

2023年初一军训总结(优质16篇)

学习总结可以帮助我们发现学习中的问题并寻找解决办法。下面是一些优秀学生的学期总结，供各位同学参考。

初一军训总结篇一

(一)

随着我们的脚步走出泉景分校的大门。为期三天的军训生活就此结束。在这三天里我们二班经历了从低谷到高峰的蜕变。

新的老师新的同学新的校园，带给了我们新的开始。很新鲜，很疲惫，很兴奋，幸福的笑容挂在我们晒得黝黑的脸上，“第二名！”优异的成绩让我们骄傲地向老师和家长汇报！

在这三天里我们懂得了团结就是胜利的道理，只要我们团结了胜利终究是属于我们的。后几次的成绩足以说明这一切。

军训开始第一个科目，初学乍练的我们，可能是气势不够加上声音太小，仅得到了第十名的成绩。下午的第二个科目，老师和教官对大家进行了针对性的辅导，给了我们极大的鼓舞，同学们都鼓足了劲刻苦训练，取得了进步了三名的较好成绩。第二天，训练的科目是齐步走，不仅要求每个同学的动作规范，而且要求全体同学整齐划一，教官不厌其烦地教了我们二十多遍，在烈日下大家一起操练，嗓子喊哑了，汗水止不住地流淌，但我们没有一个人去擦。终于练得有点眉目了，同学们都松了一口气，结果成绩又一次滑落了下去，排名比昨天还降了一个名次。下午的项目是原地踏步走大声喊呼号，我们吸取了上次的教训，认真训练，一点也不敢松懈。“功夫不负有心人”，下午的名次提升到了第三位，我们很高兴。第三天上午的科目是齐步跑，我们劲头更足了，在

教官和老师的辅导下认真地训练，纠正不规范的动作。总指挥对这次汇演很不满意，让每个班加练。丛教官说：“如果进前三，我们班就不用加练了。”结果出来了，我们班得了第二名，同学们都激动地欢呼雀跃起来。下午的总汇演的任务更重了，是把所学的全都表演一遍。我们班第十二个出场，我们认真努力的完成了任务。“第一名十二班，第二名二班……”以下的我没听清楚，但我记住了属于我们的辉煌。这成绩是属于我们初二班的老师和全体同学的，是我们集体的力量铸就了这次辉煌！

在此军训中我们要感谢亓老师，汪老师，丛教官。是他们保证了我们的安全；是他们为我们一直在操心；是他们为我们一直辛勤劳动；是他们在我们困难时给予我们及时的帮助；是他们在我们休息时一直在给我们做后勤工作。我由衷的感谢他们。

军训的生活虽已结束，但我将带着军训的成果走进新初一。

(二)

时光一闪就过去了，但无数个美好的回忆却深深地刻在了我的脑海，挥之不去……一一题记。

在踏入省实大门之前我们还是一群不懂事的孩子，在省实中的生活让我们逐渐长大，不仅懂得了许多道理，还感受到了一份浓浓的情谊。

这是一种不曾有过的感动，在老师和同学之间，同学和同学之间，还有我们和教官之间，升腾出一种不同寻常的情谊，让我们的心紧紧的联系在一起，震撼着每个人的心。

刚见班主任老师的时候心中生出了一份不喜欢，因为她凶巴巴的样子。也是一种孩子般的心理，让我对她产生了一种抵抗的心理。但在军训六天中，我感受到了她对我们特别关心，

如同父母一般的关怀却有别于父母的溺爱。她把自己的爱心分给每个同学，她有时也会恨铁不成钢的骂我们。但是我们却在那笑中看到了一丝温暖，足以融化一切的温暖，我们会为了那微笑而努力的。

说起我们的李教官，我心中不由生出一种自豪感，在他身上我感受到这种气势是其他教官没有的。在这六天里，我学会了如何做人，拥有了坚毅的信心，训练出了强壮的体魄，这都是李教官给予我的，我也从他身上学到一种精神，一种无畏的精神，带着它我会用自己的双手创造出一片广阔的蓝天。

(三)

军训，在21世纪来说，已经不是很稀奇的了。每个人在体验军训时都会有不同的感受——有甜，有苦，有欢，有泪。

我们初中的第一次军训是学校里进行的。当然，所有人在军训前总是笑容满面，可在结束的时候，脸上的表情却是“无法想像”的。

军训时，教官很严格。训练当中，我们有时看到别的班休息时，好像“望梅止渴”似的。当休息时间一到，大家都赶紧坐坐，玩玩，都希望可以多休息几秒钟。可是休息的时间总是那样的短暂，教官一叫集合，大家都会“心不甘，情不愿”的“飞快”的冲向教官那边集合，因为迟到会被惩罚。就因为我们班训练时刻苦，所以在检阅时，我们拿到了第二名的好成绩。

一分耕耘，一分收获。这是天经地义的事情。虽然我们的军训很辛苦，但是我们没有一个人在困难面前低下了头，都挺了过来。虽然第二名的成绩令我们都感到很意外，但是这都是我们用心血换来的，我觉得我们当之无愧。在今后的人生道路中，还会有更多的困难等着我们去挑战，但我们一定会努力去克服，不让命运主宰我们，让我们去改变命运。

(四)

八月二十日，我们伴随着夏日的阳光以及徐徐的暖风，开启了我们的军训生活。在军营的大院中我们没有好吃的饭菜，没有每天睡到自然醒的权利，没有随时随地玩手机电脑的自由。有的只是严厉的教官以及永远也不会完的训练。

军训的第一天，我只有一个感觉——累。酸疼的腿无言中道出了一切。训练的内容比较简单，就是训练的时间比较长。晚上，我们学习了格斗，我比较喜欢格斗，学起来也觉得很有趣。前几天的训练内容都差不多，晚上会有一些活动，例如说拉歌，我们一起玩的很开心。后几天，我进入了队列示范班，虽然远离了同班同学，但我也结交了更多的朋友。训练的难度也不像一开始那么难了，我们很享受在军队的生活。

训练时也有一些小插曲，例如说某位同学带病坚持训练导致最终晕倒。很佩服她，但我不欣赏她的这种做法，因为身体是自己的，无论在训练时还是在休息时，一切都应该以自己的身体为重。身体不好还怎样训练。

军训时，我们班中也出现了很多的好人好事。当某位同学受伤时，其他同学纷纷拿出自己的药，贡献给受伤的同学。在最后一晚的表演中杨璐同学当起了联络员，整个表演我们在坐着欣赏的过程中，杨璐一直站在幕后，当一个默默的奉献者。有的同学主动组织表演活动，为我们班增添光彩。

文档为doc格式

初一军训总结篇二

几天前，步入新学校，也开始军训了，这次军训对我印象特别深，我都晒得很黑很黑。

那天，来了一个教官，他很风趣幽默。我们在休息时间叫

他“xx哥”，但是在训练场上，他又很严格，一点儿都不马虎，非常认真。开始在太阳底下晒几分钟都受不了，可教官叫我们要坚持，所以这样让我变得坚强一些了，遇到总是不能退缩，只要坚持不懈，是风是雨总会过去的’。

我还通过这些天的军训，真的真的让我难以忘记，它让我上进，它让我懂得感恩，这次军训晒得好，黑得好！

初一军训总结篇三

刚刚告别小学生活，步入初中殿堂，军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自己、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

军训五天后，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了我的耐力、素质、忍耐和坚持，敢于迎难而上的勇气。首先，定好目标；然后，要有一种不怕苦、不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地向目标前进；接着，遇到困难时绝对不可以向挫折低头，更不可以半途而废，否则之前做的都会白费心机；最后，只要坚持，就会成功。我深深体会到作为一名军人有多么辛苦和不容易。虽然我们腰也酸、腿也疼，但是为了胜利完成军训表演任务，我们依然咬牙坚持着。我终于知道，军人的威武姿态不是一朝一夕形成的，而是日日练、夜夜练的。军训绝对是对我们体能和良好作风的训练。

我深信，作为新世纪的中学生，应该像军人那样，站如松、坐如钟、走如风。这难忘的军训经历在永远铭刻在我的内心深处，引领着我在初中的生活中乘风破浪、奋勇前进！

初一军训总结篇四

为期五天的军训已经结束了，虽然我们这次没有取得好成绩，

但是，透过这次训练我也有收益，同时也发现了大家的不足，以下是我认为做得不好的地方。

第一：不团结。这可能是因为我们大家刚刚来自不同的校园，彼此之间还没有默契，大家的心还不齐，劲没有往一齐使，像一盘散沙没有凝结起来。

第二：动作不整齐。是因为大家在心理上没有重视这次军训，敷衍了事，有些同学在训练齐步走时，像散步一样，一点劲都没有，如果有这种同学在初一四班，那我们班怎样能争金夺银。

第三：基础没打好。教官固然有问题。比如，他发出的指令不清晰，不响亮，但主要原还在我们自己。因为我们训练不刻苦，没有扎扎实实的掌握动作要领，没有把每个动作做到家，导致这次比赛的失败。

第四：我们缺少群众荣誉感。我们得了全校倒数第一名，有某些同学还在队列中嘻嘻哈哈，满不在乎。

透过这次军训比赛失败，让我们明白，我们已经组成一个新的群众，一个新的家庭，每个同学都是这个新家庭的成员，所以，从此以后，我们都应当增强班级职责感，处处为班级荣誉着想。

我最深刻的体会就是，如果平时训练没有打好基础，比赛就会失败，学习也是。我们此刻已经升入初中，是人生的一个新的起点，在岁月的长河中，三年，只是弹指一挥间，轻瞬即逝，我们要利用好这三年的黄金时间，听好每一堂课，做好每一次练习，充分挖掘、发挥自己最大的潜能，扎扎实实的打好基础，只有这样，中考才能考出好成绩，让初一x班以我们为荣，让x中以我们为荣。

初一军训总结篇五

(一)

随着我们的脚步走出泉景分校的大门。为期三天的军训生活就此结束。在这三天里我们二班经历了从低谷到高峰的蜕变。

新的老师新的同学新的校园，带给了我们新的开始。很新鲜，很疲惫，很兴奋，幸福的笑容挂在我们晒得黝黑的脸上，“第二名！”优异的成绩让我们骄傲地向老师和家长汇报！

在这三天里我们懂得了团结就是胜利的道理，只要我们团结了胜利终究是属于我们的。后几次的成绩足以说明这一切。

军训开始第一个科目，初学乍练的我们，可能是气势不够加上声音太小，仅得到了第十名的成绩。下午的第二个科目，老师和教官对大家进行了针对性的辅导，给了我们极大的鼓舞，同学们都鼓足了劲刻苦训练，取得了进步了三名的较好成绩。第二天，训练的科目是齐步走，不仅要求每个同学的动作规范，而且要求全体同学整齐划一，教官不厌其烦地教了我们二十多遍，在烈日下大家一起操练，嗓子喊哑了，汗水止不住地流淌，但我们没有一个人去擦。终于练得有点眉目了，同学们都松了一口气，结果成绩又一次滑落了下去，排名比昨天还降了一个名次。下午的项目是原地踏步走大声喊呼号，我们吸取了上次的教训，认真训练，一点也不敢松懈。“功夫不负有心人”，下午的名次提升到了第三位，我们很高兴。第三天上午的科目是齐步跑，我们劲头更足了，在教官和老师的辅导下认真地训练，纠正不规范的动作。总指挥对这次汇演很不满意，让每个班加练。丛教官说：“如果进前三，我们班就不用加练了。”结果出来了，我们班得了第二名，同学们都激动地欢呼雀跃起来。下午的总汇演的任务更重了，是把所学的全都表演一遍。我们班第十二个出场，我们认真努力的完成了任务。“第一名十二班，第二名二

班……”以下的我没听清楚，但我记住了属于我们的辉煌。这成绩是属于我们初二二班的老师和全体同学的，是我们集体的力量铸就了这次辉煌！

在此军训中我们要感谢亓老师，汪老师，丛教官。是他们保证了我们的安全；是他们为我们一直在操心；是他们为我们一直辛勤劳动；是他们在我们困难时给予我们及时的帮助；是他们在我们休息时一直在给我们做后勤工作。我由衷的感谢他们。

军训的生活虽已结束，但我将带着军训的成果走进新初一。

(二)

时光一闪就过去了，但无数个美好的回忆却深深地刻在了我的脑海，挥之不去……一一题记。

在踏入省实大门之前我们还是一群不懂事的孩子，在省实中的生活让我们逐渐长大，不仅懂得了许多道理，还感受到了一份浓浓的情谊。

这是一种不曾有过的感动，在老师和同学之间，同学和同学之间，还有我们和教官之间，升腾出一种不同寻常的情谊，让我们的心紧紧的联系在一起，震撼着每个人的心。

刚见班主任老师的时候心中生出了一份不喜欢，因为她凶巴巴的样子。也是一种孩子般的心理，让我对她产生了一种抵抗的心理。但在军训六天中，我感受到了她对我们特别关心，如同父母一般的关怀却有别于父母的溺爱。她把自己的爱心分给每个同学，她有时也会恨铁不成钢的骂我们。但是我们却在那笑中看到了一丝温暖，足以融化一切的温暖，我们会为了那微笑而努力的。

说起我们的李教官，我心中不由生出一种自豪感，在他身上

我感受到这种气势是其他教官没有的。在这六天里，我学会了如何做人，拥有了坚毅的信心，训练出了强壮的体魄，这都是李教官给予我的，我也从他身上学到一种精神，一种无畏的精神，带着它我会用自己的双手创造出一片广阔的蓝天。

(三)

军训，在21世纪来说，已经不是很稀奇的了。每个人在体验军训时都会有不同的感受——有甜，有苦，有欢，有泪。

我们初中的第一次军训是学校里进行的。当然，所有人在军训前总是笑容满面，可在结束的时候，脸上的表情却是“无法想像”的。

军训时，教官很严格。训练当中，我们有时看到别的班休息时，好像“望梅止渴”似的。当休息时间一到，大家都赶紧坐坐，玩玩，都希望可以多休息几秒钟。可是休息的时间总是那样的短暂，教官一叫集合，大家都会“心不甘，情不愿”的“飞快”的冲向教官那边集合，因为迟到会被惩罚。就因为我们班训练时刻苦，所以在检阅时，我们拿到了第二名的好成绩。

一分耕耘，一分收获。这是天经地义的事情。虽然我们的军训很辛苦，但是我们没有一个人在困难面前低下了头，都挺了过来。虽然第二名的成绩令我们都感到很意外，但是这都是我们用心血换来的，我觉得我们当之无愧。在今后的人生道路中，还会有更多的困难等着我们去挑战，但我们一定会努力去克服，不让命运主宰我们，让我们去改变命运。

(四)

八月二十日，我们伴随着夏日的阳光以及徐徐的暖风，开启了我们的军训生活。在军营的大院中我们没有好吃的饭菜，没有每天睡到自然醒的权利，没有随时随地玩手机电脑的自

由。有的只是严厉的教官以及永远也不会完的训练。

军训的第一天，我只有一个感觉——累。酸疼的腿无言中道出了一切。训练的内容比较简单，就是训练的时间比较长。晚上，我们学习了格斗，我比较喜欢格斗，学起来也觉得很有趣。前几天的训练内容都差不多，晚上会有一些活动，例如说拉歌，我们一起玩的很开心。后几天，我进入了队列示范班，虽然远离了同班同学，但我也结交了更多的朋友。训练的难度也不像一开始那么难了，我们很享受在军队的生活。

训练时也有一些小插曲，例如说某位同学带病坚持训练导致最终晕倒。很佩服她，但我不欣赏她的这种做法，因为身体是自己的，无论在训练时还是在休息时，一切都应该以自己的身体为重。身体不好还怎样训练。

军训时，我们班中也出现了很多的好人好事。当某位同学受伤时，其他同学纷纷拿出自己的药，贡献给受伤的同学。在最后一晚的表演中杨璐同学当起了联络员，整个表演我们在坐着欣赏的过程中，杨璐一直站在幕后，当一个默默的奉献者。有的同学主动组织表演活动，为我们班增添光彩。

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](#)

初一军训总结篇六

军训，一次不同部分的经历，是我们人生中的一级重要的阶梯。下面是小编搜集整理的初一军训总结，欢迎阅读，希望你能够提供帮助。

当汽车驶向光福的时候，军训的神秘性无时不刻吸引着我，心中的激动与开心的，至少在到达光福之前是不易被打破的。但随着时间、地点的转移，原本蔚蓝的天空，却已变得乌云密布，一下子“晴天”变成了“雨日”。肩上的包袱也突然变得更加沉重，不经意地，从我肩上慢慢滑落下来。我当时在想，那是一种说放弃的感觉吗？我立刻提醒自己，如果不战而退，那不是连我自己的战场和舞台都没有了吗？即使那是一条很长很远的路，我也要坚持不懈，持之以恒。

当天下午，我们就开始训练了。那时候，痛苦，孤独和无助塞满了我整个躯壳。每天，我们都在烈日下暴晒，饭菜也是如此地不合口味，到晚上还不能好好地洗澡。而且在这里，我没有什么人可以诉苦。没有什么方式允许我发泄，更不可能立刻停止眼前这被我视为“悲剧”的生活。我们每一个人，都过着度日如年的生活。再一想到，我竟然要在这样的环境里过上七天，心里的难受就来了。脑海里时不时地开始闪现画面。那刻，我想到了在家中视我为宝的父母。我的心开始纠结，有一股想哭的冲动在那刹那涌到眼眶，似乎此刻，视线也开始模糊不清。可是最终，我没有哭。这是生平第一次，我的眼泪眼看快流出来，却又被强忍了回去。就在这军训的前几天，这样的事情发生了一次又一次，我想哭，却又忍了回去。听着教官的指令，我们好像都成了一个兵，有一种身临其境，情于其中的感觉。虽然开始人有些倦怠，队伍也不整齐，但在教官的调教下，我们的军姿颇有起色，当体恤我们的教官安排我们到阴凉的小操场训练时，大家好像是飞出笼子的小鸟又恢复了原样，教官的叹息声声击打着我们的耳膜，那一瞬我们的灵魂开始苏醒，我们来此的目的？我们的

个人情操?我们的班级荣誉?错了就改正，跌倒了再爬起，我们重整旗鼓，再拾信心，认真做好每一个动作。稍息、跨立、蹲下、起立等都一天比一天好，一些外在障碍和心理障碍也慢慢被我们克服了。白天炙热阳光底下的我们，内心是清凉的，那种心情就像是一阵阵的海浪，直往身上扑来。我明白那或许是我的错觉，可是我宁愿相信那百分之零点零一的错觉夜幕降临，在月光操场下唱军歌，个个都慷慨激昂，那一刻我军训感想们卸下了白日的疲惫，完全置身于自己的舞台。歌声中的霸气，激励着我们的斗志与勇气。我甚至不知道，这七天里，我在坚强什么，脑子里的想念，又是如何强压下去的。

后来，慢慢地，我开始适应了这样的部队生活，除了临走时的一丝不舍之情，会让我有点小小的难过，再也没有想哭的时候了，一脸的笑容。而这七天里，我适应的，也不单单只是部队的的生活，更多的是，我适应了孤独，适应了痛苦，学会了苦中作乐，虽然，我们被罚站过，被罚蹲过，被训过，受过伤，酸痛过。可高兴的是，我没有被艰难压倒过，我流过汗，而没流过泪。从刚开始，我一个人抱着最未知的心态，去面对最未知的未来。到现在，七天下来，周围的朋友熟悉了，环境熟悉了，心情也开朗了许多。

当汽车驶离光福的时候，心情是恬淡从容的，七天的军训虽然很短，但对于年轻的我们却是宝贵的财富。

一切的一切都是毅力在坚持吧!一切的一切都是身体在茁壮吧!一切的一切都是精神在恢复吧!世界无限广阔，生活如此绵长，唯有修身砺学，恒而不懈。

8月25日—28日，是xx学校新一届初中学生为期四天的军训。这次军训，150余名学生在教官和学校带队的领导、老师们的共同努力下，在同学们的刻苦训练下取得了优异的成绩，为这次活动画上了一个圆满的句号。

在这几天的军训中，我们亲眼目睹了预初班的新生朝气蓬勃，挑战自我的动人场景；深切感受到了他们不怕苦、不怕累的可贵精神。在整个军训过程中，孩子们经受磨练和考验，他们严守纪律，不怕困难，不叫苦叫累；战高温，斗酷暑，体验了军事化的训练。在艰苦训练中完成由小学生到中学生的蜕变。

短短的几天，孩子们在教官的教导下，由处事拖拉散漫，到行动干脆利落；从饭来张口、衣来伸手的娇弱，到宿舍内务整理得干净整齐。立正，让大家变得挺拔；昂首挺胸让大家变得自信；整理着装，让大家变得精神抖擞。训练中，大家认真地学习教官教给的每个动作，一步步走进合格“士兵”的行列。大家始终保持积极的状态，力求做到最好，从思想上、行动上以一个军人的标准来严格要求自己，逐一完成军训相关科目的基本动作。学生们步调一致的队列演变，洪亮有力的口号声，充分展示了我校学生的青春风采和积极进取的精神面貌。

几天的训练，更培养了孩子们的团队精神。在军训会操中，各方阵严整的军容，整齐的队列，刚健的步伐，响亮的口号，赢得了与会领导和各位老师的热烈掌声。当孩子们上台领到“优秀团队”、“优秀标兵”、“优秀寝室”奖时，付出的汗水和艰辛在那一刻展现在灿烂的笑脸上。军训会操结束后，王杰主任发表了热情洋溢的讲话，对新一届预初年级学生在军训中表现出的顽强与坚韧给予了充分的肯定，勉励预初学生们把在军训期间养成的良好品德和作风带到今后的学习中去，希望同学们在今后的学习实践中团结友爱，在新的学习征程中奋发向上，共同前进。

在离开军训基地的前一天晚上，是全年师生、教官的联欢。多才多艺的同学们为大家呈上了一场视觉盛宴，表演的十几个节目，丰富多彩，报告厅里不时传出热烈的掌声。欢笑后的泪水更能触动人心，一名大学生的演讲：“三个朋友——老师，家长和教官”把孩子们深深打动，孩子们冲到老师和教官身边，拥抱成一团，有的学生不停抽泣，有的哭得稀里

哗啦，感恩的种子，深深地在孩子们心中埋下！

军训生活是人生旅途中的重要体验，它磨练意志，锻炼品格，它提升素质，促进成长。经过军训，相信新一届的学生们变得更具自信，更加坚强，更富朝气。

军训虽然结束了，但在军训期间养成的良好品德和作风将伴随同学们在崭新的校园生活中扬帆远航，在今后的人生道路上勇往直前！

一眨眼五个半天的军训已经过去了，时间虽然短暂，却让我收获颇多。

军训不仅培养了我与同伴团结合作的精神，还磨练了我的意志。宋代诗人苏轼曾说过：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”五个半天的军训使我感受到了热与累；使我体会到了军人们的纪律严明；使我明白了团结就是力量，作为集体中的一员，应该时时刻刻为集体着想。

“不经历风雨，何以见彩虹。”“不经一番寒切骨，哪来梅花扑鼻香。”我想，这次军训也算是一次小小的锻炼吧。军训虽累，可也有快乐的时光。休息时，同学们围坐在一起，说说笑笑，谈论着一些奇闻趣事。被阳光普照着的面庞，显露出一快乐的神情。

功夫不负有心人，经过我们班同学的努力，在会操展演那天表现出色，获得了第一名的好成绩。

时光如同一条潺潺奔流着的小溪，转眼就逝去了。五个半天的军训生活也仿佛就在眼前，使我难以忘却。这也将成为我成长道路上的一颗星，我会永远记住它。

军训伴我成长。

初一军训总结篇七

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，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！

初一军训总结篇八

时光荏苒，转眼间7天就过去了。一周的军营生活中，有泪水、

有汗水、有欢笑。

我满怀信心地开始了真正的训练。但是训练时的苦，却是我们这些小公主小王子们从未经历过的。天天大太阳下站军姿，即使被蚊子叮咬也不能动一下。而且这一站就是半个小时。刚开始我确实有支持不住的感觉，但是我咬咬牙还是坚持到最后。因为我知道我们需要树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。在这里，我们代表的不是个人，而是一个集体！我们要时刻为集体的荣誉着想。

“政事合格 军事过硬 作风优良 纪律严明！1、2、3、4”一句简单的口号，我们喊了无数次，也因为声音不够洪亮被教官说了很多次，罚了很长时间。当时，心里有委屈、也有那么一丁点的不服。在训练时，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。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要没有教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。顿时想家的感觉不由得用上了心头，很多同学眼泪常常在眼眶中打滚，可我们始终没有让它流出来，因为我们记得那句口号“流血流汗不流泪”。现在再回想起来，那些憎恶的感觉都消失了，剩下的只有怀念。想着我们的食堂；想着我们的严教官；想念着我们的432宿舍。

如今我深深地体会到了：军训不光是对体能的训练，更是对人意志的锻炼。一个人只要有坚韧不拔的毅力、坚强的意志，在学习和生活中，遇到挫折时，你才会勇敢地站起来，去迎接更大的挑战。

初一军训总结篇九

我从很小的时候，就听见他们大人总说我到初一的时候就会军训，并且到那个时候会吃很多很多的苦，而且，我还会被晒的很黑，然后皮肤还会破皮，之后会觉得很疼，还有，军训的时候，如果你吃饭慢的话，你就会吃不饱，菜做的还很

不好吃。我小时候就带这这样的疑问一直成长，我如今已经是刚刚步入初中的学生了，正好，就像父母说的那样，我真参加了一次军训。

第一天去时，就经历了暴晒，吃中午饭时，教官要求不允许说话，而且，进饭堂之后不能坐下，得听见口令后才能坐下，然后也不能吃饭，还得听口令。训练时，三分之一的时间都是站军姿，天天都得抹防晒霜，每天早上不到六点就得起床，晚上要九点多才能睡觉，有一两天晚上，因为我们说话，所以教官们罚我们站到快十点时才让我们回去，晚上的一中队被蚊子给围绕，真是应了首长的话“晚上这里什么也不多，就蚊子多，如果你们谁睡不着觉的话，那就请你出来做一点贡献吧！”

每天晚上可以说是睡的很香，甚至有几天能躺床上就能睡着，但是，每当我们睡熟时，教官和老师还要在长廊里来回徘徊，他们很辛苦，每次睡觉都不超过六个小时，只为了看好我们，在这里，我要向老师及教官致敬，表达我对他们的谢意，老师为了和我们一起训练可以带病坚守，教官为了我们能吃苦耐劳而将嗓子喊破，含上含片还训练我们，他们是那样的伟大。

最后，我们就要走了，有的同学要来了教官的签名，电话号和qq号看着教官和老师笑的合拢不上嘴同学们也很开心，我们上车了，临走时教官嘱咐给我们一句话“同学们，你们将来一定要好好学习，长大后报效祖国，这才是我对你们的希望”。

每次想起教官都能联想到驻守在边疆的战士们，我们在家里想干嘛就干嘛，不都是因为有了他们，所以才有了我们今天的幸福生活，他们将自己奉献给了祖国，丢下了自己的家庭而去捍卫其他的家庭我们要鼓励这样的人，佩服这样的人，赞美这样的人。

自从回家了，吃的每一顿饭都比以前的饭好吃，而且，以前有的时候还会剩一点点饭，但是，自从军训回来了以后，以前的那些臭毛病都一去不复返了，就像时间一样，只要是过去了就再也回不来了，做事情也比以前快了许多，雷厉风行。就连我母亲都很佩服我，这都是军训的功劳啊！，我听说我们到高中时还会有一次军训，到那个时候，我相信这个时候的我，还会一去不复返的。

初一军训总结篇十

生活是一位睿智的长者，生活是一位博学的老师，它常常春风化雨，润物无声地为我们指点迷津，给我们人生的启迪。

四天的军训生活虽然短暂，但我们仍然受益匪浅。当我们站在军训营地上训练时，我才真正体会到什么是严。寒风不留情地迎面扑来，我们不能喊冷，更不能动一动，就这样凭着顽强的毅力，默默坚持着，"好的开头是成功的一半"但要获得成功，其实还要好好地坚持到底。坚持意味着忍耐，最终，我们还是坚持到底了，也笑到了最后。因为我们有信心，有实力，所以优秀的成绩便是给我们的最好回报。

坚持下来很不容易，鲁迅先生非常赞赏虽然是最后一个但仍能坚持跑到终点的人。这样的人在赛程中可又最不引人注目，但却最能鼓舞我们这些遇到困难就想退缩的人。坚持是一种品质，需要我们去培养，三天的军训生活，就培养了我们这种品质，而坚持的可贵之处，也正在于它可以培养我们许多品质。还有这样一个哲理故事：每个人都有惰性，而且我们每天都处在惰性包围之中。惰性像稻草，一根根地向我们压来，一开始你感觉不到它的重力，但当它越积越多，终于有一天，只须添上最后一根举足轻重的稻草，你就会坚持不住啦！终于会被它压趴下。在那些惰性稻草压迫我们的过程中，人是无知无觉地坚持的，这是一种心灵上的抗争。

大家都知道，一鸣惊人的人，肯定是默默无闻过一个相当长

的时期；豁然开朗的境界，必然经过一段昏蝉狭窄的路程。这之间，最重要的是坚持。所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”也正是这个意思。坚持体现着沉着，愚公荷担移山，终得天帝相助；达摩静坐参禅，石壁为之感化。这样的效果，虽是不可企求的，但毕竟是坚持者才会得到的。待遇。

同学们，请相信“所有坚韧不拔的努力，迟早会取得报酬的”这句话吧！

初一军训总结篇十一

9月1日至3日，集美中学为期三天的初一新生军训活动结束了，初一（8）班的同学们顶烈日、战高温和教官密切配合团结协作，圆满顺利地完成了各项训练任务。在会操表演中我班同学精神抖擞，展现了初一（8）班“小士兵”们的良好精神风貌，获得了三等奖。下面就这次军训情况做一个小结。

本次军训在学校领导小组的正确领导下，通过短短三天气的军训生活，我班在时间紧、任务重、缺乏经验、条件有限的情况下，得到了磨炼，达到了预期的效果。

们去掉了过去许多不良的陋习，良好的习惯正在形成；各种学习、生活的规范化、制度化已经形成。

三是通过军训，增进了团结，增强了凝聚力。同学之间也由原来的陌生变熟悉，增进了老师与学生之间、学生与学生之间的了解和情感的沟通，增强了班级凝聚力、形成了一种积极向上的良好班风和促进班级凝聚力的形成。在训练期间全班同学互帮互助，为了班级荣誉在会操中齐心协力，取得了第三名的较好成绩。

在短短几天的辅助军训工作中，身为刚入校的新班主任的我也收获颇多。

一是要安全始终放在第一位。学校领导再三强调，每个带队老师一定要有强烈的责任感，要确保安全第一。的确，面对体能上的超强训练量，很多学生出现了种种不适应，尤其是头一天，有好几个学生站在那会突然感觉要昏倒下来，这时作为班主任就必须站在队伍边上，时刻关注学生的脸色，及时处理偶发事件，丝毫不能松懈。整个军训的三天时间里，对我而言，在安全方面的压力是最大的。

二是要搞好宣传鼓动工作。现在的孩子多为独生子女，再加上生活条件较好，在家颇受宠爱，因此吃苦意识不够。再者，学生一开始对军训可能有新鲜感，随训练强度的加大、时间的推移和炎热天气的影响，便会由新鲜转为厌烦。身为班主任便要运用极富鼓动性的语言，鼓舞学生的斗志，让他们坚持训练并争取获得最后的胜利。

三是要与教官搞好配合工作。军训中的班主任，应该是教官的好帮手。由于训练的辛苦，学生有时会出现一些违纪现象，教官会以一些军人式的要求进行处罚，有时批评言语较重，有些学生会难以接受，甚至有些情绪。此时，就需要班主任做好学生与教官之间的桥梁和纽带，一方面支持教官的严肃认真，严格要求学生；另一方面对那些个性脆弱的学生及时安抚，沟通交流，学生提出的一些合理要求与想法，我也会及时与教官们协商，以及时化解教官与学生之间的矛盾。

最后，班主任要带头遵规守纪的作好表率。正人先正己，明人先自明你的一言一行都将是学生了解你的起点，因此作为班主任我坚持比学生早到晚退，跟学生一起晒太阳，同时搞好一些后勤保障工作，在学生面前树立起好的榜样。

总之，通过紧张艰苦的军训，同学们经受了一次严格的考验，也获得了前所未有、终生受益的精神财富，达到了培养吃苦耐劳的高尚品质、纪律严明的工作作风、生活朴素的优良传统、无私奉献的爱国精神的目的。但是，如何把这次军训的成果巩固下来并使之在今后发扬光大，这才是我值得思考的

问题，也是我今后的工作目标之一。

初一军训总结篇十二

说句心里话，军训是挺苦的，可是教官却要我们说不苦不累，其实这也是锻炼我们的一个机会，一个磨练意志的机会，让我们在今后的人生道路上能不怕苦不怕累，接受一个又一个的挑战，而且每一次都挑战成功！我们是在家中娇生惯养的独生子女，没有人经历过这样艰苦的训练，可是人生就是这样，有苦，当然也有辣，我们只有挺起胸膛，苦的辣的也能变成甜的！那时教官已经为我们喊破了嗓子，顿时我感觉我们这种苦和累真是小巫见大巫了！

初一军训总结篇十三

“军训”这个词意义重大，它既意味着新学期的开始，又意味着我们已经长大了，不再是那个懵懵懂懂的小孩子了，要接受像军人一样的训练了！军训就像是一个五味瓶，酸、甜、苦、辣样样俱全，可是，我已经准备好接受“挑战”了！

“立正稍息”操场上传来了一阵阵这样高亢地声音，对，这就是我们的口号。在平常时看来，这只是普普通通的几个命令，可是到了军训就不同了。

首先我们要学会最基本的——站军姿！这可不是一件容易的事儿，手要贴紧大腿，五指并拢，大拇指靠在食指的第二关节，一动也不能动！（动要喊“报告”）我们也只能一动不动的站在那儿，还好那天天气不错，要不然得一个个练趴下。当我快要支持不住了的时候，我就这样告诉自己：没关系，再坚持坚持，保持好军姿，教官马上就会让我们休息的！结果，一天下来，脖子酸得就快动不了了，腿也酸得不行，我并没有抱怨什么，因为我知道，还有两个比我们更累的人，他们就是：张老师和教官，他们顶着比我们更大的太阳，还依然坚持为我们作辅导工作，当我们还在休息的时候，教官还在训练一

些练得相对而言比较差的同学，衣服都被汗湿了；而我们的张老师也是如此，细心地教我们，自己却没休息过多久。

文档为doc格式

初一军训总结篇十四

因为有了前面的酸甜苦辣，才有了今天的：甜，我们班虽然只是得了：精神文明班集体，可是对我们来说，也是一种努力的见证，其实我们最要感谢的是我们的教官，他牺牲了自己的休息时间而训练我们，让我们多休息会儿，而他自己却是忙个不停。在今天的汇报表演上，教官的喉咙已经喊得嘶哑了，所以，我们为教官送上了一束鲜花，来表达我们深深地感激之情，因为什么言语都不能够表达这一份感谢！

军训，让我明白了许多道理，同时也让我明白了那些解放军叔叔真的很不容易。我从这次军训学到的东西，是在平时课堂上永远学不到的东西。在此，我真的'要向我们的教官和所有的解放军叔叔，深深地敬一个礼！

初一军训总结篇十五

终于到达了目的地，长达两个小时的车程虽然使我疲倦不堪，但是我心底里那一丝兴奋依然。

虽然烈日当空，但看见教官叔叔们那认真严肃的样子，我在暴晒中抬起头来了。我们先欣赏了军人的军事演习，然后由教官分别对我们进行军训。这是我第一次接触军人，我发觉他们是天底下最可爱可敬的人。他们为祖国贡献了自己所学的学识，不知疲倦地为人民服务。这让我肯定了，这次军训是十分有意义，十分有益的。我们的教官姓李，他先教我们军人的训练的几个基本动作。这才让我茅塞顿开，原来这些基本动作是那么难做，活了这么多年，到今天才知道这些基本动作的正确做法。此时此刻，我似乎明白了许许多多……

好不容易才熬到吃饭时间，大家仿佛是在黑暗中找到了曙光，眼睛里充满了欣喜。我们好像三天没吃过饭一样，都狼吞虎咽。因为我们实在太累了，连续几个钟头的军训使我们筋疲力尽，甚至连说一句话的力气都没有了。到了晚上，本想舒舒服服地洗个澡，谁知，今晚居然没水，我想：唉，惟有下去提水了！

可是天公不作美，这时候却下起倾盆大雨来。我只好冒着雨去提水。真是祸不单行，当我辛辛苦苦地提了水上来洗澡的时候，教官突然吹起了口哨，同室的同学催我，“快点呀！

集合了！

“我急得像热锅上的蚂蚁，连忙抹干身子，穿好衣服，衣扣还没有扣就马上冲下去了。教官嘱咐了几句，我们又赶着上楼整理衣物……今天我初次了解到军人的生活，虽然很辛苦，很累，但却受益匪浅。我在这短短的不到十个小时的军训中，深深地体会到：我们要有吃苦耐劳，坚毅不屈，顽强拼搏的良好品质，并且从小就要树立勤俭自强的精神。今天是我人生当中最难忘的一天，我将会把这段美好的回忆深深地刻在心底里。（杨老师的悄悄话：军训，写日记，你都是最棒的！）

老师为你骄傲！

初一军训总结篇十六

八月二十日，我们伴随着夏日的阳光以及徐徐的暖风，开启了我们的军训生活。在军营的大院中我们没有好吃的饭菜，没有每天睡到自然醒的权利，没有随时随地玩手机电脑的自由。有的只是严厉的教官以及永远也不会完的训练。

军训的第一天，我只有一个感觉——累。酸疼的腿无言中道出了一切。训练的内容比较简单，就是训练的时间比较长。

晚上，我们学习了格斗，我比较喜欢格斗，学起来也觉得很有趣。前几天的训练内容都差不多，晚上会有一些活动，例如说拉歌，我们一起玩的很开心。后几天，我进入了队列示范班，虽然远离了同班同学，但我也结交了更多的朋友。训练的难度也不像一开始那么难了，我们很享受在军队的生活。

训练时也有一些小插曲，例如说某位同学带病坚持训练导致最终晕倒。很佩服她，但我不欣赏她的这种做法，因为身体是自己的，无论在训练时还是在休息时，一切都应该以自己的身体为重。身体不好还怎样训练。

军训时，我们班中也出现了很多的好人好事。当某位同学受伤时，其他同学纷纷拿出自己的药，贡献给受伤的同学。在最后一晚的表演中杨璐同学当起了联络员，整个表演我们在坐着欣赏的过程中，杨璐一直站在幕后，当一个默默的奉献者。有的同学主动组织表演活动，为我们班增添光彩。

初一军训总结