

# 最新高一军训心得体会 高一读书心得有感参考(优质8篇)

军训心得是对参加军训活动后的感悟和总结，有助于提升自我能力。以下是一些读者自己撰写的读书心得，希望对大家有所帮助有所启发。

## 高一军训心得体会篇一

我知道人为什么惧怕死亡，因为人有求生的本能，更有对生的渴望。曾有一段时间，我是那么希望接近死神，我的软弱与对生的绝望让我陷入死亡的迷惑，渴望到达那传说中永恒的世界。

我不渴望，也不想长生，我不要无穷无尽的生命，也不相信有来生，我只相信今生也只拥有现在。如果现代医学克服各种各样的基因缺陷，生命就可以永生的话，我不要。

我庆幸我是一个人，会有死亡的时候。生命不只是活着，更是一种责任，我只希望在我死以前已完成我生的责任，也希望死亡对人类不再是一种阴森恐怖的现象，更希望我们对死亡有真正豁达的态度。

## 高一军训心得体会篇二

当我们心中积累了不少感想和见解时，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，通过写心得体会，可使我们今后少走弯路。以下是小编整理的高一学生军训心得体会有感，一起来看看吧，希望对大家有所帮助。

当我踏入军训基地、穿上那身迷彩装，我感受到了那份来自军人的沉重感，更是一种对他们的敬仰之情。我内心幻想着

在接下来的一个周的训练中，也能够把我打造成为保家卫国的一份子，我将为国家，为社会献出我的全部热血与青春。对于幻想中的一切都是美好的，而现实的残酷将我重重地拍击在海岸边上。

曾经想的不就是站站军姿，保持不动，不就是稍息、立正、跑步走之类的口令嘛，我都会，之前体育老师还夸我，让我带队呢。训练一整天下来，我这才终于明白，为何说军训苦，为何说军训累，那是一种对于一种姿势的坚持，坚持，再坚持。耐心这个东西是现在的无数人都欠缺的，今天我喜欢这个，那我明天肯定就是喜欢那个了，对于一件事的喜爱程度没办法保持下去，就像是在站军姿时，其实就是简单的站立，但难的是保持不动。无数的“报告”声，于我耳畔围绕，我再忍忍着，心想着多咬咬牙时间就可以过去了。实在难以构想这些教官，那些军人他们的训练是怎么过来的，都是咬咬牙吗？那牙岂不是该都碎掉了。

训练的两天三天大家都忍忍过来了，简直没有想到这仅仅是开始而已，后面每一次时间的加长，每一次惩罚的加重，越发让人支撑不下去了。在保持动作时，在做下蹲时，在做俯卧撑时，感受着汗水从面颊滚落，缓缓滴进脚下的沙堆，然后消失不见，却还是不能动一丝半毫。内心的煎熬伴随着训练的痛苦却越发的兴奋，兴奋的是教官告诉我们要为毕业典礼进行筹备，更是煎熬快要结束的兴奋。在毕业典礼那天，将我们整个星期所有的成果都展现了出去，表演的时候所有人都身披荣誉，都是最美的军人。那个晚上无疑是我们最幸福的一个晚上，没有训练，只有齐聚一堂的欢闹声。

踏上回校的班车，看着曾经那片训练的黄沙地，没有一丝动静，就好像我们从来不曾来过，更是没有踏足过。想象着接下来还会有更多的同我们这般大小的孩子还这里经受一次时光的磨炼，我想他们也会和我一样都是幸福的，是那种蜕变后的荣耀感，是那种成长了的幸福感。未来的时光，每每遇到不可坚持忍耐的坎儿，都可以有这段经历为我保驾护航，

又苦又难的军训都过来了，还有什么走不过去的吗！从军训基地走出来的我是黝黑发亮的，更是幸福的，是那种重生后的幸福！

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗？那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩

瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

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。

可亲可敬的教官们，一路走好！

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

进入高中，就要接受为期五天的军训了。军训不仅仅是对我们身体的考验，更多是对我们意志的磨练。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”所以说，成功的大门都是向意志坚强得人敞开的。

实话讲，军训的内容是单调的，每天都做着一样的动作，心中暗暗抱怨自己的汗水白流了好几迟。军训时教官是非常严厉的，在教官的标准指导下，我们发现，自己平时的习惯如此别扭。军训时，纠正错误是困难的，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。虽然李教官还有差距，但是进步的欣喜若狂摆在了每个人的面前。

军训不仅仅不是行为上的操练，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；让我发觉平时充满责备声的家是多么温暖；让我发觉自己其实很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，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，我们要感谢的人有许多。我们要感谢教官，他是唯

一个比我们流更多汗水的人。是他让我们知道了真正军人的样子。我能清晰地记得教官在我们耳边的口令声。我们要感谢班主任，烈日炎炎中，他陪同我们一起训练，给我们无穷的力量和支持。

回想这些日子，我感慨的很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”这是军训的体会。“千磨万击还坚劲，认尔东南西北风”这是军训的结果。军训的感悟是用心体会，他教会了我们对别人的关爱，它加深了我们对保卫祖国的理解，他告诉了我们面对困难应有的态度。

军训就是这样，理论上实践，实践上积累，积累中进步。

短短两天的军训一下子就过去了。很可惜我们班没有取得好名次。但是，我们不遗憾，因为我们努力过了。

迎着蒙蒙细雨，我们在努力。努力战胜腿酸，努力战胜手麻，努力战胜自己!这一点在站军姿上最能体现。站军姿是辛苦的，在练兵场上，那酸麻感是“无动胜有动”，一动不动地站在那儿，再加上微向前倾的身子，两面三刀条大腿的承受力很大，酸麻感自然大得难受。此时若能动一下，那就是解脱，但那是允许的!我们咬紧牙关地坚持。等到在缓解的原地踏步时，我的腿已经麻木到动不了了。但是，我们仍要一动不动地站军姿。因为这是命令，我们要遵守。

我想，最能体现我们班合作精神的，就是拉歌的时候。面对男丁众多的六班，我们敢于“正面应战”，以仅有的九名男丁和三十九名巾帼与他们对抗，硬是吼得他们灰溜溜地转身闭客，成了“耍赖的流氓”!每一次指挥的同学累了，下一位同学就会自觉地挺身而出。谁也不愿意看着自己的班级输，成为被人笑话的“耍赖流氓”

最后不得不说的是我们的江教官。别看他在训练时那么严格，一板一眼的，其实是个特别腼腆的人。他一直在跟我们班强

调要尊重别人，注重礼貌。人最基本的就是要尊重，而尊重则体现在礼貌、礼节上。所以我们一定要懂得礼貌，对教官、对老师、对同学都要讲礼貌来表达自己的尊重。

短短两天的军训一下子就过去了，很多东西都有所改变。但是，有一点是不变的——曾经努力过的我们会更加努力的！

高一军训就这样结束了，回忆起来真的是诸多感慨！

军训期间开展的一系列活动，使我们加强了集体荣誉感和组织凝聚力，让我们体验到良好的团队合作精神和灵活应变技巧在我们今后实际工作中的重要性；立定、稍息、原地转向、齐步走、跑步走和正步走等训练项目，让我们体会到了在建设新世纪的社会主义现代化事业中必须具备艰苦奋斗、吃苦耐劳的优良传统。严格的管理、严谨的训练也增加了我们的自我约束力和时间观念。

军训是酸的。每天我们连续训练两个多小时，昂首，挺胸，这些是最基本的要求。不用一天的时间，脖子、肩膀、手腕、腿都酸了。

军训是苦的。经过了三天的训练，腰酸背痛不用说了，大腿更是连走路都忍忍作痛。可这么一些劳累算得了什么呢？忍着痛，我仍尽力地将每一步走好，坚持到最后，虽然这当中包含着多少的艰苦。

军训是辣的。严明的纪律，在军营生活中必不可少，一不留神听错教官的口令或者完成不好标准动作就要被点名单独出列加操，脸上火辣辣的滋味真的不好受。

军训是甜的。用“苦尽甘来”四个字来修饰军训很合适。五天的刻苦训练终于换来了第五天，也就是最后一天。

阅兵场上，一排排整齐的“立”在上面的是一片绿色，太阳

此时很准时地从地平线上升起，从山的顶部蹦出，发出耀眼的光芒，一缕缕阳光洒在这一排排迷彩上，形成了一道奇异的风景线，为这个世界增添了生机与活力。

一声声哨响，一阵阵踏步声，一句句口令声，奏出了属于军人的气质，奏出了军人的灵魂，更奏出了迷彩的本色，一顶顶帽子，一条条腰带，一套套军装，穿出了军人的生活，穿出了军人的习惯，更穿出了迷彩的本色。

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。

### 高一军训心得体会篇三

五天半的军训生活，见证了我们的蜕变，见证了我们的成长，见证了我们的真情。军训磨炼了我们的意志，锻炼了我们吃苦的精神，约束了我们的行为。让我们可以更好的生活，领会团队精神，学会自信，学会奋进，学会坚持，以健康、潇洒、精神的面貌迎接人生中崭新的一页。

## 高一军训心得体会篇四

“一二一，一二一，一二三四，立定！”这几个字每天都在我的脑海中回响。短短几天的军训真的改变了我，它让我变得不再骄傲自大，它让我变得目标更加坚定。

军训，严肃又神圣，它考验着一个人的身体素质和强大的意志力，只有结合二者，才能彻底改变自己。

军训，温暖又可爱，它让我明白了什么是团结。跑操的时候是团结，训练的时候是团结，唱军歌的时候更是团结。团结就是全员齐心协力，共同努力，坚定信念，绝不抛弃不放弃任何一个人，只有这样，才能凝聚出强大的力量，战胜一切困难和艰险。

最后我要感谢在烈日下耐心教导我们的教官，也要感谢在我们最艰难时给予我们支持和鼓励的老师们，您们都辛苦了！对此向您们表示由衷的感谢和崇高的敬意！

## 高一军训心得体会篇五

顶着太阳慷慨赐与的热辣辣的光芒，我们齐步走在操场上，耳中充斥着兄弟班级洪亮的报数声。我们一遍遍地从这头走到那头，再从那头走到这头，单调又重复，还似乎永无止境。平时“养尊处优”的双脚哪经得起这般折腾，酸麻的感觉顺着大腿爬了上来，早就有人在喊：“我的脚都磨出血泡了。”“我都快撑不住了，双脚似有千斤重啊。”可只要教官的身影一出现，所有的埋怨、委屈都被活生生吞了回去，发出的是那铿锵有力的“一、二、三、四……”，我们一边扯着喉咙喊口号，一边机械地踢着正步，头皮和阳光之间的障碍就是那一顶薄薄的军帽。好不容易听到教官喊停，绷紧的神精还来不及放松，又听到了“蹲下”的口令，这“蹲下”可不是平时那种惬意的姿势：左右脚膝盖不能碰到地面，两脚分开，\_坐在右小腿上，左手搭在左大腿上，腰必须挺直。

这哪是休息，简直是受苦啊！

军训之前，我一直觉得自己不是被宠大的“温室里的花朵”，而是真正的男子汉，有着男子汉的忍耐力和意志力。可如今才两天功夫，这些美好的自我感觉已被击得粉碎，一回家，浑身似散了架似的提不起劲来，头、颈、身子、腿、脚，凡是能传递感觉的地方都一致地告诉我：这军训可不是闹着玩的。有时想到教官们一脸轻松地给我们做示范动作，我常有自叹弗如的感觉，看来我们之间的差距还真不是一般的大。

两天的军训虽然为时很短，但人生中有这段记忆还是很宝贵的，它让我一进中学就明白：遇到困难就寻求帮助或直接放弃都是不对的，正视困难、克服困难才是明智的选择。初中三年的学习是繁重单调的，甚至是艰苦的，但只要坚持，只要刻苦，相信会登上成功的峰顶，欣赏到美丽的风光。也许在我们以后的人生路途中还会遇到各种各样的困难，那时我会想到这成长中的第一次军训，想到军训时教官的告诫：困难既是我们前进途中的绊脚石，又是我们攀高的垫脚石，困难越大，迈过去之后就会攀得越高。

## 高一军训心得体会篇六

刚到军训场地，我便感到一种无形的压力。尽管开始已经做好了心理准备，但第一天的训练强度早已超出我的想象。很累，这不仅是我，也是所有军训同学们最真实且最直观的感受。从早到晚除了睡觉、训练、吃饭，几乎没有自己的空闲时间。我们面临如此繁重的训练生活，每个人或多或少都会有些浮躁，许多人面对身体和心理的双重考验时，因与之前的家庭生活反差太大，十分不适应，甚至是受伤和晕倒。但大多数人依然百折不挠，顽强拼搏。在训练生活中听从教官安排，服从教官命令，合理调整心态，努力做到，这都是我们当代青年应具有的品质。

在军训生活中，我们不光要听从命令，服从安排，更重要的

是心中有道德观念，一个人可以什么都没有，但必须有道德，在军训期间，令我感触最深的便是同学间的友谊，尽管同学们之间都互不认识，但大家对彼此都十分热情，当同学有困难时，其他同学都会热情帮助，令我特别感动的是，在军训过程中我因洗凉水澡导致发烧，在我最困难的时刻，受到同学们的无私关怀和帮助，使我真正体会到集体的力量，友谊的可贵及人性的光辉，我想这才是我们这次军训的真谛。

另一个在军训中感触最深的便是礼貌问题，经过教官的细心教导，我们都会很礼貌向老师和教官问好，我觉得这些都是不可多得的人生财富。

在军训中，我认为最辛苦的便是教官，他们每天起的比我们早，睡得比我们晚，但依然对我们悉心教导，感谢你们对我们所做的一切。

我希望通过此次军训，在今后的学习生活中，同学们发扬军人朴素、艰苦奋斗的精神，不断在学习中提升自我水平，不断挑战自我，并遵守校规，做一名四好青年。希望在今后的学习生活中我也能发扬这种精神，以致实现自己的理想。

最后我衷心希望我们大家共同努力，发扬军人作风，共同创建美丽回中。

## 高一军训心得体会篇七

《水浒传》，我国历第一部用白话文写的章回体长篇小说，以农民起义为题材，讲述了北宋民间以宋江为首的一百零八位梁山泊好汉揭竿起义，最后被人迫害而走向失败的故事。一百二十回章节，每一章都各有特色，但是那封建王室腐败无能，朝廷众臣贪婪自私让人感到愤慨，尽管有志之士有报国之心，可\_臣当道，报国无门。

《水浒传》，就如同历史的录影带，反映了封建君主的昏聩，

梁山好汉的深明大义，这些无一不告诫着后人，改变社会的不只是某些人的行为，而是需要大家一起的团结，同时仿佛也映衬了那一句老话“团结就是力量”。

书中的众多英雄，不仅身怀绝技，还有着一颗为国效力的赤诚之心。宋江的忠义双全，吴用的足智多谋，李逵的淳朴率真，武松的智勇双全……如此多的仁人志士，却遭到了小人的陷害和杀害，但他们的精神将会永远流传在人们的心中，像芬芳的鲜花，潜移默化地影响着人们，让人们在不知不觉间学会了忠诚于勇敢。

提到奉献，总会让人不由自主的想起那处处为他人着想的宋江。他是作者塑造的很经典的一个人物，他向往光明与和平，敢于抒发自己的志向与情怀，却因身处封建社会而无法完成自己远大的志向，但他却有着一颗不服输的心。为救晁盖，他甘于奉献；发配江州，他不愿放弃；奔上梁山，他兢兢业业；南北征战，他奋勇杀敌；意外被害，他也义无反顾。宋江的精神，是执着的精神，是无畏的精神，是奉献的精神，是大公无私的爱的精神。作为一名现代人，我们都应该有这样的精神，用自己的心去感染身边的每一个人。

## 高一军训心得体会篇八

“给我一批学生，还你一支部队”这是基地教官对学生的要求，听着就有一种气势，其中也夹杂着怀疑与夸大。毋庸置疑，过程决定结果，这样巨大的改变背后需要不尽的汗水与毅力。就如雨后的绚丽彩虹，雨下过，哭过，天际才会涌现七彩虹桥。那时的颇多感触才是一切最美好的见证。

你是严格的，有铁一般的纪律。烈日下，汗水中，我们只是随着教官的口号在不断地移动，稍息、立正、站好、向左看、向右转……口号在变，动作在变，不允许变的是纪律，不管做什么之前，一定要打报告，没有人是例外。每天好几小时的训练，带来的疲惫，又岂是用言语来表达的呢？每天的每天，

一早就要起床站半个小时的军姿，我不明白这样做有什么意义，我抱怨，表示不理解。每天的每天，从脚上传来的疼痛感催促着回家那天的到来。

可也就是这样惨无人道的训练，将我们这盘散沙凝成了坚硬的混凝土。训练教会我们团结，教会我们坚持与坚强，教会我们……我深知经过这几天的训练，我们不管是个人还是集体，所做的动作都无法达到一个军人的标准，尽管我们是那么重复着做这些不变动作。也因为这样让我更佩服教官们所付出的努力，为作一个军人的努力。这又让我想到了学习，也许，我也该以这种精神去面对，去奋斗，为我的高中生活绽放出鲜艳的花朵。

你是柔情的，有说有笑，有歌舞相伴的。烈日下，汗水中，随着总教官的一声号响，在苦苦的等待中，迎来了那片刻的休息。时间或许不长，却是我们最轻松的时刻。我们盘腿而坐，跟着教官学唱军歌，与教官开开玩笑，谈天说地，在欢笑中相互认识，相互了解。渐渐的越来越喜欢这样的日子，越来越期待训练后的休息，只为开心的笑。离开的前一晚举行的篝火晚会更是印象深刻，那一晚，我们笑开了花，笑的那么灿烂！教官的飒爽英姿。教官的幽默风度，教官的严肃认真……难忘教官，难忘军训的点滴！

雨下过，彩虹出现了，我饱尝了酸甜苦辣各种滋味，我受苦过，也收获了，我收获了耐力坚毅勇敢不屈与团结。五天来，我获益匪浅。

原以为我在苦苦等待，原以为我在苦苦盼望回家的那一天，原以为我只爱算着时间为军训倒计时，可是离开的那一刻，我不舍，我留恋。这些日子的点滴化成了一串串音符在我的心上萦绕。

“军训”不曾结束，而我依旧要奋斗，向着目标，向着前方。不经历风雨怎能见彩虹，唯有煎熬的苦，才有开心的笑！