

最新高一军训心得体会(优秀19篇)

学习心得不仅对自己有益，还可以与他人分享和交流，互相借鉴和学习。工作心得范文：坚持原则，不断追求进步，这是职场中成功的关键。

高一军训心得体会篇一

在这个夏季，我有幸参加了学校的军训活动。充实而紧凑的军训生活，给予了我很多宝贵的经验和启示。通过这段军训时光，我深切感受到了党的领导的重要性，也懂得了要始终坚守理想信念，牢记初心使命。在这篇文章中，我将从军训的准备、组织、性质和理念、个人成长等方面，来谈一谈我对“军训心得体会党”主题的认识。

第一段：从准备开始，克服困难

军训之前，学校组织了一次全面的动员，讲解了军训的内容和目的。作为一名学生党员，我深切地理解到，军训是锻炼身体、提升纪律性的好机会，更是培养团结协作意识、增强集体荣誉感的重要途径。于是，我积极参与了军训前的准备工作，按照要求进行体格检查、适应性训练和技术学习等。虽然面对着各种困难和挑战，但我始终坚信只要付出努力，就一定能克服困难，取得成果。

第二段：组织严密，效果明显

军训期间，我深切感受到了组织的严密性和效果的明显性。每天早上六点起床、六点半集合，从晨练到正步、快步、慢跑，再到各项技能训练，每一天的时间都被充分利用。不管是体能训练还是军事技能训练，都安排得井然有序，每个环节都有明确的目标和评判标准。通过严格的训练，我们的身体得到了锻炼，纪律性得到了培养，团队意识得到了加强，

取得了明显的进步和成绩。

第三段：理念塑造，不断进步

军训不仅仅是身体的锻炼，更是思想的升华和理念的塑造。在军事理论和思政教育课的学习中，我深刻感受到了军事纪律与党的领导的密切关系。党的领导是军队建设的根本，也是国防力量的保障。准确理解党的领导，牢记初心使命，是每一名军人应该做到的。通过军训，我不仅仅学到了军事技能，更重要的是学到了团队协作、忍耐力、责任感和纪律意识等品质。这些品质对我个人的成长大有裨益。

第四段：个人成长，价值升华

军训期间，我逐渐发现了自己的不足，并有意识地去改正。在集体荣誉感的熏陶下，我学会了团结合作，乐于助人，尊重师长和队友。在训练的各个环节中，我逐渐克服了自己的懒散心态和消极情绪，变得勇往直前、坚持到底。我相信，这些品质将伴随着我一生，对我未来的发展起到积极的推动作用。

第五段：军训心得体会党，坚定信仰

军训结束后，回顾这段经历，我深刻认识到党的领导对军事建设和个人成长的重要影响。党的建设是中华民族的希望、中国的未来，每一名共产党员都应该为之贡献自己的力量。军训心得体会党，让我更加坚定了自己的信仰和理想，坚信只有在党的领导下，我们国家才能变得更加强大，我们个人才能实现更大的价值。

总之，通过这段军训时光，我深入体会到了党的领导对军队建设和个人成长的重要性，也深刻认识到了党的领导是军队建设和国防力量的保障。我相信，在党的领导下，我们一定能够实现中华民族的伟大复兴！

高一军训心得体会篇二

8月xx日对我来说是一个特殊的日子，因为这一天是我生活了13年里第一次接受一军训。我感到非常新鲜和非常有挑战性。

这一次严格的军训，使我深深地感受到：个人离不开集体和什么叫做集体。

在这次的军训，对我们每一位同学来说都是挺困难的。什么叫团结，什么叫整齐，什么叫严肃，我想，在军训当中，一定能深深地体会出来，将会铭记于心。什么叫整齐？例如：列队里有没有看齐，动作整不整齐等等。什么叫严肃？当教官说了不准动，你任何的動作都得停止下来站好。什么叫团结？当齐步走时，你有你走，我有我跑，这不算团结。

在军训期间，天气就像一个刚出生的婴儿，一会儿哭，一会儿笑，这使得师生们都麻烦透了。

“稍息，立正。”一声命令下，大家都得放下笑容，端起严肃，听从教官的指挥。如果稍有不妥，那可就要被惩罚了。

再加上全班都要列队整齐动作规范，那就得难上加难了。学习了动作的要领，就要掌握。简单的动作，咱们三两下就学会了，而且学得不错，但到了后边的什么齐步走、齐步跑的时候，这下可不容易了。教官十分有耐心地教，但同学们可能听不惯教官说的话吧，大家都是似懂非懂的。齐步走的要领是掌握了，但是还差了整齐和团结。同学们都是不太整齐的，每次走的时候都是虎头蛇尾的。刚走的几步十分整齐，但后来就坚持不住了，一个个都歪歪斜斜的。

“天下无难事，只怕有心人。”最后经过努力，我们班的齐步走学得还不错。可因为时间有限，而且又下雨，所以齐步跑大家还是学不会。

通过这次特殊的军训，我清楚地知道我的缺点还是很多的，但无论如何都必须努力克服，才能达到理想的境界。团结、友爱、毅力，都离不开这次军训，离不开生活，离不开他人。

这次军训使我明白：团结就是力量，坚持就是胜利。

高一军训心得体会篇三

星期四和星期五两天，我们五年级段进行了期盼已久的学军活动。在那一阵阵瑟瑟秋风中，我们感受到了解放军叔叔的辛苦和坚强，也懂得了许多从军官身上汲取得到的道理。

我们队的军官叫刘洋，他和其他军官比起来瘦小得许多。在和军官的交流中，我们知道，这位军官17岁就来到了军营，今年才只有19岁，没比我们大多少，而且他刚好只有9天就要回家了。当我得知时，那位瘦小的教官在我心目中的形象立刻大了许多：年纪轻轻就远离家乡并且愿意来到军营，保家卫国，为国家贡献出自己的一份力量。

不知为什么，看到这一幕我不禁感到十分羞愧。在生活中，我们只要哪里稍稍有些不舒服就又哭又闹的，那么军官呢？他们可以吗？不可以。他们不能怀着依赖别人的态度，而是必须挺直腰杆，独立面对任何困难，对自己负责！

看着眼前这个看似瘦小的军官，我的心里不禁涌起敬佩之情：他瘦小的身体里埋藏着多么深多么宽的责任心啊！他比我们大不了几岁，可是说的话却那样有深度。多么真挚的责任心啊！军官的口中，没有责骂，没有风趣，甚至连语言的修饰也没有，可是他的话却深深地烙在了我的心里。

我的脚站得有些酸痛，可是却没有半句怨言，我想这也是对自己负责吧。这位教官也使我明白了一个道理：只要怀有一份真挚的责任心，就可以打倒重重困难，帮助我们 from 低谷飞到蓝天！就在军训的短短两天内，我第一次深刻体会到了责

任心的重大。

高一军训心得体会篇四

军训是每个大学新生生活中的一个重要部分，它不仅磨炼了我们的意志力和毅力，也让我们懂得了团结和合作的重要性。在这次军训中，我收获了许多宝贵的经验和体会，让我对自己和未来有了更深刻的认识。以下是我对军训的心得体会。

首先，军训让我意识到了生活的自律和规律的重要性。在军训中，我们的时间表被严格规定，每天早上准时起床，按时吃饭，按时参加各种训练和活动。这样的生活让我养成了良好的作息习惯，并让我意识到时间的珍贵。在以后的生活中，我将更加注重时间的管理，合理安排自己的学习和工作，使生活更加有序和高效。

其次，军训让我懂得了团结合作的重要性。在军训中，我们和其他学院的同学一起生活，一起训练，也一起面对各种困难和挑战。在共同的目标之下，我们学会了相互帮助，互相支持。每天的晨跑、集合和队列训练，需要我们紧密配合，相互支持，只有团结合作，才能完成任务。这次军训让我意识到，只有团结合作，才能在困难面前取得胜利。在未来的生活和工作中，我将积极与他人合作，携手共进，实现更大的成就。

再次，军训也让我更加认识到了自己的潜力和能力。刚开始的时候，我觉得军训无比辛苦，每天的体能训练让我感到筋疲力尽。但是随着时间的推移，我渐渐意识到自己的潜力，我可以做得更好，我可以坚持下去。每一次的进步和突破都让我充满了自信，让我相信只要努力，就能够战胜任何困难和挑战。这次军训让我明白了“胜者为王，败者为寇”的道理，以及努力和坚持所能带来的成功和成就感。

最后，军训也让我懂得了军人的艰辛和奉献。在这短短的一

个月里，我们只是体验了军人训练生活的冰山一角，但是我们可以想象到，军人们每天所经历的辛苦和压力。他们为了国家和人民的安全，放弃了太多，包括家庭团聚、个人自由和安全。军训让我意识到军人的职责和使命，也让我对他们的付出和牺牲心生敬意。

综上所述，军训是一次艰苦而有意义的经历。通过这次军训，我不仅学会了自律和规律，懂得了团结和合作的重要性，也更加认识到了自己的潜力和能力，以及军人的艰辛和奉献。这些宝贵的经验和体会将伴随我一生，让我在未来的生活和工作中更加勇敢、坚强和坚持。军训，让我成长，让我变得更好。

高一军训心得体会篇五

橄榄和黄连一样，味苦。细细品尝，会伴随着一点点渗入心脾的甘甜。

在巨大的操场上，整洁的广场正在接受“火炉”的测试。我们以标准的军人姿势站着，脸上带着严肃的表情，汗水顺着我们的脸滴入泥土。默默诉说军训的艰辛。悄悄捏在腿上，疼痛惊醒了麻木。我心中默念：我们正在接受军训的洗礼！品尝苦涩的青橄榄！炽热的阳光照射在我们娇嫩的皮肤上。汗水的豆子在皮肤上跳舞！一阵热风吹向我们。操场旁边的大树逆风摆动着树枝，似乎在对我们说：“大家放弃吧！别逞强。”我心里愤怒地想：哼！我不会放弃的！我肯定能坚持下去。我会证明给你看！

“向右看！”寇驰命令道。我们会一致地向右看，很快我们就会变得整洁。“向前看，快走！”寇驰大胆而威严的口令，让我们前进。我看见对面的教练偷偷竖起大拇指，但我察觉不到他脸上的笑容。

正当我们陶醉在自己的时候，对面的教官竟然发起了攻

击：“向前看！”随着惊天动地的命令。在地面轻微震动的同时。一阵更加汹涌的沙尘暴扑面而来。

原来两个教官在暗中较劲，他们大胆夸张的动作和幽默风趣的样子驱散了满是硝烟的军训场上。橄榄的苦味也慢慢消散，一点点的甜味刺激着我们的味蕾，让我们渐渐兴奋起来！终于，我们接到了休息的命令，欢呼声响彻云霄，橄榄的甘甜在我们心中蔓延！

品尝那颗特别的青橄榄，我们尝到了“痛并快乐着”的特别滋味！

高一军训心得体会篇六

近日，我校迎来了一年一度的军训，作为一名大学生，我深有体会地表现出我校军训的重要性。在这段时间里，我收获了许多，不仅锻炼了身体，还培养了团队合作精神，增强了自律能力。下面我将从“军训前的期望”、“训练内容与体验”、“磨砺意志力与坚毅精神”、“团队合作与友谊”、“军训收获与展望”五个方面回顾我的军训经历。

首先，回忆起军训前的期望，我满怀憧憬地期待着能够在军训中锻炼身体，提升自己的素质。我知道，军训并不仅仅是关于纪律和军事技能的学习，更重要的是要培养我们铮铮铁骨的品质。我期待着能够在军训中学会严守纪律、服从指挥、团结协作，这些对我未来的发展都将起到重要的作用。

接下来，我要说说军训中的训练内容与体验。在军训的日子里，每天早晨我们都要在操场上列队，进行晨练。我们从不同的军委教官那里接受了队列训练、军体拳、军歌等各种严格的训练。我记得第一次站军姿时，我的脚都已经酸软了，但是为了完成教官的要求，我坚持着，直到训练结束。通过严格的锻炼，我的体力得到了提高，我变得更加健壮。同时，我还学到了团队协作的重要性，因为只有团结协作，我们才

能更好地完成训练任务。

在军训中，磨砺意志力与坚毅精神是我最深刻的体会之一。在高温下进行训练，每天需要训练到极限，这对于我来说是一次巨大的挑战。但是我没有退缩，我告诉自己要坚持下去，因为只有经过痛苦的训练，才能成为一个真正的战士。通过这些训练，我学会了如何克服困难和挑战，培养了不怕困难，永不放弃的意志力和坚韧精神。

军训中的团队合作与友谊也让我受益匪浅。在训练的过程中，我和我的同学们相互鼓励，互相帮助，分享着艰苦训练中的辛酸和喜悦。每个人都在努力地向同一个目标迈进，这使我們之间的友谊更加深厚。在训练之余，我们组织了一些团队活动，增进了彼此之间的了解和信任。这种友谊的建立将伴随我们的一生，让我们更加珍惜周围的人和事。

最后，我想说说我的收获与展望。军训让我成长了许多，不仅学到了如何服从纪律、遵守规章制度，还明白了一个人的力量是有限的，只有团队合作才能实现更大的目标。在未来的日子里，我将继续保持对军事训练的热爱，不断锻炼自己，提升自己的素质。同时，我也希望能够将军训中学到的团队协作精神和坚韧精神应用到生活中的各个方面，为实现个人的梦想而努力。

通过这次军训，我深刻地体会到了军人的辛苦和付出，他们用自己的实际行动告诉我们，只有通过不懈努力和坚持不懈的训练，我们才能成为一个真正的战士。军训不仅让我明白了思想上、体力上的锻炼的重要性，更培养了我的纪律观念和品质。我相信这次军训对我们每个人来说都是一次宝贵的经历，它将伴随我们一生，并在我们的成长中起到重要的作用。

高一军训心得体会篇七

军训是每个大学生的必修课，是锻炼意志和体魄的重要途径。我校军训给予了我无尽的惊喜和收获，让我明白了纪律的重要性，坚定了我为人民服务的信念。在这个军训心得体会屋中，我想分享一下我的心得与体会。

第二段：纪律之道

参加军训让我深刻体会到了纪律的重要性。每天早晨，当军号声响起，我们整齐划一地列队，随着教官的指令一举一动都如一台精密的机器运转般无可挑剔。彼此间的默契，每个动作的准确和一致，都是纪律的体现。这种纪律严明的环境让我明白了纪律对于一个集体的重要性。无论是在军队还是在社会生活中，纪律都是一种保证，是团结和效率的基石。我从军训中学会了遵守规则，严守纪律，更加珍惜时间，有条不紊地完成每一项任务。

第三段：团队合作精神

军训让我深入体会到了团队合作的力量。在军事训练中，每一个动作都需要全体成员的协作配合才能达到最佳效果。无论是站队排练，还是进行操练训练，都需要我们紧密合作，密切配合。而这种团队合作需要相互信任、相互支持和相互鼓励。我发现，只有当团队中的每个成员都能把个人利益放在整体利益之后，发扬团结互助的精神，才能取得有力的成效。通过军训，我明白了团队合作的重要性，并坚信只有在团队中发扬团队合作精神，才能更好地完成每一项任务。

第四段：坚定的信仰

在军训中，我体悟到了为人民服务的宗旨，加深了我为人民的信仰。军训教官经常告诉我们，我们是这个民族未来的希望，是国家的栋梁之材，我们的一举一动都关系到国家和集

体的荣誉。每一次繁重的操练和训练，都是为了能够更好地保卫祖国，为我们的人民贡献自己的力量。在身临其境的感受中，我逐渐明白了作为一个大学生的责任和担当。作为一名大学生，我们应该不仅仅关注个人的成长和发展，更加要为人民的幸福和福祉负责。军训让我更加坚定了我为人民服务的信念，决心将来能够更好地为人民的利益而努力。

第五段：总结

通过军训，我从多个方面得到了成长和收获。我学到了遵守纪律的重要性，体验了团队合作的力量，加深了为人民的信仰。这些经历让我深刻认识到了自身的不足，也增强了我改正错误，积极进取的决心。军训心得体会是我思考和总结这段经历的过程，通过分享，我希望能够给同学们带来启发和思考，共同成长。军训是我大学生活的重要一笔，我相信，通过这段经历，我将会更加坚定地走上成长的道路。

高一军训心得体会篇八

今天是大一军训的第三天，虽然训练的内容都与前两天差不多，但一天下来，还是令我感触颇多。

早上依然是军姿半小时。但今天，我明显感觉没有昨天那么累了，昨天站完腿又酸又麻，仿佛全身散架了似的。然而今天，已经习惯的我并不那么难受。看来我身体的承受力增强了很多。由此我也想到，军训并不像想象中的那样苦不堪言，只要坚持就能达到胜利的彼岸。军训能锻炼我们的体魄，磨练我们的意志，培养我们的团队意识，让我们能更好的适应高中的学习。

然而到了下午，令我终生难忘的事情发生了。

当时我们正在教室学唱军歌，教官突然走了进来，要我和其余三位同学下去集合。下午之后我才知道，原来我们的被子

没有叠好。我们先到寝室重叠了被子，本以为这件事就结束了，谁知重头戏还在后头。叠了被子之后，我们在楼下集合，之后便去了一个小草坪，教官对我们百十号人进行了一场体能训练，包括蛙跳两百米、深蹲走两百米以及“推车式”行进两百米。我们一边训练一边大喊：“我要叠被子，我要懂礼貌”。

之后每个人都累得倒在地上，我就在想，军队纪律确实严格，这对我也十分有益，以后我要把军队的纪律带动，大学的学习生活中去，让我的大学生活更完善，更美好！

高一军训心得体会篇九

第一段：军训的初衷和目的（200字）

军训是大学生生活中一次独特而难忘的经历。作为大学生的我们，在这段时间里接受严格的军事训练，旨在培养纪律、团队合作和集体荣誉感等重要的品质。通过军训，我们可以锻炼意志力，学习如何应对困难和挫折，培养坚毅的精神。此外，军训还能增强团队精神，增进同学之间的友谊和互助。因此，对于我们来说，军训并非仅是为了应付一学期的课程，更是一次全面发展的机会。

第二段：军训给予我的收获（250字）

在军训中，我受益良多。首先，我明白了纪律的重要性。军训时，我们必须严格遵守规章制度，按时到场，服从命令。这让我意识到纪律是一种生活态度，是一种对他人负责、对自己负责的态度。其次，我体会到了团队的力量。在训练中，我们需要相互配合、相互支持，才能完成各项任务。这让我明白了一个人的力量是有限的，只有与他人合作，我们才能取得更大的成就。此外，军训还让我学会了坚持。在训练过程中，尤其是体能训练时，我往往感到身心疲惫，但我明白只有坚持下去，才能获得进步。

第三段：军训中的困难与挑战（250字）

军训不仅给予我收获，也带来了一些困难与挑战。首先是体能上的挑战。长时间的高强度训练会让我们感到疲惫不堪，但我们必须坚持下去。其次是心理上的压力。在训练中，一不小心就可能受到队友或教官的批评，这会对我们的自信心造成打击。此外，军训期间的严格的人员排列和口令规定也是一项挑战。在这个过程中，我需要时刻保持警觉，严格遵守规定。

第四段：克服困难的方法和经验（250字）

在面对困难和挑战时，我通过一些方法和经验去克服。首先，我培养了积极的思维方式。无论遇到什么困难，我都会相信自己能够克服，告诉自己这只是一种暂时的痛苦，胜利在前方。其次，我注重调节身心。合理的学习和休息安排可以帮助我保持良好的状态。我会注意合理饮食和适量的锻炼，保持身体的健康。此外，我也会与同学们互助。当我遇到困难时，我会向同学们寻求帮助和鼓励。我相信团队的力量可以帮助我们共同度过难关。

第五段：军训对我未来的影响（250字）

军训对我的未来产生了积极的影响。首先，通过军训，我培养了自律的品质。在大学生活和工作中，我可以更好地管理时间和资源，高效地完成任务。其次，军训让我学会了团队合作。无论是在学校还是在职场上，合作是取得成功的关键。通过与同学们合作训练，我学会了如何与他人合作，如何充分发挥团队的力量。此外，军训还激发了我的潜力。面对各种挑战和压力，我能勇敢面对，并不断超越自己。

总结：军训是一次难忘而富有收获的经历，通过军训，我学会了纪律、团队合作和坚持的重要性。军训中的困难和挑战让我成长，我通过积极的思维方式、调节身心和与同学互助

来克服困难。军训对我的未来产生了积极的影响，让我成为更加自律和团队合作的人，激发我的潜力。愿这段经历永远铭记在心，并在未来的道路上继续指引我前进。

高一军训心得体会篇十

人生中的军训是一种特殊而重要的经历。对于大多数青年学子来说，这是他们从高中或大学进入社会之前，接受一次全方位培养和锻炼的机会。在军训中，我们学会了顽强拼搏、团结合作，变得更坚强、更自律。下面我将分享我在军训中的心得体会。

首先，军训让我明白了集体的重要性。在军训中，无论是进行操练还是参与集体活动，都需要大家紧密配合、相互协作。没有一个人可以独善其身，只有在团队中才能实现个人的最大价值。在集体中，我要做好自己的本职工作，同时也要关注和帮助他人。通过和队友们的相互支持和鼓励，我充分感受到了团结协作的力量，也学会了互帮互助，共同成长。

其次，军训让我树立了正确的价值观。在军训中，我们时刻受到严格的纪律要求和规范，这让我明白了纪律对一个集体的重要性。只有遵守纪律，才能保证军事行动和活动的顺利进行。军训教会了我严守规则，不仅是为了完成任务，更重要的是培养了我遵守社会公德、道德底线的意识。在军人的世界中，纪律是铁的规则，没有人可以违背。这让我明白了每个人都应该遵守法纪、道德，树立正确的价值观。

此外，军训让我学会了艰苦奋斗。军事训练虽然辛苦，但是却是锻炼意志力的最佳时机。在军事训练中，我们需要长时间进行体能训练，承受疲劳和压力。但正是这些艰辛的训练，磨砺了我们的毅力，也让我们从容面对生活中的各种困难和挑战。通过军训，我学会了坚持不懈地努力，不被困难击倒，从而在未来的学习和工作中，取得更好的成绩。

最后，军训让我体验到了集体荣誉的快乐。在军事训练中，我们不仅个人要努力，还要与队友共同完成一项任务。当我们最终达成了目标，并且为团队赢得了荣誉时，那种快乐感溢于言表。军训让我明白了团队中的每个人都是不可或缺的一部分。正是通过每个人的努力和贡献，才能共同取得成功，实现个人和集体的荣誉。

总之，在军训中，我不仅学到了很多实际技能，更重要的是成长了许多。军事训练让我明白了集体的重要性，树立了正确的价值观，让我学会了艰苦奋斗和享受集体荣誉。这些都是我人生中宝贵的财富，将会在今后的发展中发挥重要的作用。我相信，通过这次军训的锻炼，我将成为一个更出色、更有责任感的人。以后面对生活的挑战时，我会努力回忆和应用军训中的经验和教训，不断提高自己，做一个更好的人。

高一军训心得体会篇十一

今天是十月的第二天，也是湖南科技大学20xx级新生军训的第一天。在有些突然的军训中，我们迎来了新的生活。

今天早上天还未亮，便匆忙醒来，在匆匆地洗漱之后，草率吃完了早饭，便在朦胧的清晨中向北田出发。

在军训动员大会上，我们经历了传统式的动员大会，却也看到了十分特别的地方：军训教官们的展示。他们只是大我们一二的学长学姐们，却拥有我们不及的毅力与素养。

在今天的训练中，我因为做的不好受了罚，也十分辛苦地经历了训练，感受到了咬牙坚持与客忍的力量，源于毅力与决心。令人感到惊讶的是：虽然磨得脚板痛、勒腰勒得胃痛，撑地撑得想死，但也咬紧牙关坚持下来了。

最后，今天是磨炼人心、锻炼意志的一天，在这一天我虽然吃了许多苦头，但也学习到了许多。

最后的最后，感谢书记的指导、教官的训练、辅导员、助班、志愿者的陪伴，感谢你们！

高一军训心得体会篇十二

第一段：军训的初衷和经历（引入）

军训是大学生生活中的一次特殊经历，是为了增强学生的纪律性、辛勤劳动精神和团队合作能力而开展的一次集体训练。在军训中，我们经历了艰苦的训练、紧张的组织 and 严格的纪律，并从中汲取了许多宝贵的经验。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会。

第二段：锻炼纪律性和自律性

在军训中，纪律是最基本、最重要的训练内容。我们要严格遵守训练规定和安排，按时完成各项任务，服从指挥，练就了敬业奉献和自律的精神。通过这样的锻炼，我学会了按时起床、按时吃饭、按时休息，养成了良好的作息习惯。而且，在队列训练中，我们要维持整齐划一的队伍，这培养了我的井然有序的观念，使我在日常生活中更加有条不紊，提高了我的学术表现。

第三段：培养辛勤劳动精神和团队合作能力

军训的主要目的之一是通过繁重的体力训练，培养学生的辛勤劳动精神。在训练中，我们经历了各种各样的训练项目，有步操训练、射击练习、夜战等。其中最锻炼人的是体力训练，如长跑、爬绳等。在面临疲劳时，只有坚持不懈，才能完成训练目标。通过这些锻炼，我学会了吃苦耐劳，不怕困难，不轻言放弃，不仅增强了我的毅力和意志，也让我明白了只有通过自己的辛勤劳动才能获得真正的成果。

而在集体协作方面，军训强调团队协作的重要性。在各种团

体活动中，我们要互相配合，彼此支持。例如，在战术演练中，我们必须在指挥官的指挥下，密切配合，协同作战才能取得胜利。通过这样的集体协作训练，我学会了倾听他人意见、相互帮助和互相信任，增进了集体凝聚力和合作精神。

第四段：锤炼心理承受能力和适应能力

军训中的训练项目要求学生具备良好的心理和身体素质，应对各种不适应与压力。在体能训练中，我曾面对疲惫、肌肉酸痛、背部发黑等不适，但是为了达到自己的目标，我学会控制自己的情绪，调整自己的心态，坚信只有克服困难才能有所进步。同时，我也学会了适应不同环境和人际交往，尊重他人差异，培养了自己的包容心和宽容度，使我能更好地适应大学新的社交环境。

第五段：取得的收获和启示

在这次军训中，虽然经历了无数次的疲惫和挫折，但我也获得了很多收获。我发现军训能够锻炼我的毅力、耐力和自律性，能够让我更好地适应大学生活和未来的挑战。我还结交了许多志同道合的朋友，通过相互帮助和鼓励，我们相互成长，共同进步。我相信，军训的经历将是我大学生活中宝贵的经验和财富，在未来的人生道路中将发挥重要的作用。

总结：军训是大学生活中的一段特殊经历，通过锻炼纪律性和自律性、培养辛勤劳动精神和团队合作能力、锤炼心理承受能力和适应能力，我们获得了许多宝贵的经验和收获。这次军训将成为我大学生活中难忘的回忆，也让我更加坚定了自己的目标和努力方向。我相信，在未来的学习和工作中，我能够把在军训中学到的精神和品质应用到实际生活中，取得更大的成就。

高一军训心得体会篇十三

xx日下午，我们第*期中层管理人员为期一周的军训生活由此拉开了序幕。“军训”

二字对于我来讲并不陌生，但这次军训却与以往不同，意义深远。一周的时间很快过去，却留给我许多思绪和感慨。

感慨：从野外拓展训练得以启示。

军训第一天，我们来到百花湖拓展训练基地。从“有轨电车”“巨人梯”“过电网”“

信任背摔”“胜利墙”这些具体训练项目中，给了我很多的启示。所谓“有轨电车”，要求5个人一组，人的两只脚分别踏在两条木方上，另外用手拉住木方上的绳子，然后带动脚下的两根木方到终点。可以想象，如果5个人当中，任何一个人不配合，这个“电车”都不会行走。一个团队只有互相配合步调一致，才可实现目标作好工作。而“过电网”

这项活动告诉我们，只有集中了集体的智慧和力量，才能作到万无一失。那么“信任背摔”，顾名思义，讲求的就是同志间的信任问题，不管是领导班子成员之间还是同事之间；不管是部门与部门之间还是基层单位之间，都要讲互相信任，只想保全自己和不相信别人，都会阻碍我们事业的发展。“巨人梯”这项活动，讲求的是配合与协调，一个团队不仅要有配合，还要配合协调，才能收到最好的效果；而翻越“胜利墙”则告诉我们，不仅要有集体的力量，集体的配合，还方法得体并利用每个人的长处精心组织安排，这样团队的力量才能充分发挥出来。

高一军训心得体会篇十四

铭文——我们要去军训了，所以军训后有朋友说：“军训很

苦很累，从第一天开始我就深深体会到了这一点。”。

第一天，我们兴高采烈地来到军训基地。

我原本以为军训和我想象的一样，充满乐趣。然而一到了军训基地，我就傻眼了。我一下车，我们就在射击场站了半个小时，天在烈日下！就像我朋友说的：“真苦，真累。”

我记得巴尔扎克曾经说过：“风雨过后，欧洲必有天水之色；走出荆棘，前面是一条铺满鲜花的宽阔道路；当你爬到山顶时，你会发现绿色无云的天空。在这个世界上，一颗陨落的星不能暗淡整个天空，一朵花也不能毁了整个春天。人生一定要努力过好每一关，无论遇到什么困难，都不要轻易放弃。”

对！你不能轻易放弃！对！我一定能！我心想。

转眼间，三天过去了，今天是第四天。我确实有些奇怪的感觉，应该叫想家吧。在家里，我妈妈做的食物太好吃了。在家睡觉是软床；坐在沙发上；在家里，我是一个小太阳。而这里：菜吃香，有人抢你；睡在这里是双层床；不能坐下，只能以军人的姿势站着；在这里，没有人伤害我，宠坏我。

这时我又想起巴尔扎克的一句话，坚持昨天叫立足，坚持今天叫进取，坚持明天叫成功。

时光飞逝，转眼我们五天的军训生涯就结束了。

我抬头看着蓝天、白云、草地和绿树。时间在这一刻似乎停滞了，但是同学们通过他们的行动告诉我，时间不是因为我的感受而停滞的。这时候我才发现，我只是来省里做了20个实验的几千个学生中的一个微不足道的小成员。我一定要用实际行动证明：我不是多余的！

高一军训心得体会篇十五

20xx年xx月xx日至20xx年xx月xx日陪着那炎炎烈日，我的军训生活开始了，这同时意味着我的高中生活的开始。

第一天的时候，并没有什么训练，最主要的就是与教官见面和听教官对军训的过程介绍。听教官说话的语气，我个人觉得教官是一个特别可爱的一个人。

第二天，开始了真正的训练，早晨我们六点钟左右便起来，我们便马上洗脸漱口，然后穿好衣服下楼，没过一会儿便听到总教官吹哨，我们便马上在指定的位置集好队伍。我们练的第一项是站军姿，“抬头、挺胸、收腹、两脚后跟紧贴、两脚掌张开约六十度、五指并拢、大拇指紧贴食指第二关节”的口令一直在我们的耳边徘徊。之后我们还训练了跨立，停止间转法，齐步走，正步走，跑步走等，之后的几天里就都这样训练。

最丰富的娱乐生活是在晚上，有夜行军，拉歌比赛，文艺表演，等等。其中，我记忆最深刻的便是夜行军的活动，当天我们需要在凌晨三点钟起来，之后走跑到芦笛岩，到了之后在那休息了一个小时便又走了回来。虽然说是在三点的时候听到哨声在起来，但是我们没有一个不是提早起来的，都是生怕拖班上的后腿。其次，便是拉歌比赛，二营和三营不知哪来的默契一齐对付一营，即便如此，一营的气势没有丝毫的减弱，反而是越战越勇，最后大家不相上下。很高兴的是，在军训最后一天会操比赛中，我们32班取得了第二名的好成绩。我很自豪，因为我能为我们班奉献自己的一份力量；我很高兴，因为我生活在32班。

在这段军训期间，我懂得了军人的生活是艰苦的，因为我们才练了这几项目，就已经很疲惫了，更别说军人们肩负着保卫国家的使命进行训练；在这段军训期间，我感受到家是一个多么舒适的地方；在这段军训期间，我感受到学习是多么

幸福的一件事，并且在这军训期间，我与同学们的感情和友谊得到了深入的了解和加强。在军训中我最大的收获是，我的精神面貌发生了改变，吃苦耐劳，勇于克服困难的的精神得到了加强，并且我还知道了，要想做好任何一件事都不是那么容易的，都需要我们持之以恒的精神。我相信只要我报着军人的态度去面对学习，我一定能学有所成。

高一军训心得体会篇十六

上初中了!我们必须需要军训，不禁想起那些因为军训而中暑的学生们，自己有一些隐隐的后怕，怕自己也会中暑;怕自己也会丢面子。我们第一天学习的内容是“站军姿”，我们大家一听“站军姿”就会觉得特别简单，但是，你们这次真的错了，“站军姿”是在原地站一小时甚至时间更长，我就是在此事件中，寻找到了一个秘笈，就是我们大家脚后跟不要着地，稍微翘起一点来，这样“站军姿”就不回太累了!

终于挨过了第一天，接着就是第二天的内容立正、稍息，这一个内容不是太累，是这些内容里最简单的了，我也就不太过多的向你们介绍了。

我们军训了五天，但是这五天我我们都很累，回到了家里，我们都累得不知所措，不知如何是好。

这是我们的第一炮，怎能不打响就要投降呢?现在，我们早已不是家里的公子、小姐，我们站在训练场，面对教官，就意味着我们现在是一名军人!我们要有军人严明的纪律、说一不二的作风以及钢铁般的意志!

严热的夏日，骄阳似火，连续几个小时的操练，让我们吃劲了苦头。单调乏味的军训日复一日，头顶上的烈日记录着我们的汗水。军姿、蹲起、行进……一系列的动作不停地重复，直到教官满意地点点头，我们才算“过关”。我们就是这样，一步一步苦练过来的。

最后一天，我们向领导、老师和家长汇报了军训的成果，轰轰烈烈地打响了我们的第一炮！

真是一次难以忘怀的军训，它让我深深地感触到那句话：一份耕耘，一份收获。你只要付出了，就一定会有相应的收获，你付出得越多，收获也就越大。人生往往也是这样。虽然，这五天来的军训是前所未有的艰苦，但它也是我这一生中快乐美好的回忆。

高一军训心得体会篇十七

参加军训的第一天，我就被眼前的场景所震撼。整齐划一的步伐、严肃的表情、铿锵有力的口号声，仿佛一场严格的战争演练。我初尝军人的艰苦训练，身体力行的体验着一个士兵应有的要求：就是要严格要求自己，努力提高军事素质，锤炼坚韧的意志。在操场上，我们时刻保持着简洁利落的动作，耐心倾听教官的教诲，在飞速的时间中，我逐渐明白了军人的优秀品质和无私奉献的精神。

二、军训如火如荼的生活节奏

在这段时间里，我切身体会到了军事训练的各种项目。从早晨的清晨操到晚间的点名，从跑步到爬山，每一个动作都要做到准确、有力，哪怕是再热爱运动的人，也难免有惰性产生。在这如火如荼的生活节奏中，我学会了如何调整自己的心态，坚持并享受军事训练的过程。团结协作，互帮互助，成了我们最重要的默契，每一次的奋力拼搏，每一次的欢声笑语都弥留在我的记忆里。

三、军训锻炼的身体素质提升

通过这段时间的训练，我的身体素质得到了极大的提升。刚开始的时候，跑步只能坚持几圈就喘不过气来，但现在我可以轻松享受长距离跑步带来的乐趣；一开始的时候碰壁难爬，

但现在我可以活蹦乱跳地完成墙头突击的任务。军事训练锻炼了我的耐力、协调能力和爆发力，使我不再是一个头重脚轻的书呆子，而是一个拥有超乎常人体魄的军人。

四、军训体会给予的内心成长

在军训期间，我不仅仅是感受到了体能的升华，更是在心灵上得到了成长。面对训练中遇到的困难和挫折，我学会了坚持不懈，不怕困难；在队友给予的帮助和鼓励下，我也懂得了团结和合作的重要；在军人们为国家无私奉献的精神中，我看到了责任与荣誉的力量，也体会到了为他人着想，为国家贡献自己的义务。

五、军训心得对未来的影响

军训的收获不仅仅是身体的锻炼和心灵的成长，更是对我未来人生的指引和影响。我明白了拼搏奋进的精神要时刻保持，不断突破自我，以更好地迎接未来的挑战。同时，我也懂得了团队的力量，明白无论在哪个领域做一个优秀的人都是离不开团队支持和合作的。

军训心得体会画，如同人生的画卷，流淌着汗水的辛劳、凝结着团队的勇气、烙印着拼搏的印记。这一切的心得让我成长，成为更加坚强、自信、勇敢的人。回首军训的日子，我将永远铭记那段充满挑战和收获的经历，它将指引着我面对人生的新篇章，为我的未来奠定坚实的基石。

高一军训心得体会篇十八

在刚开始军训的时候，我感到非常紧张和不适应。大声的口号、严格的纪律和艰苦的训练，让我第一次感受到了真实的军事生活。然而，随着训练的进行，我逐渐适应了这一环境，发现自己拥有的潜力。通过不断挑战自己，我发现自己的体力和耐力超出了自己的想象。在军训的过程中，我学会了坚

持不懈，克服困难，这个经验对我以后的学习和生活都有着深远的影响。

第二段：军训锻炼了我的意志力和毅力

军训是一项全方位的训练，不仅仅是体力的锻炼，更是意志力和毅力的考验。在高强度的训练下，许多同学因为吃不消而选择放弃。然而，我坚持了下来，并通过坚持不懈的努力，不断突破自己的极限。在几周的训练中，我感受到了自己变得更加坚定和自信。这种毅力的培养不仅在军事训练中有效，同样也适用于我以后的学习和生活。我意识到只有不断努力和坚持，才能战胜困难，实现自己的目标。

第三段：军训培养了我的团队合作意识

军事训练是一个集体活动，团队合作至关重要。在每一次训练中，都需要团队中的每一个成员默契配合，才能完成任务。通过军训，我学会了倾听他人的意见，敢于表达自己的观点。与队友们共同讨论问题，互相帮助，我体会到了团队的力量。团队合作让我明白，一个人的力量是有限的，而与团队一起，我们能够超越自己的极限，取得更好的成绩。

第四段：军训让我学会了自律和纪律

军事训练是有严格纪律的，任何一个环节的失误都会对整个队伍的训练产生严重影响。通过军训，我明白了纪律的重要性，学会了遵守规章制度。在训练中，我需要按时起床、按时集合、按时完成任务，这样才能确保整个队伍的顺利进行。这种自律和纪律的训练，让我养成了良好的习惯。在以后的学习和工作中，我相信这种自律和纪律的能力会使我更加出色。

第五段：军训使我树立了对国家和人民的深厚感情

通过军事训练，我对国家和人民有了更深刻的认识和理解。在训练中，我们学习了国防知识，了解到国家的强大需要每一个公民的努力。我们向军人们致敬，他们为国家的安定和稳定做出了巨大牺牲。在军训过程中，我体会到了国家对我们的关怀和培养，我更加热爱这个伟大的国家，愿意为之奋斗。在以后的生活中，我将始终牢记作为一个公民的责任和义务，为国家的发展和繁荣贡献自己的力量。

总结：

通过军训，我从一个懵懂的学生逐渐成长为一个有责任感和担当的人。军训不仅锻炼了我的体力和意志力，更培养了我的团队合作意识和纪律意识。我深深地感受到了自己作为一个公民的责任和义务，决心为国家的发展贡献自己的力量。军训心得体会男，这是一个成长的过程，一个锻炼自我的过程，也是一个培养团队精神和国家意识的过程。通过军训，我明白了自己更多的潜力和可能性，为自己的未来树立了更高的目标。

高一军训心得体会篇十九

军训，是大学生生活中不可或缺的一部分。作为一名男生，我在参加军训的这几周中收获颇丰，不仅锻炼了体魄，还培养了坚忍不拔的毅力。在这里我将分享一下我在军训中的心得体会。

第一段：军训严苛，带给我战胜困难的勇气

军训的日程总是紧凑而规律的，我们每天早晨五点半就要起床，然后进行早操、军姿训练等一系列课程。严苛的军事纪律和枯燥的体能训练常常让我们筋疲力尽，但正是这种严苛让我锻炼出了顽强的毅力和勇气。在每一次艰难的体能训练中，我都努力克服自己的身体疲惫和心理恐惧，坚持完成每一个训练动作。经过几周的训练，我逐渐克服了自己的身体

上的障碍，体会到了战胜困难的喜悦。

第二段：团队合作，培养了我的领导能力

军训是一个团队合作的过程，每个人都需要合理分工，互相协助完成任务。在战术训练中，我扮演过队长的角色，带领着小队成员完成各种任务。在领导过程中，我学会了倾听、沟通和协调，学会了根据个人特长合理分配任务，使整个小队发挥出最佳状态。通过这段经历，我发现自己具备了一定的领导能力，懂得如何管理团队，分配任务和解决问题。

第三段：军事知识，增加了我的综合素质

在军训中，我们不仅锻炼了体能，还学习了丰富的军事知识。听军官讲解战术理论、学习军旅生活规则，使我对军事有了更深入的了解。这些知识的学习不仅增添了我与人交流的话题，也培养了我的综合素质。我相信，这些知识不仅对今后的工作学习有所帮助，更是对我人生道路上的成长有着重要的影响。

第四段：培养纪律观念，打造了我新的自我

军训期间，我们被严格要求遵守军纪，好比是一套特殊的生活规则。我们必须准时、整齐地出勤，要有礼貌、有素养，尊重他人，遵守规章制度。通过一系列的训练和严格的约束，我逐渐养成了良好的纪律观念，变得更加自律和有条理。对于未来而言，这种自律与纪律观念的培养对我来说是非常重要的，它将助我更好地适应社会的竞争并迎接未来的挑战。

第五段：军训收获，人生宝贵的财富

军训过程虽然辛苦，但其中所蕴含的军事思维、纪律观念和团队合作精神却是我人生宝贵的财富。它们对我来说具有深远的意义，不仅使我具备了更强的体能和毅力，也让我明白

了个人和集体的力量，更是让我明白了坚持与付出的价值。军训让我变得更加坚强，更加自信，也更加成熟。将来无论面对什么样的困难，我都相信我能够勇往直前，迎接挑战。

以上是我在军训中的一些心得体会。军训对于大学生来说是一个重要的历练机会，它不仅锻炼了我们的身体，也塑造了我们的意志品质。相信通过军训的历练，我们能够在今后的学习和工作中更好地适应和成长。