

## 高中军训心得体会 (精选10篇)

### 篇1：高中军训心得体会

2022年高中军训心得体会

三年前，我怀着忐忑的心情进入北师大附中，一个崭新的环境，一群从未谋面的同学朋友，无论做什么都小心翼翼，曾一度年少轻狂，想离开北师大，结果命运弄人，我已一分之差留在了北师大；三年后的现在，多了几分成熟与稳重，中考的失误使我再度重新认识了自己，姐姐说，我给人的感觉很强，但中考却显现出我外强中干，我不甘心....

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，做好本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。我记得在这段时间里，我背诵着《沁园春长沙》，一遍一遍，喜欢这首诗的豪迈与磅礴气势!就这样，时间悄然流逝了，脚酸了，麻了，我认真了....

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，了帽子与衣领；我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；我记得，严厉的教头一遍一遍让我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的继漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：模拟考一直都在640以上没掉过；必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多.军训，是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点,一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人!是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”！

### 篇2：高中军训心得体会

高中军训心得体会

高中军训是一种有利于发展青少年素质的课程，无论学校如何安排与军训有关的课程，都应给予重视，以期青少年能够得到正面价值的体验和指导。

作为一个参加高中军训的青少年，我个人感受到，最重要的就是培养纪律性，遵守原则。自我从军训开始，我们在全国军训的基础知识上学习了很多内容，但最重要的是把我们这些内容放到实践中去，比如在检验中要坚持讲究仪容仪表，在早操中要做到严格从军，还有要求学生遵守睡眠时间，把准备课程和晚自习的时间都安排好，不能搞乱时间。通过这样一个有规律的过程，使得学生养成了很好的习惯。养成了习惯，则一个人的素质比之前有了很大的提高，而素质的提高也需要不断的自律，因此在军训过程中必须有训练师的指导，使学生进行有序的训练，走出自己的希望之路。

另外，军训有助于增强学生的团队精神，以及友谊，学生之间不仅需要团队协作，而且也要友爱相处，互相帮助，团结一致，使得队伍凝聚力增强。在作业中，一个考试中一个考场，紧密团结，把注意力放在上面，有序完成所有内容，在运动中有一种凝聚力和整体性，使我们能够克服自己的短板，改善能力，积累技能，形成有效的结果。

通过参加高中军训，我的个人责任心得到了提高，在训练中我能够把握全局，考虑到一切，尽一切可能帮助团队，完成训练内容，及时做好准备，及时站出来参与全面的训练内容，通过锻炼身体，及时沟通，来确保团队完成任务，使整个班级达到想象中的结果。

总而言之，高中军训对青少年有着积极的作用，无论是培养职业素质，还是自身素质，都是有利的。在军训中，让我们养成守纪律、遵守原则的良好习惯，找到自己的目标，明确自己的特点，以及实现未来自己理想中的自己。同时，无论是个人还是团队，都能够在军训中得到正面价值的体验和指导，使自己“健康发育、团队团结”。因在军训中，让我们能够企图未来，走好成长路，实现理想中的梦想，最终成为一个有责任心，有目标，健谈，乐观自信的优秀民族成员，来为国家发展作出贡献力量。

### 篇3：高中军训心得体会

#### 优秀的高中军训心得体会

一眨眼为期七天的军训结束了，留给我们的是辛，酸，苦，辣和我们永恒的记忆。结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长，路漫漫其修远兮，吾将上下求索。

灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浹背的学生，构成了一道特别的“吃苦风景线”若大的体育场在阳光下一点一点的融化，缩小，直到把我们吞噬。飞舞的蚊虫流淌的汗水，酸痛的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气！

我感觉军训已把我们这一群十六七岁的人锻炼成了真正的高中生，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。

教官的勇气是我们的荣幸。正是在教官的指导下，我们才能获得优秀班集体、优秀内务的荣誉。这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳。

对手是的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首多姿多彩的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝”

## 篇4：高中军训心得体会

### 高中军训的心得体会

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讲，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与本来不认识的同学互相认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从本来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。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候本来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。

军训一开场，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开场发牢骚，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。这些都体现了我们平常的生活太顺畅，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本身素质。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用本人的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整洁有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

高中的第一堂课军训，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。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须本人去搭造阶梯;碰到山崖，我们要本人去连结绳索。我们的命运在本人的手中，只是看能否去把握!

水滴石穿，绳锯木断微小的气力一旦积累起来，产生的威力可是无比的呀!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，谁是最最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

### 【高中军训的心得体会】

## 篇5：高中军训心得体会

### 高中的军训心得体会

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，我拖着皮箱步入军营。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。幸有此次军训夏令营,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。而对于我来说，内务的整理才是重头戏。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。按照教官的“豆腐块登法我却把被子叠成了“面饼”！这让我更加深刻地领会，光明白理论不行，还需多多进行练习，熟能生巧。

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，早起的洗漱声、队伍的行进声愈加整齐了。

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、感激这次军训夏令营，以及它带给我们的一切美好改变。

## 篇6：高中军训心得体会

2022年高中军训心得体会

一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是大学的军训，一次有组织性的活动。

军训对我而言，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。大学军训，让我明白了太多太多的人生哲理。当我在清早起来洗漱时，就知道新的挑战在迎接我，当我在烈日中站军姿时，让我体会到了坚持是什么，让我体会到了汗水的晶莹，当我在黑夜中高唱团结就是力量时，我知道了什么是苦中作乐。军训，相信经历过或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间表，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不住。但只要经历过军训的人，除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

参加军训已经有一星期了，七天中每天的军训都带给我不一样的感想，烈日下的暴晒，皮肤的不适应导致脱皮，从白白的我变成黑黑的我，每一个动作的练习，每一次的挥汗如雨，每一次的坚持再坚持，都让我学会了坚强和坚韧，军队的严格纪律也让我懂得了另一番道理。我努力体验着军人的生活，渴望拥有他们那种无所畏惧的气质。尽管在这一过程中有酸有苦有疲惫，但同样也伴随着歌声和欢笑。但我想我会在磨练中成长，在逆境中坚强，我想军训定将使我受益终身。

以前，我是父母的掌上明珠，从没吃过什么苦，也体会不到世事的艰辛。可我已经踏上了人生下一个旅程，进入大学后一切都靠自己。想象中的大学变成了现实中的学习、生活之地，我可能会感到有一些不适应，难以融入大学生活，自我认识、社会适应能力都比较差，这时就需要我有足够的体力和耐力来挖掘自己的潜力，在以后的生活中赢得更多的机会。

军训，就让它成为人生的一段丰盈的记忆，在岁月中酝酿，然后在几个亲友聚杂一起的时再把珍藏着的那些温馨的片段捧出来，沉醉其中，享受感动吧！

## 篇7：高中军训心得体会

优秀的高中军训心得体会

明媚的阳光，唤醒了贪睡的我们，微风阵阵仿佛是在叫没睡醒的我们好好感受一下这个校园的风光。

我们按照教官昨日的安排，在操场上集好了队伍，教官也刚好来到。我们重

复着行程，一开始还是站军姿，但我们也学习了新的内容：停止间转法、跨立与立正、蹲下与起立等。可是不过一会儿，天空便像孩子翻脸般，乌云密布，下起大雨来。其实，我们心里都在窃喜，因为终于可以停止军训了！教官也急忙叫我们拿好自己的书包和水杯跑回去。

可当我们跑到风雨廊时，教官却叫我们停下来，这时，我心里开始慌了，觉得要在这里继续军训了。可我没想到教官却叫我们坐下来，教我们唱起军歌来，可笑的是，教官自己都不记得词了！后来，他找回记忆后教我们唱了三首军歌：

《团结就是力量强军战歌过得硬的连队，过得硬的兵我们开心的和教官一起唱歌，老师就在一旁拍照。坐在地板上的我们感受着迎面吹来的清风，就连空气也夹杂着泥土和花草的清香，这真是叫人开心的时光啊！

最后，愉快的时光还是过得很快。我们回教室里发书，然后静静地在课本上写下自己的名字。可是当我发现高中三年有这么多书的时候，无形中感到了巨大的压力。一天就这样过去，如期而至的还是充满星星但我却看不到黑夜，它伴随我入眠到白天。

明天的白天还是个未知数，但我依然期待。唤醒我的也许是个明媚的阳光又或者那丝丝的细雨，往后也还是新的生活。

## 篇8：高中军训心得体会

### 高中军训心得体会

时间飞逝，犹如白驹过隙，转眼间，五天的军训生活要和我们说再见了，在这五天里，在这五天里，我们曾哭过，也曾笑过，在这五天里。我们真正的向成长迈出了一大步，在这里我先要感谢辛勤教导我们的教官，和顶着炎炎夏日鼓励我们的班主任，还有陪着我共同奋战了五天的全体同学，是你们的那份信任、期待与热情使我圆满的完成了这五天的军训，但是我会用这份信任与热情一直鞭策着我。

在这五天的军训中，我们每天从早到晚都犹如车轮一般滚动着，而我们集体中的每一个人都好比这车轮上的滚轴，倘若有一人松懈下来，那么车轮将会滚动的很慢，甚至停下来，所以我们每一个人都必须竭尽全力，虽然我们每一个人都很疲劳了，但是我们仍在努力，不惜“遍体鳞伤”

很幸运，我们的车轮一直在滚动，虽然速度有时会很慢，但是它仍在滚，因为我们身上肩负太多人的期望。为了赢得最终的胜利，我们牺牲了中午的午休，虽然炎热的天气在驱赶着我们，但是它无论如何也驱赶不了我们最后必胜的那份决心，因为我们大家都相信老天总是把机会留给又准备的人。

时间过的真快呀，转眼间就要到最后的会操了。虽然我们只拿到了第二名，但是，在这金灿灿的奖状上都凝聚着我们每一个人的泪和汗水，它记载着我们军训五天的辛苦历

程，我们大家都应该感到高兴，因为它是我们辛苦的见证。反而奇怪的是我们在坐的每位同学包括我们教管和班主任，每一个人脸上都看不出任何的喜悦，我们大家都在反思，都在沉默，我明白了，虽然我们的车轮仍在滚动，但是还有人比我们滚动的速度更快更好。

此时，我们不要去抱怨谁是谁非，因为已经毫无意义，只有我们总结教训与经验，才会为下一次的 success 赢得更多的筹码，赢得一份自信，还记的教管的那句“要想让别人看的起，首先得让自己了不起”；是啊，苍天总是眷顾那些善于抓住机会的人，一次的失败，并不代表最终的失败，况且，我们也没有失败，只是比别人略差一点，我们应该化悲痛为力量，因为我们坚信笑到最后才是笑的。

以前，我总觉得只要做好自己就行，但是，通过这五天的军训，我才深刻的体会到一个伟大的人，并不光是自己独占鳌头，而是带动更多的人，大家都各显其能，挖掘自己的潜能，拧成一股绳，开始迎接下一轮的挑战，我准备好了，同学们你们准备好了没有？

## 篇9：高中军训心得体会

2022年高中军训心得体会

只有经历过地狱般的磨练，才能有征服天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。

我羡慕军人的英姿飒爽，羡慕军人的英勇顽强，羡慕军人的勇往直前。当一名军人，是我就有的梦想。

来到了高中，我们开始了5天的军训。梦寐以求的一天终于来了。

军训生活的艰苦是我所未曾料到的。一天中大部分时间都在训练。操场上似乎也永远只有嘹亮的口号，整齐的步伐和挥洒的汗水。一次又一次的重复演练，一次又一次的跌倒与爬起，让我们充分地感受到了“十年磨一剑”的辛酸。然而，我们不会抱怨，更不会放弃。在锻炼中我们认识了很多，从而走向了坚强。

军训第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟，在平常是一个很短的时间，可现在，烈日当头，十分钟在我们眼里简直是漫长的冬季。炎热的太阳辣的炙烤着大地，脚后跟并拢，双脚成60度，挺胸收腹，双眼平视前方，大家都像电线杆似的地耸在地上。汗水像一落千丈的洪水，从每一个毛孔中争先恐后地喷来。时间一分一秒地过去，我真希望时间走得快一点，或者下一点雨刮些凉风。但这些都是幻想，有时我实在忍不住想动了，就会在心里默默地念：“坚持就是胜利……”的汗水流进嘴里，下意识地，竟分不清是苦还是咸？时间一长，脚底发麻，腿抽筋，腰板痛，头冒汗。

教官一声“解散”，大家顿时兴高采烈，此时才发现世界上最美丽的语句是“解散”。经过一天的训练，累得坐下来就不想站起来。尽管如此，我们仍感到激动万分，因为

我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，我们能以顽强的意志坚持到最后。

5天的军训生活结束了。我早已疲惫不堪。刚学立正是,我就疑惑了：为什么体育课中经常做的动作，早已会的动作,教官为什么要如此仔细地讲解，为什么一个左转，一个右转要我们如此煞费苦心练习。5天的军训让我明白了：站军姿，是为了体现炎黄子孙不屈不挠的精神，体现了龙的传人的毅力；练转身，体现了人类敏捷的思维。我相信，军训生活将使我终身受益。

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……军训结束了，而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富！

## 篇10：高中军训心得体会

### 2022年高中军训心得体会篇

在这4天的军训日子里，我们都把自己当成部队的军人来看待了，这里有种命令是绝对服从，这里有种纪律叫绝对严明，虽然有很多条条框框，却把我们训练得堂堂正正。在这几天的日子里，没有个人魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠，不知不觉中，发现自己已经爱上了这种生活。

由于军训第一天的累，到第二天的乐，军训第三天的欣慰，到今天我才明白了：团结就是力量，集体离不开个人。

今天和往常一样，一通忙碌之后，便到了红色的塑胶跑道上，开始了新一天的军训，先站军姿20分钟，也许是因为昨天的表现令教官不满意。今天，同学们都像打着鸡血一样，付出的汗水总是有回报的，最起码受到教官的表扬，也许这就是对我们最好的肯定，我们个个都像吃了蜜一样甜，更加地卖力训练。

热浪终于向我们逼近了，不知不觉中我的额头已经挂满了一粒粒汗珠，在脸颊上缓缓流下，但我们没有人伸手去擦汗，为此教官也感到十分的欣慰，我们也终于领悟了一个好的集体，离不开优秀的个人。

在一个美丽而短暂的午休之后，我们仍继续着下午的军训，灼热的大地，辣辣的太阳，汗流浹背的我们，构成了一道特别的风景线。在教官的带领下，我们复习了稍息、立正、跨立、原地塌步等动作。

今天最精彩的风景线是教官传授我们少林功夫，第一式就是扎马步，那奇怪的姿势引起我们不屑和哄笑，本以为很容易，可自己一练，才发现大错特错，从一开始的身体无力到后来的麻木，接着便是一声声哭爹喊娘的叫喊，更“反常”的是教官让我们单手握腰带，右脚抬离地面30厘米，个个站着摇摇晃晃，后来教官出了一个金点子，让我们手挽手，你别说好多了，这应该说是团结的力量吧。

时间如一条流淌的小河，军训生活即将接近尾声，今天的生活是苦的，累的

，但我们都可以克服，我可以自豪地说我做到了，军训的这4天，整体感受用5个字形容——苦并快乐着。