# 2024年中学生军训个人总结(优质11篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-03-03

*总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。什么样的总结才是有效的呢？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...*

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。什么样的总结才是有效的呢？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。

**中学生军训个人总结篇一**

本站发布2024中学生军训个人总结范文，更多2024中学生军训个人总结范文相关信息请访问本站工作总结频道。

严格军训四天，胜过读书万卷――军训总结初一(4)班班主任:\*\*\*日期:2xx/5/23军训，给予我们初一(4)班很多收获，最深的体会莫过于:严格训练四天，胜过读书万卷.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，尤其抓好宣传队，提前委派姚瑶负责好宣传板报，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;文娱节目也交由文娱委员余雅芝和宋治立负责，他们一下子就发动了很多同学参加，节目还进行了筛选，最后定下来两个节目是:刘曦和甘晓晖的吉他二人唱，明安杰，梁师齐和金宇航三人表演的小品.这几位同学很自觉主动地精心准备着……为了让学生的精彩一面拍下来，我还特意省下钱买了一台数码相机.我还专门用时间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.

第二，投入过程，观察入微，全力支持老师是学生学习的模范，当你可以和他们同甘共苦，他们才心服口服，所以我时刻以身作则，基本上能与学生一起训练，只可惜在期间，自己的身体熬不住，曾发烧了，但我仍在一旁密切注意学生的身体及思想或心理上出现的问题，及时处理，对每位学生都关怀细致入微，并不怕猛烈的太阳捕捉他们每一个有代表性的画面，摄入相机里.同时，紧密配合教官开展工作.其中表现突出在:

(1)放手让教官管教学生.当我班一名学生不愿意和教官住同一个宿舍时，我观察到学生的不满情绪，于是跟教官商量，他说不要纵容他们，我立刻意识到要放手让教官来管教.这里不在是学校的课堂，而是军人的课堂.我想起一句:不服从命令的兵不是好兵!

(2)以情动之，以情育之.在第三天下午的拔河比赛中，我班男，女都因抽签决定了在不利的场地而进行，结果是全军覆灭，我无论怎样喊破喉咙也难力挽狂澜，顿时，心中涌起一股不公平而受挫的酸味，泪水强忍着，有些女生忍不住低声抽泣.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赢的……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.我们虽输犹胜，他们都暗暗地下决心苦练军体拳，在汇操中拿到好成绩.

**中学生军训个人总结篇二**

军训14天，乍一看很短暂，仔细体会了几天之后才渐渐觉得军训貌似也很漫长，几个小时的高温暴晒，持续高强的体力训练，天天如此，不免也身心疲惫。休息的那一刻总似遥遥无期，而现在，不知不觉间军训已然接近尾声，心里又觉得有些不舍和怅然。军训时光，这可能是我这一生中最后一次了，心里细细品读一番，自己应该是有好好把握这最后的机会。

我所在的9连，口号是“烈日骄阳，甄造精钢，劈波斩浪，唯我”。说不上是秀的队伍，但“得益”于教官的特别“关照”，我们应该能算上最辛苦的队伍，还挺与口号相照应的。正式训练期间，艳阳高照，不知是上天垂青，还是学长学姐们“种太阳”“日不落”起了效果呢？总之，挺过了艰苦的训练，心里充实许多。后来分千人方队，听教官们说，起比起表演，军人的主战场是演武台的事。甚至还有教官在被分来千人方队操练时委屈地哭了。军人落泪是怎样，我没能见到，但落泪这事本身就已十分震憾了。在训练之余，我偶尔也会想着：那个哭了的会不会是我们教练呢？的`确，千人阵的训练相当轻松，可学生与教官不同，学生不那么在意军人的荣誉，千人方阵的轻松正是学生喜欢的，然而见识过了威势浩大的正步方队，千人方阵的内容，真的好似少了许多热血，内心对教官们的那种渴望上演武场的心情，又多了几分理解。

这几天，有汗水有成就，有疲惫也有欢乐。大学开头，不枉来此练一遭，最后的汇演，希望能有个圆满的结局，军训加油！

**中学生军训个人总结篇三**

我告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训?军训有什么好处呢?”军训能使我们养成不畏困难的精神;使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人;也只有这样才能是中国的未来不致落空。

来说说刚到东山武警训练基地的感觉吧，一开始的我们都非常兴奋，但当教官严肃的站立在我们面前时，就给我们一个下马威——立定，我马上领悟到了士兵的严肃。在教官的面前，我们就像一群小绵羊，但这群小绵羊是在接受为将来做准备的锻炼。但相当一名好士兵，就是为此付出代价。记得刚开始军训的第一天，教官让我们在烈日炙烤后的跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗?于是我就咬着牙，硬撑了下来。这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

接连不断的军事训练，让同学们累的直扒。但我们还是挺过去了，而且还用很好的表现去做的。因为训练使我们的身体得到了锻炼，意志得到了磨练。当汗水从额头流下，再慢慢滴落，留下一丝痒意时，偶尔也会为自己坚持不动，坚决不打报告请示擦汗的坚定信念所感动，我是一个不太上进的人，但真正决定的事就一定要做，要做好。而这样的感动在平时的懒散生活中是无法得到的。放在平时我也许会用纸巾擦去那一小颗汗珠，任意地动一动。可是在这里，做为一名暂时的军人，我要坚持，因为这里没有个人，没有形象，有的只是集体和集体的荣誉。对于教官的严厉，我没什么怨言，却有一份感谢，因为教官也配同我们一起在太阳下晒。而当其他连队在阴凉处训练，我们却在烈日下曝晒时，我没有难过，没有不服，我只觉得那是一种荣耀，因为我们在恶劣条件下依然可以做得!况且，我们的教官人很幽默，他不仅讲笑话给我们听，而且还教我们唱歌，这使军训生活变得丰富精彩。其实学校的荣誉更是一种无形压力，但是我们挺住了!我们做到了!我为我们的同学感到骄傲，感到自豪!是什么让我们顶住了这一鼓鼓强大的压力?是我们坚强的意志力!我们的心中只有一个信念——为学校取得荣誉。

军训虽是艰苦的，军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有，但我们是幸运的，教官是可敬的，同学是可爱的，班主任是美丽的，辅导员是可亲的，一切都是美好的。齐步、正步、跑步…都是熟悉的不能再熟悉的的动作，但是为了追求共同的目标，我们脚痛腿酸都顾不上，嗓子沙哑照喊不误。全体同学在短短的七天军训中已然形成了强大的凝聚力。

短短的军训生活在转眼之间就过去了，此时的我们已是全生酸痛，彻彻底底的领悟到军训生活的艰苦。现在军训生活结束了，我的心里十分难过，还有些依依不舍。我真的希望它能再延长些，再多给我们一些磨练的机会!军训使我们学会包容，在军营中，难免有人犯错，对于犯错误的同学，大家应该有一颗包容与教诲的心，一个生活中的人，学会了包容，就学会了最起码的为人处事哲学，包容说来简单，实则高深，一个拥有博大胸怀的人才能站在更高的角度看待身边的人和事。在这次军训中，我成长了。我哭过，笑过，痛过，忍耐过，郁闷过，激动过，骄傲过。汗水，泪水纵横交错。

中学生军训总结军训个人总结

**中学生军训个人总结篇四**

这张贺卡上面图案的意思是花朵离开太阳就长不好，孩子离开妈妈也长不好!尽管我摔了好几跤身上都是雪，变成了一个“小雪人”。车顶上有一个太阳能光板，专门用来储存太阳能，但是有人会问：“晚上没有太阳，汽车怎么开呢。”同学们赶紧动起手来;为此她会不停地和我说话，讲故事，有时还会停下车子，带我摘几朵花或几片叶子。

这次去亚沟军训，我最大的感想与体验并不是军训的真实意义。军训的真实意义是让我体验到军人生活的艰苦，让我更珍惜自己的生活，是让我们对同学先熟悉，为日后能更好的相处作基础，是让我们知道纪律就是一切，要绝对的服从纪律。但我最深刻的体验并不是这些，因为我曾经也有过军训。我真实的的感想与体会是我知道了什么是家，知道了父母的不易，知道了老师的不易，知道了身为中国人读书的真正意义。

这次亚沟军训，我们观看了一部邹越教授的演讲视频《让世界充满爱》。在这里，我看到了我亲爱的父母的不易，我知道了他们心中的苦，这些不易他们从没有和我说过，这些苦他们从来都是自己默默的承担。在这里我看到了老师的伟大，看到了老师的辛苦，这些伟大曾被我误认为是为自己，这些辛苦曾被我误认为假惺惺。但是在这里我看到了，我看到了这其实是一种母亲对孩子的爱，是人民教师的伟大，人民教师的高尚。

所以我要在这对曾今教育过我的老师说一声：对不起。因为我曾误会过您，因为我曾在您的背后骂过您，但直到今天，我才知道我错了，错的是这样的离谱。是谁，教给我知识?是谁，教会我做人?是老师，是我敬爱的老师啊。老师，我会为我曾经的无知所为您道歉，我会用我的行动向您证明，您的学生明白了您的伟大。

**中学生军训个人总结篇五**

哨子响……大家的心情一下就紧张起来，不管在做什么都要停下来，马上去集合。

六天的军训是我一辈子值得珍藏的记忆，我在家也不是什么娇生惯养孩子，但是这种体能的训练真是吃不消。每日训练，左右转、齐步、站军姿……标准的姿势，晚上还要练歌，操场里传来洪亮的歌身“穿上军装这是钢萃火的地方，严格正规促就挺拔的脊梁……走上哨位扛起钢枪……”每天晚上这么唱，声音很快就哑了，一天下来，看见床是那么的兴奋，整个人都累垮了，恨不得睡一天华考。身上的酸痛更是难受，感觉骨架都撒脱了。但不管怎么样，必须坚持，坚定让我将这种六天变成了不一样的\'旅游。

短短的六天很快就会结束，我们的动作也越来越整齐规划，越来越标准，军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，让我们觉得我们就是军人。

回想起那一幕一幕，前四天炎热，后两天的寒冷，天气变幻莫测，热得发慌，冷得发抖，在这样的环境里坚持辛苦训练，虽然很累，但这是在锻炼自己，战胜自我，这是一种人生体验，在烈日下晒出前进的勇气，在寒冷里刺出自我的信心。

不经历风雨怎能见彩虹？六天的军训也完美的结束了，这也算是我对祖国六十周年的一份礼物。我会从军训中锻炼到前进的勇气与自我的信心去追求更高的目标。

**中学生军训个人总结篇六**

军训生活给我的人生留下了一抹红光，日子虽短，却受益匪浅。在军训的日子里，我们不再是学生，我们只是军人。那里只存在服从，没有权利说不或者抵抗。

回想起来，站军姿让我充满了痛苦与无奈。那神采奕奕的双眼，那往后张的双肩，那挺起的胸膛还有那绝不能动摇的双腿虽然向我展现了军人的飒爽英姿，但若要自己体验并且站的时间久，双腿会发抖，膝盖会发酸，脚底下如一团火在不停的燃烧，被熏烤着，发出噼里啪啦的声音。背、腰、肩如冰柱扎一般疼痛与麻木，感到生不如死。而汗水如子弹般，拍打着我的脸，射得我面目全非。痛苦与无奈直往心里装，只有一路撑着。泪水在眼眶里翻滚这，拼命忍着，这种感受，很苦。

最基本的站军姿把我刺得遍体鳞伤，但是班里没有一个人倒下，他们都能坚持住，我为什么不能?我一直鼓励自己，不能让自己倒下，半途而废是耻辱，而坚持就是胜利。最终，我如愿以偿了。

在训练场上，我们学习了7项内容。如：稍息与立正，蹲下与起立，敬礼与礼毕，齐步走等动作看起来简单，学起来难。做每个动作既要整齐划一，又要注意牌面。这可考验我们的团结了，绝不可以掉以轻心或我行我素。教官用沙哑的声音反反复复教我们动作，严肃认真给我们讲诉他们当兵的坎坷经历，在他们身上，我找不到“辛苦”这个词语，不禁对他们肃然起敬。吃得苦中苦，方为人上人。军训是一个磨炼我们意志的过程，教会我们坚持与忍耐，只有品味那酸甜苦辣的军训生活，才能有所收获。而在其中，也有无穷的快乐。

那整齐有序的步伐，昂首挺胸的气魄，嘹亮恢弘的声音，无一不是我们的收获，我感受到了团结的欢乐。在病倒时，同学的扶持与递来的水壶，我体验到了友谊的真挚。在休息期间，同学大胆的表演，赢得了掌声与微笑，我锻炼到了胆量。这一切，都是快乐而美妙的。苦与累也随歌声飘去了。

其实，军训就像是初中三年战斗前的预演。当中我们有着欢乐、帮助与成功，也有着痛苦、委屈与失败。无论怎样，只要我们坚持不懈，永不言败，才能在3年后的高考中换来一声“无悔”。

军训，在我初中生涯中唱起了第一首歌——净心曲。

2024中学生个人军训总结

**中学生军训个人总结篇七**

在炎炎的烈日下军训确实是很累的，延续六天的军训生活圆满落幕。这次不仅仅只是军训，而是以军训来训出我们的集体凝聚力。现在我们身在一个集体中，我们需要的是团结，我们只有团结才能共同进步。不管是在学习上还是参加各类活动，我们都需要团结。

这次军训我算是倒霉吧，在这六天里，我每天都发烧。我多想请半天假好好休息下，但是，当我找到教官或班主任时，我还是忍住了，没有说出我的想法。因为我一想到，如果我请假，126班不就是一个不完整了，那还能说是一个集体吗？我不能做出这样自私的决定。

我最后还是坚持下来了，会操的那天我确实坚持不住了，走路一摇一晃的……慢慢一想，五天的艰辛都坚持下来了，就最后这一天，我不能做一个落伍的`人。我也参加了会操，我们班拿了第一，这也是我们想要的结果。这次把握旬明白了一个道理：为了整个集体，不搞个人专裁，因为我们都是这集体中的一员，我们要做到流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。

**中学生军训个人总结篇八**

当我身穿迷彩服走进校园时，就知道6天的军训开始了，也知道考验我的日子到来了，我心里既紧张又兴奋。

第一天，我们整队来到了体训馆，听各位领导为201x高一新生军训致开幕词，结束后。紧接着，我们来到了操场上，只听哨子一吹，我们个个从自由散漫的状态一下子进入到高度集中，神经绷着的状态。这时，一位穿着军服，带着军帽，个子不怎么高的，皮肤黑黑的，说着不怎么标准的普通话的教官来到了我们面前。此刻，我心想:这教官看上去不怎么凶嘛。刚想完，就听到很严厉的一声:“立正”我当时心里疙瘩一下，心里想:这叫深藏不露啊。。。

一开始，我们训练了站军姿，站军姿是任何军训中最基础的训练，但也是最难的一种。我原本想:不就是站军姿嘛，有什么困难的。不过事后才知道，那是多么的难，教官让我们把脚张开约60°，双手放在裤缝线那，挺胸收腹，这时教官开始一个一个的检查，当快要检查到我时，我神经高度紧张，屏住呼吸，生怕教官打我或骂我。不过还好，教官看到我站得那么直，就直接走过去了，这时我深深的吸了一口气。接下来，我们训练了稍息与立定转向。我们训练稍息的时候是所有训练中用时最少的，只用了十分钟，教官也许觉得我们做的都不错，没什么问题，就直接跳了过去。但最有问题的就是立定转向，当教官说向右转时，班上有的人听成了向左转，这时，排面出现了两种方向，教官看到跟我们说:“你们搞什么情况啊!我说向右，你们偏向左，是不是想跟我对着干啊。”这时我们一个个大笑了起来，这时那些转错方向的同学立刻改了过来。就这样，我们一直训练到放学。当我回家后，感觉身上很酸，没劲，这时我开始抱怨:才第一天就这么苦，剩下的几天，我怎么过呢!我的抱怨声传到了妈妈那，妈妈跟我说:“军训是为了锻炼你们的意志力和吃苦耐劳的精神，不觉得苦怎么能叫军训呢。”我想想也是。

接下来的日子里，我们训练了其他项目，如;三大步伐，整理服装等。我感觉在这些日子中军训已把我们这一群十六岁的人锻炼成了真正的高中生，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。

转眼间，到了军训的最后一天，这一天我们要会操，也就是把我们这几天所学的东西给展示出来，我们这个班平常训练的时候比较散漫，有时教官被我们弄的的也没话可说，但一到这种场合的时候，我们变得是那么认真，因为我们知道只有我们大家团结一致懂得团队精神的重要性和纪律性就一定会得到胜利的。果然不出所料，最终我们以良好的成绩结束了比赛。

军训后让我深知，军训能增强体质，军训能磨练意志，军训能提高爱国热情和国防意识。在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃，我不愿当两脚书柜，军训是给我们最好的证明机会。六天的军训是漫长也是简短的，说漫长，因为苦和累;说简短，因为我们有信心，有能力去克服它。现在我可以自豪的说，我做到了!这是对一切苦和累最好的回报。

军训的结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长。正如屈原的《离骚》所说:“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”

**中学生军训个人总结篇九**

高中学生个人

军训

总结一

在炎炎的烈日下军训确实是很累的，延续六天的军训生活圆满落幕。这次不仅仅只是军训，而是以军训来训出我们的集体凝聚力。现在我们身在一个集体中，我们需要的是团结，我们只有团结才能共同进步。不管是在学习上还是参加各类活动，我们都需要团结。

这次军训我算是倒霉吧，在这六天里，我每天都发烧。我多想请半天假好好休息下，但是，当我找到教官或班主任时，我还是忍住了，没有说出我的想法。因为我一想到，如果我请假，126班不就是一个不完整了，那还能说是一个集体吗?我不能做出这样自私的决定。

我最后还是坚持下来了，会操的那天我确实坚持不住了，走路一摇一晃的......慢慢一想，五天的艰辛都坚持下来了，就最后这一天，我不能做一个落伍的人。我也参加了会操，我们班拿了第一，这也是我们想要的结果。这次把握旬明白了一个道理：为了整个集体,不搞个人专裁,因为我们都是这集体中的一员,我们要做到流血流汗不流泪,掉皮掉肉不掉队.

高中学生个人军训总结二

六天，感觉就是眼睛闭了又开，开了又闭......很快很快，快到让人无法适应;军训，感觉就是又苦又累，但在苦和累中又有着许多的开心和满足感，就好像在享受。教官，一群我们都无法忘记的人，虽然只有6天，但教官的嗓子变得更哑了，和第一天的清脆响亮到离别时的沙哑沉重，都令我无法忘怀;武警，一个让我们这些青年人都万分激动的词语，虽然我只接触了一小部分，但我却为我们能有他们这群人而自豪，他们天天都要训练，就是为了我们安定而和谐的生活，在辛苦都不怕，即使是生病了都要坚持。

这六天里我逐渐明白一个道理：有收获就一定会有付出，但有了付出却不一定会有收获。有时候就算我们付出了很多很多，但却不能得到什么，就像军训的比赛，不可能班班都是第一名，一定会有几个班没有名次，但这些班也付出了许多许多。当我们付出却得不到什么时不要埋怨，因为这没用，我们要做的就是在自己身上找到不足的地方，这样我们也有了收获，因为我们找到了自己的缺点，找到了自己的不足之地。

每个人都有自己要走的路，我们在前进的道路上并不会感到孤独，因为我们有陪伴我们前行的同路人;有为我们设计阻碍考验我们的人;有领我们走上路的父母;有给我们帮助的朋友.......我们的道路因为有了他们而不会感到孤单寂寞，同时，他们的路也因为有了我们而不再黑暗。

高中学生个人军训总结三

进入高中，同学们的生活揭开了新的一页，开始了新的篇章。高中是新的知识的殿堂。这里有学识渊博的教师、丰富的学习资料、浓厚的学习气氛和美好的校园环境。同学们入学后要学会的第一件事是学会学习。学会了学习，那就等于掌握了“点金术”。

为此，同学们要掌握科学的学习方法，培养自我学习的能力，还要积极调整学习的心理。第二件事是要学会生活，要有健康文明的生活习惯，健康有益的娱乐活动，学会理智地驾驭生活，养成文明、良好的集体生活习惯。第三件事是学会做人，关心集体，关爱他人，团结同学，尊敬师长。要学会独立思考，切勿盲目从众。今天的高一新生，多为独生子女，心理优越感强，但自理、自立和自制能力较差。需要确立远大的理想和近期的学习目标，并为这个目标而努力，做到天天有进步，年年有提高。要融入学校这个大集体之中，热爱校园生活，维护学校荣誉，为学校的发展做出自己的贡献，使自己通过三年的学习，成为一个有用的人才，担负起推动国家发展的使命。

1、尊敬教官，服从命令，严格要求自己，真正做到令行禁止。教官们虽没教给我们丰富的知识，也没传授什么宝贵的经验，但他们却让我们得到了人间最有价值的精神，磨练了我们的意志，培养了我们吃苦的精神，加强了我们的组织纪律性，这比我们学到任何书本知识都更值得铭记于心。

2、同学们端正思想，认真对待，充分认识军训活动的重要意义，用高标准衡量自己，用严要求规范自己，决不能存在拖沓懒散、凑付应付的思想。

3、同学们学习和发扬武警官兵的顽强拼搏的精神和毅力，要不怕艰苦，克服困难，善始善终圆满地完成军训任务。一张张精神饱满的脸，一声声洪亮的

口号

，一个个整齐有力的动作都是军训的成果。

4、明确了纪律观念，严格按照军训作息时间训练，有事请假，不迟到、不早退。

5、做到了团结友爱，相互帮助，相互督促，共同提高。不能对同学的困难漠不关心，不因琐碎小事而产生矛盾。

6、我们的口号是：“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队!”

7、 我们的目标是：通过军训，磨练自己的意志，强化自己的组织纪律性，形成良好的班风，形成团结向上的竞争意识，为即将开始的高中生活打下坚实的基础，书写灿烂动人的第一乐章!

**中学生军训个人总结篇十**

国庆节前，我们高一年级的同学在区教导大队进行了为期一周的`军训，在此我代表高一年级全体同学总结一下军训八天来的收获与感想。

这次军训不仅使我们增强了组织纪律性，培养了吃苦耐劳精神，提高了自理的能力，还让我们学会了关心他人，增强了集体的凝聚力。

军训使我们更加深刻地体验了集体生活，增强了集体观念。集体观念就好像我们心中的风向标，它时刻指引着我们，是我们行动的导航。例如最后一天的排练与表演。由于前一天下了雨，再加上营地操场坑洼不平，水坑特别多。同学们并没有抱怨，而是不顾地上的水坑，更加卖力地表演踢正步、军体拳……表演结束后，大部分同学膝盖以下全湿。但为了集体的荣誉，为了表演的成功，把我们七天学到的最高水平展示给家长和校领导，同学们克服了困难并且表现出了自己的最佳水平。

在军训中一切靠自己，我们这些家中的掌上明珠，以前在家一切都靠父母包办，有的甚至不会自己整理房间床铺。通过军训同学们不仅能够自觉地整理好床铺、还把宿舍打扫得井井有条。为了争夺卫生红旗，有的同学甚至拿布蹲在地上擦拭地面的污点。

除此以外，还体会了老师对我们的深切关怀。老师们不仅和同学们在一起同吃同住，而且在训练场上也能看到他们忙碌的身影。老师们每天都将军营一天中所发生的事情做成小报，并且印发给每个宿舍，丰富了军训的课余生活。天气冷了，老师门声声问候，还熬了姜糖水为我们驱寒。还记得那天晚上的生日会吗？老师们精心为同学们准备了蛋糕，在吹灭蜡烛的那一刻，有同学偷偷地哭了。我们充分感到了集体的温暖，体会到了老师如父母般的关怀，同学与老师组成了一个和谐的大家庭。

总之，这次军训使同学们的思想有了很大的收获、不仅增强了组织纪律性，而且日常生活中自我管理能力也有了很大提高。军训不仅仅只是学到一些军事动作，提高体质，而且在军训中学到的吃苦耐劳精神将对我们高中的生活有很大的帮助，对人的一生也是一次难忘的记忆。

**中学生军训个人总结篇十一**

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

进入初中，首先就要接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，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，我们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。

第一天，我们一开始就练起了“立正”。要知道，“立正”站一会简单，可要一直“立正”，那就难了。首先，两肩要尽量向后张，挺胸收腹。其次，两腿并拢，不能有一点缝隙。两个脚后跟并拢，脚尖张开，呈60度。然后，五指闭拢，大拇指放在食指的第二个关节处，中指紧贴裤缝，手与裤子之间不能有一丝缝隙。最后，眼睛还要向上望15度。

就这“立正”就让我们已经快承受不了了。一二十分钟以后，每个人都是满头大汗。想擦，却又不能。头上，背后的汗都在往下流，真是很难忍受。这时教官还鼓励我说:“站的不错，继续坚持。”顿时，我的心里有所不出的凉爽，似乎外界的炎热，也被教官一句鼓励的话带走了。就在那一刻，我才真正体会到，原来，教官们不光是一个严格、幽默的人，更是一个个关心他人、爱护他人的人。

第二天，教官把我们带到操场上去训练。太阳光无情地将矛头直指我们，那汹汹的来势又岂是薄薄的云盾可以阻挡的?同学们已是汗流浃背，刺眼的阳光无情地照着我们，它一定是想看看我们的毅力是否薄弱。不过，我们都不会被这点困难所吓倒，有耕耘就一定会有收获，也许不是今天，但一定在不远的将来!

最后一天，我们就要参加队列训练了。早上，我们最后一次训练。想到教官即将离开我，我竟然是那样地不舍。在这里，我想对教官说:“谢谢您!短暂的军训过去了，在这三天里，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，一个个像军人一样潇洒。这都是您的功劳，您辛苦了!”经过我们大家努力，我们取得好成绩，从12个班脱颖而出，获得唯一的一个一等奖，我们大家都非常高兴!我曾把“军训”当作“苦”的代名词。经历了这三天军训，我才体会到:军训何只是一个“苦”能描述?那要求严格却和蔼可亲的教官;那经过多次艰苦训练而取得的进步;那飘荡在校园内的洪亮的歌声……这些不都是快乐的痕迹吗?军训固然辛苦，它就像攀登高峰，那“苦”是路上的荆棘，但更多的是快乐——那沿途的风景。

这次军训使我受益匪浅，这次军训使我们这些天天生活在蜜罐里的学生一个深刻、难忘的回忆，但我要让这些复杂的思绪带上从军训中学到的优良作风和各种品质，去迎接新学期的考验!

为期五天的军训已圆满落幕了，这是我班的第一堂特别的、与众不同的、远离教室、没有课本的课，有的是“风一样的行动，钢一样的意志，铁一样的纪律”，体验着不同往日的生活，期盼着同学之间的友谊。这次军训给同学们都留下了深刻的印象。

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