

2023年秋季学期军训总结(模板8篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

秋季学期军训总结篇一

军训，一个熟悉又陌生的字眼，在7月份之后，它注定不再陌生。

曾听师哥师姐说，大学军训非常辛苦，交大在这方面更是处于领先地位！他们说，军训时你能拿多少东西就都拿过去，什么防晒霜、花露水、藿香正气水、清凉油、蚊香、蚊帐、零食等等，都得拿，不然的话你军训就会过得特别苦！我却不那么想。军训有那么恐怖吗？军训难道就不该苦吗？我们大学生就不该吃苦吗？我们军训不是来享受的，为什么要带那么多与军训这个主题无关的东西？我们是来被蹂躏的就应该严格要求自己！正因为抱着这个信念，我轻装来到了现在我们这个大兴基地，接受大学生军事训练。

从刚来这里的不适应，到现在的轻车熟路，从最初的娇气稚嫩，到现在的阳刚成熟，军训让我成长了很多。十来天的军训生活总结为一句话：军训有苦有甜有声有色！

军训有苦。

军训的苦，是天气炎热之苦——七月的太阳是火辣的，尤其在万里无云的这里，这种热被无限放大了。40度的高温持续了好几天，吸热的水泥地到傍晚都还透着热气，汗水如廉价的自来水般不要钱地涌出，衣服湿了又干，干了又湿，每一

天都如同在火炉中度过。军训的苦，是严格训练之苦——稍息立正、行进间转法、站军姿、俯卧撑、深蹲、齐步走、跑步走、正步走，各种训练严格而枯燥。一遍不好来两遍，两遍不好再三遍，重复重复再重复，标准标准再标准，十天如一日的训练，一日似十天的漫长。这样高强度的训练是从未有过的，它必将牢记于我的记忆之中。军训的苦，是整理内务之苦——床单要平整、脸盆里只能放毛巾和牙具、牙刷在左牙膏再右、床下物品成一条线、床上除被子之外什么也不能放、被子叠成“豆腐块”……一系列的硬性规定让你没有自己的个性空间，在这里，整洁统一才是王道！被子没叠好，掀了重叠，每次叠军被不亚于一次训练，叠好之后都是气喘吁吁、大汗淋漓。军训的苦，是早晨起床之苦——再也不能睡懒觉了，再也不能享受被窝里的安逸了，每天早上不到6点就得起床整理内务，之后饭也不吃就马不停蹄地集合去出操。最惨的是拉练那一次，早上4点多就被迫起床，强忍着睡意，终于撑了过去。

军训有甜。

军训的甜，是训练成果之甜——每当我做好一个动作，我都能感觉到一阵欣慰，因为我的汗水没有白流，我的努力没有白费。这是一种脚踏实地的充实感，这是一种亲力亲为的满足感，这是一种稳步提高的自豪感，我的军事素养得到了锻炼，丰富了自己、充实了自己、完美了自己。军训的甜，是互帮互助之甜——在长达20公里的拉练中，能够坚持下来是很不容易的！疲惫了，我们相互鼓励，相信一定能够走下去；摔倒了，我们彼此搀扶，一起行走在大兴归途。通过这次拉练，我们的友谊更深了，凝聚力更强了，同学友谊得到了升华。军训的甜，是亲友关心之甜——身在异地，特别是在这封闭的军事基地里，难免会有些许的孤寂之感，联系外界的唯一工具——手机此刻似乎变得不那么僵硬冰冷了。朋友的一条短信，简短而充满关切；爸妈的一个来电，冗长却饱含温情。每当这些信息或电话传过来时，我的心就会变得很平和，白天军训所受的苦都在瞬间消失得无影无踪。心情好了，饭

也吃得下了，训练也努力了，看谁都顺眼了。军训的甜，是偶尔加餐之甜——当领导来视察，就是我们加餐的时候。看着领导们的身影，我们仿佛看到了鸡腿、可乐、西瓜！每一个领导脸上都洋溢着笑容，我们脸上更是灿烂，这绝对是发自内心，毫无一点做作的成分。领导，你继承了交大的优秀传统，鸡腿、可乐、西瓜在这一刻灵魂附体，领导是最可爱的人！

军训有声。

军训的声，是嘹亮口号之声——训练场上永远也不缺乏刚劲有力的口号，“扬我军魂，壮我军威，七营电气，永争第一！一、二、三、四，一二三…四”。一个人的力量是渺小的，千万人的力量可移山！一个人的声音是微弱的，千万人的声音可震撼你的心灵！整齐有力的口号声将队列动作表现得极为精彩，引领着我们前进的方向。军训的声，是激情拉歌之声——在休息之余，班与班，连与连，营与营，经常可以听见此起彼伏的拉歌声。比比谁的声音大，比比谁的声音齐，比比谁的声音强。拉赢了，士气涨，坐看对方脸红样；拉输了，唱支歌，没什么大不了的。敌进我退，敌退我进，各种拉歌策略战术层出不穷，赏心悦目，令人在竞争之余，也休闲了好几回。军训的声，是默契合唱之声——合唱，不仅要嗓门大，还要音准，军歌讲究的是有气势、节奏感强、铿锵有力。在这次的合唱比赛中，我们电气学院所代表的七营夺得了二等奖的优异成绩！作为合唱队的一员，我为自己能够贡献自己的一份力感到深深的骄傲和自豪，这是所有电气学子之荣誉，它的声音我们将永远铭记在心！军训的声，是教官呼喊之声——每一支队伍都有一个指挥官，而他的存在决定着整个队伍的基调，他就是整个团队之灵魂！我们的教官就扮演着这样的角色，铿锵有力的命令从他们的嘴里传出，他们喊得响我们就喊得响，他们气势强我们就气势强，一荣俱荣一强俱强这种理念在这里被表现得淋漓尽致！

军训有色。

军训的色，是肃穆军绿之色——在军营里。绿色是永远的主色调，变幻的迷彩比比皆是，如一片片揉碎的梦，惹人遐想。每一件军装都是棱角分明，简约而不简单。搭配上贴近自然的迷彩，庄严中流露着平和，稳重里散发出大气！军中之绿，是为激励；军中之绿，创造奇迹！军训的色，是娇艳鲜红之色——无论你在哪里，有一种颜色你始终都忘不了，那就是五星红旗的颜色！在充满绿色的军营里，随风飘扬的红旗独树一帜，颇有点“万绿丛中一点红”的意境。红色象征着激情，正如我们一样，从来不惧挑战、不惧困难，做任何事都有饱满的红色激情！军训的色，是纯洁白暂之色——提起白色，就让我想起了咱们军训基地里的馒头。基地的馒头，个大、色白、味纯，每一个都一般大励志网，早餐吃饱全靠它！每一个馒头背后都有一段不得不说的故事，尽管大同小异，但充满传奇，在此我对馒头致以最崇高的敬意，你们牺牲自己，成全他人，牺牲小我，成全大我！军训馒头，实在是居家旅行、散训军训，必备食物！军训的色，是五彩斑斓之色——军营里并不枯燥，因为宣传组的同学们用他们天马行空的想象和细致灵巧的双手，为我们绘制出了一幅幅美妙绝伦的宣传画：或是神圣威武的巨龙，或是深沉稳重的坦克，或是积极向上的标志，或是抽象写意的logo，令人眼花缭乱，目不暇接，沉醉其中，流连忘返。

十六天的军训，说长不长，说短不短。在这里，头发短了，汗水流了，皮肤黑了，嗓子哑了；但是在这里，气势强了，精神好了，腰杆硬了，身体壮了。

感谢军训，让我得到了成长。

感谢军训，让我懂得了纪律。

感谢军训，让我学会了坚持。

感谢军训，让我获得了自信。

感谢军训……

秋季学期军训总结篇二

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。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。军训是我们大学生生活的前奏，在走进大学生生活之前，我们都要接受军训的考验和历练，军训给我们带来的不止是站军姿的煎熬与烈日的炽热，还有同学间的感情和团队的精神，所以说军训是我们每个大学生的必修课，也可能是我们大学生生活最难忘的一课。

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？进入军训生活了，才体会到了这里的苦，人间炼狱！每天顶着炎炎烈日，穿着一套不大好看的军训服装，而且一穿就是十几天，在火辣的太阳下站立十几个小时。

自由被限制了，生活被扣死了，我们没有一点活动的空间。还好，在长时间暴晒的间隙中，我们还可以坐在脏兮兮的地上，享受片刻欢愉！可是，在经过一天的折磨，还得弄内务。弄了发现，地板比我们穿的衣服还干净！走进寝室，小心翼翼，生怕抖下灰尘，弄脏了干净的地板。

忍受度过了漫长的第一天，第二天……随着时间的推移，我们也学会了去忍受军训事给我们的痛苦。__的折磨，精神的煎熬，渐渐地也不再那么可怕，尽管有时我们也会累得头昏眼花，但挺过了第一天的我们，为什么就不会挺过这第二天、第三天呢？每每有想要违抗教官命令的冲动时，就似乎看到了古代的那些军官，一个个都好像是木头人，只懂得服从。

我猛然间想起了欧阳海奋不顾身拦惊马，比起那些正规军人，在面对死亡时的无所畏惧，我们这些临时士兵所受苦又算得了什么呢？想到这些，也在心里为自己打气，坚持吧，坚持就是胜利！

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。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，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并符合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。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。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

时光飞逝，为期13天的军训生活很快结束了，也许我们每人都会有这样的感受，爱上军训，竟然是在它接近尾声之时。阅兵式上，一个个士兵英姿英发，昂首阔步地走着，十几天的日光浴没有让他们屈服，反而将他们打造成了一支钢铁之师！他们的头没有低下，以最激昂的斗志，完成了他们的一次人生的洗礼。军训结束了，我却埋怨它过得太快了，正如一个学着喝酒的人一样，开使喝时是苦的，等他学会喝时却被宣告：“没酒了。”这不是一种悲哀？回头望去，军训操场上依旧尘土飞扬。那里，有我们的苦与乐，有我们的泪与笑，载满了我们成功，回荡着我们的歌声。每一片土地上都洒下了我们的汗水，我们的付出，同时也在收获着。

军训过了，它给我们的挑战也过了，然而真正的较量还没开始。大学比军训更加残酷，然而我相信，在今后的日子里，

我们不会畏惧，定会一路披荆斩棘，所向披靡！军训让我们脱胎换骨，给我们足够的力量，让一个个在温室的花朵有信心去独立迎接大学生活中的大风大浪！

秋季学期军训总结篇三

长达三个多月的暑假生活终于敲响了尾声，这就意味着咱们将要踏上大学的门槛，突然有了一种兴奋的感觉。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去十二年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，心理就有种说不出的欢喜。

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了咱们大一新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到咱们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊！”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，不同的就是——气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对咱们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对咱们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

说道军训，我最害怕的就是站军姿。说来惭愧，这最简单的动作，简单到每个人不用学都会，可是，对我来说却是最不想做的。不得说，它是最能考验一个人的毅力。人都是“动”物，就是一种动态的事物，可见，要咱们保持同一姿势超过半小时以上是件多么痛苦的事，可是，就算不喜欢还是必须要做，这就是军训。其实，站的时间长了，就会了解，只要你不要太在意，转移注意力，站军姿也不是那么恐怖的，习惯了就好。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息——听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的！”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗语都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”。因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，咱们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

这么看来，军训真的是很可怕，那是不是就没有一点快乐呢？当然不是啦！咱们每天休息的时间还蛮多的，那欢乐自然就不少啦！在休息时，教官们会让咱们坐在一起，教咱们唱军歌。教官们也会自己表演才艺，陪咱们玩。这就是“恶魔的温柔”。休息的时候，感觉到很亲近，其实，咱们都一样，毕竟军人也是人嘛。我喜欢教官教的《军中绿花》这首歌。尤其对于正在军训的我来说，对于这首歌更有感触。

军训已经结束了，但咱们的大学生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着咱们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前！

秋季学期军训总结篇四

无法回味的感觉才是最美妙的感觉，对于军训，这些感受真的不能言传，只有经历过的人才能知晓其中的感觉，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。军训，对于每个人都别有一番滋味在心头。军训对于我，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，成为不可抹去的一部分，他已经成为一种力量，一种在我困难时给我的动力，一种生命的支持力。

刚开始，我们一天天数着军训过了几天，军训的二十几天过得很慢也很快，毫无疑问，这期间我们所体验、经历和感悟的，远远超过平常普通的一个月的经历、体验、感悟。军训动员大会结束之后，军训就正式拉开了帷幕。第一次训练的时候，第一个就是要站军姿，从前看似一个个简单的动作却在烈日下让人汗流浹背。“双手自然弯曲，种植贴于裤缝，拇指位于食指第二关节处，眼睛平视前方，两脚脚尖分开约60度，脚跟靠拢，抬头挺胸，两肩略向后，身体自然向前倾”教官一遍遍提醒着。站军姿的这些要点让人明白，做好一件事要的不仅仅是决心和意志，技巧同样重要。

在白天的训练间隙中我们学习了简单的军旅歌曲，虽然简短，但是歌词与曲调都将军人的职责与气质表现得淋漓尽致。而在晚上的教军歌活动中，我们不仅接触到了更多的军营歌曲，教官们丰富多彩的才艺表演更是将活动的气氛推向了高潮。

第二天，阳光露出了面庞，早场上一个个绿色的方正仿佛雨后春笋般挺立，满怀朝气。在前一天立正、稍息的基础上，我们又开始向一套套全新的的动作发起冲击。当那些平时看似容易的动作自己真正做起来的时候，还真是苦煞了我们。从手形到脚法，从分解到整体，从细节到整体，教官无不是为我们一一纠正的。这时候，感受到徐徐吹来的凉风都觉得这已是赠与我们最好的礼物。长时间的站立与定型，重复与改进，我们的手脚酸疼全身发麻，可是哪怕这样大家都依旧

坚持着，在短暂的休息过后又满怀热情地投入到训练之中。下午集合的时候，很多同学迟到了，教官说，我们要为自己的错误付出代价，而不该找借口逃避。惩罚再多难眠。于是，我们站军姿的时间被延长，当汗水从脸颊、脖子流下的时候，我们放弃了抱怨，因为这是惩罚。永远不要为自己的错误找借口，犯错之前就要知道，什么是自己要承担的代价。

其实军训也并不非常人心目中的魔鬼训练，紧张忙碌的军训至于，我们一同感受军歌的嘹亮。尤其是其恢宏豪迈的气势。拉歌时，大家围坐一团的亲热劲以及相互争论的不服输的劲。你来一首，我拉一首，气势豪迈的《团结就是力量》，宛如一春风拂过心头的《军中绿花》看着平日严肃的教官，教我们拉起歌来却一反常态，声音虽是一如往常的沙哑，但是表情很是激动，幽默诙谐的拉歌，令人难以忘怀。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

令我感慨最深的就是，军营里奉行“挺一挺”的精神，不能随意请假。这次军训让我受益匪浅。通过军训的锻炼，增强了我们求实，拼搏的精神和不惧困难的勇气。这段时间以来，集体荣誉感，团队的凝聚力得到了极大地增强，训练中，许多学员为了不影响整体都是带伤、带病坚持训练，在宿舍里总有白药的味道，在这种味道中，我们却体会到了友情。训练的枯燥和辛苦让我对军训本身的意义产生了困惑，经过短暂的调整，我逐渐明白，军训的意义，归根结底，是要去我们内心寻找。吃苦、纪律、锻炼或是考验，如果只是一种外在加强的东西，不能成为自己内心的自然认同，就永远只是空洞无力的。

军训的乐章结束了，我们的心灵和身体受到洗礼，也获得了新的生命。感谢军训，感谢这一场精彩的演奏，感谢我生命中这段珍贵的经历，是你让我成长，让我成熟。在接下来的生活中，认真做好每一件事，以更好的面貌去迎接明天的生

活。

秋季学期军训总结篇五

如果人生是一本书，那么军训就是书中最美的一页。如果人生是一部剧，那么军训就是剧中最精彩的一幕。七天军训生活将为我的暑假生活增添最灿烂的一笔，为我的人生埋下无限的财富。

古人云：“人贵志大，当有远大志向。”。每个人都有自己的志向，可能远大，也可能平凡。要实现他的抱负，他必须不懈努力，勇往直前，脚踏实地地迈出每一步。七天的军训生活，会培养我们坚韧积极的作风，铸就我们不畏艰难努力的钢铁意志。我还记得第一次看到一套迷彩服，会陪我们七天。心里涌起一阵波澜，开始幻想看到自己穿着迷彩服的那一刻。每个人的脸上都充满了兴奋的微笑。但是这种笑容并没有持续多久，因为接下来的训练让我们痛苦不堪，一天的训练下来全身都是疲惫。

站姿军姿，练习转身，向前走，练习队形。反复的密码让教官的声音嘶哑，无数的动作纠正了教官的皱眉。反复的动作让教官额头冒汗。但是，嘶哑的声音掩盖不了教官的严谨，微微皱起的眉头掩盖不了教官的关心，多汗的额头也冲淡不了教官的尽职。在训练中，我感受到了团结的力量。过了一段时间，我们从他们身上学到了阳刚之气，一种不达目的誓不罢休的气魄，军人的军人精神在他们身上得到了充分的展现。

“宝剑锋是磨砺出来的，梅花香来自苦寒”！透过黝黑的皮肤感受到血液的沸腾，军训，犹如梦一样，匆匆地向我走来；也许在我还没来得及细细品味那份感觉的时候，它又会悄然而逝；剩下的疲劳在肩头，它隐隐告诉我：少一份娇气，多一分坚强；少一份依赖，多一份自强；少一份怨天尤人，多一分勇往直前。军训，让我成长。

学生参加军训个人总结

大学生军训个人总结

【荐】学生个人军训总结

学生军训总结

秋季学期军训总结篇六

“日落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归，胸前的红花映彩霞，愉快的歌声满天飞。”每当听到这首歌时，我总会忆起曾在一起的时光，那时的我们充满活力，脸上洋溢着自信与骄傲。

记忆中最深刻的是那些充满朝气、充满阳光的瞬间。

站在偌大的操场上，我们练习队形。此时的阳光格外凶猛，就象一只饥饿的猛虎，恨不得将你撕成碎片，然后一口一口吞入腹中。尽管烈日当空，我们也已大汗淋漓，但我们仍然坚持练习。挥下的汗水是我们的见证，晒黑的皮肤是我们的成果。偶尔吹来的一缕缕清风，带不走我们一丝的汗水，挥不去我们一丝的炎热。

“稍息！立正！”整齐划一的步伐撼山动地；“一、二、三、四。”嘹亮的口号响彻于天地之间，在我们头顶上空久久盘旋，挥之不去。渐渐地，我们的动作越来越规范，我们也越来越有了几分军人的英姿！

整整七天，我们每天都在刻苦的练习着。终于到了检验成果的时候了。一开场，我们嘹亮的口号就将对手给压了下去，接下来，我们整齐的步伐，矫健的身姿，昂扬的斗志更是赢得了在场的每一个人的赞许。虽然只有短短的十几分钟，但却是我们七天来的成果，是我们最精彩的表现。

一阵风吹来，将我游离的思绪从回忆中拉回现实。耳畔似又响起了那熟悉的旋律：“日落西山红霞飞，战士打靶把营归，把营归，胸前的红花映彩霞，愉快的歌声满天飞。”

大学生军训个人总结

学生军训总结

高中学生个人军训总结

学生军训总结「精选」

学校学生军训总结

军训个人总结报告

秋季学期军训总结篇七

为期十五天的军训生活终于结束了，虽然时间不长，但是给我留下了非常痛苦而美好的回忆。军训虽然很辛苦，但同时也很有意思，它不但锻炼了我的意志，也增强了我的自信，最重要的是我坚持了下来，没有退缩！虽然我很累，腿脚疼痛，全身起痱子，而且晒的很黑，但是我还是觉得一切是值得的。回想这半个月的忙碌生活，对于我来说很充实，也给我留下了很多回忆，因此我想把它写下来，写给自己。

感觉最辛苦的还是刚开始的几天，想想自己自从高考结束，一直都很懒散，很少锻炼，却经常上网看电视，即使是上了大学，也没有太过的紧张起来，毕竟大学比中学能轻松一些。因此我想我是身体素质一定很差了，突然接受如此严格的训练，身体无法适应，疲惫不堪也是应该的，那时我想我一定要坚持住，尽快的让身体适应高强度的训练。每天早上六点起床，六点十分开始训练，到七点后有半小时吃饭时间，紧接着继续训练，一直到中午十二点，下午两点半开始继续训

练，一直到下午六点，七点二十继续训练，一直持续到晚上十点，而且以军队的习惯，我们是时间只会提前开始，延迟结束！如果遇到特殊情况，中午的休息时间也会取消，只留半小时吃饭。记得教官刚来，突然通知我们晚上就开始训练，我们的教官一男一女，连长叫金萌阳，副连长叫毕依菲，是武警工程学院的学生，连长显然有些紧张不太会说话，而副连长却像个女强人，看起来很严格，晚上没有太多训练，主要是和我们大家认识一下，而真正的训练才刚刚开始。

第一天，习惯了每天七八点起床的我们，显然无法在六点起床后保持良好的状态，一个个瞌睡的很，一早上下来，大家都连连叫苦，由于必须穿学校发的军用鞋，鞋底很硬，我的脚跟很是疼痛，腰也支持不起来，虽然天气不算太热，我还是一身汗，近四个小时的训练时间里，通常也只是一到两次休息时间，每次十分钟左右，大多我们累的不行了，连长会让我们活动三十秒，一开始连的当然是站军姿，记得副连最长说的两个字就是前倾！前倾！前倾！那半个小时真的是很难熬。每天训练结束，我们都全身疼痛，一步一步的走回去，一回去就是躺着床上，那时候觉得没有比躺在床上更幸福的事情了！我最无法忍受的就是腰疼，因为只要腰开始疼，就会一直疼到训练结束，除了坐下和躺下没有方法可以让腰休息，其他地方疼还是偷个懒，腰疼实在是没有方法。终于，三天以后，身体开始慢慢的进入适应阶段了，然而我们的训练也更加严格了，阴雨天气才没了，天上没有一片云，热的我们实在无法忍受，一个个身上起了痱子！有的脸上开始退皮，有的脖子开始退皮，有的耳朵开始退皮，真是难受的很。经过五六天的训练，我们根本掌握了根底动作，我们营举行了会操比赛，而不幸的是我们男女都是倒数第一，很令我们不服，我们营长对我们连本来就有成见，说我们是最烂的连，虽然这样，连长却没有骂我们而是鼓励我们，我们的努力一定会有收获。

经过几天的相处，连长和副连的性格慢慢表现出来，连长很严厉，而且很严肃，副连更是强势，经常骂我们，脸上从不

露一丝笑容，记得有次不知哪个连长说我们连起步走的很烂，连长第二天早上刚来就罚我们练蹲姿，而且一蹲就是半个小时，那半个小时真是太难熬，我们都要偷偷成连长不注意换脚，即使这样，我们蹲完了一个个也是站都站不起来了，腿脚早已麻木。还有更狠的是我们正步刚开始练，走的不好，有一个连队走的不错，结果连长不爽，让我们蹲十分钟，接着原地跑步走，接着再蹲，再跑，一直持续了四五十分钟，终于听到连长到十字路口集合，我们才得以休息，大家怨声载道，一个个都坐到地上休息，叫对的还不让，我们没人理他，都说，反正这会休息和不休息，连长回来还的再被整，还不如抓紧时间休息呢，可是令人惊讶的是连长回来却和变了一个人一样，不整我们了，还让我们休息，和我们聊天，实在费解。这就是我们连长是性格，阴晴不定！而且越来越严重，因为慢慢的我们混熟了以后，经常和他聊天，开玩笑，偷懒呗抓到饿不会被骂，可有的时候又和我们向仇人一样，严格的要死，一点小问题却大发雷霆，记得我有一次在队伍里站着，眼睛看了下其他地方，头都没动，却被人看见，说我眼睛乱飘，罚我蹲了十几分钟，我真是快冤死了！

军训到八九天的时候，我们该学的东西都学完了，而且身体也完全适应了，训练强度也降下来了，可是悲剧的是天气却越来越热了，直到军训结束都没一天是阴天的，每天的温度高达40度，我们实在是抗不住了，晕倒的人，受伤的人，请假的人，逃跑的人，装病的人越来越多，于是成就了我们连的后勤部队！80几个男生只有56个人还在坚持训练，为了最后的总结大会作准备。随着时间的推移，我们慢慢开始了分列式的训练，每天都是踏正步，单调，乏味，很是令人不爽，我的精神状态也很不好，有一天早上很是倒霉，一连被连长骂了三次，一回罚蹲一会罚站，那心情真是糟透了。记得那时我真是很不想训练了，看着人家后勤的在阴凉下休息，我在太阳下训练，还老是被骂，真是不公平，可我还是坚持了下来，现在想想真是不易。

军训中还是有很多活动的，我们组织过洗澡，篮球比赛，看

电影，歌咏比赛，拔河比赛，接力赛等等，最有意思的还是歌咏比赛，因为我们连在会操表现很不好，所以连长很少花时间让我们练歌，都是在休息时歌几遍，也没有任何的把戏，排练，到比赛时我们甚至把歌词都快忘光了。等到歌咏比赛开始，我们看着人家一个个唱的那么好，感觉真是不好意思上台了，于是我们零时抱佛脚，加了些东西，甚至连队伍都是刚排的，可是令人以外的是，我们连竟然是我们营成绩最高的，真是搞笑的很。这也成了我们唯一自豪的，呵呵。

到了最后几天，我们就是不停的彩排，记得有一次我们连走过去得到了首长的嘉奖，连长兴奋的说，听哥的没错！其实大家积极性很高，是因为首长说走的好的就可以提前回去，所以大家都非常的认真，训练也是，只有有利可图，我们才会认真训练，哈哈。快要结束的那几天，我们看到了一个不一样的副连，一个很少笑，严格要求的她，和一个小女人一样，嗲声嗲气的，我们让她唱歌，她害羞的说，我唱的不好，尤其是那句“你们这么这样啊”，听的我鸡皮疙瘩都起来了，呵呵。连长也是越来越放的开了，给我们表演腹部饶刚，单手俯卧撑，那臂力果然强悍！

最后一天的汇报演出，天气依然炎热，我们站在操场上，一个个汗流浹背，只见周围几个女兵连里，女生们一个接一个的晕倒被抬走，估计有八九个，我也依然热到不行，头晕，恶性，俩腿发软，于是乘连长不在，坐在地上，才得以缓解。

终于十五天的军训结束了，我们依依不舍的送走了俩位连长，辞别了我们的军训生活，看着大家一个个黑到不行，回想起这十几天的日子，感慨万千，希望通过这次军训，我们可以更加团结，更加有凝聚力，走好我们以后的路吧！

秋季学期军训总结篇八

军训前，我们是一群陌生人，经过5天以相互认识，并即将熟悉。5天的艰苦生活，我们团结合作，共同努力，相信我们一

后的生活会多姿多彩。

学校领导的一番讲话，让我热血沸腾，只要努力，在这个学校，我一定可以闪耀辉煌！

但必须忍住，因为他曾交给我坚强。

是啊，我们凭什么让教官多留一下呢？他们有纪律，有任务，我们同样也有自己的路要走！正如教官所说，军训完以后，我们都要重新回到自己的生活中去。我们开始投入到自己的学习，为了自己的理想奋斗。

5天，短暂的5天，来不及说再见。就已结束。

5天，漫长的5天，足够我们培养深厚的感情。

5天，难忘的5天，值得我们一生怀念。

学生参加军训个人总结

大学生军训个人总结

【荐】学生个人军训总结

学生军训总结

军训个人总结大学