# 最新军训个人小结(实用12篇)

作者：美好人生 更新时间：2024-03-28

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧军训个人小结篇一开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**军训个人小结篇一**

开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不能够乱动，这让我意识到这是一个十分严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。可是我一向都在不停告诉自我：不能半途而废，坚持就是胜利！

在军训的最终一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，”功夫不负有心人”我们初一（2）班的同学们都尽自我的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的教师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，可是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

**军训个人小结篇二**

自从三年前第一次经历了军训之后，军训这个名字就一直深深的铭刻在我的脑海中。如今，来到高中，再听到军训的名字，我首先感到了惊讶和抗拒，但其实冷静想想，我的心底也还留着一些期待和向往。

是的，我向往军训，向往那在队伍中挺拔坚毅不拔的身姿，向往那严格执行的纪律，这就是军人的模样。虽然我还只是一名刚刚来到高中的学生，但在这次军训体会中，我却浅浅的感受到了作为一名军人的体会。

首先是纪律!要进行军事化训练，对纪律和命令的遵守是必不可少的!在这次的军训中，我们的教官一开始就和其他班的“不一样”，虽然他对于军训十分的严格，但却并不严厉。不仅在挑选场地的时候特意帮我们选了阴凉一些的地方，还经常在休息时撇我们一起聊天，一起举行一些游戏。为此，我们都十分新服这位教官，并且在军训中也能严格要求自己，跟随教官的指挥完成训练任务。

其次就是军训的动作。虽然军训的练习无非就是军姿、立正、转身、正步……等固定的动作，虽然以前练习过，但如今想再要做好可并不容易。因为我们现在是一个新集体，一个新的团队。军训要做到的不仅仅是个人做好，而是要整个队伍都能整齐划一，都要步调一致。为此，想要做到这点就只有一个办法——练!练习很辛苦，要一遍一遍的纠错一点点的统一步调，还要不停的喊口号，直到口干舌燥也都不能停下。但一直以来，无论是训练，还是口号，教官和班主任老师一直都在旁边陪伴着我们，有太阳的时候他们陪我们一起晒，下雨的时候我们也一起淋。以教官和班主任为中心，我们xx名新生在训练中不仅在动作上渐渐统一了步调，连同心意也一起统一了起来!

回顾这次的军训，在训练中，虽然辛苦又劳累，但一直以来我都不觉得难受，只要身边的同学还在坚持，只要老师和教官还在鼓励着我们，我就觉得自己还能坚持，还能进一步的突破自己!

如今，军训虽然结束了，但我们却收获了健康的身体，坚韧的意志，已经团结一心的班级，这些都是在书本上无法学会的东西，也是我们今后在高中学习道路上能带来巨大帮助的事物。我相信，这次军训的守护会一直陪伴着我们，即使我们走向未来，也一定不会忘记这一段难忘的回忆!

**军训个人小结篇三**

八天的军训，对于每个人都有不一样的滋味。而对于我，军训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，扎根在我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。这一切，才是综合实践活动的真正意义所在!

人生道路上，应该印满自己的脚步，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。感谢军训，在我的成长之路上刻下一个永不会磨灭的深刻的脚印，它正指向勇敢与坚强!

**军训个人小结篇四**

xx天的军训生活，我尝遍了酸甜苦辣。在这短短的xx天里，我懂得了军训的真正意义，知道了xx中学为何一定要每届新生进行军训，更深深地了解了“吃得苦中苦，方为xx中学人。”的含义。

在xx天的军训生活中，每天我们都必须接受七到八个小时的军事训练，还要自己打扫宿舍，自己洗衣服……这对我们来说无疑是一种艰苦考验。就在军训的第一天，教官就让我们站军姿三十分钟。虽说只是三十分钟，但在烈日当空下，同学们都一个个地倒下了。还好，教官们也是会体贴的把身体不好的同学扶到树阴下，并为他们抹汗。可是，当教官们转过头来，看见有同学动的话，那就惨了，动的同学再加十分钟。啊！军令如山，大家只好服从。

当然，教官们也是会说笑的。当大家休息时，教官就会教我们唱军歌，还与我们聊聊部队的生活。每当我听到他们讲部队生活时，我都会感到敬佩。原来，教官们比我们年龄大不了多少，也就大一两岁，可是，他们的生活和我们可是天壤之别。而且，他们都很后悔当初没读好书，所以，他们没天白天就进行训练，而晚上则打着手电筒看书。听到这些，我的眼眶都有点湿润了。我不能想象他们是怎么熬过来的，比起教官们，我不禁有些惭愧了。是啊，如果我们有这么好的学习环境和生活环境而不努力读书，该是多么对不起父母和家长啊！我也知道了xx中学坚持每年军训的真正意义。

在训练中，让我感受最深的要数拉练了。拉练，也是xx中学每年军训的一个必须的项目。要求我们从xx中学跑步到xx。再回到xx中学，全程大约一个小时。而规矩就是：每个班必须要全部同学回到xx中学才算赢，也就是说一场团体战。这是xx中学为了锻炼我们的集体凝聚力而开展的。

一开始，大家都兴致勃勃地跑出校门，没有一点累的感觉。但是到了中途，不少同学都泄气了，还有几个同学受伤了。这就难办了。可是，尽管同学们只认识了不到三天时间，大家还是左右扶搀，帮助有困难的同学。集体的力量是多么伟大啊！大家好像早已不把名次和荣誉放在眼里，只要大家都平安就很满足了。这次的拉练，把原本是散沙的我们合成了坚硬的混凝土。高一xx班，已不再是散沙一盘了。

在xx天中，我们不只军训一个项目。每天晚上，都会有一位学校领导开报告会。在这些报告会中，我学会了许多。懂得了做人的正确价值取向，集体注意的价值取向。xx天军训，让我受益匪浅，我真正懂得了什么是“苦”，在以后三年的学习中，我会把这种坚持不屑，吃苦耐劳的精神融入到学习中去。

**军训个人小结篇五**

教室外的大树，郁郁葱葱，阳光从密密的叶间穿过，只留下些碎碎的光影，天空干净得像块晒干的白棉布。

午睡铃响过的午后，静静的，隐约传来一些班级的读书声，时不时会有鸟儿飞过······看似普普通通的一天，却是一段不平凡的开始。因为---我们的军训开始了!

教官来到教室，与大家闲聊了几句，便把我们带到操场上。军官们个个

昂首挺胸，迈着整齐的步伐，向我们展示各种项目。他们目光坚定，即使是一个简单的摇头摆头，也显得那么果断坚决，引来了大家的阵阵掌声。军训风风火火地开始了。我们在教官的带领下，排好了队伍，开始练习军姿。一开始的时候，大家都兴致勃勃，每一个人都笔直地站在场地上，一动也不动。可是过了一会儿，有些人就熬不住了：有的人偷偷地擦汗，有的人趁教官不注意摸了摸鼻子，拂了拂头发……但是我们最终还是坚持了下来，努力地练习着每一个动作。

接下来的几天亦然如此。

**军训个人小结篇六**

“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”是我军训时的格言。这一次军训让我学到很多。我们的生活中应多份钢强，也不应缺少痛苦，不论快乐还是痛苦，都应用心去体验，体验生活的不同面。珍惜生活中不同的色彩，让生命之画缤纷多彩。

时间如流水般过的飞快，军训生活近尾声了。训练间有抱怨和痛苦，快离开时心中却有一份留恋。愿今日的痛苦变成明日甜美的回忆，在我的生命中留下独特的一页。

转眼间，军训生活就结束了。我还记得军训第一天的情景：

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。

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。

这次军训，让我受益匪浅，我学会像军人一样拥有铁一般的纪律，学会像军人一样拥有钢一般的毅力。在接下来的生活中，认真地做好每一件事，调整好心态，以更好的面貌去迎接明天的生活，去挑战自己。让自己的人生过得更精彩，更有益。留给自己一个美好的回忆。

**军训个人小结篇七**

20xx年参加工作来，参加过二次军训。08年第一次做初中班主任参加军训，那时什么都不懂，全是张老师手把手教我;这一次是第二次参加军训，身份也是年级组长，不过是高一，班也增加到了15个班，地点在万五中学校。为了更好地开展工作，特对本次军训作一详细总结。

1、和家长通电话和家访。上学期放假时，已经布置了让每个班主任必须打电话给学生，而且附近的还要家访。现在看来，此举是明智的。一是社会反响好，有的家长说，还是第一次老师来家访，总结范文赞扬学校的老师负责任，首先有好感;二是班主任能够了解学生的一些情况，比如二班有位女生有哮喘，廖积良老师去了家访，知道这一情况，所以在军训时有所准备，格外照顾这一学生。

2、军训前踩点。我去了两次，第一次是和张校、李主任等去，了解一些情况，如宿舍的分布，饭堂的分布等，这样便于级长安排宿位和餐位。第二次是开了班主任会议，也接了新生，军训人数大概确定了后，在军训前两三天，我带着全体班主任又去了一次，主要是带班主任熟悉场地，贴好宿舍床位名字，在宿舍门口贴上该班住宿名单及值日安排等。

3、物质准备。这些主要是由教导处安排总务处同志负责，一般安排都很好。

1、军事科目由教导处定，具体实施由教官们实施，技术性的动作老师一般不插手。

2、文化科目一共安排了五个，一是班主任的班会课、二是级长的教育课、三是教导处的行为规范教育、四是欧校的“如何规划你的高中三年”、五是教官的国防教育。一般都安排在下午2：30――3：30分，因为此时天气热。有时碰到下大雨时，可以临时改为班会课和教官教学生唱军歌。所以要求班主任要随时准备上班会课。

每天晚上学生训练完后，班主任开会总结。一般程序是这样的：班主任们轮流发言，汇报班上学生总体情况，提出疑问，校长和教导处老师当即作出回答，统一思想。然后陈老师把内务检查通报，级长再作工作布置，最后校长作总结。第一天晚上会议时间会很长，因为学生问题也是最多，很多东西要统一。之后的几天会议时间会短些。当然，每天开会时，教官的领队也必须参加会议。

这次军训学生伤病很多。一是晚上开空调风扇，学生受凉感冒;二是训练强度大，脚伤的特别多。关于伤病问题，确实存在一个比较难处理的角度问题，如果按部队的要求，从训练学生毅力来说，应当鼓励学生坚持;但从学校安全角度出发，确实又不宜要求有伤学生坚持。但这个度把握得不好的话，会导致没病同学偷懒，也会导致学生伤得更厉害。我们的处理是，让医生和班主任把握这个度，我从年级的角度还是要求学生能够坚持下来。

三个学生出现比较紧急情况。一是四班的一位女生，曾有过哮喘病史，一发病确实够吓人，好在医生处理得比较好，该生一休息也就好了，接下来也没要她训练。二是六班的一女生，全身抽搐，呼吸困难，医生当即打120，我和班主任将其送到医院，进行检查、吊针等。也联系家长，家长能理解，将小孩带回家治疗。三是五班一女生爬上床时，跌落地上，将门牙連根拔起，我们也联系家长，将小孩送回家。对这些伤病员，必须送回家的一定要联系家长，事后一定要打电话或者亲自家访看望。

军训的第六天晚上有个军训文艺汇演，总体讲，本次文艺汇演档次不够高。出现一些无厘头搞笑剧。我们在总结会上也讲了，之前我是有布置的，班主任一定要审批，要把关。有些节目班主任也有把关，但是有些班主任们没有这种意识，有些东西是不能在大庭广众下表演的，这是一个导向问题。应当说，文艺表演是一个比较失败的地方。同时安排了一场师生篮球友谊赛，其他同学全部坐在旁边观看。效果比较好。

总之，军训肯定是一件苦事。但是对班集体的迅速形成，对锻炼学生的意志起到促进作用。军训工作要细致，小到每一步工作，如晚上我们挨个房间帮学生关风扇;军训要严格，有些东西开学后做学生会有很大意见，但是在军训这种环境下，学生是没意见的。比如剪头发，我们一共让80个学生剪了头发，新生军训当然请的是外面专业的理发师。有准备、有计划、统一思想，军训肯定会做好，对学生，对老师都是一次考验，对学生今后的生活学习都有重大影响。

**军训个人小结篇八**

我站在晨雾中，看着那些渐行渐近的大一新生，他们是那么激动、那么张扬，有着历经十几载苦读步入大学后止不住的兴奋，也有着在新的舞台大放光彩的青春的激荡，但无法掩饰的是他们眼中仍闪过一丝易被察觉的迷茫，那是一种涉足新环境的不知所措，是一种更新阅历的茫然失措，也是一种寻找新理想的晕头转向。

今天，我以一个辅导员的身份团结一个新的集体、指导一群新生，帮助他们理解东大是个温馨的家，让他们了解这里可以怀揣不同梦想，但必须互相肩并肩才能远航；让他们懂得大学是你们所有人的舞台，所以每个人都肩负着家人、同伴和自己的期望；让他们知道东大、了解东大。让他们知道东大准备了多姿多彩的生活，让他们了解必须学会热爱，热爱生活，热爱这里的一切。

我喜欢和他们一起聊大学的种种，开怀大笑；我喜欢他们开始叫我姐姐，而我也开始很仔细地守护这样亲切的友情；我喜欢他们迷茫在悄悄消退，而他们脸上洋溢的微笑，看到了伙伴们在校园中传递友情的紧握的手掌。我喜欢寻找他们的身影，在操场边张望，总是想看看他们今天训练的好不好、有没有得到嘉奖、会不会觉得有些累、有没有注意休息。

还好，我看到他们在军训中都在努力，都在坚持，都很快乐的唱着军歌，都有着自信的微笑。我也莫名的开心起来，也许是因为在军训中他们渐进的友谊，也许源于他们的不断努力，抑或是出于自身为他们得到表扬的自豪。望着他们，真的会有种骄傲，因为在短短的几天中他们已开始互相依赖，开始尝试为别人着想、为集体争光。

他们现在是那么努力，努力适应环境，努力在军训中做的完美，努力迎接新的课堂。我会突然很感动，多么希望他们一直保持着这最初的热忱、坚持着这份上进心度过大学四年。当他们迎来崭新的每一天时，当他们走出大学、步入社会时，我希望他们如现在这般有着开怀的笑容、自信的眼眸与无悔的青春。

此刻，我以一个导员的身份在帮助大一的学生们，仍然在继续着消除新生困惑、帮助他们度过迷茫期的使命，我很快乐，因为他们可以对我发出会心的微笑，因为他们在用行动向我诉说：这个集体真好。

**军训个人小结篇九**

为期5天的军训生活，刹时间已过，现回想起来，我感到还是记忆犹新，在军训生活中我发现自己学会了很多东西。

记得5天前，我兴奋地做上校车，离开了家，离开了父母，离开了学校，离开了广州，来到了佛山市南海区的军训基地。

在这5天的军训生活教会了我自己一个人洗碗，自己一个人洗衣服，自己一个人叠被子，自己一个人收拾东西……我不再是温室里的花朵，不再那么娇气，不再那么依赖父母。

在军训生活中我不仅学会了独立，还学会了坚强。在这每天都要5点多起床，6点钟集合准备训练，不像在家里，可以睡到日出三竿，整天吃喝玩乐，游手好闲，无所事事;在这里只有硬板床可睡，不像家里的有软绵绵的床，睡起来舒舒服服的;在这里只有电风扇，不像家里有空调。但我还得感谢它们这些艰苦的条件，是它们让我学会了坚强。

在军训生活中让我印象最深刻是在火辣辣的太阳底下练军姿，我们一个个抬头挺胸，两肩后张，双手夹紧，脚跟靠拢，双腿早已麻痹，站了几分钟脚真的很酸，可是我们还是纹丝不动，因为教官一直在用他那炯炯有神的大眼睛盯着我们的一举一动，苍蝇却在我们身边嬉戏，搞得我们都有点羡慕它们了，我们都汗流浃背，没有一丝抱怨。我常常想要放弃，可是我还是坚持下去了。因为老师说过?皇天不负有心人。只要有心，不怕无事成。我也想过?如果这点苦都吃不了，那怎么当一个兵呢?所以我要坚持下去，坚持就是胜利。

**军训个人小结篇十**

仅有经过地狱般的磨练，才能有征服天堂的力量；仅有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。

初中生涯中注定要有那么几次军训。军训生活的艰辛是我未曾预料到过的。一天中大部分时间是在训练，操场上似乎永远仅有嘹亮的口号和挥洒的汗水。

第一天，教官首先叫我们站军姿十分钟。十分钟在平时转眼即逝，可此刻，烈日当头，十分钟变成了一个漫长的夏天。炎热的程度，汗水变成了洪水，争先恐后地从每个毛孔里流出。只能幻想着，时间快快过去，顺便来点风啊雨啊的就好了。

想动一下的时候，就在心里默念：“坚持就是胜利”。下意识去舔一下从脸颊流下的汗水，竟分辨不出是咸是甜，只感觉到头好晕，背好酸，腿好疼。直到教官吹口哨喊解散，同学们才缓过神来，这才明白原先此刻对于我们来说最完美的词语是“解散”。

我们累得疲惫不堪，坐下来了就不想再站起来，虽然这样，我们仍万分感激。因为我们以坚强的意志坚持了下去，我们有信心，能以顽强的意志坚持到最终。

之后的几天，空气中依然弥漫着炎热的气息，虽然几度抱怨，几度彷徨和无奈，甚至想过放弃，但最终我们都坚持下来了。经过这种磨练后，发现坚持何尝不是一种欢乐呢？虽然烈日炎炎令我窒息，可望着同学们那一张张坚定的脸庞，我坚持了下来。

军训，在我心里原本感觉很可怕，在我看来，军训充满着教官的训斥，魔鬼般的训练……军训，是令我生畏。可顶过烈日之后，我发现军训教会了我坚持，其实，坚持真的是一种美德。

军训结束了，我明白那不是解脱，而是不舍。军训结束了，而过程的点滴成为了我永恒的记忆，我将会珍藏这些，因为这是我一生的财富。

军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的完美回忆。

军训的日子就把自我当部队的军人看待了，在那里有中命令是绝对的服从，在那里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在那里没有个人的魅力，仅有团结的力量，在那里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样能够品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每一天的军姿站立，我知觉的时光已不在是时光，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自我的感受。有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不明白片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时光相比，那叫做真正的“奢侈”。

军训并不是枯燥无味的，军训时的歌咏比赛、队列评比、内务评比、分列式汇演、安全知识讲座、消防知识讲座、参观和平广场、观看现实教育题材电影等等。都大力的丰富了我们的军训生活。还记得有些同学在歌咏比赛时唱歌卖力到一首歌下来嗓子都哑了，有些同学真的做到了“轻伤不下火线”我感动不已，为我们群众的凝聚力而感动，为同学的团结而感动，这些都是我在军训生活中最完美的回忆，也是我在大学生活中最完美的回忆，更是我一生中最完美的回忆。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放下了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一齐，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每一天要过得充实有好处，有益于别人，有益于自我。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的职责。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也就应以军人的姿态展此刻诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

-->

军训这个崭新的课堂，军训这个火热的熔炉，我们领略了兵营的氛围，感受了军人的风采，拥有了军人的情怀。经过军训，同学们增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，构成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自我，用修养来规范自我。经过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的勾通，较快地构成了一种进取向上的良好班风和班级凝聚力。

军训是一个成长的阶梯，军训是一个人生难忘的阶段。在军训中，同学们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。训练中，骄阳烈日，受不了了，稍作休息，立即归队；队伍集合，动作敏捷；站军姿，满身大汗，文丝不动；队列操练，停止间、行进间，动作、步伐规范；各班会操，队伍雄壮，声震校场。这无不证明这次军训的极大成功。

军事训练虽然苦，但正如孟子所说，仅有“先苦其心志”，方能“曾益起所不能”，仅有经过“苦”的洗涤，才能显示出我们的“飒爽英姿”。

在军训中，我们还进行了内务整理、安全教育等系列教育活动，“军训生活心得”是每一位同学七天生活的真实写照，丰富多彩的军训生活让我们得到了全面锻炼并了解了高中学习的诸多特点，为今后的学习生活打下了良好的基础。

军训结束了，留给我们的是完美的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的梦想。军训结束了，但却又是一个新的开始！我们珍惜这次军训经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮忙、团结友爱，关心团体。我们把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求规范自我的言行。遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学习、生活、做人，刻苦锻炼，遵纪守信，培养创造性学习本事，力争在高中新的起跑线上大家整齐步伐，一同前进。

在短短几天的军训生活中，每一天我们都必须理解三四个小时的军事训练，之后还要为国庆活动而练习……这对于我们这些怕苦怕累的同学来说，无疑不是一种艰苦考验。

在这短短的几天里，我收获了太多，感悟了太多，也成长了太多。我懂得了军训的意义。

我的上一次军训，要追溯到刚刚上初中……在那简陋的操场上，烈日之下，任由汗水浸湿了衣衫。虽然时间隔了那么久，我却还清晰的记得，仅仅20分钟，我就昏倒在地，眼前消失了那些挺立的身姿，取而代之的是一片漆黑的死寂。之后，我被校医救了过来，在阴凉地里喝着糖水，却没感受到一丝的甜意。

这一次经历在我脑海深处留下了不可磨灭的烙印，我怕军训，我不想军训。然而我的怕与不想没有起到一丝一毫的作用。可怕的军训还是如期而至。军训的资料并没什么多大的变化，依旧是立正、稍息、停止间转法和原地踏步……这些动作，熟悉得那么陌生。

在这次的训练中，有好多同学都不幸倒下了。看着他们颤抖的步伐和苍白的脸色，我仿佛看到了几年前的自我。这个想法似乎激发了我的斗智，我想超越自我，超越那个怕苦怕累的自我。于是，我咬着牙忍耐着，抱着必胜的决心与灼热的骄阳作斗争。

这只是军训中渺小的一个细节，却让我品尝到了久违的成绩感。我忽然懂得了军训的意义……军训，是一个过程，一个挑战自我，超越自我，完善自我的过程，是我们成长的必需过程。

高中的大门已经向我们敞开，我们首先迎来的，就是军训。这难忘的军训已经结束了，在这八天的日子里，我们付出了汗水，但汗水的背后却是无尽的收获和欢乐。会操时挺拔的英姿，整齐的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。在军训中，我们磨练了自我的意志，不再以自我为中心，军训告诉了我们什么是团结，什么是纪律。军训的这几天里，我们并没有在烈日下久久地站着军姿，可是每一天上午三小时午时两小时的训练，也让我们汗流浃背，四肢酸痛。立正、稍息、跨立、跑步、齐步走、正步走，这些看起来似乎简单的动作，原先竟也有许许多多的动作要领。

我们一节课一节课地学，一天一天地练，在教官的指导和纠正下，我们都能很标准地完成这些动作了。尽管每一天如一的训练很累很辛苦，可是我们没有倒下，军训的辛劳和劳累，是在锤炼我们像树一样坚强向上，百折不挠的意志。同时我们也学会了新的东西，心中还是有自豪和满足感的。对于教官的认识，在一开始，我们认为教官是严厉的，甚至有些可怕。然而经过这些天的接触，我发现教官并不是我们想象的那样。我们的教官是个皮肤黝黑的年轻人，走起路来腰板笔挺，皮鞋与地面摩擦发出响亮的“腾腾”声。他在训练的时候对我们的要求很高，如果我们的动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看，直到我们理解了，做会了。

在下课休息的时候，他却显得亲切而幽默，和我们闲聊，找人表演节目，引起阵阵的笑声。军训的每一天都是充实的，上午紧张的训练结束后，我们一个个冲向食堂。在接下来的午休时间里，我们排练军歌，大家都认真地学，唱军歌也许并不注重旋律的悠扬，而是要唱的响。我们都卯足了劲，吼出声音来。军训的最终一天是会操，我们军训的成果都展此刻了这一天，我们脚步声整齐，口号响亮，精彩的演出获得了经久不息的掌声，我们也为自我付出的努力感到自豪。八天的军训生活就这样结束了，说长不长，说短不短。

我们理解了军训的洗礼，在军训中成长。我们与教官们度过的这些日子，我们所经历的酸甜苦辣，虽然短暂，可是我们勇于克服困难，勇于坚持到底，这份难能可贵的精神必将支持我们走过更艰难的考验。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了初中的军训。不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。

军训有苦。每一天早上六点半起床；从七点一向训练到十一点；烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦；喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水；脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，可是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量；幽默小品为枯燥军训增添力量。

有人说，辛苦后的收获是加倍的欢乐，此刻我有了更深的体会。还有就是叠被子，叠、压、折、修，一块见棱见角的被子出此刻我眼前。在我惊叹原先被子能够这样叠时，我也感叹它能够锻炼一个人，使人坚毅，使人有耐心，而这正是我们所缺少的。

看着教官们一张张坚毅而刚强的脸，也许经过一番磨炼，我们的意志也会出现同样的轮廓。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依靠，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前；同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧！

军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的完美回忆。

军训的日子就把自我当部队的军人看待了，在那里有中命令是绝对的服从，在那里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在那里没有个人的魅力，仅有团结的力量，在那里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样能够品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每一天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自我的感受。有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不明白片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”

军训并不是枯燥无味的，军训时的歌咏比赛、队列评比、内务评比、分列式汇演、安全知识讲座、消防知识讲座、参观和平广场、观看现实教育题材电影等等。都大力的丰富了我们的军训生活。还记得有些同学在歌咏比赛时唱歌卖力到一首歌下来嗓子都哑了，有些同学真的做到了“轻伤不下火线”我感动不已，为我们团体的凝聚力而感动，为同学的团结而感动，这些都是我在军训生活中最完美的回忆，也是我在大学生活中最完美的回忆，更是我一生中最完美的回忆。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一齐，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每一天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自我。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的职责。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应当以军人的姿态展此刻诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，并且能磨练人的坚强意志。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，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮此刻我的脑海，闪此刻我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了团体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，让我在今后的铁路行业岗位上更好地履行自我的职责。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来十分简单的，而此刻做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的十分严格，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并贴合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。当我们把自我融在一个大团体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。我想如果没有这种团体意识和团体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

宝剑锋从磨砺来，梅花香自苦寒来。这次军训就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。难忘的军训，教会了我太多、太多。自信、奉献，尊重、感恩``````这些都是财富，一笔宝贵的财富。首先，我进一步明确了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有职责感，对自我所做的事负职责；其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自我拥有良好的习惯。最终，要努力训练专业技能提高个人综合素质同样能够成为大家的工作榜样。在以后的工作中，我要时时刻刻坚持军训时候的那份坚韧不拔的毅力、坚强的意志，遇到挫折时，要勇敢地应对，进取寻求解决办法，迎接更大的挑战。

原先，军训带给我们的实质上是一份磨砺，一份经验，一份人生中不可缺少的能少。不畏艰辛地向前才能够战胜工作上的挫折，战胜人生的困难；团结合作才能够成就一番大的事业；团体生活的拥堵教会我们谦让与互助，才能有未来更好的秩序。

时间过得真快，转眼间已经小学毕业了，我依依不舍得离开了培养我六年的母校，敬爱的教师，亲爱的同学，告别了缤纷灿烂的小学生活，迈进了我梦想中的七十五中学。在开学前一周里我们进行了国防教育，这也是我人生中的第一次，在我小学里我从未接触过。我怀着既兴奋又紧张得心境，开始了两天半的军训，在军训中人人都感到很累，天气也很炎热，热的我们汗流浃背，在教官严厉的吼声中，我们又不能够乱动，这让我意识到这是一个十分严酷的训练，我们有的人趁教官走开了一些，就迅速动一动。

在站军姿的时候，这让我感到这是在所有训练中最累的一项，一站就是五分钟、十分钟。教官还说，这还是算少的了，他们一站就是一个小时，还在太阳底下暴晒。站军姿时腰要直，两手要贴在大腿两侧，两脚要分开六十度，后跟要贴紧，就是要这样坚持个五分钟、十分钟的。这让我感到两肩都很酸，时不时的想耸一耸，手都捏的出汗，还有蜜蜂、蚊子在训练场里蹿来蹿去的。可是我一向都在不停告诉自我：不能半途而废，坚持就是胜利！

在军训的最终一天，我们进行了汇操表演，我们有十六个班，”功夫不负有心人”我们初一（2）班的同学们都尽自我的一份力，得到了优秀奖，这个奖凝聚了我们班每一位同学的努力和汗水，还有我们的教师。

在这两天半里我们学会了站军姿、跨立、向左向右向后转等等的标准姿势，也尝到了酸、甜、苦、辣的味道，更让我们学会了做人要有钢铁般的意志，要有坚持不懈的精神、不怕苦不怕累，要有持之以恒的决心，就能战胜一切困难。

虽然军训是很累的，可是又让我们学会了一些宝贵的东西，我认为即使再苦再累也是值得的。

军训个人

总结

时间飞逝，转眼间八天的军训时光已经过去。军训是我们人生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每一天的军事训练资料十分简单，可是是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来十分简单，而此刻做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，可是大家没有一个人退缩，都坚持到了最终。其深深体会到了坚持就是胜利。

经过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自我，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自我心理的极限，能够说是一次难得的经历。经过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人本事的发展潜力。证明了自我，超越了自我。使我明白，没有不可能，超越自我就能够创造奇迹。

我很感激能经过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会应对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量!

在此，我真心的感激学校组织的这次活动，也感激我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的学校明天更辉煌、更完美!

军训，让我感觉我从一个懵懂的孩子一瞬间长大了……

烈日高空，班上每一位同学都是一丝不苟地完成指定的动作。豆大的汗珠在脸上淌下，背部的汗也已经湿透了衣裳，可是没有一个人打破规矩，每一个人都是咬牙挺过去的。俯卧撑、仰卧起坐、蛙跳等等，这些每一天都要做，总是导致肌肉酸痛。即使这样，我们也是一向坚持到最终，因为我们坚信，我们付出了，胜利离我们也不远了。

每一天我们都顶着烈日，反反复复地做那几个动作。是的，这些动作都十分简单。一个人做并不用研究团体，可是，一个班级却需要团结才能够把动作做整齐。一个团队每一个同学都是我踏我的，你踏你的，那么军训是多么没有意义呀！同时做出相同的动作，难免会有出错的时候，可是，只要努力过了，认真的对待每一个动作，总会有提高。

军训虽然辛苦，可是欢乐的时刻也是无穷无尽的。仅有10分钟短暂的休息，我们总是会唱教官教的歌，和其他班级对歌。这过程我们也是相当的愉悦，我感觉身上肌肉的酸痛瞬间消失，十分简便。

军训期间也十分多谢我们的李教官，教我们唱歌，和我们说笑话，带我们到阴凉处训练……因为我们，他每一天都扯着嗓子叫口令，嗓子哑了，也只是随便吃西瓜霜润一下喉咙，并且还导致他不得不用声音扩大器。虽然没认识几天，可也足以让我们感动的鼻子酸酸的。

不管前面的路有多么的艰难险阻，我都会一向坚强地、勇敢地走下去……

军训个人总结

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，并且能磨练人的坚强意志。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，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮此刻我的脑海，闪此刻我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了团体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，让我在今后的铁路行业岗位上更好地履行自我的职责。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来十分简单的，而此刻做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的十分严格，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并贴合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。当我们把自我融在一个大团体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。我想如果没有这种团体意识和团体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

宝剑锋从磨砺来，梅花香自苦寒来。这次军训就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。难忘的军训，教会了我太多、太多。自信、奉献，尊重、感恩``````这些都是财富，一笔宝贵的财富。首先，我进一步明确了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有职责感，对自我所做的事负职责;其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自我拥有良好的习惯。最终，要努力训练专业技能提高个人综合素质同样能够成为大家的工作榜样。在以后的工作中，我要时时刻刻坚持军训时候的那份坚韧不拔的毅力、坚强的意志，遇到挫折时，要勇敢地应对，进取寻求解决办法，迎接更大的挑战。

原先，军训带给我们的实质上是一份磨砺，一份经验，一份人生中不可缺少的能少。不畏艰辛地向前才能够战胜工作上的挫折，战胜人生的困难;团结合作才能够成就一番大的事业;团体生活的拥堵教会我们谦让与互助，才能有未来更好的秩序。

五天的军训里，虽然脚上磨出了血泡，站军姿时累酸了腰，真的感到军训很苦，也会有过抱怨和退缩的念头，但大家还是咬紧牙关坚持下来，既然军训就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要抱怨和放弃呢？军训就是一个考验自我，磨练自我的过程。正因如此，这些苦不算是苦，而是一种收获，一种让我们受益终生的收获，收获的是耐力、是坚毅、是勇敢，是不屈，更是团队精神。

在训练场上的时候，时间相当的漫长，一个简单的动作往往要重复重复再重复，一向到教官认为无可挑剔为止；在分列式训练时，要走出好的效果，不是依靠某一个人的力量，而是以团队的整体效果来衡量的。这时，不仅仅需要我们个人不断的与疲劳做斗争，不断的坚持，还需要我们整个方队同学能够做到整齐划一，我们体会到了团体的力量，激发了我们的团体荣誉感，增强了我们团体的凝聚力。

从军训中我们感受到很多欢乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我们体会到了团结的欢乐，也体会了奋进的欢乐，在我们五天的训练中，我们感受到团体的温暖，在那里，我们一齐哭一齐笑，学会了相互关心与帮忙，我们在那里成长了。在那里，我们留下了最完美的回忆！虽然军训已经结束，但我们又开始了新的启程，我们坚信，作为新世纪的中学生，应当像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。要牢记军人作风，以铁的纪律来约束自我，以钢的意志来支配自我。仅有这样做，我们才不辜负一向陪伴我们的教师，才不辜负教官尽职尽责对我们的训练，也才对得起我们在那里挥洒的汗水！再见了，可敬可爱的教官，再见了，见证我们成长的训练场，我们会带着收获去迎接未来的挑战！

军训个人总结

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。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏;少年时的军训，仅可是是一种锻炼;大学的军训截然不一样，性质也得以升华。仅仅八天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，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。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的完美回忆却是永恒的。五天军训七天回家睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着艳阳高照的窗外，忽然觉得，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，就好像徐志摩说：悄悄地我走了，正如我悄悄的来，我挥一挥衣袖，不带走一片云彩。几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，并且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。

阳光明媚，学子们都应对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开这，是我最深有感触的地方。但却没有人去退缩，我们以跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，可是只要认真去做就能走齐、跑齐。

军训，相信经历过的对它的反应都是累、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。可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。以自我能亲身经历，并且坚持下来而骄傲，也许是这样说，再苦再累，能坚持下来就是强者!不是有句话叫“不到长城非好汉”，这军训好比爬长城，坚持下来的能望长城的美景，而军训坚持下来的才能以后生活中遇到困难时坚持下来!人仅有在挫折中才能变的成熟，在困难中才能变的坚强。当一切无谓的伤感，在不经意间流露之后，于是，我们细心翼翼地拾起那些断续的梦，摩挲着，揣在怀里，用真诚和汗水去寻找属于自我的坐标。但人生是漫长曲折的，需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要的是一种勇气，一种信心，更是一种坚持!

至今还记得高中军训时，比在大学的军训还要苦。那时的我们十五六岁，每一天早上天蒙蒙亮就得起来去军训一小时，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，午时到5点结束，完了晚上还要自习，不说别的就军训时间就够拖累人了。并且，我们南方的气温比北方要高得多，九月份正是我们那儿热的时候。军训时没有穿过干衣服。训练过程中，不时有人倒下，哭的人就了。可是军训结束后，整整一年，我们都异常的怀念那段生活。想想啊，和新结识的同学一齐在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人!

此刻又经历这大学军训，人长大了点或许吃苦的本事也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。可是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，异常是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的本事。并且经过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自我多了一份职责感，感觉自我成熟了许多。

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，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，仅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，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。

路旁纵然开满鲜花，留恋、忘返、驻足、沉醉，终为梦幻。忘不掉的，是这青春色彩绽放的军训剪影，像是一朵朵不凋谢的花儿，成为记忆里永远的画面。

时间飞逝，转眼间八天的军训时光已经过去。军训是我们人生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每一天的军事训练资料十分简单，可是是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来十分简单，而此刻做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，可是大家没有一个人退缩，都坚持到了最终。其深深体会到了坚持就是胜利。

经过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自我，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自我心理的极限，能够说是一次难得的经历。经过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人本事的发展潜力。证明了自我，超越了自我。使我明白，没有不可能，超越自我就能够创造奇迹。

我很感激能经过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会应对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在此，我真心的感激学校组织的这次活动，也感激我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的学校明天更辉煌、更完美！

盼望已久的军训最终开始了。绿色的服装，绿色的帽子，再加上绿色的胶鞋，我们陶醉在一片绿色的海洋中。大家都说，军训会很苦很累，它不但会晒黑你的皮肤，并且会限制你很多自由。但即使如此，我依然没有退缩，依然满怀信心去迎接。

在军训时我们总会埋怨：时光仿佛“度日如年”；身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨；教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷，可此刻觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。军训是对我们的一次洗礼，更是对自我的挑战。军训必然要出去训练，但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浃背了。

军训生活结束了，其中有很多坎坷，也有很多惊喜，当我们迈着矫健的步伐，喊着响亮的口号，那坚定的目光足以震慑一切，一路走来，这是我们成长的轨迹，也是我们收获的果实，军训这个崭新的课堂，军训这个火热的熔炉，我们领略了兵营的氛围，感受了军人的风采，拥有了军人的情怀。经过军训，同学们增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，构成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自我，用修养来规范自我。经过军训，我们还增进了师生之间的了解和情感的勾通，较快地构成了一种进取向上的良好班风和班级凝聚力。

军训是一个成长的阶梯，军训是一个人生难忘的阶段。在军训中，同学们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。训练中，骄阳烈日，受不了了，稍作休息，立即归队;队伍集合，动作敏捷;站军姿，满身大汗，文丝不动;队列操练，停止间、行进间，动作、步伐规范;各班会操，队伍雄壮，声震校场。这无不证明这次军训的极大成功。

军事训练虽然苦，但正如孟子所说，仅有先苦其心志，方能曾益起所不能，仅有经过苦的洗涤，才能显示出我们的飒爽英姿。

在军训中，我们还进行了内务整理、安全教育等系列教育活动，军训生活心得是每一位同学七天生活的真实写照，丰富多彩的军训生活让我们得到了全面锻炼并了解了高中学习的诸多特点，为今后的学习生活打下了良好的基础。

军训结束了，留给我们的是完美的回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求勇往直前的精神，是强烈的爱国心和报效祖国的梦想。军训结束了，但却又是一个新的开始!我们珍惜这次军训经历，铭记所学到的知识和做人的道理，用心去感受军人的爱国之情，并见之于行，在今后的学习实践中，互相帮忙、团结友爱，关心团体。我们把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求规范自我的言行。遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学习、生活、做人，刻苦锻炼，遵纪守信，培养创造性学习本事，力争在高中新的起跑线上大家整齐步伐，一同前进。

这几天，正值高温期，温度十分的高，有时候真的想放弃。在炎炎烈日下，同学们都咬牙坚持着。可是看着一个个同学仍旧能坚持，我质疑为什么自我不能够呢？是啊，军训就是为了锻炼我们的意志，以致于我们能在以后的学习生活中更好地应对挫折与失败，笑看人生。当然，不可否认，军训有苦也有乐，在拉歌的时候，我们连与隔壁训练的连就更像姐妹连一样，彼此帮忙。虽然我们小教女生多声音可能盖可是男生，可是每个同学都是用心去唱，用心去体会，用心去感受，彼此之间心心相印。蛮感激上苍赐给了我们一个蛮好的教官，严格并着宽忍，军队是严肃的，可是在这一份严肃中，我们仍旧坚持着自我的那份个性。

说起我们的教官心中不由生出一种亲切感，因为他只比我们大两岁，是一个内向的大哥哥，在他的身上我感受不到像其他教官的气势和疏远感，取而代之的是一种温暖，其实他和我们一样只是半大的孩子，但却肩负着重任，黝黑的皮肤深邃的目光让人感受到了一丝悲凉，但当他低下头抿着嘴忍着笑的时候也让我们惊诧得发发现其实他和我们一样只是个孩子，在军训时他说了一句话：这辈子最自豪的就是能够当兵，尽管有时会想家，尽管当兵很苦，但军队就是自我的另一个家，这让他很幸福。我突然想到自我以前一向在追寻着幸福的真谛，此刻我最终找到了，幸福的真谛就是就是不后悔，不后悔自我做出的选择，为此付出努力哪怕是失败，也会感到骄傲。虽然我们仅仅相处了十几天但我们却在他身上学到了很多很多，在这十几天里我不知学到知识也学到了一种精神一种无畏的精神。带着它我们会用自我的双手创造出一片广阔的蓝天。

不得不提的是在这七天中我还得到了另一份礼——一份真挚的友谊。在军训的这几天中我们互相帮忙相互鼓励，一齐努力，一齐分享欢乐与汗水，能够说我们情同姐妹。也正是这份珍贵而炙热的情谊支持着我一路走过坎坎坷坷业余短短的七天并不能代表什么，可是那份携起手我们一齐闯天下的情感却深深印刻在我们每一个人的脑海。相视一笑，感动天地，紧握双手，打造完美的明天，我想这是我的一份向往也使每个人心中共同的梦想，为了它我们会一齐努力创造出耀眼的辉煌。

军训虽然结束了但我们所得到的不仅仅是比以前更能吃苦了，还有一份深情一份感动和一份理解，在我们身上寄托了太多太多人的期望，他们为我么付出了很多很多，却不需要任何的回报，我想这是一份寄托让我们为了未来而努力，十几天也许不算什么，四年也能够一晃而过，但只我们们努力，只要我们能够坚持，明天的天下就将在我们的脚下！

转眼大学军训已经过去了大半，当落笔写下这份总结时，脑中还是总闪过的是训练场上整齐步伐。嘹亮的口号。军训已在这两周彻底进入我的生活，直接间接地改变着我的生活习惯，让我收获良多。

在这两周，我每一天站的笔直，让我再不驼背，硬起了腰杆。大声的喊着口号，唱着军歌，慢慢让我习惯了大声说话，整个人变得更加阳光，更加精神。每一天习惯了认真地收拾内务，桌子上总是一尘不染，床铺永远是整整齐齐，寝室里干净的让人不舍得乱摆乱放。每一天辛苦的训练还让我调回了早睡早起的生物钟，改掉了熬夜的毛病。感激军训带给我的这些改变。除了具体的改变，军训也带给我很多精神上的正能量。

军训的日子毋庸置疑是十分辛苦的，每一天5点40起床，简单洗漱后立刻冲向训练场，在结束了晨练，我们又匆匆的冲向食堂，吃过早饭，稍作休息，就要回到训练场开始一天的训练，每当训练时，我们总是无比期待十分钟的休息时间，当哨音吹响，我们拖着疲惫的身躯席地而坐，总能感到无与伦比的舒畅，想起的生活多么幸福，以后要更加努力，珍惜平静的生活，同时也对家卫国的中国人民解放军感到敬佩，他们的比我们辛苦十倍百倍，但他们仍坚持着。掉皮掉肉不掉队，他们告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

军训虽然仅有短暂的16天，可是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训即将结束，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的战歌，是我们大学生活中的闪光点，更是值得我们永远回味和追的日子。教官把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满期望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用梦想浇灌期望；用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的完美回忆。

军训的日子就把自我当部队的军人看待了，在那里有中命令是绝对的服从，在那里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在那里没有个人的魅力，仅有团结的力量，在那里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样能够品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每一天的军姿站立，我知觉的时光已不在是时光，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自我的感受。有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不明白片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时光相比，那叫做真正的“奢侈”。

军训并不是枯燥无味的，军训时的歌咏比赛、队列评比、内务评比、分列式汇演、安全知识讲座、消防知识讲座、参观和平广场、观看现实教育题材电影等等。都大力的丰富了我们的军训生活。还记得有些同学在歌咏比赛时唱歌卖力到一首歌下来嗓子都哑了，有些同学真的做到了“轻伤不下火线”我感动不已，为我们群众的凝聚力而感动，为同学的团结而感动，这些都是我在军训生活中最完美的回忆，也是我在大学生活中最完美的回忆，更是我一生中最完美的回忆。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放下了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一齐，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每一天要过得充实有好处，有益于别人，有益于自我。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的职责。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也就应以军人的姿态展此刻诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

大学军训个人小结

高中,军训小结

军训小结550字

个人年终小结

-->[\_TAG\_h3]军训个人小结篇十一

站在表盘上，听时钟滴答，一晃神，一刹那，四天半的时间就这样快速向后退去，成为“曾经”，留给我们的，是成长的足迹，是磨练后的坚韧！

这四天半的时间，不短不长。虽说不是晴空万里，但时而普照的阳光足以将我们晒得大汗淋漓。教官时常让我们站军姿，躁动的我们怎耐得住这几分钟的定格？“动了就打报告！”教官时常对我们说着句话。可是，我们的小动作时有，那一声“报告”却少得可怜。大家在逃避什么，在害怕什么？要是运气不好被教官逮到，便会罚做俯卧撑。其实，耐着性子忍一忍，这几分钟没那么难熬。

某位教官说的话让孟主任记忆犹新：“每一排都是一个集体。”走分列式时，这种集体精神是制胜法宝。每一排是一个小集体，小集体的聚合就是大集体。没有厚实的基础，怎的巍峨的高山？每一排做不好，怎能创造出集体的辉煌？这些大道理，对于我们，有谁会不懂呢？要是每个人都能发挥团队精神，每个班级都会是冠军。我们所得的结果，是排面还会七拧八歪，前快后慢。也许，大家都会明白：人心齐泰山移，这不是古人瞎说的。

还记得在军训时，墙外有一朵耷拉着脑袋的向日葵，而如今已不见踪影。随着太阳花果美丽的弧线，向日葵垂垂老去，我们也变了。变黑了，腰板变直了，最重要的也便是朱主任多次强调的：我们的`精神面貌有了极大的改善。

**军训个人小结篇十二**

有些人擦肩而过;有些话回味无穷;有些是终身难忘。军训十天就是如此!

曾经，当火热的阳光炙烧着大地和我们的身躯，那几天像几个世纪一样难熬。好想为自己找一个逃避的理由，而教官每日的谆谆教诲时刻提醒着我，在军训这开学第一课上有严明的纪律!慢慢的，我们的思想开始转变...

在这里，我发现了自己原来可以如此坚强。军装穿在身上可以如此潇洒!

大学是万里长征的第一步，我们要宝剑锋从磨砺出，才能梅花香自苦寒来!再过四年，我们要面对的是这个复杂的社会，形形色色的人们打马而过，这个世界太拥挤，太忙碌。也许会与飞到刺中你的心灵。没有坚强的心，伤口是不会愈合的。军训只是磨砺的一小步，未来的世界是一个大竞技场，会让你愈战愈勇!

军训心得体会个人小结2

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com