

高中生军训活动个人体会(优质5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

高中生军训活动个人体会篇一

我们进入高中后的第一件事就是军训。

军训六天后，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了我的耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。首先，定好目标；然后，要有一种不怕苦、不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地向目标前进；接着，遇到困难时绝对不可以向挫折低头，更不可以半途而废，否则之前做的都会白费心机；最后，只要坚持，就会成功。我深深体会到作为一名军人有多么辛苦和不容易。虽然我腰也酸、腿也疼，有时候还乱动，但是我依然咬牙坚持着完成会操。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。这难忘的军训经历令我终生难忘。如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了，很累，而且有酸酸的感觉。教官已匆匆地走了，却留给我们深刻的回忆。军训究竟带给了我什么？其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形，而是在磨练我们一种意识；一种吃苦的意识；一种坚

持的意识；一种团结的意识；一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

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，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。而军训给我最美好的记忆，是同学们和老师、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，向往啊！的内心深处，引领着我在初中的生活中乘风破浪、奋勇前进。

高中生军训活动个人体会篇二

军训是国防教育的重要组成部分，作为学生进入学校的第一课；下面是有高一军训总结，欢迎参阅。

我不想对军训做太多评价，我只想说：“我，挺过来了！”不管这七天如何如何，我已经经受住了考验。当然，还没有完，还有最重要的一件事，那就是汇报表演。七天的心血，七天的汗水，决不能让他付诸东流。向领导展示这几天我们训练的最好一面，就是对自己最好的答卷。

因为我们是第一方阵，所以我们更要以最佳的精神面貌，给后面的方阵打一个好头。开始了，教官在前引领前进，七乘九的方队向前整齐迈进。还有二十米，还有十米……我的内心愈加忐忑，心跳也似乎越来越激烈，我不希望因为自己一

个人，一个排头，影响到整个集体。只听得教官用坚定的声音喊出：“向右看！”我们随即也用自己最大的声音向主席台上的领导证明我们是最棒的“一、二！”没有犹豫，也不能有犹豫，六十三的人齐刷刷的踢起了正步，摆臂，摆头，砸地声音，个个英姿飒爽，我们是最棒的。主席台上响起了掌声，老师为我们骄傲，我们明白，每个人的表现都可以让自己自豪。

随后就是打军体拳了，就像教官所说，打军体拳，打的就是气势，声音喊响了，就打好了一半。我一边回想每一个动作，一边听教官命令，散开成军体拳队形。教官的嗓子已经因为为我们喊口令哑了，我们当然不能辜负教官。四百人的“哈”声荡气回肠，十六个动作也都干干净净，绝不拖泥带水。在第二次连贯动作之后，我们又一次赢得了掌声，我清楚的看到，教官脸上露出了笑容。

又是一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留的散发所有光芒。就连盼了1个小时的喝水时间还要用全劲跑步，才能不是最后一名，避免所谓“跑圈圈”的噩运。军训不光是磨炼了我们个人的意志品质，也培养了我们的集体荣誉感。

军训内容方面，我做得尚可。军姿方面比较突出，因为自己平时生活习惯较好，做得直走得正；齐正步互换方面，操作不难，做得可以；对于分列式，自己的节奏感还算行，在阅兵的音乐下能够跟着节奏踏出较准确的步伐。不足之处在于，动作的细节还不够完善，不能做到完全的到位与一致，这可能和训练时间的长短有关系吧。

军训生活方面，我做得符合要求。生活很规律，时间的把握比较好。保证日志保证三餐保证午休与睡眠，与同学相处也非常融洽。

军训管理方面，我做得比较到位。由于小班长长时间发烧减训，很多时候，作为副班长的我就担负起了小班长的责任。

召集大家起床与集合、管理班级的秩序、对军训日志的收集与发送、甚至组织大家训练，一个都不能马虎。这段时间确实磨练了我不少——除军训内容之外的能力。

远方的薄云悄悄地擦过如镜子一般的天空，留下透明的痕迹。夏末的清风路过男生流下汗水的脸，又拂顺了女生耳鬓的软发。这些场景：我们坐在大楼的瓷砖上、我们拉过的歌、弹过的吉他和跳过的舞，都在此时此刻，被上帝轻轻地抹进了历史的胶片，配上轻灵的校园民谣或深情的军歌，留在每个人的记忆里。

故乡有位好姑娘，我时常梦见她，军中的男儿也有情，也愿伴你走天涯。

只因为肩负重任，只好把爱先放下，白云飘飘带去我的爱，军中绿花送给她。

在这烈日炎炎、骄阳似火的9月，为期4天的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4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5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。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做？”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

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。

高中生军训活动个人体会篇三

时光如梭，转眼今天是我们军训生活的第四天了。在过去的几天里，我们学习站军姿、墩子、他踏步、摆臂、转体、齐步走等最基本的军训动作。虽然练得不多，但是每个动作我们都要重复练习无数次才能保证姿势的标准和整齐。

苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚

强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。在烈日艳艳的太阳下，我们始终坚持，累了就咬咬牙，告诉自己我可以！因为我们不想不想落在别人后面，不想因为我们个人的原因拖班级的后退。军训生活充满了挑战，不仅强健了体魄，同时也锻炼了我们的意志，让我们每天都有一个全新的自我。

我相信在未来的几天里，我们一定会坚持到最后，毫不退缩，拼搏进取。我相信，功夫不负有心人，12—06班的同学肯定会赢得属于我们自己的辉煌！

高中生军训活动个人体会篇四

在参加军训之前，我一直对军训有一种恐惧和厌恶。因为之前听哥哥姐姐们说过：军训长达一年，身体接受者如钢铁般被折磨，教官如“极端冰点”般残酷。经过这短短的三天军训经历，我对它有了新的认识。在我看来，这次军训虽然苦，但真相真的耐人寻味：军训是我们人生的洗礼，是对我们的训练，是对自己的挑战！对于我这个之前从来没有做过大规模锻炼的人来说，这次军训让我很累，身体每天都超负荷，但我也从中收获了很多。比如：走路总是驼背，但经过这几天的军训，我改掉了这个坏习惯，挺胸走路；然后就是我平时很少运动的事实。军训不仅锻炼了我的身体，也给我带来了对运动的极大兴趣。我决定每天早睡早起，锻炼身体，为大学更艰苦的军训生活做准备。

其次，和我关系很好或者很了解我的人都知道我是个总想退让的懦夫。但是通过这次军训，我克服了这个弱点：我记得军训的第一天，我们练的是站姿，就是以军人的姿势站着。因为是阴天，早上几乎不难受。然而，到了下午，天空中出现了“太阳在天上照耀”。再加上晨练，我的神有点不知所措：脚底钻心的疼痛让我站不稳，脑袋里的水汽足以形成比8月中旬更猛烈的“超级暴雨”。但当我看着同样饱受磨难的“战友”时，我质疑我的退路：他们是同一个学生，同一

个年龄，为什么我不能？想到这一点，我有决心坚持下去。我决心站在高中第一堂课，圆满完成“高中第一课”！

在学校操场上，我们的汗水和笑声培养了我们未来高中生活中要用到的吃苦精神。军训结束意味着新的开始，真正的挑战警报已经在我们心中响起！

高中生军训活动个人体会篇五

训，是件磨练人的意志，毅力与耐力的训练。

进入高中初中的第一天，学校组织了一次军训。我原本以为军训是一件没什么了不起的事。但是，几天的军训之后，便完全改变了对军训的看法，从立正、稍息等基本动作里我也看出了不少学问。曾经有人告诉我，军训是一件很累、很苦的事情。

不错，到现在我也已经体会到军训的累与苦了。但不论有多累、多苦，我们还是要进行军训。这样，才能磨练我的意志、毅力与耐力。

军训的第一天，我们整齐待命。我们的教官一脸严肃，教官突然一声令下，“立正。”声音犹如震耳欲聋也自然有几分军人的气质，我也油然而生对教官一些敬意。军训开始时，教官对我们说，军训，它虽然苦、累，使人难忍，但它能对你的精神进行很好的锻炼，甚至可以改变一个人。老师也说过军训很难熬，但要坚持住。这就使我自己一定忍住，熬下去。

就这样，我在老师与教官的鼓舞下，坚持训练，不是有句话说得很好吗？“坚持到底，就是胜利。”我非常相信这句话，同时它也作为我的座右铭。

时间过得真快，为期七天的军训马上就要结束了。军训，它让

我体会到：

军训，是让人强身健体的训练；

军训，是让人培养意志的训练；

军训，是让人磨练精神的训练。

军训好之后，我非常敬佩军人的感觉，同时我也想到了我国的官兵为保卫祖国国土安全与维护社会治安而艰苦奋斗，甚至付出了生命。

在此，我要向全体教官真诚地说一声：谢谢！。