# 大学生个人军训总结范本

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-03-17

*大学生个人军训总结范本7篇转眼间军训已经结束了，每件事只会在结束时，才会珍惜，现在细细想来军训是多么美好，现在大脑中只剩下和教官的点点回忆。下面小编给大家分享大学生个人军训总结范本，希望能够帮助大家!1大学生个人军训总结范本时间过得太快了，...*

大学生个人军训总结范本7篇

转眼间军训已经结束了，每件事只会在结束时，才会珍惜，现在细细想来军训是多么美好，现在大脑中只剩下和教官的点点回忆。下面小编给大家分享大学生个人军训总结范本，希望能够帮助大家!

**1大学生个人军训总结范本**

时间过得太快了，一转眼，\_\_天的军训已经结束了，回想军训时的我们，心里很开心，也很不舍。

军训的第一天，我们认识了教官，那天很热，我们又是第一次军训，当时只是觉得军训很好玩并没有想太多，谁知教官下的第一道命令就是站军姿，20分钟，并且腰要直，两手要紧紧贴在大腿两侧，两脚要分开60度，20分钟以后，同学们一个个都累得汗流浃背。

第x天，是练习向左转、向右转、向后转，和齐步走，这些动作看起来简单，而亲身实践可真是难啊！光是向左转、向右转和向后转就把大家弄得晕头转向，常常转错方向。而齐步走更是难，教官总是说我们像散步，有的同学都走顺拐了。

第x天的军为是在室内进行的，因为外面下着大暴雨，并且下了一整天。我们在教室跟教官学唱“国歌”和团结就是力量，后来教官还给我们放动画片，那一天我们好开心。

到了第x天，教官继续教让我们练向左转、向右转、向后转和齐步走，因为明天就要会操比赛了，大家也变得认真起来。

军训最后一天到了，上午的时候，教官领着我们熟悉场地，并练了几遍，就让我们休息，休息的时侯，同学们都很喜欢跟教官玩，因为教官的脾气很好，教官平常都是笑呵呵的，像个小孩子。下午，会操比赛开始了，大家认真地完成每一个动作，最后得了奖，所以人都无比的高兴。

军训已经结束了，会操比赛也结束了，教官也要跟我们说再见子，留下的是我们军训时，最美好、最快乐的回忆。

**2大学生个人军训总结范本**

随着我们大一新生的到来，我们迎来了开学第一课——军训！

金秋的阳光并不像想象中那么和煦，高温仍在继续，太阳公公在磨炼我们的意志，滚烫的大地公公在考验我们的耐力，“军训”并不是想象中的“幽默风趣”，军训——枯燥乏味，军训——艰苦难忍。

军训难道只给我们留下这样的回忆？

不，它能锻炼我们的意志力，增强我们的团队精神，培养我们的忍耐力，短暂的军训对我来说是一段刻骨铭心的记忆，短暂的军训对我来说是一生享用不尽的财富。

我们伫立在烈日下，当我站着军姿，几丝热流飘过脸庞，留下的是一颗颗闪亮的汗珠。背、腰、肩如针扎一般疼痛。但在这闷热的九月里，骄阳带来的不再是温暖，而是炎热，但每位同学都顶着烈日来校军训，即使是一些身体不适的同学，也仍然坚持与大家共同训练。

虽然过程中，有同学倒下，但没有人因此而放弃，为的就是两个字——坚持！虽然没有凉爽的天气，但充满朝气的面容是我们的色彩。所谓“坚持就是胜利”！

两天两夜过去了，“稍息、立正、向右看、敬礼、礼毕……”这些声音依然还在我耳边游荡！

坚持。即能在较长时间内，为实现目的坚持不懈，百折不挠地去努力，去奋斗。在战时，军人的坚持性尤为可贵，两军相持，胜利往往“产生于‘再坚持一下’的努力之中”。

身穿绿色军装，为科大十营争光。经过严格苦练，人生从此改变。服从命令最光荣，愿多立战功。

**3大学生个人军训总结范本**

军训，是让我们这些大学生体会到当兵的辛苦，军人的素质，和责任的意义！提到兵，我们总是满怀敬仰！脑海里总是会立刻浮现出那些在风雪边关哨卡的战士，在抗洪前线的坚强臂膀，在地震灾区的奋勇绿流，在检阅场上的飒爽英姿，挽日月与光明，救苍生于水火。

军人本色，是一条贯穿社会的红色的主旋律，是一首弘扬中国军人情操的赞美词！流逝的是岁月，转变的是沧桑，而唯一不变的是那种执着、忠诚的军人本色！

军训是我们大学的第一堂课。它将教会我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。在这次特殊的训练中，也许，我们会遭遇烈日骄阳；也许，我们会面临瓢泼大雨；也许，我们会遇到体力不支的情况。但“逆境是阻挡弱者的大山，也是冶炼强者的熔炉”，因为我是一个兵，所以我们决不能屈服，要勇于克服困难，培养军人一样顽强拼搏的精神和毅力。巴尔扎克曾说，“没有伟大的意志力，就不可能有雄才大略”。

我们认真对待这次军训，发扬“特别能吃苦，特别能忍耐，特别能战斗的军人作风，磨练意志，强健体魄，提高思想觉悟，增强组织纪律性。我们在军训中使自己变得更坚强，更勇敢，更自律！并把这种精神带到今后的学习和生活中去。

**4大学生个人军训总结范本**

一谈起军训，想必少不了“苦”这字了。要我说，这军训可是酸甜苦辣咸，五味俱全呀。

五天的军训让我们成长，让我们成熟，吃不饱，睡不好，就连个洗澡的好地方都没有，我想，这大概就是磨练人的地方吧。俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人。”的确如此。

烈日下，我们汗流浃背，却丝毫不动。一首《严守纪律歌》唱出了军人的作风，唱出了我们坚强的意志；一次靠几滴水洗完的经历，洗出了军人的珍惜，洗出了我们对水的节约；一次拔河比赛，拔出了军人的团结，拔出了我们集体的精神。训练中，坚持乃我们心中的标志，千言万语，只为“坚持就是胜利。”

之前的我们是饭来张口，衣来伸手的小皇帝小公主，永远是呆在温室里的花朵。而如今，五天的军训将我们改变了，再也不依赖了，坚强，我们变得坚强了，变成石缝中顽强的野花，尽管环境多么恶劣，也能在其中锻炼自己，成长自己，正如“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，没有风雨，怎能见彩虹，没有苦的衬托，怎能显示甘的美丽。

于是，成长，蜕变，我们懂得了集体的力量，向往着集体带来的喜悦，记住“步调一致得胜利。”不再害怕五天里的日子。

落日将我们带到了x月x日下午，这一刻，真的好不舍。仰望，天好蓝好蓝，任白云自由地飘；俯视，水好绿好绿，任鱼儿自在地游。踏出了这里，告别了五天的军训，也许，泪珠早已在眼眶里打转，但我不让它落下，因为，在这里，我要坚强。

尝尽了酸甜苦辣咸，军训，就是这样，好似一瓶打翻的五味瓶。

**5大学生个人军训总结范本**

为期15天的军训工作，在学院领导的重视、武装部的周密安排及各系、处室的通力协助下，在武警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15日开始至25日结束，历时15天，受训的本、专科新生3170人，根据《\_\_学院20\_\_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，在武警教官的悉心指导下，学到了基本的军事知识，初步掌握了一定的军事技能，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。通过军事理论知识测试、实弹射击和军事汇操，达到了预期的目的，取得了圆满的成功。主要做了如下工作：

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，增强了国防观念和国家安全意识。学院党委非常重视，成立了以谢友祥副院长为团长的军事训练团，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，武装部在暑假期间多次与承训部队——梅州市武警支队的领导联系沟通，协商军训事宜，并着手制定《\_\_学院20\_\_年新生军训计划》和各项准备工作，做到有计划、有准备。承训武警部队抽调专门力量，进行了具体分工。军训期间，学院领导及各系领导都非常重视，深入训练场检查、指导军训工作。如江南校区管委会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。又如：体育系、外语系、化学系、财经系、教育系、土木工程系等分管领导冒着炎炎烈日，每天跟随在训练场协助教官抓好训练，极大地鼓舞了军训人员的热情。在每天的具体组织上，双方领导都把一天所需的训练场地、器材等方面做好协调，明确分工，周密安排，严密组织，确保了军训工作的顺利开展。

2、严格训练保证质量

按照《高等院校军事训练教学大纲》的要求，科学施训。共完成了15个教育训练日，其中军事训练84课时，军事理论教育17课时。严格训练管理，是提高军训学生军事理论、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，是经过武警教导队严格筛选，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《高等院校军事训练教学大纲》的要求，做到严格管理、严格要求、严格训练，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。组织同学们整理了内务，统一了标准，并进行了检查评比，规范了同学们的内务秩序。

4、训练刻苦成效显著

这次军训，时间比往年长，增加了5天的训练量，而且气候比较炎热，同学们对所学的内容都比较陌生，但每一个同学都能端正训练态度，把这次军训当作一次学习提高自身素质和锻炼自我、挑战自我的机会，安下心来训练，静下心来带着问题思考。白天，在高温的训练场上，在火热的太阳下面，同学们发扬了不怕苦、不怕累的精神，每天一身汗。晚上，还撰写军训心得。同学们在军训体会中写到？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。同学们普遍感觉是：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；有的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，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。

5、保障到位扎实有效

强有力的保障是圆满完成军训任务的重要一环。为了让军训人员精力充沛，以饱满的热情投入到军训中去，一是各保障人员服务意识强，军训团成员经常深入训练场检查指导，特别是武装部领导坚持每天深入一线检查协调军训工作，保卫处全体同志全力以赴，同心协力保证各项工作的落实，每天做到开水凉茶供应及时，认真负责，任劳任怨；二是担负靶场射击的保障人员，能够做到积极配合，听从指挥，确保了靶场的安全和1900多人的实弹射击的顺利进行；三是进行了一次军事日活动。组织近70多名学院干部进行了实弹射击，从而增强了国防观念。四是武装部车辆保障到位，军训车辆除了保障供水外，还还随时负责军训中晕倒学生的抢救工作，确保了军训中无一学生因病而贻误治疗。此外，武装部还准备了充足的润喉药品，分发到各个训练点教官手中；后勤管理处派出医生到训练场巡医，随时做好医疗服务保障。总之，军训期间的各项保障到位，工作落实，保证了军训工作的顺利开展。

6、集中汇操成绩显著

在9月25日上午举行军训汇操比赛和总结大会上，同学们头顶烈日进行汇操，在教官的口令下一丝不苟地完成规定动作，以饱满的精神和高昂的斗志向学院领导和老师们交上了入学以来的第一份满意的答卷。在参赛的16个系代表队，经过1个多小时的角逐，每个动作、每种步伐考官的认真考核评定，16个系平均分均在85分以上，汇操前六名的有：外语系、中文系并列第一名、其次是财经系、政法系、地理系、土木工程系、体育系。内务卫生评比前六名依次是：政法系、音乐系、财经系、物理系、中文系、外语系。大会还分别对实弹射击中获得前10名优秀射手，以及在《国防教育》知识测试中获得优秀答卷奖的30位同学颁发了奖项。

存在不足：个别同学思想不够重视，吃苦精神不够强，存在怕苦怕累的思想。

**6大学生个人军训总结范本**

我怀着好奇和激动的心情走进了属于我的一片天地的校园，这里有老师的细心照顾，师哥师姐们热情的帮助，同学们之间的相互帮助，使我在很短的时间内，对\_\_工商职业技术学院有了一个比较全面、系统的了解。

我们是二十一世纪的大学生，担负着时代和历史托付给我们的历史使命，我们还很年轻，还很幼稚，怎样才能适应时代托付给我们的艰巨使命？怎样才能在以后的大学生活中活的更精彩？

我们进入大学的第一步就是军训，他给我们提供了一次难得的机会。穿上军装，我们将成为一个人，所以我们用人的标准严格的要求自己。

吃点苦，受点累，怕什么。俗话说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”军训让我们从幼稚走向成熟，使我们能够正视困难，敢于挑战。军训能够磨练我们的意志，锻炼我们的体质，增强我们的信心，美化我们的心灵……

看！那烈日下与我们同甘苦、共患难的教官们。辛勤的汗水浇灌着一棵棵幼苗。每一个动作，每一个姿势，教官们都细心地教导，那循循善诱的精彩画面怎能不让我们感动？常言“一日为师，终身为父”。我们应该怀着一颗颗敬佩的心情，道一声：“教官们，你们辛苦了！”

俗话说：“严师出高徒。”虽然教官们对每一个动作都有严格的要求，但是我们有的动作做的还不规范，不到位。这就要求我们必须严格要求，刻苦练习，争取把每一个动作都做好，用实际行动回报教官们的一片苦心。

不管前方是风雨，还是险滩，我们将与教官们走完这精彩的7天。让岁月珍藏一份经典的画卷。保存一份完美的回忆。

我们坚信7天后的我们将会更完美。让我们用心去呼唤，让暴风雨来得更猛烈些吧！我们已经作了最充分的准备，用自己坚强的意志去挑战，去适应，去完美这7天的精彩而又刺激，艰苦而又快乐的生活。

最后让我们用心灵去呼唤，用行动去感化，用自己最终的梦托起明天的太阳。献给天下最可爱的人。可敬的教官们，让我们05届新生一齐说一声：“你们辛苦了，我们非常感谢你们。”

**7大学生个人军训总结范本**

就是军训吗？对，这就是军训。不，这不是军训，这不是我心目中的军训。我心目中的军训是这样的：严格的教官、严正的氛围、认真的同学。但是，这些我都没看见。我看见的是：和气的教官、轻松的气氛、嘻嘻哈哈的同学。这让我想起高中的军训，我还记得高中的军训是那样的严厉、是那样的累，但是我们却过的很空虚，很开心，由于教官很严格，我们每一个同窗都很当真，都想在汇操中表示得最好。

在军训开端之前，我始终认为这次的军训应当比高中的更艰难，然而事实上却比高中的时候轻松的多。许多同学都嘻嘻哈哈，很不认真，有几个同学没有一点集体感。而且训练的时候也是勤懒惰散的。这让我想起了西贝师兄说的话：“我们已经丢了良多脸了，我愿望大家可能在这最后多少天把所有的都拼出来”，确实，我们比起\_\_甚至是08的数计院的师兄师姐差了好多，不论是哪个方面，固然事实是这样，但是我个人我并不想被别人说比其余人差，我信任我会严肃看待这次的军训，无论四周的同学是怎么的立场，就如我军训之前的态度，我是来享受痛苦的。

军训了六天之后，我感到最让我难忘的是那个下雨的晚上，在那个晚上我们大声的唱“团结就是力气”，我第一次感到到了我们是一个群体，咱们一起淋雨，一起训练，这种阅历当前还会有吗？我想不会有了。然而第二天。辅导员一句抚慰的话彻底让我对学校心凉了，辅导员说：“今晚的淋雨事件是一个意外，可能教官下达命令的犹豫造成的，盼望不然大家发生太强烈的情感，学校已经划定——一旦下雨，就即时结束军训，以后不会有下雨仍保持军训的事了，请大家谅解”，我很感谢教官让我们在雨中练习，让我们领会苦楚，决不会产生什么强烈的情绪。

我想说的是，我们不需要学校的疼爱，不须要教官的手下留情，在大树的包庇下，小树永远也长不大，我们已经长大了，也需要单独一个人去迎拂尘雨，就让狂风雨来的更激烈些吧，就让教官更加严格吧。

我们是来享受疼痛的，不是来挥霍时光的。

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！