

# 2023年秋天军训总结(汇总5篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 秋天军训总结篇一

进大学，就意味着必须接受军训考验。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，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。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，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很可爱，他的睫毛很翘。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。

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没留下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就

这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“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。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯；遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握！

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！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。

## 秋天军训总结篇二

为期五天的军训最终结束，在汗水的洗礼下，在阳光的照耀下，我们站得笔直，走得挺拔，动作由原先的生疏变为整齐划一，日光之下，像是锋利的刀锋一闪而过。

- 1、这样的军事化管理生活渐渐磨去了我们在家里的娇气，军训是什么，是站军姿！是走起步！是走正步！每个动作，都要标准流畅，我们每个人最开始站的时候歪歪扭扭，似乎立刻就要倒了一样，接下来的时间，我们每个人都投入到练习中，即使汗水划过脸颊，也无暇擦去，专注地听着的教官的指令，随时准备下一个动作。
- 2、这样的军训，必然是艰苦疲累的，可是我们也收获了很多欢笑，看着我们偶尔踏错的步伐，听着教官说的搞笑的话，我们哄堂大笑，把那些苦那些累都扔开了。
- 3、我们顶着烈日挥汗如雨。军训时很热、很累，可是我们没有听到一个同学埋怨，相反却能时时看到我们挂在脸上的笑容。当我们为一件事付出很多时，无论如何，我们都会欢乐，因为我们付出了、努力了、尽力了。

4、回到家看着晒得黑黑的脸庞和手臂，不禁一声苦笑，既有结束军训的欢喜，也有对军训那几天的怀念。军训到底给我们带来了什么之后我明白了，军训是在磨练我们的意识：一种坚持的意识、一种拼搏的意识、一种吃苦的意识、一种团结的意识，太多太多，足够让我们用接下来的高中生活甚至是一生来体会。

5、军训五天，不仅仅磨练了我的意志，还让我锻炼了自我，有了敢于迎难而上的勇气。对待困难，我们要先定好目标，再凭借不怕苦不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地坚持下去，只要坚持就会成功！

6、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。因为我们都明白自我的使命。

7、我最终体会到一名军人的辛苦，那威武挺拔的姿态不是一朝一夕才练成的，而是日日练，月月练，年年练，用汗水换来的。所以，军训是对我们心灵的一次鞭策和鼓励。

军训不只是强身健体，还是国家对我们寄托的期望、我们对未来进取的态度、我们对困难不是逃避而是迎头直上的坚定决心。

### 秋天军训总结篇三

又是一个丹桂飘香的九月，又是一个播种希望的季节，我也终于在这个充满期待的日子里，成为了一名高中生。

我对即将开始的新的生活充满了期待，尤其是对军训倍加渴望。

军训终于开始了，我们的激动之情溢于言表，教官那洪亮简洁的口令声刺激着我的每一个神经末梢，我认认真真的去释

放出100%的精力，听从每一次口令，做每一次动作，但梦想与现实必定是存在差距的，繁重的训练量，枯燥的重复动作以及近乎苛刻的严格要求。

当然也在这短短的几天军训，让我想到了很多，让我成长了很多，同时，让我学会了思考，锻炼了我的意志，军姿展现的是军人的风采，坚定之心，硬骨之气。

军训让我体会到了军人的感受，军人每天重复的生活与艰苦的训练，为了国家和人民的安全，而坚守着自己的承诺。军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是我们一直的磨练。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。人是从不断的磨砺中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼，才能成长成参天大树。

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，一种让我们受益终生的收获，军训将会延伸到我们人生的每一个春夏秋冬，军装最美，军歌最嘹亮，做军人最自豪。而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后逐渐沉淀融入到我们的生命中去。

## 秋天军训总结篇四

来公司前就已经得到通知会有为期五天的军训，时间过得很快，我们曾今“痛恨”的军训竟然就这么不知不觉的过去了。在领导检阅完之后的一刹那五天来所积蓄的紧张的精神和身体的疲惫在瞬间就消失了，连脚步都变得轻快。

对我来说这将是我在建华上的第一课，也是和所有学员们都将铭记于心的五天。当然这才是为期半个月的培训上的第一道“开胃菜”，接下来的时间我们会一起共同品尝共同分享，吃出色香味。军训期间我们由陌生到认识再到了解，短短的五天承载了我们这期学员之间友谊的建立和成长。虽然大家都个性迥异，但年轻人的活力和热情让我们很快就走到了一

起。

军训很苦很累但是很充实。军训的目的在于在磨练意志、提高综合素质、培养大局意识与团队精神，进而提高我们的抗压能力和办事效率。在严厉也可爱的教官指导下，要求我们在训练面前令行禁止，坚持到底，标准动作，在看似简单的要求却在反复转体和行进与停止间，使我再次认识到精神专注和团队协作的重要性。企业的投入和产出不一定能成正比，但是没有付出肯定就没有收获。端正态度，集中精神，努力做一个团队的一员是我的心得体会。站军姿，踢正步，练军体拳，我们汗流浹背，腿酸、背疼、脚长泡，看似简单的站军姿，能够把人折磨的够呛，但是想想真正的军人风吹日晒雨淋所承受的苦痛，我们经受的实在是不值得一提，找不到不坚持下去的理由。军训体现了我们的坚强与执着，军训过后才能体会到短暂的休息对我们来说不啻于口渴含到了甘露。时间的价值就是体现在这里，如果每天都无所事事的话时间对人来说不过是最想花掉也是最不值钱的东西，对于能够利用时间创造财富和提升自己的人来说永远不会嫌时间多余。每人每天都有24个小时，选择和努力与否决定了你能赋予时间的价值多少，在反过来体现自身的价值。

训练馆内有我们的欢笑和汗水也有教官和王老师的批评和鼓励声，阅兵式虽然不尽完美但是领导对我们的肯定也让我们感到付出的回报所带来的欣慰。王老师的一句话说的很对，工作岗位上领导和公司只会看你交出的结果，过程并不是最重要的，那么一个队伍具备专注高效的团队精神对完成一份工作是最重要的。在训练的后半程中我也开始懂了并且体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，这些我都会铭记于心。

放松时的真诚；感动在我们开始慢慢的更多为他人考虑；感动在我们开始成为一个有爱的团队。反思有不少的坏习惯当我们习以为常并顺其自然时已经给别人造成了不少的麻烦；反思那些自我的个性在接下的日子里要学会改变，反思如何学会

高效的办事思路。

最后还得感谢公司在我们还没有为建华创造任何价值时为我们的投入和付出，还有谢谢培训老师和教官们的教诲，我会用心投入剩下的培训时间。

## 秋天军训总结篇五

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。

### ——题记

进入高中，就意味着必须接受军训考验。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。给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，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。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，

几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，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。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首多姿多彩的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝。”