# 大学军训总结笔记10篇

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-03-07

*大学军训总结笔记范本10篇那段悄然远去的军训时光是多么的令人怀念,尽管过程中有苦有累,但最终收获的喜悦，冲淡了身体上的疲惫,只剩下浓浓的不舍之情。下面小编给大家带来关于大学军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。>大学军训总结笔记篇...*

大学军训总结笔记范本10篇

那段悄然远去的军训时光是多么的令人怀念,尽管过程中有苦有累,但最终收获的喜悦，冲淡了身体上的疲惫,只剩下浓浓的不舍之情。下面小编给大家带来关于大学军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

>大学军训总结笔记篇1

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍!真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光!

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念;提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质!

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们的收获，让我们一起向逝去的时光说声bye-bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

**大学军训总结笔记篇2**

一次真正意义上的军训是我们进入大学学习的第一门课程，相信也是影响我们人生旅程的一次特殊历练。

也许大家在初中高中阶段，对军训有过或多或少，或深或浅的体验，但真正经历大学军训后，你们可能恍然间有一番全新的感受，一旦融入，连寻常平淡无奇的学习和生活都变的更加充实而有意义。

在如今这个政治稳定和谐发展的社会，我们很难去想像那些鏖战沙场，兵戈相交，甚至来不及备置灵柩而马革裹尸的军人战士们，有着怎样的非凡气质与逼人气魄，我们只能循借着九年前那次举国关注的阅兵仪式，去思忖，去揣度，去好好欣赏甚至去享受军人们伟岸奇崛的飒爽英姿，那种无人能及的风采，毫不留情的博得许多人的不绝赞词与虔诚膜拜!

当数位教官们以矫健的步伐，焕发的神采，高呼着口号，脚踏着齐步显示c出军人雄壮的风采时，那又是一种何等摄人心魄的壮观景象：屈指可数几十人的队列，却能轻而易举的营造出绝尘而来的恢弘气势;一身棱角分明的军装，却能在不经意间产生出战甲戎装的视觉效果!原来，无论是出于何种原由，身处何种境地，他们都会以独属于军人的姿态示人，决不含糊!

简单的见面仪式让我们相识，而在训练时的言传身教中，彼此间又迅速建立起良好的友谊，慢慢便形成了默契。军训期间的军事化管理，让我们过着军人的生活，渐渐习惯着军人的起居，训练中的苦累病痛，我们学会了在谈笑风生中咬咬牙咽下，顺颊而下的汗与泪，我们学会了用坚毅的脸庞去承载去面对。凛冽的寒风裹挟着雨滴而来，教官们依然身着一套笔挺却单薄的的军衣，为我们示范表演，每个军训归来的傍晚，他们总会亲自陪伴同学们迈着齐步直至寝室楼下，讲评完毕，整整军帽，锐利的眼神瞬间无踪，取而代之的，是温存如水的目光，道一句：天气凉了，注意保暖。有些羞涩，却不表露，他们的眼睛被低垂的帽檐遮住，没有发现我们疲惫蒙尘的脸上，最真挚诚恳的感激!

时光荏苒，弹指即逝，军训的时限即将来到，我们能够真正作为半个军人站立在这片土地上的时间不多了，也许我们人生短暂数十载，没机会经历血火梦魇，瀚海黄沙的军旅生涯，但是，教官们身正心纯，勇者无畏的教导必将永远铭记于心!

**大学军训总结笔记篇3**

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训——一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

刚开始的几天里，教官由于执行任务耽搁了来给我们指导的行程，我们日日盼望着他们的身影，每次训练完后，我们都会缠着顾主任和辅导员问教官到底什么时候到岗，谁能知道我们在没有教官陪伴的日子里内心是多么地煎熬?只有我们自己知道。

教官来了，我们的神果立马充满了神奇的光彩。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。自然，这时很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立……但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?!站军姿，给了我炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我龙之传人的无穷的毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。“不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。”歌声“团结就是力量”，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。在这里，当一群女生在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，而是将人的本性、热情、积极性展露时，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

这次军训是我第一次接触“迷彩”，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为之装点，于是，生命中又多了一道“神奇”：军人本色。上天赋予了我们很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗?但是，很值得庆幸的是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

**大学军训总结笔记篇4**

三天两夜的军训生活虽然结束了，但是有些事深深的印在我的脑海中。

第一天，我们一个个精神百倍，信心满满地到了温岭的基地，把行李放好，又进行了军训的开幕仪式，我们就开始了训练。教官把我们分成四路八列，报完数以后，开始让我们走路和军姿。下午练习立正、稍息、跨立，看起来很简单事情，我们练了很长时间，可是还没达到教官的要求。这不禁让我想起了，“十一”国庆上的阅兵式，那些叔叔阿姨们能走的那么整齐，要付出多少的汗水呀！

晚饭后，总教官教我们学折被子和铺床单，以及牙杯、牙刷和脸盆的摆放，教官先做了个示范，先把床单弄平，然后把多余的部分塞到下面，床单就弄好了，接着弄被子，要把被子弄平整，有三种方法，教官一一为我们做了示范，被子在教官的手里，就像听话的小孩子一样，不一会儿就变成了方方正正的“”豆腐块”一样的。真是太厉害了。

第二天训练结束后，我们的晚餐是自己包的饺子，同学们都很开心。晚饭后原本的篝火晚会，因为天公不作美，下起了小雨，改成室内活动，不过这也抵挡不住我们的欢呼雀跃的心情，同学们有的表演跳街舞，有的表演弹吉他、吹笛子，有的表演唱歌（大部分同学都是表演唱歌的），节目还挺丰富的。

第三天，校长和总教官对我们三天的训练进行了检阅，我们班的表现得到了教官和校长的肯定，我们班获得了“优秀班级”的荣誉。

这次军训，让我明白了，做什么事情，只要坚持不懈，持之以恒，一定会有收获。

**大学军训总结笔记篇5**

今天是军训的的最后一天，经过前几日的训练，我们已熟悉了军训的所有内容，这五天天的军训体验，留给我们的是酸甜苦辣，五味俱全，和我们初中生美好的回忆，这几天里，让我们这500多名初中新生懂得了什么是辛苦，什么是团结，在你遇到困难时，怎样自己去解决。在第一天进入三中时，听说还有军训，当时就蒙了，第一次受到军训教育的我，当时紧张的要命，平常总是听别人说军训的辛酸，根本没能亲自体会一下，如今，我做到了。

记得刚刚军训的那两天，让平常懒懒散散的我早就已经累得不成模样。而在学稍息，立正时，更是让我疑惑不解，为什么平常我们都会得稍息，教官要反反复复的提醒，在站军姿是更是如此，晚上时我问妈妈，终于明白了其中的道理，原来，练军姿是为了让我们有一个健康强壮的身体，好把这种体能延续给我们子孙后代，让他们更加健康。其实军训在我们人心中就是“魔鬼式训练”但是没有亲自体会它的人是享受不到这种教育的，因为这不但是给我们留下了终身的记忆，还让我们了解到各种知识，而军训对于我们来说是个极大的帮助。

人生有三个军训，一个是初中，一个是高中，一个是大学。这三次的军训如果错过了，那就是人生的一大遗憾，只有没错过的人才能懂得它的真正存在意义。过了军训，就是我们人生的新的开始，新的转折点，这让我们一起努力吧！

**大学军训总结笔记篇6**

看，那整齐的步伐，听，那嘹亮的声音。我们大一新生来到了军训场地，我的心中充满了对军人的敬佩和对军训生活的幻想。虽然曾经也军训过，但想到即将迎来的军训项目我又有一丝紧张，但却从未想过要退缩。我们就像温室里的花朵从小就被父母娇生惯养，没有经历过什么风雨，军训便是一个磨砺意志的好机会。

在军训这几天里我们练习整理内务，停止间转法，走齐步，踢正步，每一天都过得十分充实。骄阳似火，我没有选择放弃，凛凛寒风，我没有选择放弃，喉咙肿痛我还是没有选择放弃。听教官讲他们训练时的事情，比起他们我们受的苦根本不算什么，简直就微不足道。我没有理由不努力训练，再苦再累咬咬牙就会过去。

军训让我了解到了从前的学长学姐是如何训练的，让我们同学之间的情谊更深了，也让我长大了许。七天了，天色没有第一天那么暗了，军姿似乎不是那么累了，腿上的酸痛也没有那么难忍了；七天了，手机仿佛也没有那么上瘾了，第一次感到如此的想家，第一次感到水如此好喝，也正是如此我才认识到自己不会照顾自己是一件多么可悲的事。

军训不是一件轻松的事却是一件快乐的事。在宿舍中我们一起谈论今天的付出与收获，一起畅想明天；在七天里，我们互相认识彼此，互相走进彼此的世界；一起踢正步，一起呼军号，在这里的每一个地方每一个人在每一个角落都留下我们的足迹。感谢教官，感谢老师，我们无以回报，我们会用最后的展演向你们证明这7天的付出！

**大学军训总结笔记篇7**

时间过得飞快，转眼，为期12天的军训随着最后一次的会操而画上了句号。12天的磨练，12天的苦寒，12天的成长，12天的蜕变。酸甜苦辣交杂，汗水欢笑交织，难忘与不舍交汇。

初入大学，军训无疑是我们每一个大学生要面对的第一个挑战，这个挑战无关输赢，只关成长，军训的乏累和艰辛最终都会转换成自律和坚韧，这是军训的初衷和希冀。将近三个月慵懒松散的暑假，高三备战高考时的拼搏和冲劲早已消失殆尽，留给我们的只剩下满身的惰性和怠慢，军训的必要性可见一斑。若不是军训，有谁会迎着星辰早起出操；若不是军训，有谁会耐着辛苦风吹日晒；若不是军训，又有谁能真正感受到军队的严谨与自律。军训带给我们的远不仅仅是体能上的提升，身体上的淬炼，更多的，更让我们受益终身的是内心的变强大，精神世界的变丰富。

初见教官，他们穿着英姿飒爽的军装；踏着整齐划一的步子；喊着响亮恢宏的口号。这就是军人吧，这就是队伍吧，这就是军队吧！跟电视里、小说上、想象中的样子毫无差别。军人的形象就是高大伟岸的，军队的要求就是严谨自律的，无论何时何地，都是如此。国无兵不强，从他们身上体现的是中国的国防力量，是中国的国防自信，更是中国的国防底气！能被这些国家的卫士训练，我们是荣幸的。

初次训练，我们所要克服的不是酷暑，而是严寒。由于上半年的疫情影响，高考延期，以至于高考的录取和大学开学也随之延后。十月份的大西北早已经是寒风阵阵了，高海拔地区早晚巨大的温差让我们这些来自平原地区的同学更是难以忍受。军训严苛的着装要求让我们只能穿着单薄的军训服和军训鞋，可以说，这次军训给我的感受就是冷，手脚冻的没有知觉已经是常态，休息也只能是席地坐在冰凉的塑胶跑道上，刺骨的寒风吹的人弱小又无助。从日常站军姿开始，每一天满满当当的训练项目让军训生活过的简单而充实，稍息立正、停止间转法、胯立、齐步正步走……看着教官们的示范，轻松而简单；我们真实做起来，却是笨拙而困难。我不禁想到了那句话，你眼里别人所有的轻而易举其实都饱含着无数不为人知的艰辛和努力。比起教官这些真正军人们的日常训练，我们这些连皮毛都算不上的训练根本不值一提，哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行。铮铮铁骨，满满豪情，雄姿英发，保家卫国。

初次团建，围坐在一起欣赏同学们的文艺表演，来自各个民族的同学争相着展示自己的才艺。新疆维族小姐姐们好像真的是骨子里就会跳舞，藏族的同学们也在用欢快的特色舞蹈来展现着他们的热情。来到民大，真正意义上的56个民族聚集在一起，感受着彼此民族独特的文化，促进着彼此这种独特文化的融合。

从初次到最后一次，只用了12天的时间，12天，我们每天都在算着离结束的日子，直到最后一天会操结束后，我们才意识到，刚才那是我们最后一次穿着那身被我们嫌弃的迷彩服了；是最后一次踏着并不算太过整齐划一的步伐走过长长的塑胶跑道了；也是最后一次喊着博法之长，共铸辉煌；五连一排，气宇轩昂的口号了。好像什么事情只要加上最后一次这个字眼都会显得格外伤感，我们恍然回顾，如梦境般虚幻，如流水般飞逝。我们所期盼的结束真正到来的那刻留给我们的却是无尽的不舍与空落。我所在的营、连、都取得了不错的成绩，我们排更是以第四的名次为军训交上了圆满的答卷。

军训结束了，教官们敬礼向我们告别，我忍住自己的泪水没有留下来，相遇与离别总是成对出现的，告诉自己，只要感恩所有的相遇就好了，离别总是再所难免。我相信这些铁骨柔情的教官们也会永远记住这段时光。他们马上要回到自己的部队继续履行军人的责任和义务了，我们也马上要开始大学的课业生活了，一切都渐渐回到正轨。感恩军训的经历；感恩教官的教导；感恩同学的相聚；感恩国家的强大；感恩自己拥有的一切！

**大学军训总结笔记篇8**

与十月共酣畅，站在训练场上的，是昂首阔步的少年……短暂的军训时光带给我无数的感动与美好。

训练时，作为教官，他们严厉，他们耐心，他们负责，休息时，他们细心，他们暖心。别忘了，在校外，他们是军人，是祖国的保卫者，是值得所有人尊敬的人，所以，我怀着由衷的敬畏之情，听从指挥，服从命令，感受着军人们的骄傲与信仰。每位辅导员不辞辛劳，陪伴着我们的整个军训，无微不至的关心，辛劳的背影，让我深切感受到祖国园丁的默默无闻，让我体会到天津师范大学的温暖，感染了我们这些稚嫩的新生。所有的遇到都应该感恩，感恩教官，感恩老师，感恩我的母校！

白居易说，“草木坚强物，所禀固难夺。”大学军训是人生最后一次军训，给了我更加坚强的意志，更加坚定的信仰。我深刻体会到军人的不易，军姿只是第一课而已，齐步，正步，重复练，反复练。迎着骄阳，我昂首向前，心中的热血早已燃烧。

俗话说，团结就是力量。经过军训，我深刻体会到团结的力量，集体的荣誉感。你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳;你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那“一二一”嘹亮的口号，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，它让我在训练中坚持了下来。

在即将告别军训的这个时刻，慢慢回想，原来我们每个人都在成长。军训的苦，教我们成长;军事化的苦，教我们成长。我们从一个个散漫雀鸟励炼成勇于搏击的苍鹰，军训，是我人生最宝贵的财富！

**大学军训总结笔记篇9**

在栗子成熟的秋季，我迎来了我的大学军训。军训和栗子一样，得剥开坚硬的外壳才能尝到那一点甜。军训的意义何在？我想，只有行在其中才能体会那份快乐！

很幸运被分在三连三排，一个充满欢笑和团结的队列。教官不管是对自己还是我们的每一个动作都要求十分严格。他齐步走的时候我能感觉到他眼神的犀利有神，以及步伐的铿锵有力！

最喜欢晚上的时光，在朦胧的灯光下，全连的同学围在一起唱歌，教官做起了临时的指挥官，三百多个同学组成临时的合唱团，阵阵歌声萦绕在树林中。

过了几天自己主动报名去学匕首操，匕首操是连长自己编排的，为了能让自己的手脚协调起来，有时会和朋友在晚上选一个空旷的地方练习，每当练好一个动作后，我们都成就感满满。

这几天下来，军训让我打破假期的常规，我开始在五点起床，开始好好吃早餐，开始不再熬夜……那些播撒在心中的刚毅种子，正在慢慢地生长，总有一天会枝繁叶茂。

所以，军训的意义何在？一切都是缓慢地转化过程，它让我们有了栗子一样坚硬外壳。

**大学军训总结笔记篇10**

军训，这是我们大一新生步入大学生活的第一步，亦是我们进入新校园的第一课，更是我们成长路上绚丽的风景……我坚信:在此期间，我所经历的一切都将永远镌刻在我的心底，成为我宝贵的财富。

动员大会上，教官们集队而来，那整齐的队伍，铿锵的步伐，坚毅的眼神，无不令人敬佩。当然，不难想象，这支队伍将会给我们带来多么巨大的化学反应，让我们焕然一新。

仅仅几天，我们养成了良好的作息习惯，懂得了时间观念，学会了合理安排，明白了尊重他人，我们在军训中飞速地成长，就像一棵棵懵懂的小草，终于知晓睁开双眼，打开新世界的大门，一天天地长大着。

当然，成长的过程总是痛苦而又漫长的。站军姿时，我们的腿酸疼难忍，肌肉僵硬，却只能一动不动；原地踏步时，我们的手难以掌控，高度不一，必须一次次调整；走齐步正步时，我们全身酸痛，不想动弹，但也要服从命令，一遍又一遍练习……我们可以在寒风中坚强，也可以在烈日下微笑，更可以在苦难中成长。因为我们知晓:千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金，只要我们坚持，一定可以遇到崭新的自己。

和教官们在一起，除了痛苦，我们也有很多欢乐，我们一起谈天说地，一起拉歌，一起学习……部队的生活令我们敬佩，教官们的幽默让我们开心，这一切都让我们对未来的大学生活充满向往。

军训的这十几天，使我收获了巨大的变化。我相信，宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，在未来的日子里，只要坚持不懈的努力，我们终将实现自己的梦想，看到最美的风景。

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，人生没有挫折磨难就不再坚强。军训是同学们进入大学生活的第一课，也是十分重要的一课，这次宝贵而难得的经历已成为一种能在困难时给予你们动力的力量。天行健，君子以自强不息，当繁杂的困苦过后，胜利的果实才会愈发丰厚，祝愿同学们在以后的学习生活中能够乘风破浪，收获成功。

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！