# 大学军训总结反思

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2025-01-17

*大学军训总结反思5篇军训在执行各种看似困难或不可能完成的任务时，学员们逐渐认识到自身存在实力并慢慢的改变了生活对他们的看法，为其后建好心脏以及信心奠定良好的基础。下面是小编整理的军训总结反思，希望大家喜欢。大学军训总结反思（精选篇1）在我记...*

大学军训总结反思5篇

军训在执行各种看似困难或不可能完成的任务时，学员们逐渐认识到自身存在实力并慢慢的改变了生活对他们的看法，为其后建好心脏以及信心奠定良好的基础。下面是小编整理的军训总结反思，希望大家喜欢。

**大学军训总结反思（精选篇1）**

在我记忆的最深处是军训时留下的美好的回忆。军训虽苦，但现在想起来，倒也是一段挺有趣的时光。一直对军训充满期待的我以为军训只是像平时上体育课那样简单轻松，可是看似简简单单的军姿却把我弄得连膝盖都直不起来，来来去去都还是重复那个动作。一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人讨厌的纪律。一天的军训终于把同学们原本种种美好的设想击碎，取而代之的是咸咸的汗水、酸痛的四肢，这就是军训对我们身体素质、意志信念、组织纪律的考验。

我们在的操场上，一动不动像一个个木头人似的站上半天，还又要跑步又要跳高，中途都不能休息。阳光不停地考验我们的意志，手酸了，脚僵了，痛了，全身黏乎乎的，简直就跟十八层地狱没什么两样，让人有股冲动想一下子跑回家享受空调。更恐怖的是烈日底下保持军姿了，我们还要忍受肚子向我们威的煎熬。太阳一天比一天更加烈。我站在太阳下，不一会儿，汗水就一滴滴地从额头渗出来，顺着我的鼻梁，慢慢流到鼻尖，最后落在嘴唇上。我也尝到了汗水的味道。

四天的军训转眼就过了，但四天魔鬼训练让我铭记在心，这四天学到的东西更是不能忘。在军训中，很苦很累，心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机吗？经过这次军训我已经渐渐意识到我必须做一个有纪律，不怕苦的人，这样对个人而言，无论是以后的学习、生活、工作都会带来益处。

**大学军训总结反思（精选篇2）**

窗外仍然蝉鸣不断，洋溢着夏末的慵懒。在国防教育学校硕大的棚下，我们整齐划一的穿上了橄榄绿，开始了军训之旅。

军训就如同一场修行，在辛苦的训练中磨砺我们的意志，在挺拔的站姿中强健我们的体魄。军训的生活是多姿多彩的。

《一》我们的寝室

我们努力的将行李提至四楼，进入了指定的寝室――403寝室。403是正对着楼梯的，右手边就是厕所，十分方便。将书包用力的扔上硬硬的床板，我的心境有些复杂。新的团体、新的环境，接下来的几天，真的能照顾好自我吗之前很少离开家的我们其实十分缺乏自理本事与独立意识，然而进入高中之前，军训就是对我们最为有效的历练。寝室里的同学们都很好相处，让人自然而然的融入，感到温暖。休息的时间我们都在寝室里，那里充满了和谐与愉快的暖流。

《二》训练篇

“一、二、三、四!”响亮的口号很早就飘扬在场地上方，激励人心。我们在教官的安排下进行严密有序的训练，并且进行一些趣味的活动：学唱歌、看电影、学习急救知识等。第一次站军姿，每一分钟都像是煎熬，小腿如灌了铅一般，大家都是叫苦不得，腰酸背痛。可是教官们说，越是到了最终，越要坚持住，不然就前功尽弃了。接下来还有第二次、第三次……没有一个人说放弃，抱怨声也少了很多，我明白，我们学会的是永不言弃的军旅精神。

《三》衣食住行

在那里，一切都只能靠自我，我们都像飞出巢的鸟儿，凭借着自我的力量做着以往从未做过的事情。食堂的饭菜并不可口，软弱的肩膀并不能适应坚硬的床板，较大的训练强度影响暑假构成的不正确的生物钟。早睡、早起，离开了电子产品，离开了衣服脏了自我洗的生活，那里都是新的元素，为我们的未来铺路。

今日是第四天，很快军训生活就要结束了。期望我们带着满满的回忆，更快更好地进入新的状态。

**大学军训总结反思（精选篇3）**

今天是我们“桐少年”训练营的最后一天，我们将进行激动人心的大会操，这也是对我们这五天以来的训练大检验。

上午我们进行了最后一次训练。吃过中饭，我们便早早地来到操场等待。这时候，爸爸妈妈们也陆续来到了操场，我抬头看看天空，今天的天特别蓝，连白云也在我们学校的上空驻足，仿佛它们也想留下来观看我们这次的大会操。

两点整，“桐少年”训练营结营典礼正式开始了。会操开始了，我们按一至五排的顺序依次走过司令台，接受学校领导和家长们的检阅。首先向大家进行展示的是一排的同学，他们迈着整齐的步伐，雄赳赳、气昂昂地走到司令台前。他们每一个人脸上的眼神是如此坚毅，在教官的带领下，他们大声喊着口号，那声音响彻云霄，连大树都为之颤动，我们台下的同学纷纷鼓起掌来。

紧接着二排三排依次会操完毕。马上轮到我们四排了。我们早早地在操场的另一侧等待入场。只听教官一声令下，我们便齐步向司令台走去。在行进中，我暗暗地想：我们四排一定不能输给其他排，我们一定要得到狼王旗！我用眼角的余光看看旁边的同学，他们坚定的步伐，坚毅的神情感染了我。我马上调整自己的状态，决心以最好的姿态去面对这次会操。

来到主席台前，我们在教官的带领下，把这几天以来学到的动作完整地做了一遍。我们每个人都集中注意力，生怕自己不小心拖了班级的后腿。当我们喊着响亮的口号退场时，操场上响起了热烈的掌声。教官为我们竖起了大拇指，我们都为自己的表现感到高兴。

等五个排会操完毕，我们又进行了年级组展示。我们在总教官的带领下唱了三首军歌，歌声响彻校园的每一个角落。爸爸妈妈们微笑着看着我们，不时为我们加油鼓劲！

五天的“桐少年”训练营在大会操中结束了！五天来，我们流了很多汗，晒黑了许多，但是，我们发扬了不怕苦、不怕累的精神，也从教官身上学到了团结协作、勇往直前的军人精神。

**大学军训总结反思（精选篇4）**

春风轻拂过操场，在那绿油油的人造草坪上，站立着一群身穿迷彩服，头戴翠军帽的小小消防员。他们叽里哌啦地讨论着，塬来他们要去梁弄实践基地参加为期3天的暑期军训活动，他们都为能当小军人而感到兴奋、自豪。

我随着“军队”乘上一辆驶向梁弄的大巴。过了一会儿，听到有几位同学激动地大叫“对，就在那儿，还有水上乐园呢！”大巴缓缓驶进实践基地。就这样，我们军训的第一天就在我们的欢唿声中开始啦。

最惊险的要数：高空拓展了。教官给我们示范完毕后，我们同学就按照编号依次开始实践了。我等啊等啊，终于等到了“24号——何宇璐”这句话，我满怀信心地戴上安全帽，套上工人手套，向3层楼高的塔顶走去，到了塔顶，我低头一看“哎哟！妈呀！”，我不禁大叫起来，“怎么那么高呀？我会不会摔死啊？”教官安慰了我一番，手把手帮我套上白色的绳套，拉紧环扣，打开铁栅门，对我说：“把脚弯曲一点，对！再弯一点点。”接着说：“手放开，脚也放开。”我把脚放开了，但是，手却迟迟不敢放开。教官一次又一次地鼓励我：“放开呀，放开呀！你一定能行的！”我犹豫了一秒，心想：我现在的身份是一位小军人呀，你不跳下去就是懦夫。我心一狠，眼一闭，松开双手。只听下面的同学大声嚷道：“何宇璐，加油！”“何宇璐，不要哭！”我微笑着张开双臂，轻轻摆动着，自言自语地说：“我是一只小小小鸟。”

经历了这个游戏后，我感到十分有趣。但有些同学却不这么认为，还不敢往下跳呢！我猜他们肯定是克服不了自己，不相信自己能够胜任高空拓展这个项目。

军人，当然是要吃苦的罗。他们每天在炎炎烈日下练习军姿；在汗流浃背时，他们却不能享受空调的凉爽；在口渴难耐时，他们却不能随意喝冰镇饮用水……

我们虽然热得大汗淋漓、累得筋疲力尽，却感受到了一分军人的苦与累。军训真是锻炼我们意志力的大好机会呀！

**大学军训总结反思（精选篇5）**

告别了一所令我回味无穷的母校，升入了另一所绚丽多彩的中学，我由不舍到期待，更多的却是激动万分!

走进渴慕已久的中学校园，出乎意料的是，每个学生都要面临一个严肃的问题一一一军训!我昂头看看蔚蓝的天空，没有一点云彩，火辣辣的大太阳能把人烤化!低头望望寂静的大地，没有一丝风，阵阵热气能灼焦顽强的小草!除了闷热还是闷热，呀!真愁人呐，宅在家里两个多月，养的细皮嫩肉的我哪能承受起军训，如此的“大礼”呀!

但，又有什么办法呢。

军训第一天，教官让我们在塑胶跑道上“规范”小站半个小时。热气不断的从脚下升腾而起，顷刻间，汗水顺着脸颊流入我的脖颈，腿发困、腰发僵，一会儿，汗水浸透了前胸后背的衬衫，口干舌燥的我有了想打“退堂鼓”的念头，想编造一个既不被看穿，又能冠冕堂皇的理由使自己全身而退，回到清凉的地方歇一歇，当看到教官的识真执着时，我放弃了之前的念头，我告诉自己;一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在逃脱的话那前面的辛苦就不白费了吗?于是我就咬着牙硬撑了下来。

这么一天下来，我已经被折腾得差不多了，一想到还有3天军训!我浑身酸疼又加几分，什么时候会结束呀!

我软绵绵地躺在床上，不一会便进入了梦乡。

“向左转…向右转，敬礼…礼毕…\"我在教官富有磁性的口令中，操作自如，每一项指令都不差分毫，每个动作都潇洒极了，在教官满意的微笑中，我带着我班同学，给他们做着示范……

叮铃铃铃，起床的铃声拉我出梦境，我伸了一下懒腰，起床，准备好今天的磨炼。我想，我会把梦变为现实的!

军训结束了，我也成长了很多。军训虽然很累但我觉得很充实，我从那个遇到难事就哭鼻子的毛孩子变得自律、自信了。我还明白了：只有用持之以恒的努力才能到达成功的彼岸。

军训，作为一段美好的时光，会永远留在我的记忆里!

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！