# 高一军训感悟(大全8篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-02-09

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。高一军训感悟篇一军训，我不能说我过...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

**高一军训感悟篇一**

军训，我不能说我过得不累，但我能说我过得不苦。军训对我而言是一个难得可贵的`经历，我过得充实而又自在：我体会到了什么才叫汗流浃背，明白了什么才是骄阳似火，晓得了什么才是“坚持就是胜利”;同时7天的浴“汗”奋战，也让我总结出许多经验：

或许这些听上去会有一种似曾相识的感觉，但真正经历过再写下来实着有另一番体会。大概只有从亲身经历中总结出的经验，自己才会毫不质疑的认证遵循吧。

**高一军训感悟篇二**

对我来说，高一一入学，为期一周的军训称得上是我人生中一次饱受磨难的经历。

开学第二天上午八点，我们顶着炎炎烈日参加军训开训仪式。太阳散发的热量仿佛要吞噬掉整个大地，让我不禁联想起《三体》中的“乱纪元”我们那疲惫的身躯和不耐烦的表情，仿佛诠释着对军训的不满，对军训作用的质疑，隐藏其中的，还有对未来一周辛苦日子的恐惧。

该来的总是要来的，所幸的是，我们遇到了一块有树荫可乘凉的军训场地。

当然最让人满意的是一位支持素质教育的好教官。本以为本次军训就是重复初中时学过的简单动作，但是没想到，实际的训练量很大，不仅训练时间长，而且动作标准要求更高了，许久不运动的身体很快就吃不消了。

看着其他班有的`同学陆续放弃了训练，我也想过半途而废，但是一看到我们班的同学都在坚持，那一双双埋在汗水与尘土下带着决心的眼睛。我不得不咬牙坚持下来，这时，我才明白了老师说过的一句话：“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队。”

教官给我们讲了他们训练时的生活，我们这才知道什么叫做真正的军训，我们所受的苦，看起来是微乎其微的，比起真正军人，我们真是相形见绌。

如果说我们所面临的军训也称得上是磨难的话，军人们的日常训练可以算是世界上的一大奇迹，与其说教官的故事给我们带来的是震撼，倒不如说给我们带来的是一种鼓励。

**高一军训感悟篇三**

为期五天半的军训已经落下了帷幕。在其中，我付出了汗水与努力，也有了感悟及收获。

在烈日的照耀下空气中都弥漫着灼热的气息，许久也没有一丝风吹过。长时间的军姿站立使全身都变得酸疼，尤其是教官单独帮我调整，让我把脖子后缩更让我叫苦不迭。汗渐渐布满了额头，身上仿佛有几只虫子在爬一般。但看到周围人都一动不动的坚持着，我又怎能认输。于是咬紧牙关忍受炎热及疼痛的考验。时间的流逝似乎变得极其慢，十几分钟的军姿训练却变得遥遥无期。仿佛过了许久教官下令放松的口令传来，才得以调整，放松。但令我喜悦的是我撑住了，没有退缩。我学到了只有坚持，才会取得成功。

嘹亮的歌声响彻天际，那是我们班在练歌。刚开始时谁也不肯大声唱歌，导致整个班声音微弱甚至还没有教官一个人声音大。终于在教官指挥下，每个人放开了自己的声音。声音渐渐变得整齐嘹亮。直至达到了将歌喊出来的地步。晚上拉歌时声音更是能盖过其他班级。从中我学到了团结的重要性。

在第五天下午，刘德全将军为我们做了一场报告。被称为雷锋将军的他在这数十年中时时想着助人为乐，实践他向雷锋学习的诺言。他给我们讲述了他这些年来向雷锋学习的故事并教导我们要具有雷锋精神助人为乐，努力学习。要抓紧高中三年光阴有所建树，不要将这时间荒废。他的教导令我受益匪浅。

军训时光一晃而过，军训时我觉得它太过漫长，而今却觉得它太过短暂。它不仅磨练了我的意志，更让我知道了坚持，团结乃至助人为乐等精神的重要性。另感谢老师与教官的默默付出。是您们陪伴我度过这场军训取得了军训的成功，您们功不可没。

在结束了辛苦的野外生活之后，我又重归正常的学习生活，回到了亲切的家，在这次艰苦而又快乐的野外生活中，很多人让我感动。

1教官。

在野外生活的第二天，我们又一次迎来了军训，军训是十分苦的。一大早，我们就见到了教官，心里一阵嘀咕，随后，我们就开始了严格的军训。我们的教官是一个胖胖的人，但作风完全不像一个胖子，而是雷厉风行。因为是在烈日下，又不停的进行训练，所以大家都很累，教官于是就时不时地让我们休息，但却经常只让女生休息，原因是她们比我们做得好(他是这麽认为的)，这让我们男生忿忿不平，于是训练十分卖力，可是教官依然坚持它的理论，这让部分男生已经开始抱怨。下午的训练稍好，休息不断，也让我们训练得十分轻松而且训练效果不错，下午汇演时我们也取得了第二，但同学们很不甘心认为自己做得不好，可是教官却说\"都怕我没教好大家。:\"让我十分感动。

2同学。

我是初二(2)强的小队的队长，在几天的野外拓展训练中，我身边的队友让我十分感动，在野外生存中，我们的衣食住行基本上都是靠自己，在野外生存的第四天，早上的饭我们吃得津津有味，两片面包加沙拉和生菜，美味啊!大家都对它赞赏有加，但我们都不知道，它融入了组员的细心和勤劳，早晨，天很冷，个子不大连璐在，清冷的水中仔细的洗菜，一片一片，很干净，因为她的努力，才保证了大家早餐的美味和卫生，谢谢你，连璐!谢谢你!

3辅导员。

通过这次风餐宿露，跋山涉水的训练营活动，我更加懂得了团体的力量，团结的重要性，让我们这些生活在父母双翼下的宠儿直面大自然，磨练自己的毅力，忍耐力，和同学们朝夕相处的几天，虽短暂，但我无时无刻不在感动，爱心在同学中传递，友爱在同学中闪耀，互相帮助，相互鼓励，年青的我们组成了一个洋溢着青春气息，充满着远大理想的大家庭，在学校，老师们的引领下，朝气蓬勃地向前进!

。

**高一军训感悟篇四**

刚开始军训的时候，我总觉得自己是熬不过去的。比如说在站军姿上，我就一直觉得自己坚持不了了，甚至都不想去尝试，如果军训是自愿式的，我想我一定会在还没开始就选择放弃。但是这次军训还是在各种纠结当中成果的度过了，站军姿的时候我很想倒下，但是看着身边的同学，尽管大汗淋漓了还一直在努力的坚持。

那一刻我就有些感动了，或许我应该好好的去看待自己一次。我并没有自己想象中的那么柔弱，我能够做好这一件事情，并且能够做到最好。慢慢的，我发现自己就开始有所改变了，在面对一个难关的到来的时候，我并没有觉得难熬，反而是去享受每一次的经历和感受。或许这样，才让我真正的成长起来，直到变成了现在的我。

在我们人的一生当中，有很多事情都是具有难度的\'，比如这次我们进入高中之后面对未来的迷茫，今后学习中遇到的难题，生活当中遇到的窘迫，或许这些，都是我们将会遇到的问题，但是现在经历了这一次军训之后，我的眼前便清晰了很多。任何一个难关，都存在于我们的人生之中，只要慢慢来，这些问题就会一一被解决。而我们所收获的，也会比之前更加的丰富。

起初我是害怕这次军训的，但是到了最后，我对这次军训感到不舍和怀念。这就是成长吧，在这次军训中，我收获到了成长的力量，也收获到了克服难关的爽快，所以对于我未来的日子而言，是一次最好的开始。

感谢这一次军训，让我找到了一个从未发觉的自己，让我在各种挑战当中逐渐建立了一个更加坚强的自己，让我从无到有，从弱到强。感谢这七天的军训，为我的高中生活打开了一扇门，照进来更多的光亮，也给予了我更多的力量，让我满怀信心和决心去拼未来的日子。接下来的高中生活，我会继续努力、坚持远行的！

**高一军训感悟篇五**

经过这么多天的训练，不管是从心理上还是身体上，我们都受益颇多。首先从心理上，军训帮助了我们增长吃苦耐劳的精神，除去了我们在家里许多不好的生活习惯，使我们更好的步入高中生活，从身体上便是帮助我们增强体魄。在8月19日中，我们认识了钟教官，开始训练后训练项目大体是，稍息，军姿，停止间转法，起步，正步，跑步，列队，每一个训练都十分困难，不是一下子，一个人可以做成的。每一个训练都是我们集体去完成，这使得一个简单的动作也变得有些困难，但这又无时无刻的提醒着我们，我们班是一个整体，告诉我们，团结就是力量。在这坚持训练的几天里，教官们也教了我们不少军营歌曲，依然记得那个下午，吹着柔和的风，我们大家坐在一起跟着教官唱起了军歌，有刚烈，雄浑的，也有有力而不失风采的，教官们更是个个都有各自的特点。

像我们钟教官，严肃而不失幽默，对我们十分体贴，但训练上又对我们十分严格，依然记得那太阳下，他一遍又一遍教导我们的身影，真是质朴而又纯洁的！后来他为我们训练，两天扯坏了嗓子，可仍然坚持来教导我们，让我们甚是感动。我们也很努力的去训练，终于在这最终的\'时刻，我们终于把应学会的本领学到了，明天是会操，这是对我们这几天训练成果的检验，更是对我们自己的一次检验。

我希望我们每一个人都能好好对待明天的会操，把我们班的实力，风采都展现出来，绝不白费了，决不白费了钟教官在我们身上花费的时间，我们自己的辛苦努力。最后这一天肯定是飞快的，转眼就会与教官分别，我心中依然十分不舍他们的离开。虽是艰苦的日子，却又是快乐的，无论如何军训是要结束了，教官们是要离开了，在这美好的回忆中，这一身的本领以及那美妙的歌曲者都会留在我们的心中，军训再见!我们仍会继续努力!

**高一军训感悟篇六**

一盏紫砂圆胎壶，几叶碧莹莹的新茶，徐徐淋入沸水，湿漉漉的水汽夹着茶的清香便扑面迎来。拈杯细酌，这茶香味竟像极了此次高一军训，先苦后甜，带着悠长的回味。

于壶中注入沸水，嫩绿的茶叶翻出细碎的水花，盈盈升腾的香雾令人心醉，急不可待地分茶，将砂杯送至唇边。噫，竟是苦的！狼狈地收水，却引起了沉思。犹记得，刚接到军训通知的时候，大家纷纷遐想未来美好的场地，舒适的宿舍，帅气的教官，可真正到了学校时，这一切都成了美梦，大家烦躁地抱怨这一切的不便就吃到苦茶的样子，满脸的不愉。

去除陈水，再道新茶，又经历了热水冲淋的新叶愈加翠绿，莹媚可人。一团白濛濛的水汽，棕色的磨砂映着绿莹莹的茶水，更加诱人心神。犹记得，懊恼地接受了现实后，我们又迎来了新一轮的考验，踏步、齐步、正步、转体，一样一样刻苦地练。肿胀的小腿，酸麻的脚底，僵硬的脖颈，一次一次将意志磨练，再泡的茶往往比头次更苦，就像正在训练的我们经历着更加困难的过程。

坚持再换入沸水，全部的叶片都舒展开来，香气愈加浓郁，愈加沁人心脾。举杯缓缓浅饮一口，入口微苦夹杂着清香，余甘自舌尖到齿根遍布而升，让人意犹未尽。正如本次军训，在苦痛背后，一定有意想不到的收获，或是锻炼身体增强体魄，或是磨练意志，完善人格，只有不断经过坚持不懈的训练，才能有如泡茶般的苦尽甘来。

军训如茶，茶如军训。三道茶，见证夏末秋初的军训课程。茶的价值在沸水的不断冲沸中升腾，而我们的价值在骄阳烈日下的汗水中体现。

军训如茶，品茶香，悟真谛。

**高一军训感悟篇七**

在军训前准备的一整天里,自己一直在忙东忙西,很害怕会漏了收拾日用品,害怕带的东西会太多或者太少,十分矛盾。妈妈看着我的样子也乐开了怀,可能是因为这一次我主动申请自己收拾不需要她多费心。但我知道她还是有些担心我,毕竟要离开家5天。但我偷偷和自己说:一定要好好照顾自己不能让妈妈担心。

“铃~铃~铃”闹钟准时6点30分响起,我居然没有赖床,准时7点左手拿着一个绿色大水桶,右手挽着一个大大的环保袋,背后还背着一个大书包。准时到达学校操场,现在早已是人山人海了。紧接着领导级长们发言后大家准备上车出发去军训目的地。

经过40分钟左右的时间,我们的大巴终于到达目的地。首先看见的是拿一栋栋大楼,绿树环绕,地面十分干净.但当我们背着大包小包爬上八楼的宿舍时,一打开门就有想哭的冲动,冲口而出一句:“装修怎么可以这么简洁。”但现实无法改变,大家经过1个小时的努力。我们宿舍的卫生终于被搞得干干净净,大家也把自己的床铺,衣柜整理好.而作为室长的我,还有兼顾分配工作和考察工作,以免老师教官批评.然后大家拿着各自的饭盒冲下操场集队。这也是第一次看到我们班的两位教官。

接着大家排着队去饭堂准备吃午饭,来的时候我已经在想这里的饭菜会不会很难吃?会不会很少肉?而当我站到饭桌前顿时傻了眼.和10个人一起吃4个菜,而且饭菜大部分都不合我口味,只好吃了几口就回去宿舍继续搞卫生.终于最害怕的事情即将来临,就是那可怕的训练。

当时是正午,烈日当空,而我们就站在阳光底下,首先学习的是军人的站姿,初初以为很简单却发现原来还要将这个动作在阳光底下保持20分钟,那种感觉别提有多难受.不管背后有多少汗水沿着背往下滴,不管有蚊子飞来,不管有多痒都不能动!只要一动就是违规就要受到惩罚。当时我只感觉军人的辛苦和教官的严厉.经过一轮汗水的洗礼,终于能休息了大家都累得喊辛苦。看到水仿佛看到了灵丹妙药,迫不及待的狂喝。

可是可怕的训练还是要继续，这次轮到训练我们的嗓子，每个班都必须大声的喊出“一,二,三,四”仿佛喊得不够大声便要受到责罚,就连每一次进餐前都需要喊,喊得不够大声就不能吃饭,喊得大家嗓子都差点嘶哑。而整个下午就一直在训练,吃完晚饭后还是继续训练。而晚饭也和午饭没什么两样,但我已经顾不上合不合胃口,因为肚子实在是太饿了.而一天里我觉得最开心的时间就是晚上唱军歌这一环节,级里的同学都聚在一起围成圈坐下听教官们唱歌,时而大家一起搞气氛,时而教官独唱,大家都十分开心。终于第一天的训练快要结束,但第二个挑战又来了,就是10个人如何分配洗澡洗衣服的问题。因为晚上10点就要准时关灯,如果没有准时完成任务是会受到老师批评的,而我这个作为室长的更是要负上责任。

这次的军训,让我更了解5班,让我更爱五班,这个集体一定前途无量!因为背后有45个团结的身躯和2位最棒的班主任!

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**高一军训感悟篇八**

忍着12个小时的时差，脑中还残存着美国的记忆，坐着车，就这样来到了军校。

环境比想象中好一些，但仍有些恐惧。被父母精养大的我，到底能不能尽快适应，能不能在军训的五天里想明白那些对人生至关重要的事情。

操场列队。

阳光很刺眼，青草散发出潮闷的味道，不清新。

第一天的记忆几乎就是在各种路之间穿梭，大路、小路、石路、土路，以及路边不同的风景，总是抱怨生活很苦很累，而在今天，一次次路过，一次次被震撼，我佩服武警们刚强的意志，愧叹自己曾经的安逸，也开始学会同情，怜悯那些住在路边昏黑破败还散发着垃圾腐败的恶臭的棚子的人们。

心灵的二次洗礼，在这里。

在美国，曾有人在安静的深夜问我：“你觉得活着的意义是什么？”我哑然，但我现在觉得先从“忍耐”开始。生命的意义太广博，我们还太不成熟，对未来幻想太多、太美、太天真，以为想要什么便可以顺利得到：

“可那样的成功，太没意思了不是吗？”

学会忍耐吧，从忍耐阳光、忍耐汗水、忍耐疲惫开始，慢慢学会忍耐心灵的孤寂，忍耐抉择时的彷徨，以及人生路上也许会遇上的种种事情。

路，走还是有的，就像回国前那个凌晨，差点在黑暗的交叉路口一样，请忍耐，因为这是使命，是路。

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！