

最新高一军训体会(优秀9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

高一军训体会篇一

为期五天的军训终于结束了。与其说是身体上的一个煎熬，我觉得更应该是心理上的历练。

这几天的训练，我们将在军队中非常常规的一些内容进行了训练。稍息、立正、跨立、停止间转法、正步、齐步。科目虽然少，但是个个有内容。教官们的要求十分的苛刻，对于这些，我们只能够叫苦在心里，但是并不表现在脸上。随着时间的过去，似乎大家对军训有些麻木了。但是这些麻木并不是死气，而是一种服从。

这是属于我的变化。军训带给了我这么多。但是行驶这一切的督促者，是教官们，是我们永远最最敬佩的人。教官很腼腆，开始的时候脸上始终挂着严肃的表情。但是在军训过了几天后，教官就渐渐的和大家熟了起来，脸上的笑容多了。他在我们班士气低迷的时候，能用严肃但是鼓励的话语，告诉我们要不放弃。在最后的联欢会上，只有短短半个小时时间，我们对教官说了很多，教官对我们也说了很多。但是教官甚至还拘谨的连坐下都不好意思，因为在他心中，军队的纪律不能变。直到每个人都大喊让教官坐下，他才腼腆的盘腿坐下。那时候，我看到了教官幽默的那自己的肤色开玩笑，我看到平时不怎么笑的军人笑的这么好看。我也看到了军人不仅仅只是严肃的不苟言笑，军人也是有些有肉的，他们是最可爱的人！他们为了国家，献出自己的青春，但是，他们仅仅比我们大几岁，就已经在奉献了。每个军人都是最最可爱

的。说感谢的话，我都不知道说什么，只想说：“谢谢”。
写到这，我很想他们。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的，是我们高三生活前的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。

高一军训体会篇二

当我身穿迷彩服走进校园时，就知道6天的军训开始了，也知道考验我的日子到来了，我心里既紧张又兴奋，第一天，我们整队来到了体训馆，听各位领导为20xx高一新生军训致开幕词，结束后。紧接着，我们来到了操场上，只听哨子一吹，我们个个从自由散漫的状态一下子进入到高度集中，神经绷着的状态。这时，一位穿着军服，带着军帽，个子不怎么高的，皮肤黑黑的，说着不怎么标准的普通话的教官来到了我们面前。此刻，我心想：这教官看上去不怎么凶嘛。刚想完，就听到很严厉的一声：“立正”我当时心里疙瘩一下，心里想：这叫深藏不露啊。。。

一开始，我们训练了站军姿，站军姿是任何军训中最基础的训练，但也是最难的一种。我原本想：不就是站军姿嘛，有什么困难的。不过事后才知道，那是多么的难，教官让我们把脚张开约 60° ，双手放在裤缝线那，挺胸收腹，这时教官开始一个一个的检查，当快要检查到我时，我神经高度紧张，屏住呼吸，生怕教官打我或骂我。不过还好，教官看到我站得那么直，就直接走过去了，这时我深深的吸了一口气。接下来，我们训练了稍息与立定转向。我们训练稍息的时候是所有训练中用时最少的，只用了十分钟，教官也许觉得我们做的都不错，没什么问题，就直接跳了过去。但最有问题的就是立定转向，当教官说向右转时，班上有的人听成了向左转，这时，排面出现了两种方向，教官看到跟我们说：“你们搞什么情况啊！我说向右，你们偏向左，是不是想跟我对着干啊。”这时我们一个个大笑了起来，这时那些转错方向的

同学立刻改了过来。就这样，我们一直训练到放学。当我回家后，感觉身上很酸，没劲，这时我开始抱怨：才第一天就这么苦，剩下的几天，我怎么过呢！我的抱怨声传到了妈妈那，妈妈跟我说：“军训是为了锻炼你们的意志力和吃苦耐劳的精神，不觉得苦怎么能叫军训呢，我想想也是。”

接下来的日子里，我们训练了其他项目，如；三大步伐，整理服装等。我感觉在这些日子中军训已把我们这一群十六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。

转眼间，到了军训的最后一天，这一天我们要会操，也就是把我们这几天所学的东西给展示出来，我们这个班平常训练的时候比较散漫，有时教官被我们弄的的也没话可说，但一到这种场合的时候，我们变得是那么认真，因为我们知道只有我们大家团结一致，懂得团队精神的重要性和纪律性就一定会得到胜利的。果然不出所料，最终我们以良好的成绩结束了比赛。

军训后让我深知，军训能增强体质，军训能磨练意志，军训能提高爱国热情和国防意识。在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃，我不愿当两脚书柜，军训是给我们最好的证明机会。六天的军训是漫长也是简短的，说漫长，因为苦和累；说简短，因为我们有信心，有能力去克服它。现在我可以自豪的说，我做到了！这是对一切苦和累最好的回报。

军训的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。正如屈原的《离骚》所说：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”

高一军训体会篇三

突然想起了同学的一句话：“军训是一场梦，梦醒了我们还

在学校”。也许这其中流露的或多或少都有对军训的留恋之情吧！

对于很多有幸参加过军训的人来说，军训的确是人生中一次难得的考验和磨砺，军训不但培养了人吃苦耐劳、艰苦奋斗、永不放弃的精神，更磨练了人坚强的意志。军训，是我们人生中浓墨重彩的一笔，它教给我们的一切会让我们终身受用。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在这次的军训中，我才真正体会到了什么是“苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望。教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。教官也很可爱，平时都会利用休息的时间和教官一起唱军歌、聊天，一起体会军营生活的严肃与乐趣。

在这短短的十几天里，我们晒的很黑，并且我们那套军装在这么长时间中没有洗过一次，表面都有一层厚厚的污垢和尘土，还有汗渍等等，说实在的，以前从没有把一件衣服穿这么脏，现在回想起来，觉得非常有意义。在军训时，我不但学到了一些基本的军事技能，如站军姿、三大步伐、敬礼、军体拳等等，而且还学会了好多首军歌，知道了如何整理内务，收获了一段难忘的友情和回忆。在八达岭，可以说是我上大学以来最有规律的生活作息，每天都是那么的充实、脸上总是流露着由衷的喜悦。

在这次军训中，我懂得了：用心的投入去做一件事情，总会有很多点点滴滴的收获。训练中，看似简单的站立动作原来是那么的累，会让你有无数次产生偷懒的想法，但在激烈的思想斗争下，我还是选择了一丝不苟的做完，当坚持下来的那一秒，肉体上的痛苦并不能遮挡内心的喜悦；在宿舍，原本很简单的叠被子却需要自己全神贯注的叠半个小时甚至更长，

在那里，我第一次因为叠被子而流汗，在叠被子时，我深深是体会到了同学戏说的：“叠被子不但是个技术活，更是个力气活”，但在看着自己叠好的“豆腐块”时，也有一种巨大的成就感。我想，我们所做的每一件事情都不会是表象上的那么简单，只要认认真真，争取做得更好，我们都会有不一样的收获。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何叠被子，而是告诉我们脚踏实地认认真真一丝不苟是一个人不可缺少的精神。

现在，军训已经成为了永久的记忆，纵使它有千百般的美好，无论它教给我们多少让我们终身受用的东西，它都已经过去了，再也无法再次拥有了。有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

最后，只想说：军训，谢谢你！你带给我的会终身陪伴我左右。

高一军训体会篇四

军训，一次不同部分的经历，是我们人生中的一级重要的阶梯。下面是小编搜集整理的学校高一新生军训总结，欢迎阅读。

接受军训是每一名高一新生必须参加的一项集体教育活动，也是新生入学的必备条件之一。我校20xx年级高一新生军训从8月15日开始至8月21日结束，历时7天，参训学生117人。军训以提高同学们的国防观念、集体主义观念，培养吃苦耐劳的作风为目的，取得了预期的效果，军训成绩显著！本次军训工作，在学校领导的重视、各部门的通力协助下，形成了职责分明，相互配合的组织体系。按照学校军训指导思想，坚持严格要求，严格训练，同学们发扬不怕苦、不怕累的作风，在军训基地教官的训练下，加强了纪律性，培养了集体主义精神，精神面貌焕然一新。现总结如下：

为保证高质量完成今年的新生军训工作，切实增强同学们的国防观念和提高自身素质，学校非常重视，在军训前教育处的谢校长专门对高一年级的军训学生和家长进行了军训动员，明确了军训的目的和意义。服务处也给予了积极的配合，为学生准备了军训服装。各项准备工作都安排的井然有序。军训期间，带队的谢校长和教育处的主任、高一年级年级组长和班主任都非常重视，每天深入训练场、检查军训工作，关心学生的身体情况；照顾生病的学生；晚上检查学生的寝室。各司其职，密切配合，确保了军训工作的完成。

又活跃了气氛，达到了劳逸结合的效果；四是严把质量关。为确保军训质量，严把质量关，每天从早上6：30——晚上9：30都在进行训练中，教官还根据学生领会动作强弱等特点，采取分层次进行训练，并针对检查中发现的问题，及时进行讲解，逐一过关，从而保证了军训任务按质按量的完成。

在整个军训期间，我们始终做到严格管理、严格要求、严格训练，确保了军训期间安全稳定。培养了同学“一切行动听指挥”的意识。

这次军训，气候比较炎热，同学们对所学的内容都比较陌生，但每一个同学都能端正训练态度，把这次军训当作一次学习提高自身素质和锻炼自我、挑战自我的机会，同学们发扬了

不怕苦、不怕累的精神，通过军训，学生的精神面貌焕然一新。

在汇报表演过程中，每个学生都能够做到精神饱满，姿态昂扬，认真听口令做动作，学生们的动作整齐划一、军训效果显著。

学生们的通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了坚强的意志，锻炼了抗挫品质，培养了同学们的良好作风。军训最重要的目的，是要求同学们通过军训，磨练自己。通过一周艰苦的训练，逐步培养了同学们如何面对困难，如何克服困难，如何用坚韧不拔的意志来支配自己的行动的目标。通过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

与此同时，在军训过程中也有一些不足之处，主要表现在少数学生的吃苦精神不够，存在一定的偷懒现象。这些学生都是独生子女，家庭条件相对较好，在进入学校门之前他们一直在父母的庇护之下，生活上娇生惯养，没想到进入第一次军训是如此的劳累，因此军训开始时有怕苦怕累的想法；一些学生的身体素质较差，缺乏必要的身体锻炼；个别学生集体意识薄弱，时间观念淡薄。

正如学生说的：“这7天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。”

回想到第一天，我们怀着兴奋而又紧张的心情来到张堰中学，这里陌生而又对这里充满了好奇。

第一天，我们开始练习站军姿，这是一个考验我们毅力的一个训练项目，也是整个军训中最令我难忘的训练之一。太阳像个大火炉，地上的土块被晒得滚烫滚烫的，几只黑褐色的

大肚蟋蟀，安着弹簧似的蹦来蹦去。云彩好似被太阳烧化了，也消失得无影无踪。太阳啊太阳！你是如此毒辣！这时教官发话了：“身体要蹦直，抬头，挺胸，收腹，身体还要前倾，全身肌肉都要用劲！”他还过来给我们调整姿势。不一会儿，有些人就脖子，腰，腿酸疼，偌大的汗水顺着脸颊滑下，落到地面上，一眨眼就被晒干了，当我们却一动不能动，因为这是在军营中，做任何事情都要向上级打报告。

时间一分一秒地过去了，一声虚弱的“报告”打破了这紧张的氛围，我们都往一个点看去，一位女同学好像中暑了，教官让她到一旁休息了，这站军姿还真是伤不起啊！

这一天是最累，但是没有一个人叫苦，抱怨。都在凭这各自的毅力坚持着，没有丝毫的懈怠。晚上熄灯后不一会就全部呼呼大睡了。

后面几天都是队列练习，几个番号弄得我们死去活来。番号，就是在行进中喊出的有节奏的口号。刚开始，我们三十几号人的声音比教官一个人的声音还轻，教官不断地给我们示范。教官的嗓子喊哑了，但是他仍旧不停的喊着，这个举动使我们所有人的内心被深深地触动了。终于拿出了吃奶的力气，长大了嘴巴，尽量把嘴张成“o”型，扯着喉咙吼着。教官一遍遍地让我们重喊，直到令他满意。几天后我们每个人嗓子都变得“沧桑”了，嘴里时不时地含着含片，仍是费力地喊着。这给我的军训记忆留下了深刻的印记。

这5天中，教官们教我们唱军歌，在休息的时候陪我们聊天，讲述他的故事，使我们明白了我们这几天的军训不算什么，和教官的经历比起来全是浮云。

军训，这段如五味瓶般的回忆，我会永远将他珍藏在心底，因为它教会了我团结和责任。

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。

这次军训，让我明白了团结就是力量的含义。

高一军训体会篇五

太平盛世的今天，每时每刻，岗哨上身形各异但挺拔无二的身影，依旧是这片土地的守护神。兵者，国之大事。军人是站在祖国最前线的屏障。然而，国防一事，不只在军队，而在全民。每一个国人都有义务具备基础的国防意识。国防是教育的一部分，所以今天我也算是有幸穿了迷彩，体会了一把士兵的苦乐。

清晨，兰州的天还未睁开蓝色的'眼时，整个宿舍楼就在一片嘈杂里惊醒了。睡不醒的一代们睡眠惺忪的爬起来。我以前所未有的深情和耐心一遍一遍捋着被子的每一个褶，尽量让它像一个“豆腐块”。迅速洗漱过之后，我整了整军训服去操场集合。

每天的训练内容几乎闭着眼都能数出来。可就是这枯燥的重复也能造就人们坚持的品质。我们那个年轻又羞涩的教官过来了，第一项内容就是军姿30分钟。“站如松”，好看是好看，可一点都不好站。忽然有点佩服一站岗就是两小时的兵们。

回想这两天的训练，敬礼，齐步走摆臂定位练习，跨立，稍息，口号，转体。虽然不过都是简单的队列动作，可每一个动作都要求干脆利落，忌拖泥带水。要让平时散漫惯了的我们做到整齐规范，也是不简单。于是，热情的太阳下大家在不断重复里一点点靠近教官的期许。

这几天天总是很给面子的万里无云，艳阳高照。教官会一遍

一遍纠正指导大家的不足之处，不厌其烦的扯着嗓子吼口号带大家练，也会似气急败坏地严厉训斥不守纪律的人，偶尔还诙谐风趣地开个小玩笑。一直觉得军人和军队有那么一点神秘的色彩。而教官让我看到，其实我们都一样，喜怒哀乐都相似，不过是所从事的工作有异。但不论什么工作，这世上人都能大体分为两种，尽力活和随意活的。

短短15天，都不够给岁月他老人家拉车的那匹马眨一下眼。但在这15天里，我体会到一个士兵最浅层次的辛苦，领略一举手一投足的动作里军人的风骨，会在炎炎夏日里学会咬牙坚持，或许还会交到一个萍水相逢的刚刚好的教官朋友！我会好好珍惜这15天。

高一军训体会篇六

军训的那一天，大家穿上整齐的军装，活像一个小军人。严厉的教官对同学们的一举一动要求都十分严格。太阳虽不如往日那般暴晒，却也让大家满头大汗。也许同学们的想法和我一样，不太喜欢军训，可如果每个人都像我们一样娇生惯养，那我们的国家将会变得不堪一击，而如今的中国之所以会变得这么强大，是因为哪些民警们尽心尽力的为中国服务。他们同样吃过苦，可他们从来没有放弃过，是因为他们知道国家需要他们。而我们与他们相比，明显要幸福得多。参加军训不仅仅只是一个过程，它还可以锻炼我们的体魄，让我们有足够的力量去捍卫我们的大好河山。

也许大家只感受到军训的辛苦，可其实军训不仅能锻炼我们的意志力，还可以加强我们的耐心。所以每一个成功背后，都是经历过了许许多多的困难和挫折才达到的，而成功越大，受过的挫折也就越大，成功的次数越多，那么失败的次数也就越多。

军训对我来说，是一种磨炼，它能让我们以后的道路更加畅通无阻。同样也是一个证明自己的机会，让潜在的力量激发

出来。虽然这次军训特别劳累，但是也别有一番收获，这种收获使人刻骨铭心，让人回味无穷！

高一军训体会篇七

八月二十日，我们伴随着夏日的阳光、暖风，开起了我们的军训生活。

军训的第一天我感觉到好累，住在军营的大院里，我深刻的意识到了在家的那种幸福感。军训时没有好吃的'饭菜，没有每天睡到自然醒的权利，没有手机和电脑的陪伴。有的只是严肃的教官，永远站不完的军姿和队列动作。前几天我们都是重复着同样的工作——训练。其实，别看我们天天喊累，但是我们每一天都过得很充实。我们甚至一直都在想着如果训练没那么辛苦，我们愿意一直过着这种集体生活。后来几天我进入了队列示范班，认识了更多的朋友。虽然不能在班级体中训练有点可惜，但我们能为班级争光也是一种幸福。在军训的第四天我们的生活规律已经养成了，在训练时也不觉得那么累了，那时我已经爱上了军训的集体生活。军训时总会有些小插曲。例如说某位同学坚持带病训练，我不认为这是正确的做法，因为身体是自己的，无论是训练时还是休息时都应该以自己的身体为重。

在军训中我们班的同学也为彼此付出许多。在回来的前一天晚上，我们有一个集体的表演，朱思同学一直在忙前忙后，为那一天的表演付出了许多。有的同学受伤了，其他同学纷纷拿出药物，帮助她。

军训后，回到家中，我真有点舍不得军队，舍不得和教官同学在一起的那些日子。

高一军训体会篇八

高一（1）班军训总结

接受军训是每一名高一新生必须参加的一项集体教育活动，也是新生入学的必备条件之一。我校2011年级高一新生军训从8月29日开始至9月3日结束，历时7天，高一（1）班参训学生53人。军训以提高同学们的国防观念、集体主义观念，培养吃苦耐劳的作风为目的，取得了预期的效果，军训成绩显著！本次军训工作，在学校领导的重视、各部门的通力协助下，形成了职责分明，相互配合的组织体系。按照学校军训指导思想，坚持严格要求，严格训练，同学们发扬不怕苦、不怕累的作风，在学校体育老师及教官的训练下，加强了纪律性，培养了集体主义精神，精神面貌焕然一新。现总结如下：

通过军训，进一步强化了学生的国防意识，增强了学生的爱国热情。一周的军训，同学们学习和掌握了有关军事知识和技能，增强了国防意识，从小就树立起“祖国安危在我心中”，“天下兴亡，匹夫有责”的庄严使命感，认识到新一代高中生不仅要认真学习，担负起建设祖国的重任，还要努力拼搏，肩负起保卫祖国的重任。

通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了坚强的意志，锻炼了抗挫品质，培养了同学们的良好作风。军训最重要的目的，是要求同学们通过军训，磨练自己。通过一周艰苦的训练，逐步培养了同学们如何面对困难，如何克服困难，如何用坚韧不拔的意志来支配自己的行动的目标。

会取得成功；要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。通过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

通过这次军训，学生提高了自身的身体素质，心理承受力有了大幅度的提高，精神风貌也焕然一新，集体荣誉感和团队

精神明显增强，涌现出了许多先进人物。与此同时，在军训过程中也有一些不足之处，主要表现在少数学生的吃苦精神不够，存在一定的偷懒现象。这些学生都是独生子女，家庭条件相对较好，在进入学校门之前他们一直在父母的庇护之下，生活上娇生惯养，没想到进入第一次军训是如此的劳累，因此军训开始时有怕苦怕累的想法；一些学生的身体素质较差，缺乏必要的身体锻炼；个别学生集体意识薄弱，时间观念淡薄。通过军训，这种状况得到了明显的改善。

军训是以后紧张的学习生活的起点，通过军训，学生普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。通过军训，增进了师生之间的了解和情感的沟通，较快地形成了一种积极向上的良好班风和班级凝聚力。

正如学生说的：“这七天，我们很充实，酸甜苦辣都有，我们都经历了，但这只是我们人生中的一小部分，以后我们将经历更多坎坷艰险，我们必须坚持。经过这几天的训练，我们变得更坚强了，我们的意志磨砺了。”

2011.9.3

一、加强领导，周密安排

根据今年新生军训工作的特点，为了在短时间里高质量地完成军训任务，学校十分重视这项工作，做了周密细致的安排，从而为军训任务的完成打下了良好基础。军训期间，学校领导和年级负责人都非常重视，各司其职，密切配合。薛宗党校长、范增文校长经常深入训练场检查指导，并给军训学生鼓励打气；班主任坚持跟班训练、关心学生，早晚自习全程坐班。由于领导重视，组织严密，安排周到，分工明确，今年的军训工作得以顺利展开和实施。

二、从高从严，保质保量

要将往年十天以上时间才能完成的军训任务缩短为五天完成，同时保证训练质量不下降，我们首先做到的是，严格训练、严格要求，科学的训练。我们主要做了以下几方面的工作：

1、严格对军训教官的素质要求。经协商这次军训的教官是经过礅山武警中队严格挑选，抽调出那些能力强、素质好，作风过硬的士兵担任教官，由于教官的素质好，高标准严要求，保障了训练的高质量。

2、班主任全程陪训，同时经常给学生以鼓励和指导，增强了学生们一不怕苦，二不怕累的决心，收到了良好的训练效果，保证了训练的高质量。

3、按训练科目的安排，充分有效地利用时间。采取军事训练与

理论教学、室内与室外教学相结合的方式穿插进行，同时劳逸结合，训练之余教官们教唱部队歌曲，并进行连队与连队，班与班的拉歌等联谊活动，既增强了同学们的集体荣誉感，又活跃了气氛调动了训练的积极性。

这样我们通过5个训练日，保质保量的完成军事训练的要求，提高了学生军事理论，军事技能和身体素质，增强了国防观念和集体主义观念，加强了组织纪律性，激发了爱国主义精神。

三、领导带头，团结协作

在时间紧、任务重的情况下，与领导带头，团结协作共同努力是分不开的。军训筹备阶段学校就进行了细致的分工，周密的部署。训练展开后，校领导每天深入训练第一线协调、指导训练。特别是薛校长、范校长，亲自到训练第一线指导

训练，同时要求班主任认真关注学生军训和身体健康状况，让让每个学生都不落后，使得训练得以安全顺利的完成。，班主任全程现场监护，保障了军训得以安全顺利进行。正是有了这种上下一心、团结协作的精神，才使同学们自始至终保持着奋发向上的工作热情和昂扬的革命斗志，圆满的完成了军训任务。

四、服务周全，保障到位

为了使军训达到良好的预期目的，使教学双方协作促进，提供一个良好的服务保障也是重要的一环。为了使军训训练及理论课达到优质高效，后勤保障同样也是及时到位，从而为军训提供了良好的条件。

五、军训总结汇操，成效显著

通过军训，学生的礼节礼貌好多了，纪律性加强了，身体素质增强了，个人内务卫生统一、整洁了，为今后三年的高中生活打下了扎实的基础。今天下午学校在学校广场举行军训汇操和总结大会，汇操同学精神饱满斗志昂扬，一丝不苟的完成了各种规定动作，全场不时地爆发出热烈的掌声，汇操取得了圆满成功。今年的军训在良好的氛围中胜利结束。

砀山四中高一年级组

二零一三年八月三十日

宣城市华星外国语学校是一所全封闭寄宿制学校，学生的纪律观念，生活自理能力等对我们学校来说显得尤为重要。所以高一新生军训成了孩子们上高中的第一课，学校非常重视军训前的准备工作，军训过程和军训效果。

在学生到学校报到之前，我们已联系好了教官，也召开了高一年级组班主任会议，主要下发军训六天的具体安排和计划，

并统一了思想。高一新生报到当天晚上，我们就在学校的三楼体艺馆召开了2015级高一新生军训动员大会，大会上首先是副校长王冬翠强调了军训的意义和军训时的纪律要求，之后由参谋长从军人角度谈军训的意义，高中部方建荣主任就军训提出了具体要求，最后副校长余跃斌总结并对2015级学生提出了期望。这些足以说明学校对军训的重视，也足以说明军训准备工作非常到位。

军队的保障，服从是军人的天职，这些也是我们这次军训的主要目的之一。在军训中，同学们在教官的严格要求下，在班主任的督促下，基本能够做到令行禁止，对学校的规章制度，对于军训期间的各项要求基本能够遵守，都能尊敬和服从教官及班主任的管理。当然本次军训之所以能达到这么好的效果，跟我们的教官和班主任是分不开的。我们的教官严于律己，身体力行，以自己的行动赢得了同学们的尊敬和热爱，短短的6天教官和同学们结下了深厚的友情，教官们用自己的魅力影响着同学们。可以说，这次军训的成功离不开教官们的辛勤工作，同样我们的每一位班主任也在这次军训中付出了许多，每天都陪伴着我们同学的训练，非常辛苦。

军训的最后一天下午举行了内务评比和会操比赛。很多宿舍地面非常干净，被子摆放整齐，被单平整，卫生间东西摆放整齐，整个宿舍清洁明亮。会操时班级队列整齐，学生精神饱满，动作整齐划一。无论是内务还是队列都达到了我们预期的效果。为此学校和教官对表现好的个人，宿舍和班级给予了表扬和奖励。

军训对我们学校来说意义重大，不仅锻炼培养了学生，也为我们的管理提供了保障。

在烈日炎炎、骄阳似火的8月，全体新生在紧张、有序、生动、和谐的气氛中接受了入学后第一次身体上的锤炼和精神上的洗礼，为期一周的军训徐徐落幕。昨日训练的口号依然在耳边响起，自信和威武的军人风范仍然充斥着全身，那种喜悦、

兴奋、自豪和感动，时刻萦绕在脑海与心灵深处。

这次军训带给同学们的不仅仅是身体上的锻炼，还有思想上的熏陶，意志上的锤炼，留给我们印象最深的是军人严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、严守纪律和艰苦朴素的精神，学校领导经常到场关心指导工作，与同学们进行良好的沟通；医务室全天开放，医疗小组随时为我们提供医疗服务保障；全体班主任全程跟班，兢兢业业，一丝不苟，全身心投入，与同学们同甘共苦。这些，都是本次军训顺利开展并取得成功的有力保证。烈日下，站军姿，踢正步……最大的考验就是得每时每刻保持精神的高度集中。虽然站得汗流浹背，双腿酸痛，但同学们仍然坚持，同时也深深体会到“苦”乃军训之首。这些苦让他们明白并相信军训是他们正式进入学习生活之前十分重要的一次锻炼，也是人生一份不可多得的一笔财富。

这次军训建立了许多欢乐的友情，不单让同学们在军训的日子里学会同甘共苦、励志前进，进一步的加深了彼此的了解、增进了彼此的友谊，通过这次军训还使得来自全州各地的同学们拉近了距离，在短时间内建立起了难能可贵的情谊。

与教官的情谊是复杂的，教官们近乎完美的人格魅力，让同学们对教官产生了新的理解和敬仰。教官可以说是同学们的老师，在训练中一丝不苟严格要求；也可以说是同学们的朋友，在生活中幽默诙谐，与他们打成一片。教官身上的那种乐观开朗也是同学们可以借鉴的。在将来的学习生活中，肯定会有各种各样的问题、困难出现，有了坚强的意志和乐观的精神，同学们必然又多了几分战胜它们的勇气！

经过了这次军训，同学们获益良多，收获颇丰。他们自身的身体素质得到了加强，学会了更好的生活，学会了团队精神，学会了自信，学会了拼搏；锻炼了意志，锻炼了毅力，锻炼了品格；以健康、潇洒、精神、自信的姿态迎接人生中新的一页。军训，圆满结束了。回想起这些日子，同学们感慨良

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，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯，一个火热的熔炉，一个人与人之间的纽带。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，谁就笑得最美，谁就是最终的胜利者；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，就是这盛夏最美的一道美丽的风景。

枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

今天，他们在汗水中磨练意志。明天，他们将为母校增光添彩。生命如火，誓言如歌。百米冲刺靠千日苦练，一朝争先要几载寒窗。梦想，激情，在训练场中用顽强拼搏点亮；理想，渴望，在人生路上和信念一起激荡。他们将发扬共和国一军人“冬练三九，夏练三伏”的精神，刻苦训练，脚踏实地。把军人的纪律、军人的作风带到平时的学习和生活中去，像雄鹰一样，冲破蓝天，超越梦想，展翅飞翔。

古有花木兰替父从军，今有高一新生的巾帼不让须眉，他们不怕苦，不怕累，出色地完成了训练任务，交上一份令人满意的答卷，为青春再谱一曲高歌。

炎炎烈日下，广阔天地间，时间早已见证了他们坚定的意志。只要坚持到最后，就是胜者！不管再荆棘、再坎坷的道路，他们都坚持下来了，因为勇敢是他们的口号，执着是他们的信念，坚强是他们的永恒。他们将用要用自己的双手打造属于他们的青春！

高一军训体会篇九

踢了几遍正步后，教官惊喜地看着我们，微笑着对我们说：“昨天是得到秘诀了吗？”却是，比起前几天，今天我们的正步踏地明显标准整齐多了。可谈到秘诀倒也没什么，只是因为昨晚上看了三部微电影，影片让我们明白真情、潜力和梦想在人生中的地位。

真情是流淌在亲人、友人、师生中间的细流，斩不断，相互牵绊。在《生日》总，我目睹了父与子、师与生乃至陌生人之间的真情。老父亲在偏远的山村教学，以并不强壮的脊背撑起那一带孩子的上学梦。年轻的儿子看到父亲的辛苦以为只有出去打工才能帮助父亲和孩子们。在那个金碧辉煌的包间里，他见到过生日的老教授，不禁泪水滂沱，因为同样七十大寿的父亲在寒窑里，不知道是否有人会给他做一碗热腾腾的长寿面。他再也忍不住了，丢下了一切，回了家。其实那就是父亲生日最好的礼物吧。结尾，儿子回到家，那位老教授资助苦守山村的老父亲。真情让一切圆满。

第二部电影中，球员布洛克一直比较悲观，他的悲观也影响了整个球队的情绪。而就是这个自认为连50码都过不了的球员在蒙上眼睛看不到标码位置的情况下背着另一个160磅的球员爬过了全场。这过程中，教练一直都在呐喊，为他加油。我想：那50码或许只是思想上的禁锢，不去理会这个禁锢，终点不再是终点，往往就能走得更远。

梦想是第三部电影的主题，主人公卓君就存在于现实生活中。在走向成功的道路上，他跌跌撞撞。他在田埂上起舞，引来同村的人不解、羞辱，甚至攻击。就在他差点放弃的时候，父亲将一顶代表着鼓励与支持的帽子递给了他，他终于坚持了下去。偌大的舞台上，观众的嗤笑也没让他退缩。最后他用自己舞姿征服了所有观众。坚持梦想是成功的不二法门。