# 高中学生的军训总结笔记10篇

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2024-11-06

*最新高中学生的军训总结笔记10篇“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯。下面小编给大家带来关于高中学生的军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。>高中学生的军训总结笔...*

最新高中学生的军训总结笔记10篇

“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训，不仅是一个过程，更是一个崭新的课堂，一个成长的阶梯。下面小编给大家带来关于高中学生的军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

>高中学生的军训总结笔记篇1

天空灰暗，一切都很低沉压抑，仿佛早已奠定了疲惫一天的基调。

我们在规定的地点站好，迎来了我们的教官，他们纪律严谨，英姿飒爽，深深令我动容，我们开始了军训的第一天。第一天的内容很简单却也不易，站军姿。“站着嘛，有什么难的，谁还不会站着？”“就是就是……”，许多人的谈论大致如此，可是不过多久，就发生了翻天覆地的变化，起初还有云朵的保护，可是渐渐的云朵调皮地跳走了，还一蹦一蹦的，日光照到了我们的脸上、身上，我们就一直站着军姿，仿佛度日如年。教官说“痛苦的时光总是漫长的\"，果真如此，站立时间长久的我，背开始隐隐发痛，腿仿佛不是自己的，脚也早已发麻，我还在坚持一分一秒，我盼望下一秒就能休息，但是我一次又一次的失望，期待总也落空，可不能放弃，希望，哪怕再渺茫也好，这就是“足蒸暑土气，背灼炎天光”的感受吧。我第一次感到休息时间多么美好的事，我甚至想把他列入人生四大喜事。在休息时我发觉腿已经动不得了，真是艰难，我们尚且如此，真的军人又当何如，令人汗颜，军训既苦又累，若能磨练意志，也许还没有很糟。

**高中学生的军训总结笔记篇2**

在激情与阳光的照耀下我踏出了高中的第一步——军训。军训是严肃的事情，是身体素质提高和磨练意志的机会。这几天的军训，让我们怀揣着一颗紧张而又激动的心，然而现实很残酷。

在一个新的集体，十三班，我们的教官首先告诉我们，我们是一个集体，团体不是团伙。这也说明了军训带给我们另一个好处，班集体的团体默契配合。绚丽的阳光映照着生机勃勃的“新兵”。第一科目是最基本的整队。我起初凭心而论，确实有点不耐烦，因为我认为上了这么多年学，上了这么多节体育课我难道连这都不会吗？可是随着教官的详细讲解和演示我发现连我自己认为最简单的动作都做不到位。

站军姿是我们的必修课，也是最基本的。五分钟看起来很短，对于我们来说却很难熬，汗水顺着脊背而下，全身肌肉绷紧，脚掌前倾，整个人陷入紧张的状态。还有转体，踏步走，蹲下，看起来很简单，而我们做起来难看而又僵硬。在这一系列的动作训练中，难免尴尬，同学之间虽然不熟，但是互相嘲笑的本领可以一点也不减。

在最后一次四个班集合时，我们十三班在教官的带领下把所有所学的动作示范性的做了一遍，然而很可惜，我们没有达到教官的希望。教官坐在那里忧郁的表情惹人发笑。我相信在以后，十三班的每一位同学都会为班级荣誉而努力。

**高中学生的军训总结笔记篇3**

在一位高亢男高音的吼声下，睡梦中的我睁开了双眼，就这样——军训开始了。看到教官们穿着统一的服装，心中在一次次确认军训这个概念。在这之前我认为军训就是在阳光下暴晒，原本就是小麦色的皮肤加深，半天过去了，我觉得自己之前的理解很片面，也可以说是错误。因为在阳光下的你，还要做各种没有接触过的动作，不仅要规范，标准，还要与别人保持一致，让我们十三班这个整体看起来很整齐，有精神，是接受过军训的人。

在教官严格要求下，我们一共学了四大课程，分别是，蹲下，转体，踏步走，跨立。其中包括基础的立正，稍息，每个动作都是从零开始，一点点的练习，再把分解动作穿到一起。在学转体是一开始会站立不稳，转错方向，动作不整齐划一，在教官的及时调整下，我们也慢慢的更加重视，认真，仔细，努力去改进自己的错误，直到用肢体表达的动作让教官满意为止，在这，立正不是平时的“立正”，是真正“立正”，标准些就是站军姿，要站得笔直，两手并拢贴在腿边，抬头挺胸，目视前方，已开始接触时，还会坚持不住，几个回合下来，觉得这种姿势是对自己的自信，还是对青春的展现，所以不管是身体，还是心理都坦然接受。

一天下来，脚，腰，胳膊都有些酸痛，但内心还是有一种莫名的成就感，对集体荣誉更加重视，尽自己的努力来维护，希望可以再加再励，争取取得更大的进步和收获。

**高中学生的军训总结笔记篇4**

初中生活转眼就过去了，步入高中的开始，我们便开始了军训生活。

在这个不冷不热的天气中，十几位教官激情澎湃，同学们也都做好了军训的准备工作。开幕式的隆重庄严，教官们的响亮的口号声回响在我们的耳边，几十分钟过后，教官们便开始了今天的军训生活，同学们也都准备充分。教官们开始了对我们的训练，我们开始训练的一系列动作中，让我记忆犹深的动作是转体动作，当教官大声喊出向左转时，有的同学总会不经意间转向了右边，我想应该是第一次紧张所导致的吧。

当教官发现了这些错误时，便让这位同学立即报告并说出自己的姓名，当我听到那一声一声的报告和姓名时，心里难免会有一些小紧张，生怕自己也会出错便小心翼翼地做好每个军姿，减少不必要的错误，因此今天的我没有说出一个报告声，上午的训练过后，我发现自己的肩部，我的手臂有一些酸痛，但教官说这些酸痛是在所难免的。

下午走路训练也让教官有一点失望，有的人步长过远，有的人跨的近，差距在此拉开，导致队伍参差不齐，在这时教官便让我们重新再来一回，纠正了我们的一些错误，使得我们做得越来越好。我相信在未来的几天，我们会更加努力地训练，圆满完成各项军事训练，给学校，教官、老师和父母上交一份满意的答卷。

**高中学生的军训总结笔记篇5**

光阴似箭，岁月如梭。转眼间，三年的初中生活已经成为过去，紧张而兴奋地拿着高中录取通知书，来到新的环境，新的校园——白河高中。

步入新校园，各种陌生的事物都迎面而来，首先需要经历的就是为期七天的军训生活。入校第二天，我们就开始了艰辛的军训，部队的教官严格有序地训练着我们这些身体素质欠佳的新生们，在炎热的运动场上站着整齐的军姿，喊着响亮的口号，迈着矫健的步伐，在这一刻，虽然很累，很辛苦，但我们也很开心，因为这些动作使我们倍感自豪，我们也可以像军人那样威武帅气，英姿飒爽。

军训两天下来，我感到身体有些酸痛，有时真想放弃。但是我深知，坚持就是胜利，不吃苦中苦，难为人上人，经过两天的军训，我不仅学会了许多新的军事技能，而且感到整个身体更加灵活、更有力量了，这就是“一分耕耘一分收获”。

军训的生活很苦、也很累，但是，它能锻炼我们的身体、磨砺我们的意志、培养我们各种良好的行为习惯。当今时代，只有勤奋拼搏、奋发图强，才能适应时代发展的要求，否则，必将会被时代淘汰。

加油！经过军训生活的洗礼，我相信，在今后的高中生活中，我一定会更加勤奋刻苦、奋勇拼搏，去追寻我的大学梦。

**高中学生的军训总结笔记篇6**

结束了五彩缤纷的暑假生活，我们迎来了未知的高中生涯，心里有一些紧张，也有一些激动。新的环境，新的老师，新的同学，新的学习模式，都要让我说一声——“你好，高中！”

进入高中，首先需要经历的就是为期一周的军训生活。天气炎热，训练强度大，对我们这些平时缺乏锻炼的新生来说确实是一个很大的挑战。但是，军训意在锻炼我们的身体，磨砺我们的意志，为紧张的高中学习奠定坚实的基础，因而，我坚定信心，立志要做到“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”，以一个军人的标准严格要求自己。

军训的第一个项目——站军姿。虽然动作简单，但是因为平时缺乏锻炼，加上暑假长期的懒散状态，一天下来，让我双腿发酸。但是，我抱着坚定地信念和顽强的意志，顺利地坚持了下来。

接下来，还有立正、稍息、蹲下、起立、向左转、向右转、向后转、敬礼、齐步走、跑步走、正步走、军体拳等各种科目的训练，一个个不可逾越的难关、一次次想要放弃的念头，最终被我坚定的意志力和顽强的拼搏精神一一攻克，军训生活虽然很苦很累，但更多的是成就和欣慰。

“滴水穿石，铁杵成针，只要能坚持不懈，没有战胜不了的困难。”面对依旧充满未知的高中生活，我已经做好了准备，明确自己的奋斗目标，不断磨砺自己的意志，坚持不懈，砥砺前行，在未来的高中生活中必将再创辉煌！

**高中学生的军训总结笔记篇7**

人们都说军训是一个艰苦的历程，它可以使一个白皮肤的人变成黑皮肤，可以使一个精气十足的人变成疲惫不堪，也可以使许多人对它退避三舍。但是，经过这次军训后，我认为以上的说法都是片面的，并没有真正明白军训的好处。

我觉得，一个人的意志是否坚定，可以从军训中体现出来。比如说站军姿的时候，假如你站了一会儿就觉得不舒服，然后东张西望，违反了站军姿的要求;假如你意志坚定，知道站军姿要求我们在队里一动不动，无论外界有任何动静，你都要熟视无睹。

一个集体是否团结，有集体荣誉感等，也可以从军训中体现出来。就像我们在会操中得第一名一样，靠的就是同学们的团结一致，有高度的集体荣誉感。正因为这样，同学们才取得了优异的成绩。

总的来说，我觉得同学们在这次军训中表现得很不错，我也破了自己的记录。大家一定觉得很奇怪，有人会破自己的记录?告诉大家吧，我以前不能跑太长的路程，不然整个人就像虚脱一样，脸色苍白。不过这次军训中，我跑了800米，都没有任何不适，是不是破了记录呢?

军训，使我明白做人要坚强，遇事不退缩，团结就是力量。只要大家齐心协力，我们班级的明天会更好。

**高中学生的军训总结笔记篇8**

现在回顾这军训的六天，自己走过的每个脚印是那么清晰，从第一天来到部队，在教官的严格训练中体会到了什么是军营，在一次次超极限的训练中，得到的是一种充沛和一份收获，从第一次上训练场，在队列训练中，教官一次次地纠正动作，在严格的训练中，一次次地磨练这我的意志力、耐力，把我以前懒散的习惯给纠正、改正，从前做事遇到挫折时，会想这放弃火逃避，现在的我会去面对敢于对困难迎面而上。在这儿学习里许多在任何地方也学不到的东西，只有去真正付出了，才会得到回报。

在部队里，有收获，也有欠缺，的收获就是和教官还有同学门在一起辛苦的训练，教官教给了我们许多做人的道理，在此期间，自己无论从身体、心理和个人卫生都有了很大的提高，欠缺的是自己在训练中许多动作还未规范。我回到学校后，我会学习文化课方面的知识，上课认真听讲，仔细地做好笔记，积极参加课外活动，努力做好自己现任务的本份。

相信高中三年，我会给自己画上一个完美的句号。总之，感谢这些军训，感谢教官，感谢老师。

**高中学生的军训总结笔记篇9**

军训的生活已经结束了，这次军训让我受益匪浅，它让我明白了团结就是力量以及让我学会了顽强不屈的精神。军训仿佛就是一次沐浴，它让我们脱胎洗礼，变得成熟了，变得懂事了。它是对自我的一次考验，同时也是对自己能力的一种提高。军训，意味着我们已经不再是懵懂的小学生，而是一名富有活力的初中生，它让我们在今后面对困难时，多了一份耐心，与坚强。使我们在今后的生活中能够更好的面对挫折。

在这次军训中，我们学会了站军姿，走正步……在学习的过程中经历了许多困难，但是都被我们解决了。现在想起来，还回味无穷。在我们解决的问题中，最让我难忘的就是我们班展示我们的军训成果。

在即将结束我们的军训生活的时候，教官告诉我们，我们在第二天的闭营仪式上要展示我们的军训成果，其中要展示我们走的正步和齐步，而且这两个交接要自然。我们听了以后，立刻认真的跟教官学习这个新的走法。我们一步一步地走，确保每一个动作都正确。尽管我们这样刻苦的练习，但是很多同学在两种走法切换的时候，都做还是不对。于是我们的教官又真对这个地方，手把手地教我们。我们一点一点地学，教官也一点一点地教，终于，我们全班的这个问题都搞定了。可是这个搞定了，下一个问题又迎面而来了。这个问题就是我们的口号声不够嘹亮。由于我们之前已经在太阳下站了一个小时了，所以这时的我们都很疲惫，声音喊出来有气无力的。经过一次又一次的“有气无力”，教官终于怒了。我们不希望教官因为我们而发怒，所以一个个鼓起精神，尽自己的力喊了出来。虽然喊声不是很大，但是我们尽力了，看着老师露出笑容，我们更加努力了。

一遍又一遍的喊，引得其他班的同学纷纷回头看我们班的同学。

第二天，我们举行了闭营仪式，在仪式上我们超常发挥，嘹亮的口号声以及整齐的踏步声，征服了所以校领导的心。于是，我们班获得了“展示一等奖”。记得当我们的教官知道我们得了一等奖后，笑得好开心，好开心。

**高中学生的军训总结笔记篇10**

转眼间，期待已久的五天军训就在今天结束了。在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。回想…军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯.教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想…在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会了什么叫“坚持就是胜利”。在训练场上，预着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作.。那种认真的态度深深地感动了我们自己.我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的高中生。军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。

军训不仅仅是简单的队列训练，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，不再只顾着自己。军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。是我们高中生活的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。它把军人的气质悄悄的刻进了我们的骨髓，融入我们的灵魂，它己在我们的心中默默的生根了.不经历风雨怎能见彩虹，没有苦寒怎能得梅香。在这次军训中我学到知识，训练中受到教育，磨练了我的意志，锻炼了我的身体，提高了我军事素质.军训让我更有勇气面对社会，承受压力。燃烧的永远是热血，不朽的永远是信念。

高中三年，我会用军事精神去度过各种困难，用梦想创造可能，用理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨创造辉煌。

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！