# 军训一星期总结作文500字

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-03-31

*军训一星期总结作文500字范文5篇军训是一次精神的洗礼，是一次意志的考验，让我们体验当兵的生活。而通过这一两个星期的军训，每位参与者都应该对军训进行总结。你是否在找正准备撰写“军训一星期总结作文500字”，下面小编收集了相关的素材，供大家写...*

军训一星期总结作文500字范文5篇

军训是一次精神的洗礼，是一次意志的考验，让我们体验当兵的生活。而通过这一两个星期的军训，每位参与者都应该对军训进行总结。你是否在找正准备撰写“军训一星期总结作文500字”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

>军训一星期总结作文500字1

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。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，锻炼意志的最佳良机。我丝毫不能放松，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。

>军训一星期总结作文500字2

皮肤是一天比一天黑，尽管身上的衣服被汗水湿透了一遍又一遍，尽管操场上的蚊虫总是肆意地围绕着大家转，尽管……可没有一个人放弃!每一个人为了不因自己而拖累整个集体都不敢有半点偷懒，尽管军训内容确实乏味，可为了这个“家”，即使再苦再累，也要熬下去，就让挥洒的汗水在阳光的照射下显现出充满青春团结的光芒!

记得军训的前两天，大家几乎都扛不住了，我们来到了一个陌生环境大家都感觉到新鲜好奇刺激,但经过一天的军训，以不在充实我们的只是枯燥的军训生活第一天我们开始了军训生活，列队、点名、出操，对我们的要求一点也不压于对部队的新兵;整齐地站成队列，松散、嬉笑的毛病已被威严的口令镇住，吃过早饭后，开始整理房间的内务，班长手把手地教我们叠被子、摆放生活用具等。上午，军训正式拉开序幕，从最基本的军姿、稍息立正开始，每一位队员认真投入到训练当中。收操时全体学员集合会操，晚上召开班务会，总结训练中存在的不足，大家普遍认为。自己的角色转换很快，积极适应军训的生活，8;20点才回房休息，一天下来，浑身都累，紧张而又充实的第一天就这样结束了。

第2天早上起床后进行早操，训练昨天所学的动作，完毕后简单洗漱、吃饭，又开始新的训练齐步行进与立定，此动作是列队进行训练，动作要协调，必须做到手、脚配合，达到队列进行如一人执行军训的生活是很枯燥的几乎每天都在着个三点一线上，但经过几天的军训我改变了想法军训生活培养了我们互相关心、互相爱护、互相帮助的良好风尚，使许多同学克服了以前那种以自我为中心的思想，意识到了团结的极端重要性。军训生活，使我们初步体会到了什么是苦，什么是累，什么是坚强，什么是勇敢。通过教官的言传身教，使我们看到了我军威武之师、文明之师的光辉形象。军训无疑是个磨练的过程，对我们这些家中的掌上明珠，家长眼中的宝贝来说，更是学会吃苦受累的机会。

>军训一星期总结作文500字3

在这烈日炎炎、骄阳似火的9月，为期4天的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，现在4天快要过去，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，军训感想500字 不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。 我想这也就达到了军训的目的了吧。

>军训一星期总结作文500字4

不知不觉中，军训已经过去了，心中有种别样的感受，有些不舍，有些辛苦……军训，就像是一杯咖啡，涩涩的苦中夹杂着一丝香甜，缠绕舌尖，竟然人回味无穷。军训带给我们的是一场意志与毅力的考验，虽然有苦又累，但他却是让我们更加坚强。有句话说的好“吃的苦中苦，方位人上人”在为期五天的军训中，我们练就了一种坚持不懈的精神。

记得军训的那几天的我们每天早上天才蒙蒙亮就得从被窝里被捉起来跑步，然后再吃早饭，吃完饭又开始训。上午到12点，下午到从2点到5点结束，完了晚上还要练习炮兵拳，军训的时候天气也不怎么好。训练过程中经常刮风，冻得我们嘴唇都有些发紫，这一站就是一上午，但我们不曾有人倒下，因为学校主任在开营仪式时告诉过我们“坚持就是胜利!”虽然这句话人们经常说，但我却是认为这句话说的特别对，要想胜利必须努力。但是军训结束后，我们都特别的怀念那段生活。想想啊，一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，真的很有意思，也很感人!

五天来军训的内容并不多，只是常规的军姿、转法、齐步走，正步走，但是从这不多的内容中，我们还是能看到并体会到军人的作风。严肃认真，雷厉风行，有板有眼，不放过任何小细节。一个简单的军姿，从头到脚都有要求：头要正，肩微向后张，挺胸、收腹、提臀、夹腿、两脚要呈60度夹角。从中我们能看到军人的细致认真，并且也体会到了细节的重要，队列中严肃认真，中规中矩，集体注意力，军令如山，雷厉风行。这样的军训，也使我们认识到了军队中铁的纪律，它的实行是不容折扣的。让我们体会到军人的严明的纪律性和说一不二的作风。

秋日的阳光是毒辣的，我们都面对阳光在站军姿。晒着眼睛都睁不开，身上就像被烤一样，偶尔吹来一阵凉风，咦～冷啊。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟大自然作战，整整站了半个小时。在站军姿中，大家付出努力越高就站得越好。齐步、正步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。

军训中，做每一个动作的准确到位，都锻炼了我的意志，增强了我的韧性。观看了部队的军人的训练，那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个人心中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。军训后的我们要有强烈的责任感，使命感和荣誉感，一个队伍展现给别人的首先就是一种团结向上，整齐划一的精神风貌，所以就要求我们每一个人都要有协作精神。当我们班迈着整齐的步伐走过领导台的时候，我深深地感受到军人的严肃、威武。正是我们的团队意识、协作精神，赢得了我们公司军训汇演的二等奖。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的军纪，说长不长时间的训练，炙热晃眼的太阳……这让我们这些一向坐在教里的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

不得不提的是在这七天中我还得到了另一份礼——一份真挚的友谊。在军训的这几天中我们互相帮助相互鼓励，一起努力，一起分享快乐与汗水，这就是我好姐妹：刘京。要知道，军训的训练是让人十分吃不消的，相信大家十分清楚，你只要坐下，就不容易起来了，因为你的脚是特别疼的，所以每回我都会坐到地上起不来，但是刘京却十分理解我，只要一休息等到站起来的时候，她都会帮助我，拉我一把。这件事虽然小，但他却是我一直不能忘记的。或许也正是这份珍贵而炙热的情谊支持着我一路走过坎坎坷坷业余短短的五天并不能代表什么，但是那份携起手我们一起闯天下的情感却深深印刻在我们每一个人的脑海。

我们的班主任老师是一个十分严肃的人，所以我们都很害怕他。但在军训的七天中我感受到了她对我们别样的关怀，女生嘴唇裂了，老师给我们拿来了润唇膏;同学们嗓子都喊哑了，老师给我们买来了西瓜霜喉片;在操练的时候，她在我们背后为我们加油呐喊;张华瑜肚子疼，老师在回学校的路途中细心照顾，后来回班级的时候差点晕倒在楼梯上面。是她，如同父母一般的关怀却有别于父母的溺爱。是她，用博爱的把自己的爱心分给每一个学生。是她，有时也会像父母一样恨铁不成钢的对我们叫骂。我们都知道她是一个坚强的人也是一个不服输得的人，仿佛是烈火一样的炙热，但在她坚强的外表下我也看到了一丝丝的脆弱，但却因为她是我们的领导者而依然挺立着。是毅力，也是意念使她坚持着，坚持和我们一起接受着残酷的考验，于是我们在她的带领下挺过来了。不经意之间我看到了她嘴角一丝欣慰的笑，也正是这微笑感染了我们每一个人。是的，在我们面前她必须装的严肃，也是老师的身份使她必须扮演一个残酷的角色。但是我们却在那校中看到了一丝温暖，足以融化一切的温暖，我们会为了那微笑而努力，努力让她在阳光下以最灿烂的样子绽开。

军训虽然结束了但它真的给了我们一个很好的锻炼过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的学习中的情绪，消除了我们的陌生感，锻炼了我们吃苦以及团结协作的能力。而且通过学习军事理论也让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己需要更努力。还有一份深情一份感动和一份理解，在我们身上寄托了太多太多人的期望，他们为我么付出了很多很多，却不需要任何的回报，我想这是一份寄托让我们为了未来而努力，五天也许不算什么，四年也可以一晃而过，但只我们们努力，只要我们可以坚持，明天的天下就将在我们的脚下!

>军训一星期总结作文500字5

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是书中最美丽的彩页;如果说人生是一台戏，那么，军训的生 活便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。几天睡 了一个长觉，而这一觉醒来，望着窗外晒得发烫的篮球场，忽然觉得，军训，就如梦一样，匆匆地来，又 在我没有细细品味那份感觉的时候悄然而逝，几天的疲劳在肩头隐隐告诉我，已经结束了。很累，而且有 酸酸的感觉。教官走了，那么匆匆，却留给我们深刻的回忆

那时，来到新的学校，到了新的班级，见了新的同学，认识了新的老师，一切的一切都是全新的，都需要去适应，然而军训却紧紧跟来。我们的教官名叫李智，是信息工程大学的大三的学生，非常年轻，很精神，面容和蔼，我们那焦热的心终于获得了些许的降温，反而充满了对未来七天的憧憬与期待。

我们的教官很独特。每天军训开始后，必要练习的一个项目，便是站军姿。一开始我们都不理解，觉得真的很累，能站上五分钟都算是不错了，太阳在上空炙烤着我们的肌肤，就连凉爽的清风也不敢触碰太阳的威严，汗水一滴一滴的从皮肤中渗出，眼前微晕，十分不适，那短短的五分钟对于我们来说简直像过了五年一样漫长。然而站完军姿后，训练的时候竟是那样的轻松，我内心不禁惊讶于军姿的联系为我们之后的训练所带来的益处，之后不论是多么的苦痛，我都能将它坚持下来了。

军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。而是在磨练我们一种意识，一种吃苦 的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们 一生享用。

军训这七天来给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。教官对我们正如大哥哥一般的亲切，关照我们的点点滴滴，对我们的关怀无微不至，要分开，有怎舍得。军训结束，新一轮的艰苦学习生活又要开始了，我们又走上了新的道路。中招的痛苦与失落先不管他，明天，仍有灿烂千阳，每一天都是如此完美的一天，我相信，七天的军训必将伴我们三年，陪我们共度风风雨雨。

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！