# 高中军训的总结笔记10篇

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-08-09

*高中军训的总结笔记范文10篇高中学生的军训时同学们几乎都是苦着脸，但现在回想起军训时的日子，心中多了一份想念。下面小编给大家带来关于高中军训的总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。高中军训的总结笔记篇1今天是军训的第三天，虽然训练的内...*

高中军训的总结笔记范文10篇

高中学生的军训时同学们几乎都是苦着脸，但现在回想起军训时的日子，心中多了一份想念。下面小编给大家带来关于高中军训的总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**高中军训的总结笔记篇1**

今天是军训的第三天，虽然训练的内容都与前两天差不多，但一天下来，还是令我感触颇多。

早上依然是军姿半小时。但今天，我明显感觉没有昨天那么累了，昨天站完腿又酸又麻，仿佛全身散架了似的。然而今天，已经习惯的我并不那么难受。看来我身体的承受力增强了很多。由此我也想到，军训并不像想象中的那样苦不堪言，只要坚持就能达到胜利的彼岸。军训能锻炼我们的体魄，磨练我们的意志，培养我们的团队意识，让我们能更好的适应高中的学习。

然而到了下午，令我终生难忘的事情发生了。

当时我们正在教室学唱军歌，教官突然走了进来，要我和其余三位同学下去集合。下午之后我才知道，原来我们的被子没有叠好。我们先到寝室重叠了被子，本以为这件事就结束了，谁知重头戏还在后头。叠了被子之后，我们在楼下集合，之后便去了一个小草坪，教官对我们百十号人进行了一场体能训练，包括蛙跳两百米、深蹲走两百米以及“推车式”行进两百米。我们一边训练一边大喊：“我要叠被子，我要懂礼貌”。

之后每个人都累得倒在地上，我就在想，军队纪律确实严格，这对我也十分有益，以后我要把军队的纪律带动高中的学习生活中去，让我的高中生活更完善，更美好！

**高中军训的总结笔记篇2**

今天是军训的第一天，大家都刚从暑假的快乐中清醒过来，有些不适应这紧张的生活。有的同学总是习惯性的看表，有的不自觉的期盼军训早点结束，还有的则是期盼雨滴的到来。但无论如何——军训已经开始了，我们必须面对！

清晨，我们在生活老师急促的哨声中惊醒，开始了一天的军训生活，首要任务便是站军姿。教官的示范动作很规范，我们最开始都按照教官的指示做，并无任何不适。“或许军训并没有那么可怕！”我在心中暗想。但随着时间的推移，八月的阳光撒在我们身上，教官的训斥声传入我们的耳朵，脚底的麻木感不断地刺激着我们的神经。看似简单的动作在这个时候确让我们百般不适。一滴滴汗划过我们的脸颊，大地灼热的温度穿透鞋底、直达脚底。此刻，温度像熔岩一般，让我感觉滚烫、灼热。脚底仿佛要被烤熟，又仿佛有千万根炙热的针在扎。教官时常关切的在身边问一声：“有没有不舒服？”，但始终没人回答。因为我们班的每个人都在努力坚持着，每个人都在坚守心中的信念！

我希望通过这次军训，我们都能抛弃以前的不良习惯，做一个全新的自我，以迎接灿烂的高中生活！

**高中军训的总结笔记篇3**

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。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。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，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

**高中军训的总结笔记篇4**

七天的暴晒，七天的汗水，七天的劳苦，我在延庆度过了人生第一个最艰苦也是最难忘的七天的军训生活。

原来从没有吃过苦的我再去之前还满脸兴奋，可是后来一到那里接受训练时才发现这些跟自己想的大不相同。

从前都是父母帮自己打点一切东西，但是在军营我只能自己的\'事情自己做。我需要把被子叠成“豆腐块”，吃饭的饭盒自己洗，还要站着吃。这些无疑是对自己的劳动考验。

训练更不用说，天天都要站在太阳底下好几个小时，练军姿，练步伐，一次练不好就再练一遍。一开始我真的受不了，但是后来一次次想起父母曾经对自己的鼓励，我便有一次次的坚持了下来。

开营典礼上的教官们的演习很让我难忘。看到那些整齐的动作，我非常佩服。当然，我也佩服所有军人艰苦奋斗，永不退缩的精神。那些精神也一直激励着我们向着胜利前进。

如果要说军训的快乐，也有好多。同宿舍的好朋友们天天都过得很开心，大家一起说说笑笑，把一天的劳累都抛向脑后。我们经常讲鬼故事，有些害怕的同学甚至晚上睡不着觉。

到了最后一天的结营式上，我感觉日子过得好快，仿佛开营式就是昨天一样。我们同样迈着整齐的步伐，站着挺拔的军姿路过主席台，向自己的家长回报自己的成绩。

最后，向全体中国人民解放军敬礼！你们是世上最值的尊敬的人！

**高中军训的总结笔记篇5**

军训结束了，我才明白，自己已经不再是那个不懂事的初中生，我必须肩负起更多的责任，要自己走过更多坎坷的路途，我真的长大了！

仔细想想，不禁惊讶：军训怎么就结束了，怎么过得如此快，怎么就像做了一个长长的梦。甚至让我怀疑到底有没有去军训过，但回想军训生活，才真正感受到它的真实。

在短短七天的军训中，我真切地感受到了宽容的力量，爱心的力量，友谊的力量和团结的力量。

有时，我会感到孤单，但只要想到：一直关心，珍惜我的人，孤单就是暂时的\'。

有时，我会感到愤怒，但只要想到：世界上正是因为有每个独特的自己才会多彩，愤怒就会踪影全无。

有时，我会想到放弃，但只要想到：小小的放弃垒在一起，时间长了，也许就会变成无法挽回的遗憾，放弃就会转化为坚持与加油。

有时，我会感到不公，但只要想到：即使有不公平，快乐与享受还是我的权利，所有的不公变会抛之脑后。

快乐不需要任何理由，做最真实的自我，不管世界如何变化，因为独特的你会让世界更加美丽。

**高中军训的总结笔记篇6**

为期一周的军训生活结束了。这一周的时间说长不长，说短也不短。同学们都怀着极大的热情投入到军训生活中，都期待着另一种生活……

我们班虽然被分成几份插到其他班级，但这丝毫没有影响到同学们的热情，都积极配合教官的工作。说道军训最重要的就要数教官了。我们的教官被大家评为最帅的教官，事实也是如此，他是教官中的，长的与黄晓明神似，总之就是给我们留下了很深的第一印象。

但是一接触起来才发现他原来是一个特别腼腆的人，说话声音特别小，而且还会脸红，一笑起来有两个浅浅的酒窝，真的是十分可爱，但是作为一个教官，一个军人，这样的腼腆真是急坏了我们，看到其他班的同学和教官一起训练，聊天，唱歌，而我们这边如此低调真是很郁闷的。其实我们都知道教官其实是一个极好的人呢，他虽然不多说话，但我们心里都明白他处处为我们着想，训练是总是不厌其烦的做示范，为了怕我们晒总是找阴凉地，总是扯着嗓子喊着教我们唱歌，总是因为我们挨骂却还是保持笑脸……虽然你不说，但我们都知道，真的知道……

其实教官你的歌唱的真的很好的，我们都觉得可以去文工团了。尤其是你还会弹吉他呢，当时你说的时候我们还都有所怀疑，但当你真的拿起吉他的时候，我们都被震撼了……虽然我不太了解，但看你的指法就知道你的水平不一般。经过了几天的相处大家都已经很熟了，可能是彼此熟悉的缘故，也可能是很久没碰吉他的缘故，当你专心弹唱的时候我才觉得那才是真的你，那么自由，那么自信……

其实这次军训与高中军训没有什么本质区别。主要训练了稍息立正跨列，停止间转法，齐步走，跑步走，正步走……这些内容的训练让我们从身体上接触了军事训练。在此次训练中还增加了军歌的学习，教官利用休息时间教我们唱军歌，这是我第一次学这么多军歌，有的甚至连听都没听过。可能是因为我自己是一个十分感性的人吧，每当听教官唱歌的时候眼睛就不自觉的浸满了泪……有的歌慷慨激昂，唱出军人的雄心壮志；有的歌婉转抒情，唱进士兵的内心，每当这时我都会注视着教官的眼睛，仿佛可以通过它望见他们的家乡……

军训在集体会操后正式结束。在会操场上，各个班级都尽的努力，发挥出的水平，为丰富的军训生活画上完美的句号。

军训虽然结束了，教官们也都返回了部队，但是他们将美好的回忆留给了我们，将军人的风采留给了我们，我们也将美好的祝愿送给了他们，也许我们没有机会再见，但这份感情会一直珍藏在我们心中……

**高中军训的总结笔记篇7**

萌芽般的初中生活已经结束了，面对战斗般的高中生活对我们来说无疑是一种挑战，一种超越自我的挑战。为了更好的适应高中生活，我们迎来了战斗前的演习军训。

在父母的万般叮嘱中我们踏上了军训的旅程。我们的目的地是丰南军事训练基地。一进门，第一种感觉是严肃，谁也不知道迎接我们的会是怎样的训练？我心里也在不停地问自己是否做了充分的准备，尤其是吃苦的准备。什么是吃苦？军训中的苦又要怎么吃？然而，当我看见教官的时候，我放松了很多。那是个很和蔼的教官，很爱笑但又不缺少军人气质的教官！安排完一切，已经很晚了，怀着一种好奇的心情迎来了充实的军训生活！

第一天，大家起来地都很早，我迫不及待地穿上了我一直渴望的军服，走在军营里，一种自信、自豪的感觉围绕在我周围。第一项集合站队做早操。吃完早饭后，开始了一天的军训。首先学战军姿、转体等一些基本的东西。训练很枯燥但是我们的训练并不像我想象的那么苦。教官很善解人意，我们也很配合，提高做事效率的结果便是换取了更多休息的时间，总的来说训练并不是很苦。然而就在这个过程中一股很强烈的凝聚力逐渐地来到了我们这个新的集体。

一天下午，我们举行了第一次军训汇报演出，我们一上场便赢得了教官、老师们的掌声。我们的口号喊得出奇的洪亮，当时我心里很激动，每一个动作、每一个眼神、每一个口号都尽量做到。当宣布结果：我们班第二名的时候，除了教官高兴地喊了一句“好”，其他人没有一个人出声。我第一感觉觉得挺好笑也挺为教官感觉尴尬的，但猛然间意识到我们这个集体中的目标是多么的一致，我们的目标都是拿第一，因此没有一个人欢呼，没有一个人为现在的成绩而感到高兴！就这样，我们结束了第一阶段的训练。

第二阶段我们连齐步、正步、变步走。这个阶段更要求人心齐，只有心齐才能步伐齐！休息的时候教官教我们拉歌，喊出我们的气势，唱出我们的自信！就这样七天的军训生活很快就结束了。在最后的汇报演出中我们给学校，给家长，给教官，更给自己交上了一份满意的答卷！。

这里有我们的汗水，有我们的欢笑，更培养了我们今后在高中生活中所要用到的那种吃苦的精神！军训结束了，结束意味着新的开始，真正的挑战的警钟此时响彻在心中！

**高中军训的总结笔记篇8**

从喧闹的城市踏入宁静的校园，为期10天的军训正式拉开了帷幕。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”伴随着八月的高温，我们感到军训生活既漫长，又短暂，充满了艰辛与快乐。

从早上九点到晚上九点，我们认真训练，从站军姿的手如何摆放，再到脚需要张开60度，甚至如何可以站得轻松一点儿，教官们都认真耐心的教给同学们。之后的每一天都有站军姿训练。站军姿虽然只是个简单的动作，但考验的是我们的耐力与能否坚持，面对着八月的骄阳，同学们依旧纹丝不动。

高一1班到15班，每一个人都在努力克服着高温，教官们也不曾有任何怨言，依旧用着的声音喊着最响亮的口号。老师们站在我们的身后，看着我们指导着我们。虽然炎炎夏日，但操场上的所有老师、同学、教官们都坚持不懈，齐心协力。通过军训让我们收获很多课本上学不到的知识，运用这些知识也会让我们在以后的学习生活中轻松很多。军训让我们体会到了军队中的生活，在我们练习齐步走时，刚开始有的同学走的快，有的同学走的很慢，看上去非常的杂乱无章，但是经过教官和老师一遍一遍耐心的教导和我们坚持不懈的努力，终于走的整齐如一，这让我们懂得了坚持和合作在团队中是十分重要的，因为我和我的同学们是一个集体，所以我们就要发挥集体的力量，使我们的班级变得更加整齐强大。一遍一遍的齐步走，一遍一遍的报数，教官们耐心的教着，演示着，没有任何怨言，不辞辛劳，令人敬佩！

虽然军训真的很苦很累，但是却让我们懂得了坚持与团结的重要性，规范了我们的行为习惯，这都对我们以后的学习生活有很大的帮助，这将会是我们以后高中时代的美好回忆，军训让我们在初升高的过程中迅速成长，让我们学会面对困难不退缩，不恐惧，迎难而上，永不言弃，在今后的学习生活中认真努力，就像追逐着太阳的向日葵。俗话说“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”军训正是如此，军训生活是短暂的，只有仅仅十天，但它留下来的美好与回忆却是永恒的。

加油！高一的同学们！

**高中军训的总结笔记篇9**

我猜想，操场上那个一身军服的自己，是不是很神气呢?在阳光的热烈拥护下，我对身上的每一滴汗水都深有体会，对于军训来说，流汗只是小意思而已，这个我早有心理准备，但是，腰酸背痛，却使我更觉得度日如年。

与新同学同舟共济，这是上天的安排了吧，正因为我们共度“患难”，更加深了彼此的友谊，这也是我的收获啊!

放眼望去，青色飞扬，青春的色彩把身上遗留的稚气覆盖了。漫过花季，我想，军训的日子会是我一生中，一段刻骨铭心的回忆!

一向喜欢阳光洒满全身的感觉，但今天，我却希望“天有不测风云”，如果来阵雨击退所有不再温柔的阳光，那上帝对任何人都是公平的了。

一道刺眼的阳光开始了我们的军训生涯。

在家时，所有的朋友为我打气，在这种鼓励下，我信心十足，但所有的信心被早餐前的集训\_\_，看着朋友们的倒下，我的心倏得被一阵阴影所笼罩，信心不再十足，意志不再坚定，就这样的，我不再沉着。

中午时分的阳光特别火辣，我知道，一句“报告”可以换来一时的休息，我也知道，这一句“报告”也正意味着向自己低头，但在逆境中决不能向自己低头，我要挺住，不能让一句“报告”窃入我心中的防火墙。

我坚持着，不让自己倒下，我知道，今天只是苦海生涯的第一天，更苦更累的还在后面。今天的我们活得很苦很累，明天的我们也许会更苦更累，脚下的路还很长，如果我们现在倒下，那么我们自己就成了自己的绊脚石，所以，我坚持着，虽然我知道我可能会随时倒下，但在没倒下之前，我不会让心中的自己倒下。现在要做的很简单，只是鼓励自己，相信自己，而已!

**高中军训的总结笔记篇10**

X月x日，是我开始走进新集体的第一天，也是我军训的第一天，这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做“身在福中不知福”了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么?不是说先苦后甜么?不是说没有只有更好的么?所以我会尽量做到。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训!

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！