# 军训的小结与反思 军训心得体会小结(大全10篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-08-31

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。军训的小结与反思篇一军训...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

**军训的小结与反思篇一**

军训是我大学生活中的一次难忘经历，这是我第一次参与这样严格的体验。通过这次军训，我不仅锻炼了自己的身体素质，也学到了许多宝贵的经验和教训。在这篇文章中，我将分享我的军训心得体会小结，希望能为即将进行军训的同学们提供些许参考。

首先，在军训中我学到了团结互助的重要性。军训让我深刻体会到集体的力量是无穷的。在操场上，我们一起完成各种艰苦的训练项目，每个人都要尽力完成自己的任务。当我身体疲惫的时候，队友的鼓励和支持让我坚持下来。而在集体作战训练中，每个人的配合非常重要。我们通过互相协作，克服了许多困难。这样的团结互助精神在日后的学习和工作中也同样适用，只有和同学、同事之间相互扶持，才能共同进步。

其次，军训激发了我坚韧不拔的毅力。军事训练的强度和紧张程度远超过我以往的经历，但是我没有退缩，而是一直坚持下来。每一次的晨跑、爬山，都是一次对自己毅力的考验。当我感到疲惫时，我告诉自己要坚持下去，因为只有坚持才能到达终点。军训中的考验让我明白，只有在坚持中才能获得进步。在以后的学习和工作中，我会时刻保持这种坚韧不拔的毅力，迎接挑战并取得成功。

再次，在军训中我锻炼了自己的领导能力。在训练中，我们需要按照指挥员的指示进行行动，但有时候指挥员不在身边，需要我们自己组织同学们进行训练。这种情况下，我不仅要完成自己的任务，还要带领别人完成各项任务。这个过程让我学会了如何充分发挥自己的领导才能，协调团队成员，达到预定的目标。领导能力在日后的生活和工作中都是必不可少的，这次军训为我提供了锻炼的机会，并让我认识到我的领导潜力。

另外，在军训中我明白了纪律的重要性。军训对行军纪律、言行规范等方面要求非常严格。在军训中，违纪行为会受到相应的处罚。这让我意识到只有遵守纪律，才能保持良好的队伍形象和个人形象。军训过程中的遵守纪律不仅培养了我的自律意识，也让我明白了规范的重要性。在以后的生活和工作中，我会时刻遵循纪律，做一个守纪律的人。

最后，军训过程中的酸甜苦辣让我更加坚定了为国家家族荣誉而奋斗的决心。在军训中，我们不仅要学习军事知识，更重要的是培养爱国情操，坚守国家荣誉和利益。我们要为国家的繁荣和发展而努力，为人民的幸福生活作出贡献。这种责任感和使命感将伴随我一生，成为我努力奋斗的动力。

通过这次军训，我学到了很多，成长了很多。团结互助、坚韧毅力、领导能力、纪律意识、爱国情操是我这次军训心得体会的重点。这些品质和经验对我的个人成长和日后的学习、工作都起到了积极的促进作用。我相信这些体会和收获也将对即将参加军训的同学们有所帮助。希望大家能从军训中收获更多，成为更好的自己。

**军训的小结与反思篇二**

一段时间的工作在不经意间已经告一段落了，想必你的视野也得到了开拓，让我们好好捋捋，写一份小结吧。你所见过的小结应该是什么样的？以下是小编为大家收集的军训小结\_650字，欢迎阅读与收藏。

十天的记忆，在我的笔尖，渐渐泛黄，疏远，沉默。不知所言。脱下了那身绿军装，远离了军人特有的味道，不，也许，军人这两个重如泰斗的字不该用来形容我们，我们不是军人。

这不是我的第一次军训，也不是第二次。回顾从前，小学时，每个星期二的下午都会有特警的军人到学校来训练我们。每次站军姿，一站就是一个半小时，那两个学期的训练，让我初步知道军人这个词。小学毕业了，我们背上沉甸甸的行李，上了开往军营的车。那次军训，是震撼心灵的一次洗礼，至今记忆犹新，回想起来，历历在目，久久不能忘怀。这次的军训，给我的不只是队列动作的提高，而是性格上的巨大转折。我变了，深深的变了。从前，我痴迷于虚幻的诗文，痴迷于空洞的哲理，痴迷于追寻别人的\'历史人生。可是现在的我，明白了什麽是生存，只有那些虚无缥缈的东西是无法满足一个人的贪心的。如果想拥有比别人多的荣誉，就要付出比别人多得多的血汗。人，只有向上爬，才能生存，才能更好的生存。

走在一起。我想跟她说：“教官给你这个任务，也是想看看你能不能顶住压力，如果你退却了一步，就什麽都没了！”但我始终没有说。我能理解她，我也想过干脆和她一起退，但我说过，我变了，不再是那个喜欢急流勇退的我了，我喜欢逞强。军人，争得就是口气！为了这口气，手臂抓红了，嘴咬破了，皮肤晒黑了，如果不能坚持到最后，真的就白费了，一切都没了！

我喜欢附庸文雅，学的那首《女儿行》，我一只觉得歌词不好，想给改改，但是到了最后，我发现我竟然不会了。最后一次在那里吃中饭，我们唱了最后一遍《女儿行》，到那时，我终于明白了，在军队，没有那些虚华的文字。有的，只是心头的心乐，它，比仙音宫乐都悦耳。

**军训的小结与反思篇三**

我们班的教官是一个班长，他姓李，我们都叫他李教官。他先跟我们强调了一些要求，并告诉我们有什么问题必须打报告，比如擦汗，系鞋带之类的问题。听日了这个要求，我还真不习惯干什么都得先打报告这点呢。

教官先让我们报数：“1、2，1、2……”大家报完，教官说道：“刚才喊’2’的同学向后退一步。”同学们你看看我，我看看你的往后退，有的退错的，赶紧又往前上了一步。就这样，原本排成两行的我们变成了四行。 教官带着大家先整队，抬头、挺胸，张肩站好。呵！同学们还真做的有模有样的呢。站好后，我们开始学习稍息立正。“稍息”时，两脚间相距十分的距离，脚底的三分之二着地，上半身不动，不能低着头。立正时，两脚脚跟并扰，脚掌外八字打开，两脚之间的夹角呈60度角，上半身也不动。我很认真地学着，本来刚才还在想呢：这些我们都 会，还教干什么呢？可学了以后，才发现自己经前做的都不对呢。 在这一个上午，我还学到了和以前有点不一样的“向右看齐”。以前体育课上我们向右看齐时都直接将头转向右侧，调整队形是可以了，而教官教给我们的是在将头转向右侧的同时，双脚来回跺地，然后立正站好，向前看齐时，再把头飞快地转回来。

上午很热，我们班全体同学及教官都正好在太阳下进行训练，我看着别的班有许多同学都 不行了，我们班也有一个，虽然那时我有点头晕，但我咬咬牙坚持了一下，就过去了，唉！不知下午会怎样呢？ 中午养足了精神又要进行下午的训练了。主要练习转和踏步走，不过在练习之前要先站半小时的军姿。教官严厉地说：“在这儿，我不把你们当作学生，你们现在是小军人，小战士，看谁能坚持住，站军姿时谁也不准给我动，不许打报告，两手贴紧裤缝，抬头张肩，目光平视前方。”接着教官又喊道：“听我口令！预备，开始！”我赶紧站好，一动不动地站在原地。 大家头顶着火辣辣的太阳，一直坚持着，还记得那会我已经开始恶心了，特别难受，就在我快坚持不了的时候，教官教给了我们一个防止头晕的方法：把重心放前面，身体微微向前倾，两脚的`脚后跟成快要抬起的状态。我试了试，果真不那么难受了呢，我心中浮现出来了一个词，“高兴ing”。就这样，大家还是一直坚持着，有几名同学坚持不了了，就去休息了，其余人都没有放弃。还有10分钟，5分钟，3分钟，1分钟。我有开始头晕了。

但是现在剩下的同学都在坚持，更何况时间不长了，一会儿就会结束休息，我咬着牙坚持着。啊！终于结束了，教官夸我们剩下的人都是好样的，我非常高兴，相信大家也都是同样的心情呢。现在想起那时我坚持时对自己说的话：“我不能当第一个‘逃兵’！不能当‘逃兵’！不能在最后时刻当‘逃兵’！”

今天是我的第一次军训，往后的几天希望我以及大家都能坚持信啊！虽然很累，但也快乐！

**军训的小结与反思篇四**

军训是一种独特的体验，不仅让我学到了很多技能，更重要的是让我意识到了自身的不足和不断进取的重要性。在这段时间的军训中，我经历了身心的考验，培养了团队精神和责任感。通过反思和总结，我明白了军训对我的意义和影响，也更加坚定了自己的目标和理想。这次军训的心得体会对我来说是宝贵的，它将伴随着我不断成长。

首先，军训期间我学到了许多实用的技能。作为一个普通的大学生，我平时身体素质并不太好，没有接触过与军事相关的训练。但是在这次军训中，我学会了军姿、操纵步枪、进行军事格斗等，不仅提高了自己的身体素质，也培养了自己的技能。这些技能在平时生活中可能用不上，但是它们让我明白了军人的训练和坚持的重要性，也让我变得更加自信和坚毅。

其次，军训期间我培养了团队精神和责任感。在军队中，团结一致是至关重要的。我们需要通过集体训练来达到同一目标。在队列操练中，我认识到一个人的失误可能会影响整个队伍的形象，从而培养了我个人的责任感和严谨的态度。而在集体活动中，每个人的配合和默契相互影响着整个团队的发展。这个过程让我理解到要成为一个优秀的团队成员，我需要付出更多的努力和沟通。

第三，军训时间也让我认识了自己的不足。在军训过程中，我发现自己在身体素质和学习能力上仍有很大的提升空间。在高强度的体能训练中，我常常感到疲惫和力不从心。而在学习军事知识和技能时，我也发现自己的学习能力不足以达到更高水平。这让我意识到自己需要更加努力地学习和训练，提高自身的能力和素质。

第四，军训的经历让我意识到自己的潜力和进取心的重要性。在军训过程中，看到身边的同学们一个个克服困难、超越自己，我深刻地认识到了自身的潜力。我开始明白，只有不断追求进步，勇于面对困难，才能实现自己的目标和理想。我下定决心要不断学习，提升自己的能力和素质，成为一个对社会有用的人才。

最后，军训心得体会小结的过程中，我认识到军训对我的意义和影响。军训让我体验了生活中的挫折和痛苦，同时也让我成长为一个忍耐、坚定、积极向上的人。我明白了要获得成功，需要有明确的目标和计划，并付出努力去实现。军训让我更加了解自己的优点和不足，也让我意识到坚持不懈的重要性。我相信，通过这次军训的心得体会，我将会走得更远，收获更多。

总之，通过这次军训的心得体会小结，我意识到自己在这段时间里取得了很大的进步并且收获了很多。军训不仅让我学到了技能，更重要的是培养了团队精神和责任感。通过军训，我认识到了自己的不足和潜力，坚定了自己的目标和理想。这段经历将成为我人生中宝贵的财富，伴随着我奋斗和成长。我相信，通过不断努力和追求，我能够实现自己的理想，并为社会做出更大的贡献。军训心得体会小结，是我成长路上的重要一页。

**军训的小结与反思篇五**

军训是一种特殊的体验，它不仅仅是一种训练身体的方式，更是一种独特的历练和磨炼。通过参加军训，我体验了严格的纪律要求、锻炼了体魄，培养了团队合作的能力，同时也收获了许多宝贵的心得体会。在这篇文章中，我将总结我在军训中的所见所闻，分享我对军训的最深刻的体验和感悟。

第二段：严格的纪律要求与全身心的投入

军训中最让我印象深刻的便是严格的纪律要求。每天早晨6点准时起床，整装待发，训练前后一丝不苟的礼仪动作、统一的口号齐声高喊，无一不要求我们做到精益求精。这一严格的纪律要求让我深刻体会到纪律的力量和价值，也使我明白了一个人只有在遵守纪律的前提下才能发挥出最大的潜力。在军训中，我全身心地投入到训练中，不再有怠慢和拖延，因为我知道只有这样我才能真正提升自己，让自己更好地适应未来的挑战。

第三段：团队合作的力量与价值

军训过程中，我们多次进行团队合作的训练，这让我深刻认识到团队合作的力量和价值。在一个团队中，每个人都有自己的特点和优势，我们需要通过相互的协作和配合来实现共同的目标。只有团结一致、互帮互助，我们才能取得最好的效果。在一个团队中，个人之间的差异并不重要，重要的是我们能够将自己的优势发挥到最大，同时也要尊重团队其他成员的努力和付出。通过这次军训，我深刻体会到了团队合作的力量，也更加明白了在团队中奉献和付出的重要性。

第四段：坚持与困难克服

军训过程中，每天都会面临各种各样的困难和挑战，艰苦的生活环境使我们不得不面对自己内心的脆弱和怯懦。但正是在这个过程中，我学会了坚持和克服困难。军训时，遇到疲倦和艰难都只是暂时的，只要我们能够与之抗争，坚持做到最好，最终都能取得收获。这个过程让我明白了困难是人生中不可避免的一部分，只有面对困难并勇敢地克服它们，我们才能真正成长并取得成功。

第五段：军训的收获与未来的展望

通过这次军训，我学到了许多宝贵的东西。我学会了遵守纪律，锻炼了坚持和克服困难的能力，提升了我的团队合作意识和沟通能力。同时，我也收获了对军人的尊重和敬佩之情。军人们以他们的坚强意志和无私奉献为国家和人民服务，他们是我们学习的榜样。未来，我希望能够将军训中学到的这些宝贵的经验和品质融入到我以后的生活和事业之中，成为一个有担当、有责任感的人。

在这次军训中，我经历了许多身心上的挑战，但同时也收获了许多宝贵的经验和教训。通过军训，我更加坚定了自己的信念和目标，并且学会了如何在困难面前坚持和奋斗。我相信，通过这次军训，我不仅仅会在体能上得到提升，更重要的是，我已经明白了如何将这些军训中的经验与实际生活中的问题相结合，为自己的成长和发展打下坚实的基础。

**军训的小结与反思篇六**

学生的军训经历有趣、难忘，充满了欢笑与汗水，甚至泪水。在这个过程中，班主任的组织工作，要做得像教官的面孔一样：严肃、认真、一丝不苟。

我所带的艺术设计（3）班，由原来的数字媒体班18位同学，加上艺术设计班分过来的8位同学组成。由于开学以前，同学们对此班级划分方式一无所知，导致他们加入这个新的班集体之后有很多的困惑。数字媒体的同学不解地问：我们报的专业不是数字媒体吗？怎么变成了艺术设计了？艺术设计的同学无辜地问：我们是艺术设计的，为什么我们8个同学要和数字媒体的一起啊？虽说如此划分班级的目的是为了均衡师资，并且是在两个专业所上的课程一样的基础上的，不过这样也给军训管理带来了一定的难度。首先，兵分三处，且相隔甚远，老师去宿舍检查内务、了解学生情况比较麻烦；其次，艺术设计过来的8位同学远离班里的其他同学住在西区，一定程度上会减少他们的班级归属感；最后，影响同学们之间的沟通、交流。

（1）发放服装

我们是在新生报到的第二天发放军训服装的，但是，发放服装这个过程做的并不理想，用一个字概括，就是“乱”。班主任去领服装的时候，不知道要先交钱，后领服装，钱的数目不小，要不是刚好有其他钱可以挪用，临时临急就很难找那么一大笔钱来垫了。领了服装之后，数量很多，搬回学院之后就乱了，虽然，在叫学生搬回去之前已经千叮万嘱要分门别类的放好，但多则易乱，人多手杂，总不免会乱，加之军服外套上没有号码。虽然同学们都很耐心、很有秩序地等候，虽然最后军服全都到了学生手中，没有出现大的失误，但是，按照效率、有序原则，我们做的远远不够。为此，总结出以下几点：

1、确认军服是否需要先交钱后领服装，以便确定是否需要在新生报到当然收取军服费。

2、军服是以院系为单位统一领取的，新生报到当天晚上就该将全院的军服号码、鞋子号码分门别类统计好。

3、场地条件允许的话最好把学生都召集到军服领取地发放，避免军服搬动过程中出现混乱。

4、学生在排队等候领取军服时，注意秩序，最好以班为单位依次领取。

5、向军服主观部门咨询军服更换办法、途径。

6、做好贫困学生减免军训费工作

（2）编排编班

编排除了考虑总体人数，还要考虑男女比例。由于每个班的人数都差不多，男女比例也相对均衡，为这次编排省下了很多工作。

（3）军训动员

虽然很多同学在中学之后也参加过军训，但强度比大学军训小很多，他们对军训的认识是比较片面的。根据我的了解，男同学相对好一点，他们不怕剪头发，也比较能吃苦耐劳，但是女同学对军训的顾虑相对多很多。很多女同学害怕剪短发，害怕被晒黑，身体素质也没有男同学那么好，等等一系列的问题。在军训前的动员需要做以下工作：

1、让学生了解军训的目的，不是为了军训而军训，是为了磨练学生的意志，培养他们吃苦耐劳的毅力。申明学校的军训规定，要从心理上说服学生按照军训规定去理发，以免学生产生过度的逆反心理，特别强调军训纪律。

2、让学生了解军训的具体安排和实际训练强度。我们之后在了解情况之后才可能掌控它，才不会产生恐惧。学生也是一样的，他们在军训前的种种顾虑更多的来源于对军训的不了解。

3、提醒学生做好军训准备工作，包括防晒、防暑等，如买防晒油、买大水杯等。

4、申明对无法参见军训同学的管理规定，既要关心这部分学生身体健康、心理健康，也要鼓励他们到训练场上接受教育。

5、鼓舞士气，这一点非常重要。军训是比较艰苦，但这也是学校要求学生参加军训的原因。军训是对大家的一次考验，更是一次锻炼，老师们会支持、陪伴着学生，并期望他们的出色表现。

1、与教官沟通

虽然说军训是把学生交给教官教，交给教官管理，对于教官如何训练，如何管理我们是不能干涉太多的。但是，在某些问题上，我们却有必要作为教官与学生的桥梁。毕竟教官不是老师，没有真正教导学生的经验；而学生也不是真正的兵，他们都是一帮“文弱书生”。

我们跟教官强调严格要求班级学生的同学，对于学生的心声也可选择性地反映给教官，他们对军训的合理要求应该让教官知道，这样对教官在军训的具体方式方法上有一定的帮助。比如，学生反映教官太严肃，太“专制”了，他们希望教官在军训过程中多给点鼓励，少一点批评、惩罚等，这样他们的逆反心理不会那么强，教官教的东西也容易接受。

我觉得我们刚开始军训就应该让学生写一下他们所期望的军训是怎样的，他们所期望的\'教官是怎样的，等等。虽然我们后来也让学生写“我心目中的教官”，但是真正的意图没有和学生说明白，以致不少学生问我：“老师，是不是要署名，如果要署名就说教官很好；如果不用署名就说实话……”。他们都理解为我们只是为了让他们对教官有一个评价，而没有了解我们的真正意图。同时，也可见教官与同学们之间的关系并不那么理想，很多同学几乎站到了教官的对立面上。虽然，现实中总是不可避免地会出现教官与学生的立场相对立的局面，但是，从总体上看，军训也应该是和谐的，在和谐的氛围中让学生接受军训应有的教育。而要做到这一点，老师的作用是不可或缺的，而我在这方面做的还远远不够。

当学生抱怨教官对他们太严，抱怨教官的教育方式有问题，抱怨教官不以身作则时，我应该一方面引导学生分清重点，所谓“择其善者而从之，其不善者而改之”，告诉学生军训最主要的目的是磨练自己的意志，重点应该放在“磨练”二字上；另外，还要采用适当的方式和教官沟通，让他们了解学生的想法，甚至可以给出一点点建议，毕竟并不是所有的教官都能够很成熟地对待、处理问题。

2、出勤

虽然教官每天都会点名，但他们没有那么多的时间和精力对经常迟到或旷操的同学进行个别教育，他们只能把情况反映给老师，再由老师来解决问题。所以，在出勤方面，老师也一定要加大考勤力度，对个别学生实施思想教育。

3、病号管理

对于那些不能参加军训，或者中途因病下场的同学，要主动了解学生的身体和心理状况，关心、开导他们，在身体条件允许的情况下，让他们尽量自觉地到训练场上。对于个别情绪激动的同学要耐心地做好思想工作，避免更糟糕的情况发生。情节严重的，还要联系学生家长互通情况。

4、中期倦怠情绪的处理

军训过一个星期左右，同学们的新鲜感就会逐渐的消失，很多同学都会开始倒计时，说明他们都期盼军训快点结束。而我们老师，在军训过程中出现的种种繁琐问题面前，也可能会出现烦躁的情绪。但是，我们必须及时体察学生的情绪变化，和教官一起鼓舞士气，跟学院领导沟通，团委学生会沟通，分时间段慰问学生。我们自己在学生面前也应该时刻保持笑容，给学生以坚持的信心，减少他们的烦躁情绪。

5、物色班干候选人

军训需要军训负责人，军训过程中也有很多事情需要个别同学协助完成，我们可以利用这些机会物色班干候选人，对一些较有潜力的同学，应该把他们推到同学们面前，让他在为同学服务的同时也让同学们认识他，为日后的班干选举奠定群众基础。我主要是通过学生信息表、个别谈话、军训表现等方式先了解学生情况，再适当地培养那些较为积极、负责的同学，让他们对班里的工作有一个基本的认识，这样在班干选举时，这些同学也容易被其他同学所认同。

6、文艺活动

文艺活动可以为艰苦的军训生活增添一点色彩，也让同学们得到是适当的放松。军训过程中，我们总共参加了三次晚会，第一次是为了促进同学们的相互了解，第二次是中秋晚会，第三次是迎新晚会。第一次和第三次都主要由学生自己组织，学生自己出节目，自己出活动，在这个过程中，那些组织能力较强的同学也脱颖而出。在这个过程中，老师要做好总的组织协调工作，并要想办法为同学们提供活动条件。

**军训的小结与反思篇七**

在今年的国庆假期后，我们进行了升入高中后的第一次军训。“少年强，则国强”，军训的意义十分重要，对同学们来说不仅是简单地完成学校的指令，更是锻炼自己的时机。军训令我感受颇深，收获斐然。

本次军训，带领我们班级训练的教官是一名中年军人，他与同学相处友好，平易近人，给同学们讲述了许多陈年往事、近期新闻、专业知识，令我们钦佩万分。同时，教官更是一名专业负责的教官，给我们认真讲述、教授队列动作，在我们不遵守纪律时也会严厉地批评我们，虽然被批评时心里会有些失落和焦躁，但是我们也明白督促是我们前进的助推器，让我们成为更好的自己。

军训的生活酸甜苦辣咸五味交织，有汗，有泪，也有欢笑愉悦。训练时手要放直，脚要摆正，站立、下蹲、坐下时不可以随意摇晃，干什么都要快速反应、快速行动，做什么一定要做到完美才为止。的确很累，每天晚上伴着酸痛入眠，清晨再与之同行。但是，我已知晓，这是军训意义的外在表现——一切行动听指挥，同时自己也要时刻保持清醒状态，将自己的事与集体的事情做到极致，培养自身独立能力。

军训中时常有消遣放松的游戏——拉歌、打手节拍、放“炮”……这些游戏进行时总是充满着欢声笑语，好似一曲欢歌在操场荡漾。游戏虽小，可也让同学们关系更近了，班级凝聚力增加了，意义深远！军训期间的几首军歌，如《强军战歌》等，歌词积极向上，热血进取，大大激发了同学们的训练热情。

“不畏强敌敢较量“这是我们新时代青少年前进的目标榜样。军训，强身健体，磨炼意志，让同学们感受到了爱国热情，影响深远巨大，我将永远记得这一段难忘的回忆！

**军训的小结与反思篇八**

第一段：军训的目的和意义（字数：200）

军训是大学生活中的一次特别经历，它既是对大学新生综合素质的培养，也是锻炼大学生意志品质的重要途径。通过军训，我们可以学到纪律和规则，增强团队合作意识和自主管理能力。军训既是体力的磨炼，又是毅力的考验。它不仅能够培养我们的坚强意志，增强体质，还有助于提高思维能力和处理问题的能力。因此，军训具有重要的教育意义和实践价值，在大学学习生活中具有不可替代的地位。

第二段：军训中的困难与挑战（字数：250）

军训是一次具有严格要求的训练，对身体和意志都是一次巨大的考验。在这个炎热的夏天，我们需要在高温下进行长时间的晨跑、操场训练和攀爬训练，这对我们的体力和耐力都是一次挑战。在没有条件习惯的情况下，我们需要忍受严重的腰酸背痛、脚部肌肉酸痛等不适感。此外，军训过程中还要求我们遵守严格的纪律和规章制度，服从领导和指挥。所有这些困难和挑战，对我们来说都是一个很大的考验。

第三段：军训中的收获与成长（字数：250）

军训过程中的困难和挑战，使我们更加明白了团队协作的重要性。我们要牢固树立“我不为自己，我为人民”的思想，时刻保持团队合作意识。在遵守纪律和规章制度的同时，我们学会了自律和自控。战士的生活需要严谨，我们要时刻保持军人的形象和风度。此外，军训过程中，我们学到了坚持不懈的努力精神和不怕困难的勇气。这些都对我们今后的学习和生活具有非常重要的意义。

第四段：军训对大学生活的影响（字数：200）

军训不仅是一次生活中的经历，更是对大学生活中的学习和成长起到积极影响的过程。通过军训，我们学会了如何合理规划时间，如何高效利用时间，从而提高学习效率。军训中培养的刻苦耐劳、勇于拼搏的精神也可以帮助我们应对大学生活中的各种困难和挑战。此外，军训还让我们明白了自己的不足之处，找到了自己的短板，从而更好地进行自我调整和改进，为今后的学习打下坚实的基础。

第五段：军训体会与感悟（字数：200）

通过军训，我深刻体会到了团队合作的重要性，认识到一个人的力量是有限的，只有与他人携手合作，才能取得更大的成就。在备受磨砺的过程中，我也更加坚定了自己追求卓越的决心。军训中的收获和成长，将对我今后的人生产生深远的影响，我相信，无论是学业上还是生活中，我都能够以积极的态度，坚定的意志去面对困难和挑战，取得更好的成绩。

总结：军训是大学生活中一次宝贵的经历，也是培养大学生全面素质的重要途径。通过军训，我们不仅锻炼了身体和意志，更培养了团队合作意识和自主管理能力。尽管面临着困难和挑战，但我们也从中获得了成长和收获。军训对大学生活具有深远的影响，使我们更加明确了自己的目标和方向。通过这次军训，我们将会以更加积极的态度去面对生活和学习中的各种困难，迎接更加美好的未来。

**军训的小结与反思篇九**

500字

一周的军训生活结束了。回想起这一周，突然发现自己有很多的感触，不知是兴奋、喜悦还是伤心。

就像老师说的那样，我们的命特别“好”。军训又偏偏遇上那么炎热的天，一周下来，我已经完全变成一个非洲“黑人”了！当然没有那么夸张了，不过我可真的是变黑了，有点惨不忍睹。

实质性的军训其实就只有4天，所以这短短的时间也就显得非常珍贵了。第三天，教官只教了我们“取放马扎”和前后转体等一些简易的动作，因为这些动作我们在初一军训时就已经训练过了，所以做起来不难，但细节问题还是需要强化。第四天就开始练习齐步走了，我们也很认真，因为教官告诉我们军训的最后一天要检阅，这可不是小事，关乎我们班的荣誉问题，当然得认真对待。教官和我们相处的也很融洽，他其实是一个很开朗的人，在我们都很累的时候，会说一句玩笑话逗我们开心的就是他。不得不提的是，第四天，不知是什么原因，班主任去了医院检查身体，可我知道，她的身体一直都很不好。和我们一起站在炎炎烈日下，她真的很辛苦，也很伟大。

第四天下午，我们就开始走方队了，也学了正步，更让我没想到的是，教官竟然让我举旗。真的是很出乎意料，但还是很高兴。第五天，自己班基本没怎么排练，跟着全校找班级位置，然后就是全校总的来了一遍演习，不太累。中午，教官教了我们两首歌《打靶归来》和《军中绿花》。我个人比较喜欢第二首。这首歌很抒情，是军歌中难得的抒情歌，表达了一个军人的种种情感，所以唱起来可能也比较有感情。

虽然和教官相处的时间很短，但我们都对他有很深的感情，他和我们就像是朋友一样，聊聊天、开开玩笑，就是这样的轻松。在你犯错误的时候，他不会很严厉的批评你，会用另一种方法来引导，让我们更容易接受。教官在临走前说了许多，对我们的期望也很大，我强忍住，不让泪水落下来。但他最后说了两句话，其实到现在我也没听明白是什么意思，但就是这两句话，让我非常感动。回家后，我在

日记

本上写下了关于教官的事。

经过这次的军训，我真的长大了，也明白了许多。虽然，过程是艰辛的，但结果确是甜蜜的。这其中包含了许多喜、怒、哀、乐。感谢这次军训，感谢教官，感谢老师。

更多关于军训的

作文

：

**军训的小结与反思篇十**

艰苦而又漫长的八天军训生活就这样结束了，在这里我们认识了新的同学，体验了新的生活，虽然枯燥但是回想起来却别有趣味。

初到军营的时候我们是好奇的，兴奋的，好奇的是军训生活到底是怎么样的，而兴奋得是认为这就好像开学前的春游一样。当我来到学校站到队伍里时，我觉得我们的样子非常的好笑，帽子有带的又没带的，衣服有塞进裤子里的有没塞的，懒懒散散得站在队伍里我们活像一个营的逃兵。但是再过不了几天，我们就已经不是逃兵了，而是一群精兵，一群吃过苦的兵！

我们的军训第一天是郁闷的是短暂的，因为下大雨我们在屋里先待了一上午。在宿舍里教官先给我们上了军训的第一课也是必备的一节课就是内务整理。我们要亲自体会第一次叠方块被，铺床单，整理内务。这一切都是非常的难，当然是在我们不会的情况下，不过在后来我们已经性惯了方块被，叠的也是越来越有型。而我们同学之间的关系也越来越近。在吃饭的时候我们都是站着吃的！而且还要刷大家吃过的盆，刚开始也不是很习惯，但是在军训回家后我觉得坐着吃饭反而有些别扭了。

虽然下雨很枯燥但在以后的军训中我们在盼望着下雨，因为军训比在宿舍待着更枯燥，不过天不如人愿，即使下雨也是小雨我们根本歇不了，还记得有一次我们训练的时候下雨了，当我们准备欢呼时准备回宿舍时，一道恐怖的声音响了起来：“教官们都给我听着，谁都不许走，就是下刀片都给我站好了！”咚…我的心一下跌倒了谷底，这就是军训，不过忍耐是痛苦的，（）但是结果是甜蜜的，正是这样严格的训练把我们的心性变的平和，把我们的性格变的坚韧。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn