# 优秀学生的军训总结体会10篇

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-06-15

*优秀学生的军训总结体会范本10篇学生军训已是固化的记忆，但学生军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束学生自己，以钢的意志来支配自己。下面小编给大家带来关于优秀学生的军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。优秀学...*

优秀学生的军训总结体会范本10篇

学生军训已是固化的记忆，但学生军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，以铁的纪律来约束学生自己，以钢的意志来支配自己。下面小编给大家带来关于优秀学生的军训总结体会，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**优秀学生的军训总结体会篇1**

秋风飒爽，阳光灿烂，今天是我们正式彩排的第一天，从打拳方阵回归队伍的我和排里其他剩余人员一样，最后分配到了精英操这个强大的不能再强大的队伍，我感到很兴奋。

明明我们这个强大的队伍就叫做“精美操”，却不知何时有人从嘴里传来一句“酱油操”，听了之后心里顿然产生一种失落感。

整整一个上午，我们除了确定一个自己的位置坐标以外，另外就复习了一个行进间转体和定位，剩下的全部时间我们都坐在原地看着旁边田径场上训练打棍方阵和打拳方阵，内心难免会产生一些不甘心，心里在想要是自己也能像他们一样该多好。既能展现和充实自我，还不会像我们这般烦躁乏味，但是我清楚地知道，相对于这些在其他方阵训练的队员而言，他们所承受的不仅仅是暴晒还有训练所带来的身体酸痛的折磨感，时不时还要接受教官的训斥和惩罚，没有对比就没有伤害，这种失落感几乎充斥着整个精英操的方阵。

直到下午教官告诉我们，不要觉得自己就只是来打酱油的，你们是精英操不是酱油操，你们关乎着整个精英操的存在，你们是强大的方阵是我们军训彩排中的压轴戏，所以你们要全力以赴做好自己的事，这关乎着你们排队的荣誉也关乎着你们整个军训集体的荣誉，希望你们能够改变之前所谓酱油操的看法，不要因此轻言放弃。

确实，生活中我们每个人都在不同的环境中扮演着不同的角色，我们应该不论角色的轻重尽力做好自己。好好洗小碗，最终会成为大碗。如果你连小角色都做不好又如何担当重大角色呢？不要轻看自己现代人生没有那么多怀才不遇，只要你是金子终究会发光法亮，一步一个脚印，终究会拥有你想要的东西！

**优秀学生的军训总结体会篇2**

人生中有很多小幸运，而地对我而言，经历大外贸的开学第一课——军训，便是一种缘分使然的幸运。我幸运遇见我们的教官，他总是假正经的不苟言笑，总有太多脱口而出的口头禅让我们吐槽，也有一排洁白的牙齿如花般微笑绽放；我幸运遇见我们的三连四排战友，总是用热情的回答填补开始时的寂寥，总是用乐观的态度面对开始时的艰苦，总是像个开心果给整个团体带来难忘的欢声笑语，我幸运在的年纪，在成熟萌芽的阶段中相遇！

很多事就算再苦再累，一旦坚持便会看到胜利的曙光。

大概所有新生开始都对军训这个词新鲜又畏惧。觉得这是个苦于累，晒黑与严厉的集合名词，总觉得能躲过去便谢天谢地。可是如今军训已过半分完方阵后，尾声的号角已不知不觉吹响，最初以为的艰苦与煎熬在这一天天的咬牙坚持和团队合作的愉快中渐渐变成温情和甜蜜。军训它带来的不是哀声怨气而是阳光正好、青春正好，你我团结友爱、拥有顽强意志责任担当的正能量。

马尔克斯在《百年孤独》中说：我们累，却无从止歇；我们苦，却无从回避。”我们依旧接受这个给我们成长的军训，慢慢的我们不再抱怨腰酸背痛，手酸脚痛，不再无视教官指令，不再找理由摆脱军训，而是带着微笑迈着轻盈的步伐，去迎接新一轮的训练。这就是坚持，因为能够坚持下去的快乐，从来都没迟到。

时间慢慢过去，教官陪伴我们的日子也正式开启了倒计时。那张张军训心得的手纸上，也许呈现了同学们对教官的衷心感谢和祝愿，也许那宣纸之上还画着迷人侧脸的肖像画，也许还有勾起了满满回忆的话语与故事……

但不管怎样欢笑从未间断，故事也未戛然而止。军哥依旧嘹亮，军训正当时

坚持吧！让我们一起等待开学第一课——军训画上最完美的句号！

**优秀学生的军训总结体会篇3**

当别人问起我军训的感受：我会说，军训时的感受就是累、晒、酸、渴。然后我曾经是不知道天堂是什么样的。等我晚上军训完了，回到寝室的时候，才知道什么叫天堂。军训也在一定的程度上让我们更加幸福，更加热爱生活。

军训虽然累，但只要学会坚持，习惯也就不远了。而且军训之后，你会发现你的声音更加雄浑有力，身体更加强壮，性格更加开朗，自己变得更喜欢把好的一面展现给大家看，队友之间见面的时候也会很热情的打招呼。所以，对比暂时的苦与将来的乐，当下与未来的时候，你会发现，曾经的付出都是值得的！

军训的日子，我们坚持着“流血流汗不流顽泪，掉皮掉肉不掉队”的精神，一起顽强拼搏、艰苦训练，那些点点滴滴，那些努力的痕迹，走进迷彩，绽放青春。

**优秀学生的军训总结体会篇4**

在这个不平凡的一年，我走进了大学生活，来到了湖南理工学院体育学院，不出意外的，我们开展了迎新课程，由体院的各个领导、老师、学长们的教育，顺利的完成了我们的开学第一课。

随后我们就开展了开学第二课，那就是军训，在我的印象中，军训应该在炎热的天气度过，怎么也没有想到，有幸在这样的天气里开始军训，以往的溽热己经消失殆尽，天上落下小雨，军训就像开学的天气一般，伴随着安安静静、浙浙沥沥的雨天来了。这已经是我们军训的第二天了。望着训练时的教官严肃的表情，我们也跟着肃然起敬。军训的日子的确苦涩但是苦中也带点甜。几天的阴云也遮挡不住每张张洋溢着青春笑容，灰色天空也有有阳光般灿烂的心灵耀耀发光。

军训是一种考验，也是一种心里的考验。“吃得苦中苦，方为人上人”。但是我们体育生点优点，就是不怕苦，不怕累，我们都是经历了各种困难，各种艰苦的训练才大有大学，怎么能被这一点挫折打败。第一天我们学习了站军姿，稍齐、立正等基本动作，第二天我们增加了难度，学习了，正步走等其它一些动作。

一排排整齐的队伍于训练场上站立，时不时我们就会听到，一声声响亮的口号在空中盘旋，也在芊芊学子的心中长存。我知道在体育学院所有前辈们面前，我们还不是的，但我们20级一定争取在各个学院的前面，不给我们体育抹黑、丢脸。这些也就需要我们长时间付出的实践，不能仅仅停留在口头上。

站在训练场上的却不仅仅是我们，还有挺拔威严的教官，细心陪伴的助班、体贴的辅导员老师，他们会在我们早上衣服来不急整理，勿忘站上军姿，帮我们整理衣领，戴好军帽，于是在向左向右的训练过程中也从来不会觉得孤单。

外出求学，不远千里来到这里，却能结识一群，志同适合的朋友，军训虽累，却能磨练我们的意志、锻炼我们的身心，一天的训练让我们的身体感到疲惫，但我们的意识是充满活力的，辛苦的训练让我们体会到作为为一名军人的职责，或许在这之前，我们都是家里的心肝宝贝，但当我们进入大学，我们已经是一个成熟的大人，应该明白生活并不是一帆风顺的，但我们应该独立面对生活的艰苦。

明天就是军训的第三天了，日子还很长，接下来还有更多未知的挑战，等着我们只要我们以饱满的热情、积极的心态去面对，我们一定能收获到自己的完美结果。

**优秀学生的军训总结体会篇5**

今天是我们军训的第二天很高兴我能来到湖南理工学院体育学院这个拥有着庞大气势的大团体认识了很多和我一样优秀的同学和更加优秀的学长学姐们。

今天的军训，相较于第一天，确实适应了很多从站军姿到齐步走都在一步步的进步没有了第一天的迷茫和手足无措虽然算不上十分熟练但也有了些样子今天主要是练练了最帅气的动作那就是敬礼还有齐步走等等这些看似简单的事情我们却要练上几十遍甚至更多为的就是在汇演那天展现出体院该有的气势与力我们知道教官对我们的严格。

是为了让我们更加出彩学长，学姐们的严厉是为了让我们一展风采。虽说我们有很多的怨气与不满，但我们是服气的，学长学姐们永远都是为了我们好。每天早上跟我们同样的时间起来，晚上跟我们一起下训，无论何时学长学姐们都陪伴在我们身旁一句简单的问候，让我们感到了十分温暖。是你们不畏辛苦，一直陪伴，是你们不畏困难，帮助我们让我们能在军训中完美度过。很庆幸，我是一名体育生体育生有的是力量，有的是温暖，今天晚上许多同学没有身份证复印件，但由于要训练来不及复印，我们二班的学何立宏学长就帮那些人都复印了一份，感动的不是因为他是助班，而是他说的一句话。做的每件事。

这几天由于天气原因我们都是在室内军训，往年军训都是晒得要命汗水直流，而今年确实寒风刺骨直哆嗦，但学长学姐们为了不让我们冷到就找了最温暖的地方给我们训练。

晚上我们举行了爱国歌曲，《精忠报国》气势磅礴。这才是体育生该有的样子比声音那必定是体院的君子，那必定是体院的，情商那必定是体院不枉我是体育人。

**优秀学生的军训总结体会篇6**

没有见平江凌晨四点的黎晨却先见了湖理的凌晨四点。那是即将的军训散出的微亮。

带着一身从家里两月来养的懒散来到了教官面前，有着一股对自己突然一本正经的模样，而带来无厘头的笑意，却是自己的一片天真，别人正在为双节假日而开心庆祝时，我们正在为即将到来的大学军训做准备。虽然小小思念着那一场团圆饭，却又不得不承认对大学军训的好奇与期待。

本着这次因为疫情而推迟的军训，我有着小庆幸。因为气候的变化，这次没有往日炙热的太阳和被汗浸湿的T恤。但小庆幸被迎面的凛风吹得无影无踪和一身鸡皮疙瘩掉得连渣都不剩，我的天真更是在一个简单的立正军姿面前连葱都不是。

这次军训让我再一次体会到了团队意识，我不喜欢“蹲”这个动作，对于我不仅仅是腿部的酸胀，更是骨头的刺痛感直击胸口。而动作做不好、不配合的同学，那一连都要罚“蹲”。庆幸的是我在的那一连从未有过被罚，这是我们“一连”一起积极配合迎来的结果。今天我们练了齐步走，当然那些顺拐的同学便全都露出馅儿来，无疑为我们增加一个笑点，他们在我们眼里是多么的可爱！随着一次次的练习，我们还不如那些顺拐的同学走得齐，教官一次次带着我们练，嗓子都喊哑了，我们的齐步走还是如一条妩媚的蛇，难以脱去妩媚。无疑是我们团队意识不明显，交流不够，在一次次的注意指正，我们还是取得了最后的成功。

军训很累，每天要强忍着肌肉的酸痛，脚部巨大的压力而一动不动只等教官一声口令。但我却看到了我的未来，也是带着这样的毅力去认真上完每一堂课。忍着肩膀肌肉酸痛，认真完成手上的作业，过程虽苦，却不失享受，更是迎来那个喜欢自己的明天！

**优秀学生的军训总结体会篇7**

年9月28日，我们穿上迷彩服踏入了大学的第一堂课—军训。那时的我们兴奋、激动、好奇，想要快一点开启军训生活，也希望自己能通过军训更快地结识新朋友、融入大学的新环境。

我们每天早早就来到训练场，在训练场见证了每天太阳的升起、落下和月亮的升起，进行着整齐划一的训练，站军姿、踢正步、学军歌……我们逐渐懂得一切行动听指挥，军容军姿也在不断进步。

军训是一项非常锻炼人体质和意志的训练，它不仅让我们学会守纪律，有毅力，还让我们树立了超强的团结合作的能力，深刻感受到了集体荣誉感，知道阅兵仪式上每一个完美方阵的背后是汗水、是辛苦、是坚持，只有每个人都走好了，相互配合好了，整个方阵才能好。

回顾这几天的训练，有痛苦、有欢乐，但所有的汗水和泪水都是值得的，军训时间不长，但未来的路还长，我们以后生活中和学习中也要像军训时一样，不轻言放弃，对自己严格要求。

**优秀学生的军训总结体会篇8**

在这秋高气爽，万物成熟的季节，我们大一的同学们踏上了短暂的军训途中。

军训，对于我而言已不是新鲜的名词了。高一时，我也曾军训过，那时感觉除了苦，就是累，总希望能够早日结束，但此次重温旧梦，又“别有一番滋味在心头”。

军训在汗水疲劳的呼唤声中进行着，它像是一场没有硝烟的斗争，心中“放弃”与“坚持”一直在不停的争吵。不过说实话，尽管也踢了正步，站了军姿，进行了拉练，但总体感觉似乎要比高中时的军训松的多，不知是不是因为我的意志力变强了，还是我真的长大了。

军训中最有趣最令人兴奋的就是歌咏比赛了。我们班登场，大家唱得热火朝天，歌声响彻云霄，大家都是兴致高昂，也正是这股劲，使我们班赢得了在场的第一名。

临走时，当我看到往日严肃的教官脸上洋溢着热而依依不舍的笑容时，我深深地感受到了军对这个大家庭无声的爱。我们大家的心是连在一起的。

大学军训或许是我人生中最后一次军训，在军训中学会了坚强，在烈日的暴晒下，我能以坚强的意志去战胜软弱的心，我学会了团结，在练习齐步，正步走的时候，我意识到了团结就是力量；我学会了敢于吃苦，我知道在以后的道路上，这是无法避免的。聚沙成塔，积少成多，而一个个挫折和经历却让我明白了许多道理，它教我学会了无条件服从；学会了在最艰难的时候去忍受；学会了在自己犯错误后及时认错并改正。它也让我真正明白了什么是毅力、什么是团结、什么是一丝不苟。

军训那点点滴滴美好的回忆，依然驻留在我心间，如同一曲优秀的乐章，曲已散，余音仍永存。它将时刻勉励着我，让我在以后的道路上走得更远，更坚定。

军训是我生命中承上启下的一点，我的脑子里刻上了“辛苦”二字，在心理上赠给毅力的奖品。愿全体同学都能发扬军队里团结一心的精神，让我们这些雄鹰在未来的晴空中展翅翱翔！

**优秀学生的军训总结体会篇9**

我满怀激动的心情领了军训服装，看着那身绿色的军装，我看到了生命的颜色。从此，也拉开了我军训生涯的帷幕。

从穿上军装的那一刻起，我就被赋予了一名军人的使命，我已不再是那个没时间观念，不严于律己的我；从穿上军装的那一刻起，我无形中便浑身充满了朝气；从穿上军装的那一刻起，我意识到将要面临严律的考验，接受严格的军事化训练。

美丽的中大到处都能看到身着绿色军装的身影。安详、宁静的北校变成了一个绿色军营。军人的气息充斥着校园的每个角落。

恍惚间，我看到易水河畔的荆轲，我看到乌江畔带领二十八骑冲锋的项羽，我看到那有“钢铁之师”之称的“叶挺独立团”正在北伐途中和军阀战斗，我看到红军正在长征路上艰难的行军，我看到志愿军在、曾跑步跨国鸭绿江……

经过这六天的训练，我真切的感受到前所未有的压力与挑战，然而与此同时一种挑战压力的兴奋悠然而生。军训，我们作为一个集体存在，在这个集体中我们感觉到了七尺男儿起立于世的雄心，也得到了又平常心，普通心，甘于忍耐，甘于吃苦的习惯。

在这丝毫没有奢华，没有片刻虚度的军训生活中，我们每一分钟都在接受肉体和精神的双层体验，每一时刻都在完成雄心和平常心的双层转让。我相信这次军训生活将会带给我一次新的飞跃。

我时刻提醒自己：严格要求自己的言行举止，服从领导的命令，虚心学习、认真训练、热爱团体、关心他人，努力做一名合格的军人。

我相信，这将是一次精彩的大学生活片段。我们将会受益匪浅。当然，这次军训必定会成为我们永恒的回忆，引导我们走向辉煌的未来！

**优秀学生的军训总结体会篇10**

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许大家在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜！

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数几十人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势；一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果！原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊！

简单的见面仪式让我们相识，而在训练时的言传身教中，彼此间又迅速建立起良好的友谊，慢慢便形成了默契。军训期间的军事化管理，让我们过着军人的生活，渐渐习惯着军人的起居，训练中的苦累病痛，我们学会了在谈笑风生中咬咬牙咽下，顺颊而下的汗与泪，我们学会了用坚毅的脸庞去承载去面对。

凛冽的寒风裹挟着雨滴而来，教官们依然身着一套笔挺却单薄的的军衣，为我们示范表演，每个军训归来的傍晚，他们总会亲自陪伴同学们迈着齐步直至寝室楼下，讲评完毕，整整军帽，锐利的眼神瞬间无踪，取而代之的，是温存如水的目光，道一句：天气凉了，注意保暖。有些羞涩，却不表露，他们的眼睛被低垂的帽檐遮住，没有发现我们疲惫蒙尘的脸上，最真挚诚恳的感激！

时光荏苒，弹指即逝，军训的时限即将来到，我们能够真正作为半个军人站立在这片土地上的时间不多了，也许我们人生短暂数十载，没机会经历血火梦魇，瀚海黄沙的军旅生涯，但是，教官们身正心纯，勇者无畏的教导必将永远铭记于心！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！