# 优秀学生的军训总结笔记10篇

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2025-03-08

*优秀学生的军训总结笔记范本10篇学生军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我们的记忆中。下面小编给大家带来关于优秀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。优秀学生的军训总结...*

优秀学生的军训总结笔记范本10篇

学生军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我们的记忆中。下面小编给大家带来关于优秀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。

**优秀学生的军训总结笔记篇1**

俗话说得好：不当兵不知道当兵的苦，不参军不知道参军的累。经历了军训，我才真正理解了这句话，知道了什么叫坚持，明白了什么叫团结，懂得了什么叫坚强，认识了什么叫拼搏，了解了什么叫自立。

以前，我们就如温室里的花朵，经不起任何风吹雨打，经历了为期一周的军训，我们从温室中的花朵变成了一棵棵不畏风雨的小树，变得坚强勇敢了。刚开始军训的时候，我们很不情愿，因为军训真的特别辛苦。我们这些一直被父母宠爱着的孩子，何曾真切的体会过风吹日晒的煎熬、汗流浃背的苦楚？但是，渐渐的我们明白了：军训是我们进入初中的开学第一课，必须竭尽全力去完成，我们的态度也发生了很大的转变。

站军姿时，我们在大太阳底下站的笔直，被太阳晒得头晕眼花，而且一站就是半个小时、一个小时，头很晕，腿也特别疼。个别同学受不了晕倒了，但是休息一会儿，他们毅然决然返回队伍里接着训练。练习齐步走，我们一遍一遍的反复练习，根据教官的指示按照一二一左右左的口令边喊边走，每个人都腿疼脚也疼，汗水湿透了衣衫，布满了脸颊，豆大的汗珠一滴一滴往下掉，但是我们都咬着牙坚持，因为我们是中学生了，我们长大了。在这一周的军训里，我们还学习了蹲下起立，立正与跨立，停止间转法，跑步等。

每一项训练，都特别辛苦，但我们不服输，在我们坚定的目光下，无疑是在向老师家长们宣布：我们可以在这片蔚蓝的天空下展翅飞翔！痛，我不会忘记，但是军训中的快乐与温暖更让我永远铭记于心。我不会忘记，夜幕下班级拉歌时，那久久不息的笑声和歌声；我不会忘记，帅气的教官为我们带来的炫酷的街舞表演；我不会忘记，班主任老师每天在烈日下陪着我们一起军训，为我们买水；我不会忘记，军训过程中，我与同学在训练的苦痛中建立起的深厚的友谊；我不会忘记，每天熄灯之后班主任老师和查寝老师对我们的深深的关切；我更不会忘记，军训结束与教官分别时，我们流下的不舍的眼泪！

军训对我们来说是一次成长，一次磨练，一次考验，一次蜕变！它让以前老是慢吞吞的我们，学会了行动迅速；让喜欢半途而废的我们，学会了坚持忍耐；让喜欢哭鼻子的我们，学会了坚持勇敢。我感谢军训，感谢这次人生中的第一次历练，感谢它带给我的磨练和成长，感谢它带给我的温暖与感动，感谢它让我有勇气去面对未来求学路上的困难与挫折。感谢有你，我的军训！感谢有你们，严厉的教官，敬爱的老师，亲爱的同学，感谢你们伴我成长，我的青春因为有你们而更加多彩！

**优秀学生的军训总结笔记篇2**

悄悄是离别的笙箫，我们在经历了高考这场无硝烟的战争后，各自别离，带着激动与不舍，结束了这披星戴月的高中生活。三个月的时间便是我们通往大学海岸的摆渡人。这一天终于到来，在我们踏进大学校门的那一刻，所有因大学生活的未知性而起的不安与忐忑似乎都烟消云散。仔细地看着周围陌生的人和事，想将周围的一切都尽早熟记下来，带着这份对大学生活的好奇，军训生活开始了。

天气很热，鞋子很硬，教官很严，我们每个人都在经历着对于自己来说不小的挑战。因为高温，有些同学倒下了；因为低血糖，有些同学呕吐了。但还是有很多同学坚持了下来。这便是正值青春的我们展示出的热血。一遍遍的转体，并不厌烦；一声声响亮的口号，并不费劲；一次次坐下与起立，并不嫌弃。教官的任劳任怨，我们的坚持不懈，构成了湖理一道靓丽的风景线

村上春树在《国境以南太阳以西》中说过:“世上有可以挽回和不可挽回的事，而时间经过就是一种不可挽回的事。”军训伴着时间，我们正经历着，这样美好又单纯的时刻，人生能有几次？既然结束后不可挽回，那么正在其中的我们何不享受这些难得的瞬间。军训，我们一起加油！！！

**优秀学生的军训总结笔记篇3**

此去经年，谁许我一纸繁华？这是胡适写的一本书。我为何要引用这一书名呢？那是因为刚进入大学时的军训让我感触良多。或许一些人认为军训就是苦，就是累，但我认为军训给我们留下的不仅仅是如此。

军训是那画笔，为我们的大学生活多添了一笔色彩；军训是那定海神针，使我们那颗漂浮的心安定下来；军训是那良药，让我们变得更加顽强与强大。

所谓军训，就是让我们像军人那样训练，体会军人的铮铮铁骨与伟大。中国的军人是免不了吃苦的，不能吃得苦中苦，何来人中人？正所谓严师出高徒，我们的教官在训练我们的时候的确很严格并且很严肃，也只有经过严格的要求与训练，我们才能取得最后的胜利。先苦后甜，没有苦哪有甜？

在军训期间，我们每天都会很累，但我们会过得很充实。真生命必自奋斗自求得来，真成功亦必自奋斗自求得来！

军训为我们的大学生活翻开了崭新的一页，也是最丰富，最精彩，最难忘的一页。一个连的人虽不来自一个班，但我们正在不知不觉中形成一种神秘的默契。在这里，我们一起苦，一起累，同样是一起笑，一起快乐。

此去经年，是军训许我们未来的一纸繁华！加油，坚持，我们一定会赢的！

**优秀学生的军训总结笔记篇4**

军训很苦，但是我们还是挺了下来，更没有逃避军训对我们的磨练。通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

虽说军训只有短短的十五天，但是它对我们的影响却应该是一生的，是它锻炼了我们的身体，是它磨练了我们的意志，是它促进了我与同学们的感情。也许很多人会说军训仅仅是强健了我们的体魄，磨练了我们的意志，我却觉得它更是在锻炼我们的心态，在面对困难时不急不躁的心态。军训带给我们一种尊严，一种不向任何权势卑躬屈膝的品质。军训教会了我们如何面对以后的挫折。军训中的烈日当头和阴雨绵绵我都会认为那是上天对我的眷顾，让我在最需要打磨的时候能够给我机会去坚强。军训虽是苦涩的，单调的，但却让人有幸福感。每一次和同学们并肩前行，每一次和同学们的军姿较量都让我们心中的距离拉得更近。我们心中都有一种力量，都有想要为集体添砖加瓦的愿望。是军训改善了我们的精神风貌，提高了我们的综合素质。

**优秀学生的军训总结笔记篇5**

日出东升，朝霞是太阳在天边渲染的一层柔纱。在这一个美好的早晨，有的人还在梦乡，而有的人已经洗漱完毕准备军训了。

经历过昨天的军训，我们已经领悟到军训的严肃性。这一次的军训并不是像中学时代那样，休闲放松的时候可以去小卖铺买零食或是四处走动。大学军训，来得比中学军训更加突然，伴随而来的军训考验也更加严格。在我们休息的时间里必须全体坐在原地，喝水，上厕所都要打报告，这一次的军训有很强的纪律性，我们能感受到仿佛自己就是一个兵。

今天是我们军训的第二天，经过昨日占了一整天的军姿，我的双腿非常的酸痛，因为很久不运动，所以多少有些不适应。但很意外，在我起来的时候，我发现我的精神是非常饱满的，跟着同学们一起早早的起来。

洗漱的时候外面的天还是黑的，甚至还有些冷，这跟夏日的炎热有了反差，同学们时不时的感慨，这个时候，鸡都还没睡醒呢，我们就已经起来了。我不禁笑了笑，是啊，起得比鸡早，但是我们现在是一个兵，作为一个士兵就要遵守军规，要有很强的自觉性和纪律意识，既然这是军训，那么就要好好对待。

一清早，我们便看到了教官，原本还有些困意，因为教官的到来顿时消退了，我们全班打起精神，齐声喊道“教官好”。这一天的军训，便正式开始了，接到总教官的命令，今天的我们任务不是站军姿了，换成另一个，至于是什么，很快我们便会知道了。

一听说不用站军姿，很多同学顿时松了口气，有的同学摇摇头，认为肯定不简单，昨天教官给我们下的立马威我们现在还记忆犹新。作为一个学生，接受军训是必须的，每年都有学生参加军训，不论什么困难都要学会去克服，如果这点苦都吃不了，那我们还有什么脸面说自己的大学生呢？

很快，我们便知道了接下来的训练是什么，手拿椅子练蹲姿，一蹲就是半小时，比站军姿还要痛苦，时间一久，我们的腿也跟着麻了，有的同学发出痛苦的声音，被教官制止，如果不坚持，全体同学再加时间，于是，我们只得咬牙坚持，没有人愿意拖后腿。

第二天的军训也很辛苦，经过这一次的军训加强了我们班级的凝聚力，在接下来几天的军训里，我相信我能坚持下来，不怕吃苦，勇于克服困难就是我现在军训的宗旨。

**优秀学生的军训总结笔记篇6**

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，才是刚刚的开始，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。

**优秀学生的军训总结笔记篇7**

七天的军训时光像是一阵秋天的清风，一恍惚间，一切又恢复到了原来的样子。我们的皮肤虽然黝黑了，但是我们的眼睛更加明亮了，我们的笑容更加自信了，我们的胸膛更加挺直了。这次军训结束了，但是留给我的依旧是最美好的那一部分。我很感恩这次军训里，我能够获得这些成绩，也充满了激情，去面对未来的每一次挑战，去面对每一个新鲜的明天。

进入大学之后，我在很多时候都是没有办法适应的。刚刚进入大学之后，我就处于一个很抵抗的状态，我确实很难适应陌生的环境，也很难快速的和大家融入在一起。我个人是比较内向的，所以我在做事情、说话方面都比较的收敛一点。刚刚和大家一起训练的时候，我很少在一些活动中崭露头角，后来还是因为教官不小心抽到了我唱歌，才让大家认识到我的存在。也是那一次唱歌，让大家知道原来我还是一个会唱歌的人。慢慢的，通过了解和相处，我有了朋友，也有了可以共度这段青春的战友。

七天的军训生活真的很艰苦，我本身算是比较白的一个人，这几天下来之后，整个人黑到没有办法去识别了。虽然自己黑了很多，但是我还是非常高兴的，因为这段时光是不可重复的，皮肤是可以重新白回来的。所以明白了这一些取舍之后，我面对这一切就更加的从容了。在军训当中从不抱怨，即使天气炎热，我也能够坚持下去。我知道如果真正在部队当中，要承受的东西比这些要重得多。看着我们的教官就知道，如若不去吃点苦，男儿胸膛又如何会如此的笔直呢？

军训的那些日子里，我感觉自己走路都更加的自信了，抬头挺胸，迈着从容的小步子，仿佛自己就是一名军人。所以说，军训给我们带来的并不只是思想上的觉醒，更有仪态上的改变。我很享受这样的改变，至少我觉得自己自信了不少，就像每一个军人都坚信自己一般，从不动摇。我需要这样的力量，也需要这样的一份信心。

这次军训为我的大学生活开启了一段美妙的旅程，感谢这个秋天的来临，让我认识了这么多的朋友，认识了可爱的教官，也认识了我的大学。往后时光，我会谨记自己在这次军训中所领悟的道理，保持独立、坚强和自信，做一个新时代的英气青年！

**优秀学生的军训总结笔记篇8**

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页；如果说军训是一台戏，那么，军训的生活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，都会咬咬牙，挺过去。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，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。

我想这也就达到了军训的目的了吧。

**优秀学生的军训总结笔记篇9**

军训开始已经好几天了，看到了很多，知道了很多，也学会了很多。

条件——到了一年最热的季度，想撑过去真的不容易，更何况是18天的军训。但是，我们正在渐渐习惯着，我们也在调整着自己的步伐，我们没有再抱怨太多，只好适应，只好改变自己。

教官——与以往凶狠严厉的形象不同，我们的教官是一个腼腆和蔼的年轻人，因而在交流方面都显得很轻易，我们总能在军训中找到乐趣，并享受其中。教官的语重心长让我们发现了很多自身的错误，我们也在错误中学会并且改进自己。

军训——现在我们的军训，的确人性化以及规范化了许多，有了标准的作息时间，避开了最热的时段，这一切安排，真好！

**优秀学生的军训总结笔记篇10**

初中的第一堂课——军训，就在今天，圆满结束了。回想起这些日子，我感慨良多。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人。他很爱笑，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。

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，并且做到互帮互助。团结一致，我们要从原本懒懒散散的寒假生活中脱离出来，参加严格的训练，面对种种的考验。记得一次练习正步走，因为我们走得不好，教官让我们进行分解动作。要知道，保持一个姿势不动是很辛苦的。脚底又酸又烫，双腿麻木，胳膊酸痛，汗水不断地从脸上流下来，而且还口干舌燥的。正在军训汇报表演时，我们以班为单位，正步通过主席台。统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。在军训的训练中，集体的荣誉感更让我们感悟，有种力量叫团结。再看他们，那笔直的身躯，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿，那汗水中神采奕奕的双眼，让我为之震撼。他们，这群正直不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。就在汇报表演快结束时，我有代表全体新初一学生上台发言。这一切，无一不在展示我们的训练成果。

也许，这短暂的三天是微不足道的，然而他给我们留下的印象却是无不深刻的。难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩！

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！