

# 疫情结束后军训总结(汇总5篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 疫情结束后军训总结篇一

便与我们告别了。那挺直的背影也许是我们一辈子再也见不到的了，连声再见也不曾脱口而出，那双双在半空中伸起的小手呢，也没有勇气挥起……唯有那伤感与不舍，是再大的风也吹不散的。现在多么后悔当初训练时为什么不让教官少操点心呢？为什么要抱着那种只是单纯服从命令而不是真心想做到最好的心态训练呢？世上没有后悔药，时光也不会倒流。只有现在开始努力，不要让未来的我们后悔……是的，一切都开始了，我们将迎来更严酷的考验，我们要做到最好，做得更好！

## 疫情结束后军训总结篇二

白驹过隙般的，时光像潺潺流淌的小溪，我们也迎接来军训的句号。回首丰富多姿的军训生活，不由地感慨——往昔，数风流人物，还看今朝。

这几天，我们在饭前感受到军歌的嘹亮和其恢弘豪迈的气势，喊出了当兵人的心声并与之不可遏制地引起了共鸣。军训既漫长也简短，漫长指军训又苦又累；简短是说我们有信心，能克服困难，得到回报。想起教官的谆谆教导，心中万分感叹！要认真对待自己的错误，这是我在军训时学到的。在军训中我们的毅力，耐心，都得到了提高。在军训中我们有了坚持到底不服输的意念。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。今后的路还长，我们要把军训中学到的运用到实际中。

我们的军训是在学校的操场上进行的，三~六年级一共八个班。训导我们的教官是来自南京鼓楼消防中队的五名消防战士。军训是因为7月28日在南京迈皋桥发生了重大的煤气爆炸事故，为了提高同学们的安全防范意识，学校才为我们开展了军训。我们的军训主题是：“向武警叔叔学习。”这三天可把我们累坏了。

第一天的军训开始了，首先训练稍息、立正，教官把稍息、立正的要点告诉我们：“立正的时候两脚张开，脚后跟并拢。稍息的时候，右脚原地不动，左脚向左伸大一点。”在军训的过程中，如果我们站不直的话，教官会教我们抬头挺胸，眼向前看，把腰直起来。接下来我们又学习向右转、向左转、向后转、向右看齐、向前看，这些都是最基本的站姿，感觉很枯燥。

第二天下雨了，我们每个人都开心极了，心想这下不用军训了，同学们都很怕吃苦。可没想到我们却被安排在学校走廊上军训，真是白高兴一场。重复着昨天的军训内容，稍息、立正……真是无趣。

第三天，汇报演出的时刻到了，同学们都整整齐齐地穿着校服，排着队准备演出。按年级的顺序出场，虽然骄阳似火，但是同学们都按着教官教我们的动作、姿势，排着整齐的方队演出。我觉得四年级是所有年级中表现最好的。

从这次军训中我懂得了一个道理，什么事只要你认真做，没有做不好的。如果没有消防战士平时枯燥无趣的训练，没有他们吃苦耐劳、冲锋陷阵的精神，哪来我们安居乐业的生活。

军训过后的心得体会400字5

## 疫情结束后军训总结篇三

大学的军训画下了圆满的句号。这些天来有艰辛，有苦恼，有汗水，甚至有泪水，有抱怨也有不满，但我觉得更多的却是成长与历练！我感谢能有这样的机会锻炼我自己，我要让我变的更成熟，更坚强！在教官排着整齐队伍离开我们的那一刹那，我才明白我苦了但却收获到了人生中最值得珍藏的美好回忆，我才明白原来缘分真的能够让两个陌生的人成为朋友。

还记得第一天见教官时感觉好严厉，因为我们每排都是由多个学院组成的，所以都在那聊的不亦乐乎，教官也成了我们闲聊的话题，是啊，其实这也是一种缘分，我们有缘相遇，我相信在之后的日子里我们也会配合的很好。在那翠绿的草坪上，我们一个个身着迷彩服，伴随着教官们一声声响亮的口号声，操场上一排排方队整齐的站着，或许是因为第一天我们都感到很新奇，我们一个个精神抖擞，洋溢着青春的朝气。我站在那里，置身于这一片军绿色海洋中，体验着这青春的朝气与蓬勃。

每天，站军姿成为了一件必不可少的事，站在那里必须纹丝不动，即使有虫子飞到身上也必须站着。教官的指导直到现在还在我耳边萦绕，站在那翠绿的草坪上，清风拂过我的脸颊，送来小草清新的气息，那一块块整齐的方队像一群准备气壮待发的士兵，他们眼神中充满了坚强，主席台上的军训旗帜迎风飘扬，一个个嘹亮的口号声在翠绿的操场上回荡。尽管有时艳阳高照，有时狂风暴雨，但同学们还坚持着，因为我们懂：年轻，值得我们更多的付出！

在练习齐步走，正步走的那几天几乎每天同学都因为开始不适应而腿疼，而且我们宿舍离操场很远，每次去操场都要爬很高的台阶，这难免让我们觉得更累更苦！但我们都没有抱怨，让我觉得很幸福的是每晚收操回宿舍时同学们都唱着刚刚学习的红歌，唱着歌，我们一起回宿舍，那些累，那些疼痛似乎都烟消云散了。更让我们感动的是，每次收操时教官领导

都会鼓励我们坚持。渐渐地，我们对于军训不再有厌倦，我们对教官也不再害怕，因为我们学会了享受苦中的甜，我们学会了一起团结一起努力。

每晚九点才会收操，其实我挺喜欢晚上训练的，明亮的灯光照着我们这群青春的“迷彩服”，响亮的口号声伴随着我们整齐的脚步声，我们张显出了青春的朝气，那一张张洋溢着笑容的脸庞似乎在告诉大家，我们是一名大学生了！我们期待成长！我们会更加坚强！我们一定行！一天的训练其实我们都很累，但回到宿舍想到这样充实的一天，我们感到很满足，很享受！

军训虽然辛苦，却让我学会了坚强！更让我学会了坚持！也让我真正认识到了我是名大学生了，或许军训的苦和累在今后的生活学习中会不值一提，但我想军训会让我更好的认识到了什么叫苦中有甜，什么叫雨后会有彩虹。

## 疫情结束后军训总结篇四

军训是一杯咖啡，苦涩而芬芳，让你回味无穷。军训是对意志和毅力的考验。

前几天参加了学校组织的军训活动。什么是酸、甜、苦、辣？如果你想知道，我来告诉你！

酸——这周军训时间就是离家三天。三天时间，我们不仅要完成军训科目，还不能和爸爸妈妈联系。我们只能每天照顾自己。这么久没见父母，心里很酸。来到这里的第一天，我想家了，但我没有哭，因为教练教我们“学会坚强和独立”。

苦——唉，人生就是“苦”。每天，无论白天还是晚上，都要练习站立，长时间站立。一分钟，两分钟，三分钟过去了，脚软了，腿麻了，腰酸了，脑子嗡嗡的，真的想坐下来休息哪怕一秒钟都是一种莫大的幸福。我咬了咬牙，深吸了一口

气。站了几分钟，终于到了休息时间。我们像褪了色的茄子一样坐在地上。啊！太幸福了。嘟嘟嘟，一声集合的紧急哨声响起，唉，又到了集合的时候了，我还没有休息够，但是哨声是命令信号，我只好用手支撑着身体爬起来，继续练习站立。太阳在我们脸上和脚上燃烧，站着是世界上最难受的滋味。

辣——我们还开展了大规模的“领导与责任”活动。活动的主要规则如下：第一，建立两个领队，我们按照教官的口令行动。如果有同学失误，领队会沿着我们学校班围着的200m跑道跑。如果不承认被教官抓了，就要多跑一圈。从这件事我明白了：懂得承担，珍惜老师、家长以及很多为我们默默付出的人的劳动。这件事在我心中留下了一个烫手的烙印。

甜甜的——表示我和朋友分享这几天的快乐；这几天和同学一起野餐的快乐和独立生活的成就感。

军训是最美的篇章；军训是必不可少的景观；军训是最刺激的场景；军训是起伏的旋律。

## 疫情结束后军训总结篇五

在无数同学的期盼之中，过了这个暑假后，我就是一名中学生了。

开学时，进行为期五天的军训。

刚开始训练，那些教官迈着整齐的步伐走到我们面前。我们被他们的气势所震撼，因此有些期待军训的到来。

“立正！双脚打开约60度，拇指贴于食指第二节，两手贴紧裤缝线，五指自然并拢，就这样，不要动！”教官用洪亮的声音喊道。幸好那天是多云，不下雨，也没太阳。

时间一分一秒过去了，空气仿佛凝滞，终于有同学受不了，想抓一把脸，正准备动手。教官眼神一瞥，把脸拉得老长，这位同学顿时面如土色，神色慌张，瞬时满脸通红，像煮熟的虾一样。

就这样，每天军训虽然很累，但我们每个人都在坚持着，互相鼓励着，通过军训，我和同学们迅速结识，和许多同学交了朋友，我们迈着整齐的步伐，口中喊着“一二一，一二一”嘹亮的口号，响彻操场。

转眼间，五天的军训结束了，为了检测新生军训的结果，学校组织了军训表演，我们都使出全身的力气，吼的声音。我班最后取得了不错的成绩，虽然没得第一名，但是每个同学都很高兴，因为我们付出了，我们也收获了。

虽然军训有点苦、有点累，但通过这次军训我体会到了很多：人生充满艰辛，生活充满坎坷，做任何事都要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。军训的日子虽然只有短短四天，和人生相比，只不过是沧海一粟，但他留下的绿色诗韵，将是人生中最美丽的风景线，成为一段永远难忘的美丽记忆。

军训个人体会