# 大一的军训总结汇报10篇

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-04-05

*大一的军训总结汇报范本10篇一般军训完之后，教官都会要我们写一份军训心得，很多朋友为此伤透了脑经，因为还有字数限制，有的同学文采不好。下面小编给大家带来关于大一的军训总结汇报，希望会对大家的工作与学习有所帮助。>大一的军训总结汇报篇1军训已...*

大一的军训总结汇报范本10篇

一般军训完之后，教官都会要我们写一份军训心得，很多朋友为此伤透了脑经，因为还有字数限制，有的同学文采不好。下面小编给大家带来关于大一的军训总结汇报，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

>大一的军训总结汇报篇1

军训已经结束了，这半个月的军训生活，让我产生了很多的感触。在军训的过程中，我收获了很多，也成长了很多。我感觉这半个月的时间是过得很快的，虽然每天的训练时间都是一样的，但是因为训练的内容不一样，所以也没有觉得很枯燥。再加上我们一起训练的都是同龄人，所以有很多的话题可以聊，在休息的时候觉得非常的愉快。

在军训的过程中，我学会了遵守纪律，学会了团结，学会了很多的军事知识，也学会了坚持。我也成长了很多，提高了思想，磨练了意志，锻炼了身体。我们这一代人，大多数都是独生子女，生活在最幸福的时代，从小就是在家人的宠爱下长大的，没吃过什么苦，要什么有什么。军训对我们来说，是比较的困难和艰苦的。因为我们之前没有进行过这样强度的训练，也没有在纪律这样严格的队伍中训练过。我本以为会有人坚持不住放弃，但意外的是同学们都坚持下来了，并且做的很好，我们也得到了教官的夸奖。

回顾军训的这半个月，我觉得我的表现还是很不错的。从一开始我就抱着一个好的态度面对军训，因为在高中的时候已经经历过一次军训了，也懂得了军训的意义。所以这次再面对军训，已经可以调整好自己的状态和心态，积极的面对每一天的训练。在军训期间，我严格遵守军训的纪律，服从教官的命令，听从教官的指挥，与同学们团结一致，齐心协力进行训练。我不迟到、不早退，不做任何违反纪律的事，认真的对待每一天的军训。正是因为我这样的态度，所以我在军训中成长了许多，感觉自己整个人有了不小的变化。

有些事情就是要敢于尝试，如果从一开始就因为困难而不去尝试，那么从一开始就失败了。就像军训，如果从一开始就因为艰苦而想办法逃避，什么都学不到。在完成一个个训练的时候，在得到教官的表扬的时候，心里的那种高兴和自豪感觉，只有切身体会的人才能够感受到。只要肯努力，没有什么事是做不到的，也没有什么任务是不可以完成的。就像军训，开始的时候没有人觉得轻松，但大家都很努力，所以最后有一个好的结果。

在之后的四年的学习中，我一定会更加的努力，学习更多的知识，不断的提高自己，让自己多几项技能，成为一个优秀的大学生，毕业之后能够更好的在社会上立足，为社会的发展做出自己的贡献。

**大一的军训总结汇报篇2**

军训随着最后一次的会操而画上了句号。12天的磨练，12天的苦寒，12天的成长，12天的蜕变。酸甜苦辣交杂，汗水欢笑交织，难忘与不舍交汇。

初入大学，军训无疑是我们每一个大学生要面对的第一个挑战，这个挑战无关输赢，只关成长，军训的乏累和艰辛最终都会转换成自律和坚韧，这是军训的初衷和希冀。将近三个月慵懒松散的暑假，高三备战高考时的拼搏和冲劲早已消失殆尽，留给我们的只剩下满身的惰性和怠慢，军训的必要性可见一斑。若不是军训，有谁会迎着星辰早起出操；若不是军训，有谁会耐着辛苦风吹日晒；若不是军训，又有谁能真正感受到军队的严谨与自律。军训带给我们的远不仅仅是体能上的提升，身体上的淬炼，更多的，更让我们受益终身的是内心的变强大，精神世界的变丰富。

初见教官，他们穿着英姿飒爽的军装；踏着整齐划一的步子；喊着响亮恢宏的口号。这就是军人吧，这就是队伍吧，这就是军队吧！跟电视里、小说上、想象中的样子毫无差别。这好像是一次没有被电视小说骗到，中国军人的形象就是高大伟岸的，中国军队的要求就是严谨自律的，无论何时何地，都是如此。国无兵不强，从他们身上体现的是中国的国防力量，是中国的国防自信，更是中国的国防底气！能被这些国家的卫士训练，我们是荣幸的。

初次训练，我们所要克服的不是酷暑，而是严寒。由于上半年的疫情影响，高考延期，以至于高考的录取和大学开学也随之延后。十月份的大西北早已经是寒风阵阵了，高海拔地区早晚巨大的温差让我们这些来自平原地区的同学更是难以忍受。军训严苛的着装要求让我们只能穿着单薄的军训服和军训鞋，可以说，这次军训给我的感受就是冷，手脚冻的没有知觉已经是常态，休息也只能是席地坐在冰凉的塑胶跑道上，刺骨的寒风吹的人弱小又无助。从日常站军姿开始，每一天满满当当的训练项目让军训生活过的简单而充实，稍息立正、停止间转法、胯立、齐步正步走……看着教官们的示范，轻松而简单；我们真实做起来，却是笨拙而困难。我不禁想到了那句话，你眼里别人所有的轻而易举其实都饱含着无数不为人知的艰辛和努力。比起教官这些真正军人们的日常训练，我们这些连皮毛都算不上的训练根本不值一提，哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行。铮铮铁骨，满满豪情，雄姿英发，保家卫国。

初次団建，围坐在一起欣赏同学们的文艺表演，来自各个民族的同学争相着展示自己的才艺。新疆维族小姐姐们好像真的是骨子里就会跳舞，藏族的同学们也在用欢快的特色舞蹈来展现着他们的热情。来到民大，真正意义上的56个民族聚集在一起，感受着彼此民族独特的文化，促进着彼此这种独特文化的融合。

从初次到最后一次，只用了12天的时间，12天，我们每天都在算着离结束的日子，直到最后一天会操结束后，我们才意识到，刚才那是我们最后一次穿着那身被我们嫌弃的迷彩服了；是最后一次踏着并不算太过整齐划一的步伐走过长长的塑胶跑道了；也是最后一次喊着博法之长，共铸辉煌；五连一排，气宇轩昂的口号了。好像什么事情只要加上最后一次这个字眼都会显得格外伤感，我们恍然回顾，如梦境般虚幻，如流水般飞逝。我们所期盼的结束真正到来的那刻留给我们的却是无尽的不舍与空落。我所在的营、连、都取得了不错的成绩，我们排更是以第四的名次为军训交上了圆满的答卷。

军训结束了，教官们敬礼向我们告别，我忍住自己的泪水没有留下来，相遇与离别总是成对出现的，告诉自己，只要感恩所有的相遇就好了，离别总是再所难免。我相信这些铁骨柔情的教官们也会永远记住这段时光。他们马上要回到自己的部队继续履行军人的责任和义务了，我们也马上要开始大学的课业生活了，一切都渐渐回到正轨。感恩军训的经历；感恩教官的教导；感恩同学的相聚；感恩国家的强大；感恩自己拥有的一切！

**大一的军训总结汇报篇3**

大学军训来得快去得也快，总结来说，军训是一个从无到有，培养军体素质，从轻到重，感悟团队意识的过程。

从基础的军姿练习，到稍有复杂的阅兵式训练，从夜夜不断的军营拉歌，到红旗招展全体演练，一直到最后一声长哨，全体敬礼。让新生在这短短几周内，重拾朝气，收获情谊，也充分感受到今日生活的弥足珍贵。

大学军训，也有很多新生会有排斥感，认为艰苦紧迫的军训训练与大学静谧宁和的学术氛围格格不入，认为军训是多此一举。

这么说也并非是空穴来风，确实我们有同感与此：军训结束，大多数的大学生们立即疲懈下来，原本的豆腐块的被子一直堆在床上有甚者四年不叠，教室听课的学生寥寥，有事来了也会抱着手机电脑坐到后排追剧。

对于原本就对自己缺乏要求的大学生，军训自然是一件煎熬痛苦的事，只有对自己要求严苛，奋发上进的同学，才会真正把军训视作一杆标尺，用军训的作息、军训的毅力、军训的热情投入日后四年的大学生涯。

**大一的军训总结汇报篇4**

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！

**大一的军训总结汇报篇5**

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！

**大一的军训总结汇报篇6**

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！

**大一的军训总结汇报篇7**

军训是每个大学生必上的一课，作为新时代的天之骄子，我们负担着振兴祖国的大业，只有拥有强健的体魄，坚强的意志，严格的纪律才能出色完成这一任务。通过5天的军训同学们锻炼了自己的意志品质，提高了组织纪律性，实现了思想上的转变，因而才有了以下这些发自内心的心得体会：青春，是丰富多彩的；青春，是绚丽多姿的；青春，是朝气蓬勃的；青春期的我们对未来充满了无数的想象和期待。青春，有苦涩，也有甘甜；有欢笑，也有泪水……

这几天对我来说就像是几个世纪一样的难熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”我的思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去抗，又有好多的义务等我们去尽。大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不建康的。

军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样：“还硬比钢还强”。

在我们军训中我们军人、学生一家人，了解不少的军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任，苦中的乐，教官说：“当兵后悔二年，不当兵会后悔一辈子”。军人的奉献精神和大公无私深深的打动我们每个人，我们的班主任给我们讲解生活中要注意的事项，为我们今后的学习生活做准备。

在这里有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，这些就像不灭的音符跳动不已，我们是充实的，我们是快乐的，苦与累已化作美与甜，军训——我们不后悔。

军训已过去四天，这四天中我的感触很深。感觉到我比以前坚强多了，总觉得自己全身都是力量，叠被子是我在军训四天中觉得最难的，因为以前没有叠好过被子，叠起来就头大，怎么也叠不好，尽管教官一而再的教，可我还是叠不好，使我都觉得我没有喝方面的天赋，呵呵，经过不懈的努力，我最终还是会叠了，军训中还有很多很多的感慨，它们都会影响我的一生。

感谢军训，它教会了我很多以前没学到的东西。

**大一的军训总结汇报篇8**

终于，疲惫的军训已经结束了。我本以为军训之后总算是可以睡一个好觉了，但到了早上七点多钟的时候就再也睡不着了。看来军训对我的影响短时间之内是无法消除了。其实军训期间让我最痛苦的就是早上起床的时候，因为我是一个很爱睡懒觉的人。本以为到了大学之后就能够解放了，不用再像高中那样每天都要早起了，结果我还没有开始上课，就先遇到了军训。

军训期间每天五点半钟就要起床了，顶多能够让我赖五分钟的床，再多赖下去就是要迟到了的。想想自己在上高中的时候都没有起过这么早，到了大学却让我体验到了天还没亮就要出门的感觉了。其实我对军训不是很抗拒的，相反，在训练的时候我是非常的兴奋的。在国庆节的阅兵仪式上看到了军人们整齐的步伐，也想象着自己能够像他们那样，和同学们一起迈出整齐的步子。只有早上起床的时候我是不喜欢军训的，谁不想睡到自然醒呢？

当我真正开始训练的时候发现要做到像电视里面的军人那样是非常的难的，这也让我更加的佩服他们，更加的佩服身边的那些去当兵的同学们。做出这样的决定是需要很大的勇气的，因为半个月的军训就让我觉得非常的难和累了，可他们却是要接受两年这样的训练。但我也从不后悔自己参加了这一次的军训，虽然自己是没得选的。在这一次的军训中，我也体验到了我之前从未体验过的感觉，让我觉得自己的收获是很大的。

在高中就已经知道了大学的复杂性，但军训却是让我们都团结起来了。在军训的过程中我们每一个人的心中都是只有一个目标的，就是让我们的团队变得更好，在最后的阅兵仪式上取得好的成绩。因为有着同样的一个目标，所以我们是更加的团结的。我本以为到了大学同学们之间的感情会变得非常的脆弱的，但现在我们已经建立起了友谊。希望我们之间的感情能够让我们在未来的四年中好好的相处，一起建设好我们的班集体。

军训可以说是打卡我们大学生活的一把钥匙了，只有真正的通过的军训，才能够开始我的大学生活。现在的我对之后的四年是非常的期待的，我想自己在这四年是一定能够学到很多的东西的。不管在学习上遇到了什么样的困难我也是会一直的坚持下去的，因为我连军训都已经顺利的通过了，还有什么事情是能够阻碍我的呢？

**大一的军训总结汇报篇9**

军训结束之后我才猛然发觉，这段苦涩的日子已经过去了，迎面而来的，是另一段不确定的岁月。军训的结束其实也是在告诉我，今后的路还有很长，我们现在所经历的一切都只是将来人生里的一个小片段，所以不用过度留念，也不要总是恋恋不舍，路在脚下，眼看前方。只有这样，我们在能在稳妥之中前行，少走一些弯路，尽快抵达光明。

还记得刚刚开始军训的时候，我是很不习惯的，因为我不习惯集体宿舍，我也从来没有住过集体宿舍。虽然说我们宿舍算是学校比较好的宿舍了，但是四个人住我还是第一次，并且军训期间我们都非常的疲惫，有时候回去洗澡也成了一个很大的问题，几乎每天都是需要排队的，加上我们这四个人刚刚在一起，还没有怎么去磨合，所以矛盾也是有一些的。所以一开始，其实生活过的不顺利，军训进行的也很艰难，那段时间真的很考验我们的内心和定力。我想，这才是我们大学真正的开始吧，充满了未知、挫折和挑战。

在军训当中，其实我们每个人都经历了一次内心世界的挣扎和翻越。以前我们没有吃过苦，也体会不到要坚持不懈的那种意志力，在这次军训当中，我是真真实实的认识到了坚持的魅力，那一种魅力是无穷无尽的，更是不可被替代的。还记得一开始的时候站军姿，我五分钟也站不了，站了五分钟之后，我的脚的开始麻了，踩在滚烫的地上，感觉自己就是蒸笼里的包子，再烤下去迟早都会烤熟了。后来慢慢的，当自己的意志力变得更加坚强的时候，就会发现其实外在条件根本不会成为动摇我们内心的凶器，有时候反而是锻炼我们内心的一把利器。所以学会坚持，往往也是通向成功的一条道路。

经历了这两周的军训之后，其实自己的改变是非常多的。首先就是精神上面，是改变了不少的，以前我很不独立，交朋友也比较的被动。但是在这次军训当中，我慢慢的变得越来越主动一些了，性格也变得更加开朗了。其实每一位军人就像是一个太阳，他即使不说话，我们也能感受到他身上的阳光。我想我一定也是受这样的阳光的影响，自己也变得越来越乐观了、积极和向上了。

我是从心底里享受这一次军训的，它拉进了我和同学们之间的距离，也将我真正的带入了这个大学当中。未来或许有更多和军训一样的挑战在等待着我，但是我觉得自己有了一颗坚决的心，就一定可以打败所有的难关的！

**大一的军训总结汇报篇10**

大学军训就这样子结束了，说真，真的怀念那些日子，虽辛苦，但也有快乐！军训是我踏入大学后的第一门课程。

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，有原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首“日落西山红霞飞，战士大巴把营归……”了。这些都是因为军训而改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们站在烈日下，皮肤一天比一天黑，在暴雨中狂奔，全身湿透；我们为了把动作练整齐，反反复复地练；知道全身酸痛；我们学唱军歌，和教官畅谈，笑声迭起。这是种痛并快乐着的美好回忆，也是我们这群新时代青年的宝贵财富。我觉得我们这些孩子，吃的苦太少了，需要军训来磨练一下。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种义愤从容的美，坚定，坚强，坚毅。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命中的最底层……

军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

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！