# 军训个人总结500字范文

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-04-28

*军训个人总结500字范文大全当我们在才参见军训的时候，会有很多感想，同时还要做好总结，那么一起看看军训个人总结500字怎么写吧!下面给大家分享关于军训个人总结500字范文大全，欢迎阅读!1军训个人总结500字十天的军训生活就要结束了，在这几...*

军训个人总结500字范文大全

当我们在才参见军训的时候，会有很多感想，同时还要做好总结，那么一起看看军训个人总结500字怎么写吧!下面给大家分享关于军训个人总结500字范文大全，欢迎阅读!

**1军训个人总结500字**

十天的军训生活就要结束了，在这几天的训练中，我和同学们都表现得非常认真。我不但从对这次军训当中看到了自己的弱点，也领悟到了作为一名军人的风范。

记得军训的第三天，我在站军姿的时候，在同学的遮挡下，我怀着侥幸心理做了几个小动作，结果被罚了20圈“鸭子步”。我走了19圈后实在没力气了，有一个同学很热心，主动向教官申请帮我做了那最后一圈，这让我好感动。在这之后，我的脚和腿一直在疼，但是我不后悔，因为我知道这是我的不对，我在队伍里乱动破坏了军训的纪律，应该受到惩罚。那天，我感受到了“没有规矩不成方圆”的道理，也让我收获到了同学间的友谊!

还让我记忆深刻的就是军训当中的会操环节。我们班因为有一个同学说笑而“获得”最后一名。在会操完毕后，教官让我们全班蹲，直到那个说话的同学主动走出来承认错误，但最后他并没有出列。教官对我们说：“我其实看到他说话了，他宁愿不出来也要连累大家，他的自私和怯懦很让我失望!”通过这件事我明白了：人做错事没关系，关键是要认错，知错就改，人的品质不能有问题!

我在这次军训中收获了许多，也明白了很多道理，同时学会了我坚韧不拔的精神。军训对我们以后的学习和生活都有很大的帮助，既锻炼了体能，又磨练了意志，它让我更坚强!

**2军训个人总结500字**

从领到军训服的那一刻起，我想真正意义上的军训开始了。

当时间回溯到今天上午时，我们开始了军训的第一步，站军姿没错，就是晒。但这晒却非常有讲究，最基本是不许动，两眼目视前方，仰首挺胸，不过好的是时间不太长，一次大概五分钟，大多时间还是训练动作，尽管有些意外，但是总体上问题不是太大。

而这第二部也就是唱军歌，听教官说在部队里，吃饭前是要唱军歌的，起初还不大在意，但经过下午的亲身经历，心里下定决心要倒背如流。军歌不长也就短短十句左右，唱起来不说好听，但气势却非常足，让人深深感受到军训的魅力，军训是跨入高中的第一步，也是第一次感受什么是兵，怎么当好一个兵等问题的答案。

不说喜欢军训，但至少不讨厌，就像《战狼》中吴京的一句话，当兵后悔一年，不当兵后悔一辈子。何况只是七天的军训，说是七天可真训练的日子却只有五天，当你以后回想起来，又何尝不是一段美好的记忆，想到这，心里便充满斗志，对军训的日子内心充满动力与活力。

这就是正式的第一天军训，而其中也会有一些小插曲，在唱军歌，教官就和我们讲了一些常用的战斗技巧，这些在平常可能不会有什么太大的用处，但在真真面对死亡面前却能够救自己一命，到这也就结束了。

期待第二天的军训，期待再次在最美好的青春挥洒汗水。

**3军训个人总结500字**

一天上午，李老师对我们说：“这个星期三下午到星期五下午军训。”同学们听了，大吃一惊，都异口同声地说：啊?军训?”而我呢，心里暗暗高兴，心想：军训有什么好怕的，不就是随便转几下。可真正军训的时候，是多么地累呀。

星期三下午，我们班的同学排队去了“八一”仓库里面军训。我们来到那里整好队，教官就开始教我们立正、稍息等动作。才军训一会儿，我的口就有点渴了，非常想喝水。于是，我走到教官面前说：“报告教官，我想喝水。”可是教官严肃地说：“不准去!如果练得好，就可以休息。”听了教官的话，我只好回去继续训练。过了一回儿，我们终于可以喝水了，同学们好象风一样跑过去，拿起水瓶就喝。过了几分钟，教官说：“集合!”我们马上跑过去集合。整好队后，我们又学习了向左右后转、齐步走。向左右后转很容易，我们一下子就学会了。可是齐步走就不容易了，我们学了很久都没有学会。没办法，教官只好一行一行的来教。皇天不负有心人，我们都学会了。虽然我们走得不是很整齐，但是我门会尽量做到最好。

终于到了军训汇演的那一天，我们班的同学都满怀信心的来到学校。到我们报表演的时候，同学们都非常认真，没有出什么差错。到了校长说拿奖的班是，我们都很紧张。突然，从校长口中说：“高一(2)班。”我们一听，高兴地跳起来。

这次军训，不仅让我们学到了东西，还让我门懂得了一个道理：无论做什么事，只有付出了代价，才会有收获。

**4军训个人总结500字**

“一二一，一二一”，随着这铿锵有力的口号。我们全体五年级同学，满怀着斗志，来到了上城区少年军校。今天下午主要的内容是长途拉练，六个班要一起并肩作战，走12公里的山路，这可是对我们的一个考验，看谁能坚持到底，战胜自己。

出发前，我们每位同学都发到了一个苹果，同学们都非常奇怪，为什么还要发一个苹果，难道是拿来吃的吗?军校的杨校长给他起了一个名字，叫“苹果的诱惑”，一听这个名字，大家都知道了，原来这小小的苹果是拿来诱惑我们的，不能吃的。

下午，教官带领着我们，登上凤凰山。中途，我们还做了一个有趣的游戏——找地雷。六个班的同学一起在山上的一块空地上找纸片地雷，津津有味，好玩极了!我一共找到了10张，厉害吧!

登凤凰山时，大家都筋疲力尽，我听到好多同学说：“好累啊，我的脚酸死了。”我还听到一位同学说：“再累也不能吃苹果，一定要坚持到底。”我听了以后想着：先有甜，再有苦。想着想着，我做出了一个奇怪的举动：我把放在口袋里的苹果拿了出来，闻了闻，又放回去。哈哈，其实我是想闻苹果的香味，闻到这香味，肯定非常想吃了，我想让苹果成为我的动力。

最后，我们靠着自己的毅力，持到了最后，圆满结束了任务，也好好地锻炼自己的身体。我们回到教室后，把苹果吃了，真是先有苦，后有甜。

**5军训个人总结500字**

当听到老师说：“9月1日军训，连续5天时，我的心像抹了蜜似的，别提有多高兴了，因为我非常向往部队的生活，早就想未来一定要去当兵。

9月1日如约到了，这天早上，我早早地就起来洗漱，吃饭，盼望着马上就开始军训。当来到场地时，我惊呆了：这么大的足球场，来的人肯定不少。果不其然，足球场上满满的全是人。教官们随着密密麻麻的说话声来到了训练的场地。就这样，我们开始了盼望已久的军训，开始了这“可怕的地狱周”。

这几天来，同学们都非常努力，非常辛苦。时间像是被人施了魔法似的，转眼间，第五天就到了。我们就要和庄严肃穆的教官们分别了。这几天来他们教会了我许多东西，使我懂得了团结力量大，帮助别人等于是在为自己铺一条后路。他们言传身教，使“雨过天晴”这一富含哲理的成语在我的心中添加了一个深深的烙印!

可爱的教官们走了，我舍不得他们严厉的鞭策，舍不得他们的会心一笑，更舍不得的是他们对我们军训成果露出的饱含满意的微笑。

军训过了，它给我们的`挑战也过了，然而真正的较量还没开始。大学比军训更加残酷，然而我相信，在今后的日子里，我们不会畏惧，定会一路披荆斩棘，所向披靡! 军训让我们脱胎换骨，给我我们足够的力量，让一个个在温室的花朵有信心去独立迎接大学生活中的大风大浪!

**6军训个人总结500字**

星期三的上午，阳光明媚，万里碧空双着几朵棉花似的白云。我们坐着大巴，一路上在欢声笑语中来到了深圳少年军校。

进人军校后，我们五(1)班同学被分开了，一行跟一个班级，我们第二行被分到五(3)班。接着教官带我们去领军服和水壶，然后就来到练功场进行水上训练。第一个训练项目是在许多悬空的木板上行走，木板的上有一提拐丝，钢丝上垂下四个链子，上面还有一个套子。同学们把手伸进去，抓住链子，穿上救生衣，就可以走了。在教官的指挥下，同学们一个一个地走，但是还有一些五(3)班的同没敢走。轮到我的时候，因为我是第一次参加，所以心里有一点儿紧张，但是我还是鼓起勇气一步一步地走到中间，又走回来。

时间不知不觉地从我身边走过，饿得我的肚子咕咕地叫，我和几个同学都希望早点吃饭，但必须等到十二点。

上午紧紧张张地过去了。中午我们连午觉也没睡就去登山。登上山后，就是划龙舟。我们来到划龙舟的地方，在教官指挥下，一组一组有顺序地进行着。轮到我们组的时候，我高兴地坐在龙舟上，拿了桨划。我们划到中间的时候，突然，有个同学从船舷上掉了下来。教官马上跑了过去，但是他的手没拉紧，同学还是掉到了湖里，这时马上有人跳下水把他救了上来。

这次军训我们还学了跑步走、正步走和原地踏步走。

通过这次军训，我知道了革命不是游山玩水，做什么事都要认真，才能把事情做得更好。

**7军训个人总结500字**

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

**8军训个人总结500字**

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小点。

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。

**9军训个人总结500字**

短暂而又充实的军训生活结束了!5天来，我们收获了汗水，留下了泪水，经历了感动，结识了身体，坚定了意志……

军训前，我们是一群陌生人，经过5天以相互认识，并即将熟悉。5天的艰苦生活，我们团结合作，共同努力，相信我们一后的生活会多姿多彩。

学校领导的一番讲话，让我热血沸腾，只要努力，在这个学校，我一定可以闪耀辉煌!

5天来，班主任也陪我们一起走过，让我知道未来求学的路，我们并不孤军奋战。有了他们的关心，亲人的鼓励，即便在异地，也同样快乐……

每天固定不变的教程是齐步走，每到训练出色时，他就会17菜谱匝宰杂锏乃狄恍┕赜谧约涸诓慷由活的事直到散会，我才见到他，他们全都以标准的军姿站立，一瞬间不舍的情感喷涌而出。我那不争气的泪水又想出来溜溜17

但必须忍住，因为他曾交给我坚强。

是啊，我们凭什么让教官多留一下呢?他们有纪律，有任务，我们同样也有自己的路要走!正如教官所说，军训完以后，我们都要重新回到自己的生活中去。我们开始投入到自己的学习，为了自己的理想奋斗。

5天，短暂的5天，来不及说再见。就已结束。

5天，漫长的5天，足够我们培养深厚的感情。

5天，难忘的5天，值得我们一生怀念。

**10军训个人总结500字**

军训对于每一个新高一的学生都是一次新的人生挑战，这次的x天军训已成为我难忘的回忆。现在对自我作个总结如下：

军训让我懂得了吃苦。心里经常叨念着：流血、流汗、不流泪的口号，这是怎样的一种人生毅志!流云飘过训练基地上空的苍穹，太阳依旧不解人情。在烈日下的我们，个个都汗流浃背，虽然时常有水补充，但豆大的汗珠依旧接二连三的从额头流过脸颊，然后轻轻地落在了每个人的上衣上，于是衣服很快就被汗水浸湿了，但无论怎样受烈日的煎熬，我们每位同学都没有退怯，站军姿时，个个都纹丝不动，真的达到了站如松的境界。

军训又让我学会了团结。《团结就是力量》唱出了我们的心声，也唱出了彼此的友谊。在艰苦的训练过程中，每个人的一举一动不仅代表了个人，也代表了我们五班的形象。因此，这时候，学会团结是成功迈出的第一步。

军训又让我拥有了自信。之前做事犹豫不决的我，在艰苦的军训生活里重新清晰地认清了自我，原来，只要拥有自信坚持自己是最棒的，就可以完美地做好每一件事，哪怕是再艰巨的任务，也会做的出色、精彩。

虽然只是短短的x天军训，却让我懂得、学会、拥有了许多，这也许是我进x上得第一堂完美、充实的课吧!相信在今后的高中三年的学习生涯，一定会发扬在军训中继承的优良品质和作风，努力提高自己，望在高中学习上给家长、老师、更给自己一份满意的答卷。

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！