# 高一学生的军训总结

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2025-05-12

*高一学生的军训总结5篇军训时，我们可能需要写心得体会，那你知道军训的心得体会怎么写吗?下面小编给大家带来关于高一学生的军训总结5篇，希望会对大家的工作与学习有所帮助。高一学生的军训总结1也许我早该发现，军训是个苦差事，我来得不早不晚恰好赶上...*

高一学生的军训总结5篇

军训时，我们可能需要写心得体会，那你知道军训的心得体会怎么写吗?下面小编给大家带来关于高一学生的军训总结5篇，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**高一学生的军训总结1**

也许我早该发现，军训是个苦差事，我来得不早不晚恰好赶上了。日子就这样一天天数着过来又从日常琐事中一秒秒溜着过去。高一的军训犹在过去，大一的军训实在眼前。每一天的阳光似乎都以终于来了，似乎走了收尾。

大晚上许多许多人已在梦境中有着那样这般的经历，而顽固的我似乎还奋笔疾书，只为抒写那一段段尘封以往的旧事与新情。空调努力工作的声音似乎挥之不去，总在思绪迷乱之际带来些许安慰。空气中浮动着灰尘，微生物和那紧张不安而却有条不紊的气氛。似乎只有悄悄地瞄一眼在那桌上的时钟，我才能安心写下一笔笔宝贵的财富。

军训的劳动强度不亚于农村的日出而作，日落而息的简单高效模式。乳酸总在那紧要关头流动开来，我早就领略过酸痛的感受，那是一分一秒的挣扎，一呼一吸的回味。简单的大脑总在操控着我的四肢和那看似无懈可击却又半途而废的心脏。

四肢总在动与静间相辅相成，心脏始终如一的跳动像发动机一般给予我命里有时总会有，命里无时莫强求的动力。也许这才是军训的另一层机要——检测，更新你那久经战场的细胞和你那勇敢无畏的意志。

**高一学生的军训总结2**

炎热的八月，为期5天的军训如火如荼地拉开了帷幕。那几天，我们感到既漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，此刻，5天已经过去，我忽然发现，那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念。

对于我们这些生活条件优越的孩子，军训是个再好不过的锻炼机会。一个小时，两个小时，甚至几个小时，都重复同一训练内容，换了谁都会疲惫，都会厌倦。可我们只能在心中低声地叫一声累。

老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，害得我站不上十分钟便汗流浃背了。但问题不止这一个。头一天训练立正与稍息。上午还好，可到了下午，疲劳使得脚底一阵阵疼痛直往心底里钻，真不知那些军人同志是不是腿部神经麻木了，能站上数小时。最让人受不了的是太阳公公不停地幸灾乐祸地泼洒着他的温暖，蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。头部的水汽足能形成一场比7月下旬还猛烈的“特大强降雨”。那教官还“冷酷到底”地规定没有命令不允许乱动……实在撑不住了，真想大声报告吃不消。但看看同样深受磨难的“战友”们，那声音又咽下去。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行!任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这高中第一班岗，坚实地踏出这关键一步!

训练场上回荡着同学们嘹亮的口号声：“一，二，三，四……”稍息，立正，齐步走……这些动作看起来简单，可学起来就没那么容易了。握拳，摆臂，步子都有严格的要求。而且光动作到位还不行，还得做到整齐划一。

从军训的第一天开始，我便努力去适应这里的生活、这里的生活方式。5天的时间太过短暂，来不及让我细加体会。我没有能够学会适应，但我学会了坚持。

**高一学生的军训总结3**

虽然今天只是军训的第六天，却感觉已经度过了漫长岁月，并且每天都充斥着汗水与艰辛。还剩下9天，曙光还未出现。

昨晚做梦自己又回到炎炎夏日下的篮球场站军姿，汗水顺着面颊淌下，在下坠的过程中气化。我猛然惊醒，寝室里静悄悄的，只有舍友甜美的鼾声和自己的心跳声。

起来后，又是紧张的训练。小小的篮球场不知道被我们走了多少个来回，不知道端正步时左脚离地右腿挺直支撑，右脚离地左腿挺直……如此重复了多少遍。可我知道，当劳累了一天教官为了犒劳我们让我们坐在草地上看见的烟花有多么绚烂，可我知道71个兄弟一起看烟花时自己激动的心情。当烟花的光芒在所有兄弟的面庞上升起，绽放;当兄弟们一起指着星空大声的欢笑;当我们为了骗普通生自己看到的景色比他们全而集体欢呼……这所有的一切连同兄弟的情谊，一起成为我生命中很靓丽的风景。

教官告诉我们，每一届从湖南师范大学毕业的学长都很优秀。的确，来到这里的几天，我感受到了领导的期望，教官的关怀，兄弟的关爱，部队的温暖让我铭记。我们是一个集体，我们的番号是湖南师范大学国防生，我们的口号是流大汗不掉队!兄弟烦了累了，安慰一下;兄弟跑不动了，推一把;兄弟们开心了，分享一下!就像首长学长们不断教我们的：军队中某个人强，不算强，只有集体强，才算强。

**高一学生的军训总结4**

一个月前在，我参加了人生中的第一次军训。这几天火热的军训生活让我既兴奋又疲惫，同时也让我明白了很多道理。

到了军训基地才意识到军训的“可怕”。基地在一个非常美丽的国家，这种自然美在城市是看不到的。不时有几朵白云漂浮在蓝天上，变幻着各种形状供人们想象。教官的几乎每一句话都在提醒我们，军训就是要吃苦，要坚强的度过这七天，要努力!坚持住!

第一天不适合。一天下来，我们连想都不想去，就睡着了!时间总是过得飞快。一眨眼就天亮了。我们又拖着沉重的脚步来到训练场。当时我就想：算了吧。我在家里从来没受过这种罪!但是我不想让新同学看不起我。他们都坚持!怎么才能放弃?就这样，我又在奋斗中度过了一天。随着逐渐适应，我发现军训不是很累，而是很有趣!

剩下的日子过得很快，军训真的很辛苦。烈日下，我们向前踢着，在广场上列队，我们在激动人心的训练场上欢呼呐喊。就是这样一段人生，让每个人在爬行的过程中慢慢成长;正是这样的经历，让我们在汗水中变得坚强。军训培养了我们的集体观念和纪律观念。

在队列中，教练非常强调纪律。每当有人在团队中走动而不做报告时，他们就会受到影响

到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。整齐的队列增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，不能只是考虑自己。军训也培养了我的身体素质。一开始训练，只要站上10分钟的军姿，就会感觉体力不支。现在即使站上20分钟，还是做到站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

虽然军训有点儿苦、有点儿累，但通过这次军训我体会到，人生充满艰辛，生活充满坎坷，做任何事都要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。军训的日子只有短短的七天，和人生相比，只不过是沧海一粟，但她留下的绿色诗韵，她将永远是人生中最亮丽的风景，成为一段永远难忘的美丽记忆。

**高一学生的军训总结5**

早上大约七点钟，就要开始军训训练了。

我迷迷糊糊地想草坪走过去，教官一来，我们就自觉地拍好了队。过了一会儿，教官就喊：跑步!听完我就想：还没吃饭，就跑步，这也太惨无人道了吧。最后还是不得不乖乖听见教官的话跑步了。跑了三圈，才开始让吃饭，当我看见饭菜的时候，我的胃就开始反抗了，盛了饭一尝，果然，菜要么太咸，要么太难吃。我觉得这是艰苦训练的一部分吧。

吃完饭，休息了一会儿，正式的训练就开始了。我们到了后操场，教官教了我们很多的指定动作，和平常体育老师教的有所不同，什么稍息啊，蹲，立啊，坐，起啊，走姿站姿啊等等。每个动作都要做上十几分钟，不如站姿肩要平，大拇指紧贴食指第二关节，双脚分开约60°。这些动作都要做上一上午，跟别说其他动作了。好不容易做完到了中午要吃饭了，虽然中午这次训练苦了点，但饭比早上好多了。

别以为训练就这样结束了，下午还要训练，明天也要训练，可不能松懈呀。

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！