# 高中生军训实践总结500字

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2025-01-17

*高中生军训实践总结500字6篇军训结束了，但那一抹缘还留恋在心里，那一抹记忆还留在心里，那一抹甜蜜的尤其还在依存在心中。那么你知道军训总结要怎么写吗？以下是小编整理的高中生军训实践总结，欢迎大家借鉴与参考!高中生军训实践总结500字（篇1）...*

高中生军训实践总结500字6篇

军训结束了，但那一抹缘还留恋在心里，那一抹记忆还留在心里，那一抹甜蜜的尤其还在依存在心中。那么你知道军训总结要怎么写吗？以下是小编整理的高中生军训实践总结，欢迎大家借鉴与参考!

**高中生军训实践总结500字（篇1）**

就像沙子流过你的手指。突然，七天军训结束了。

七天很短，但同时又很长。之所以短暂，是因为七天比之前漫无目的的假期生活更有意义；之所以长，是因为在烈日下训练的每一分钟都长达一个世纪。在这几天里，我遇到了很多同学，他们会和我朝夕相处三年，感受到前所未有的艰辛，开始通过训练塑造全新的自己。同时，相对于两个长度不同的时间段，我也开始对“浪费的时间”这个词有了进一步的理解。

因为台风，前几天一直下雨，气温也比较低，对我这个娇生惯养，缺乏锻炼的同学来说是一个极好的帮助。所以，我对这次军训并不像以前那样充满了抵触和抗拒。说实话，站在烛光楼里，感受楼外的凉风；在雨中快速短暂地聚集，体验绵绵细雨给你的手和身体带来的凉爽，真是一种愉快的享受。

军训的生活很辛苦，穿着迷彩服，在宽阔的操场上训练。炙热的太阳炙烤着大地，肆意地将热量撒向我们。烈日下，踩在塑胶跑道上几乎能出油。我们按照教官的口令做了相应的动作。豆子的汗水流淌在脸上和身上，却没有人抹去，任其滴落，落在地上，碎成花。也许在每个人的心里，都有一些对军人的敬佩。笔直的站在跑道上，暂时当兵的感觉让我觉得新鲜。训练结束后，我冲到已经挤满了人的食堂。饭堂里的菜虽然难以下咽，但对于我们这些整天与酷热搏斗的人来说，可以算是“美味”了。所以，没关系。

训练结束后，我拖着疲惫的身体回到宿舍，试图打电话给父母，告诉他们一天的辛苦，但意识到我没有带手机，然后我意识到我的家是多么温暖。躺在床上，看着室友们忙碌的身影，想和他们说话的欲望被逼回来了。也许每个人都一样，心里都充满了对父母的思念。渐渐从初中生变成高中生，渐渐开始独立，渐渐明白父母可贵的关心，以及军训前因为一件小事和父母吵架。

感谢军训，让我从一个幼稚的孩子变成了一个可以独立生活的高中生，让我的生活焕然一新。我相信，今天我们在一起挥汗如雨；明天，我们将有一个光明的未来！

**高中生军训实践总结500字（篇2）**

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；如果说人生是一台戏，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。几天睡了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆。阳光照进来，落在堆在角落的军训服上，军训的记忆一股脑全翻了出来，我在呆呆地想着，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。军训究竟带给了我什么，有吗？唉，军训，真像一场梦啊！记忆已经在疲劳的压迫下变得愈发模糊，对于军训，我能说什么，是从崇高的为保卫祖国而刻苦训练来说，还是充斥在这期间的铁骨柔情。当然，这些都是值得回忆和怀念的，但是否还有更重要的呢？

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，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，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这种关系很令人怀念和留恋，向往啊！

**高中生军训实践总结500字（篇3）**

世界上最伟大的职业只有军人，而最坚挺的是军人的肩膀，最浩瀚的是军人的心胸，最豪迈的是军人的的情怀，最有力的是军人的步伐，最可爱的是军人的形象。

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了高一。迎接我们的是为期七天的军训。它对于我们，不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。穿上军衣，戴上军帽，看起来可真有点军人的样子。高中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高中生，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。在这七天中，有欢笑，有泪水；有病痛，有坚持。我相信，军训的每一个脚印都深深地印在我们每一个人心中。操场的地面知道我们流下了多少的汗；脚下的小草知道我们使了多大的劲；路边的树木知道我们走过多少的路；树上的鸟儿知道我们吃了多少的苦。

通过这几天的军训生活，他教会我们什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支持着沉重的身躯的却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。军官年纪20多岁，中等身材，腰身匀称，四肢健壮，结实得钢桩铁柱一般。姿势英姿飒爽显出一副英武逼人的气概—何教官何教官让我们了解了守纪律的重要性。教官的细心耐心我们看在眼中，在此我为我军训中的不足表最城真的歉意，同时希望教官温柔带队。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。

温室的花朵，永远都经不起风雨的考验。平静的湖面，永远都训练不出精悍的水手。我们要懂得吃苦，更要经得起磨练，这样我们才经得起大风大浪，才不会被社会淘汰。军人的肩膀壮，肩负着祖国和人民的期望；军人的胸怀最宽广，容纳着山川大河和人民的安康；军人的情怀最豪迈，为国为民不为自己来思量，在此表示对全体教官表示感谢和致敬！

**高中生军训实践总结500字（篇4）**

正值八月中旬，烈日当空，太阳烘烤着大地。已在家中安逸了一个月的我们终是迎来了高中第一课——军训的磨炼。

与绝大多数人一样，提及军训第一反应所想到的无外乎也是“苦”字。苦在要在太阳下暴晒，苦在要改变日常习惯和作息时间，苦在体力与意志的双重磨炼。起初对军训虽有些担心，却还是抱有憧憬与期待，然而正式军训的第一天我便觉得度日如年，仿佛自己生活在炼狱之中。凭借那即将消耗殆尽的意志力撑过了前几天，已经逐渐习惯，适应军训生活，适应每天都要早起叠被子，适应每天与别班对唱相争，适应教官的训练方式……却还是因为自身身体素质不得不提前离开。军训，渗着汗水和泪水，透着深呼吸，那高度紧张的思维和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。

军训是让我们从高中这一长跑比赛的观赛区走上起跑线的过程。“愿你的生命中有够多的云翳，来造成一个美丽的黄昏。”倘若高中三年是天空，那么军训则是一片云翳，高考则是那个艳艳高照的中午。我们应该感谢军训，军训固然辛苦，但辛苦得美丽，辛苦得动人。高中三年是一场可长可短的长跑比赛，它以时间为限制，不以路程为限制，近千万名选手同时参与，也同时结束。“不是所有的坚持都有结果，但总有一些坚持，能从冰封的土地里、培育出十万朵怒放的玫瑰。”三年时间一到，并不是所有人都能到达终点，只有一路坚持向前的人才有可能到达终点，才有可能在高中这块冰封的土地里培育出十万朵怒放的玫瑰，才有可能在高考培育出最鲜艳的那一朵。

通过这一次军训，我也明白了人生在世，风雨坎坷总不可避免，当困难降临时，生活并无退路。面对困难，只有迎难而上、勇敢克服，才能解决问题。世界上根本就没有逃离一说，只是用一些困难交换另一些困难。如果一艘船不知道该驶去哪个港口，那么任何方向吹来的风都不会是顺风。虽然在明确正确道路的过程中痛苦会如影随形，如果没有对自我目标追求的坚定意志，绝望就会像巨大的阴影吞噬生命的天空。

人生将会面临许多的选择，就像我们挥手告别20\_\_转眼踏入那条名为20\_\_的河流，我们无法预知它的流势将会平缓还是激荡，但我们却必须逼迫自己在方寸之中，毫厘之内，镞砺括羽，不懈创新，作出人生选择，葆有坚持不懈的精神，蓄积水滴石穿的韧劲，在平凡中书写属于自己的不凡。

在这个千帆竞发、百舸争流的时代，我们决不能有丝豪犹豫不决，徘徊彷徨，也决不能有半点骄傲自满，固步自封。而那迷茫中的坚定是一抹穿透枷锁的光芒，那样尖利而耀眼，张扬着它的不凡。

坚定，重如山岳，长如河流，阔如海洋。目标，长如山脉，深如幽林，广如菌原，无法用坚定证明自己的人，难免会被惰性、气馁和妥协五花大绑，最终坠入人生的低谷。上帝不会一直遏制你的喉咙，反而还会为你打开心灵之窗送来一份走向成功的赞礼。而你所要做的便是紧紧地抓住它。我们要坚信，垂下的头颅只是为了让思想扬起，你若有一个不屈的灵魂，脚下就会有一片坚定的土地。

那踽踽人生路虽道阻且长，却是每一个人都有期待的旅程，而在人生的十字路口我们必须做出不悔的选择。只有当你明确了自己的目标时，才会把热血与汗水的泪熬成汤，浇灌在现实的贫脊上，去种植你的目标，去收获你的梦想。

人生或许就是一具皮囊，打包携带着一颗心的羁旅，怀揣着那一份真诚炙热的坚定与不屈，让我们以今日的自己为舞台，以明日的自己为坐标，在蓬勃的生活中尽享时代的馈赠。

**高中生军训实践总结500字（篇5）**

在许多国家，男子成年后都需要兵役，中国虽然没有这一条法律，但每一个高中生开学前都要接受军训，差不多成了一个惯例。我认为，军训目的之一在于让学生收心，服从学校管理，之二就是模拟军人，收获一些良好的品格。在这次军训中，我就收获了许多！

军训前，每一个人都期待着，也有着不同的想法，有的人为很有趣，像体育课一样，也有的人认为很苦，像工人一样。但不论是苦是乐，我们都有同一个目标：在军训中坚持！在军训中蜕变！

军训中，第一个动作——站军姿就把我们累坏了。往常认为站军姿是实在容易不过的\'事情了，但我们以前从来没有这样规范地站着，而且站得笔直。在这儿，我就分享我第一次站军姿的心理活动。

一分钟，身体挺得很直，心里为第一次站军姿能够站到这样标准而兴奋，呼吸也很通畅感觉很轻松。

五分钟，背依旧很直，但心里想的是时间到了吗，背上的骨头像开裂了一样很痛，时间放佛变慢了，呼吸也变缓慢了，感觉很难受。

十五分钟，背感觉被拉得笔直，似乎无法还原一样，身体一直处在崩溃的边缘，开始出现喘气不匀的感觉，很痛苦。

二十分钟，如释负重，感到身体像换了一个人一样，舒服了很多，也终于明白，苦尽甘来的道理。

军训过程中，我们还学习了许多动，如正步，跑步，左转，右转，跨立等等。通过近10天的练习，我们已掌握得比较熟练，整体也团结多了。

军训后，原本有些害怕教官，但结束后，却又有点十分舍不得教官的感觉，或许教官也和我们是一个整体，是不可分割的吧！

通过这十几天的军训，我感觉自己成长了，变得有毅力，懂得了什么叫奋进，什么是上进心，什么是集体荣誉感。军训是一门必修课，你要好好学习，在接触的时候，你需要克服一切困难和挫折，当胜利的荣光照向我们的时候，你会发现，自己正展翅飞翔，飞向属于自己的梦想。

**高中生军训实践总结500字（篇6）**

三年前，我怀着忐忑的心情进入北师大附中，一个崭新的环境，一群从未谋面的同学朋友，无论做什么都小心翼翼，曾一度年少轻狂，想离开北师大，结果命运弄人，我已一分之差留在了北师大；三年后的现在，多了几分成熟与稳重，中考的失误使我再度重新认识了，姐姐说，我给人的感觉很强，但中考却显现出我外强中干，我不甘心……

开始高一入学前的军训，我只是想要好好锻炼下自己，本职，是的，这一次，我做的还不错，获得训练标兵的称号，这只是做好了我该做的。站着军姿，20或30分钟不等，其实也就是那么回事，就看心态罢了。我在这段时间里，我背诵着《沁园春长沙》，一遍一遍，喜欢这首诗的豪迈与磅礴气势！就这样，时间悄然流逝了，脚酸了，麻了，我认真了……

军训的六天里，偶尔淅淅沥沥的小雨倾洒，偶尔炎炎烈日高照，不论怎样的天气，都挺了下来。我记得，挥洒的汗水，浸湿了帽子与衣领；我记得，高亢的歌声，在每一次开饭前响彻天际；我记得，休息时间与教官同学们的交谈，笑声一片；我记得，严厉的教头一遍一遍让我们叠豆腐块被子，大家哀怨声四起；我记得，教头毫不留情地把叠得不好的被子从四楼扔到一楼，那些同学脸上的羞愧与不安……这一切的一切，就在今天早上结束了，累过，痛过，认真过，收获过，也就不枉此训了！

人生需要一些波折，它会让我们成长！我中考的纰漏是个偶然，也是个必然！偶然在于：模拟考一直都在640以上没掉过；必然在于后期未坚持住，松懈了，骄傲了！整个假期在不安与自责中度过，我学会了反思，才发现自己的问题很多。军训，是一个好的开始，我会一直努力，一面改正缺点，一面努力学习，只想专心致志地做好自己的事，等待三年后的一个大翻身！我也知道，这路上，密布荆棘丛、陷阱，但我已不在害怕，因为我知道，这条路不是我一个人在走，我身后有无数的亲人朋友同学师长在在支持着我，而我会满载他们给予的力量和我的理想与拼搏勇往直前！

军训，就是为了懂得一句话：吃得苦中苦，方为人上人！是的，学会吃苦，学会独挡一面，学会自力更生，无论哪方面，竭力去做好，做一个真正的“标兵”！

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！