

军训个人总结与心得精选7篇

作者：无殇蝶舞 来源：ECMS帝国之家 zhann.cn

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/shuxin/184688.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

军训（militarytraining），是在我国根据《中华人民共和国国防法》、《中华人民共和国教育法》、《中华人民共和国兵役法》、《中华人民共和国国防教育法》和《中共中央关于教育体制改革的决定》的要求下进行的军事训练。以下是小编为大家收集的军训个人总结与心得精选7篇，仅供参考，欢迎大家阅读。

【篇一】军训个人总结与心得

根据教育局有关文件精神，我校积极地组织了高中新生军训工作。本次军训活动时间紧，任务重，学校对本次军训工作给予了高度重视，并围绕着本次活动做了大量切实有效的工作。

由于组织得当，本年度我校新生的军训工作取得了圆满成功，全校新生共报到230人，全部自始至终参加了学校组织的军训活动。我校新生在军训中所展现的精神风貌也受到学校领导和教官们的一致好评。本着来年更加出色工作的需要，现将本次军训活动小结如下：

1、切实加强领导，动员有生力量，为军训活动提供有力保障。

学校各位领导深刻意识到新生军训活动不但能锻炼学生的意志本质，培养他们的国防意识和民族精神，增强爱国主义和集体主义精神，更是学生们在高中经历中不可缺少的精彩一页。军训活动能对学生以后的高中生活，对他们的成才发展奠定良好的基础。因而，在学校开学行政工作会议上，我校新生军训工作便作为一次重要的议题，校领导对本次工作做了严谨细致的部署，并成立了学校军训领导小组。

为了更好的营造军训氛围，激发同学们参与的积极性，学校还专门召开军训动员大会，学校领导、德育处就军训的内容、意义等进行全面的动员，让我们的学生充分意识到本次活动的艰苦性和重要性，激发他们的斗志，为即将到来的军训活动奠定下了激昂的基调。

2、军训过程坚持“四到位”：系领导到位、军训负责人到位、班主任老师到位、学生干部到位。

为了在紧张而短促的军训期间内让学生出色而不打折扣地完成军训的各项内容，为了更好地协助教官，本着从严教育的原则，期望本次军训活动能为新生的高中生活开个好头。

这次军训得到了学校领导的高度重视，为确保今年学生军训工作的顺利进行，校领导及时调整和充实了军训领导小组成员，增派了总务处的杜健君主任参与管理，各部门协同配合，体现了军训各项工作抓得紧、计划细、要求严、干的实的特色。军训期间，两位校级领导不辞辛苦，亲自带领教务和德育主要负责人到学生的军训场地，顶着秋风细雨，一方面慰问师生做好各项安抚工作，另一方面对学生饮食、宿舍进行了检查。在整个军训中没有发生安全事故，这也是学校领导十分重视和十分关注的结果。这次军训人员多，这就使预防安全事故工作显得尤为重要。通过我们全体参训教师和基地官兵的共同努力下，仔细操作，杜绝了各类事故的发生，保证了训练任务。

3、加强爱国主义和集体主义教育，增强学生的国防意识，锻炼他们的意志品质。

为了培养新生对祖国、对民族的感情，树立民族自尊心和责任感，我们协助教官多渠道、多方式地对新生进行爱国主义教育。为了增强学生的团队精神和集体主义意识，我们通过班主任老师和学生们一起沟通交流，组织新生对所取得的成绩进行回顾与学习，让每个人以三十五中学为荣，以自己所处的年级组为荣。

由于组织到位，领导有力，本次军训活动我校学生表现突出，在基地军训队列汇报评比中，各班学生更是淋漓尽致地发扬了团队协作的精神，取得佳绩。在整个训练的过程当中，我校学生的精神风貌，我们的意志品格，我们的纪律性，都有幸得到了基地及学校领导上下的交口称赞。

回首前一段时间的工作，百般滋味。虽然取得了喜人的成绩，但更多的工作仍然需要我们去努力，教书育人的重大使命让我们不得不对自己提出了更高的要求，也期望能在以后的工作中不断地改进。

【篇二】军训个人总结与心得

时间过得飞快，转眼，为期12天的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。军人的形象就是高大伟岸的，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。

初次团建，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展示着自己的才艺。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！

【篇三】军训个人总结与心得

为期十五天军训结束了，在这十五里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真乃五味俱全了。军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。

每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。

我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。

军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

【篇四】军训个人总结与心得

在漫长的三天军训中，让我感受到了许多，也学习了许多。虽然军训十分的累人，但磨练了我的意志，使我蜕变，还让我体验到了军队中严酷而又艰辛的生活。而与我此刻的生活相比，我还是比较安逸的，所以更加需要去锻炼我，使我成长。总之，感触之多，之深。

在军训的开始阶段，教官还不是很严肃，但后面变得十分严厉了。或许他们军训时教官也是这么叫他们的吧。对于我来说，军训只可是是玩耍而已，可是事实上却不是如此，军训十分苦，但苦中有乐。有时候教官像个孩子一样和我们调皮、玩耍，还会叫我们唱歌呢!虽然唱得不怎样但也是一种解闷的好办法，能够说教官有可爱的一面，也有严厉的一面。

军姿是每个军人的必修课，第一次教官就教给了我们军姿。军姿虽简单，但要站个几十分钟对于我们来说还是很困难的，脚麻麻的，酸酸的，大概换作每个人都会受不了的。我们每一天都会站个几十分钟的军姿，对于我们来说是历练，并且我们只需要站三天军姿，

当兵的人却要站个几年，所以这些苦算不了什么。军姿还算不上最苦的，最难的就是跑步了。每个人都会跑步，但要跑得整齐、有节奏感，还有响亮的口号，这些或许已经把我打败了。最杯具的是，喊口号成为我们的绊脚石，依稀只能听见教官说：“口号不响亮，再跑一圈。”于是我们在一步步的训练中，练成了响亮的口号，并且有整齐、节奏感，教官的辛苦还是没有白费，这样在大课间时，跑好久不是问题了。

军训不仅仅能强身健体，更为我们以后的初三生涯奠定了基础。

【篇五】军训个人总结与心得

一晃暑期生活过去了，盼望已久的大学生活也随之而来，一向向往军营生活的我现最终能够亲身体会一下了。刚到校报到的第二天，我们就被学校组织到训练场上开始进行为期半个月的军训生活之旅了。

在军训期间我们从中长大了不少，学到了很多平时在书本上无法学到的知识。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，能磨练人的坚强意志。军训是苦的，也是欢乐的，更是甘甜的。我们应当学会品尝这种苦中之乐。经过军训，我们能够一改以往的慵懒，投入到紧张有序的训练中去，感受超越自我的欢乐。军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质。军训不仅仅培养了我们坚强的品格，也增强了我不断超越自我的勇气。使我懂得了职责的重要，更加强了我们的团队意识，我相信在以后的工作，生活，学习中不管从对待生活的态度上，意志上，还是思维上，我们都将受益匪浅。

军训对于我们来说是一场体质和精神上的双重考验。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心理素质都要达标。一天近八个钟头下来，我们充分品尝到了军训所带来的汗水和艰辛。不时还有同学出现头晕、恶心等症状，我们真正体会到军训的日子并不容易过，但仔细品味，这却是提高我们身体素质的机会。作为一个当代大学生除了在学习上有新建树，还要有顽强拼搏的意志，吃苦耐劳的品质，身体素质和心理素质都要达标。没有身体和心里上的健康保证是无法实现进一步的自我提高的。

今日虽然尝到汗水的滋味，可三天后，如果我们都能坚持到的汇操，不临阵退缩，坦然地整齐地站在大家面前秀出漂亮的军姿，那我们就成功了。至少那时候我们的心必须会体会到成功的，我们成功地挑战自我，克服身体上和心里上的弱点，使自我在大学第一战完成得漂亮。军训对于我们以后学习生活的影响是深远持久，举足轻重的。它教会了我们团队协作本事，纪律的严肃性。它不但提高我们的身体素质，迅速加深我们对新同学的认识和新团体荣誉感的构成，更从中培养我们一种团队精神。有纪律，有组织是成为团体中优秀成员必不可少的条件之一。

经过军训我学会了如何去应对挫折，如何在人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制，自爱，自理，自强，走出自我的阳光大道，开创一片自我的天空来。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

【篇六】军训个人总结与心得

时间飞逝，转眼间八天的军训时光已经过去。军训是我们人生难得的考验和磨砺，他不但能培养人的吃苦精神，更能磨练人的意志。

我们每一天的军事训练资料十分简单，可是是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来十分简单，而此刻做起来却没有那么容易了，第一天下来，我们就累得半死，全身都疼，可是大家没有一个人退缩，都坚持到了最终。其深深体会到了坚持就是胜利。

经过拓展训练，我深刻的理解到了什么叫“团队”。在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。如果没有团队精神，这次所有的拓展项目都无法完成。正是大家严格要求自我，注意细节、一丝不苟，才能顺利完成。

在深深体会到团队协作在任务执行过程中的重要性同时，也学会了如何突破自我心理的极限，能够说是一次难得的经历。经过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人本事的发展潜力。证明了自我，超越了自我。使我明白，没有不可能，超越自我就能够创造奇迹。

我很感激能经过这次的训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也能为能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会应对怎样的困难，我们都能够手牵手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在此，我真心的感激学校组织的这次活动，也感激我们的队友，给我们彼此的支持和信任。衷心祝愿我们的学校明天更辉煌、更完美！

【篇七】军训个人总结与心得

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。长达十二天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄;扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十二天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢?但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出;要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间表，长时间的训练，炙热晃眼的太阳这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

更多书信范文 请访问 <https://xiaorob.com/fanwen/shuxin/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发