# 2024年高一新生军训心得体会500字(18篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-08-18

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**高一新生军训心得体会500字篇一**

匆匆来到学校的我格外兴奋，因为要体验一种全新的生活，一张张不曾相识的脸，一袋袋沉重的衣物，一份份不同寻常的感情!到了基地之后，在教官的严格教育与训练下，似乎后背、双腿、脸颊两旁的汗水已要将我“淹没”。可是军训就是军训，早已不是当初在家的甜美生活!同时它也锻炼了我们团结一心，坚持不懈的精神。

在军训期间，我和班中的几个女生住在同一寝室，我发觉大家在一起非常好相处，女生的话匣一打开之后，大家就在不知不觉中成为了好朋友，我也交到了许多的好朋友，我相信在以后的学习中大家一定可以相处得更融洽，一定可以互相帮助，一起努力完成自己的理想!!

有人说军训是一幅没有色彩的水墨画，有的只是苍白和明暗;也有人说，军训是没加糖的咖啡，又苦又涩，简直难以言语。可通过这五天的生活，却又让我们领悟到另外一种真谛：“吃得苦中苦，方为人上人。”狠毒的太阳锻炼出我们钢铁般的毅力，繁重的训练磨砺出我们一招一式的阳刚，这就是付出与回报的必然。

其实军训生活是苦中有乐，苦中求乐，最后苦尽甘来的，它比任何一种生活，任何一种做人方式都显得多姿多彩。在这五天里，每个人都有自己的辛酸，自己的快乐和自己的故事，点点滴滴，让人难以忘怀!

经历了多少风雨的折磨;体验了多少紧张的时刻;承担了多少困难的考验。我们终于迈进了高中的门槛。自从军训的第一天开始，学校的每个角落都留下了无数脚印的装饰;无数汗水的浇灌;无数身影的痕迹。这无数的脚印、汗水、身影也正是苦和累的表现。

在军训期间，发生了许许多多感人的故事。这些感人的举动也都表现出了一颗颗坚定的心;一份份坚强的勇气;一种种值人学习的精神。在高中里也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。没有规矩，不成方圆。这也正是军训中，我们所明白的。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信阳光总在风雨后这句话，这也是为今后的生活奠定了一个坚实的基础。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真正的一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

**高一新生军训心得体会500字篇二**

为期五天的高一军训终于结束，在汗水的洗礼下，在阳光的照耀下，我们站得笔直，走得挺拔，动作由原来的生疏变为整齐划一，日光之下，像是锋利的刀锋一闪而过。

这样的军事化管理生活渐渐磨去了我们在家里的娇气，军训是什么，是站军姿!是走起步!是走正步!每个动作，都要标准流畅，我们每个人最开始站的时候歪歪扭扭，似乎马上就要倒了一样，接下来的时间，我们每个人都投入到练习中，即使汗水划过脸颊，也无暇擦去，专注地听着的教官的指令，随时准备下一个动作。

这样的军训，必然是艰苦疲累的，但是我们也收获了很多欢笑，看着我们偶尔踏错的步伐，听着教官说的搞笑的话，我们哄堂大笑，把那些苦那些累都扔开了。

我们顶着烈日挥汗如雨。军训时很热、很累，但是我们没有听到一个同学埋怨，相反却能时时看到我们挂在脸上的笑容。当我们为一件事付出很多时，无论如何，我们都会快乐，因为我们付出了、努力了、尽力了。

回到家看着晒得黑黑的脸庞和手臂，不禁一声苦笑，既有结束军训的欢喜，也有对军训那几天的怀念。军训到底给我们带来了什么?后来我明白了，军训是在磨练我们的意识：一种坚持的意识、一种拼搏的意识、一种吃苦的意识、一种团结的意识……太多太多，足够让我们用接下来的高中生活甚至是一生来体会。

军训五天，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了自己，有了敢于迎难而上的勇气。对待困难，我们要先定好目标，再凭借不怕苦不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地坚持下去，只要坚持就会成功!

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

我终于体会到一名军人的辛苦，那威武挺拔的姿态不是一朝一夕才练成的，而是日日练，月月练，年年练，用汗水换来的。所以，军训是对我们心灵的一次鞭策和鼓励。

对于我，军训已经超过原来的意义，军训不只是强身健体，还是国家对我们寄托的希望、我们对未来积极的态度、我们对困难不是逃避而是迎头直上的坚定决心。

加油吧!迎着初升的太阳，前进!

**高一新生军训心得体会500字篇三**

回忆十几天前的军训，真叫人吓得四肢颤抖，那可真称得上是正宗的魔鬼训练了。

军训的第一天，我吃完早饭，就早早来到操场等待，虽已九月，但无一丝秋意，火红的太阳高高在上，我们毫无办法，就因如此，太阳似乎更加放肆，放出更多热量。

开始军训了，我还算运气好，分到了一块凉爽的地方，教官也很温和。教官对我们很好，只要我们做得认真、标准，他一会儿就让我们活动一下。所以，第一天我们一点儿也不觉得辛苦，愉快地渡过了这一天。

第二天，我照常来到操场等待。大家都到齐后，校长通知大家今天重新排班，到操场集中。排班后，我不幸被分到了操场中间晒太阳，只好认命。

这一天很辛苦，不断地有人倒下，但我还算坚强吧!硬是挺了下来。这时，我挠了一下痒，正好被教官看见了，把我揪出来，让我定型十分钟。汗水不停地从我额角流下来，想想明天的集训，我的腿都软了。

第二天终于结束了，但随之而来的却是令人心惊胆寒的第三天。

早上，教官不停地给我们温习动作，可辛苦了。晕倒的人更多了，但我很坚强，永不倒下。

下午，开始集训比赛，在别的班上场的时候，我们要定型，因为我是六班，所以连续定型了近一个小时……

这三天的军训，使我尝到了它的苦，也尝到了它的乐，还悟出了一个道理：坚持就是胜利。

在这个烈日炎炎的季节里，我们相约一起来到了环境优美的xx校园。在这里，我们将开始自己的求学之路;在这里，我们将谱写自己人生中的每一个精彩的乐章。

古人云：“人贵有志，当志存高远。”每个人都有一份属于自己的志向，也许远大，也许平凡，而要实现志向就要不懈奋斗，勇往直前，脚踏实地的走好每一步。

**高一新生军训心得体会500字篇四**

高一新生军训，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。

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生活的一个侧面，叫人受益匪浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。

军训不但锻炼了我的意志品质，还增强了我的爱国精神，在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾。

脱下橄榄绿的军装，换下闷热的运动鞋，三天的高一军训生活总算结束了。已是满身疲倦的我躺在床上，吹着空调，我又回到了以前的“王宫”。“稍息，立正，向右看齐……”教官的声音又浮现在我脑子里。三天的军训生活虽然时间不长，但是却给我留下了深刻的印象，让我知道当一名军人是多么的辛苦。教官的一句话始终萦绕在我的脑子里——“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪!”这句话说明了一个军人应该多么严格要求自己，一切以集体为重，以集体为中心，要有吃苦耐劳的精神，战胜困难的勇气。这是我在军训当中学到的，我将要把这一切应用到平时的生活中去。

当我在学习当中遇到不懂的问题，我绝对不会再轻易的把它放过，我会认真琢磨，反复思考，到把问题弄清楚为止，正所谓“万丈高楼平地起”，我绝不充许有任何差错。要是还没有军训我不一定做的到;如果我在生活当中遇到困难，我绝对不会轻易退缩，相反，我会去克服它，去战胜它，生活中的点点滴滴对我都是一种考验，要是还没有军训我也不一定能做的到。这些是我在军训当中学到的。无论做什么事情，都要有一股不服输的劲头。以前的我，如果遇到一点小问题，我就会退缩，逃避，但现在我不会了，我在军训当中学会了自强自立，自己的事情自己做。困难，算什么，咬紧牙关敢于拼搏就能闯过去。在平时我不会帮妈妈洗衣服，但经过这次的军训，我知道了妈妈的辛苦，我以后会为妈妈分担一些自己力所能及的家务的。要以一名小军人的标准严格要求自己。

这次军训生活，让我受益匪浅，我要像军人一样拥有铁一般的纪律，钢一般的意志。3天的军训生活，我感觉我长大了!我付出了努力，付出了汗水。得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令，不在是懒懒散散的。

军训让我们认识了自己，军训也完善了我们。我们知道了不管是军训还是平时都要做到;钢一样的意志、铁一样的纪律、山一样的威严、风一样的速度。

**高一新生军训心得体会500字篇五**

金秋九月，秋高气爽，随着新学期的的到来，传说中很苦逼的军训生活也随之而来。军训的第一天对我们来说是最难受的一天。

我们是下午军训，在第一次军训的时候，教官要求我们站军姿，我们过了一个松懈假期，一下子又让我们军训，还真有些不适应呢。我们一开始先练稍息、立正，我们立正的姿势是不正确的，有的确脚没有打开60度角，有的眼睛总是东张西望，有的背是驮这的，我们竟然连手都是自然下垂的。第一次站军姿没站一会儿就累了，虽然我们没站多长时间，可是却热的头上直冒汗。但是通过这几天的训练，我们站的时间越来越长了。有时还可以在炽热的太阳光下站上几分钟呢。有一次我们正在站军姿，一提汗从我的额头滚下来，弄得我耳朵前很痒，我真想用手去抓，但是我忍住了，因为我知道站军姿的时候不能乱动，我还发现我的手没有扣紧于是我马上扣紧了。到了这个时候就磨练我们毅力的时候。

当我们累了的时候教官也会让我们坐下休息，可是没想到坐下也有规矩，休息之后我们又开始训练了，这回练习起立、坐下。刚开始我们有的同学坐下的时候，脚一下子往前一滑，就躺在地上了，教官要求我们：坐下的时候先快速的蹲下，然后用右手撑住地，最后再坐下。用了这个方法我们坐的果然整齐多了!我们又有进步了!

军训锻炼了我们，也磨练了我们，每天下午我们有两小时的训练，当训练完毕以后我会热得头昏脑胀，真想马上躺在床上睡一觉。军训了这几天，就是我们班在淘气的男生，到了军训的时候都不得不听话，他们也都站的腰杆笔直的。

军训的第四天，我们练习了明天的军训闭营仪式，这个练习占用了上午和下午的所有训练和上课的时间，为的就是给明天前来参观的退休老教师一个完美、整齐的军训闭营仪式。我们一下子站了好长时间，一动都不能动!上午表演给全校的领导、老师看，其他年级都表演完了，就差我们年级了，可是那时我已经腰酸背痛了，但是我想虽然这次是彩排但也要做好!果然我们的表演博得了校领导和老师们的阵阵掌声。休息了一中午，到了下午，我们学校所有同学全部在操场上练习，一站又是好长时间彩排终于完了，在回班的路上在我迈出第一条腿的时候，我感觉自己都快不会走路了!

到了我们展示军训学习成果的时候了，我们个个精神焕发，动作一致，口号响亮每个同学就象换了一个人一样!不用说，这次的军训成果展示，老师对我们的评价都非常高!

军训是苦的，收获却是甜的，这次的军训让我明白了：不经历风雨，怎能见彩虹，这个道理。这就是军训的真正意义!

**高一新生军训心得体会500字篇六**

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训?军训有什么好处呢?”军训能使我们养成不畏困难的精神;使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人;也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗?于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

下午，同学们都兴高采烈的来到了足球场，组成整齐的队列，这是校园里一道靓丽的风景，球场上太阳照得茂密的大树垂头丧气，只听见教官不时地教我们做动作，发出一阵阵洪亮的口令，这就是一名军人的风范。教官那一阵阵口令就象带领我们进入了军队一样，我仿佛感觉到自己就是一名军人一样!

太阳光无情的将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的?同学们已是汗流浃背，看着同学们那湿透的衣服，我满以为他们会倒下，然而大多数同学们都坚持住了，只有个别因为体制原因无法训练。我想这也许就是在锻炼我们的意志吧!现在的独生子女一个个都被家长宠坏了，养成了娇生惯养的`习惯，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来!

在我们的心中，军训是一件艰难的事。不过我相信，只要我们努力，不怕苦不怕累，这十天很快就会过去的。正如教官说的那样：流血，流汗，不流泪;掉皮，掉肉，不掉队。只要我们发扬这种吃苦耐劳的精神，八天后我们就是另一种新面貌面对班主任。

挥挥衣袖，用微笑告别今天，用崭新的面貌面对明天，向自己发出挑战，向八天后的自己预约一个奖赏，相信自己是最棒的!!

**高一新生军训心得体会500字篇七**

光阴似箭，日月如梭。转眼间六年的时光过去了，我升到了高中，也迎来了高中生活的第一站——军训。

短短的五天军训，却让我的记忆中留下深深的烙印。如果说人生是一场戏，那么军训就是这场戏中最精彩的一幕。军训能够培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志，锻练我们的身体。

军训对我们来说是一种考验，是一种人生的体验。军训让我们知道了什么是命令，什么是该做的，什么是不该做的，在中学生训练基地，我们必须绝对服从教官的命令，听从教官的按排，也知道了什么是团结。军训是一个磨砺自我的过程，我们绝不能因为受一点苦就放弃，更不能因为教官的严厉就半途而废。我们必须用一颗顽强的心去战斗，去拼撙，去取得最后的胜利。

在操场上站军姿是痛苦的事，但是我们必须坚持下来。一遍又一遍枯燥乏味的动作。一句又一句不得反抗的命令，这一切都不能使我退缩，我要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

在这几天中，我学会了如何做到这三个字——快、静、齐，也学会了我在家里学不到的东西，懂得了珍惜时间。

再过半天就回家了，其实我还是有点舍不得这里，因为这里冲满这我与同学。教官们的笑声。欢乐声与团结的那种精神。

生命中有自己真挚的东西，我在短暂的军训生活中，让我们体会到了军人的坚强意志，我愿意记住这刻骨铭心的记忆，这些记忆是我生命中的珍宝。在这里，我要跟班主任。领导与教官说一声谢谢，谢谢您们关心我们照顾我们。

**高一新生军训心得体会500字篇八**

军训轰轰烈烈地到来，而今却悄悄地走了。以至于生活突然有些无措。昨日训练的口号依然在身边响起，军营之歌还会无意间在嘴旁鸣唱，自信和威武的军人风范仍然充斥着全身，特别是那离别的眼泪时刻索绕着脑海与心灵深处，总之军训让我感到“意犹未尽”。

造物主的伟大创造让我们人类有了思想，我们可以想象使现实生活变得更加美好。面对军训的悄然离去感到伤心的现实，那么就让我把军训之旅在脑海中播放一遍吧!

一，苦的练习

“忆苦思甜”，一提到军训大部分人都可能想到苦，不过队于军训过的人来说，这苦是多么的甜美。

“抬头，挺胸，微收小腹…….”站军资的动作简单却难以及坚持，最倒的考验就是得每刻保持高度集中地坚持下去，。我们都往往站得眼泪直淌，脖颈发硬，腰杆没了韧性，双腿发软，全身没有那块肌肉不酸痛、软。“苦”此乃每次军训之首。

军操的训练是我们最主要的训练，我们大部分时间都花在这一方面。军操地动作都是耳熟能详的，但是就是这简单的动作开始了不简单的辛酸。最可怕的就是把简单的动作分解成单步的动作，要你坚持。往往是原地踏步踏得双脚难抬，左右前后转转得人头晕转向，起步走走得人难以停下脚步，正步走让人一看主席台脚跟自然发力……许多的苦还要为了团队的一致。

军中纪律的严格要求同样让人有点沉入苦海的味道，教官们的威严更让我们对这些苦感到难以抗拒。

但是经过风吹日晒的严格考验之后，这些苦都让我们相信了那句话“军心是大学生活中广次阿的一页，是人生一份不可多得的财富。”

二，多彩的休息

每一段军训后，都有十分钟的休息时间，这十分钟的精彩能让我们充足干劲，在身体和精神上得到最大的放松。

“教官，来一个;来一个，教官;叫你唱，你就唱，扭扭捏捏不像样，不像样…….“这是我们学会拉歌后对交换的捉弄之一。我觉得拉歌是我们最为疯狂激烈的活动，我们常常连对连，甚至营对营地进行。声势浩大与其中的诱惑，让我们每个人都不由自主的忘情地扯开自己的嗓门用”豁出去“的声音嚎出来。尽管喊得声音嘶哑喉咙冒烟也毫无停止之意，好不知晓毫无怨言。像这些激烈的“休息”方式还有接力比赛、跑步比赛、转圈比赛等。我们也有文静的休息方式，如教官教歌，自我推荐唱歌表演，和教官寥寥军中生活，交流内心等!

在精彩的休息中，我们不仅学会了团结，而且学会了大胆地展现自我。

三，军训之情

“寒风飘飘落叶，军对是一朵绿花，亲爱的战友你不要想家，不要想妈妈…….”柔和还带伤感的旋律，各种唱出我们离家人的心思，歌词中那刺激人内心深处的词眼……我们都哽咽着。整个人落入了最为安静的状态之中，各种静的情在向我们蔓延。

当然，上面孩子是军训之情中的一种，也算是最为悲凉——想家之情吧!我们还建立了许多欢乐的友情，通过军训使得我们来自各地的陌生同学心灵拉近，彼此了解，在短时间内建立起一般情况下不可能得到的真情。让我们都能够在大学生活中更快的融合!

与教官的感情称得上是复杂的感情，教官在训练时的严格，在休息时的温柔，在生活中的照顾，在学习上的鼓励……是同学?是朋友?是长者?是老师?……..都是又都不是……所有的一切构成难以形容的情感。对这份妙不可言的情感，我们都珍贵得如珍珠般的收藏在内心。现在教官走了，留下了我们复杂的心情，不过我们相信我们很快会将这份心情转化为前进的动力。

各种军训中培养的真情开始了我们的求学梦。问世间情为何物，直添生活之精彩。

四，收获

经过了这次军训，我们获益良多，收获彼丰。我们学会了更好的生活，学会了更好的团队精神，学会了自信，学会了奋进;锻炼了意志，锻炼了身体，锻炼了耐心;以健康、潇洒、精神、自信的姿彩迎接人生中新的一页。

**高一新生军训心得体会500字篇九**

经过了高一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

在一个团体中，我们每个人所代表的不仅仅是我们个体，更重要的是代表这个集体，我们一个步伐踏错，就会影响整个队伍的整齐，一个动作的缓慢，就会影响整个队伍的美观，所以，我们除了不怕苦，不怕累之外，更应该发扬一种协作的精神，互相帮助，共同进步，为我们的集体多争一分荣誉。由此，我又想到我们日后的班级、年级乃至整个学校，如果我们每个人都能发挥这样一种集体主义精神，我们还有什么困难不能克服，什么难关不能度过呢?

我深深地体会到“团结就是力量”!

没有吃过苦是不知道什么才是甜的，没有经历过辛苦劳累，是不知道什么才是幸福享受的，没有品味过军人的朴素生活，是不知道什么才是荣华富贵的……

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多东西，“立正、稍息、向左转、齐步、跑步”，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在“军营”中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是我们人生当中最绚烂的一笔。

**高一新生军训心得体会500字篇十**

为期五天的军训终于结束，在汗水的洗礼下，在阳光的照耀下，我们站得笔直，走得挺拔，动作由原来的生疏变为整齐划一，日光之下，像是锋利的刀锋一闪而过。

这样的军事化管理生活渐渐磨去了我们在家里的娇气，军训是什么，是站军姿!是走起步!是走正步!每个动作，都要标准流畅，我们每个人最开始站的时候歪歪扭扭，似乎马上就要倒了一样，接下来的时间，我们每个人都投入到练习中，即使汗水划过脸颊，也无暇擦去，专注地听着的教官的指令，随时准备下一个动作。

这样的军训，必然是艰苦疲累的，但是我们也收获了很多欢笑，看着我们偶尔踏错的步伐，听着教官说的搞笑的话，我们哄堂大笑，把那些苦那些累都扔开了。

我们顶着烈日挥汗如雨。军训时很热、很累，但是我们没有听到一个同学埋怨，相反却能时时看到我们挂在脸上的笑容。当我们为一件事付出很多时，无论如何，我们都会快乐，因为我们付出了、努力了、尽力了。

回到家看着晒得黑黑的脸庞和手臂，不禁一声苦笑，既有结束军训的欢喜，也有对军训那几天的怀念。军训到底给我们带来了什么?后来我明白了，军训是在磨练我们的意识：一种坚持的意识、一种拼搏的意识、一种吃苦的意识、一种团结的意识……太多太多，足够让我们用接下来的高中生活甚至是一生来体会。

军训五天，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了自己，有了敢于迎难而上的勇气。对待困难，我们要先定好目标，再凭借不怕苦不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地坚持下去，只要坚持就会成功!

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

我终于体会到一名军人的辛苦，那威武挺拔的姿态不是一朝一夕才练成的，而是日日练，月月练，年年练，用汗水换来的。所以，军训是对我们心灵的一次鞭策和鼓励。

对于我，军训已经超过原来的意义，军训不只是强身健体，还是国家对我们寄托的希望、我们对未来积极的态度、我们对困难不是逃避而是迎头直上的坚定决心。

加油吧!迎着初升的太阳，前进!

**高一新生军训心得体会500字篇十一**

一轮烈日当空。

硕大的钢铁棚拦得住刺眼的阳光，却驱散不了空气中的闷热气息。偶有清风拂过，撩起垂在额际的几缕碎发，带着短暂又珍贵的清凉，同学们衣角飞扬，英姿飒爽。

汗水顺着脸庞流下，“滴滴答答”掉落在地上。小小的尘埃飞溅，后背已汗湿，鼻尖上沁出了点点细汗，但大家目光炯炯有神直视前方，昂首挺胸，腰杆像把剑一样笔挺，站如松，坐如钟。空气似乎凝固了，时间在这一秒静止，整个平台宛如一片军绿色的森林。我们在站军姿。

没有初来军训时的拘谨与懵懂，我们的“一二三四”已喊的震慑天空，冲上云霄!我们的正步已踏的啪啪作响，整齐划一!我们的打饭技术已熟练至极，炉火纯青!

在与舍友的交谈中，我们已把国防学校称为了家。这里就像家一样：教官训练时严肃认真，在闲暇时却与我们一起玩游戏，开玩笑;舍友们的热情，温暖似火;时不时的讲座更是开拓了我们的眼界，放松了我们的身心。

军训使我们有了坚强的意志!

军训使我们获得宝贵的友谊!

军训使我们懂得更多的知识!

军训使我们拥有健康的体魄!

当明年的蝉鸣声又响起，下一届六中的伙伴是否也会在这里，他们是否也会锻炼出钢铁般的意志?我相信，一定会的，因为人民军队的精神正是如此：用顽强的毅力与健壮的身躯撑起我们的共同家园。

就像我们寝室里有一句话一样，这也是我们全体人员的心愿――让我们放飞梦想，翱翔九天，奋勇向前!

**高一新生军训心得体会500字篇十二**

相信大家在升入高中的时候一定经历过军训，这段经历是值得我们永远记忆的，不可磨灭，下面是我们学大教育精心为大家准备的高一新生军训心得体会,快跟着我们学大教育一起来看看这篇文章的内容吧。

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。回想我们去年的日子还真伟大啊，那响亮的口号还在脑子中回荡，自己在军训的时候还没有觉得什么，但是今天看到学弟学妹们大汗漓漓的才知道那是苦后甜的磨练啦。

军训，一次有组织性的活动，不像高中那样的随意和应付。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。高中时代的军训纯粹是游戏，仅不过是一种锻炼;大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十五天的大学军训，让我明白太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

无情的太阳，学弟学妹们都面对阳光在站军姿。南方的太阳，晒在皮肤上是火辣辣的，对北方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。虽然如此，但大家都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出的汗水越多，意志越坚强就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄;扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十五天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出;要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦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，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耐不住。但是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，我还是相信雨后肯定有彩虹的。

人长大了，要适应各种个样的生活方式，再也不能只靠父母啦，出门靠朋友和同学。军训给了我一个适应的过程，在十五天的训练当中减轻了对家的思恋，劳累的训练也降低了思乡的情绪。消除了我们对学校的陌生感，更是锻炼了我们吃苦赖劳和独立生活的能力。还让我懂得了军训的意义，增强了爱国意识，让自己承担一部分责任，我觉得自己真的长大啦。

**高一新生军训心得体会500字篇十三**

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。回想我们去年的日子还真伟大啊，那响亮的口号还在脑子中回荡，自己在军训的时候还没有觉得什么，但是今天看到学弟学妹们大汗漓漓的才知道那是苦后甜的磨练啦。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。初中时代的军训纯粹是游戏，仅不过是一种锻炼;高中的军训截然不同，性质也得以升华。长达一星期的高中军训，让我明白太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

在无情的阳光下，我们都在面对阳光在站军姿。太阳光晒在皮肤上是火辣辣的，晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。虽然如此，但大家都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出的汗水越多，意志越坚强就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄;扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。一星期的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出;要做得更好，得付出更多。心得体会

军训，相信经历过亦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，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耐不住。但是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，我还是相信雨后肯定有彩虹的。

艰苦的训练，能够磨炼人的意志。对于我这样一个生活条件优越、从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会。5天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的。他面对挑战时，将会无所畏惧，勇往直前。

记得刚来到这个班，该班同学给我的感觉就是亲切与热情，这是在以前军训感受不到的，所以记得特别深刻。在这个班我也算是不太内向，加上同学的热情，所以我很快就交到朋友了，跟她们在一起都是有说有笑的真是其乐融融、非常幸福啊!

但是军训不仅有幸福的一面，还是有辛苦的一面的，那就是在军训期间啊。每天早晨我都得很早起床开始训练，在毒辣的太阳下站军姿、稍息、跨立、集体踏步等我觉得我已是苦痛不堪了。但是我也知道这是对我们好的，所以每天无论在怎么辛苦我都会咬着牙熬下去，所以这次军训我由始至终都没请过假，为此感到高兴。

离开高中军训的前一天，我们已训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，那眼神令我肃然起敬。他们已不再年轻，他们将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。经历了这次军训，我比原来更加了解自己和我周围的人，也让我更加珍惜拥有的一切。

**高一新生军训心得体会500字篇十四**

在这烈日炎炎、骄阳似火的9月，为期7天的高一军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在7天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

是的，从军训中我们也感受到很多快乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结的欢乐，也体会了奋进的快乐，当我们班经过4天的训练，我们感受到集体的温暖。在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们最美好的回忆!

那一位教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精;然而却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长一般的亲切清爽，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。

这7天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。

也许军训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但“稍息、立正、站好、向左看”这些口令将永远回荡在我的耳边。

**高一新生军训心得体会500字篇十五**

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。而给了我这种独一无二的感觉的，应该也只有军训了吧。

它的专业程度让我敬畏，让我神往，让我不禁屏住呼吸用身上的每个细胞贪婪地啃噬着它的神秘。我带着初三毕业生的轻松高一新生的紧张与这场期待已久的军训拥抱，我给了它汗水，它也给了我经历。

当清晨的哨声震醒我的神经，当伙伴们无情地掀开我的被子，当潮湿的军服贴上了我的皮肤，我才恍然醒悟，一天的战斗就从这里开始了……

严明的军队纪律让已经散漫了一个月的我难以适应，但是当我转过身，回过头，看见那一张张虽陌生却格外认真的面庞，便只能咬紧了牙关，坚定地想着：“坚持，坚持住!”

灼热的太阳将这天地变得仿佛是熊熊燃烧的炭火窑，日光火辣辣的，我如坐蒸笼般，身上汗水滂沱，每一个毛孔都在大口的吐着热气，一阵阵地泛着眩晕感，却一次次地站稳步伐。因为对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵难得的经历，写进了我的记忆中，成为了不可抹杀的一部分。

而我不得不说军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系，这种关系很令人怀念和留恋。大家从起初的不言不语，到最后的亲密无间，如果没有这个军训，给我们团结的机会，我们又怎么会在开学之前凝成一个整体呢?

最后的告别会是那样的独一无二，令人难忘，虽然我和教官只有七天的缘分，但是对于他给我的这次锻炼自我的机会，我想，我会一直铭记于心并深深的对他表示感谢，感谢他赠我一个“女班长”的称号，这会是我最难忘最骄傲的回忆……

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……

**高一新生军训心得体会500字篇十六**

学校就是军营，老师就是教官，学生就是士兵。我们要在今后的高中三年生活中继续保持军训时不畏艰辛、吃苦耐劳的作风 学习中继续坚持军训中克服困难、勇往直前的精神。

时光飞逝，转眼间，六天的军训时光已经过去。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。

在这里，我们尝到了种.种滋味。那迎风不动的军姿训练中，我们磨练了意志，品尝到了难咽的苦涩;那倍受关注的拔河比赛中，我们锻造了身心，品尝到了失败的痛楚……

站在操场上的我，觉得自己很伟大，从未想过，自己也能一改往日的懒虫形象。静立着，我也思考着。

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢?在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

**高一新生军训心得体会500字篇十七**

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢?在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天最好的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊!

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆!

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是公平的了。

一道刺眼的阳光开始了我们的军训生涯。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训打倒，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们也许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们现在倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。现在要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，仅此而已!

**高一新生军训心得体会500字篇十八**

为期一周的军训生活结束了。这一周的时间说长不长，说短也不短。同学们都怀着极大的热情投入到军训生活中，都期待着另一种生活……

我们班虽然被分成几份插到其他班级，但这丝毫没有影响到同学们的热情，都积极配合教官的工作。说道军训最重要的就要数教官了。我们的教官被大家评为最帅的教官，事实也是如此，他是教官中最高的，长的与黄晓明神似，总之就是给我们留下了很深的第一印象。

但是一接触起来才发现他原来是一个特别腼腆的人，说话声音特别小，而且还会脸红，一笑起来有两个浅浅的酒窝，真的是十分可爱，但是作为一个教官，一个军人，这样的腼腆真是急坏了我们，看到其他班的同学和教官一起训练，聊天，唱歌，而我们这边如此低调真是很郁闷的。其实我们都知道教官其实是一个极好的人呢，他虽然不多说话，但我们心里都明白他处处为我们着想，训练是总是不厌其烦的做示范，为了怕我们晒总是找阴凉地，总是扯着嗓子喊着教我们唱歌，总是因为我们挨骂却还是保持笑脸……虽然你不说，但我们都知道，真的知道……

其实教官你的歌唱的真的很好的，我们都觉得可以去文工团了。尤其是你还会弹吉他呢，当时你说的时候我们还都有所怀疑，但当你真的拿起吉他的时候，我们都被震撼了……虽然我不太了解，但看你的指法就知道你的水平不一般。经过了几天的相处大家都已经很熟了，可能是彼此熟悉的缘故，也可能是很久没碰吉他的缘故，当你专心弹唱的时候我才觉得那才是真的你，那么自由，那么自信……

说了这么多关于教官的事，也该说说我在军训中的所得吧。

其实这次军训与高中军训没有什么本质区别。主要训练了稍息立正跨列，停止间转法，齐步走，跑步走，正步走……这些内容的训练让我们从身体上接触了军事训练。在此次训练中还增加了军歌的学习，教官利用休息时间教我们唱军歌，这是我第一次学这么多军歌，有的甚至连听都没听过。可能是因为我自己是一个十分感性的人吧，每当听教官唱歌的时候眼睛就不自觉的浸满了泪……有的歌慷慨激昂，唱出军人的雄心壮志;有的歌婉转抒情，唱进士兵的内心，每当这时我都会注视着教官的眼睛，仿佛可以通过它望见他们的家乡……

军训在集体会操后正式结束。在会操场上，各个班级都尽最大的努力，发挥出最好的水平，为丰富的军训生活画上完美的句号.

军训虽然结束了，教官们也都返回了部队，但是他们将美好的回忆留给了我们，将军人的风采留给了我们，我们也将美好的祝愿送给了他们，也许我们没有机会再见，但这份感情会一直珍藏在我们心中……

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找