# 最新高一军训心得感悟(实用13篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-07-02

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。高一军训心得感悟篇一高一...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**高一军训心得感悟篇一**

高一的军训的生活已经结束了，这次军训让我受益匪浅，它让我明白了团结就是力量以及让我学会了顽强不屈的精神。军训仿佛就是一次沐浴，它让我们脱胎洗礼，变得成熟了，变得懂事了。它是对自我的一次考验，同时也是对自己能力的一种提高。军训，意味着我们已经不再是懵懂的小学生，而是一名富有活力的初中生，它让我们在今后面对困难时，多了一份耐心，与坚强。使我们在今后的生活中能够更好的面对挫折。

在这次军训中，我们学会了站军姿，走正步……在学习的过程中经历了许多困难，但是都被我们解决了。现在想起来，还回味无穷。在我们解决的问题中，最让我难忘的就是我们班展示我们的军训成果。

在即将结束我们的军训生活的时候，教官告诉我们，我们在第二天的闭营仪式上要展示我们的军训成果，其中要展示我们走的正步和齐步，而且这两个交接要自然。我们听了以后，立刻认真的跟教官学习这个新的走法。我们一步一步地走，确保每一个动作都正确。尽管我们这样刻苦的练习，但是很多同学在两种走法切换的时候，都做还是不对。于是我们的教官又真对这个地方，手把手地教我们。我们一点一点地学，教官也一点一点地教，终于，我们全班的这个问题都搞定了。可是这个搞定了，下一个问题又迎面而来了。这个问题就是我们的口号声不够嘹亮。由于我们之前已经在太阳下站了一个小时了，所以这时的我们都很疲惫，声音喊出来有气无力的。经过一次又一次的“有气无力”，教官终于怒了。我们不希望教官因为我们而发怒，所以一个个鼓起精神，尽自己最大的力喊了出来。虽然喊声不是很大，但是我们尽力了，看着老师露出笑容，我们更加努力了。

一遍又一遍的喊，引得其他班的同学纷纷回头看我们班的同学。

第二天，我们举行了闭营仪式，在仪式上我们超常发挥，嘹亮的口号声以及整齐的踏步声，征服了所以校领导的心。于是，我们班获得了“展示一等奖”。记得当我们的教官知道我们得了一等奖后，笑得好开心，好开心。

**高一军训心得感悟篇二**

不知不觉之间，时光已翩然轻擦，从7月28日开始军训的那一天，竟已是到了最后的今天。军训的这五天，一路上洒满了我们的汗水，今天，是时候让我们亮出只属于我们自己的风采了，让全校为我们的精彩而震撼!

早晨的军训会演，是检阅我们五天训练成果的时刻。眼前尊敬的教官，背后敬爱的老师，感谢这些天来与我们一起度过烈日下的训练。会演场上，挺直的身板，整齐划一的步伐，坚定的眼神，五天来的所有记忆犹如电影般地回放在每一个人的脑海里;每一个短暂的回忆片刻，在每一个有力的动作中再一次地重现……这是只属于我们的战场，那么，就不要辜负曾经努力的自己，自信的抬起头、挺起胸，我们是二班，我们所向披靡!

中午，演出的同学匆忙地结束了午餐，就赶往八楼的会场进行再一次地排练，仔细地确认了每一处细节——我们希望的，是不留下任何一点遗憾。

下午，众所期待的军训联欢会如期举行，13:00整，全体市西人、参观的家长，以及陪伴我们辛苦了五天的教官们齐聚会场，期待着新生的表现。经过数日的练习，反复的排练，以及文艺委员和全体同学的配合与努力，我们的节目获得了全场的掌声——将雄伟的军歌与创意浓浓的杯子歌的结合，让所有人不由自主地眼前一亮。

出乎大家的意料，我们班获得了先进集体的称号。当然，这与全班的团结与强大的意志力有着直接的关系，也感谢教官、前辈与班主任徐厉老师的辛勤付出。

最后的最后，希望二班的诸位，勿忘军训的初心，牢记军人的精神品行，为人民服务，为社会做出贡献，成为优秀市西人，从优秀走向卓越!

二班二班，团结勇敢，永往直前，非同一般!

**高一军训心得感悟篇三**

顶着烈日，我已满头大汗，没有教官休息的命令，我也不敢伸手擦去头上的汗水。汗水顺着额头慢慢流进嘴里，苦涩的味道充满了口腔，本以为高中军训只是说着玩的，只要在操场上随便做个热身活动，再去运动场跑几圈步就让我们自由活动，没想到现实与理想的差剧如此之大。

脚板上火辣的疼，头上不停地流着汗，背心早已湿透，我感觉小脚抽筋，想活动一下，但没有教官的指令，我不敢随便动。眼角的余光瞄向四周，大家身上也全都被汗水浸湿了。我想放弃，但心中的信念让我不想输给他人，即使输，也要站着输。

“咚”的一下，我们班的一位同学笔直地倒下了，在此之前，教官强调过多次：“身体不适地可以打报告休息，这是正常地，没人会怪你。”但他宁愿坚持到最后一刻直到倒下也不愿意向教官请求休息，他是坚强的，直到最后一刻，他还是站着的——直至倒下。

默默地在心中发誓，我要像他一样，坚持到倒下，几次受不了时，牙齿咬一下舌头，拧一下大腿，又坚持下来。在一声“解散”下，我几乎全身已散架，但我坚持了下来，坚持到军训结束。今天的军训，对于我来说，不只是军训，还是对我意志力的极大考验，虽然很苦很累，但我收获了很多——坚持到最后也不放弃的毅力。

这次高中军训，我不仅强健了体质，学习了军队的一些基本技巧，还锻炼了意志力，相信明天的军训我可以做到更好。

**高一军训心得感悟篇四**

高一

军训

心得与感悟

时光如箭，日月如梭，转眼间，我开始了一个全新的生活。那高中的第一课，便是那人人喊累，个个不想的军训生活。

但，终究还是要面对的吧。

不过如今我细细咀嚼这句话，发现军人的日子是很艰苦的。

军人，并不如同普普通通的人一般。他们不可以没有原则，他们有着崇高的精神以及高尚的品德。

而今天，站在我们面前的新教官吴教官便是如此，不过我想，其他的教官也是一样的吧。

第一次如同一个军人般站在操场上，不过我想等我们穿上了军装，站了军姿，有了军人的风范时，我们就是一位优秀的三中学子兼军人了。

这次的高中军训教会了我们什么是汗水什么是真正的独立。更教会了我们一种精神，那种精神也将永远陪伴着我们在以后的路上遇见困难将会坚持不懈下去。

今天，在走向训练场的路上我虽然在和同学说说笑笑，却不由得猜测了教官今天要交的内容。思及此，我突然感觉到自己对这苦不堪言的军训生活竟然有了一些喜欢。

平日里懒散的我，暑假一觉睡到十点是经常的事，可如今我却要天天六点就要起床，匆匆刷牙吃完早饭便一路小跑到学校，有的时候有感而发也会觉得这样的生活其实很幸福很快乐，每天回家虽然累，脚底板总会红一块青一块，腿像散了架子似的，但是这样的生活，我却感到很充实，不像暑假的电脑生活那么颓废。

“苦不苦，想想长征两万五。累不累，想想革命老前辈。”这句话是伟大的毛主席说的。我想这句话给我们挺合适的吧。我们不是生在战争年代，这就已经很幸运了，我偏爱历史，也经常在读到一些资料时有过愤慨。长征是两万五千公里，老一辈的革命家爬雪山过草地，这都是我所不能想象的，倘若换了动不动就不舒服的我去，估计这长征也长不起来吧。老一辈的军人吃过了多少苦，而我们仅仅只是呆在宽大的训练场里，偶尔军官吹吹哨子还能休息一会，喝喝水聊聊天，站的时候又要求活动。现在想起来我们的举动多么好笑，比起革命队伍，我们这些练习又算得了什么。

仅仅几天的训练，说实话真的很累，不过更多的是快乐，毛主席的一句话说的好：“平时多流汗，战时少流血。”我们虽不用到战场上去，但却也要养成良好的习惯，也许这句话也适用于学习生活中，平时的我们要多多努力用功，考试的时候便可考出一个令自己满意的成绩。

高中军训的生活也不算很枯燥，有的时候还会进行拉歌活动，回忆起当时的情形，我还是忍俊不禁。在我们班，男生的声音总是盖不过女生，当《团结就是力量》这首歌从大家口中唱出的时候，我不禁感到我们的确是一个整体是一个团队，感到团队精神是多么重要。

在高中军训中同学间的友爱互助令我感动，大家彼此之间都不认识却能在同学不舒服时送去一句问候“你还好吗?”“有没有怎样。”“还不舒服吗”之类的，军训只是一个高中的开始，希望在以后的日子里大家能够相处的更好。

转眼间高中军训的日子也过掉一大半了，我相信大家以后一定能把军姿站好，转面转好，齐步走好，正步踏好。回望过去的军训生活，我依旧信仰着拿破仑的一句话——一个将军不可缺少的是刚毅。

转眼间， 期待已久的五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。

在高中军训中要求严格， 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。 高中的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。

高中军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的高中军训，但仍给自己留下了很深的印象!记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如十，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是个训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，高中的军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而高中的军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗水必将创造自己的辉煌!

**高一军训心得感悟篇五**

军训，说白些，就是吃苦，捱苦。古语有云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。而这总的来说，也就是苦。

对于军训，说实话，我并没有什么完美的回忆，每一天似重复而并非重复地做某一看似同样的动作，不停地做，在那炙热的火球底下不停地做，做到汗流浃背，做到汗流满面，做到脚跟发麻，做到四肢酸痛。而到了这时，我们也总算是完成了教官，教师，学校领导的要求：苦!吃苦!捱苦!

教官曾说过一句话，我印象十分深刻：军训，就是一锅苦水，这锅苦水是由你们的汗水，加上教官的口水，以及一些人的泪水，熬成的。不错，这就是现实，军训就是苦，我觉得这是毋庸置疑的。不管前人曾写过，说过，赞美过，阿谀奉承过多少军训是完美的话语，我认为，军训就是苦，我们去军训，就是去吃苦，去捱苦。

军训期间所说的苦，其实我明白，这算不了什么。与我们将来长大应对社会，在社会上立足时所受的苦来进行比较，我明白，这只是芝麻绿豆而已。所以，我没有对这次军训有过抱怨。我明白，做人首先就是要学会吃苦，要学会懂得吃苦。

吃得苦中苦，方为人上人。这是家喻户晓的话，我从小就听说了。然而，这又有多少人做到呢?我不清楚。对于这次的军训，我所学到的东西并没有多少。可是，军训生活期间，那些所谓的苦，则加深了我的苦的意识。

吃苦并不是吃亏，不要抱有吃亏的想法来对待吃苦。要记住，黄连里可是包含很多营养，可是很有用处的哦!

**高一军训心得感悟篇六**

随着闹钟的铃声响起，习惯性的翻身，如果没有被子的保护，恐怕早已掉下床了，才智到这是学校的宿舍里，也开始了我高中生活的第一天。

终于踏入这个梦寐以求的学府，巍巍红楼，莘莘学子，心中感慨万千。高中的生活首先要进行军训，以培养我们有吃苦耐劳的作风。虽然着不是我第一次军训，可是我依然很期待。伴随着洪亮严厉的哨声，迈着欢快的而有力的步伐，开始我们的军训生活。

军训有苦，每天早上六点半起床，从起点一直训练到十一点。烈日当空，汗流下来了，不能擦。烈日灼背，不能抓。”一二一，向右看，正步走，腿抬高些，绷直点……”每天都重复着这单一又枯燥的步伐 军训有收获，每天起床的时候，在宿舍里为了那有棱有角的被子而手忙脚乱的时，看到自己的成果而欣慰时，也感叹到叠被子这样一件小事，也可以锻炼我们的毅力与耐心。而这一切正是我们所缺少的。

军训有乐。休息时，各班之间的拉歌，雄伟的军歌为我们增添了力量，听教官说军营里有趣的事情扫除了身体的疲惫。辛苦的收获是加倍的快乐。现在我才深深体会到了。

经过这次短暂，艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强，少了份幼稚，多了份成熟。

”团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢。”

**高一军训心得感悟篇七**

午后的艳阳高挂苍穹，日光撒下，雨后的冥冥薄雾转而消散，嘹亮的军号声响起——集中！

“全体佛山三中的同学！”“到！”整齐的应答声驱散了同学们的午后困意，随即是军姿的训练，全级一千多人，齐刷刷地笔挺傲立于操练场上。只是，太阳并不甘示弱，我们的站姿越挺立，它便越是觉得受到了挑战，吐出一条条炙热的火舌，疯狂地拷打着我们，仿佛在说：“放弃吧，弱者！”

我的脸颊上、手臂上，甚至是眼睫毛上都沁出了豆大的汗珠。时间不知道过去了多久，仿佛是半个小时，又好像是半天，两臂发酸，两腿亦是如此，僵劲不能动。可这又如何能难倒我们呢？为了连队的荣誉，为了班级的团结，亦为了自己意志的磨砺，偌大一个班级，偌大一个40多人的连队，没有一个人动，哪怕是伸出舌头舔舔干裂的嘴唇都没有。

仿佛是因为我们的坚强意志，太阳亦收敛了，取而代之的是大滴大滴的雨水“沙沙，沙沙”地落下，但我们仍不能退缩。一滴水珠落到了眼睛里，不知是汗水还是雨水，刺痛着我的眼球，然而两天多的训练早已使我有足够的意志去思考，我此刻是一个兵，我若放弃，便会影响我们整个集体，便会使前段时间的努力前功尽弃，坚持就是胜利！

终于，“停！”一轮军姿结束，每个人的脸上都露出胜利的喜悦，毕竟这亦是一场多么艰难的战斗啊！我又为集体出了一份力，又把意志磨砺了几分。也许，站军姿就是需要这种团结的意识，就是需要这份“不抛弃，不放弃”的决心。雨停了，我轻轻拭汗，以后会更好！

**高一军训心得感悟篇八**

高一军训如火如荼地拉开了帷幕，在痛苦的煎熬下，终于度过了两天。

体会多，痛苦多，欣慰多，但我始终相信，这是一次特别的体验。

我可以领悟。即使我们每天都要艰苦训练，即使每天都要汗流浃背，即使每天都枯燥无味。然而我的确感触很深，因为这不仅仅是一种对行为的操练，更是对精神和思想的深化。它时时刻刻告诫着我们，要坚持忍耐。

汗水的浸泡需要忍耐，烈日的炙烤需要忍耐，时有时无的口渴感也需要忍耐，于是，不知不觉中，潜藏的意志力逐步被挖掘出来。这是一个过程，同样也是一种收获。在明媚的刺眼的阳光下，我终是战胜了自我。

我可以感悟。在训练中，我们酸，我们痛，我们为痛苦皱眉，我们为严格抱怨。但转念一想，教官们、老师们同样无时无刻地陪着我们，那种不满感瞬间消失，那种敬佩感油然而生。因为我们远远不及教官们的，他们不知道经历了多少日日夜夜的锻炼，所以我们没有理由说不，他们挺拔的军姿就是最好的证明。

最后，我还收获到了欢乐，首先是从训练中体会到的，当我们迈着整齐的步伐，昂着头挺着胸，获得休息表扬时，这种突如其来的快乐感、幸福感是肯定的。第二，即便军训无味，却总有调节剂的存在，练军歌便是这个调节剂。这有“原始的大吼”、“抒情版的军歌”，同样还有“全营巡演”、“k歌大赛”等众多有趣的项目，于是乎，每一天的紧张感都得到了舒缓。

现在已经深夜了，闭上眼，仿佛还能听到教官们沙哑却有力地喊着口令……

在这里，我们留下了最美的\'回忆。

**高一军训心得感悟篇九**

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。走过初中，跨过中考，九月，高中生活如期而至。在跨进高中校园的那一刻，有一种情怀在弥漫，有一种坚定的信念在升腾。10天的军训是开始，是迈入高中的第一课，是一个全新的起点。

站军姿，是每日必备的课程。挺拔的身姿，正如我们民族不屈的脊梁，永不低头，永不认输。整齐的队列，有力的步伐，严明的军纪，都让我体会到了军人的不易与坚强，也终于明白，我们的军队，之所以战无不胜，所向披靡，背后依赖的是数年若一日的刻苦训练，是坚强信念的支撑。

不积跬步，无以至千里;不积小流，无以成江海。每日细小的进步，都会造就一个更加一个更加完美的自己，造就一个光荣的集体。每人都是团体的一部分，个人的行为，影响着集体的发挥。走齐步，踢正步，靠的不仅是个人动作的规范度，更是集体的配合度与默契度，靠的是团队精神。从最初的互不相识，到后来的彼此间嬉笑打闹，十天，我们收获了友谊，收获了一份又一份的温暖。

从最初的抱怨，嫌弃，到后来的适应，接受;从初学时的懒散，迷惘，到训练后的斗志昂扬。一切的一切，都改变着我们，也塑造着我们。“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香?”一份耕耘，便是一份收获。

风劲帆满海天阔，俯指波涛更从容。一次历练，开启我们全新的旅程，向未来进军，扬帆起航。一次军训，是我们青春路上的剪影，是我们从初中生向高中生蜕变的见证。愿未来的我们乘风破浪，不负青春，不负己!

高一军训心得体会感悟

**高一军训心得感悟篇十**

今天是军训的第一天。早晨，阳光慵懒地照着大地，一中新高一全体同学整齐有序的来到操场，站在各班的指定位置，等待开训式的举行。

开训式上给我留下印象最深刻的是教官演练。他们穿着一身洁白的军服，整洁而又鲜亮;他们迈着规范的步伐，整齐而又坚定;他们喊着响亮的口号，铿锵而又高昂。他们矫健的身姿、整齐的动作和强烈的团队意识，深深吸引着我，使我对军训充满了好奇与憧憬。

开训式完毕，我们见到了我们13班的教官。他叫马强，个子高高的，十分挺拔，瘦瘦的，动作十分灵活。他的皮肤黝黑、黝黑的，大概是常年训练风吹日晒的缘故吧。帅气的军帽下有一双小却有神的眼睛，能够明察秋毫;高挺的鼻梁下有一张不善言谈的嘴巴，嘴唇薄薄的，上嘴唇向前伸出，看上去十分滑稽，嘴巴一张一合，响亮的口号便迸发出来，在偌大的操场上回响。

训练时，教官十分严格，每一个动作都要求到位，就拿站军姿说吧，挺胸、收腹、双脚张开60°，脚后跟并拢，膝盖向外顶，手的中指贴裤缝，大拇指贴食指的第二关节处，脖子挺直，下巴微收，目视前方，一动不动……每个环节教官都会仔细查看并严厉的纠正。如果有人违反了规定，就会被罚跑圈或做俯卧撑，这时候的教官是最严厉的。

上午训练时，一阵小雨突然降临，紧锣密鼓地滴在了我的头发、衣服和眼镜上，转眼间浑身都布满了小雨滴。我心中一喜，心想这下可以放假休息一会了，一上午，腿都直了，可是没想到，教官依然在认真严厉地带领我们训练，丝毫没有休息的意思，这让我失望极了，甚至有些抱怨，但当我看到眼前的教官，在雨中忙碌的身影时，我的内心又增添了一丝敬佩与惭愧，军人这种不怕吃苦、勇于牺牲的精神使我无比敬佩，而我的娇生惯养使我无比惭愧，于是我又马上认真的训练起来。

通过一天的训练我感触颇多，亲身的经历使我深深地认识到，表面上英姿飒爽的军人背后所付出的努力之多，也开始了解他们的辛酸苦辣。他们严明的纪律、深刻的团队意识和吃苦耐劳的精神是我们学习与奋斗的目标和榜样。

我坚信：宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。未来几天的军训一定很苦很累，但是我们不怕，我们一定会努力地、用心地学习与训练，六天后的我们一定会是更加成熟、更加干练、更加优秀的一中新成员，更加精彩的未来等待着我们去书写!

高一第一天军训心得

**高一军训心得感悟篇十一**

高一军训已经结束，看着两条晒黑了的手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的五天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的`动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的军歌都是单调的军训中的调节剂。在军歌中听到的了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍耐。就在这不知不觉的忍耐中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流的更多;我们辛苦，教官比我们还要辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。

**高一军训心得感悟篇十二**

骄阳似火，年少风华；执笔春秋，时光易度。在这夏秋之际，我们步入了高中这一新的殿堂。余暑未褪，时节交迭，在有着悠长岁月积淀的百年老校中，迎来了高20\_\_级新生军训。

盛阳下挺拔的身姿，校练场上洒落的汗水，倒下后立刻起身的背影……一切的一切，在半月前仍只是谈笔生梦。疲惫、汗水、苦痛、沉重，在轻松舒适的夏假宅家生活里完全无法理解体会。“休息一会吧，打下报告一会就好。”我曾无数次这般想过，胃部如痉挛般颤动，时而一抽一抽地隐隐作痛；豆大的汗水自额头下流，冲散了那层匆匆抹上的防晒隔离；腰腿已经疼至麻木，略作弯曲便引起一阵痛楚的颤栗；由颈椎至半臂向下，僵直肿胀不敢触碰……一次一次想要退惧，又一次一次为自己挺立身躯。是的，为自己。泪珠中滚落、闪动的：“哀哀父母，生我劬劳”，眼见得青丝生白发，健挺的身板伛偻下去；齐进退，不相弃，同龄的我们互相扶持，挚友的他们总是向我流露那鼓励和期待；“随风潜入夜，润物细无声”，总是相遇之晚，也再忘不掉；你亲手在烈日下为我喷防晒；你嘘寒问暖为我们健康思虑万千；训练后悄然满水的瓶子。我珍视并感激这一切，但是，人并不是为他人而活。因为有他人的负重前行，才出现我们前程的康庄路。所以，更需要努力，更需要磨砺，为自己的将来；本心，只为目标行进！

为什么，要军训？汗水一遍遍将洗好的校服浸透，乳酸充斥身体肌肉的每一处，白皙的肤色染作土地的深褐，为什么要无谓受苦累？也许你曾这般思考，你看到了吗？麦色的皮肤泛起阳光的暖调，吸收过紫外线，不致灼伤；你开始懂得照顾自己，从不叠的被子正方方正正地立在床头，夜宿时间紧张，十五分钟从浴室出来手头已是洗好的衣物。辛苦与荣光相伴，行进的队列愈发整齐而有力，教官苛刻面容上不经意流露的赞许、拔河比赛中团队协作赢来的成功……一点一滴的努力，构筑了这个集体，也造就了今天的我。工作上不再拖沓，认真做好每一件要做的事。积极面对挫折，不却步，不退缩。

口号声声嘹亮，遥向天际，终于明白“舍得”之义。“舍”，舍得自己，不畏艰辛，汗水为未来铺路。有“舍”必“得”，方得个性完善与自我成长。

艳阳下，身姿仍然挺拔。向着过往，向着稚气，勇敢挥手，大步向前。同时前挥的臂膀在空中拉出一条完美的直线，正步下落的脚步踏作同一鼓点。我们，在阳光下奔跑，奔向未来，去往明天。永远忘不掉的，是教官最殷切的话语：

“你们是的，你们是最棒的！你们，一定能成功！”

**高一军训心得感悟篇十三**

八月的微风把树叶摇曳得翩翩起舞，新校园里的一角满地零落着白玉兰，洁白中仿佛镶嵌着一点黄晕，拥抱着刚被雨水湿润的大地。炎炎夏日，原本我们可以在灸热的阳光亲吻下，拥揽着西瓜的可爱，享受冰棍的豪爽，这多么美妙啊，可新学期的军训把我们安定的暑假生活推起一个波涛汹涌的热浪。

高中的生活由军训开始的勒起和画。我们如期收拾好行李来到新学校新宿舍，认识了新朋友，便开始踏上军训之旅――南海狮山。

我们的教官是一个内心狂热，外表斯文的有为青年。还记得那几夜与我们畅谈的理想与奋斗，感情与挫折，让我们似乎看懂了人生的滋味百态。

在我们班上，不算努力但总有一股凝聚的力量在沸腾。第三天，教官与十班教官调班试着不同方式的操练。一开始，可爱教官先让我们休息一下，唱歌表演才艺。谁知那讲台上的连长早已对我们虎视眈眈，立刻上前给我们一翻训斥。“你们得瑟了吧，练得不错了?就你班在嘻皮笑脸，给我预演一下!”连长的话在当时烈日当前显得特别刺耳，我们班上的同学无不面红耳赤，就连教官也是。暗地里，我们班却仿佛铆足了劲。猛烈的阳光把我们的一层皮肤晒得发红发黑，额头上的汗珠从眼角划过，滴上衣襟上，湿透了一片。不负众望，整齐的队列，响天轰地的踏步声，令连长震撼，令连长呆若木鸡。教官把嘴角拉起一个美丽的弧度，“好!”我们都笑了，汗水没有白流。

结束的最后一晚，那是教官的生日。几个小女生暗中发出暗号，当然我也参与其中。一首歌打破了当时寂静的气氛，“祝你生日快乐，祝你生日快乐……”教官立即回过神来，眼睛有一丝闪动。“谢谢，可这并不容易打发我的”，一句句笑声荡漾在宿舍里，感染着每个人。

军训生活很苦涩，但就如一杯咖啡，加入了糖和牛奶，便又是一番滋味。这一段回快，有亲切的教官，有好玩捣蛋的同伴，有我们一起经历感动的场面。就这样，深刻地印记在我们脑海中，难以抹平!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn