# 最新高一军训总结(大全9篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-07-22

*当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。那么，我们该怎么写总结呢？下面是小编整理的个...*

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。那么，我们该怎么写总结呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**高一军训总结篇一**

一周的时间，在行将开始军训的时候看起来是多么的漫长而又遥遥无期。而如今凯旋归来，再回首，却又觉得是那末短暂。模糊记得我们刚开始军训时各自为营的涣散场景，如今再看，练习场上那一排排整齐的身影，早已洗心革面。想想刚来时我们拖拖拉拉，慢手慢脚，而如今早已雷厉盛行，不敢怠慢一分一秒；刚来时我们大声的抱怨，怀疑教官是否是都吃了枪药，而现在，对与教官的严厉我们早已习以为常；刚来时，我们在宿舍大喊大叫，跟教官讨价还价，而现在，面对教官，我们只有礼貌和服从；刚来时，我们一听到哨声就一窝蜂的往外跑，而现在，我们会安静肃立，等待唆使，迅速而有序的行动……从一开始的抗拒到最后的服从，仅在一星期内完成这样惊人的蜕变，想想仍觉得不可思议。

军训的确很苦，那些苦与累至今照旧刻骨铭心。但是，不管有多苦，不论是烈日的折磨还是教官的严厉，我们不都坚强的挺过来了吗？世界上没有生么度过不了的难关，假如有，那末一定是逼得还不够。当我们今后碰到甚么逾越不了的障碍时，想想军训的这些日子，想想我们流下的那些泪水，想想干眼泪扬起的微笑，或许一切都会迎刃而解。

生活中本就没有绝对的痛苦，也没有绝对的快乐。不管军训生活有多么苦不堪言，在回忆时照旧能感遭到丝丝的甘甜。是的，军训已画上了美满的句号。在这八天的篇章中，搀杂出色的插曲，也让故事就此转折，改变。

离开涿州三天了，北京还是老样子，同学们却大有不同。。天天嚷嚷着出操、集合、午休。不能不说，分开后的这些日子有太多不习惯。早上五点多点儿就会睁开眼，翻个身，瞅瞅四周的人睡得是否是还安稳。却发现身边只有一堵墙。床很软，也没有很冷。妈妈做好的早点并没有加了盐的粥，没有馒头和咸菜。吃完饭也只是自己休息，一天不用躺着的时间都寥寥可数。洗澡不用排队，乱动不用打报告，不用担心一声哨声就要下楼集合。

那时候天微微亮我们就怕起床了冲着凉水在是三个人的宿舍叫着大家快起床，站军姿大太阳晒得我们睁不开眼，天天晚上练格斗时蚊子虫子一起来攻击，阅兵前一次次的走方阵。

在这类对照下，日子是变好了，却没有了热呼气儿，日子是不累了，但也不充实了。在这类鬼地方，我学会了团结。我爱上了我们的集体。一遍遍，一天天的练习并没有击垮我们。我们照旧开着玩笑，唱着歌，三班还是出色合作了展板，完成了文艺演出。

台下一声声的“三班加油！”不知道从哪儿开始呼喊起。也毫无悬念的击垮了我当时觉得三班很闷的想法。文艺演出三班出了四个节目，个个出色，个个是最棒的。

**高一军训总结篇二**

军训是我进入高中的第一门课程，也是一门值得我终身学习的课程。

说实话，军训前我觉得很害怕，因为我有军训，知道军训的痛苦和疲惫。但是经过七天的训练，我的感受就大不一样了。

教官——铁骨软心

进了军训基地，看到门口站岗的两个军官表情严肃，身体挺直，工作态度一丝不苟，让人感到佩服。后来联系教官，我们也了解到他们的训练包括5公里越野跑，400米越障跑，四层衣站在阳光下军事姿势，失败的要受罚。即便如此，他们还是选择留在部队。他们的座右铭是：“流血流汗，不流泪，掉皮掉肉，不掉队”，真是铮铮有声；但是生活中，教官对我们是有用心的。排队训练的时候，我们总是害怕自己会累，只要做好了就可以休息，从来不会打骂我们，累了就给我们讲笑话缓解郁闷的心情。当我们问教官个人问题的时候，他会害羞的笑，就像军歌《当你的秀发拂过我的钢枪》里的那句。“其实我是铁骨软心。”

同学——所有的一个所有的一个

训练——这风雨中的痛是什么

当然是长时间在训练场。一个简单的动作往往要不断重复，直到教官觉得无可挑剔，需要我们整个团队同学的团结和努力。这也需要我们坚持不懈，不断与疲劳作斗争。在行列式的实践中，我们认识到了集体的力量，增强了集体主义精神。做好行列式不是靠一个人的力量，而是衡量团队的整体效果。所以只要一个人出了问题，整个团队的努力就白费了，我们根本不敢懈怠。大家打好12分精神，努力练习。最后，每一次努力都有回报，我们的团队在阅兵中取得了优异的成绩。“这风雨中的痛苦是什么，不要害怕，至少我们还有梦想，这风雨中的痛苦是什么，擦干你的眼泪，不要问为什么。”

如果军训是一座巍峨的大山，我永远不会放弃攀登高峰。

军训的时候如果有一条湍急的河流，不怕艰难险阻勇往直前的就是我。

**高一军训总结篇三**

伴随着一声嘹亮的哨响，为期12天的20xx级新生

军训

落下了帷幕.当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们有一种突然间的伤感与莫名的冲动.因为离别就在眼前，眼里装满的是割舍不下的情谊.

教官渐行渐远，最终在雷鸣般的掌声中消失，我分明看到晶莹的东西在同学们的眼里闪烁，心中久久不能平静，时间长河渡我到军训之时.

训练场上整齐的队伍，矫健的步伐依然是那么熟悉.嘹亮的

口号

与歌声依旧回荡在耳畔.休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律.集体的融洽让我们懂得了分享快乐.苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒.

军训中虽苦亦甜，虽累亦美.绿色的军装成为一道靓丽的风景线;嘹亮的口号化作一道唯美的歌;整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量.铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队.在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲.

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉.以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切;曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒.原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊.教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠.

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，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.

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散.这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子.教官虽然走了，但是他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，一粒充满希望的种子.

20xx年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望;用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量.

喧闹的城市踏入宁静的校园，为期5天的军训如火如荼地拉开了帷幕。

这几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻5天已经过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

对于我们这些一个个生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浃背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，一上午的疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们。那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行!任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步!

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，静止转法，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。训练是辛苦的，休息是快乐的。休息哨一吹，全场欢呼。休息时，就免不了和教官闲聊，促进军民交流嘛。

不论是孟夫子的“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。5天的时间或许太过短暂了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的;当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为太阳暴晒的脸，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，要知道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，最后将坚实、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，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

5天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做?”现在我想，我要做勇敢的女孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂风暴雨，怎么会有属于自己的风雨彩虹，怎么会有属于自己的精彩天地!生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利!

我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

看着那张严肃的面孔，心里有一种紧张，教官会不会很严格，我们在不安的揣测。

“第三列、第四位同学，请不要乱动，如果坚持不住要打报告!”这已经是第五分钟了。“作为一个军人，站军姿是最基本的，刚开始会很累，只要坚持住，就会有好的成效!”在这朴素的话里，满怀着鼓励和谆谆教导。

看着别的班的同学已经在休息了，都很羡慕。唉，什么时候才到我们休息呢?“收腿的时候一定要快，第一排……”，教官让我们感觉到的总是一丝不苟。

“现在这个动作还有谁不会吗?不会的话我可以再教他。”同学们早已全身酸痛，谁还想再练呢，便纷纷敷衍着“会了，会了……”。教官说：“那好，再练一遍!”这一遍，他挑出了好多不标准的同学。“刚刚问的时候，不是都会吗?作为一个军人，首先要谦虚、诚实，肯吃苦耐劳，做一个人也是如此。”

军训仅仅是第一天，教官的话却给了我如此震撼的感动，他给我的第一印象，是那份“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的执着，是那份纹丝不动的忍耐，是那份细节决定成败的一丝不苟，是那份作为一个军人应有的朴素诚实。

脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在这里受苦也不愿意回家。很快，我的军训生活结束了了，不知道自己是喜，还是悲。 军训这几天，我学到了很多，首先我真正地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，要有责任感，对自己所做的事负责任;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，让自己拥有良好的习惯。回到学校后我会认真努力地学习，像军人一样吃苦耐劳，我不会忘记这最后一次军营生活。

军训的第一课就是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，真是难受。第二课则是齐步走，正步走，跑步走。同时我们还要喊口号，我们经常因为喊口号不齐或者是声音不够洪亮而被罚，一罚就是喊五遍十遍的，导致我刚第三天嗓子就哑了。最后则是练军体拳，这是我最喜欢的项目，也许是最简单的，也许是最轻松的，我们有足够的时间歇息，放松。

军训是一种能增强我们身体素质和纪律意识的有力活动。结束了几天的军事训练后，大家如同刚受阳光滋润过的小草般，充满着无限的冲劲，显得无比生机盎然。静心回味起那短暂的时光：有泪、有汗、有痛，更有无止休的劳苦。但是我们都坚强地挺了过来，因为我们都十分明白，这小小的劳苦与红军的二万五千里长征是无法相提并论的。军训刚开始。那“一二一”、“立正”、“稍息”、“齐步走”……一遍又一遍地反复着。教官的嗓子早就嘶哑了，可他们仍然地认真改正我们每一个动作，这一切激励着我们，也要努力锻炼。 给我们训练的教官是一个十八岁的小伙子，他身材不高，年龄和我们相仿，甚者还比我们同学中有的人小，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。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。

最后一天是军训成果报告演出。起先是领导查阅，然后是走队，经过了十天的训练，每个班都走得十分整齐。接下来就是各项节目表演，有盾牌操，有女子舞蹈，最后是由我们八十人组成的巨形方阵，来表演军体拳。我们做得整齐，口号响亮，为整个大会画上了完美的句号。

高中的军训，就在今天，圆满结束了。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。 炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

这军训真实地反映了我们高中生丰富多彩生活的一个侧面，叫人受益非浅：它教会了我纪律要严明，劳动是可贵的，生活是美好的。其间，我在劳苦的军训中更有体会的是甜美的劳动成果。 军训不但锻炼了我的意志品质，还增强了我的爱国精神，在这里我可以自豪的说，参加这次军训，我一生无憾。

高中军训很苦，但是我们还是挺了下来!同时感悟了很多很多，在这里写一篇高中军训心得。

这次军训和以往小学时候的军训截然不同，比小学军训时更苦更累，流的汗更多，当然少不了心得。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质?想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧!有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉得就靠近了他一步。

班主任王老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直;陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过!别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯!我心目中所有的班主任，都是这样的!

军人就是要有毅力!像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了!不得不佩服!

我在《士兵突击》这部电视剧里面看过，他们军人每天天不是很亮就起床，教官一吹哨，不管怎么样，他们都快速的叠被子穿好衣服，整整齐齐的下去集合。他们每一个动作都做的十分到位，有些人就是想打哈欠都不敢在队伍里动一下，因为那里的教官比齐教官严多了啊，哈哈，没有想到，我也会来像军人一样的训练场地。

因为我有以前的训练，两次军训!我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀!

这次高中军训，我有很大很大的收获!团结、友谊、奋进、毅力、勇气!团结是我们会操时得了第三名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这五天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切!这次军训，我永远都不会忘记!

在军训前准备的一整天里,自己一直在忙东忙西,很害怕会漏了收拾日用品,害怕带的东西会太多或者太少,十分矛盾。妈妈看着我的样子也乐开了怀,可能是因为这一次我主动自己收拾不需要她多费心.但我知道她还是有些担心我,毕竟要离开家5天。但我偷偷和自己说:一定要好好照顾自己不能让妈妈担心。

\"铃~铃~铃\"闹钟准时6点30分响起,我居然没有赖床,准时7点左手拿着一个绿色大水桶,右手挽着一个大大的环保袋,背后还背着一个大书包。准时到达学校操场,现在早已是人山人海了。紧接着领导级长们发言后大家准备上车出发去军训目的地。

经过40分钟左右的时间,我们的大巴终于到达目的地。首先看见的是拿一栋栋大楼,绿树环绕,地面十分干净.但当我们背着大包小包爬上八楼的宿舍时,一打开门就有想哭的冲动,冲口而出一句:\"装修怎么可以这么简洁。\"但现实无法改变,大家经过1个小时的努力。我们宿舍的卫生终于被搞得干干净净,大家也把自己的床铺,衣柜整理好.而作为室长的我,还有兼顾分配工作和考察工作,以免老师教官批评.然后大家拿着各自的饭盒冲下操场集队。这也是第一次看到我们班的两位教官。

接着大家排着队去饭堂准备吃午饭,来的时候我已经在想这里的饭菜会不会很难吃?会不会很少肉?而当我站到饭桌前顿时傻了眼.和10个人一起吃4个菜,而且饭菜大部分都不合我口味,只好吃了几口就回去宿舍继续搞卫生.终于最害怕的事情即将来临,就是那可怕的训练。

当时是正午,烈日当空,而我们就站在阳光底下,首先学习的是军人的站姿,初初以为很简单却发现原来还要将这个动作在阳光底下保持20分钟,那种感觉别提有多难受.不管背后有多少汗水沿着背往下滴,不管有蚊子飞来,不管有多痒都不能动!只要一动就是违规就要受到惩罚。当时我只感觉军人的辛苦和教官的严厉.经过一轮汗水的洗礼,终于能休息了大家都累得喊辛苦。看到水仿佛看到了灵丹妙药,迫不及待的狂喝。可是可怕的训练还是要继续，这次轮到训练我们的嗓子，每个班都必须大声的喊出\"一,二,三,四\"仿佛喊得不够大声便要受到责罚,就连每一次进餐前都需要喊,喊得不够大声就不能吃饭,喊得大家嗓子都差点嘶哑。而整个下午就一直在训练,吃完晚饭后还是继续训练。而晚饭也和午饭没什么两样,但我已经顾不上合不合胃口,因为肚子实在是太饿了.而一天里我觉得最开心的时间就是晚上唱军歌这一环节,级里的同学都聚在一起围成圈坐下听教官们唱歌,时而大家一起搞气氛,时而教官独唱,大家都十分开心。终于第一天的训练快要结束,但第二个挑战又来了,就是10个人如何分配洗澡洗衣服的问题。因为晚上10点就要准时关灯,如果没有准时完成任务是会受到老师批评的,而我这个作为室长的更是要负上责任。

因为始终不是家里或者旅馆,设施十分简陋,所以大家在第一天都显得很不习惯,动作不够迅速导致后面的同学不能准时10点上床睡觉,导致我们宿舍第二天被老师批评受到惩罚了,但作为室长的我责无旁贷,只能吸取教训。

而作为室长,我更要负责叫同学们起床的重任,时间也十分早。早上5点30分我准时开灯把她们都叫醒,幸好她们都十分合作,都不太会赖床让我很开心。大家洗漱完便要下去晨训,大家必须要先训练完才能吃早餐,所以尽管很饿也唯有坚持训练。但当看到早餐时却又再次让我失望了,但我也还是把那些十分干得馒头吃下去,把那些淡而无味的白粥喝下去了。因为我知道不吃饭待会训练便会没有力气所以多难吃也要填饱肚子.然后,便接着训练。

在前四天里,都重复做着同样的事情,吃着同样的饭菜,流着许多的汗水。但更多的不同是心情。第一天是好奇,第二天是辛苦,第三天是习惯辛苦,第三天是适应了这种生活方式。与同学的相处也发生了变化,第一天时候没太多话可说,第二天慢慢熟悉大家的名字,样子,第三天感情升温,没有当初的含羞,第四天更是像同学,像朋友,大家的东西都可以相互分享.而到了第五天,更多的是离别的不舍和相处的融洽。虽然大家只是相处了5天,但大家都已经有了一种特别的情感.忽然会觉得原本以为很难熬的5天飞速的过去了。留下的只有浓浓的不舍之情.特别是在最后一天里,那场特别的汇操让我久久不能忘怀。

大家尽力了!这一次是我们做得最出色的一次!当听班主发言的时候,我居然激动得留下了泪水。连我也不敢相信,但事实我确实被感动了。我感叹到:怎么会有发言如此感人肺腑,听得我拍疼自己的手掌。老师说得对,虽然这次名次是第三名,但这也是我们训练了4天,努力而得来的,我们认真对待了,尽力了,无论名次是多少,我们都无愧于心了!我可以自豪的和妈妈报告自己的成绩,并不是仅仅因为那些浮云般的名次。

这次的军训,让我更了解5班,让我更爱五班,这个集体一定前途无量!因为背后有45个团结的身躯和2位最棒的班主任!

**高一军训总结篇四**

在这弥漫香浓浓桂花香的美丽校园，我满怀着憧憬与梦想，迎来又送走了大学的第一堂课：军训。

在这既紧张又充实的教训生活中，我学会了要有军人那如钢般坚强的意志。站军姿是军训中必备的一课，开始，站不了多久就想打退堂鼓。可是看着身上这一身军服，那退缩的想法便硬生生的被他诶逼回了。于是，便告诉自己，坚持，下一秒胜利终会属于你。现在军训已成回忆，但军训中学会的点点滴滴却深深地烙进了心里，当遇见挫折时，一个声音告诉我:坚持!下一秒，胜利便是你的。这样想着，仿佛自己有回到了穿军装的时光。

在这既紧张又充实的军训生活中，我学会了军人的洒脱和干脆。

军训中有许多基本的动作如立正，稍息等。这些动作，教官做的干净利索，军人的洒脱与干脆一露无遗，而我呢，作起来总无精打采，有气无力的。于是总盼望着自己也能有教官的那潇洒。慢慢的，在教官的言传身教下。我终于也可以学得像模象样了。心中那一份欣喜油然而生。同时，这军人的干脆与洒脱也深深影响到了我的生活。平时做事总拖拖拉拉的我慢慢地，竟然也干净利索起来了。

在这既紧张充实的军训生活中，我学会了军人的豪爽与大方，也学会了绿色军营里那阵阵嘹亮优美的歌谣。

“大地上吹过绿色的风，军旗下闪耀红色的旗......”这阵阵充满着豪迈气概的歌，唱走了我们心中的那份羞怯，唱出了满腔豪情;唱出了昂扬斗志，唱出了我们对绿色军营的无限憧憬;唱出了我们对祖国的无限热爱。在这阵阵嘹亮的歌声中，眼前浮现出咯额一幕幕为了新中国成立热血战士抛头颅洒热血，用汗水和热血谱写出一曲曲豪迈壮歌。

如果，将我所有的记忆装订成册，那这美妙的军营生活一定是着相册中最美的一页。

如果，将我所有的记忆编写称呼曲，那这充实的军营生活，一定是这乐章中最振奋人心的一段。

如果，将我所有的记忆串成项链，那这激情洋溢的军训生活肯定是这项链中最闪亮的一环。

军训中的笑与泪，军训中的酸甜苦辣，军训中的点点滴滴都已深深铭在我心，都已成为我心中最亮丽的一道风景线。

感谢学校，给了我一段美丽充实的军训生活;感谢军训，塑造了一个全新的我。

**高一军训总结篇五**

在烈日炎炎、骄阳似火的.8月，全体新生在紧张、有序、生动、和谐的气氛中接受了入学后第一次身体上的锤炼和精神上的洗礼，为期八天的军训徐徐落幕。昨日训练的口号依然在耳边响起，自信和威武的军人风范仍然充斥着全身，那种喜悦、兴奋、自豪和感动，时刻萦绕在脑海与心灵深处。

这次军训带给学生的不仅仅是身体上的煅练，还有思想上的薰陶，意志上的垂练，留给学生印象最深的是军人严谨的作风、坚强的毅力以及不怕苦、不怕累、严守纪律和艰苦朴素的精神，学校领导经常到场关心指导工作，与同学们进行良好的沟通；医务室全天开放，随时为学生提供医疗服务保障；全体班主任全程跟班，兢兢业业，一丝不苟，全身心投入，与同学们同甘共苦。这些，都是本次军训顺利开展并取得成功的有力保证。

烈日下，站军姿，踢正步最大的考验就是得每刻保持精神的高度集中。学生虽然站得汗流浃背，双腿酸痛，但仍然坚持，同时也深深体会到“苦”乃军训之首。这些苦让学生明白并相信军训是正式进入学习生活之前十分重要的一次锻炼，也是人生一份不可多得的一笔财富。

这次军训建立了许多欢乐的友情，不单让同学们在军训的日子里学会同甘共苦、励志前进，进一步的加深了彼此的了解、增进了彼此的友谊，通过这次军训还使得学生来自全市各地的同学们拉近了距离，在短时间内建立起了难能可贵的情谊。这让学生在今后三年的学习生活中能够更快的融合、更好的互相沟通、互相学习！

与教官的情谊是复杂的，教官们近乎完美的人格魅力，让学生对教官产生了新的理解和敬仰。教官可以说是学生的老师，在训练中一丝不苟严格要求；也可以说是学生的朋友，在生活中幽默诙谐，与学生打成一片。教官身上的那种乐观开朗也是学生可以借鉴的。在将来的学习生活中，肯定有各种各样的问题、困难会出现，有了坚强的意志和乐观的精神，学生又多了几分战胜它们的勇气！

经过了这次军训，学生获益良多，收获彼丰。学生自身的身体素质得到了加强，学会了更好的生活，学会了团队精神，学会了自信，学会了拼搏；锻炼了意志，锻炼了毅力，锻炼了品格；以健康、潇洒、精神、自信的姿态迎接人生中新的一页。

在这次军训中，班主任们跟班到位，积极参与到学生的训练当中，展现了班主任的人格魅力，牛莉莉老师孩子非常小，李伟老师过敏体质、郑卫娟老师、史燕霞老师、宋连鹏老师正处于谈恋爱时期，但他们克服了各种困难，陪伴在学生的身边，微机188班、微机190班、青鸟16班、青鸟17班效果更好一些。

军训，圆满结束了。回想起这些日子，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，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯，一个火热的熔炉，一个人与人之间的纽带。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，谁就笑得最美，谁就是最终的胜利者；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，就是这盛夏最美的一道美丽的风景。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；梅花如果没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

今天，学生在汗水中磨练意志。明天，学生将为母校增光添彩。生命如火，誓言如歌。百米冲刺靠千日苦练，一朝争先要几载寒窗。梦想，激情，在训练场中用顽强拼搏点亮；理想，渴望，在人生路上和信念一起激荡。让学生发扬共和国军人“冬练三九，夏练三伏”的精神，刻苦训练，脚踏实地。把军人的纪律、军人的作风带到平时的学习和生活中去，让学生像雄鹰一样，冲破蓝天，超越梦想，展翅飞翔。

古有花木兰替父从军，今有学生高一新生的巾帼不让须眉，学生不怕苦，不怕累，出色地完成了训练任务，交上一份令人满意的答卷，为青春再谱一曲高歌。

炎炎烈日下，广阔天地间，时间早已见证了学生坚定的意志。只要学生坚持到最后，学生就是胜者！不管再荆棘、再坎坷的道路，学生都要走下去。因为勇敢是学生的口号，因为执着是学生的信念，因为坚强是学生的永恒。学生要用自己的双手打造属于学生的青春！

**高一军训总结篇六**

军训很苦，苦到你觉得你已经脱离了社会，苦到你觉得世界都变得黑暗。军训很累，累到你连喘气都难受，累到你想好好的睡一觉不愿提前醒来。军训也很美，美到你爱上这身绿装不愿脱下，美到你宁愿在这里受苦也不愿意回家。下面搜集了天津高一军训总结，欢迎阅览!

**高一军训总结篇七**

尊敬的71146部队的官兵同志们，尊敬的各位领导，亲爱的同学们、老师们：

为期一周的我校xxxx级高一新生暑期军训活动将于今天顺利拉上帷幕。在71146部队的全力帮助下，在全体同学、全体教官和各位辅导员的老师的努力配合下，在各个职能部门的通力协作和密切配合下。本届军训活动达到了预期的目的。取得了圆满的成功。再次，我谨代表校长室和军训领导小组，向全体同学、全体教官和辅导员老师表示亲切的慰问和热烈的祝贺！向71146部队的领导同志表示衷心的感谢和崇高的敬意！

概括来说。此次军训活动收获有五：

其一，锻炼了身体，锤炼了意志。昔日松松散散，稚嫩娇弱。今天中规中巨，健康结实。昔日胆怯脆弱。今日意志坚强，迎难而上。十六班的陈绪同学、十四班的田宇、卢邵龙等同学都能带病参加军训，做到轻伤不下火线。你们挺拔的身姿、黑红的面庞表明，不再是温室的花朵和经不得风雨的弱苗，而是英姿飒爽的准军人，是经得起各种困难考验的新一代。

其二，拥有了严明的纪律、硬朗的作风。我们从教官身上，我们学到了许多许多。校园中，有人扎足，还是无人注意，我们的教官不论是在操场上，还是在宿舍食堂，一样的整齐队伍，一样规范的动作，他们那高度的组织纪律，对工作一丝不苟的态度，无私的奉献精神，无时无刻不激励着同学们告别娇气，告别脆弱，告别散漫。拥有坚强，拥有勇敢，拥有严谨。向一班的陈欢欢、王佳佳、二班的李雅、顾宇、三班的王萌、四班的李金慈、孙子文、五班的张颖、叶雪娇、八班的张翼杰、蔡金秋、十二班的赵帅、张建光、十三班的张衡、王震、十五班的苏帅、孙守胜。十九班的张招明、陆宇等同学，他们都能以教官为榜样，在军训最艰苦的时候不怕吃苦，英勇顽强。一位同学在他的日记中写到，当我们感到特别累，快要撑不住的时候，教官那沙哑的声音，坚定的精神，鼓励的目光，一丝不苟的态度和开朗幽默的乐观精神，就会给我们注入新的力量，是我们坚定了与困难争斗的信心和决心。

其四，增强了集体主义观念。队列训练和各项活动中，几乎所有的同学读报这为集体争光的，为班级争光的信念，人人勤学苦练。个个奋勇争先。训练场上热火朝天的训练场面，比赛中优异的成绩，汇报表演中领导和老师赞许的目光就是最好的证明。三班的王晋锦同学，发热挂水，为了不当误文艺会演，挂完水后，里寄托着病体和同学一道训练和排练。

其五，提高了我们的综合素质。丰富多彩的活动，拓宽了我们的知识视野，培养了我们的能力，锻炼了我们的才干，增进了我们的友谊。兵器知识及国防教育讲座，使同学们大开眼界，内务管理训练，是同学们独立生活能力有所提高，讲演比赛锻炼了我们的胆量，唯一演出丰富了我们的课余生活。一班的徐小洁同学，以绝对的实力获得了演讲比赛一等奖，七班的陈婳同学在活动种自编、自导、自演文艺节目，表现出出众的才华和组织能力。

同学们，七天时间，是慢慢人生中的短暂一瞬，短暂一瞬的点点滴滴，将给我们以后的人生留下一笔丰富的精神财富，值得我们长久回味，值得我们终身受用。军训生活虽然结束，但在军训中养出来的好作风，好习惯一定会使我们前进的步伐更加坚实有力，是我们成人成才的目标早日实现！

最后，祝同学们平安回到家中，愉快的度过暑期的剩余时光。祝各位教官军旅生活顺畅，事业有成！祝各位领导、同志们、老师们身体健康，家庭幸福！

谢谢！

**高一军训总结篇八**

学校为了适应高中阶段紧张、繁重的学习生活，继承和发扬人民军队的光荣传统，强健体魄，磨练意志，培养积极、热情、乐观向上的优良品质，对我们入学的初一新生进行了为期五天的军旅生活。

为期五天的军训在学校领导的重视、年级的周密安排及教官们的辛勤教导和班中全体

我想从三方面来小结本班军训的情况及自身的做法和表现,如下:

第一，精心准备,做好动员. 功既需锐气,也需耐性,锐气是发动和推进的原动力,耐性是应付挫败,克服难关所不可少的坚持力.在军训前,我布置好各项准备工作,尤其抓好对学生宣传教育工作。并要求学生带上笔记本和笔每天写军训日记,要求他们写下印象最深刻,值得记的事情和思想体会.并提醒全体同学做好各项注意事项,做好物质准备,同时极力动员大家在军训中要争取好成绩,尽力为之,有肯吃苦,不怕困难的心理准备,对于娇生惯养的学生,这次军训从另一侧面看是一次进行吃苦教育.

(1)放手让教官管教学生.因为我知道这里不再是学校的课堂,而是军人的课堂.我想起一句:不服从命令的兵不是好兵!我做的是配合教官，在旁督促学生。

(2)以情动之,以情育之.在第五天上午的会操表演中,我班同学表现并没有前一天好，几位男生还问我:老师还有机会再来吗?这回相信我们一定可以做好的……此情此境,我和学生的心是贴在一起的,感受到班集体的凝聚力,在无形之中很多平时不关心集体的同学都深受教育了，他们都暗暗地下决心在回校的汇操中拿到好成绩.

(3)表扬先进,激励进取,全力支持.每天,我及时记录好人好事,以及要注意的事情,在训练结束前用几分钟总结,或者鼓励他们今天表现比昨天好，要坚持下来.在内务方面,个别宿舍做得很好,而有些却做得很马虎,我表扬做得好的,树立好榜样.有时我还听到有学生在说悄悄话,我突然意识到学生很少有机会和同伴谈心,我想应该在以后的学校生活中多让学生交流,疏导会比禁止更有效的.

第三，带上军人作风凯旋而归,巩固军训成果. 正所谓:创业难,守业就更难.严格军训五天,胜过读书万卷,军训五天使我班同学们要更加严格要求自己,我更加大力度管理班级,对他们要求越来越高,在他们的军训心得中可以看到他们心底里还是非常欣赏和感谢教官那种严中有爱的做法.军训回校第一时间让学生写800字以上的军训体会,以及将它给家长看,和父母多谈军训的经历.我打算将图片和学生的体会等发到校园网上展示给学生,总结军训的得失,更好地巩固军训的成果!

总的来说,今天的成绩只代表过去的努力,脚下的路还要更加倍小心,带上军人的作风,走好每一步。军训是一个艰苦的历程，然而相对于漫长的中学阶段来说这仅仅才是一个前奏，仅仅是一个开始。在今后的无数个日日夜夜里，那需要我们用更多的脑力、更多的心力和更多的毅力去克服一个又一个的困难，攀登一个又一个高峰，超越一个又一个对手，夺取一个又一个胜利。

**高一军训总结篇九**

尊敬的各位领导、各位教官、老师和同学们：

我校高一年级的新生为期四天的`军训胜利结束了。这次军训工作所以获得了圆满成功，是与部队领导大力支持、全体教官的精心指导、军训营所有工作人员认真负责、以及同学们自身的努力分不开的。在此，请允许我代表新丰中学党总支、校长室向上海武警总队第八支队的首长、军训营的全体教官和工作人员表示衷心的感谢并致以崇高的敬意! 感谢你们以认真的精神、严明的纪律、规范的训练和严格的要求，锻炼了我们的学生，磨练了他们的意志，提高了他们的组织纪律性，使他们认识到什么是军人的风采。

俗话说：“士别三日，当刮目相看。”从刚才的会操表演中，我感觉到：我们这一届高一的新同学都是好样的，都是值得表扬的。短短几天的军训，就使同学们的纪律性、集体观念和吃苦精神得到了极大的提高。从同学们整齐的步伐，标准的动作，昂扬的斗志，饱满的精神中，我们可以毫无愧色地说：“这次军训虽然时间很短，但作用很大，收获很多。我在这里向全体同学表示祝贺！祝贺你们经受住了艰苦的考验，在进入高中新学段的第一次考试中，每位同学都交上了一份满意的答卷。”

这次军训，最大的体会可能是太苦了。最大的收获应该是强健了体魄，磨练了意志，加强了组织纪律性，懂得了要获得成功就必须付出泪水和汗水。这几天的军训天气很热，条件很艰苦，每天的训练同学们都是汗流浃背，但我们的同学们没有一个当逃兵的，真正用自己的行动证明了自己的誓言“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”许多同学从这次军训中，认识上有了提高，思想上有了进步。

为支持我们把军训工作搞好，学校的友好共建单位——上海武警总队第八支队为我们选派了精兵强将作为教官。几天以来，教官们按照军训营的统一要求，严格按纲施训，尽职尽责，以坚定的政治信念、出色的组织能力、严明的组织纪律和过硬的军事素质，展示了人民子弟兵文明之师、威武之师的良好形象，教育了刚刚跨入高中校门的莘莘学子。在训练中，教官们言传身教，教得认真、细致、耐心，对每一个动作都一丝不苟地做好示范，不厌其烦地指导、纠正，与同学们建立了深厚的友谊和融洽的军学关系，受到了同学和老师们的称赞和爱戴，成为全体新同学学习的榜样。

在军训期间，同学们能以解放军同志为榜样，严格要求，严格训练，不畏风吹雨打、烈日暴晒，任汗水打湿衣衫，对每一种军姿都认真领会，反复训练，做到队伍行列整齐，步调一致，嘹亮的喊号声、军歌声直冲云霄，回荡在我们的校园。大多数同学都能严格要求自己，严守纪律，完全按照军训营、教官的要求，一切行动听指挥，做到令行禁止。尽管期间，有的同学身体不适，但他们仍然咬紧牙关，坚持训练，保质保量地完成了军训任务。通过四天的军训，同学们的精神面貌发生了可喜的变化，文明素质、组织纪律性、团结协作精神有了明显的提高，涌现出不少好人好事。同学们在军训中的表现，初步展现了新丰中学学生的精神风采，这是新同学步入高中生活的一个良好的开端，我们相信，通过这次军训，对同学今后的学习和生活必将产生深远的影响。

一、要树立远大理想，培养科学的世界观、人生观和价值观，积极参加社会主义道德建设，把“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、敬业奉献”这二十个字作为我们的行动指南。

二、继承和发扬部队的优良传统和作风，严于律己，遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，同学之间礼让谦和，言谈举止文明礼貌，积极参加社会实践活动和校内外各项集体活动，树立集体观念，做文明学生，创文明寝室，争文明班级，建文明校园。

三、要珍惜三年的学习生活，珍惜青春的黄金时期，努力拼博、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己，把自己培养成为一名政治坚定、品德高尚、知识广博、作风过硬的优秀的新世纪高素质人才。

最后，让我们再次以热烈的掌声对上海武警总队第八支队的首长，向为完成好军训任务付出艰辛劳动的教官同志们表示衷心的感谢！

祝同学们学习进步，身体健康！ 谢谢大家！

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