

大学军训后个人总结(精选9篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

大学军训后个人总结篇一

我们背起行囊，远离家乡，告别父母，奔向远方。骄阳下的军训，大学生生活最终如此真实地站在了我们的面前。过去的一切，无论好的坏的都成了风景，在身后渐渐缩成了一个点。

本以为初来乍到的我会感到陌生和各种不适应，但在军训中来自远处各地的朋友却让我莫名生出一丝暖意，大家都说着彼此不一样的方言，谈论着家乡的风俗人情，这样稚嫩而又淳朴的感觉每每让人陶醉其中，一种归属感迎面扑来，这是我们的团体，那里有属于我们的青春。

当我们穿上军装，深觉自身多了一份职责感。

白昼，口号声时不时还回响在耳边，仿佛从未停歇。瞧，是哪连的士兵依旧目视前方；听，是哪连的口号声在空中回荡，他们在风中英姿飒爽，展现了华外的光芒，不畏烈日，不惧骄阳。

当夕阳余晖渐起，我们深知一天的军训时光将以最欢乐唯美的方式收场，我们围团簇拥，当繁灯打碎漆黑的夜、当歌声放逐到天界，嘹亮的声音，在耳边咆哮、在空中嘶吼，我们卸下白昼的疲惫，留下每个人的放肆和骄傲，那里是属于我们的青春。

此时，距离军训还有军训结束还有13天，而我并不期盼日子的溜走，反而更期望时光在手的缝隙中穿梭，一分一秒，让我慢慢感受，那些和同学、教官一齐度过的时光，那些日子如蜜糖也如纯黑的巧克力香浓淳朴，使人反复咀嚼只为品尝其滋味。

再回首，我不会忘记那时军训的时光，不会忘记我们背起行囊，一心历练自我的模样，不会再去抱怨那些风雨与骄阳，而恰巧是这些促成了我们的成长。

最终，每个不曾起舞的日子，都是对生命的一种辜负。

军训个人总结大学

【推荐】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【精】**

【热】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【热门】**

【热门】 大学个人军训总结

【荐】 大学个人军训总结

【精】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【推荐】**

大学个人军训总结 **【热】**

大学军训后个人总结篇二

军训是以后繁忙的学习生活的起点，通过军训，我觉得自己

增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。我相信我们会继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后四年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的'母校增光，为个人的生命历程添彩！

大学军训后个人总结篇三

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的，而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并符合标准。

这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

宝剑锋从磨砺来，梅花香自苦寒来。这次军训就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。难忘的军训，教会了我太多、太多。

自信、奉献，尊重、感恩``````这些都是财富，一笔宝贵的财富。首先，我进一步明确了解遵守纪律的重要性，不单单

是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有责任感，对自己所做的事负责任；其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自己拥有良好的习惯。

大学军训后个人总结篇四

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

从军训的第一天起，一张张陌生的脸开始渐渐熟悉，我们也一天天地体验到了做一名合格的军人是多么的不容易。站军姿站到两脚发颤，全身酸软；走正步走到脚掌发麻，脖子抽筋。可是我们大家都坚持了下来，我们用意志力战胜了身体的伤痛。有的同学是第一次离开家，第一次自己独立生活，对他们来说，军训不仅是一次对生活的体验，更是对自己意志力的考验。军训当中，大家同学不怕苦、不怕累，发扬了吃苦耐劳、艰苦奋斗和互帮互助的优良传统。

我们同学不仅在白天认真坚持训练，晚上回寝之后，对于有些难度大的动作，继续训练，直到标准为止。还有在拉练的时候，我们走路没有了平整的广场，吃饭没有了温馨的食堂，在野外就靠着自带的食物来补给身体，对于好多同学而言，这都是难得的体验，或许这一生也不会再有几回。野餐时，我们进行了愉快的拉歌活动，大家都把包里的食物和同学一起分享，一幕幕苦中作乐的情景。在途中，一些体力好的同

学帮着其他同学背包，拿衣服；有同学身体弱，累了走不动了，我们就搀扶着并排走，最终，我们顺利成功地完成了拉练。军训中的这些，都构成了一幅幅值得纪念的记忆图片。

军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务：如何叠军被，如何使我们天天生活的寝室更加整洁、舒适。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，好的习惯能为日后的学习生活节约更多的时间，更有利于我们学习效率的提高。

我们的军训之所以收获那么多，我们的胡教官功不可没，在训练中，对我们一直是实行铁的纪律，而在休息时，又和大家打成一片，我们是兵与官的关系，又是朋友关系，我们一起接受烈日的灼射，一起聊天，一起游戏，一起唱歌……从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大，他们拥有健壮的体魄，更有高尚的灵魂，他们有着铁一般的纪律，更有一颗乐于奉献的爱心，他们将自己的青春年华交给了祖国，担起的是保卫国家的重任。

军人身上有我们要学习的太多东西，他们是我们心目中最可爱的人！

特别的21天，让我们在科技广场的骄阳下考验了自己的意志，在汗水的洗礼下锻炼了自己的坚韧。军训所得已刻入了我们脑海，我们会带着它走过这辉煌的四年，我们会带着它一步一步攀上更高的山峰。

【推荐】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【精】**

【热】 大学个人军训总结

大学生军训个人总结

大学的军训总结

大学军训个人鉴定

大学新生军训个人自我评价

大学军训后个人总结篇五

白天，在高温的训练场上，对于我们这些平时只穿短裤，还吹电风扇的大学生来说，那厚厚的迷彩服就像一条棉被。虽然汗如雨下，衣服已湿透，但我们现在是一名军人，得注意形象，所以不但不能随便脱，而且还得着装整齐。说句实话，真的很热。于是不由得敬佩起那些士兵来，他们比我们训练要艰苦的多，但是他们却没有一个叫苦叫累的。在部队里，给我感触最深的是严明的纪律性，和说一不二的作风。

晚上，穿上军装，就意味着纪律，橄榄绿中露出尊严。我们在军训中都感觉到我们身上的责任，我们军训时是军人，我们要的是军人的作风，我们代表的是学校和全团的形象。都说是“铁打的硬盘，流水的兵”，当我们的军训即将的时候，我还是有些舍不得。就想自己是一名要退伍的兵，要离开这绿色军营，就要脱下这身军装，虽说回到学校，我们就又是一名大学生，可以像以前一样，无拘无束，可以睡懒觉，可以不整理内务……但却有一种深深的失落感。就让我们深深的祝愿亲爱的教官们：你们一路走好！军训，把我们这一群十八九岁的人锻炼成了真正的男子汉，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的任务！

军训是一次提高国防知识和增强自身素质的好机会。通过军训，我们的精神面貌焕然一新，我们的爱国热情为之振奋，我们的意志倍加顽强。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进，军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为，军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。自军训以来，我深刻

地感受到军队生活的快乐与艰辛，意识到军事训练的重要性，认识到国防力量对国家安全和社会稳定的重要性，这次军训锻炼了我的意志和毅力。

通过这次军训我们认识到集体的整体素质，靠的不仅仅是个人的素质，而且更重要的是个人的整体意识，需要我们团结协作。就像走方阵时，当其中有人走的不好时给人的整体感觉就是全方阵都不整齐。

军训给人的普遍感觉是：苦中有乐，累中有笑，学到了许多课堂上学不到的知识。有的同学身体不好仍带病坚持训练，不拖后腿；同学为了不影响班里的荣誉、系里的荣誉，自己加班加点训练，这种训练劲头，在军训中处处可见，蔚然成风，一直坚持到最后。就是由于这种精神，这种风气，的责这种激情，大大地激发了全体同学的军训积极性，为安全、胜利、圆满完成军训任务奠定了坚实的基础。

领导的重视与关心，给予了军训师生强大的精神鼓舞。领导在整个军训过程中对学生表现出极大的爱心和责任心，认真履行自己的职责，和学生相互配合，深入到学生中间了解学生思想动态关怀参训学生生活，主动做好参训学生的思想政治工作，热情为学生服务。这些都在很大的程度上给了我们精神上的动力。

在军训后我们要继续发扬军训中焕发出来的好的精神，好的作风，把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。军训虽然就要了，但我们相信军训留给我们的当是一生的！

从我上学开始到现在已经军训过5次了。前4次都是在上学的时候，而第5次也就是这一次是我刚刚跨入中青旅公司大门时培训所上的第一课。公司把军训作为第一课有着其目的：

一、可以使我们彼此了解增进感情；

二、可以培养我们的集体荣誉感；

三、可以使我们适应公司的军事化管理。

这一次军训同前几次有着本质的区别，最突出的就是表现在前4次我是以学生的身份参与的，而这一次我则是以一个公司职员的身份参与的，对我来说，这是从学校这个小圈子走向社会这个大家庭的转变。

这次军训给我的感觉与前几次截然不同：

1、这次军训参加的人数不多，只有40多人，分为4个班，不像在学校的人数那么多。此次军训又让我认识了许多朋友，也就是以后公司的同事，通过军训我们彼此都有了一些了解。这使我们在工作前相互沟通、相互信任，并可以使我们在工作中相互帮助、相互团结。这有助于以后我们各方面工作的开展。

2、军训培养了我们的集体荣誉感，因为在以后的生活工作中不可能是真空的，一个人的成长离不开集体，集体也可以说是一个群体，他的力量是无穷的。生活在集体中的任何人自觉或不自觉的都会互相影响着，因此我们就应该关心集体、热爱集体，现在说就是关心中青旅、热爱中青旅。对中青旅我们应该只讲付出，不讲私念，从小的事情做起，要做到公司的利益高于个人的利益。只有中青旅发展了，我们的个人利益才能得到实现。现在中青旅连锁刚起步还不完善，处于建设的初期，也就是最苦最累的时期，我们更应该以公司的发展为己任，先公司后个人。

3、军训不仅使我们相互了解，还让我们认识到了集体荣誉感的重要，更重要的是他还让我们认识到了军事化管理的必要性，没有规矩不成方圆吗。公司也有公司的制度我们应该坚决服从。这次军训使我深刻认识到作为一名公司职员必须严格执行各项规章制度，加强组织性和纪律性。我们是企业的

门面，又是来宾进入企业的第一接触者，我们的业务水平和精神风貌直接关系到企业的形象。而且此次军训还提高了我们的凝聚力和战斗力。

这次军训包括三大步伐，停止间转法，跨立等，强度不是太大，但每一个人都很认真的对待。我们当中小的18岁，大的40多岁，从职员到经理，在军训中我们相互配合，协调的都很好，统一安排，统一行动。有了困难大家都相互帮助真像是老同事了，可以说达到了预定的目的，圆满完成了军训。这就是我这次军训的一些感受。

大学军训后个人总结篇六

为期十四天的'军训终于结束了，在这十四里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真是五味俱全了。军训让我们洗涤掉许多稚嫩，这些军训中的生活将是我生命中的“美好”回忆。

撑过了十四天现在回忆起来可以说是美好了，在军训中的每一天都可以用绝望来形容，每天都在数着日子，都在期盼着后天的到来，想着还有几天能逃离这魔鬼般的日子。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先没想过自己能坚持下来，甚至想好了各种理由去偷懒。在军训的每一天中，它都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有超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有浇灭我火红的心，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，我都不会感到片刻的休息会成为一种施舍，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。每天早操的军姿站立会让你感到自己更加挺拔，在清爽的早晨也确实是一个认真思考自己的时间，让自己的大脑放空，准备迎接一天的魔鬼训练。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。

在整个军训生活中我体会最深的就是感觉回到了小时候，回到那最质朴的生活，那时还没有手机，在买东西的时候要数着几张纸币，夜晚抬头还可以看到星星。

这样的生活真的还挺美好的，现在我们生活在信息时代，没了手机就感觉失去了所有，这十四天让我回归了自然，应该以后也不会有这样的机会能好好享受生活了。

当每天晚上排队站在服务社的窗口等候，买好东西数好钱递出去的一刹那，像是回到小时候偷偷攒了好久的钱只为买个自己喜欢的零食的喜悦，吃起来也更加有滋有味。

每天晚上拿着小凳子坐在院子里和大家一起唱歌是一天中最轻松的时刻了，没有了白天的闷热和疲惫，静静地坐在院子里，抬头还能看到稀稀疏疏的星星，很久没有过这样放松的生活了，唱着歌看着星星，现在想想也是很惬意。

军训过程中不得不提的就是我们的教官了，一个比我们还小的弟弟。可能因为当兵经历的太多，会显得比同龄的我们成熟的太多，看他脸上太阳留下的痕迹也是他成长的痕迹。

他总会看到我们很害羞，也许是因为年龄小的缘故吧，不知道该怎么和这么多_处，还要照顾到每个人的情绪。到最后一起做游戏的时候他唱歌给我们听，每个人都流下了不舍的泪水，我后悔的是没有好好和他说声谢谢，这么多天他也真的很辛苦。

还有一个父亲般慈爱的男人，是我们的连长，我们亲切地叫

他连长爸爸，他当兵有十几年了，为我们操的心也是最多的，每次都会被连长感动到哭。

因为一直是阴雨天气，所以地上一直都有坑坑洼洼的积水，每次在我们准备踢正步之前，连长都会默默地拿起扫帚把地上的积水扫开，不让我们每个人踩到水。

还有最感动的一件事是在倒数第几天的时候，教官们的嗓子都已经哑了，在走向宿舍的路上连长带着我们喊口号，开始大家都不以为然，觉得快到宿舍了没必要好好喊，可是连长喊得每个数字都破了音，我还清楚的记得内天晚上我们每个人都用尽了自己的所有力量喊了一二三四，内个声音好听的现在还在我耳边回响。

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。经过军训我更加热爱生活，也感谢军训让我挑战了自我，战胜了自我。

军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，使我的精神随之焕然一新！

军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的想家情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且通过军训也让我们增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

大学军训后个人总结篇七

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线；嘹亮的口号化作一道唯美的歌；整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

大学军训后个人总结篇八

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。

我们每天的军事训练内容非常简单，不过是原地转法、正步、立定、齐步这些基本的动作，这些动作平时看起来非常简单，而现在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，但是大家没有一个人退缩，都坚持到了最后。其深深体会到了坚持就是胜利。

通过拓展训练，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己，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己心理的极限，可以说是一次难得的经历。通过这次训练，我最终能真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，同时也体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。使我明白，没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

我很感谢能通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，不论我们接下来会面对怎样的困难，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，我真心的感谢学校组织的这次活动，也感谢我们的队友，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、更美好！

大学军训后个人总结篇九

上午擒敌拳的学习在欢乐中结束，随后的训练就让我非常慌了，因为我没有学正步。上午第一次练正步时，我非常害怕，没学过，不知道动作要领，还好是分组练习，有时间去观摩主要动作。轮到自己走的时候非常紧张，以致于数错了脚步，做错了动作，走完之后，非常的生气，连脚步都能数错。

下午练习正步时，教官派了个同学来教我，他进行了细致的一对一教学，告诉我转头时机和摆臂、摆腿的细节，但是受身体素质限制，加上注意力不集中，所以动作总是做不到位。在之后的练习因为不熟悉还是出错，不过还是感谢同学的帮助和教官的理解，我一定要练好动作，不可辜负同学和教官的帮助。

军训个人总结大学

【推荐】大学个人军训总结

大学个人军训总结**【精】**

【热】大学个人军训总结

大学个人军训总结**【热门】**

【热门】 大学个人军训总结

【荐】 大学个人军训总结

【精】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【推荐】**

大学个人军训总结 **【热】**