# 初一学生军训总结体会10篇

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-06-04

*初一学生军训总结体会范本10篇那段悄然远去的军训时光是多么的令人怀念,尽管过程中有苦有累,但最终收获的喜悦，冲淡了身体上的疲惫,只剩下浓浓的不舍之情。下面小编给大家带来关于初一学生军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。初一学生军训...*

初一学生军训总结体会范本10篇

那段悄然远去的军训时光是多么的令人怀念,尽管过程中有苦有累,但最终收获的喜悦，冲淡了身体上的疲惫,只剩下浓浓的不舍之情。下面小编给大家带来关于初一学生军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**初一学生军训总结体会篇1**

再过一天，我们的军训就要结束，在之前的三天军训中我体会到什么叫毅力。

当我们刚开始军训的时候，大家都会觉得很稀奇、很有趣，但当我们真正在太阳下站军姿的时候，每个同学都才感到辛苦，但只有经过这样的磨炼才能炼出真正的军人。

这次军训，更让我明白了团结的重要性，因为我们这一排的某些同学的小动作会让我们全队受罚，因此我们只有做到动作一致才能更早的休息。这次军训，我觉得并不只是为了段炼我们的身体，而是为了更好的发扬我们优秀的品质和我们团结友爱、坚强不屈的精神。

在这次军训中，我们的教官所教我们的一切，将会使我们受益终身。愿在明天的最后一天中，我们可以彼此记住，除了这些，明天闭营时的会操也是对我们这四天中所流过的汗水画上完美的句号，更是对我们四天中的成果进行一个检验，但我觉得这更是对各位教官的辛苦所得的回报。加油！

**初一学生军训总结体会篇2**

今天——一个不寻常的日子，平时在空调间享受酷热中的凉爽的我，今天也被迫成了太阳的美食。

这天，就是初一的军训，一大早，烈日当头，平时娇生惯养的我和同学，个个心不甘情不愿的来到“冒烟”的操场，当头的炎热一下子就在我们一个个嫩白的脸上涂了一层层火红火红的“胭脂”。

一声铿锵有力的“立正”之后，便开始了我们艰苦的军训，这是在考验我们的时候，虽然天气炎热，但每一个同学都不想快速的倒下。遗憾的是，才过了二十分钟，就有同学耐不住火辣辣的天气而随之倒下了。在这种情况下，学校也不得不将原训练时间减少5分钟。

午休时间终于到了，总算可以将上午的疲劳释放出来，把它带入美梦中去。但总归好景不长，很快又要军训了，我们又踏上了沉重的步伐，去迎接炎热的考验。

也许是中饭没吃多少的原因，我也坚持不住了，当教练一声令下，“解散时”，我突然感到不适了，随即来到了医务室休息。

在这一幕幕的表现中，体现了我们青少年身体的脆弱，也体现出这代的孩子平时的运动量不足。通过这件事，也应该能给每一个青少年一些警示。

**初一学生军训总结体会篇3**

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。

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。

**初一学生军训总结体会篇4**

新学期开始了，我带着爸妈对我的期望，自信地来到了现代学校。刚一进校园，就听同学兴奋地朝我大声说，我们要参加为期七天的军训！顿时，高兴的心情真是比蜜糖还甜！“哈哈哈，我可以过过当解放军的瘾了！”

当属于自己的橄榄绿军装放在手里，我的心兴奋地快要蹦出嗓子眼了！同学们争先恐后的把军装穿戴好了，我也不甘落后，迅速的穿着，可是由于过于激动，差点把裤子穿反了，惹得同学们前俯后仰的大笑起来！随着体育委员岳小龙的一声有力的“集合”，我们迅速站好，左右看了看，嘿，我们真是神气极了！！心想：军训肯定很有意思！

可没想到，军训的第一天的感觉完全不是这么回事，当和蔼可亲的教官精神抖擞地往我们面前一站，我们从他那威严的眼神中，从那严厉而又温和的语气中，我心里暗暗的想：军训并不像我想象的那样轻松！火辣辣的太阳当头照，“稍息！立正！向左转！齐步走，一二一，一二一……立正！稍息！”唉，干巴巴的口令连一点趣味性都没有！我们一遍又一遍地重复着这些枯燥无味的机械动作，太阳火辣辣的，我们的心好像也在燃烧一般！汗水顺着脸颊不断地往下流！如果静心聆听，就能清晰地听到汗水滴落的声音。

太阳好像故意和我们过不去似的，愈是烈日如火，教官愈是练得愈精神！而我们，简直快要受不了了！直到把我们练得腰酸腿痛，汗流如雨才罢休。随着一声盼望以久的“休息十分钟”的\'口令，我们如同皇帝大赦天下一样，终于可以喘口气了！瘫坐在草坪上，头无力地靠着同学的后背，心中忙不迭地叫起苦来：原来当兵这么辛苦！此时此刻，我真的连动都不想动！第二天总算把队列队形练完了。接下来，就是最让我们头痛的“站军姿”！站军姿说起来容易，做起来难呐！为了锻炼我们的意志，教官要求我们纹丝不动站5分钟。

时间一秒一秒过去了，整齐的队伍中，只听见呼吸声，渐渐的，有的同学坚持不住了，只感觉汗水如同毛毛虫一般淘气，在你的脸上慢慢往下蠕动，痒痒的，但你又不敢去擦，心里那个难受呀！我也快要坚持不住了，就在心里默默地数数，这5分钟为什么就这么漫长呢？看着眼前的教官也和我们一样，我的心真有点愧疚了，心想：我不是想当军人吗？连这点苦都受不了，还能实现自己的理想吗？于是我咬牙坚持住了！

为期七天的军训结束了，我们以优异的军训成果展示回报了和蔼可亲、关爱我们的教官。当汽车载着我们的教官远去的时候，我们的眼里噙满了泪水，那是一种美好的回忆，那是一种深深的思念，那也是一种无限的期盼，我们不会辜负教官、老师对我们的谆谆教诲，美好的明天是属于我们的！

**初一学生军训总结体会篇5**

轻轻的，我们翻开了中专的扉页，开始了一段不寻常的旅程。

第一次，我们收获了初中三年汗水浇灌成熟的果实；第一次，我们穿上了不一样的中专校服；第一次，我们创造了属于自己的的美好生活。许许多多的第一次，串成了我们的中专生活，这一个飞扬着炫丽梦想的一年级，一个等待着我们用画笔描绘出缤纷色彩的一年级。

步入了中专，我们迎来了热火热茶的军训。

“军训”这个让正常人听了都毛骨悚然的词语，带给我们一段非凡的人生经历，当我们还怀着满心的好奇心踏入绿茵，看到了炎炎烈日身穿靓丽迷彩的教官和身穿统一校服的我们，犹如五线谱上舞动的旋律，演奏着我们人生的精彩乐章，苏东坡说过：“古之立大事者，不唯有超世文才，亦有坚韧不拔之志”。我们要有超越自己的勇气，让我们对自己满怀信心吧。

军训时我们苦乐生活的缩影，在这短短的五天时间里，我们告别了曾经安逸的生活，承受着训练是身体的疼痛和离家的失落，但是，在这炎炎烈日和大雨中有我们火红的青春。虽然我们的身体还在疼痛，但是在这片绿茵上，有我们洒落的汗水和被带走的泪水，相信以后，必将绽放出鲜艳的花朵让我们有自己的双手抹去军训的冷酷，迎来他带给我们的累累果实，用心领悟其中的道理，用心去品尝这其中的滋味。

走入军训，才深刻体会到军营中严明的纪律和军人的风格。才了解那挺拔的是在这点点汗水中磨练出来的，操场上教官严肃的口号，同学们整齐的步伐不是正在演绎我们如梦的青春吗？都说“宝剑锋从磨砺吃出，梅花香自苦寒来”，“吃得苦中苦，方为人上人”，是军训让我们懂得团结互助，是军训开启了我们辉煌的青春。

军训是生活难忘的一页，军训生活会给你留下深刻的印象。在短短的五天时间里，同学们辛勤的汗水和欢乐笑声融成一首五彩之歌，歌声里有少年激情的斗志，有同学间甜蜜温馨，有师生和教官之间的真挚友情。军训不仅仅是训练我们吃苦耐劳的精神，也是训练我们坚强的意志，我们会为教官的严厉批评而委屈，但我们要接受五天军训给我们的一切，不管是酸甜苦辣，我们的付出和收获会成正比。

现在我们不仅掌握了这些动作，还掌握了更难的动作要领，但回想起学习时的情景，满心的不是后悔埋怨，而是兴奋自豪。感觉自己又长大了一岁，又踏上了一个台阶，谁是最可爱的人，是军人，他们的言行举止都是我们效仿的榜样。军训又让我们向军靠近了一步。我们应该抓住这次难得的机会，积极投入到军训中去，让我们的毅力和体魄得到锻炼，这样我们才有资格成未来世界的继承者和接班人。

“向前看”有你的理想和憧憬，“齐步走”迈开你人生坚实的步伐。

现在让我们鼓起勇气吧，让自信为我们铺路，为崭新的自我鼓掌吧，向朝阳前进吧。

**初一学生军训总结体会篇6**

一周的时间就这样匆匆的过去了，一个星期的时间说长不长说短不短。在这个星期里我经历了许多许多。一个星期生活让我觉得是如此的刻苦铭心，从一开始的懒散到今天的纪律严明，我们为此不知道抛下来多少无烟的汗水，无论是在烈日的照射之下，还是在星点的雨滴中，我们都坚强的挺了过来。为此我感到无限的自豪。

世人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌，可真正能够做到集体团结的又有多少呢？早我的脑海之中，依稀清楚的记得早我刚刚开始军训的时候，那个各自为营的景象，那些散漫的态度，可如今再看看，报告厅前那些一排排的身影。那一声声充满斗志的怒吼，很难得想象这样一个星期之前连站队都站不齐的身影不会有如今相为吻合。而这一切都是大家不断努力后的成功。看看如今这一切，心里一中满足充满了脑腔，我知道我们的努力成就了现在的成果。

一个星期的军训，让我们感受到了许多，也让我更加的领悟到了集体的重要性。无论个人表现怎么优秀，如果没有一个好的队友配合，那么始终无法获得最后的成功，从我们来到这个学校的第一天，在我们刚开始穿上军服的那一刻，在我们刚踏入广场的那一刻，在我们刚踏进广场的那一刹，那……这一切的一切都预示着我们将要被紧紧的联系在一起，直到今天，直到此刻，我们还依旧不断的努力着，配合着，适应着，将我们从这一开始的个人世界观里发展到了今天的集体之中。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

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？

军训的生活匆匆的闯进了我的生活，而如今也即将离我而去，从一开始的抗拒，到最后的服从。这样之间的转变，不知在何时已悄悄的进行，虽然又是短暂的一个星期。但是我明白，这一个星期的时光已经牢牢的占据了我记忆的一角。或许在未来的某一天里，这一个星期的回忆起现在的时光，我想，那将不会在另外一番滋味吧！没有绝对的痛苦，也没有什么绝对的快乐，细细的咀嚼生活的点点滴滴，你会发现，原来人生的道路是如此多彩。

**初一学生军训总结体会篇7**

“经过教官一致决定，这次军政夏令营活动初一年段第一名的班级是\_\_”就在这时，时间好像静止了，大家迫不及待的盼望着最后的成绩。“是八班！”随着成绩的公布，台下传来阵阵掌声和阵阵叹息声。“耶！”我们八班的同学高兴极了，在这个值得我们欢庆的时刻，我们不禁感叹，这几天军训的汗水没白流，努力没有白费呢。

这次比赛我们班得了第一，这是我们进入中学的一个好的开始，是第一次我们初一八班站在一起的比赛，虽说在一起相处才7天，但是彼此间却结下了友谊，心中都有一股团结的力量。

这次军训，最重要的是锻炼了我们吃苦的精神，记得军训的第一天，教官教我们怎么样站军姿。两脚分开约60°，挺胸抬头，小腹微收，两肩后张，教官跟我们讲了些动作要领，并示范给我们看后让我们自己开始练习。

军姿？有许多同学都暗笑，很简单的动作嘛，不就是比平常的站姿再稍微直点吗？哎，没想到所谓的军训没想我们想象的那么难。但是你真正实践过才明白，一个简单的动作，做起来是那么的不简单呢。特别是肩膀，半个小时下来，实在是说不出的酸，都僵硬了。再加上天气十分的炎热，有些女同学受不住在太阳下暴晒，有些是难受，有些都当场晕了过去。看了看身边的人，我咬了咬牙，心想：我一定能吃苦，要坚持，一定要坚持！除非万不得已，一点小痒小痛不能向教官打报告。

就这样站在那儿，突然感觉时间变慢了，汗水浸湿了衣裳，跑进了眼睛，很咸很咸，让我张不开眼睛，但是心想，不行，人家军人都能熬得过去，我为什么不能呢？于是。坚持、坚持……

果真，努力是一定有收获的，就在军训的最后一天，我被评选上了“优秀营员”，我很开心，但是不是因为我被评上了“优秀营员”的称号，而是为我们的班级高兴，我们的班级得了第一！每次想到这，我都会想起一个词，团结。我们班的团结不禁体现在这次比赛，还有每天唱军歌的时候。

每一天，我们都会拉歌娱乐，每个班和每个班对比唱得好，对比唱得更响亮。刚学的时候，大家都很认真的在学习一首首军歌，会唱的总是大声的带着不会唱的。到了后来，每班开始拉歌比赛，我看见了我们班团结一心，大家放声歌唱着，虽说有些跑音，但是看到自己班级是那么的团结，我十分的开心，心中暗喜：太好了。

这次军训，虽然很苦很苦，但是苦中总是带着欢乐，7天的军训结束了，真的结束了，我看到的是我们班的团结、努力。这次军训，是我们进入中学的第一个影响我们的深刻的一课。

**初一学生军训总结体会篇8**

学后的第二天早上，老师宣布：从今天下午开始，我们就要举行军训活动了！得知这一消息后，全班同学像煮熟的粥一样沸腾了起来。老师又说：在星期一下午还要进行年级评比呢！

有的同学说：军训不是在初高中阶段才进行吗？小学还要军训？太辛苦了！还有的同学说：真是太好了！军训既可以锻炼我们的身体，又可以磨练我们的意志！我则暗自期待军训能早些开始，让我也体验一下当军人的感觉吧！军训终于开始了。我们认识了韩教官，他是东北人，说话可幽默了！军训到第三天时，有四名教官给我们表演，真是太整齐了！就好像一个人在做！当我们看完军官叔叔的表演，都暗自下定决心，一定也要做那么好！争取在年级评比中取得第一名！经过了几天的训练，尽管我们都很辛苦，但大家都明白了军人严明的纪律和吃苦精神，这正是我们需要加强和培养的。

同学们都很努力地训练，让自己的动作更规范、表现更优秀。

比赛的日子终于到来了，大家都按捺不住激动的心情。终于轮到我们班上台表演了，大家都认认真真的完成了每一个细节。当我们表演完时，同学们都出了许多汗，真是千辛万苦啊！终于到公布成绩的时候了，当领导说：五年级优胜班级为五一班时，大家都欢呼雀跃了起来。可是，当我们要告别韩教官时，大家的心都是沉痛的。

**初一学生军训总结体会篇9**

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。在烈日灸烤的塑胶篮球场上，我们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就可以的了，一定要坚持住。”在站立结束后，我的心情总是很高兴的，因为我能靠着自己的毅力坚持到了最后。

正步是我们学的众多姿势中最难，最累的。教官让我们把脚踢到半空停止，然后一一过去检查，发现有谁做的不对时会立即纠正。正步要走整齐是件不容易的事情，因此我们在训练时教官的要求特别严格，每个动作都必须做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完正步后，我们全身都是湿透的了。

军训在辛苦训练之余，也有许多有趣的活动。例如拔河比赛、拉歌比赛等。在拔河比赛上，我们班虽然输了，但输赢并不重要，过程才是关键。在拔河中我们学会了团结，学会了互相鼓励加油，学会了尽全力去做一件事情，这才是拔河比赛的真谛。

时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有意义辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自己！

军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束自己，以钢的意志来支配自己。只有懂得这样做，我们才对得起每天在一旁陪我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自己挥洒的汗水!

**初一学生军训总结体会篇10**

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，锻炼我们的身体。苏轼说过：“古今立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”这就告诉我们成功只青睐于意志坚强的人，成功的大门只向意志坚强的人敞开。

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，听从教官的安排。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，去拼搏，去取得最后的胜利。

在炽热的操场上站军姿是痛苦的，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，这一切都不能使我们退却，我们要坚定自己的信念，去战胜自我，超越自我，挑战自我。

短暂的军训生活，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珍宝。

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