# 军训总结作文500字初一(8篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-07-17

*军训总结作文800字 军训总结作文500字初一一可是，在进入初中的军训后，第一天下来，我就改变了自己天真的想法。军训，不单单一个“累”字就可以形容，因为指导我们训练的是一位女教官，开始还以为很庆幸，认为应该没有男教官辛苦。经历了魔鬼般训练后...*

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一一**

可是，在进入初中的军训后，第一天下来，我就改变了自己天真的想法。军训，不单单一个“累”字就可以形容，因为指导我们训练的是一位女教官，开始还以为很庆幸，认为应该没有男教官辛苦。经历了魔鬼般训练后，我彻底改变了看法。

我所在的连对是九连，进去之后，我就感觉到了这一连的特殊。从教官口中得知，她以前带过的队伍，没有一个不是出色的`。所以，我无形中感到了压力，这位教官并不像表面这么和善。

第一天，我们学习的是基础――站军姿，这是培养军人形象的关键。一切动作都是在军姿的基础上练成的。我们遵照教官说的那样做着，动作虽然不是很标准，但我们做得很认真，兴许是一开始觉得有意思。

可过了一会儿，很多人就有小动作了，教官很生气的吼我们，说我们几分钟不到就坚持不住了，如果再动就别想休息了。（威逼利诱，我们不得不服啊。）于是，我们只能打起十二分的精神，警醒自己不能动！

往后的军训，一如既往的枯燥，每天都满头大汗。一直到最后的汇演，我们都在魔鬼般教官的吼声中度过。不过，我最佩服的，也是我们的教官，她在大二的时候就进了军队，很多人还在轻轻松松地上学，她已经在部队历练自己了。

这次的军训，我最大的收获是学会了整理自己的内务，绝对服从命令，同时，不惧怕任何艰苦的环境。

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一二**

今天，我们要从原本闷闷的学习生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材较高，在他那脸上写满了严肃和认真。

但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。

这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，五天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的.意志。

哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训中充满教官的训斥；军训中是紧张与艰苦的合奏；军训中更是无常地响起那集合哨音，还有那烈日当头下的大集合、严训练；在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，挑战自我，锻炼意志的最佳良机。

“流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉泪”。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。

五天过去了，再见了，同甘共苦的教官！

再见了，难忘的军训！

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一三**

军训终于结束了。在这几天的学习生活中，我们都有不小的进步。

同学们总是抱怨军训太苦太累，而如果没有付出，又哪来的进步呢？没有长时间的训练，这还叫军训吗？

从刚进来时乱七八糟的队伍到现在整齐有序的`队伍，从第一天的心起到最后一天的厌烦。我们变了，而军训在给我们带来变化的同时也沦落成了我们心中的“罪人”。

想来不会有人喜欢找罪受，军训沦落为“罪人”也情有可原。但希望同学们在想到军训的艰苦的同时，请不要忘记它给我们带来的进步。

整个军训生活中，我最难忘的是每天在宿舍的时候。大家总是坐在一起谈以前有趣的事情，或是时不时来个听似恐惧，结局却让人捧腹大笑的故事。

床是两个人睡，一人上一人下，对于睡觉爱到处动的我，这可是个不少的麻烦，每天早上起来都要担心我下面的同学是不是被我吵得一晚没睡。

我不知道自己有没有吵到她，只知道睡我下铺的总是问我，我昨天晚上没有吵到你吧？

而这种相互关心，似乎随着军训的进步，愈演愈烈。从刚来时的事不关己到后来的乐于助人，第一天的时候还有不少人在澡堂里洗衣服，完全不顾在外面等人的同学们，而在后面几天没有发生了。

军训不仅仅是训练身体，我觉得更重要的练心，练出亦可为他人着想，乐于助人的心。

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一四**

为期四天半的军训结束了，我们班以一等奖画上了圆满的句号。在军训中，我收获了很多，也学到了很多。

我学会了吃苦。在军训前我很自信，我一定能轻松地完成训练任务，可后来我发现军训并不像我想象的那么轻松，站在火热的阳光下，我的皮肤被烤得生疼，在踢正步时，因没掌握好动作要领，总是容易踢上别人的手，在踢步的时候，腿和脚踢得酸痛，可这一切我都忍住了，现在回头看看，觉得很有成就感。

我学会了坚持，在似火的骄阳下，我觉得我整个人都快热得脱水了，可我依然坚持着，尽管十分难受，可我从没有打报告休息，当我最终坚持下来的时候，我觉得我成功了，我超越了自我。

军训虽苦，可苦中有乐，当我们班以整齐的步伐走过阅兵台时，当阅兵台上响起首长的鼓掌声时，当宣布一等奖得主为我们班时，有一种无法言表的快乐从我的心底里涌现出来，分散到身体的每一个部分。

“一份耕耘，一份收获”当我们为军训付出汗水的\'同时，我明白了潇洒帅气的齐步、正步不是一天练成的;明白了冰冻三尺，非一日之寒;长江虽险，非一川之功，;明白了努力才有结果。

并且，我懂得了遇事不退缩，有困难不放弃。我坚信，在今后的日子里，我一定能发扬军训中的吃苦精神和坚持的毅力!这次军训也必将成为我铭记一生的回忆!

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一五**

初中军训总结 军训的日子就这样过去了。回想起来，觉得既漫长又短暂；每天重复那汗流浃背的痛快。顶着炙热的阳光。虽然是辛苦的，但也少不了我们的欢声笑语，教官的可爱。每一次休息，我们每一个人都有说有笑的，教官也和我们说起笑来。即使是和他开玩笑，他也不会生气。有时候我们说话事过分了一点，但教官也不会生气。现在回想起来，觉得教官很慈祥。

我们这五天的欢声笑语，我们的泪水，我们的汗水，都见证了我们的成长，见证了我们的努力。但我们的成长和成功都离不开教官的严格教导，同学们的努力和团结。这一切都使我们班获得了最后的胜利。老师说得对，我们班不仅是成绩最棒，而且表现也是最好的。正所谓“一班，一班，绝不一般”。

以前的我很讨厌军训，总感觉军训是又烦又闷的。但自从这一次的军训，我突然觉得其实也有快乐的。虽然回来以后，我变黑了，而且又很累，但心里却很踏实，很快乐。军训的日子里让我感受到了很多。这也将会是我生命中重要的回忆，永远也抹不去。

我们只相处了五天，我们也辛苦了五天，我们也快乐了五天。我们忘不了教官的和蔼，忘不了我们的笑声。获得胜利的那一刻，我们班是最光荣的。那一刻，我们是最幸福的。那一刻，让我们忘记了五天的\'辛苦。老师的欣慰，同学们的喜悦，还有教官那依然冷静的面容，我都无法忘记。其实，我知道，教官是最欣慰最开心的那一位！只是冷静是他的作风罢了。

当我们走上了赛道时，我们既紧张又兴奋。但我们始终认真的完成了，最终赢得了他人羡慕的眼光，我们真的很满足。

军训，过去了。

它，真的过去了吗？

不，不是的，它一直在我们的回忆中没有过去。

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一六**

前几天，我参加了一次军训。在我小时，我就知道小学升初中的时候会有一次军训，我一接到军训的通知，就吓出了一身冷汗。因为，我害怕军训。

军训的第一天，老师先点名分组，校长讲话，军训就正式开始了。教官先教我们站军姿，然后又教我们稍息和立正。下午，我们发了军服，有衣服和帽子，还有帽徽和皮带，我的衣服有点大，也能穿，就穿着军服去参加军训，我们先学了跨立，然后是向后转，向左传和向右转，回到家，都6点半了。第一天的军训，我认为军训没有想象的`那么苦，上午三个半小时，要休息三次，每次差不多半小时。

军训的第二天，我六点半起床，可是下雷震雨，雷打的特大，上午我就在家呆着，很无聊，一个人在家，我希望雨快点停。下午雨真停了，我去参加军训，这次练的是齐步走，齐步走不算太难，一下午的时间，我们把它练得差不多了。

军训的第三天，我六点半起床，去参加军训。上午我们仍然练的是练齐步走，下午我们练走正步。正步很难，我们练了一个下午才刚刚入门。

军训的第四天，上午，我们仍然练正步，不知为什么这天的状态没前两天的好，顺拐了两次，我找到了问题，是手的摆动出了问题，我马上纠正过来，果然感觉好多了。

这几天的军训，我有很多的感受，做什么事都要团结，军训中这是必不可少的，如果没有团结，正步就会走不好。作什么事都要认真，要不然正步就走不好，平时也要多锻炼身体。这样才能成为一个合格的军人。

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一七**

转眼间，6天的军训就结束了。在这6天的军训中，我体会到什是军人，什么是军人的生活，什么是军人的作风。

教官就像钢铁一样，我们就像豆腐一样。

在训练中，酸、甜、苦、辣的味道都齐全。

军训休息的时间，我们的心情就像蛋糕的夹心那么甜。

“立正”教官“可恶”的口令又响了，又要进行“地狱”式的训练了。烈日下，我们纹丝不动，如同一座座雕像。我就像吃了辣椒一样，浑身发热。我们要站半小时的军姿，可是站军姿的时间走得特别慢，才一分钟、两分钟，我的.双腿就开始颤抖，汗不停地流着，我恨不得马上把它擦掉。我多么渴望有一阵风向我们吹来。半小时里苦苦的煎熬后，终于盼到教官叫“踏步”的口令了。哎，这半小时真难过！过了一会儿，教官还要我们练齐步走，再练踢正步。

终于，一天的军训生活结束了，我洗完澡后，躺在床上，全身的肌肉酸软了，特别难受，睡觉时，我闭着眼睛，泪水顺着眼角流进嘴里，泪是甜的！我曾经想过放弃，但是同学们都做得到，难道我就做不到吗？我想到孟子曰：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏起身，行拂乱其所为。所以动心忍性，增益其所不能。”我就暗自下定决心我不能这么容易就放弃，因为我连基础都没做到，还没有资格谈放弃。

真是度日如年啊，好不容易捱到了第6天，我们就把这七天的军训的成果表演给校干部们看。功夫不负有心人，我们班走出了“世界纪录”，真兴奋。军训虽然苦，但苦中也带乐。

通过这次军训活动，不仅深化了我们的国防意识，也加强了我们的纪律约束，增强了团队精神。我们学到的是坚强、自尊、团结，丢掉的是懦弱、懒散、自私，锻炼了身体，学到了真正的本领。

**军训总结作文800字 军训总结作文500字初一八**

今天已经军训结束了。很疲惫。很苦。。。

记得刚刚去军训时，心中充满了激动。对那里的一切都很好奇，我们的教官姓李，他人很好，但是脾气特暴躁。感谢这一点，消灭我们身上的锐气与不懂事。。。

在这5天中，我们在烈日下站军姿，一次次完成教官要求我们完成的动作，我门的皮肤被晒的黝黑，汗水顽皮的在我们的身上奔跑着，我们累了，就很想睡觉，但是没有到时间，于是那段时间非常难过，不过，正因为这样，我们班的同学就会拼命的完成动作，在那时，一种集体荣誉感便油然而生。

回忆过去几天，有辛苦有快乐，有紧张有轻松。生活充满了滋味，教官有时像魔鬼，有时想天使，但我依然喜欢他，是他教会我要坚持，不要放弃，说真的，在几次我的体力到达极限后，我有了放弃的念头，但是教官的.话让我坚持下去了，几次超越了身理的极限，这都让我很开始。

军训，是一项团体作业，要每位同学用汗水与心去完成，我觉得我们班的同学身上的阳刚之气令人震惊，在总教官的训斥下，我们认真的完成他的话语：1、服从，2、绝对服从，3、完全服从。这几过简单的话贯穿了军队的军魂。让同学们凭命练习，正如：掉血掉汗不掉泪，掉皮掉肉不掉队。

正如孟子所曰：故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。人恒过，然后能改。困于心，衡于虑，而后作。”

军训是一次很好的经历，它让我了解到军人的艰辛，同学的顽强，生活的快乐，在此我要感谢我的学校给了我们这么一次军训，让我在这几天得到了一笔宝贵的财富。

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