# 学生军训个人总结300字(九篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-07-23

*学生的军训个人总结学生军训个人总结一晒的黑红的皮肤、被汗水反复冲刷过的头发、几乎抬不起来的双腿，是我在四天军训后最直接的感受与变化。然而，我最大的收获却是这其间思想上的一次次“训练”。匆匆忙忙之间，一个暑假转眼即过，我好像总是迫不及待地做完...*

**学生的军训个人总结学生军训个人总结一**

晒的黑红的皮肤、被汗水反复冲刷过的头发、几乎抬不起来的双腿，是我在四天军训后最直接的感受与变化。然而，我最大的收获却是这其间思想上的一次次“训练”。

匆匆忙忙之间，一个暑假转眼即过，我好像总是迫不及待地做完一件事，无暇思考便又赶着去做另一件事，似乎很忙却又心不在焉。短短的四天军训，让我浮躁的心静了下来。站军姿时，双手紧贴裤缝，两脚开立60度，双肩后拢，简简单单的动作却有着这么多的细节，我在脑海里反复默记着这些动作，心也慢慢静了下来，天虽然很热，可我却能清醒地感受到风悄悄吹过脸庞。

唱军歌和背三字诀时，我专心地记忆每一个名词，用心地理解每一句话的含义，眼睛专注地盯着前方，抛开一切杂念，大声地唱着歌、背着词，哪怕一个小小的失误也不能出现。此时，我在经历一次军训，可我更觉得是一次收心训练，让我从信马由缰、自由散漫的假期状态迅速回到严谨专注的新学期学习和生活中。

之前，我自认为对坚持的理解已经很透了，可是这次军训又刷新了我对它的认识。八月的天依旧很热，稍微跑跑跳跳便会汗流浃背，可是教官总是要求我们继续训练，他甚至不允许我们擦汗。大滴大滴的汗珠从头顶顺着发丝滑下，有的慢慢渗入了眼睛，眼睛只能一眨一眨地望向前方，有的淌过了脖子，在颈前汇成一大片“河流”浸透衣衫，我的手总是情不自禁地想抬起来擦汗，可我又在心中不断地告诫自己，为什么别人能做到的事你不能，坚持住，不要动。终于理智克制住了冲动，我没有去擦拭豆大般的汗珠，军训教会了我一种新的坚持！

在进行了长时间军训后休息20分钟，喝上一口水，坐在马扎上，在我看来简直就是一种幸福与享受，甚至是一种奢侈。军训让我更加坚信，付出总是艰辛的，军训如此，学习亦如此，但付出后的收获一定是让人幸福的。

经历了短暂军训后的我，不会去参加一场真正的战斗。但军训带给我的决心、信心、恒心，一定会帮助我在与学习中的困难进行较量时取得胜利。

**学生的军训个人总结学生军训个人总结二**

军训工作今日就要胜利结束了，这次军训工作所以获得了圆满成功，是与常州国防园的领导大力支持、全体教官的精心指导、军训营所有指导员认真负责、以及同学们自身的努力分不开的。在此，我代表常州国际学校全体指导员向常州国防园的领导和全体教官表示衷心的感激，并祝贺进取参加军训并胜利完成任务的全体同学！

七日的良辰，弹指间瞬息而过，而短短的七日里，国防园的领导和教官们给我们供给和营造一个军营的环境，一段特殊的成长经历，一串串深刻而美丽的记忆，那是我们人生的足迹。我们忘不了教官们那一张张严肃的面容，一声声有力的口令，一个个规范的动作。从立正、稍息到队列训练，你们不辞劳苦地指挥，不厌其烦地示范，你们的风采，给我们全体师生树立了良好的榜样；你们在军训中所表现出来的严明的纪律、娴熟的技术动作、顽强的军人意志，给教师和同学以深远的影响。

我在训练场上，看到同学们直立挺拔的身姿，证明了你们日趋强壮的体魄；认真到位的动作，严肃的表情，证明了你们投入军训实践的态度，珍惜体验军旅人生的机会；快静齐的集合，一切行动听指挥的态度都证明了同学们日渐增强的团体意识和组织观念，这可是一笔宝贵的精神财富啊！你们的口号响彻我们军营里，振奋了士气，鼓舞了自我；你们的军歌穿过了秋日的云霄，蓝天白云也为我们激越的豪情而陶醉不已；你们的足迹印在了嫩绿的草坪里，草坪记录了你们成长的印记；你们整齐昂扬的军姿辉映过秋日的白云，训练场上的欢笑装点了年轻的梦想……这是我们体验军旅人生的轨迹，凝结为我们永恒的记忆，成为我们拼搏进取，迈出辉煌人生的推动力。

同学们，军训就要结束了，可我们高中的学习生活才刚刚开始，我们要把在军训中培养出来的好作风在今后的学习生活中发扬光大。\"无限风光在险峰\"，我们在攀登人生顶峰的道路上，难免会碰到困难，这时我要告诉大家的是：训练场上严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，同样也是你们获取知识的法宝，是你们赢得成功的武器。期望同学们把军训中养成的优良作风坚持下去，高标准，严要求，努力拼博，奋发进取，在更丰富、更广阔的学习生活中锻炼自我、塑造自我、展示自我。把自我培养成为一名品德高尚、知识广博、作风过硬的新世纪高素质人才。

最终，我代表我们常州国际学校20xx级全体高一新生再次向国防园的首长们，学校的领导们，两位优秀的教官和默默无闻工作的教师们再次表达衷心的感激并致以崇高的敬意！

多谢大家！

**学生的军训个人总结学生军训个人总结三**

曾几何时，从电视中看到检阅兵队时，军人们个个都雄纠纠，气昂昂，动作相当干脆、利落、漂亮，部队整齐得令人叹为观止。当时头脑中就想：怎样训练得这么优秀？怎样做到步伐、手势一致，连口号都叫得雄浑有力呢？此刻我们要为期十五天军训去体验军人生活。而对与我们学子来说属于一种新的生活。

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自我的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还能够休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情景比我们要辛苦百倍！真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究团体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮忙别人，大家训练时相互改正步姿，我们一齐提高，共同为班团体争光！

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于完美情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，经过这次军训，我更加增强纪律观念，团体观念，团结观念；提高了自身的技术本事，丰富了自我的知识，锻炼了自身的素质！

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们最大的收获，让我们一齐向逝去的时光说声bye—bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

**学生的军训个人总结学生军训个人总结四**

迷彩，是我人生中重要的一笔，它使我的记忆丝带上多了一抹美丽的绿色。当我深刻的明白吃苦耐劳、明白团结互助的时候我始终知道，是那一片迷彩教会了我。

军训第一天，天公不作美。雨淅淅沥沥的下，像是在告诉我：“要军训了！”父母也拉住我的手，作最后的提醒：“在那儿要听教官和老师的话，要记得写信。湿巾装在里左侧小口袋里，别忘了，还有……”“嗯嗯”我心不在焉地听着，心却是已经飞到了军营里。带着满肚子的疑问踏上了去军训的路途。

“所有同学下楼集合！”随着这一句响亮的喊声，同学们的混乱挤成两排急匆匆的下楼，就这样开始了军训生活。

军训真累呀，面对严格的教官，艰苦的训练，我的汗很快流了下来，教官一边指导我们正确姿势，一边提醒我们：“在军营里，我们都是流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”于是我们咬紧牙关，认真地进行训练。夜更深沉，在美丽的烟花中，我们身心疲惫地回到了宿舍，很快进入了梦乡。

其余几天也都是在高强度的训练下完成的，不过印象最深的还是第三天和第五天。

第三天，我们已经适应了军训生活，迎来了新一项的挑战，踢正步。正步由于是第一次练习，踢得极快，几米下来，累得气都喘不均匀了。按教官的话说，都快变成猛虎六连了。就这样，在教官的指导下，我们逐步变得越来越平稳，速度也慢了许多。教官终于夸赞了我们“还不错哟！”大家都高兴极了，这完全是我们意料之外的事儿，感觉一日的劳累都是值得的。

第五天，也是军训的最后一天，那天阳光正足。在操场上站了几十分钟，便渴的要命，可我们要在那里站两个多小时呢，同学们一个个口干舌燥，可还是站着笔直。因为我们要给军训画上一个完美的句号。当大会结束后，我望着曾经走过无数次的场地，突然觉得之前的军训没什么大不了的。因为，在这个地方，我成长了，为我的记忆丝带涂上更多美丽的颜色吧！加油！

**学生的军训个人总结学生军训个人总结五**

这次军训，由于部队教官严格要求，认真进行各项科目的训练;同学们参训态度端正，有吃苦耐劳和磨练意志的思想准备，因此，在军训期间参训学生都能用心的投入到艰苦紧张的军训之中，不仅仅增强了国防观念，坚定了爱国主义信念，而且体验了士兵生活，增强了组织纪律性和群众主义，以及革命英雄主义观念，培养了艰苦奋斗、勇敢顽强的军人作风。虽然军训时间是短暂的，但这对同学们今后的学业和两年后的走向工作岗位无疑是十分有益的。

同学们，军训是每一位大学生在就学期间一门重要的必修课。这次军训的1000多名同学经过军训技能考核评比，均取得优良成绩。按照教育部和学校的有关规定，都将在军事科目的学习上获得相应的学分，并且颁发国家统一印制的高等学校“军事训练合格证书”。

十多天来，同学们虚心向教官学习，严守纪律，不怕困难。有的同学带病带伤坚持训练，从不叫苦叫累。我营二班的郑玉龙同学虽然在不久以前以前因为在家乡打篮球的时候不慎将脚摔伤，但是他依旧坚持表示参加军训，再苦再累也不能耽误训练，用他自己的话说：“我不要做一个逃兵!”在训练中，他没有主动喊过一次报告或请求休息，每次都是忍住疼痛，坚持与大家一齐训练，同学都看在眼里，佩服在心里。我班的雷宇同学平时给同学们表演节目，他训练刻苦、动作认真，每一天一身汗，功夫不负有心人，他的表演受到教官的肯定同时，他还在业余时间热心为班群众为同学服务。他说，军训不仅仅增强了体魄，而且锻炼了意志、毅力、增进同学之间的友谊和群众荣誉感。

在同学们身上真正体现了当代大学生的崇高品质和奋发向上的进取精神。你们用自己的实际行动谱写了西安思源学院学生军训工作的新篇章。

这次军训得到了西安警官学院领导和教官以及学校参训教师的高度重视，在军训中对学生表现出极大的爱心和职责心，参训的教师从军训开始一向到此刻始终没离开学校，没离开参训学生。一大批刚参加工作的青年教师，从接到参训工作的光荣使命，穿上威武的军装的那一刻起，就严格要求自己，时刻以一名准军人的标准规范自己，用自己的模范行动影响和带动参训学生，以昂然的斗志和饱满的精神投入到军训中去。我班带队教官谭瑞华，在带队期间由于伙食不谨慎而导致身体有些透支，但是他仍旧坚持和同学们一道战斗在第一线。晚上还深入到学生当中，了解学生的困难和思想状况，发现问题及时采取措施解决，保证了军训计划和各项工作顺利地落实。在带队教师队伍中还有我们营的营长，自理解参训工作后，就兢兢业业全身心的投入到军训工作中，认真负责并以严于律己的精神给参训青年教师和参训学生树立了优秀的榜样。正是由于参训教师的用心工作，我们的军训工作得以顺利的完成。

这次军训也得到了学校领导的高度重视，为确保今年学生军训工作的顺利进行，校党委及时调整和充实了军训领导小组成员，并且开展了多种形式的教育和宣传鼓动工作以及活跃的文体活动，在紧张的军训中，各营、连利用业余时间，开展了丰富多彩的文体活动，学校艺术团还对各校区作训教官和参训学生进行了演出慰问。

**学生的军训个人总结学生军训个人总结六**

我们的教官很年轻，他教训人很严厉，可却是刀子嘴豆腐心，从来不真打骂。他还常常逗我们开心。这个教官不但脾气好，而且教得也好，我们都很喜欢他。

我们的军训生活很单调，然而却不失乐趣。每天早上晨练半个小时；上午先队列训练，再学广播操；中午休息到一点半；下午先学广播操，再队列训练；晚上洗好澡后看电影，看完后写军训日记，记录一天发生的事。特别是在看电影某某某某时，我们都开心得前翻后仰。

经过三天紧张而充实训练后，比试我们各排实力的大会操来临了。我们各班都奋力表现，奋力拼搏，都想要拿先锋排。由于我们九排的出色表现，获得了光荣的先锋排。

在这次军训中，教官帮我们树立了集体主义观念，让我们养成了良好的生活习惯、行为习惯和学习习惯。这次军训让我彻底完成了蜕变，化蛹成蝶。

从今天开始，我要发扬“今天我以学校为荣，明天学校以我为荣”。的精神，学会做人；学会生活；学会求知；学会审美；善思善问；提升素质，做可爱的某某人。

**学生的军训个人总结学生军训个人总结七**

军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨练。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，仅有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

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，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要明白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，最终将坚实、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，想到今日的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。

**学生的军训个人总结学生军训个人总结八**

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了初中，迎接我们的是为期五天的军训。我们明白，军训不仅仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。在烈日灸烤的塑胶篮球场上，我们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我明白，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自我说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就能够的了，必须要坚持住。”在站立结束后，我的情绪总是很高兴的，因为我能靠着自我的毅力坚持到了最后。

正步是我们学的众多姿势中最难，最累的。教官让我们把脚踢到半空停止，然后一一过去检查，发现有谁做的不对时会立即纠正。正步要走整齐是件不容易的事情，因此我们在训练时教官的要求个性严格，每个动作都务必做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完正步后，我们全身都是湿透的了。

军训在辛苦训练之余，也有许多搞笑的活动。例如拔河比赛、拉歌比赛等。在拔河比赛上，我们班虽然输了，但输赢并不重要，过程才是关键。在拔河中我们学会了团结，学会了互相鼓励加油，学会了尽全力去做一件事情，这才是拔河比赛的真谛。

时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有好处，辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样貌，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自我!

军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，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。只有懂得这样做，我们才对得起每一天在一旁陪我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自我挥洒的汗水!

**学生的军训个人总结学生军训个人总结九**

七天的军训生活结束了，回过头来，看看自己走过的脚步，有的深有的浅，有的快有的慢，但最终经过层层训练，我们步调一致并肩齐进。

短暂而又充实的军营生活，让我们彼此更加认识了自己，教官在耳边的谆谆教导，让我们懂得很多，细心很多，让我们更加体会到：作为一名军人，要时刻严格要求自己，做好准备。全神贯注与力量集于一身，随时接受上级下达的各种指令，以军人的姿态与心态去面对一切。作为一名百合人，更应该为之感到自豪，因为有了百合的力量，将我们推向更高一个浪潮，因为有了百合的殷切期望，我们才会有了勇气挑战极限!百合所给予我们的远远超乎我们想要的，没有完美的个人，只有完美的团队，只因此，我们便要更加严格要求自己，打造鹰一样的个人，铸造雁一样团队。

在绿色军营里面，时常出现这样一幅画面：一群身穿蓝色t恤的金百合人，铸造了一条亮丽的风景线。无论是饭前饭后，只要稍有空暇的时间，总能看到这样一组组场景;炎炎烈日下，偶有几对整齐的队伍昂首阔步的走着，原来是金百合人正在操作动作要领，动作要领掌握好的帮助比较慢的队员，手把手教着，一步一个脚印，汗水浸透了衣衫，但却没有人停下脚步，队长喊着;一二一……立定，声音似乎沙哑了许多，但却浑厚有力，不失为一种霸气，鼓舞队员们的士气，队员们没有一个说苦怕累的，因为我们坚信：只要我们认真，去努力，我们一定会做好。我们要发扬不怕苦不怕累的精神。因为我们都是展翅高飞的雄鹰，都是百合的精英!

无数条溪流向一方汇聚，将形成一片大海，海纳百川，有容乃大.每个人将自己手中的力量推向同一个方向，我们的力量将无限大，金百合人将在创辉煌!

军训生活将作为记忆中的一抹绿色永远留在我的脑海中。坚持、奋斗、团结这些曾经陌生了许久的东西也因而回到了我的生活中。感谢军训，我会永远记得它。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找