# 2025年高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右十四篇(优质)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2025-01-22

*高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右一第一天，大家起来地都很早，我迫不及待地穿上了我一直渴望的军服，走在军营里，一种自信、自豪的感觉围绕在我周围。第一项集合站队做早操。吃完早饭后，开始了一天的军训。首先学战军姿、转体等一些...*

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右一**

第一天，大家起来地都很早，我迫不及待地穿上了我一直渴望的军服，走在军营里，一种自信、自豪的感觉围绕在我周围。第一项集合站队做早操。吃完早饭后，开始了一天的军训。

首先学战军姿、转体等一些基本的东西，训练很枯燥但是我们的训练并不像我想象的那么苦。教官很善解人意， 我们也很配合，提高做事效率的结果便是换取了更多休息的时间，总的来说训练并不是很苦。然而就在这个过程中一股很强烈的凝聚力逐渐地来到了我们这个新的集体。

一天下午，我们举行了第一次军训汇报演出，我们一上场便赢得了教官、老师们的掌声。我们的口号喊得出奇的洪亮，当时我心里很激动，每一个动作、每一个眼神、每一个口号都尽量做到最好。

当宣布结果：高一特1班第二名的时候，除了教官高兴地喊了一句好，其他人没有一个人出声。我第一感觉觉得挺好笑也挺为教官感觉尴尬的，但猛然间意识到我们这个集体中的目标是多么的一致，我们的目标都是拿第一，因此没有一个人欢呼，没有一个人为现在的成绩而感到高兴!就这样，我们结束了第一阶段的训练。

第二阶段我们连齐步、正步、变步走，这个阶段更要求人心齐，只有心齐才能步伐齐!休息的时候教官教我们拉歌，喊出我们的气势，唱出我们的自信!就这样七天的军训生活很快就结束了，在最后的汇报演出中我们给学校，给家长，给教官，更给自己交上了一份满意的答卷!

这里有我们的汗水，有我们的欢笑，更培养了我们今后在高中生活中所要用到的那种吃苦的精神!

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右二**

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在这里受苦也不愿意回家。很快，我的军训生活结束了了，不知道自己是喜，还是悲。 军训这几天，我学到了很多，首先我真正地了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任;其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。 给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了十天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，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，叫人受益非浅：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。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右三**

有人说军训是一根弹簧，你强它就弱，你弱它就强;也有人说军训是一杯咖啡，喝着苦，却能品尝后味儿的甜。而我，则在这十天的“艰苦历练”中懂得了军训，懂得了成长中所必须经历的挫折，也懂得了如何乐观勇敢的面对挫折……

一、初来乍到

来到军营的第一天，烈日炎炎，太阳在这时也担任起了“火球”的职务，漏出了它那灿烂的笑脸，好像在为我们举办一场特别的欢迎仪式。随后，老师对我们的衣食住行做了安排：我们每人领到了一身粗布制军装，一顶军帽和一双军鞋。这儿的伙食也具有“大锅饭”的味道：早上是一根油条配少量咸菜和豆芽，中午和晚上则是少得可怜的米饭外加“马铃薯焖土豆”和“西红柿番茄汤”;住宿则有了让我们体验“打地铺”的机会……这一切，都让初来乍到的我们，既感觉到新鲜，也对军训产生了一些敬畏。

二、正式训练

来不及过多的歇息，我们就开始了正式的训练。第一天站军姿的时候，感觉时间就此停止了。汗水像雨点一样往下淌，可同学们没有一个愿意服输的，大家凭着自己的毅力终于挺过了第一天。尽管第二天的训练强度比第一天要高出许多，但我们却逐渐地适应了下来。我们就这样学会了稍息、跨立、向后转、以及齐步、正步和跑步。就这样，在教官们辛勤的指导和同学们的相互鼓励之中，短短的训练时光像沙漏中的沙一样越来越少，慢慢积淀成了每个人心中最美好的回忆。

三、开心无极限

如果你要说“军训真是无聊，一点儿意思也没有”，那你可就大错特错了。同学间风趣又幽默的自我介绍，十分有纪念意义的集体生日晚会，更有教育我们要热爱祖国的电影《飞跃亚马逊》，还有精彩纷呈的联欢晚会……在这些活动中，我们不仅玩的很开心，而且我们尝到了团结的甘露，收获了友谊的果实。

想起军训的日子，忘记了训练时的汗水，忘记了跑操时的疲惫，却只记得我们在备战会操表演时的齐心协力，和在团队比赛胜利后的喜悦……军训让我们感到了我们是一个大集体，我们是一个大家庭。在这次艰苦的“旅程”中，我们不仅收获了严以律己的精神，更收获了来自成长的喜悦。

军训，让我们心与心的距离，近了。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右四**

军训，是告别初中的仪式;军训，是迎接高中生活的洗礼。军训，是一次难以忘怀的体验;军训，是一段刻骨铭心的经历。军训，它囊括了太多太多宝贵的第一次：就像是温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣。或是初生的牛犊，艰难地迈出漫长人生中的第一步……在这次军训中回想以往的生活，对比现在，我不仅感受到了自己拥有的幸福生活，也尝到了不同于以往生活的“酸甜苦辣”：

辣：头顶火辣辣的太阳，汗水浸湿了衣领，豆大的汗珠慢慢地“爬”过我的脸颊，沿着脖子留下了一道道痕迹。那感觉就像是吃了一大碗辣椒，全身上下都烧得难受。

苦：陌生的环境，艰苦的训练，不合口味的饭菜……太多太多的苦，却无人倾诉。很晚了，我提着桶准备去排队洗澡，经过那条长长的走廊，只觉得腿已经支撑不了疲惫的身体，有些摇摇欲坠……

酸：蚊子不时的骚扰，全身阵阵的酸痛，使我辗转难眠。窗外一片寂静，离家的思念时刻刺激着我的鼻腔和泪腺……

甜：终于，苦尽甘来。手里捧着刚发下来的奖状，仔细审视着上面的字：“优秀小军官”。嘴上没说什么，心里很明白：这是五天辛勤汗水换来的肯定，是五天辛苦耕耘得到的成果，是自己初中阶段获得的第一张奖状，是新阶段的新起点!心突然跳得特别快，里面塞满甜蜜。

军训带给我的仅仅是这些吗?不。它还给了我机会，让我有幸能体验到生活的艰难。它还给了我顽强的毅力，使我相信，只要坚持就会胜利!它还给了我成功的喜悦，让我知道，风雨后的彩虹，更加艳丽!它还给了我独立自主的能力，使我成长，试着离开“温室”，学会承担。它还给了我克服困难的信心，教我勇敢，不再一味逃避。它还给了我战胜挫折的勇气，让我明白，在哪里跌倒就从哪里爬起来。它还给了我不轻易服输的上进心，叫我记住，……

五天的汗水，五天的坚持，五天的磨练，五天的感情……这五个日日夜夜的经历为即将到来的初中学习打下了坚实的基础。这五天的经验，不管是对我高中阶段还是对我整个一生的学习、生活都很重要。这五天的一切，虽然苦，但是却值得一辈子去留恋!

面对新的起点，我越发充满信心!我会把我的热情、精力百分之百地投入到新的学习和生活中去!

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右五**

与许多一起进入本所大学的同学不同，我以前初中高中时代并未参加过任何一次军训，所以对于大学新生的这次军训我是充满着好奇心的，为人生中第一次真正的军训而激动不已的我又感到一丝畏惧，我行吗?

军训终于开始了，才刚开始长官就给我们来了个下马威，先军姿三十分钟!标准的军姿要求身体挺直，抬头、挺胸、小腹微收，两眼正视前方。这个动作看似容易实则相当有难度，才刚过去五分钟我就感觉有些站不住了，但我却不能动，哪怕一下，否则就要因违反纪律被惩罚。时间一分一秒的过去，我的脚感到越来越沉，真想一屁股坐下去，可我不能。倒数几十秒了，长官告诉我们要坚持，坚持，再坚持;咬牙，咬牙，再咬牙。是啊，坚持下去，胜利就在眼前了!就在这时，长官发话了：“下面有人在动，在练三分钟!”最后，一共比原先加练了九分钟!真是累啊，我的腿都弯不起来了，感觉硬邦邦的。我想要抱怨，长官也太过苛刻了吧，可是仔细一想，如果没有平时的严格要求，艰苦训练，又怎么会有国庆六十周年阅兵典礼上震撼世界的健美军姿?正所谓“台上一分钟，台下十年功”，说的就是这个道理。

下午军训就有人迟到，长官罚他们站军姿，并教育大家，身为一名军人，如果连严格遵守军队的纪律都这么做不到的话，又如何能称之为军人呢?是啊，作为一名军人，服从是天职，如果没有纪律，那么整个队伍便会烂成为一盘散沙，又何谈御敌?

当然，军训中也有欢乐的时刻，那就是唱军歌。在教官的带领下，同学们认真又激动的唱着一首首动听的军歌。军歌嘹亮，让人不经联想到军旅生活中的艰苦与欢乐。最有趣的莫过于拉歌了，在教官的带领下，我们大声的叫喊着，军训对身体带来的痛楚在这叫喊声中早已被抛到九霄云外去了。

这几天军训天气还是非常之凉爽的，即使这样我们还是感到疲惫不堪，试想军人们在酷热的天气下一次次重复着各项军事训练，虽大汗淋漓却不言苦不言累，默默坚持，这是何等的气魄与意志力!我不禁对我们的中国人民解放军肃然而起敬，请允许我用一个庄重的军礼来表达我的敬佩与钦佩之情!

解放军，好样的!

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右六**

八天的军训在弹指一挥间便过去了，我们的经历却依然历历在目。

八天前在父母的注视中我们背着行李踏上了通往军训之路。车上，刘教官让我们保持安静，片刻之间便鸦雀无声。看着窗外一闪而过的景色，我油然而生一种莫名的复杂心情。也许是担忧着父母的担忧，也许是对军训生活的迷茫。

第一天的我们如同一张白纸，无组织，无纪律。当然我们得承担后果，教官狠抓纪律，我们狠练军姿。虽然阴霾般的天空预料着大雨的降临，但豆大的汗珠还是不听话地掉了下来。似乎老天和我们作对似的，一只大蜜蜂飞来了，它到处乱闯，我们的心七上八下。当它在一个男生脸上盘旋时，教官说：“不要动，蜜蜂蛰了你们，我负责。你们记住纪律最重要!”这就是我们第一天最深刻的收获，遵守纪律永远在第一位。

在我的认知里刘教官就像我们亲切的家人一样，他在生活上很照顾我们，只要我们的要求是合理的，他都会满足我们。下午的太阳毒辣辣的，刘教官体贴地让我们休息，逐个地做自我介绍。虽然别班的同学在太阳下暴晒，但是他们的进度比我们快。冯督导认为我们要加强训练，便亲自训练我们，刘教官在一旁学习。我们一遍一遍地踢正步，夕阳西下之际，我们结束了训练。虽然有些累，但我们心中是高兴的，因为我们进步了。

几天过去了，我们的进度仍然落后很多，大家心里焦急万分。虽然有冯督导亲自指点我们，但他也很忙，没有很多空闲时间训练我们。第5天我们迎来了第三任教官，这个教官的标准与冯督导不一样。他要求排面整齐，不注重速度。我们做到了排面整齐，但在当天晚上的验收中我们却没过关。速度太快是最大的问题。那天晚上刘教官和老师都着急了，我们面如死灰地训练到11点。回到寝室里，我们的情绪十分低落，我们不想成为倒数第一，在忧虑中我们辗转反侧，彻夜难眠。

第6天早晨我们的第4任向教官来了，不过他貌似不太愿意教我们，我们大家都心知肚明。庆幸的是冯督导及时地换来了高大威猛的第5任林教官。

林教官长得像一个大男孩，他很幽默。在他接手我们班后，一切都变了。每次集合时他都要倒数5秒，然后我们就都狂奔向他，留下一片尘土飞舞在空中。我们的集合速度就这样练出来了。他很少惩罚我们，每次训练不超过十遍就让我们歇会儿，喝点水，然后再继续。我们在他的训练中不仅进步了而且得到了许多快乐。当天晚上，我们最后一遍齐步换正步干得十分漂亮，林教官很开心，总算是见到成效了。他说了一些肺腑之言，就放我们回去就寝了。从那时起我们的速度就不再是问题了。虽然我们和林教官只相处了3天，但我们对他已有了深厚的感情。甚至有同学说：“如果从第一天起就是林教官当我们的教官就好了。”

时间总是过得那么快，结营仪式到来了。我们班的齐步换正步是自我们训练起最漂亮的一次了，赢得了领导们的热烈掌声，林教官也对我们称赞不已。

蓦然回首，我们的脑海里储存了许多美好的回忆。再见了，我们的军训。你好，我们的高中生活!

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右七**

看着那张严肃的面孔，心里有一种紧张，教官会不会很严格，我们在不安的揣测。

“第三列、第四位同学，请不要乱动，如果坚持不住要打报告!”这已经是第五分钟了。“作为一个军人，站军姿是最基本的，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，满怀着鼓励和谆谆教导。

看着别的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?“收腿的时候一定要快，第一排……”，教官让我们感觉到的总是一丝不苟。

“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，便纷纷敷衍着“会了，会了……”。教官说：“那好，再练一遍!”这一遍，他挑出了好多不标准的同学。“刚刚问的时候，不是都会吗?作为一个军人，首先要谦虚、诚实，肯吃苦耐劳，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感动，他给我的第一印象，是那份“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的执着，是那份纹丝不动的忍耐，是那份细节决定成败的一丝不苟，是那份作为一个军人应有的朴素诚实。

在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。

白驹过隙的，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。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右八**

进入高中，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战，一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种.种的考验。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇与欣喜，对即将迎来的集体生活也充满了无限的渴望与憧憬。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都说明了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

在这闷热的八月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热。我们顶着炎炎的烈日，在训练场上进行严格的训练：稍息与立正、蹲下与起立、正步走、跑步走。每一个动作教官都要求我们做好、做到位。等到我们较熟练后，教官便会按军人的要求严格规范我们。每天上午两小时下午四小时的训练足以让我们累得全身散架，晚上还要学习军体拳的打法，每一个动作都要做的强而有力才能过关!

就这样，我们每天重复着同样的动作，尽管不时会学习新的姿势，但对于我们来说都是枯燥无味的。每天的训练时间是一天中最热的时候，汗水湿透了衣衫，浑身上下都被烈日晒得十分不舒服，可是没有一个同学退出，即使是生病，也会带病继续练习。

也许是同学们认真的态度吧，我们收获到的显而易见：军姿纹丝不动，跨步整齐有力，口号清晰响亮。七天下来，同学们晒黑了，但却磨练了意志，提高了自己的身体素质。同学之间有了默契，学会了团结与鼓励，更懂得了坚持的真正意义。军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。我们体味的真真切切。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力是无比巨大的!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是战胜了自我的强者。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右九**

这次军训和以往初中时候的军训截然不同，比初中军训时更苦更累，流的汗更多，当然少不了心得。

教官姓齐，开始对他的感觉挺好的，看见他穿着教官的服装，不得不让我想起以前在雨花营地带我们的张教官，一张怀念的感觉涌上心头，教官给我的感觉难免会有一种亲切感。可是，军训的时候，真的很苦，太阳公公当头照，第一天就差一点把我照成非洲人了，别人都说这个教官这里不好那里不好没有人道什么的，慢慢的好像也影响了我？朋友在我旁边说来说去，一不留神，自己也在说了，心理作用吗？

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直；陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

我在这部电视剧里面看过，他们军人每天天不是很亮就起床，教官一吹哨，不管怎么样，他们都快速的叠被子穿好衣服，整整齐齐的下去集合。他们每一个动作都做的十分到位，有些人就是想打哈欠都不敢在队伍里动一下，因为那里的教官比齐教官严多了啊，哈哈，没有想到，我也会来像军人一样的训练场地。

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次高中军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右篇十**

我们的训练场地是一个挺大的足球场，地上铺满了人造草皮，当太阳抚摸我们的后背和脸颊时，那些无法进行光合作用的草皮便开始慢慢升温，蒸腾的热气渐渐由脚贯穿我们全身。教官很心疼我们，当训练到一定程度时便会下达休息的口令。每当这时我便会平躺在草坪上，仰望蔚蓝的天空，看白云追随风的足迹，肆意地变幻着摸样，我的思绪就又飘到很远很远的地方。草地上偶尔会有一两只蝴蝶飞过，这些舞动着翅膀的精灵翩翩地追逐嬉戏，演绎着一幕幕的梁山伯与祝英台。使得炎热的军训添加了几分姿色。

每天都有候鸟成群结队的从我们头飞过，排着所谓的“一”或“人”的字形，唱着快乐的歌曲。秋已经很深了，但这个城市的炎热却没有丝毫的衰减，太阳依旧灿烂如夏。

军中的训练很苦，真的很苦，时常会有人坚持不住而倒下。在站军姿以及练习升蹲起立时左腿便会隐隐作痛，应该是开学前的那次骨折留下的后遗症吧!医院开的证明被我摊开又折叠，如今已是破烂不堪，我始终都不想用这张牌，我要证明我的坚强。再过一个星期便要结束训练了，心中竟涌出一股淡淡的惆怅，就像高一的那次离别。一直盼望着离别，逃避，可真的将要离开了却有万分的不舍，好象生命中最重要的东西将要离去。我想我已经喜欢上这种训练了。

也许，你会认为我神经错乱，但我是真的喜欢上这次的军训了，不光是这次，还有初中高中的军训，我都很怀恋。军训的日子虽然很苦，但我知道，这样的磨练使得我的意志一天比一天坚强，那些脆弱的东西正在逐渐离我而去，而我也渐渐淡忘了那些曾经让我极度悲伤的过往。

晚上6：30照例集合，像往常一样训练到7点以后，我们便开始教军歌以及游戏。天上星光点点，地上笑声一片，笑声冲上云霄吵醒了月亮也吵醒了白云，于是深蓝色的帷幕下便只剩不知所云的星星以及云后淡淡的月光。教官依旧是那么的顽皮，和我们一起做游戏，输了却有赖皮不肯受罚，结果往往是打一整套的军体拳给我们看。

真的好希望就这样一直下去，可我知道，天下没有不散的宴席，完美总有一天会破坏，美梦总有一天会醒来，但我不会悲伤，因为我有回忆。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右篇十一**

军训第一天，大家既盼望期待，又紧张不安。耳边的留言使自己与军训隔了一道神秘的墙。

初次看见教官，就知道此人不是“善类”：挺拔的身姿，威严的军姿和声声道道的“铁的纪律，钢的意志”已经在精神上压过了我们。

天亮得早，我和室友们也醒得早。望望对方，相视一笑，知道对方昨夜都激动地辗转反侧一夜未眠。我们换上了墨绿的军装，怀着无比好奇的心不安地步入操场。

“稍息!立正!”我和同学们在教官一遍一遍的训练下终于体现了难得的军姿。

有人说军训是乏味的，也有人说军训是痛苦的，我觉得军训就像一次特殊的旅行，虽然很累，但感到不虚此行，因为这是人生的第一次。

烈日炎炎，连大地都被熏陶得像块铁板，而我们则成了铁板上的鱿鱼。站着，站着，太阳强烈的光在每一个同学身上扫视着。不出一会儿，我的额头上，鼻子上，脸颊的两端就渗出了汗液。他们成了豆大之后，就顺着五官的轮廓流下，痒痒的，但不能用手去擦。背上也是如此，汗水沿着脊梁流下，衣服被浸湿一大片。我的双腿双脚也没有幸运。小腿的肌肉只觉得酸，而脚则踏在火热的水泥地上，被传递了热量。站久了，脚后跟硬生生的疼。好几次我觉得自己吃不消了，想过放弃，但最终我还是挺住了，发挥出自己的意志坚持到教官喊出“休息”的那一刻。因为我知道，我所有的同学，不，战友们都和我一样在坚持。与自己的毅力，与天气的酷热，与身心的不堪一齐战斗。最终我们都胜利了，因为穿上军装，我们就是军人!

漫长的暑期，这是我过的最充实的一天。是因为烈日下的度日如年，也是因为军训的毕生难忘。我相信军训能改变自己，我不再做事拖泥带水，不负责任了，我也将不再懒懒散散，浑浑噩噩地过日子了。军队严谨的纪律让我深刻地体会到团结，坚持和一丝不苟。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右篇十二**

炎炎夏日，炎热、流汗或许是最常见的事，可对于我们这些祖国的花朵来说可就很少见了，暑期每天坐在26度空调中享受着人类智慧所带来的凉爽与网络虚拟世界所带来的快感，渐渐的我们在这纸醉金迷的生活中忘记了吃苦耐劳的精神，直到这5天的到来，让我们又回到了暑假前那坚强的我们。

人们常说：光阴、岁月、知识、锻炼是人类成长的见证，而这短短的5天可能只是漫长人生中的千万分之一，但它却会磨练我们的意志，影响我们今后成长的步伐。

也许那些依旧吹着空调的人会嘲笑我们自讨苦吃，可他们并不知道，军训能带给我们平时学不到的知识和平常得不到的锻炼。

刚来到基地的我们是如此的娇生惯养，我们害怕甚至畏惧灼热的阳光，而且现在正值高温时段，让我们对即将来到的训练有些担心。

不久训练就开始了，我本以为训练会像以前一样的简单，可第一次的训练就让我打消了这个念头，教官比以前的更加严厉了：“两眼目视前方!不得低头!不得东张西望!军姿必须站标准!”这些是我们经常听到的话语，一旦做不到就得惩罚，我还深刻记得我们的珉珉同志的悲惨历史啊。

随着时间的流逝我们与教官的关系渐渐相容，我们开始慢慢发现了教官的幽默，但即使如此，训练时他依旧那么严肃，记得在训练正步时他让我们单脚抬起站5分钟，那时的我们个个叫苦可他依旧让我们如此训练，知道会操的那一天，我终于认识到了只有艰苦的训练，严明的纪律加上吃苦耐劳的作风，才能结出结实的果实，更使我感悟出学习生活中只有吃的苦中苦，才能做人上人的道理。

生命是华丽错觉，时间是贼偷走了一切，可偷不走的便是友谊，而军训带给我的收获便是同学间坚定不移的友谊，我们在一起训练，一起忍耐太阳的灼烤，一起展现我们的风采，军训不知不觉把我们的心拉在了一起。

生命悄然间便会逝去，但现在的我们还健康的活在这世界上，我们便要担起未来的责任，这次军训便让我认识到了责任感的重要，由于我是寝室长，整个寝室的责任边都压在了我身上，不过还好，当惯了文艺委员的我在管理方面还算有经验，可有一个严重的问题摆在我面前：起初的我们并不熟悉我们互相不太了解，我不知道她该如何安排内务，于是我决定采取自愿制让他们自行选择，好在同学们很热情不一会便都有了各自的任务，当然我也以身作则我大多数比较辛苦的事情交给了自己，几天之后事实证明了我的方法是正确的我们的寝室分数一直很高。

时间过得很快，联谊晚会的欢笑代替了离别的气氛，我们在各校的节目中手牵着手，心连着心一起欢声笑语。就这样我们军训的生活结束了。

军训的日子对于我们这些独苗来说自然是苦的，但它带给我们的是无法替代的“锻炼，友谊，责任”这一切便是军训带给我的最完美的收获。

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右篇十三**

坚信你并不比别人差!

“军训”，这一个让人听了就害怕的词语，如今正发生在我身上。军训苦吗?当然苦，但是苦是一定要的，没有尝到苦的滋味，怎能知道甜的乐趣?

军训的目的在于让现代青少年了解建国以前新四军、人民解放军的苦处，知道中国成立的不易，那样就再也听不到一些对祖国不敬的话了!军训能让青少年磨练意志、强健体魄，为将来的学习、工作奠定基础。

转眼间，我的高中生活已经悄悄流走了8天，而进入高中的军训也已经进行了6天。回想这6天的生活，心中的滋味难以言说，有辛酸、有满足、有劳累，也有快乐。

还记得军训开始的那天，当教官踏着整齐的步伐跑进操场时，我的内心是多么痛苦啊，传说中人间天堂般的高中生活竟然以这样的方式开始。最初的两天，这种内心的痛苦又真真切切的转移到了身体上：站军姿时一动不动的站几十分钟;踢正步时要使劲让自己的脚去亲吻大地;喊口号时要用自己最大的力气去嘶声竭力。一天下来，腰酸背疼，回到宿舍只想躺倒在床上。第二天早晨虽有万般疲倦，还是奔向操场。

但渐渐的，军训却让我体会到无数的快乐：当齐步走整齐的排面得到教官的表扬的时候;当跑步时整齐的立定赢得了阵阵的掌声的时候;每一次的坚持，每一点的进步，都会让我内心涌起一股细细的欢喜，一丝微微的自豪。

军训辛苦是不变的真理，然而有什么可怕的呢?我们正值青春少年，“红日初开，其道大光;河出伏流，一泻汪洋。”我们应该，或是必须拥有无畏的勇气和无限的毅力去战胜未来将会遇到的困难。军训，正是为我们提供了磨练这些品质的一个机会。

疼痛算得了什么?劳累又算得了什么?当多年以后，我们遇到了困难，经历了挫折;当我们拿出了勇气和毅力，我想，我们一定会记起这一幕幕场景，并在心里默默说：“谢谢你，军训。”

“在这个世界上，不一定是外在的一切来决定一个人的生活品质，而是他内心的取向决定了他的生活品质。”这是于丹说过的话。在军训的时候，对于一切命令应该服从，学会坚持。别人可以坚持下来，你就也一定可以。对自己负责，坚信你并不比别人差!

**高一军训心得体会600字 高一军训心得体会300字左右篇十四**

我们，没有水光潋滟;我们，唯有山色空蒙。可是，在这艰苦而充实的五天中，我拥有了一笔最为珍贵的财富。

刚刚踏入军营，那声声嘹亮的口号和整齐的步伐便震慑了我的心灵。环顾四周，这里的每一件事物都是绿色的，充满着希望，朝气蓬勃，无处不盈溢着军人的气息:那顽强不屈的意志，那毫不动摇的信念，和那舍身保家卫国的壮志。

烈日炎炎，许久不见一丝轻风拂过。在那寂寞的热空气里，我们足足站了十分钟。何时才会听到：“随风潜如夜，润物细无声”?何时才能看见“天街小雨润如酥，草色遥看近却无”?彼时，一阵扑面袭来的轻风或是一场雨的降临，便是我们的解脱。每当我按捺不住，偷偷抹开脸颊的汗滴，都会得到教官一声严肃的号令。就这样，我必须昂首挺胸，直立在天空下，无奈地等待这一分钟的逝去。心中默默的想着：我是否可以相别人一样，坚持到最后一秒，任汗水悄然而下。

这次军训中，我学会了珍惜——去珍惜家庭，珍惜同学，珍惜友谊，珍惜生活。立正、踏步、齐步、正步。这些动作大家都会，困难的是怎么让它们整齐划一。为了实现在会操表演时的目标，同学们不厌其烦的重复着单调的动作。在一遍又一遍的练习中，大家相互磨合，学会了彼此迁就，一同去努力创造出一个为了共同的目标而学习的集体。

夕阳西下，我们踏着一致的步伐，伴着魅力的黄昏一同返回。耳畔传来响彻山谷的歌声，荡漾在属于我们的空气里。“团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强……”也许太多人知道这首歌，可是又有多少人能理解其中的含义?只有那些勇敢的战士，那些坚守岗位、保家卫国的军人才会深深地明白，这是他们的职责。而我们，则要带着一颗永不屈服的心去迎接每一次挑战。军训是无声的老师，它培育了我们优良的品格，塑造了我们不屈的精神，摒弃了懒散的惰性，摆脱了无聊的幻想。咬紧牙关，奋力坚持，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我懂得了从客观的角度正视生活。

经过了这为期五天的军训，我们都多了一份成熟，少了一份依赖。每一天，我们坐在教室里，望着夜幕降临前凡间的晚霞，那是大地给予我们的又一层生机;而现在，或许这五天的军训又是另一个幸福的开端呢?我们在成长，在不断成长的过程中，细细的品味着成长的甘甜、欣赏着成长的足迹。

叶儿在急流中学会了坦然接受逆境，在跌宕的水花中感受着飞扬般的快乐;小草在阳光下学会了感受温暖，乐观面对风吹雨打的考验。大家的手握在一起，彼此传递着力量。那力量支撑着我，用友谊架起一座桥，用信念撑起一片天!

这是一个收获的季节，我们笑了，带着那丰硕的果实满载而归。这是一个美丽的插曲，我们笑了，带着优美的主旋律，踏入精彩的人生之旅，寻找一个完美的休止符。

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！