

# 最新新高一的军训心得感悟(优秀10篇)

实习心得的写作过程能够培养我们的思考和表达能力，对个人职业生涯具有重要意义。借鉴他人的工作心得经验，有助于我们更好地总结和提升自己的工作能力。

## 新高一的军训心得感悟篇一

为认真贯彻惠州市教育局“学生军训工作领导小组”《关于组织市直学校20xx级高一学生赴国防教育基地军训的通知》精神，加强学生国防观念和组织纪律性，培养学生集体主义精神和热爱解放军的情感，促进我校教育教学工作，特制定如下军训方案：

一、加强领导，成立军训领导小组。

组长□xxx

副组长□xxx

成员□xxx

二、做好宣传发动工作。

1、做好对家长的宣传工作。发放《致家长的'一封信》，就本次军训的目的、时间、地点、方式、收费以及相关要求，详细向学生家长通报，以取得家长的积极配合。

2、做好对学生的宣传发动工作。首先，年级部召开班主任会议，认真传达上级《通知》指示、要求，让班主任切实领会有关军训的各项操作要求和注意事项，以便更好地带班军训。其次，各班召开“军训主题班会”，认真传达本次军训的目的意义、着装规定、作息时间、安全意识、军训纪律、住宿

安排以及其他相关要求和注意事项。

3、做好与学校其他部门的沟通工作。军训之前，年级部要和学校各职能部门、学生饭堂、宿管部等沟通，以免军训期间出现学校在工作安排和管理上的疏漏。

三、加强军训的组织工作，确保军训往返顺利。

1、在惠州市军训领导小组的统一组织安排下，每一批军训，学校将安排一个校级领导带队，年级部主任、该批次军训的班主任均随从参加，每一批次军训均配备一名校医。

2、做好出发前各项准备工作。第一，确定该批次各班参加军训男、女生的准确人数；第二，根据该批次军训学生人数和军训基地的实际情况安排好宿舍，并选好舍长；第三，检查着装、日常生活用品；第四，明确出发时的集中时间、地点、车辆安排；第五，清点学生人数。

3、各班主任带上一份附有家长联系电话的学生名单，以便必要时与家长联系。如有条件，还可自带相机。

4、各班准备一至两个文艺节目，形式不拘，以供在天气恶劣不能军训或班级联欢时用。

5、准备一部军训专用车辆。

6、做好军训结束的返校工作。在搞好基地宿舍卫生、带齐个人物品和清点人数之后返校。

四、加强军训管理，确保军训质量与安全。

1、组织学生认真学习军训有关纪律规定，如作息时间、住宿要求、就餐要求、内务要求和训练要求等。

2、做好考勤工作。各班将每天训练学生出勤情况于晚上熄灯

之前上报给带队年级部主任，年级部主任上报给负责军训的校领导。

3、班主任必须每天跟班训练，积极协助教官开展训练活动，并做好学生军训情况纪录。

4、安排带队老师值日，值日内容包括午休晚休的查寝、学生宿舍内务检查、夜间巡逻等。在主要楼道醒目处张贴轮值教师名单(含联系电话、住房号)。

5、加强安全教育工作。各班主任要特别强调并时刻关注学生的安全工作(如防病、防雨、防电、防火、防蛇、防蚊虫以及防意外事故)，一旦发现学生有异常情况，必须马上报告以便及时处置。

6、加强与军训基地、部队领导的沟通工作，及时反馈、解决学生在伙食、住宿等后勤保障出现的问题。

## 五、进行军训总结

1、军训结束后，参加军训同学写一份军训心得，不少于500字，各班分别(因批次不同时间不同)进行一次小结，评选军训积极分子，并从中推选1-3名表现突出者上报年级部。

2、年级部出一期“军训风采”摄影展览。

3、年级部写一份军训总结上报学校。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 新高一的军训心得感悟篇二

从九月二十一日开始为期两周的新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。休息时，我们方队的男女生面对面的坐着，在训练员队长的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。的明天会更加辉煌灿烂。

在这短暂的五天里，我们尽情地磨练自己，挑战自己，严格要求自己。

## 新高一的军训心得感悟篇三

一星期的军训已经过去了。

掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪，这应该是军训的意义。在高中中的的第一节课是军训。经过一星期的军训，我的感触很深，下面我用文字来表达一下我的心得与感想。

军训第一天，我们来到操场上，看到了我们的教官。他个子高高的，在炎炎烈日下站得笔直，眼睛炯炯有神，穿着一身军服，显得格外帅气。之后，我们发现了他有許多优点，他一丝不苟，但又很幽默风趣，和蔼可亲，好像我们的大哥哥。他教了我们稍息立正、跨立立正、四项转体等基本动作，我们学得都很认真。休息时，他让我们席地而坐，与我们聊天，让我们自我介绍，表演节目，让我们很自由，但是休息结束时，他会立马变得严肃起来，不苟言笑。

在炎炎烈日下，我们个个晒得满头大汗，但我们还会坚持，继续努力，因为心中永远有个意念在鼓舞着，在激励着我们，那就是：坚持坚持再坚持!!努力努力再努力!!只有这样，我们才不会放弃，永远坚持着!

军训最后一天，教官来我们教室告别，我们知道，这意味着我们再也见不到教官了，所以，我们会珍惜与教官在一起的每一分每一秒。教官来教室时，看到了我们在黑板上写的几个大字：教官辛苦了，谢谢教官，我们永远爱你!教官看见了，十分感动。之后，我们与教官照了相，教官也留下了对我们的期盼与祝福。教官走出教室时，我发现他的眼角湿润了。

军训结束了，教官走了，但他们给我的记忆是相当深刻的：难忘与教官在炎炎烈日下艰苦训练，难忘与教官欢快自由的嬉戏玩耍，难忘教官，难忘军训。

## 新高一的军训心得感悟篇四

一进入高中，我们要干的第一件大事就是军训。军训，可以教我们怎样吃苦耐劳；军训，可以看出我们对一件事是否态度端正。刚听到军训时，我是非常期待的，以为非常好玩，可是当我经历过后，我发现，我错了。

在军训的五天内，我唯一的感受就是一个字，累。当然我也学会了很多。我们的教官非常高冷、严肃。在休息时，其他班都和教官快乐的玩耍，而我们只是坐在那里，教官要么坐着，要么走来走去。教官经常罚我们，只是因为有一个或几个人送了一下。教官告诉我们，在一个集体中，一个人犯错，集体都要受罚，军训就是一个可以增加你们团结友爱的一个机会，你们要好好把握。想想也是，军训时我们就是一个集体，假如会操时，全班大部分人都没动，但有一个人在动的话，那么整个班的分数就拉了下来。

军训时，最让我感到累的东西就是教官让我们一直保持同一个动作，尤其是一个腿抬着，一个腿站着，我比较胖，一只腿目测怎么说也有40斤，所以让我抬这么重就是受罪，又痛又酸又累。简直受不了。但是，军训考验的就是我们的毅力，所以我们要一直坚持，一直坚持！那几天，天气晴朗时，太阳非常猛，无情的直射下来，汗不停的流，身上的皮肤也被晒伤了，直接暴露在太阳下的手和脖子，被晒的很红，尤其是脖子后面，碰一下就痛。这些，都让我感到军人有多么的累和不容易。

在最后一天，我们已经把所有动作都练好了，接下来面临的就会操，看看我们这几天训练成果。轮到我们班时，我非常紧张，但最后还是顺利的完成了。到最后时，还有两个班级没有演好，一场大雨就结束了我们这次的军训。

虽然军训结束了，但给我们留下的，是一生美好的回忆。如果说人生是一本书，那么军训是美丽的一页；如果人生是一

场戏，军训则是精彩的一幕。教官对我们说，这次军训完后，我们就再也见不到了，谁也不认识谁。教官已经走了，但是，我们一直记住他，是他教会了我们这些宝贵的东西。不仅是站军姿，走正步。而是教我们吃苦、坚持、团结。这些已经太多太多，足够我们享用一生。

## 新高一的军训心得感悟篇五

教官也是这么认为的。

直到现在，我还记得他说的一句话：唉，一群红色娘子军。

所以，我一直在想要是我在以前的班那该多好，要是我在以前的班我们一定能拿第一。我想，有这个想法的不单单只是我一个人吧。新的班级。熟悉或者陌生的人，大家的心都不在一块，心有芥蒂，眷恋着之前的班集体，那是正常。那很好。

证明大家都有血有肉。大家都不是白纸。

因此我想，人是需要时间去过渡的。

慢来吧。慢慢会好的。

我们做不好他只会急，丢帽子跺脚，但是很容易心软，很多时候都没狠下心来搞体能，很多时候都只会吓唬我们。是个好人。有时候，我会觉得他真的会被急哭的。

因此，我才做好的。

我觉得教官是说得对的，女生是不会比男生差的。

我觉得，大家既然能聚到一块，就证明大家有缘，还有两年

要走。路很长。也很短。

真的希望，两年后，大家不会后悔来到这个班。

## 新高一的军训心得感悟篇六

今天，是会操的日子，令我感到紧张，毕竟这是检验我们这几天来努力的成果。

你再紧张也没用，会操开始了。我们班是第三个，很快就轮到我们了，我们打起精神，昂首挺胸的齐步走入场中。我们的口号“挥动激情，展翅高飞，青春无畏，逐梦扬威”响彻云霄，令人震撼。

停止间转法时，我们在靠脚那一下时，声音又齐又响，气势恢宏，感觉大地都被我们震得抖三抖，哈哈！

我们几天来的努力并没有白费，我们得了会操比赛的第一名。看着这张奖状，我眼前不由得浮现出这几日辛苦的训练。

第一天，因为时不时的下雨，不得不到闷热的小会议室去训练，不淋雨就好。先训练的是站军姿，没站多久，豆大般的汗珠从额头上滚落而下，但是，我们却不能去擦汗。要擦，得喊报告；不喊，有“奖励”。不知道你们有没有感受过那种想擦又不敢擦的感受，可难受了，但是我们还是靠我们的毅力坚持下来了。

单一个站军姿就这么累，其他的更不用说了。

齐步走，我们要分开练，先练手的动作。随着教官的哨声前后摆臂，每一下都很慢，我感觉手很酸，但想起教官说的话“你们是周恩来班的同学”，又咬咬牙坚持了下来。

果然，我们班不辜负教官、老师和学校的期望，拿下了第一

名的好名次。

这一次社会实践，让我收获颇多。我知道了只有付出才有回报。以后的学习生涯中，我们要努力读书，学知识学本领。也许现在看不到成效，但是时间会给我们满意的答案的。

一分耕耘，一分收获；只有付出，方有回报。这对谁，都管用！

## 新高一的军训心得感悟篇七

为期五天的军训即将结束，回顾这五天的时光，我们有苦痛，有烦恼，自然也有欢笑。在短短的五天中，我们同学之间彼此熟悉，彼此信任。同时，我们也迅速的成长起来，学会了服从命令，听从指挥，为后面紧张的学习生活做铺垫。

军训生活是艰苦的。每天早晨6：20就要起床，在最短的时间内洗漱完，然后去跑操。吃完早饭后又要训练到中午，站军姿已经成为了每天的日常训练了，往往一站就是十多分钟，半个小时，即使腿疼得不得了也要坚持站着。这就是军训，也是我们必须吃的苦。转体，踏步，齐步走这些训练就不用说了，稍有不对就重来一遍。每天在相同的时间做着相同的事情，训练相同的内容，这样的日子虽然枯燥，却也让我们受益颇多。

记得有一次训练，因为部分同学没有听清楚教官的口令做错了动作，全班都要做下蹲，一人犯错，全班受罚，因为我们是一个集体。在军训中，我们学会了为这个我们还不太熟悉的新班级——高一四班去奋斗，去努力，在艰苦的训练之中去学习，去成长，慢慢地融入到这个集体。

军训生活也是快乐的，闲暇的时候和同学们一起聊聊天，开开玩笑；休息时听教官吹牛，听同学说笑。最令人兴奋的莫过于一个雨天，一营和二营在一起拉歌。大家学着拉歌词互怼，

唱军歌比嗓门，在胜利的喜悦中哈哈大笑……。谁说军训只有苦，这些活动同样让我们感受到一种发自内心的欢乐。

军训即将结束，但我们的高中生涯才刚刚开始。我一定会把在军训中学到的运用到实际生活中来，在紧张的学习中努力再努力，为自己的理想而不懈奋斗。

## 新高一的军训心得感悟篇八

我终于进入高中了，以前日日夜夜盼望着的日子也将到来了。不知道为什么，我对高中非常的期待。但是在这次军训之后，我对自己之前的那些想法有一些动摇了。我以前期待高中是因为我对高中不了解，我以为高中就是一段普通的读书时光，只要稍微努努力，就能像我这样考上县里最好的高中。但是在学校的这一段时间里，我逐渐明白，事实并非是这样的。也正是因为这一次军训，教会了我很多的道理，让我对今后的日子有了一番新的审视。

进入高中之后，我们在进入学校之后几天就开始军训了，其实我知道是有军训这一回事的，但是我没有想到的是，军训会比我之前想的更艰难。在这一段艰难又奋进的日子里，我终于明白了军人身上的使命，每次看到教官昂扬挺拔的身躯时，我也明白了一个人所有的气质都是慢慢累积起来的，就像军人的身上有英气，我们学生的身上就应该具备着一股书生气，这是漫长岁月为我们积累的财富，也是我们在这一路上所取得的成绩。

刚开始军训的时候，我是完全受不了的，因为我从小就没有干过什么苦活，也很少出门运动，我就是个很宅的人，喜欢画画，喜欢写作，喜欢和安静打交道，这一次我原本以为进入高中之后就是可以安安静静学习了，但军训这一次大动荡还是把我荡醒了，让我明白，一个人不可能永远在书本上活着，我们还需要去探索现实，探索身边的一切。这样，我才有可能成为一个更加胸怀广阔的人，才有可能为我们的

民族、我们的祖国贡献出最大的价值。

虽然自己并不能很快的克服这些问题，但是我还是在很努力的做着。一开始站军姿，我五分钟都坚持不了，到最后，我已经能够坚持半个小时左右了。站军姿是一件很煎熬的事情，站完之后双腿麻木疼痛，也确实让人难以忍耐，但只要自己的内心足够坚定，这些苦难还是可以克服的，这也是军训这段时光所教会我的东西。

军训虽然结束了，但是那颗军训的心一直是在的，保持一份阳光，保持一份活力，这才是我们这个阶段最真实的样子，我比之前更加开朗活泼了，也不再每天沉浸在一个人的世界里，开始学会和外界多去交流和沟通了。是这次军训改变了我，让我拥有了一个更好的自己，所以真的很感谢所遇的一切，未来我会继续奋斗的。

## 新高一的军训心得感悟篇九

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。

军训一开始，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。有的同学开始发牢骚，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时的生活太顺畅，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自身素质。

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，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，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，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

水滴石穿，绳锯木断微小的力量一旦积攒起来，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，谁才是最终的胜利者；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。

## 新高一的军训心得感悟篇十

炙热的盛夏，阳光如火如荼，我们来了，我们来了。

“满天星星对我说，我这里有一个梦，梦里有所有美好一切，而你需要有勇气，坚持，毅力去收获它，所以我来了，野战国防园8天的绿营生活，我们来了。

刚放下行囊，短暂休整，开始军营体验，初到的自己，带着一点点小激动、小紧张、小兴奋和小期待，端正站在跑道上，不畏惧阳光直射。在阳光下我们固然有些渴，有些累，有些想念家中舒适的空调房，软绵绵的被窝，可是像一个个\_点钟的小太阳的我们在金灿灿的阳光下，辛苦而又幸福的汗珠书写在一张张美丽朝气的脸上。让每一寸土地，每一缕阳光，

每一丝呼吸的空气都溢满青春的气息。是“热烈、奋博、向上”的气息。“天真岁月不忍期，青春精彩我不负你”肺腑之声在耳边回响。此时此刻的我真正感受到我们的青涩的青春除了在方寸间挥洒笔杆，更能用一种最通透、最直接的表达，它用少年的汗水奠基，用少女的泪水丰润，用嘹亮的歌声丰富热血与激情，在我们每个人的思想里流淌。这，便是属于我们的青春。

每日清晨5:30，我和室友们都按时睁开惺忪的睡眼，洗漱完毕，挥动扫帚，拖把、舞动抹布；干净了每一块瓷砖和面台，整理好杂物柜，理顺床单，整好被子。。。。。。离开了家人的呵护，一切内勤事物由自己打理，与室友共同劳动中，燃起友谊之火。为了大家共同舒适的空间，我们用劳动诠释着集体的力量，担负起集体的责任。

在这次的军训中，我有幸参加了军体拳方阵，对于一个比较缺少运动细胞的我来说，是一个新的体验更是一个新的挑战，初来之时的兴奋夹杂着些许的紧张，但是在这个青年的队伍中我不知不觉很快就融入了。你听，一声声有力的“杀。杀。杀”的口令响彻四方，在空旷的操练场上霸气十足地回荡。脚下尘土飞扬，如大军过境；潇潇洒洒的十六招看我招招飒爽英姿。学成之后，不禁有着一股子豁然开朗，战胜了胆怯，坚定了信念，磨练了意志。在这不长却铭记心中的8天日子里，累了、困了、笑过了、偷偷落泪了，淌过汗，受过伤，但是我默默地坚守了，是因为在心中一直有份力量支持着自己，那就是“成长一痛并快乐着！”

请于我难忘的军训生活赋小诗一首：

这一年盛夏

心愿许的无限大

8天绿营的苦与乐

我们在一起收获

这一年盛夏

最难忘的灿烂回忆

最美丽的简单相逢

这一年盛夏

骄阳考验了我们的毅力

烈日点燃了我们的青春

这一年盛夏

惟楚有才

新时期新希望

我将不负青春