

初中军训总结(模板7篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可使零星的、肤浅的、表面的感性认知上升到全面的、系统的、本质的理性认识上来，让我们一起认真地写一份总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

初中军训总结篇一

告别了那个令我回味无穷的母校，升入了这个绚丽多彩的中学，进入中学的每个新生都必须参加军政训练。“军训”——多么可怕呀，令人有一种毛骨悚然的感觉，对军训产生了恐惧感。然而军训对我们这些“娇生惯养”的小孩也是有好处的。有人说：“为什么要军训？军训有什么好处呢？”军训能使我们养成不畏困难的精神；使我们身体素质等方面都得到发展，并有时间培养一技之长，创造新的财富，只有这样，我们将来才能在社会上找到立足之地，成为一名合格的接班人；也只有这样才能是中国的未来不致落空。

军训的感受像个五味瓶，酸，甜，苦，辣，咸样样都有。军训是残酷的，记得刚开始军训的第一天，教官就给我们一个下马威——立定。让我们在烈日炙烤后的塑胶跑道上站上半个小时。热气不断的从地里面往上透，脚底又酸有烫，汗不断地脸上流下来，滴在地上，而且还口干舌燥的，我有点想打“退堂鼓”了，但是我没有这样做。我一直告诉我自己：一定要坚持下去，时间快到了，再忍一下就行了，要是现在放弃的话，那前面的辛苦不就白费了吗？于是我就咬着牙，硬撑了下来。

这么一天下来，我已被折腾得差不多了，我软绵绵地躺在床上，不一会儿便进入了梦乡。这虽然很累，但我觉得我们要

完成一件事，必须坚持不懈，持之以恒的努力，才能到达成功的彼岸。

灿烂明媚的阳光下，我迎来了初中的第一次军训。

来到布满阳光的操场上，我们的教官先帮我们把队伍整理好，然后叫我们站军姿、稍息和转向等，我一开始想，呵呵，果然是初中军训，一点难度也没有！可是我错了，原来站军姿是不容易的。要做到挺胸收腹头抬高才行，可做到这一点就已经很累了，而且还要坚持一段时间，脚都麻了，如果做不好还要罚蹲，别小看这个蹲，要是姿势正确的话蹲久了脚就会痛得要命。无耐我还是被罚了，过程中我咬紧牙关一直忍耐着脚的疼痛。

经过这次的军训，我感受到军人是有多么辛苦啊！为了做好一个标准的动作是多么严格要求自己，可知道在军队里的训练比我们还大一百倍甚至一万倍，军人到底有多辛苦哇！看看小区上的保安在烈日当空之下，他笔直有力的站在小区的门口，他的汗水浸湿了衣服，可他一点怨言也没有，一样笔直的站在那里，而他们这是为了树立国防观念、保国为家、让我们有良好、安全的生活环境。

经过这几天个军训，让我自己也懂得了人要有吃苦耐劳的精神，而且通过军训能磨练人的意志还有团队精神跟纪律的严格性，让我体会到这是我们班上要学习的，能提高与同学之间的.团队精神，努力为班级争光荣。

相信在今后的日子里，我不会再畏惧一切困难，一定会披荆斩棘，所向披靡！

初中军训总结篇二

期7天的军训工作，在学校领导的重视、教务处的周密安排及各科室的通力协助下，在部队教官们的辛勤教导和全体同学

的密切配合、共同努力下，已安全、顺利、圆满的完成了。这次军训从9月7日开始至13日结束，历时7天，受训的新生2017人，在教务处及部队教官的统一规划下按班级和人数分为32个方队，分别在学校广场、篮球场、校外大路上进行训练。根据《运城市卫校20xx年新生军训计划》的要求，坚持严格要求，严格训练，同学们发扬不怕苦、不怕累的精神，在部队教官的悉心指导下，学到了基本的军事知识，加强了组织纪律性，树立了集体主义思想，增强了国防观念和国家安全意识，达到了预期的目的，取得了圆满成功。

1]领导重视周密安排

为高质量完成今年的新生军训，切实提高同学们的基本军事技能，增强国防观念和国家安全意识。学校领导非常重视，指派教务处史俊青副主任，体育组孙晓英老师负责军训的筹划、准备及实施工作。为了完成今年的军训任务，教务处于9月1日与承训部队领导联系沟通，协商军训事宜，并着手制定《运城市卫校20xx年新生军训计划》和各项准备工作，做到有计划、有准备。军训期间，学校领导孙艳副校长、教务处王俊帜主任非常重视，多次深入宿舍检查内务，到训练场指导军训工作。总务处黄主任，刘英博老师安排部队教官住宿，膳食科杨主任，贺雪萍老师安排部队教官膳食等，各职能部门高度重视，各司其职，密切配合，确保军训工作的完成。

2、严格训练保证质量

严格训练管理，是提高军训学生军事技能和身体素质的根本途径，也是学生实现军训掌握基本军事技能知识，增强国防观念，集体主义观念，加强组织纪律性，激发爱国主义精神的根本保证。针对这次参训学生的特点，为保证军训质量，做到四严：一是严格教官的示教。从教官的自身形象、教学等每个环节，从严要求，严格把关；二是严格对教官的要求。这次军训的教官，是经过承训部队严格筛选，把能力强，政治素质好、工作作风过硬的人员抽调到这次军训中当教官；

三是按训练科目的安排实行劳逸结合，采取军事训练与军事理论教育、国家安全教育，室内与室外相结合的方式。在训练之余，各教官还教同学们唱一些革命歌曲，并组织同学们拉歌，既调动了训练积极性，又活跃了气氛，既增强了团结精神，又营造了健康向上的娱乐氛围，达到了劳逸结合的效果；四是严把质量关。为确保军训质量，严把质量关，训练中，每位教官把自身所学的本领，灵活运用到训练之中，并根据学生领会动作强弱等特点，采取分层次进行训练，帮扶相结合。并针对检查、军训中发现的问题，及时进行讲解，逐一过关，从而保证了军训任务按质按量的完成。

3、严格管理提高素质

在整个军训期间，严格按照《运城市卫校20xx年新生军训计划》的要求，做到严格管理、严格要求，确保了军训期间安全稳定。一是注重抓作风、纪律培养。依据各项管理手段，加强了同学们的队列作风，增强了同学们的组织纪律观念，培养了同学“一切行动听指挥”的意识，达到训管结合，培养作风的目的。二是建立了新生军训考勤表。每天出操前进行点名，登记出勤情况，没有特殊情况不得请假。从训练到日常管理，教官们都严格按照军训的要求办事，上面要求做的就坚决做好，不符合要求的事坚决不做，增强了同学们的时间观念。三是严格训练场的管理。从军训的第一天开始，不管是在训练中还是在休息期间，不管是晴天还是雨天，都严格要求，做到准时出操、准时训练、准时休息、准时收操。四是统一了内务。组织同学们整理内务，统一标准，并进行了检查评比，规范了同学们的内务秩序。

4、立足实际，加强服务意识

今年的新生学生人数多，年龄较前几届小，女生多于男生，并分三个场所训练。刚松弛了一个假期，很多学生不适应大强度的军训生活，为了达到预期的军训效果，我们制订了详细的军训期间作息时间表，并且严格执行，这样保证了军训

期间学生的休息，以便有充沛的精力做好下面的训练。2016新生军训工作总结2016新生军训工作总结。使训练质量就有了保证。为了保证学生在训练过程中不出任何意外，圆满完成任务，与校医室积极联系制定《新生军训校医急救方案》，树立学生工作以服务为基础，教育为目标的工作观念，提出“一切为了学生”的口号并在管理过程中贯彻这一理念。

初中军训总结篇三

在这n天当中，我认识了自己。

艰苦的训练，能够磨练人的意志。对于我这样一个生活条件优越，从小没离开过父母的孩子来说，军训是个再好不过的锻炼机会了。军营中，艰苦的训练使我身体劳累，让我无暇顾及其他事情。即便是脚下已磨出水泡，也要忍痛训练。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫、都会厌倦。但我只能在心中低声地叫一声累。

军人的天职是服从。对于身心疲惫的我来说，也是个考验。从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。n天的时间太短了，来不及让我细加体会。虽然我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

人类只有在苦难中，才能真正认识自我。的确如此，军训给了我这样的机会。我认识到了自己的缺点与不足，也看清了自己的优点与长处。军训也给了我思考人生的时间，让我明白了许多道理。如果一个人正在遭受苦难，那么此时他的思想便是最理性的；当这个人面对挑战时，他将无所畏惧，勇往直前。

若一个人经受住了军队生活的考验之后，便再也没有什么困难能够达到这个人了；虽然当兵很苦，但对于人生来说，将是意义重大的。”虽然，我参加的只是n天的军训，或许以后体

验军人生活的机会也不多了，但是我要说，我理解父亲的用意，理解他对我的期望。

离开军营的前一天，便是中国传统节日中秋节。那天我们训练完毕，教官和我们一同坐下来谈天。那天，我第一次注意到教官放松时的眼神，我肃然起敬。他们已不再年轻，他们已经将青春奉献给了我们的祖国。那眼神流露出的，是无悔，是骄傲，是对我们这代人的期望。这些都深深的震撼了我，让我难以忘怀。经历了这次军训，我比原来更加了解自己，也更加了解我周围的人。他让我懂得什么是幸福，什么是快乐，也让我更加珍惜拥有。

可以说是军训让我认识了自己，也可以说是军训完善了我。无论怎样，我坚信，通过自己的努力，我一定会成为国家的有用之才！

间过得飞快，一眨眼就过去了。在这五天的军训生活里，我明白了许多，懂得了许多，也成长了许多。

刚开始我不太适应那里的环境，那里的训练以及那里的一切。而且很想家，很想离开那魔鬼般的训练团。但是，当我们要离开时，我却没有一丝的憎恨，有的只是舍不得，除了舍不得还是舍不得。因为那里给了我许多知识与欢笑。让我明白了什么是胜利，什么是力量。让我明白了坚持就是胜利，团结就是力量。

在这几天的军训生活中让我与同学们之间的友谊更坚固了。在这几天的训练里，酸甜苦辣我们样样都尝试过，也苦过，笑过。虽然在训练中我们流了许多汗，许多泪。可能有某些同学流过血，很辛苦。但是经过这样磨练能够锻炼我们的意志力与自力更生的能力。而且也有许多地方值得我们去回忆，如：同学们之间的友谊呀，在同学摔跤时将她扶起，在同学有困难时为她伸出挽助之手，在同学伤心时给她你的安慰……这些都是值得我们细细地去品尝的！

还有许许多多的地方值得我们去回忆的，如：训练中流过的泪，流过的汗，受过的苦，在宿舍里与同学之间的友谊以及宿舍里的一切，都是值得我们去回忆的！

在我们离开实践基地时，有许多同学都哭了，她们是因为舍不得，舍不得离开这个地方，舍不得那可亲可敬的教官们。还有些男同学扑到教官的怀抱中，他们也是因为舍不得教官们，正是因为这种种的舍不得，使我们都落泪了。

在军训的生活中真的让我明白了许多，让我明白了什么是军姿，什么是纪律，什么是军人，什么是友谊……所以说军训是一种收获，是一种难忘的收获！

初中军训总结篇四

在这次军训中，我可谓是遍尝各种滋味：苦辣酸甜尽在其中。

每天我们5点多就要起床，那时天还没怎么亮，整理好内务就要去操场集合，一开始便要跑操，每个班站在自己的点上，音乐一响我们就一定得动起来，跑完操后就是站军姿，一站就是半个小时，这个半个小时里面一动都不能动：不能擦汗，不能说话，不能动手动脚。每次30分钟下来，脚麻腿酸，觉得那不是自己的腿和脚了。除了这些我们还要做很多的动作，一般一个动作一学就是一两个小时，两个小时都是在烈日下站着完成，现在想一想还是觉得苦呀！

就是在学习动作或者站军姿的时候，往往会有些人做得不好，这时候教官或者是找指导员就会看到。教官看到还好，说你两句就算了，如果被指导员看见了，铺天盖地下来就是一顿骂，那可是全年級1500多人都听得见，要是哪一个人被指导员叫到主席台上去，被全体同学都看见了，那人的面子往哪放呀？那人的心里肯定辣辣地疼，我想着都不是好受的滋味。

在军训的最后一天，教官们要走，我们教官临走时给我们唱

了一首《再见》，走后，钟老师说教官还给我们留下一封信，她在讲台上读给我们听，一边念一边就有同学开始哭，教官陪伴我们那么久，我们已经在残酷的练习中生出了感情，又听到教官为了我们而被指导员罚的事情，我们就更加不可抑制住自己的情绪，眼泪都流出来了，那个时候，心里的感觉酸酸的。

就是在这各种滋味中过着，但军训的日子有时候也会很开心，因为我们有了不少的收获，我们学会了各种军事动作，皮肤也晒成了健康颜色，那些平时被人叫做“小白脸”的再也没有了那张白脸蛋。我们在烈日下强健了体魄，学会了关心他人，团结友爱，互相帮助，而且还结识了很多的新朋友，加固了人与人之间的情谊。最可贵的是我们能够生活自理了，不再需要爸爸妈妈帮助，可以自己洗衣服，袜子，并且晾上去，我的时间观念增强了，知道什么时候要做什么，都会提前观察准备，合理安排，避免洗了澡就吃不了饭的`被动局面，还能争取到挤出时间给爸妈打个电话，报告一下我的情况，不让他们担心，这一些都让我觉得甜甜的。

此次军训，我尝到人生中的苦辣酸甜，我觉得自己又长大了一些，虽然苦，可古人说：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。所以经历了这些的我无论中学生活有多么苦，多么累，我一定都能从中品出甜头！

初中军训总结篇五

军训，一个能给人无形压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的'字眼。白日里，列队出操，站军姿、练军拳，一个个昂首挺胸、英姿飒爽；夜晚中，新生教育，听讲课、唱军歌，一次次认真严肃、歌声嘹亮。军训是一个熔炉，是一次机遇：熔掉了我们这些独生子女的娇脾气，给予了我们锻炼出那刚一般的体魄、那铁一般的意志的机遇。

不过军训给我们补了这节课，它使我们明白了什么叫做铁的

纪律。哨音一响，立即集合；军号一吹，马上熄灯。一开始，我们还不太习惯，觉得枯燥乏味。但是后来，我们不但养成了良好的纪律性，而且还懂得了纪律的重要性。通过我们的努力，使我们系在评比中获得了内务模范的称号，这对我们一生都将受益无限！

军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！通过军训，我们学会了如何面对挫折，如何踏平坎坷，做到自制、自爱、自立、自强，也使我们有了决心并充满着信心，为自己、为学校、为祖国、为音乐走出一条光明大道！

初中军训总结篇六

军训苦吗？答案是肯定的。没有苦中苦，哪来甜中甜？正是由于此，从古至今，才会有那么多的文人骚客，给我们留下了“风雨后见彩虹”的感受。军训虽苦，却受益无穷。在纹丝不动的站立军姿时，我们学会了坚持与毅力；在不断纠正自己错误动作的过程中，我们学会了刻苦钻研；军训训练中，我们领会了严于律己，遵守纪律……军训是无声的老师，它培育了我们优良的品格，塑造了我们不屈的精神，摒弃了懒散的惰性，摆脱了无聊的幻想。咬紧牙关，奋力坚持，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我懂得了从客观的角度正视生活。

一周艰苦的训练，让我们焕然一新，皮肤虽然晒得很黑，但内心变得阳光起来。身体虽然酸痛，可意志变得坚定无比。可以说，经过了这为期一周的军训，我们都多了一份成熟，少了一份依赖。这是一个收获的季节，我们笑了，带着那丰硕的果实满载而归。这是一个美丽的插曲，我们笑了，带着优美的主旋律，踏入精彩的人生之旅，寻找一个完美的休止符。

从内心深处感觉到：“军训，真好！”

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

初中军训总结篇七

尊敬的各位领导、各位教官、各位班主任、亲爱的同学们：

大家下午好！

历时一周紧张而有序的军训活动今天就要圆满结束了，六天的军训生活即将成为我们美好的回忆。现在我们的耳旁还回响着同学们铿锵有力的口号，我们的眼前还闪现着同学们矫健的身影。我们欣喜地看到，在六天的时间里，同学们圆满地完成了军训的各项任务，取得了喜人的成绩，这个成绩的取得离不开所有班主任及工作人员的认真负责，离不开同学们自身的努力，更归功于xx武警中队教官的悉心指导，在此，请允许我代表学校和年级组，向为军训付出艰辛劳动的各位教官表示衷心的感谢和崇高的敬意！向积极参加军训并胜利完成初中第一课的全体新同学致以亲切的问候和热烈的祝贺！

几天来，教官们尽职尽责，言传身教，教得认真、细致、耐心，对每一个动作都一丝不苟地做好示范，不厌其烦地指导、纠正，与同学们建立了深厚的友谊，受到了同学们和班主任

老师的称赞和爱戴，成为全体同学学习的榜样。在此，让我们把最热烈的掌声献给我们最可爱的教官们！

同学们，不经风雨，怎能见彩虹？军训，锻炼的是身体，磨练的是意志，训练的是作风，熔铸的是理想；高扬的是精神。军训是一级成长的阶梯，军训是一段难忘的人生，把同学们对初中生活美好回忆的第一个篇章留给军训，把同学们对初中三年的使命与责任融入这绿色方阵之中，意义十分深远、精神极其博大。

经过短短六天的军训，同学们圆满完成了军训的各个科目，学习了宿舍内务整理，综合训练了上早操的队列队形和行进中的走步与跑步，晚自习各班按照《xx二中新生入学教育手册》组织了入学教育学习，观看了《让生命充满爱》、《我要上大学》等励志教育视频，召开了住校生培训大会，各班组织学生撰写军训心得体会，各项任务组织到位，完成的比较出色。

我们十分欣慰地看到，军训生活给同学们带来的远远不止于站好军姿、走好步伐、整理内务、体验军训，更关键的是你们的精神饱满了，境界提升了、意志坚强了、品格高尚了，你们的国防意识和纪律观念增强了，集体荣誉感和团队意识提高了，独立生活能力和良好的生活习惯已初步养成了，这对将来初中三年的学习、做人、做事和努力奋斗，树立了信心，夯实了基础。这次军训，将会成为大家成长历程中闪光的一页，照亮我们的人生航程。

同学们，良好的开头是成功的一半。六天虽然太短但却是我们新学段、新生活的起点。我衷心希望你们把教官们的军人作风和精神、军队的纪律和观念，带到今后的学习生活中，勤奋学习，文明守纪，树立远大理想，通过三年的努力，考上理想大学，给我们的家长、老师和社会交上一份满意的答卷。借此机会，再给同学们提几点希望和要求：

1、发扬军队的优良传统，保持军训中的优良作风

在今后的学习生活中一定要以教官为楷模，以严谨的作风为准绳，高标准，严要求，规范自己的言行，以良好心态投入到繁重的初中学习生活中去，接受人生道路中的一次又一次严峻考验。

2、今后要严于律己，要养成良好习惯

遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各种规章制度，树立集体观念，做文明学生，创文明班级。《xx二中入学教育手册》每人一册，同学们要认真学习条文，领会精神实质，内化行为规范，务必使各项制度深入人心，耳熟能详。每位同学都必须把自身的行为置于规章制度允许的轨道，日常生活中把规章制度作为一面镜子，常照常查，自查自检，匡正过失，培养良好行为习惯。

同学们！短暂而难忘的军训生活结束了，留给我们的是美好的回忆，再过两周我们将走进教室，漫游于书山学海，用丰富的知识充盈我们的头脑，我要告诉大家的是：训练场上的严格规范、一丝不苟、知难而上、百折不挠、勤学苦练、甘洒汗水的训练要诀，同样也是我们获取知识的法宝、取得成绩的武器。

最后，让我们再次以热烈的掌声，向为完成军训任务付出艰辛劳动的教官们，向每天陪伴你们、无微不至地关怀着你们的班主任老师，表示衷心的感谢！