

最新摔跤训练总结(大全5篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

摔跤训练总结篇一

1898年秋，军训初毕。细雨如粉，鹧鸪啼。很难对所有的动作了如指掌，但青春的整齐划一也温暖人心。十天的打磨，已经渐渐让夏日的慵懒随着汗水流失。即使在如诗般温柔的苏州，玫瑰依然在偷偷的绽放，热血依然很热。

这就是军训的魅力。江南温柔细腻的阳光不透过木窗棂，凶猛地打在皮肤上，握着软笔的手摩挲着沙子，而不是软弱的不愿放开软丝。俗话说，秀才胡不取。看看紫罗兰酒后剑的豪情，嵇康密林中交织的铁火，钟某在营中抛剑案。让坐在后面晚上看书的人，把它当成自己修身养性的一个标准。

头脑发达，四肢简单，很可悲。因为不想平庸，所以参加了军训。但是收获不仅仅是立竿见影的，就像苏科大的学生们四年来孜孜不倦收获的不仅仅是一纸证书，还有一千多天的江南日出日落，四结合八浪费的交流融合，师生情，师生情。在这个浮躁的社会里，很多人关注的是结果而不是过程，却不知道正是这个不起眼的过程造就了现在的我们。就像很多人在军训中看到的是最终行列式的整齐划一，而不是接近尘埃的日常生活，必要时帮助你的手，忙碌时的问候，身心疲惫时逗你开心的表情包。没有海誓山盟，没有生死相许。虽然平凡到微不足道，却能触及你内心最柔软的部分。毕竟盖世英雄骑着五彩祥云，远在天边，真正在乎你，值得你回报的人就在眼前。

军训很累，很累，有一种只有老信封才知道的累。随着星星的起床和入睡，像过满了的一天，内心也异常充实。忙的时候，如果只想着利弊，那是一种煎熬。如果你想着锻炼自己，你会觉得每一步都在走向未来。军训我能有什么感受？军训的独特体验不可或缺，在茫茫人生中找到属于自己的“小确幸”才是真正的归宿。

摔跤训练总结篇二

唉，可惜啊可惜，今天我们又像昨天一样进行了一系列的训练，真是太苦了！连坐都不能够坐，身上痒了连动都不能动一动，这样的生活只能用一个字来表达：苦！

虽然现在已经立秋，但是天气仍然是那样的闷热，衣服早已湿透，头发也早已粘在一起了，这是什么日子啊？！

教官一声令下让我们练习踏步。踏着踏着，我突然看到倪老师来了，我心里一阵慌乱，心想：我一定要把自己最好的一面表现给她看。来不及往后多想，便立刻摆出一副精神抖擞，昂首挺胸的样子，踏的时候我可以感觉到我自己脸上的肉正在一抖一抖的，双眼直瞪着前方。接着教官又用他那宏亮的声音来命令我：“第一列的一一起步走……第二列的起步一一走……第三列的起步一一走！马上要轮到我們一列的时候，我們一列的同学都互相在对对方说：“走的时候一定要对齐，看好排头和排面！”后来走下来教官又当着其他两列来表扬我们：“不错，不错！”每当听到这句话时，我们第三列同学的心里就像倒了蜂蜜一样甜，那滋味可真让人回味无穷！

通过今天一整天的训练，我明白了我们一定要好好学习，天天向上啊！

摔跤训练总结篇三

进入大学，第一次得到的锻炼应该是军训生活了，天左右却

将人的意志力、身心都得到了巨大的提高。

00后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。后来，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

军训让我明白做一名合格的军人是多么的不容易，军人要比常人多付出我们无法想像的汗水，做一名军人，就要纪律严明，服从命令。穿上军装的我便是半个军人，通过在军训中严格要求自己，我的体质和意志都被磨练得更加坚强，这种苦与累可能我以后永远不会再遇到，但也可能会遇到更加苦累的挑战。我相信，军训之后的我不会再恐惧任何苦累，我会勇敢面对一切挑战，不论任务多么严峻，我一定会坚持下去完成任务。

军训同时也是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，端枪，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流经验，让我们的方阵走得更加整齐。十三连，组成这支连队虽然只有短短的十几天，但它已牢牢的被记忆于每个十三连人的心中，十三连是整个二营的骄傲！我们创造了它的荣誉，我们也因此而感到自豪！

团结就是力量，坚持就是胜利！在未来的日子里，我不能再做一朵温室里的小花，我要做一颗参天大树，茁壮地成长！为祖国的未来作出应有的贡献。我会勇敢而坚定在自己的人生道路上前行的。

对着始终陪伴着我们的可爱的教官，面对着洒满了汗水、砸

满了脚印的操场，铸造了我们成长最快的二十天。

摔跤训练总结篇四

金子要经过寻矿、开洞、提炼、烧制等一系列繁杂的工序，才能制造出来。我觉得，军训便是在锻炼我们、磨砺我们，我们要想成为闪闪发光的金子，就要勇于接受军训风风雨雨的洗礼。这样，我们才能变得更加坚强，能更有勇气去乘风破浪，迎接学习、生活的挑战！

不错，军训是这样的，尽管辛苦，但是“一份耕耘，一份收获”，没有你每天的训练，就没有今后形成整体的团体和集体主义观念。许多同学认为，这是一种无聊透顶的行为，甚至有同学认为，这是愚蠢至极的活动：除了站立、稍息、跨立等等还有什么呢？其实军训是锻炼你毅力的最好方式：当你在你需要坚持而你又挺不住的时候，你又会采取什么行为呢？是按兵不动？还是立即撤退？为了练就坚强的毅力，为了团体荣誉，相信你会认真地坚持下去！毅力是长期锻炼出来的：成功者是如何成功的？毅力起着决定性作用，你坚持下来就胜利了！没有毅力，许多事情是办不成的。

就像一句话：“不抛弃，不放弃”，记住：军训是锻炼你毅力的时候，你要抓住这个机会！珍惜这个机会！

这几多天里的军训场上，几乎是一成不变风景：教官严肃的面孔，沙哑的口令声，同学们贯彻长虹的喊叫声以及额上晶莹的汗水和湿透的迷彩服一切都是似乎那么单调，但这看似单调的风景，却让我我懂得了许多。

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的责任心看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦一个那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的。

军训，让我深受真诚待人的感动，录你走方阵踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句“没关系”时，当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时；当你学不会一个动作，别人耐心教会你时，这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力。

摔跤训练总结篇五

进入大学，第一次得到的锻炼应该是军训生活了，短暂的xx天左右却将人的意志力、身心都得到了巨大的提高。

00后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。后来，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

军训让我明白做一名合格的军人是多么的不容易，军人要比常人多付出我们无法想像的汗水，做一名军人，就要纪律严明，服从命令。穿上军装的我便是半个军人，通过在军训中严格要求自己，我的体质和意志都被磨练得更加坚强，这种苦与累可能我以后永远不会再遇到，但也可能会遇到更加苦累的挑战。我相信，军训之后的我不会再恐惧任何苦累，我会勇敢面对一切挑战，不论任务多么严峻，我一定会坚持下去完成任务。

军训同时也是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，端枪，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流经验，让我们的方阵走得更加整齐。十三连，组成这支连队虽然只有短短的十几天，但它已

牢牢的被记忆于每个十三连人的心中，十三连是整个二营的骄傲！我们创造了它的荣誉，我们也因此而感到自豪！

团结就是力量，坚持就是胜利！在未来的日子里，我不能再做一朵温室里的小花，我要做一颗参天大树，茁壮地成长！为祖国的未来作出应有的贡献。我会勇敢而坚定在自己的人生道路上前行的。

对着始终陪伴着我们的可爱的教官，面对着洒满了汗水、砸满了脚印的操场，铸造了我们成长最快的二十天。