# 最新大学军训总结 大学军训总结和心得体会(优秀9篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-10-16

*总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。大学军训总结篇一第一段...*

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

**大学军训总结篇一**

第一段：引言 (200字)

大学军训是每位大学新生入学的重要环节之一。通过军训，我们不仅锻炼了身体、增强了体魄，还培养了纪律意识和团队合作精神。在这段时间里，我们必须按照军官的要求进行训练，学习军事知识和技能。通过这个过程，我们收获了很多，也感受到了成长的喜悦。在本文中，我将结合个人经验和体会，总结大学军训的意义和价值。

第二段：体验军事训练 (300字)

大学军训是一种全新的体验。在这段时间里，我们穿上了军装，遵守军事纪律。军官们给我们讲解了军事常识，教导我们正确的站姿和行进姿势。我们学习了军队中常用的口号和动作，掌握了基本的操纵步法。通过艰苦的体能训练，我们的体魄得到了锻炼，身体素质得到了提高。同时，我们也学会了顶住压力和困难，坚持到底，不轻易放弃。军训让我们明白了困难并不可怕，只要坚持，就能克服一切困难，取得成功。

第三段：培养纪律意识 (300字)

参加大学军训，最重要的是培养军人的纪律意识。在军训期间，我们每天都要按时起床，按时吃饭，按时参加训练。我们必须遵守军训指导员的指挥，按照命令行动。这种严格的纪律让我学会了自律和规划时间。在军训过程中，我发现自己可以做到很多以前不敢尝试的事情，只要有坚定的决心和良好的计划。培养纪律意识不仅有助于我们在军事训练中的表现，也可以在日常学习和生活中产生积极的影响。

第四段：加强团队合作 (300字)

大学军训的另一个重要目标是加强团队合作意识。在军训过程中，我们要和其他同学共同完成任务，共同完成一系列的动作。这需要我们互相配合，做好相互间的沟通和工作。通过不断地合作，我们逐渐明白了团队的重要性和团结的力量。在一个默契高度的团队中，每个人的优势都能被充分发挥，团队的整体战斗力也会得到不断提升。因此，大学军训不仅锻炼了我们的个人能力，也加强了团队协作意识。

第五段：结语，展望未来 (200字)

通过大学军训，我们不仅学到了军事知识和技能，而且锻炼了身体，培养了纪律意识和团队合作精神。这将对我们未来的学习和生活产生积极的影响。我们应该保持良好的训练习惯，坚持锻炼身体，并将纪律和团队合作意识运用到日常学习和工作中。同时，我们也应该将自己的经验和体会分享给他人，激励更多的人参加军训，享受这种特殊的体验。总之，大学军训是我们学习和成长的重要机会，它为我们的未来开辟了更加广阔的道路。

**大学军训总结篇二**

篇一：大学军训总结600字

军训生活是作为迈入新学期的第一步，为同学们以后的学习生活做了坚韧不拔、无所畏惧学习生活的开头!

在我的身边有各种各样的人，如慈祥的奶奶，严厉的老师，亲切的父母，可爱的同学等等，但是通过七天的军训，让我感到我们的教官是令我最佩服的人。

当我们的大客车徐徐开进黄集基地的时候，第一个来迎接我们的就是我们的教官，初见教官时，一身军装的教官立刻让我肃然起敬。看着一脸严肃的教官，心想未来几天的训练我们一定会吃尽了苦头。果然不出我所料，吃完中午饭，我们就开始了第一堂训练课，在炎炎烈日下，我们的教官开始教我们练习起步走和军姿;不到两个小时我们就要酸腿疼了。可是教官一点没有让我们休息的意思。哎，教官太严厉了。

到了休息时间，教官一扫训练时的严肃，开始耐心的教我们摆放用具，和我们有说有笑，性格是那样的爽朗，使我突然感到教官和父母一样的亲切。原来他们也不是钢铁一样的人，也是有血有肉的人。

到了军训的最后一天，当我们就要跟黄集，跟教官，跟这里的一切说再见的时候，又有些恋恋不舍。回首几天和教官的相处，他们是那样的严厉而又不乏幽默，认真而又不辞辛苦教我们，此时我最想说的就是谢谢，虽然这句话很普通，但却包含了很多。谢谢他们教我们怎样做好每一个动作，谢谢他们告诉我们应该怎样做人，谢谢他们在那么苦的日子里给我们带来快乐。

当车慢慢离开黄集的时候，教官嘶哑的声音，他们的音容笑貌不时在我脑海里浮现，使我第一次有难舍难分的感觉，我真想对教官说：你们是我最佩服的人。

篇二：大学军训总结600字

军训已经紧张地进行了一周了，收获都很好。各连现在都已经编排了男女方队，进行着紧锣密鼓的训练。力求在最后的会操中亮出最佳的水平，无论是教官还是我们学生，在训练场上每根神经都像充足了电，非常集中，我想我们一定从军训中学到了许多东西。

我是刺杀方队中的一员，我感到很荣幸。教官说这样的方队我们学校就只有一支，共三十六名队员。每次想到这项殊荣，我们都卖力训练。一旦动作做的没有力度或是不够规范，我们都会主动接受奖赏，如兔子跳、扛枪起跳、俯卧撑等等。虽然肌肉酸痛难忍，但大家还是有力的喊着来一个高兴，大家都是发自内心高兴的，也愿意，这毕竟是一个集体的荣誉，代表着我们2024级的所有学生，代表着理工大学，同时这显示我们这个方阵二十天的训练成效。台上一分钟，台下十年功。再苦再累大伙都坚持着，这是磨练我们意志的一个机会，对我们的身心将有着强有力的锻炼，大伙谁也不肯半途而废。

晚上我们每天组织活动，此时严厉的教官变成了我们的大哥哥，他教我们唱军歌。一首传唱整个理工校园的《军中绿花》让许多的同学都感动得流下了眼泪。歌中唱出了军人对亲人的真诚的思念以及军人的无私奉献的精神，这使我想到九八年抗洪时最流行的一首歌――《为了谁》，无形中更加增强了我对军人的敬意和理解。

军训，就是要训练我们的吃苦精神，学习军人的那种掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪的那种坚强意志。这对我们以后的为人处事无疑是大有益处的。关键还要我们怎样去行动，怎样来看待。

我相信，我们会取得成功!

篇三：大学军训总结600字

在军训这段日子里，过的是不如家里舒服，吃的也没有家里饭菜那样合口味，衣服也不会有父母来洗，饭来张口，衣来伸手的生活，再也享受不到了!但是我认为那种生活是属于童年的，属于一个长不大的孩子的。我们21世纪的青年，是自立的、自强的，也是经得起考验的。 军训让我学会了许多东西，平日里稀里糊涂的混日子。通过这次军训我开始懂得生活，也是这次军训让我改掉了不少的坏习惯，洗刷了我的心灵。

军训不但可以考验我们，磨练我们，还可以锻炼我们，增强了我们的信心。

军训很苦也很累，但是我感到很充实，也很快乐。军训给我生活里增添了不少乐趣，这些快乐是我平日里不曾有的。我要感谢军训，如果没有军训，我不会认识这么多学友，时间不曾很长，但是这次军训，凝结了我们的友谊，很深、很浓。

军训既乐意让我们感受生活的来之不易。也可以亲身体验军人生活的那种俭朴，那种不怕苦，不怕累的精神。在他们心里只有我们能否吃的饱，能否休息好，能否把我们教好，但是他们就忘记了疲劳，忘记了休息，那种置之以为的精神，还有谁能做得到?记得我们曾经学过一篇文章《谁是最可爱的人》直到现在我才体会到就是他们--这些军人们!

军训快结束了，我怀着依依不舍的心情珍惜现在的每一分钟，我相信，这次军训是我人生中最难忘的时光。洗刷了过去孩子般的任性和不懂事，筑造了我今天的成就和明日理想的实现。

篇四：大学军训总结600字

文武风骚风流人物，尽在今朝

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程;年轻是雷，年轻是电，年轻是永不言败，永远向前。年轻的心，年轻的人，在军训中打造年轻的梦想;年轻的你，年轻的我，在军训中筑造年轻的形象。

就是因为同一个理念而聚在一起，共同合作，共同协助，共同扶持，共经风雨，共睹彩虹。在军训中，团结的集体打造着同一个舞台上的梦;团结的你们，团结的我们，在军训中合作出美好的梦。

年轻的人因为军训走到一起，组成一个团结的集体。军训将教会我们精诚合作，通力配合。每一个姿势，每一套动作，只有大家协调一致，才能整齐划一。任何脱离群体或不能合作等不和谐音符都将影响集体的荣誉和大家的利益。因此，在集体中充分发挥自我，同时自我又服从于集体，是每一个年轻人的必修课。在军训生活中，怀有年轻的心情，依靠集体的力量，我们就有能力做好一切;我们可以精骛八极，心游万仞;我们可以指点江山，激扬文字;我们可以击楫中流，与时俱进。我们会记住军训中的苦乐酸甜，使记忆留存美好，我们将记住彼此的深情关照，让前程携带信心。军训刚刚开始，我们会鼓起勇气和信心，在军训生活中勃发生命的本色，奔放青春的激情。

年轻的心情，集体的力量。秦皇汉武，唐宗宋祖，文武风骚风流人物，尽在今朝。

篇五：大学军训总结600字

在xx月xx号那天，我踏进了我生命中的另一个转则点xx-xx职业技术学院，虽然我对它不是太了解，但是好多人都就这不错，然后我就选了这里，但是到这那儿我才发现，这个学校不错，是我心目中理想的那样子的。

刚开始的五天，学院的老师给我们上了一些最基本的大学生活课，让我们能够很快的了解学院的情况虽然我没听过。

最另人既高兴又紧张的事是军训来了，18号那天晚上是我们班学生和我们的教官第一次见面，学生很欢迎他，都用力的鼓掌，希望接下来的11天能够很好的相处.

9月19号早上,在院领导的一声令下,军训开始了.每个教官都带领着学生到指定地点去军训,我们教官首先作了一下自我介绍,叫侍正全,23岁，家在江阴，简单的介绍完之后，他说了我们军训要注意哪些东西，前三天比较辛苦，后几天就轻松多了，我们也觉得很高兴能够这样的军训。

果然，前几天累死我们了，全身都酸痛，连楼梯都走不好，但是我们却也在其中找到了快乐，每当我们累的时候，教官都会讲笑话给我们听，让我们忘了军训的辛苦，减轻了我们的压力。到后几天，他就四处拉着我们去结盟，去吞噬别的连队，搞的好开心啊，我永远记得他带着我们四处去攻打其他的连队时的那种小邳子的笑容，很好看。

快乐的时光总是短暂的，11天过去了，到了阅兵那天，我们被凭为优秀连队，我们的付出总算有了成果，还有教官的教导，如果没有教官，也就没有优秀的1营3连，我会永远记得他的xx-xx教官。

第一篇：

骄阳如火，夏风如歌。在这美丽、火热的校园里，伴随着响亮的口号，矫健的步伐，整齐的队列，饱满的热情，庄重的气氛，我们的大学第一堂课终于圆满结束了。

对我们这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

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，更体现了集体主义的伟大。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，无论在哪个岗位上。

回想起这些日子，我感慨良多。宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来是军训的体会。千磨万击还坚劲，任尔东南西北风是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!军训教会了我们团结，教会了我们吃苦，教会了我们坚强，让我们学到了课本上学不到的东西。让我们切身感到，苦中有甜，累中有乐。烈日下，酷暑中，我们一路高歌，一路欢笑，一路激情，一路奋进，共同走过了一段不凡的人生历程，用汗水和热血演奏了一首青春燃烧的行进曲。水滴石穿，绳锯木断微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

军训是以后繁忙的`学习生活的起点，通过军训，我觉得自己增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。我相信我们会继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后四年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的母校增光，为个人的生命历程添彩!

第二篇：

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的最佳良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

刚开始的几天里，教官由于执行任务耽搁了来给我们指导的行程，我们日日盼望着他们的身影，每次训练完后，我们都会缠着顾主任和辅导员问教官到底什么时候到岗，谁能知道我们在没有教官陪伴的日子里内心是多么地煎熬?只有我们自己知道。

教官来了，我们的神果立马充满了神奇的光彩。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。自然，这时很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。

这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?!站军姿，给了我炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我龙之传人的无穷的毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。歌声团结就是力量，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，而是将人的本性、热情、积极性展露时，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

这次军训是我第一次接触迷彩，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为之装点，于是，生命中又多了一道神奇：军人本色。上天赋予了我们很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗?但是，很值得庆幸的是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

第三篇：

十多天的军训即将要结束了。在这短短的十多天里，我学到了很多很多

对我来说，由于高中都没有组织过军训，所以这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。

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。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、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非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，因此我们每做错一个动作都要做十个俯卧撑，而且每天半个小时的体能训练几乎把我们班的每个同学累得半死，全身都发痛。不过，我们并没有因此而对教官有半点的怨言。的确，教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。最令我感动的是在我丢失军帽的那次，是他把他的军帽给我，把我原以为要被惩罚的不安的心变得平静，我也深深地感受到教官对我们每个同学的无微不至的爱。在这艰苦的十来天的军训里，我们每天都利用休息的时间和教官一起唱军歌，一起体会军人的生活的艰辛与乐趣。

在这短短的十多天里，我们在人生的驿站中留下不少难忘的印记。步行街上、图书

在这短短的十多天里，我不仅仅学到了军人的一些技能， 站军姿，给了我炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。同时还学到了不少的军歌，这给了我的军训生活中增添了不少的色彩。不过，在这次的军训中最重要的是我们学到了在人生最艰苦环境中一定要坚强，勇敢地面对的哲理，这是在人生中难得的一节有意义的课 ：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。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?。

军训即将结束，大一的生活也即将结束。在去的大一，或者以军训为结束的标志是极具意义的。铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为以后的大学生活奠定基础，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘。但只要我们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘成一幅蓝图。我相信自己一定行。

篇一：

光阴似箭，日月如梭。转眼间六年的时光过去了，我升到了初中，也迎来了初中生活的第一站军训。

短短的五天军训，却让我的记忆中留下深深的烙印。如果说人生是一场戏，那么军训就是这场戏中最精彩的一幕。军训能够培养我们吃苦耐劳的精神，磨练我们的意志，锻练我们的身体。

军训对我们来说是一种考验，是一种人生的体验。军训让我们知道了什么是命令，什么是该做的，什么是不该做的，在中学生训练基地，我们必须绝对服从教官的命令，听从教官的按排，也知道了什么是团结。军训是一个磨砺自我的过程，我们绝不能因为受一点苦就放弃，更不能因为教官的严厉就半途而废。我们必须用一颗顽强的心去战斗，去拼撙，去取得最后的胜利。

在操场上站军姿是痛苦的事，但是我们必须坚持下来。一遍又一遍枯燥乏味的动作。一句又一句不得反抗的命令，这一切都不能使我退缩，我要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

在这几天中，我学会了如何做到这三个字快、静、齐，也学会了我在家里学不到的东西，懂得了珍惜时间。

再过半天就回家了，其实我还是有点舍不得这里，因为这里冲满这我与同学。教官们的笑声。欢乐声与团结的那种精神。

生命中有自己真挚的东西，我在短暂的军训生活中，让我们体会到了军人的坚强意志，我愿意记住这刻骨铭心的记忆，这些记忆是我生命中的珍宝。在这里，我要跟班主任。领导与教官说一声谢谢，谢谢您们关心我们照顾我们。

篇二：

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程;年轻是雷，年轻是电，年轻是永不言败，永远向前。年轻的心，年轻的人，在军训中打造年轻的梦想;年轻的你，年轻的我，在军训中筑造年轻的形象。

军训中，我们有一个同样的名字叫团结，我们有一个共同的财富叫做力量。站是一股洪流，坐是一掌脉青松。团结的力量就是因为同一个理念而聚在一起，共同合作，共同协助，共同扶持，共经风雨，共睹彩虹。在军训中，团结的集体打造着同一个舞台上的梦;团结的你们，团结的我们，在军训中合作出美好的梦。

时自我又服从于集体，是每一个年轻人的必修课。在军训生活中，怀有年轻的心情，依靠集体的力量，我们就有能力做好一切;我们可以精骛八极，心游万仞;我们可以指点江山，激扬文字;我们可以击楫中流，与时俱进。我们会记住军训中的苦乐酸甜，使记忆留存美好，我们将记住彼此的深情关照，让前程携带信心。军训刚刚开始，我们会鼓起勇气和信心，在军训生活中勃发生命的本色，奔放青春的激情。

年轻的心情，集体的力量。秦皇汉武，唐宗宋祖，文武风骚风流人物，尽在今朝。

篇三：

经过了初一的军训，我懂得了什么才叫做铁一般的纪律，什么叫做团结的力量，什么才是真正的忍耐。

我深深地体会到团结就是力量!

每当我站立不稳，想要倒下时，我就握紧拳头，告诉自己：坚持到底，就是胜利。

军训生活虽然很累，但是我们学到了很多东西，立正、稍息、向左转、齐步、跑步，我坚信这些都是我们终身受用的，因为这些不仅是一些规范的动作，更是我们学会做人学会生活的第一步。在军营中，我和同学之间建立起了真诚的友谊，有了互相团结、互相帮助、以班为家的集体观念。

在这七天里，我们锻炼了身体，增强了体质，提高了毅力，而且还尝到了军人平时的劳累和甜苦，我们练就了坚强的意志，爱学习了，不懒惰了，一个个象军人一样潇洒挺拔。

军训结束了，在操场上，我们拼尽了全力，个个斗志激昂，身姿挺拔，因为我们知道，无论成绩如何，军训生活都将是我们人生当中最绚烂的一笔。

**大学军训总结篇三**

九月的艳阳天，火热热的太阳炙烤着大地，地面蒸起一团团热气，和着干燥的秋风，无情地扑向我们。就是在这样的九月，我们开始了维持十天的军训生活，这也是我们大学生活伊始的第一堂必修课。

我们每天都要按时作息，集合，进行紧张，有序的训练，时间表里排得满满的。教官们认真的教给我们每一个规范而严谨的动作，我们也非常虚心认真地学习。紧张严肃的训练，常使我们累得气喘吁吁，汗流浃背。但此时的我们却也是幸福的，我们能感觉得到体内那股新生的力量正在强大，我们在不断的收获，收获人生那份坚忍不屈，团结向上的美好品德。军训生活，苦中有甜。

成功，总需要付出。冰心不是说过吗，“成功的花儿，人们总惊羡它现时的明艳，然而当初它的芽儿浸透了奋斗的泪水，洒遍了牺牲的血雨。”我们用汗水，浇灌成功的希望只花，教官们用自己的一言一行影响和教导我们，让我们深刻感受到部队顽强严谨，不怕吃苦，全心全意为人民服务的优良作风，我们以军人为荣，并立志要做一位勤勉，坚忍不屈，主动进取的好学生，好公民。

逝者如斯。八天，整整过去了八天，军训生活已接近尾声，我们在这段时间里也取得了很大进步，这样有意义的一课，也将会影响到我们以后的学习和生活。所以，我们要用心去对待，对待我们现在拥有的每一刻幸福时光，有始有终的将军训进行到底，为多姿多彩的军训生活画上完美的句号。

还是同一个九月，可是此时，却是不一样的心情，我们已经坚强的长大，我们学会了顽强，学会了吃苦，学会了团结，学会了律己``````被晒得黝黑的面庞上，绽放的是丰收后喜悦而甜美的笑容!

明天的会操，我们会全力以赴，不管结果如何，最重要的是我们曾经努力过，拼搏过，所以，我们不后悔，也没有遗憾。展望未来，看：明天又是一个艳阳天!

虽然和教官们相处的时日不多，但那种亦师亦友的情感，却让我们难以割舍，我们对教官的感言无从说起，千言万语，化做一句：“亲爱的教官们，你们辛苦了，我们永远感谢您，想念您!愿你们永远健康平安!”

**大学军训总结篇四**

大学天军训是每位大学生的必修课，为期1-2周的军训对于新生来说充满了期待和挑战。在军训开始之前，学校会有一系列的准备工作。首先，我们需要购买一些必备的军训用品，如训练鞋、军训服、防蚊用品等。其次，学校会组织一些入营仪式和动员会，为我们提供必要的军事知识和规则。在这个阶段，我们要对军训的目的和意义进行深入的思考和了解，以便更好地融入军训生活，并为之后的训练做好准备。

【中间】

二、训练内容

在军训开始之后，我们将会接受一系列的训练内容。首先，我们会进行基本的军事训练，如立正、稍息、敬礼等，这对于培养我们的纪律性和服从性非常重要。其次，我们会进行体能训练，如晨跑、短跑、俯卧撑等，这对于增强我们的体质和耐力非常有帮助。此外，我们还会学习和进行一些军事技能，如枪械操作、野外生存等，这不仅可以增加我们的知识，还提高了我们的应对能力和团队协作能力。

【中间】

三、团队合作

军训是一个团队合作的过程，在这个过程中我们要学会相互配合，共同完成任务。在军训中，我们需要进行各种集体操练和演习，而这些都需要团队的默契和协作。在训练中，我们要学会倾听指挥，尊重他人的意见，并且积极参与其中。只有团队中的每个个体都发挥出最大的潜力，才能够完成更高水平的训练。团队合作的经验不仅对于军训有帮助，对于我们以后的学习和工作中也起到了积极的促进作用。

【中间】

四、意义和收获

大学天军训虽然仅为一个短暂的时间，但其中蕴含的意义和收获却是深远的。首先，军训锻炼了我们的毅力和坚持不懈的精神，它要求我们在高温下坚持训练、在疲劳时保持积极的态度，这对于我们的自律和独立思考能力的培养非常有帮助。其次，军训增强了我们的体质和健康意识，通过晨跑和体能训练，我们的身体得到了锻炼，同时也学会了保护自己的健康。最重要的是，军训培养了我们的纪律性和团队合作精神，这些品质对于我们未来的学业和事业发展至关重要。

【中间】

五、总结与展望

通过大学天军训的经历，我们收获了很多，对于我们的成长起到了积极的推动作用。然而，这只是我们大学生活的一个起点，军训的收获需要在今后的学习和工作中持续发展。因此，我们需要将军训中学到的自律、团队合作等品质运用到我们的学习和工作中，不断提高自己的能力和素质。同时，我们还应该认识到军训只是大学期间的一部分，大学生活是多元的，我们应该积极参与社团、实习等活动，全面发展自己，为未来的发展打下良好的基础。

总之，大学天军训是大学生活中的一个重要组成部分，通过这个过程我们不仅锻炼了身体，培养了自律精神，还学到了很多有价值的东西。在这个过程中，我们还结交了许多志同道合的朋友，为我们的大学生活增添了色彩。希望每个参加军训的大学生都能够珍惜这个机会，从中发现自己的潜力，并不断努力成长。

**大学军训总结篇五**

21天，短暂而又有意义的21天，已赶着匆匆的足步，带着我们目送教官是的那一行行泪水远去了。这段军训的日子，是我们这一生都难以忘怀的日子，因为缘分将我们从五湖四海中捞出来聚到了一起，我们一起吃苦，一起欢笑，一起唱歌……我们从陌生到熟悉，从熟悉到朋友，同时我们在学习生活上的提高，在思想道德上的进步，也都是军训给予我们的。

从军训的第一天起，一张张陌生的脸开始慢慢熟悉，我们也一天天地体验到了做一名合格的军人是多么的不容易。站军姿站到两足发颤，全身酸软；走正步走到足掌发麻，颈项抽筋。可是我们大家都坚持了下来，我们用意志力战胜了身体的伤痛。有的同学是第一次离开家，第一次自己独立生活，对他们来说，军训不仅是一次对生活的体验，更是对自己意志力的考验。军训当中，大家同学不怕苦、不怕累，发扬了吃苦耐劳、艰难奋斗和互帮互助的优良传统。

我们同学不仅在白天认真坚持训练，晚上回寝之后，对于有些难度大的动作，继续训练，直到标准为止。还有在拉练的时候，我们走路没有了平坦的广场，吃饭没有了温馨的食堂，在野外就靠着自带的食物来补给身体，对于好多同学而言，这都是难得的体验，或许这一生也不会再有几回。野餐时，我们进行了愉快的拉歌活动，大家都把包里的食物和同学一起分享，一幕幕苦中作乐的情景。

在途中，一些体力好的同学帮着其他同学背包，拿衣服；有同学身体弱，累了走不动了，我们就掺扶着并排走，最终，我们顺利成功地完成了拉练。军训中的这些，都构成了一幅幅值得纪念的记忆图片。

军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务：如何叠军被，如何使我们天天生活的寝室愈加整洁、温馨。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，好的习惯能为日后的学习生活节约更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。

我们的军训之所以收获那么多，我们的胡教官功不可没，在训练中，对我们不断是实行铁的纪律，而在休息时，又和大家打成一片，我们是兵与官的关系，又是朋友关系，我们一起接受烈日的灼射，一起谈天，一起游戏，一起唱歌……从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大，他们拥有健壮的体魄，更有高尚的灵魂，他们有着铁一般的纪律，更有一颗乐于奉献的爱心，他们将自己的青春年华交给了祖国，担起的是保卫国家的重任。

军人身上有我们要学习的太多东西，他们是我们心目中最可爱的人！

**大学军训总结篇六**

大学天军训是每个大一新生入学后的重要任务之一。作为一种锻炼学生意志品质和团队合作能力的活动，它打下了大学生活的基础，并对我们今后的发展起到了重要的指导作用。回顾这段历程，我深感受益良多，下面就我个人的体会来谈谈大学天军训的重要性和收获。

第二段：早起训练，提高自律性

大学天军训要求学生每天早晨五点起床，迅速整理完毕后准时参加晨练。这对于我们这些习惯了大学期间自由作息的新生而言，是一种巨大的挑战。然而，通过这两个月的训练，我们逐渐养成了早起的习惯，并且能够按时出勤。这种自律性给了我很大的信心，让我相信只要有目标，坚持付出努力就能够取得成功。

第三段：信念坚定，增强意志力

大学天军训锻炼的不仅是我们的身体，更是我们的意志力和毅力。在高强度的体能训练中，我们会感到筋疲力尽，但是作为一名学生军人，我们心怀坚定的信念，不轻易放弃。通过不断地突破自己的极限，我们增强了自己的意志力，并且在面对困难和挫折时能够坚持下去。这是一种宝贵的财富，能够伴随我们成长的整个大学时光。

第四段：培养团队精神，学会合作

大学天军训是一个集体活动，要求我们与众多同学一起配合完成各项任务。在操场上，我们组成方阵，紧密配合。在军事演习中，我们要互相搭桥、绑扎绳结。这一系列的活动让我们学会了团队精神和合作意识。只有解开心结，和同学们始终保持良好的沟通和配合，我们才能够取得一个个小目标和最终的胜利。这无疑为我们将来组织团队工作提供了非常好的基础。

第五段：策马扬鞭，展示青春风采

大学天军训还为我们提供了展示个人才能和风采的机会。操练表演和军事舞蹈等节目，让我们展现了自己的天分和潜力。通过排练的过程，我们学会了排除困难和克服舞步的不熟练。在展示时，每个人都尽情地展现了自己的青春活力和无限潜能。这种机会无疑让我们更加自信，也让我们看到了自己的努力的价值。

总结段：

大学天军训是一段非常宝贵的经历，它不仅让我们了解了军人的辛勤付出，更让我们切身体验了军队的纪律和要求。通过这两个月的锻炼，我个人收获了很多，从早晨五点的起床到团队合作的奋战，从意志力的锤炼到个人才能的展现，都让我成长了许多。希望这段经历能够一直伴随着我，让我在今后的大学生活和工作中不断突破自己，追求更加出色的表现。

**大学军训总结篇七**

成都大学军训作为大学生活的重要环节，对我们来说意义非凡。在即将开始军训的时候，我对这段经历充满了期待和好奇。我希望通过这段时间的磨练，能够锻炼自己的意志力和毅力，培养团队合作意识，并且提升个人修养和综合素质。我相信军训是一个机会，是一个成长的平台，也是一个了解自我和他人的机缘。

第二段：团队合作，共同进步

在军训的过程中，我体会到了团队合作的重要性。我们分为若干个小组，每个小组都有自己的组长，要完成一系列的训练任务。这种组织形式让我们更加密切地配合，从而在训练中顺利完成任务。团队合作不仅需要每个人的积极参与，更需要我们能正确地分工合作，互相支持和帮助。通过与队友的配合和沟通，我学会了倾听他人的意见，学会了适应不同角色和背景的人，也深感在一个团队中，每个人的作用都是不可或缺的。

第三段：军训收获，个人成长

在军训中，我们接受了一系列严格的训练。从早起晨练到障碍训练，每一项任务都考验了我们的耐力和毅力。经历了体能训练、军事素养训练以及其他各种训练后，我感到自己在身体素质、思维意识和自律能力方面都有了明显的提高。通过坚持不懈的努力和对比试炼，我深刻意识到要想获得真正的成长，需要付出艰辛和汗水。

第四段：军训反思，改变的机遇

在军训结束之际，我不禁反思这段经历给了我哪些机遇和改变。首先，军训给了我一个了解军队的机会，让我明白了军人的辛苦和付出。其次，通过军训，我学会了感恩，由衷地感谢教官和工作人员的辛勤付出。最后，军训也教会了我如何更好地规划自己的时间，提高自己的效率。这些机遇和改变的体验，对我个人的成长有着积极的影响。

第五段：军训心得，砥砺前行

总结一段时日的军训经历，我深感此次军训是我大学生活中的一次宝贵记忆。在这段时间里，我体验到了身体的极限，也明白了团队合作的重要性，更感受到了自己的潜力和成长。回想这段时光，我心中充满了感慨和骄傲。军训不只是一种经历，更是一种精神的磨砺。我将会继续保持这份对困难的勇气和拼搏的精神，不断砥砺前行，成长为一个更好的自己。

总结：

通过这次成都大学的军训，我不仅丰富了自己的大学生活，也获得了宝贵的成长和体验。军训让我明白了团队合作的重要性和个人的潜力，也教会了我如何成为更好的自己。我将会把这一段军训经历当做一种宝贵的财富，继续努力前行，追求更高的目标和更好的未来。

**大学军训总结篇八**

军训是大学生活中的一段特殊经历，是锻炼个人素质，培养团队合作精神的重要环节。作为一名大学新生，我对这次军训充满了期待和好奇。经过一段激烈的军事训练，我深刻体会到了军训对个人成长的重要性和积极意义。

第二段：个人成长

在军训中，我认识到了自己的潜力和不足。通过跑操、集会、晨操以及各项体能训练，我对自己的身体素质有所了解和提升。同时，在军事训练中，我学到了许多新技能，如站军姿、跑步、射击等，这些技能不仅锻炼了我的身体，更培养了我的纪律意识和反应能力。在战术课和野外生存训练中，我学到了如何在复杂环境下灵活应对和合理分配资源，这些都将对我今后的大学学习和生活有所裨益。

第三段：团队合作

军训不仅是对个人能力的锻炼，更重要的是培养团队合作精神。在集体训练时，我们需要相互配合，共同完成任务。只有团队的高效协作，我们才能战胜困难和挑战。在集合时，我们需要一致步伐，保持队列整齐，克服个人的私心和急躁情绪，以集体利益为重。而在野外生存训练中，我们要相互扶持，互相协作，共同克服自然条件带来的困难，这些经历增强了我们的凝聚力和团队精神。

第四段：纪律意识

军训是培养我们严格的纪律意识的重要阶段。没有严格的纪律，我们无法形成整齐划一的队伍，更无法保证任务的完成和执行。在军训中，我们时刻遵守规则和纪律，保持队列整齐，服从命令。纪律是一种习得的能力，通过军训的磨砺，我们能够在以后的学习和工作中更好地遵守规则和要求，做到自律和自控，提高工作效率。

第五段：心得体会

通过大学军训，我不仅学到了军事知识和技能，更重要的是在品质和精神层面得到了提升。我意识到每个人都有自己的优点和不足，只有通过训练和努力，我们才能不断进步和成长。军训锻炼了我的身体，锤炼了我的意志，培养了我的团队合作精神和纪律意识。从某种程度上说，军训是我大学生涯中最宝贵的经历之一。我会将军训中学到的优秀品质和精神应用到今后的学习和生活中，为自己的未来奠定坚实的基础。

结论

大学天军训是一段让人难忘的经历，它不仅是锻炼个人能力和素质的机会，也是培养团队合作和纪律意识的重要环节。通过这次军训，我深刻认识到了纪律的重要性，学会了如何与人合作，体验到了团队精神的力量。军训对于我今后的学习和生活将会产生深远的影响，我将继续保持军训中养成的良好习惯，不断提升自我，为自己的未来奠定坚实的基础。

**大学军训总结篇九**

军训是每一个大学新生必须经历的一段时期，它不仅是对大学生活的开端，更是对个人意志力、团队协作能力和自律能力的考验。成都大学军训结束之际，我不禁回首这段时光，心中涌起一股感慨万千的情绪。通过这次军训，我收获了很多，不仅是对自己的成长和进步的认识，更是对团队合作和时刻保持积极心态的理解。以下是我对这次军训的总结心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。在军训中，我们被要求统一着装、整齐步伐、严守规章制度，这不仅能够展现军人的形象，更能培养我们的责任心和纪律意识。每天的早操、队列训练、操场跑等都要求我们严格遵守规定，如果稍有疏忽就会受到批评和惩罚。通过层层的训练，我意识到只有保持良好的纪律，才能使整个团队更加团结，不至于出现混乱和松散的局面。长此以往，我已经养成了讲究纪律的习惯，不仅对自己要求严格，也希望身边的人也能自觉遵守规章制度。

其次，军训锻炼了我的意志力和体能。军训期间，我们每天都要进行一定时间的体能训练，包括仰卧起坐、俯卧撑、跑步等项目。一开始我觉得很吃力，但通过坚持不懈的努力，我渐渐感受到了身体的变化。我能做的俯卧撑越来越多，跑步的持久力也有了极大的提高。同时，这段时期也考验了我的意志力。军训中的“极限训练”让我多次感到体力和意志的极限，但我始终没有放弃，一直坚持下来。这种坚持不懈的品质在日后的学习和生活中也同样重要，只有有了坚强的意志力，才能战胜困难，取得成功。

再次，军训培养了我的团队合作精神。在军训中，我们不是一个人在战斗，而是一个整体，每个人的动作都要与队友保持一致，体现出团队的力量和战斗力。在集体训练中，我们要求默契配合，队列整齐，动作统一。我们要时刻保持相互扶持、相互鼓励的精神，因为只有整个团队的努力和配合，才能顺利完成任务。通过与队友的相互帮助，我深刻地体会到了团队合作的重要性。这种精神对于日后的学习、工作和生活中都是至关重要的，因为只有团结一致，才能达到更好的效果。

最后，军训使我认识到了积极心态的重要性。军训中，我们不仅要严格要求自己，同时也要积极面对各种困难和挑战。当遇到训练中的困难和痛苦时，我不放弃，而是选择积极面对和努力克服。因为我明白，只有抱着积极的心态去面对困难，才能更好地调动自己的潜能，取得更好的成绩。这种积极心态也在日后的学习和生活中发挥着重要的作用，帮助我更好地面对挑战，克服困难。

通过这次军训，我对自己的成长有了更深刻的认识，也对团队合作和积极心态有了更深入的理解。军训让我们不仅变得更加坚强和自律，也为我们的大学生活打下了坚实的基础。相信在未来的日子里，我们仍将继续以饱满的热情和坚定的信念去追求更高的目标，展现出成都大学学子的风采。

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