

今天是军训的第一天，虽然只是第一天，但是已经能感受到教官的严厉。我们在饭堂门口站了半小时军姿才允许吃饭，教官面目狰狞的在我们身边转悠，稍微一动就劈头盖脸把你骂一顿。所以大家都站得笔直，教官一走开才动作迅速的擦汗。

今天主要是考入学考试，但是教官仍然是一丝不苟让我们排队，很明显这就是铁的纪律，我们穿上了军装，就应该像一个军人一样，遵守纪律，服从命令。对明天的训练，我充满了期待，我相信我们一班的同学一定会很好的完成训练目标，为班级争光。

今天是军训的第三天，终于没有刚开始的新鲜感。所有的感觉只有酸痛疲惫和麻木。住习惯了高床软枕。穿惯了纯棉布料习惯了以前的学校。一切的一切除了刚来时的新鲜感更多是诸多的不习惯。望教室里一张张陌生的脸很多都还是叫不出名字的。宿舍也从2楼变成了7楼宿舍的同学也从八人变成四人。一间宿舍里大家都从不同的地方来。难免会想以前的同学。想念家里的人。想念以前学校的点点滴滴。每到这时心中会有不少的惆怅。所幸这里的同学们都蛮友善。军训的这几天有枯燥有汗水有疲惫但不乏有了自信。在一次次练习立正。稍息。左右转。起步走。平常走路习惯了，现在特不容易集中注意力。教官随时发出命令都要执行。稍慢是不行。刚开始练习是错漏百出经过几天的练习。我也更有了自信，一次次的转身变得更加轻盈了一次一次的口号也更加响亮了。一次次立正也更加笔直了，内心有了一种力量，让我开始期待后天的汇报演出。

今天是军训的最后一天，总体来说是最轻松的一天了。我们的谭教官是一个外冷内热的人，刚开始见到他的时候总会被他脸上的刀疤和严谨的脸庞所吓倒，几天的相处下大家都对他产生了友谊，他总是说话的时候眨眨眼睛生怕说错什么话，谭教官对我们的好事从每一个细节说起，别人班的教官总是不许大家稍稍的活动，而谭教官只要看到我们豆大的汗珠落下总是不忍心的叫我们活动活动，每一次我们的起步走，不管教官多辛苦，他总是一遍一遍的坚持喊口令，看着教官沙哑的嗓子心里挺心疼教官的，谭教官是第一个叫我如此敬佩的教官，他不仅谦虚用特殊的方式使我们心身都受到了陶冶。最后一天大部分时间都是让大家调整心情准备明天的汇报演出，所以就练习了几遍。今天是和教官最后一天在饭堂吃晚餐了，想到这几天的经历，开始不希望教官离开我们。看着大家齐心的努力，带着有些期待有些紧张度过了这一么一天。

“起床了，快起床”，在生活老师的催促下，惊醒了睡梦中的我。我赶紧穿上衣服，叠好被子，和室友们以最快速度奔向操场。晨曦中，我看见了同学们早已整齐地排好了队，个个精神抖擞。由北大附中组织的军训的序幕就在这里拉开了。

我们的教官姓陈，名军，个子高高的，我对他的印象是———很和蔼。今天的内容是队列训练，训练的是站姿，“头抬高，腰挺直，双手放在大腿两侧”，别看站军姿简单，要是叫你一动不动地站一两个钟头，肯定受不了。在教官口令中，训练开始了。教官一开始就给我们来了个“下马威”，让我们在原地一动不动地站一个小时。“啊？要这么久。”“再说就再加时间。‘无奈，只好站呗！一开始，同学们个个都非常认真，一会儿大家就显得有点不自在了。只见有的同学再抓痒，有的双手抱着膝盖，直叫腰酸腿疼，反正都是一副懒洋洋的样子。教官看见我们这副模样，吼道：“刚才动了的人马上去做一百个俯卧撑。”“唉！我刚想动一动，但听到教官说的话便不敢再动，可我这也痒，那也痒，只想挠挠，但我也只好忍，忍，忍。时间过的太慢了，我脚和手以有些麻木，但看到被受罚同学的样子，真是“惨不忍睹”，我自然也不敢轻举妄动了。

“好了，可以休息了。”“耶”在一片欢呼声中，单调枯燥的站军姿终于结束了。“唉！终于重获自由了。”我这时回全身都痛。对教官恨得咬牙切齿，恨他对我们这么严厉，恨他没有人情味儿。他在我脑海中美好的印象全破坏了。这五天来，我都可以听到都在叫苦连天，但同学们依旧坚持训练。

军训快结束时，北大附中组织了汇报表演。表演过程中，很多学生家长都来观看了表演，但天有不测风云，使得我心情紧张。虽然天下着雨，但同学们依旧动作迅速，专心致志的参加队列表演，受到了部队教官和学校的赞扬，“附中学生———”响亮的口号响彻在训练场上空。

汇报表演完毕，我们便和教官合影。这时，我却觉得对教官们依依不舍，舍不得他对我们的严厉，舍不得他们的笑容。忽然，我脸上滚落下一滴水，不只是雨还是泪。

**高一新生军训心得体会篇三**

升入了高中！我原本以为，只要成绩好就能上好中学，可是我错了。一进入中学我才知道，原来还要进行我想也不敢想的为期一周的——“军训”！

经过考试，我被分到了十排，先给大家介绍介绍我们十排吧！十排大约有60人，带领十排军训的，是一位年仅十八岁的教官！在我看来，这是一位集调皮、搞笑、帅气于一身的教官！才看见教官时，我以为军训并不像我想象的那样可怕，因为教官一见我们就乐呵呵的，给我们一种亲切感！可是教官始终是教官，原来在亲切的\'背后，教官还是一个严格的人呢！

听以前的大哥哥说，军训像个五味瓶，酸、甜、苦、辣、咸样样都有！可是训练了两三天后，我实在没有感受到“甜”在哪里！因为这几天，我们不是跑步就是齐步走！最痛苦的是“站军姿”！每天都在被晒得滚烫的塑胶操场上站，最少也是15分钟，还不能动！这令我和同学们十分苦恼！到第五天的时候，同学们都十分开心！因为军训在今天就要结束了！下午，全体汇演结束后开始为优秀训练生颁奖，当我把奖状拿到手上时。心里顿时被一种幸福的滋味占据了！我突然明白，大哥哥们所说的“甜”，就是军训后的成就感！这比吃了蜜糖还甜呢！

回想起那短短五天军训的日子，回想起那和教官一起训练的日子，我还真有一点舍不得呢！是呀，军训虽苦，但它使你获得的宝贵财富，是有钱也买不来的！那是什么财富呢？只有军训了才知道！

**高一新生军训心得体会篇四**

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我明白教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢我觉得自我应当做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

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。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性，我相信，无论在哪个岗位上它将使我终身受益。

xx说过：“顽强的毅力能够征服世界上的任何一座高峰。”军训的困难，是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

**高一新生军训心得体会篇五**

“相聚xx情满xx xx我们的理想”这句歌词是在xx学校20xx年高一新生国防教育活动开营仪式结束时的一句歌词。

后面班主任告诉我们这是我们的校歌，充满爱的歌词配上动人的旋律陪着我们一起开始了为期7天的军训。

回想过去的2天军训，我们有过抱怨，有过想回家。但更多的收获是坚持和毅力，今天第一项是整理内务。哦，没想到平时看着军人们的被子叠得那么整齐，原来这么难叠啊，可是在教官的手里就像一块面一样听话哦，我反复叠了好多次还是块烂豆腐哦，教官就不厌其烦的给我们讲要领，我记着教官也说过要三分叠七分整，所以我按着教官说的认真整理，功夫不负有心人，被子终于在我的一头汗水下整理完成。

接下来我们就是真正的室外训练了，齐步走、正步走、军体拳、还有拉歌……听着教官在烈日骄阳下用沙哑的声音喊到：121、121、1—2—3—4—我们留下了汗水。

身体酸痛的好像也不听使唤了，可严厉的教官还是要我们真正做到站如松、坐如钟的境界。没办法，我们只有坚持了，因为我相信“一分耕耘一分收获，有付出才有回报”。

我们虽深感军训苦，但学到很多。它是苦中有乐——苦，是皮肉的；乐，是心灵深处的。通过军训，我们丢弃了那些懒散的习惯，学会了正确的人生观。最重要的是我们发现了自己内在的潜力，看似一些做不到的事情只要坚持都能完成。

所以我们要了解自己，挑战自己，制定出对自己有挑战性的目标，并充满热情，拿出信心和行动去完成它，我相信，经过奋斗，我们一定会“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。

**高一新生军训心得体会篇六**

人生就像旅途，坐在车厢内，看着窗外的风景。而这次，是别人看我。

由初三升高一，我的心情是很紧张的，面对周围的同学，我真的是不知所措，只希望能及时跟上班级的步伐。在紧张之余，军训开始了，跟着全班同学一起乖乖地完成教官所给的任务。这天早上不是阳光灿烂，而是天还没亮就下起了大雨。我们迈着整齐的步伐，抬头挺胸,那颗火红噗通的心不是捧在手心里却像是悬在头顶上。教官的严厉，面无表情，让我有一种成功感，因为我曾经的随意被压制住了，我喜欢这样的.自己，我喜欢这样的生活。生活总免不了困难和挑战，解决困难就像军训的步伐,总有一定的规律，我也希望这种规律性能够更好地铸造将来的我!

在班级里的归属感也逐渐漫延至扶中，校园里有优秀的老师,礼貌的同学，还有一番美景，这何尝不是别有一番韵味的世外桃源啊!我在成长,扶中也在成长,我会和扶中一起创造一个更完美的自己。

**高一新生军训心得体会篇七**

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。回想我们去年的日子还真伟大啊，那响亮的口号还在脑子中回荡，自己在军训的时候还没有觉得什么，但是今天看到学弟学妹们大汗漓漓的才知道那是苦后甜的磨练啦。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。初中时代的军训纯粹是游戏，仅不过是一种锻炼；高中的军训截然不同，性质也得以升华。长达一星期的高中军训，让我明白太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

在无情的阳光下，我们都在面对阳光在站军姿。太阳光晒在皮肤上是火辣辣的，晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。虽然如此，但大家都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出的汗水越多，意志越坚强就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样，我还是相信雨后肯定有彩虹的。

**高一新生军训心得体会篇八**

“寒风飘飘落叶，军队是一朵绿花”这首歌唱出了多少军人的心声，也成了我认识这次军训的目的所在。军训对于大家来说，这并不是一个陌生的词，但对于一些同学来说，军训是受苦的。而我认为这是学校给我们一个考验自己锻炼的机会。

高一开学前，我们来到学校参加军训，一进校门就听见一些哥哥姐姐们一轮军训的严酷，可是我还是没有打退堂鼓咬牙坚持要参加军训。

训练刚开始的时候， 教官就给我们来了一个下马威。教官说：“一不许闹、二不许笑、三不许开玩笑。”第一个训练的项目就是站军姿，可以归纳为四句话：“站立脚尖分成八、双手紧贴裤缝，抬头挺胸向前看，站立不动是关键。”军姿是庄严神圣的，我们静静的站着，仿佛我们不是学生而是军人。开始站立的时候同学们难免会东看看西瞧瞧。教官见后说站立就如松哪怕在高高的悬崖上也要直立生长，方向不变等等。

虽然训练有些枯燥乏味，但同学们还是最喜欢休息的时候，那时是我们最快乐的时候教官教我们拉歌、唱歌，使军训的生活充满了欢声笑语，同学们和教官的距离一下子拉近了很多。

当军训接近尾声的时候，我们要进行阅兵式，大家很努力的完成这圣神的使命。

告别了军训，我们感慨万千，对这次的军训生活依依不舍。从中我也领悟到了：

别忘记了生活的路正长。

别忘记了青春的火正旺。

迈出沮丧的`怪圈吧！阳光下，

尽展你迷人的微笑，

用微笑面对生活吧。

**高一新生军训心得体会篇九**

半个月的军训就这样结束了，让我体会很大。

吃苦不一定能成功，但是成功一定是吃过苦的，这十几天的军训，有苦也有甜，有句话俗话“先苦后甜”没有付出，那来的收获，还没军训的时候，我认为军训是件好玩的事，在x号的\'晚上，看到上夜班的同事集合时，第一就可以看出“严肃”两个字来，快、静、齐，都到位，并不是自己所想像中的玩，后来调到xx，说实话在这里军训是比较累的，我印象最深的就是在这里军训的第一天站军姿的时候，一站就是一个钟，双脚都动不了，又麻又痛，心里就开始想，从来都没有受过这样的苦，当时眼泪不知不觉就流出来了。休息的时候，我觉得自己这次好失败，同样是女孩子，同样的训练，为什么人家就那么坚强，这时也教训了我，不要那么脆弱、要知道现在是出来工作了，要学会坚强、学会独立、要坚强，天下没有什么事是做不到的，只要自己肯去做，别人能做到的自己也能做到，这是军训第一次哭，也是最后一次哭。

一天天的的军训，这觉得自己也在一天天的长大，军训那么久，我们学的并不是很好，从中体会到集体中要团结，要懂得配合，军训是在吃苦，也是在锻炼一个人的意志力，我时候提醒自己即然选择来了，就不要放弃，一个人要想成功，必须先在吃苦，在奋斗才有得成功，所以我们现在吃这点苦又算得了什么呢？细节方面可决定一个人的成败，不管走到哪里我们都要细心，也让我更懂得怎样去尊敬一个人，真的很荣幸能进入xx，通过这次军训让我收获很大，希望接下来的工作能让我学到更多的知识。

**高一新生军训心得体会篇十**

进入高中之后，我们在进入学校之后几天就开始军训了，其实我知道是有军训这一回事的，但是我没有想到的是，军训会比我之前想的更艰难。在这一段艰难又奋进的日子里，我终于明白了军人身上的使命，每次看到教官昂扬挺拔的身躯时，我也明白了一个人所有的气质都是慢慢累积起来的，就像军人的身上有英气，我们学生的身上就应该具备着一股书生气，这是漫长岁月为我们积累的财富，也是我们在这一路上所取得的成绩。刚开始军训的时候，我是完全受不了的，因为我从小就没有干过什么苦活，也很少出门运动，我就是一个很宅的人，喜欢画画，喜欢写作，喜欢和安静打交道，这一次我原本以为进入高中之后就是可以安安静静的学习了，但军训这一次大动荡还是把我荡醒了，让我明白，一个人不可能永远在书本上活着，我们还需要去探索现实，探索身边的一切。这样，我才有可能成为一个更加胸怀广阔的人，才有可能为我们的.民族、我们的祖国贡献出最大的价值。

虽然自己并不能很快的克服这些问题，但是我还是在很努力的做着。一开始站军姿，我五分钟都坚持不了，到最后，我已经能够坚持半个小时左右了。站军姿是一件很煎熬的事情，站完之后双腿麻木疼痛，也确实让人难以忍耐，但只要自己的内心足够坚定，这些苦难还是可以克服的，这也是军训这段时光所教会我的东西。

军训虽然结束了，但是那颗军训的心一直是在的，保持一份阳光，保持一份活力，这才是我们这个阶段最真实的模样，我比之前更加开朗活泼了，也不再每天沉浸在一个人的世界里，开始学会和外界多去交流和沟通了。是这次军训改变了我，让我拥有了一个更好的自己，所以真的很感谢所遇的一切，未来我会继续奋斗的。

**高一新生军训心得体会篇十一**

来到这里的第一天，大家对彼此都感到陌生与好奇，不说话时的相视一笑，就让人感觉到无限的暖意，于是，我明白了，微笑是拉近人与人之间距离最好的方法。

让我印象最深刻的是那个来自马来西亚的回国华人教师happy。她的微笑如春风般地唤醒了我的心田。扫去了我心中离家投入到一个陌生集体的阴霾。她让我明白了原来水也是有感知的，它的结晶可能因为你的一句类似“混蛋”的脏话而变得丑陋不堪，也可能因为你的一句赞美的话语“你好美哦！”而变得如雪般地美丽动人。所以我们与别人说话时要注意自己说话时的语气，别人有可能会因为你的一句话而变得痛苦不堪，也有可能因为你的一句话整天都可以保持愉悦的心情。

她让我知道了原来人们已开发的脑部可用资源只有5%，而剩下的95%是需要我们自己去开发的。这就是人类所存在的潜能。老师放映了许多的视频告诉我们人们的潜能可用通过鼓励，压力和诱因激发出来的。所以我们每个人都要相信自己，努力地开发，挖掘自己的潜能。

然而，让我印象最深的是happy老师给我们上的那节关于坚强与自信的课程。一个名叫力克的天生就没手没脚的外国人，他曾经因为上帝对他的不公，别人对他的嘲讽而想要结束自己的生命，后来一个小女孩给了他鼓励，这使他从此振奋起来，更加地自信坚强，后来成为了一个很有名的人物。所以我们不要吝啬对别人的鼓励，因为那样可以振作一个人，拯救一个人。相对的，我们作为四肢健全的人对社会不要有太多的抱怨，当遇到困难时，我们要选择坚强，勇敢地面对和挑战。并且每个人都有自己的长处，我们不能自卑不能软弱要坚强，要自信！

**高一新生军训心得体会篇十二**

军训是每个人高中生涯的必修课。身为刚步入高中校园的我们，现在就接受着军训的磨练。

秋高气爽，天空湛蓝，跑到旁一棵棵香樟树屹立不动，就像我们挺拔的.身姿，每个人都用饱满的精神进行训练。

军姿是所有行动的基础，挺胸抬头收腹听起来很简单，但事实却是残酷的，要一直保持标准的姿势不动，还要随着教官的指导纠正姿势，我们要打起十二分的精神应对，通过站军姿，自己的耐心和注意力也得到了提升。

接下来就是一系列的动作。从基础的稍息、立正，到需要考验我们之间默契的齐步走，虽然只军训了两天，但同学们间的默契度都增强了不少。

经过军训的磨练，同学们也成长了许多，这样发展下去，我们班级将会在每个人的努力下越变越好，我相信只要我们用足够的激情、意志，喊着铿锵的口号，在汇操表演中一定能取得优异的成绩。

汗水流进眼里，那是对我们的洗礼，教会我们坚强；学会让眼泪流进心里。那是青春对我们意志的考验，教会我们自信；苦痛自己承受，那是成长对我们筋骨的打磨。军训我们面临精神肉体的双重考验，只有战胜自己的惰性，才真正战胜自己。

凤凰涅槃，方能重生。历经军训才能让我们出彩，让我们重生，翱翔于天际。

**高一新生军训心得体会篇十三**

军训真的结束了，我感到的不是再也不用军训了，而是浓浓的不舍，不舍教官，不舍军训的日子，不舍大家一起为了同一个目标而去努力的时刻，但终究要和教官分别了，而我们的军训也是让我收获到很多，让我更加的懂得吃得苦，那么收获的也是会更多，而坚持下去做到的也是会让自己有很大的成就感。

其实在军训里面坚持住真的很不容易，刚开始的军训，我想了很多次的要放弃，但是我不想做头一个，可能也是很多同学都是这样的想法，慢慢的我们坚持下来了，一分钟一分钟的过去，每一秒感觉都是煎熬，但同时也是让我们更加的明白，不去放弃，最后也是会让我们很有成就感，这么痛苦的事情我们都能做下来，那么学习之中遇到的一些困难其实也是不算困难了，高中会是辛苦的，但是经过了军训我感觉最苦的日子已经熬过来了，以后遇到什么都是不会放弃，不会觉得真的做不来，只要愿意去坚持，我想我能收获的也是会更多的一些，而此次的军训也是让我们的身体得到锻炼，心里更加的懂得坚持的一个意义是什么，也是明白的确我们要付出很多，但是同时也是在这过程之中锻炼了，结果也是不错的，最后的会操我们也是拿到了不错的名次。

想要做好，除了我们自己的努力，同时也是和同学们一起去团结在一起，一起达成一个目标愿意去努力而有很大的关系，我们来自不同的初中，能到一个班级，其实也是很有缘分的，而想要相互的帮助，去认同，去认可彼此其实不是那么的容易，但是军训也是给予了我们这一个机会，让我们迅速的成长，愿意去为班级的一个荣誉而争光，而我也是在军训里认识了很多新同学，和他们成为了朋友，彼此之间也是有了一些新的话题，在今后也是会在学习之中有更多的接触，去相互的帮助。教官的严厉，而今回想起来也是特别的感谢，正是由于教官对于我们训练的严苛，才让我们有好的成绩，同时也是体会到军训带给我们的一个成长，让我们的身体和心理都是得到很大的锻炼。

感谢教官，也是感谢我们自己能坚持下来，而老师也是一直陪伴着我们军训，给予了我们很多的关心，此后的学习之中也是要记得在军训中的收获去学习好，去克服困难来让我们的成绩不断进步。

**高一新生军训心得体会篇十四**

军训对于每个同学来说或许都是“苦，累，黑，严”的印象，当然这其中也包括我我也怕军训，我也不想军训，或许军训是要存档的缘故，我才会参加的，对于我这样一个怕苦怕累，又比较懒惰的人来说，军训简直就是地狱。但，还是没办法，还是去了。

教官不是一个特别帅气，但眉眼中却又很亲切的一个人。第一天去，教官依旧是给我们讲制度，这对于多次来\_教育基地的我来说是非常不陌生的，因为每次来这里都是讲这些东西，然后就是训练站姿和坐姿。要说军训可是好多讲究的说。什么五指紧贴裤缝，腰板挺直，肩膀后张，眼看前方，半天的站姿训练完后大家都脚疼，也许是鞋子的缘故，还有就是我们做的不好的时候，教官罚我们做蹲下起立，一次二三十个，膝盖都直不起来。甚至有的同学说军训就是来整人的，还有的说这鞋子比高跟鞋穿着还难受，说来也是，这些都是同学们私下的悄悄话啦!

一天的军训下来大家都是筋疲力尽的，浑身汗臭这还不说，寝室里洗澡的喷头水特别极其以及非常的小，有的同学开玩笑说都可以用手把水挡着了。所以大家都是从外面打水回来洗，这也没办法，“入乡随俗”呗。

这随后的几天教官们就开始教各种步伐，也是军训中最重要的组成部分，为了达到步伐的最好效果，每天都会重复与昨天一样的动作，一开始的新奇就渐变成了随后几天的无聊的心情，甚至到了厌烦的程度。不仅仅是这样，如果要达到标准的动作，就不能随随便便的，而是要付出很大的力气和努力，加上我们平时本来运动时间和运动量就很少，所以很容易疲惫和身体各个部分的酸疼加之教官的处罚，那膝盖叫一个疼啊，导致我们有时坐下都站不起来。有时下雨，教官们就会在凉棚中饭交我们唱歌，几个班一起比试，一起玩耍，那种感觉比训练好多了，有时教官们还在一起互相调侃。好玩极了。

为了最后结营仪式时评上“优胜班级”.在最后一天的正步练习大家都格外的努力与认真。为了那天的仪式，教官们还为我们编排了军歌表演与军体拳表演，在烈日炎炎下，我们都认真的练习着。哎，大家的怨言都埋在心中…回到宿舍大家只能叹息自己的苦衷：“我又晒黑了，我这里疼……”是啊，大家一天都不容易，每天洗完澡还要出去训练到10点钟，早上6点就要起来。所以大家只能盼星星盼月亮盼回家……前一天的文艺活动是大家最开心的时候，是最放松的时候，没有约束，没有压力，都在尽情happy着，都好像没受过艰难的“折磨”一样，那么活跃。最后一天的到来时最放松也是最劳累的一天，我们表演着早已烂熟于心的节目来博领导一笑，同样，也是对我们这些天努力成果的展示。

是的，\_班做到了，那是我们表演的最好，最成功的一次，多少天的努力有了收获那种感觉这的很开心，那是我们大家的成功!一个集体的成功!军训中，我明白：没有团队就没有成功。虽然由于某种原因最终我们没有获得优胜班级旌旗，但我们知道用行动证明了：我们已经是一个优秀的班级!团队精神永远是我们\_班前进的不竭动力!\_班，加油!

转载自 FANWEn.ChaZIdian.CoM

这次军训，我收获很多，不仅是友情，还有大家的互相照顾，扶持，人与人的那种本能的性情，还有团队精神，一颗火红的青春的心。

**高一新生军训心得体会篇十五**

太阳高挂在苍蓝的\'天幕上，视野范围内没有一丝云絮的遮挡，明晃晃的阳光因而毫无阻隔地照在头顶。

“稍息！立正！五分钟军姿！现在开始！”随着教官一声令下，同学们立马调整好姿态，像钢板一样立着。

“你们现在就是一个整体！只要有一个人动，就加一分钟！站好了！”我心想“不就是五分钟吗？平常体育课可有四十分钟呢！这点可难不倒我！”但是随着时间的流逝，酸痛侵蚀着我的意识，脚下发软，汗水从背上汩汩淌下，带来一阵酥麻的感觉。

我小幅地摇摇头，将意识从崩溃的边缘拉回来，用最标准的姿态站好军姿，咬牙坚持着。“好！放松一会吧！”仿佛天籁般的声音传来，我松了一口气，轻轻移动着手脚，一阵阵酸痛让我倒抽一口凉气。

今天，是军训的第二天。结束后，我仔细回想，其实军训并没有我们想象中的那么简单，它不仅需要我们自己坚持不懈的精神，还需要整个班级体团结互助。

虽然对于很久没有运动的我们来说，军训很苦，但是“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨”。

我相信“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。军训是起跑线，无论前方有何荆棘，我们必将创造出属于我们自己的辉煌！

**高一新生军训心得体会篇十六**

转眼间，期待已久的x天军训就在今天结束了。在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。

回想军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们之中大部分都是90后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会了什么叫“坚持就是胜利”。在训练场上，我们预着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的高中生。军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。军训不仅仅是简单的队列训练，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。

军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，不再只顾着自己。军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。是我们高中生活的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。它把军人的气质悄悄的刻进了我们的骨髓，融入我们的灵魂，它己在我们的心中默默的生根了。不经历风雨怎能见彩虹，没有苦寒怎能得梅香。在这次军训中我学到知识，训练中受到教育，磨练了我的意志，锻炼了我的身体，提高了我军事素质。军训让我更有勇气面对社会，承受压力。燃烧的永远是热血，不朽的永远是信念。

高中三年，我会用军事精神去度过各种困难，用梦想创造可能，用理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨创造辉煌。

**高一新生军训心得体会篇十七**

从站军姿开始练起，平时一个个简单的`动作在无形中加入了无数的规则，稍息、立正、左右看齐、向前对正、齐步走……短短几天，看着无数的难关被我们一个个地克服，不仅内心收获了喜悦，也更要感谢教官们辛苦付出与朝夕陪伴，不断地培养着我们吃苦耐劳的精神，使我们今后的学习也有了动力，有了方向。

军训是一次挑战，是一次锻炼意志的机会，战胜自我的最佳良机。这里有一种纪律叫绝对地服从，这里有一种口令叫一切听从教官的指挥。过程虽苦，却考验了我并告诉我要坚持到底。通过军训，能让我感觉到作为一名军人的辛苦与不易，他们是国家的顶梁柱。在今后的学习与生活中，应继续发挥不怕吃苦，不畏艰难的精神，勇敢地面对一切。

**高一新生军训心得体会篇十八**

今天是8月19日，也是我们来到军校的第一天。今天早上经过漫长的路程我们终于来到了军训的目的地。到军校后，我们便开始了这次军训的第一课——站军姿。站军姿，是作为一名军人所有动作的基础，站军姿也是最能体现出军人昂扬的精神面貌和品质的。

接下来，我们进行了隆重的开营仪式，在主持人富有激情的讲话中，各领导人进行了精神简略的讲话，我们进入午饭时间，下午由于下雨问题训练都很简单，这天我们过得很充实很轻松，充实的感觉源于训练中的收获。

后来的日子越来越难过……。

第二天，可能是因为还没习惯作息时间的原因，所以很多人都迟到包括我也不例外，总教官因这么多人迟到生气了，他让我们双手抬平做深蹲50个，当做了40个的时候我撑不住了双腿发软，我很想打报告出例不做，但我没有放弃，尽管双腿发软我还是坚持住了，我明白了坚持就是胜利，总教让我们在今天学会唱团结就是力量，在吃午饭前检验，很快到吃午饭的时间了，他让我们一起唱团结就是力量，我们唱了两次才过关，他让我们喊到喉咙哑。

第三天，早上一起床腿疼得弯曲不了，我们很迅速集好了队，为了不让总教官有机可乘我们都很快，他让我们站军姿，说有一个动你们就够呛的。汗水从头上流入眼睛，流入嘴巴，不能擦，只能让它流走，在从中总有那么几个人在动，总教官又让我们双手抬平做深蹲，到了晚上我们看了\"让世界充满爱\"这部演讲，我哭了，我想家了，想亲人了。我埋没声音地哭，真的很想父母，父母也一定很想我们！

就这样持续了几天……。

这次军训我明白了辛苦的经历更能磨炼人的意志，苦其心智方让人有所势！

**高一新生军训心得体会篇十九**

让人期待又畏惧的军训在今夜悄然拉开帷幕，与新老师、新教官一起到来的，还有青春气息萌动，向内心传递的破茧的信号。

第一天，万象伊始，一切问题都还亟待妥善安排和处理。朱老师豪情满怀的寻觅“指挥部”成员，号召之下，几位同学勇敢上台写下自己的名字，我却仍处在对新环境的陌生和胆怯之中不敢踏出这一步。

很快，又一个机会摆在了我的面前：选出一位拿班旗的同学。全教室同学面面厮觑，可忽然一道小小的声音从灵魂深处传来：“我要蜕变，我要出彩！”一瞬间，一股意志牵引着我的手，使其高高举起。“老师，我来！”沉稳有力的`声音从我胸腔中发出。当神圣的班旗接过我手中，看着旗面上印着“xx中学xx班”一股强烈的集体责任感充斥在我心田，脑海中显现出一句话：“人在旗在，旗亡我亡！”

吃饭、回寝室，班旗无时无刻不在我手边。晚训时间教官初显威，还未适应的身体传来阵阵酸痛，但我无所畏惧，就让班旗见证我的蜕变，让生命、让青春在接下的六天破茧，无畏闪耀！

**高一新生军训心得体会篇二十**

几日前，带着些许期盼，带着些许紧张，怀着复杂而矛盾的心情，踏入了学校。那时，还未曾预料，在这短暂的训练过程中，获益竟是这般无穷。

作为一名新时期的`高中生，我深知自己所缺乏的品质和精神何在，只可惜平素没有此般机会。幸有此次军训，让我的心身得到了锻炼。

五天半的时间里，我们学到了一些基本的军人动作规范。虽然动作本身并不难，但天气的炎热和身体的疼痛令大多数同学很不适应、叫苦不迭。盯着教官一张一合的嘴唇，听着教官滔滔不绝的讲解，我不禁感叹“要求真多呀！”但听懂是一回事，做好又是另一回事。

除此之外，严格的部队时间表、与平时相比艰苦的生活环境，都让很多同学一时难以接受。但令人欣慰的是，经过了一两天的适应和调整，同学们叫苦叫累的声音越来越小了。

从表面上看，我们所学习到的是军营中的制度以及规定的训练动作。固然，作为国家的一份子，这种国防的教育成果是必要而充分的。但，这并不是军训的最大成果。更重要的，作为高中的第一课，它给予了我们必需的团队精神，培养了我们服从命令的习惯，锻炼了我们坚韧的意志，升华了我们的思想境界。这是它对于我们的最大意义。

我们刚入高中，军训让新同学们与老师彼此熟悉、信任；习惯被娇生惯养的我们，在这里明白了绝对服从；本来埋头在书桌上的我们，正好因此而学会坚持；而身体与思想，自然在这个过渡期中，受军训的影响，日渐趋于成熟。

实际上，语言上的描述频频显得无力。是因为与实际效果的不可替代相比，文字很难诉说我们内心因军训而成长所带来的激动。相信每一位同学，都将永远地铭记、感激这次20xx年入学军训，以及它带给我们的一切美好改变。

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！