

2023年三天军训总结初一(模板8篇)

军训总结是我们对军事训练中自我约束和纪律意识的总结与反思。在这里，小编为大家整理了一些学期总结的范文，希望能给大家在写作时带来一些帮助。

三天军训总结初一篇一

军训进入到第三天，原本煎熬的日子也是而今开始慢慢变得可以适应了，这一天的军训结束，不再是像之前那么的煎熬，虽然站军姿依旧是很痛苦的，但是这种痛苦却是更能坚持下来，而三天的军训也是让我感受到，的确坚持下来，很多以前觉得不可能的事情，还是可以做到的，同时也是在这份团结里面收获了友谊，体会到集体是多么的强大，更让我对于以后的军训有了更多的期待。

三天，对于大学我们的军训来说，才是刚刚开始，可能初高中也是过半了，但是大学的军训，我们却是有半个月的时间，才过去不过五分之一，也是让我明白，还有很多的坚持要继续的下去，而这日子虽然有痛苦，有炎热的天气，但是有同学们陪伴，有教官的监督也是让我感受到自身的巨大进步，身体也是比以前更加的能坚持，同时自己也是可以感触到的确大学的军训还是有很多的不一样，和同学们相处也是结识了很多的朋友，大家相互聊天了解彼此，让大家也是熟悉了，有了一些默契，齐步走的时候，都懂得去配合，去相互的鼓励来做好，一个集体，大家都不想去拖后腿，都不想放弃彼此，这种精神也是让我很感动，让我知道，这就是团结。

每次结束训练，我们更加的懂得教官教我们的休息方式，不再像之前那样，只想就躺下了，什么都不干，而是懂得走动，懂得补充，从而让自己能有更好的精力去面对接下来的训练，军训教会我的，不但是这些，更多的是让我明白，坚持不是

光靠意志力的，也是要有方法，有技巧才行的，同时通过这三天，面对以后的挑战，我也是相信自己可以去做好，不管是多么艰难，又是有哪些新的项目，我都是能做好的，和同学们一起努力，为集体来争光去拿到名次。教官除了平时训练的严厉，也是教我们唱歌，给我们讲军营里面的故事，让我知道我们的训练其实并不是强度那么的大，同时也是可以看到自身其实还有很多地方要去进步和锻炼的。

经过了三天的训练，我也是对于军训，有了更多的期待，要在之后的军训里面做得更好一些，同时也是和同学们一起，去把军训做得出色，得到肯定，在军训之中去锻炼，去提升去培养自己的意志力。

三天军训总结初一篇二

军训过后我有以下感受：

一、“团结就是力量”

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。这种团队精神的打造，友情的培养，完全是由汗水凝成，是无法用金钱来衡量的。而团结要靠共同的信念来凝聚，所谓“兄弟同心，其利断金”。总之，团结是大道理，不团结就没道理。

二、苦中作乐

真正的快乐是苦中作乐。军训虽然使得我们的身体疲惫不堪，但却使得我们的精神无比愉悦。我想，它净化的是我们的精神世界。听教官说起自己的经历，感叹其所受之苦远于我们之上，更感叹于他们以苦为乐，苦中作乐的精神。我也更加

懂得了，真正的快乐并不是一种物质满足，也不是一种简单的乐观主义，而是在经历了痛苦磨难后的心灵净化与人格升华。我们的教官也许书读得没我们多，但他们的人生体验却比我们更加丰富，他们比我们更懂得做人的道理。古谚有云，读万卷书，行万里路。

三、面对挫折

军训时，我们的双肩虽然很酸痛，我们的双腿虽然很麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

四、一分耕耘，一分收获。

的确如此呀，没有付出就没有收获。军训，对每个同学来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

五、勇敢

我想：一个人面对的是重重困难与艰难险阻，在你面前只有一条路勇往直前，不应该有退缩的想法，也不能退缩。无论这时的你是痛苦还是千千万万个不愿意，也不该有任何怨言。你应该有别人没有的顽强的意志与坚强；因为你是军人，你就不应该有所谓的累与苦，而拥有的是更多的勇敢。

三天军训总结初一篇三

7天意义非凡的军训生活已经结束了，在这7天中，我们经受了严峻的考验，磨练了我们的意志，让我们面对艰苦不再畏惧。

通过7天的军训生活，让我们进一步的了解了海军战士的军人生活，每一个细节都不容放过。宿舍里，从细微的物品摆发，到自己的床铺整理，都严格要求；站队时，每一排都站得很整齐，从排头的位置看就像是只有一个人；训练时，每一个动作都精益求精，摆头的角度、报数的响度、摆臂的幅度、踢腿的高度……；吃饭时，食堂里只有嘴嚼饭和碗筷碰撞的声音；晚训时，同学们使出所有力气，用最大的声音唱出心中的感情。

我们就像在温室中生长了很长时间的花骨朵，而军训就像是一阵台风，把保护我们的温室吹倒，让我们尝到苦的滋味。通过这次军训，我看到了自己的不足，同时也看到了自己的优点，也许，人真的只有在经受过艰苦后才能真正的看清自己，才能有更准确的目标前进。

光阴似箭，日月如梭，六天的军训终于在烈日的陪伴下结束了。这六天虽然短暂，却让我收获了许多……记得军训的第一天，教官就给我们来了个下马威——站军姿。站，多么简单的一个动作，我却累得咬牙切齿，我终于明白，原来一个普普通通的站还有那么大的学问。还没站多久，我就开始腰酸背疼，汗水不停地往下流。

没想到苦的还在后头呢，在教官的严格要求下，平常做起来轻而易举的稍息，左，右等小动作就像沉淀的基石一样快把我们压垮了。一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律终于把同学们原本种种美好的设想打破。炎炎的烈日在锻炼着我们的意志力，发软的双脚在磨练着我们的坚强，饥饿的肚子在考验着我们

的忍耐性。此时此刻的我是多么怀念以前住在空调房里的日子啊!是多么想念家里慈祥的爸爸妈妈啊!但这一切都是不可能实现的，因为这里是军训基地，是锻炼我们顽强意志的地方。“我要坚持，就一会儿了”我一遍又一遍地告诉自己，于是，有一股冲劲突然涌上我的心头。我集中注意力，站直了身子，终于还是挺过来了。

军训虽然很苦很累，但它也教会了我们许多。看!大操场上那整齐有序的步伐，那昂首挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。

三天军训总结初一篇四

今天是军训第三天，在这一天里，我对“军训”这个名词有了更深的认识，军训里的苦与累，哭与笑，都将深深地刻入我们的脑海里，成为我们一生的回忆。

今天，我们的主要练习项目是：走正步和正步与齐步的连接。走起来还好点，但一旦停下来定住、保持姿势不动时，是很累的，尤其是膝盖的部位，很疼。连接时，我经常走不好，走着走着就乱掉了，但我很用心，也很努力地在走，终于，我学会了转换，虽然偶尔还是会犯点小错吧!军训中也有乐趣，休息时与同学聊聊天，与教官开开玩笑，这些都是快乐的事!

我终于明白了“为什么军人间的友谊是如此深厚?为什么战友情是坚不可摧的?为什么从军队里走出的人都对那里有深深的感情，即使在n年以后，回忆起来他们还是那么怀念?”那是因为他们一起走过了常人无法想象的艰辛，他们一起共过苦，一起走过了一段艰苦岁月，那是一段会永远留在他们记忆中的宝贵岁月。他们之间的感情是超过友情类似于亲情却又有所不同的兄弟情，它比友情更坚固，更甚者比亲情更牢固。我相信，这段军训的日子，也会成为我的宝贵记忆，永远留在我的脑海深处，每次想起，都会无比怀念!

所以，明天再苦，我也会坚持下来，因为有苦也有乐！

【三天的军训作文合集九篇】

三天军训总结初一篇五

今天是军训的第三天，一天的时间下来我感觉是很累的，从来没有过这么强度的训练，在一开始的时候我是有很多的抱怨，在这个过程中真的是感觉很好，这也是我对自己能力的认可不断的提高自己的能力，军训虽然是比累，但是有了前面两天适应，我也不像一开始那样心理不平衡了，这让我确实感觉有很大的影响，这也是作为一名高中学生，应该有的态度，这三天的时间下来我也是感觉有很多进步，我也又有一些感想。

今天早上起床的时候感觉非常的挣扎，倒不是睡眠时间不够，主要就是起的太早，整个人的状态也是不清醒的，这段时间以来的军训确实是我感觉很有吃力，但是还是有这么一段时间让我感觉坚持不下去的，但是还是坚持下来了，军训期间让我感觉自己得到了很大的进步，我是有这足够清晰意识，三天的时间虽然是比较短暂，但是让我印象深刻，接下来还有几天的军训，我需要做好充分的准备，在这方面我是需要端正好自己的态度的，这三天下来我一直都非常的认真，遵守军训期间的规定，今天的训练强度和前两天一样，虽然就是几个动作，但是我们需要一直重复训练一天，要保证的队伍的整齐，保证每一个人都掌握了，教官才会教我们的下一个动作，真的感觉很有意义。

下午训练的时候让我感觉很有压力，因为下午的训练我是有很多的问题的，训练的时候我是做的不够好的，每次都是我一个人影响了整个队伍，所以我是非常的自责的，在这方面我确实还是做的不够好，在以后军训当中我一定会努力搞好训练，经过了很久的时间才掌握，这让我明白了在训练的时候应该认真一点，是我当时确实不想事，所以就出现了这

样的情况，作为一名高中生我一定会坚持搞好军训，因为以后的学习当中学习压力肯定是会很大，军训就是一个比较基础的事情在，这是我需要做好的，今天一天的军训下来我确实还是感觉有很多压力的，虽然适应了很多，但是在体能上面还是跟不上，这今天的温度较较高，但是我一定会坚持下去的，不会轻易说自己不行，这次军训的时间还未过半，我非常希望自己能够得到足够多的进步，我也一定会坚持去做好军训当中的细节，在后面几天的训练当中好好的表现。

三天军训总结初一篇六

军训，是磨炼意志的练兵场，是充满挑战的大擂台，让我们做好一切准备，20____年9月30日，____工程学院为期半个月的军训圆满完成。

军训时间虽短，可是军人的作风，军人的意志和军人的品格是我们永远也学不完的，需心向教官们学习，苦练基本功，磨炼自己的意志，塑造自己优良的品格，我们一定会铭记这十五天的宝贵时间，为。今后的学习和生活打下良好的思想基础。

组织学生军训是多年来加强国防后备力量建设的有效手段，也是当今世界许多国家的共同做法。有利于增强青年学生的国防意识观念，有利于国防后备力量的现代化建设，有利于青年学生的全面发展。而经过大学军训，同学们可以通过一个融洽的环境，很快的融入集体中，在军训过程中建立起“共患难”的情谊，开始自己又一个人际关系网。

通过这次的军训使我们学会了在今后的学习实践中，互相帮助、团结友爱，关心集体。并把在军训期间养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去，高标准，严要求的规范自己的言行，遵守学校的各项规章制度，踏踏实实地学会学习、学会做人，刻苦锻炼，遵纪守法，自强不息，自立有为，培养创造性学习能力，力争在新的起跑线上步伐整齐，一同前

进，做一个“讲文明、讲纪律、讲诚信、争三好”的合格的大学生。

三天军训总结初一篇七

一、加强领导，周密安排

根据今年新生军训工作的特点，为了在短时间里高质量地完成军训任务，学校十分重视这项工作，做了周密细致的安排，从而为军训任务的完成打下了良好基础。军训期间，学校领导和年级负责人都非常重视，各司其职，密切配合。薛宗党校长、范增文校长经常深入训练场检查指导，并给军训学生鼓励打气；班主任坚持跟班训练、关心学生，早晚自习全程坐班。由于领导重视，组织严密，安排周到，分工明确，今年的军训工作得以顺利展开和实施。

二、从高从严，保质保量

要将往年十天以上时间才能完成的军训任务缩短为五天完成，同时保证训练质量不下降，我们首先做到的是，严格训练、严格要求，科学的训练。我们主要做了以下几方面的工作：

1、严格对军训教官的素质要求。经协商这次军训的教官是经过砀山武警中队严格挑选，抽调出那些能力强、素质好，作风过硬的士兵担任教官，由于教官的素质好，高标准严要求，保障了训练的高质量。

2、班主任全程陪训，同时经常给学生以鼓励和指导，增强了学生们一不怕苦，二不怕累的决心，收到了良好的训练效果，保证了训练的高质量。

3、按训练科目的安排，充分有效地利用时间。采取军事训练与

理论教学、室内与室外教学相结合的方式穿插进行，同时劳逸结合，训练之余教官们教唱部队歌曲，并进行连队与连队，班与班的拉歌等联谊活动，既增强了同学们的集体荣誉感，又活跃了气氛调动了训练的积极性。

这样我们通过5个训练日，保质保量的完成军事训练的要求，提高了学生军事理论，军事技能和身体素质，增强了国防观念和集体主义观念，加强了组织纪律性，激发了爱国主义精神。

三、领导带头，团结协作

在时间紧、任务重的情况下，与领导带头，团结协作共同努力是分不开的。军训筹备阶段学校就进行了细致的分工，周密的部署。训练展开后，校领导每天深入训练第一线协调、指导训练。特别是薛校长、范校长，亲自到训练第一线指导训练，同时要求班主任认真关注学生军训和身体健康状况，让每个学生都不落后，使得训练得以安全顺利的完成。，班主任全程现场监护，保障了军训得以安全顺利进行。正是有了这种上下一心、团结协作的精神，才使同学们自始至终保持着奋发向上的工作热情和昂扬的.革命斗志，圆满的完成了军训任务。

四、服务周全，保障到位

为了使军训达到良好的预期目的，使教学双方协作促进，提供一个良好的服务保障也是重要的一环。为了使军训训练及理论课达到优质高效，后勤保障同样也是及时到位，从而为军训提供了良好的条件。

五、军训总结汇操，成效显著

通过军训，学生的礼节礼貌好多了，纪律性加强了，身体素质增强了，个人内务卫生统一、整洁了，为今后三年的高中

生活打下了扎实的基础。今天下午学校在学校广场举行军训汇操和总结大会，汇操同学精神饱满斗志昂扬，一丝不苟的完成了各种规定动作，全场不时地爆发出热烈的掌声，汇操取得了圆满成功。今年的军训在良好的氛围中胜利结束。

砀山四中高一年级组

二零一三年八月三十日

头顶着炎热的太阳，脚踏着炙热的大地，在酷热的八月天中，柳江中学高一新生为期三天的军训正式开始了。

我们每天训练的内容非常简单。第一天，大家主要学习有三大基本内容。第一项：立正、跨立、稍息。第二项：停止间转法。第三项：行定与立定。第二天，大家学习了跑步。下午，教官进宿舍进行内务整理的指导及现场演练。第三天，复习以前学习过的内容，准备会操比赛。这些虽然做起来简单，在如此炎热的天气下要做好，需要同学们的配合与努力。

三天的军训很快就过去了。会操表演时咱班很不幸抽到了第二个出场，大家的心都提到了嗓子眼上。可是，我们颜值超高的班主任却安慰大家说：“别担心，其实我们班的人都长得差不多一样，海拔都差不多一样高，所以动作幅度看起来也就不那么明显。”话虽如此说，可是到了真正的比赛论谁都会担心，都会紧张。担心这几天会白练，特别是班上的某些同学。也特别担心会丢教官的脸。三天来，教官的付出与我们是同等的，甚至比我们付出的更多。真正的结果还是一个让人满意的结果，在我的意料之中，想象之外。三天的军训，对于绝大多数的同学和老师、教官来说很苦、很累。教官严格的授教，同学们刻苦的训练，老师们辛苦的陪教。这些对于大多数的人来说是从身体到心理上的不适、累。可是大家却不怕苦，因为大家都付出了汗水，希望能拿到一个对等的结果。这样面对自己三天来辛苦的付出才不会觉得失望。以后回想起来，定会觉得这是人生中最浓墨重彩的一笔。而

有的人却把军训当做上体育课，该做做，该练练，该玩玩。当然，这在我们这种高颜值的班里只有少数几个。

时光飞逝，转眼三天半的军训时光在八月的酷热中开始，又在八月的酷

2015年高一新生军训总结报告 舒意

热中结束。军训是我们人生中难得的考验和磨砺，它不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。通过训练，大家都深刻体会到了什么叫“团队精神”。在面对众多挑战面前，大家都同样选择了从容面对，而不是自私逃避。大家都学会了坚韧与勇往直前。同样，用过三天的军训，我也逐渐读懂了：“天行健，君子以自强不息；地势坤；君子以厚德载物。”的内涵所在。

三天的军训伴随着所有人的汗水与欢乐声结束。我相信，通过这次军训，大家的心中肯定都有深刻的认识。军训让我们认识了彼此，让我们开始团结，让我逐渐看到了本班的样子。真心希望大家能保持军训时的良好心态，希望我们这个高颜值的班在未来的日子里，像军训三天一样一如既往的向前、努力奋斗。

舒意 2015年8月28日晚 2

三天军训总结初一篇八

20xx年4月5日至4月10日我校对五年级学生进行了为期一周的军训活动。此次军训活动，在学校领导的重视下，在各部门的通力协助，相互配合下，取得了圆满成功。

军训作为学校教育的一种特殊形式，在培养和提高学生综合素质方面发挥着其他教育形式不可替代的作用。有利于培养

同学们爱国主义、集体主义精神；有利于磨练同学们的意志品质，培养艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风，增强战胜困难的信心和勇气；有利于同学们组织性、纪律性的提高和身体素质的增强。

一周以来，教官们尽职尽责，以出色的组织能力、严明的组织纪律和过硬的军事素质，展示了人民子弟兵的良好形象。在训练过程中，学校的领导以及各班班主任都给予了军训活动大力的支持。在军训期间，同学们以解放军战士为榜样，严格训练，不畏气候地变化，对每一种军姿都认真领会，反复训练，做到队伍行列整齐，步调一致，嘹亮的喊号声、回荡在操场上。大多数同学都能严格要求自己，完全按照教官的要求，一切行动听指挥。尽管有的同学身体素质不太好，但是，他们仍然咬紧牙关，坚持训练。

通过一周的军训，同学们的精神面貌发生了可喜的变化，组织纪律性、团结协作精神有了明显的提高。同学们在军训中的表现，初步展现了我校学生的精神风貌，这是对学生们今后成长的一个良好的开端，我们相信，通过这次军训，对同学们今后的学习和生活必将产生深远的影响。

短暂的军训生活给大家留下了美好而难忘的回忆，想必，每一位同学都忘不了紧张严格的列队训练，忘不了那整齐嘹亮的口号声……此次军训，定会在五年级师生的脑海里留下深刻的印象。