# 初中军训总结优秀作文

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2025-05-07

*初中军训总结优秀作文5篇军训是一种有着最集中、最统一、最紧张、最严格的集体活动。校方在对各年级展开军训活动时，也应当做好各年级的军训总结工作。你是否在找正准备撰写“初中军训总结优秀作文”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！>初中军训...*

初中军训总结优秀作文5篇

军训是一种有着最集中、最统一、最紧张、最严格的集体活动。校方在对各年级展开军训活动时，也应当做好各年级的军训总结工作。你是否在找正准备撰写“初中军训总结优秀作文”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

>初中军训总结优秀作文1

今年，我如愿考入了全市最好的初中--奎文实验初中。开学之后随之而来的是艰苦而有意义的军训了，下面是我每天一写的军训日记：

军训第一天

今天，天阴沉沉的，暗灰的天空中飘着小雨，凉嗖嗖的。这天气，像极了我的心情，乌蒙蒙的。这是我第一次离开家，离开亲人，只身一人来到完全陌生的地方。想想，明明离家那么近，但却又那么地遥远，像走不到尽头的路，心里蓦然升起一丝惆怅。

军训是苦的，是累的，但有了和蔼的老师，也散发出淡淡的甜味。

想信我们一定能一起努力，一起进步，一起获得成功。

军训第二天

今天的天气与昨天比较，晴朗了许多，但我对家的思念又深了一层，多么希望校园里能出现妈妈美丽的身影。

军训第三天

今天，是开学到现在为止我最开心的一天了，同学的幽默渐渐感染了我，可亲的同学带来的欢声笑语，弥漫在我的心头。

昨晚，我们都已熄灯睡下了，突然听到几声撞击声，我以为是老师来检查，所以没有在意，但接着的水声引起了我的注意，起来一看，原来是下铺同学趴在床上拿着水壶倒热水，她的这一举动不仅引得我们哈哈大笑，也把“闻声找来”的老师吓了一跳。

学校的生活丰富多彩，今天的军训也要比平时累一些，在教官带领下，我们的动作也越做越好，越做越整齐，得到了教官的肯定，老师的认可，一种自豪感油然而生。

军训生活就是这样多姿多彩。

军训第四天

转眼，军训到了第四天，想到还有三天军训结束，就能回家了，心里便暗暗地笑。下午，天气微微有些凉了，我们还在“艰苦”地训练，“齐步走!踏步!”在一声声号令下，我们整齐地排队向前走着，忽然听到身后的队伍中有一阵骚动，紧接着便是教官的一声“停!”回头一看，原来是某位顽皮的同学不好好做动作，被教官当场逮住。教官命他蹲马步，亲自讲明了动作要领，并做了一个标准的动作，可那位同学搞怪地躬起身，缩着腿，做出了一个十分滑稽的动作，我们全都被他逗笑了，就连在一旁板着脸、做严肃状的教官也情不自禁地笑了起来，脸上皱起了一根根的小细纹。

教官也无奈，只好罚他做十个俯卧撑，我们都以为他这次“完”定了(因为先前做俯卧撑的同学都没“撑”住)，但没想到，他还挺厉害，一口气做下来了，教官只好挥挥手，让他归队了。

军训真可谓“欢乐多多”,不时爆发出一阵大笑，如果要找我们，操场上笑声最响的那个班就是。

军训第五天

下午，原本蔚蓝色的天空不知怎的变得好白好白，上面宛若蒙上了一层浅灰的细纱，四周的景色也只能看个大概。虽然只能看到隐约的样子，却由内而外地散发着一种朦胧的美。

虽然天气不好，我们却依旧举行了阅兵式的排练。尽管中间下了场小雨，但我们一直坚持着。

我终于明白，一切的一切不是做不好而是不想做。今后要走的路还很漫长，我一定要努力做到最好!

军训第六天

刹那间，到了军训的第六天，与前几天相比较，今天的军训少了一份嬉笑和轻松，平增了许多充实与忙碌。同时，一种紧张的气氛在队伍中蔓延。因为，后天就是阅兵式了，可不能给教官、老师丢脸。所以，今天我们练得格外认真。

下午时分，火辣辣的太阳直直地照射大地，我们在烈日下的操场上笔直地站着，尽管同学们已满头大汗，但依然都在坚持。没人喊苦，没人喊累，大家为阅兵式而做出最大程度的努力!

今天的三次军训成果展示，我们一次比一次有进步，一次比一次更整齐，相信我们一定会取得好成绩!

军训第七天

今天上午又准备了阅兵式，主要问题还是那些，不过总结后有了进步。

这次，和教官发了“狠话”:“踢腿再不高，就绕着操场踢一圈正步!”然后，又专门练了踢腿、摆臂各五分钟，这样，便卓有成效。

午饭有美味的炖鸡腿，粉皮炖白菜和炒菜椒，真令人垂涎三尺。开吃!大家狼吞虎咽，你争我抢，不久，饭菜就被一扫而光了。

下午，因为小雨，我们在教室里呆了一会儿，等雨停了，我们又把明天阅兵式的整个过程练了两遍。最后的正步，大家精神焕发，完美地走完了阅兵式流程。

明天的阅兵式，我们期待着……

想信我们是最棒的!

军训感悟

今天，为期七天的军训算是画上了一个完美的句号，经过我们的刻苦训练，终于在阅兵式上获得了成功，收获了喜悦!

军训教会了我们不怕苦，不怕累，把我们从一个个“小皇帝”、“小公主”变成了吃苦耐劳的好学生。

通过住宿，我也学会了独立，这是一个小鸟放飞的过程，不过想想以后三年都要这样度过，心里还是布满了愁云。

>初中军训总结优秀作文2

刚踏进初一的校门，我们就开始了严厉的军训，教我们的教官姓韩，他将陪我们度过1天半的时间并教会我们许多有关军姿的练习。

刚开始教官让我们站军姿：双手紧紧贴紧自己的裤子，两脚后跟靠在一起，两脚尖打开60度，脖子紧紧靠着后衣领，目视前方。就这样，我们站了大约半小时，对面有一个女同学吃不消，往后退了2步，只听“砰”的一声她晕倒了，老师把她带走后，我们班也有同学吃不消，晕倒了。接着，天暗了，下雨了，我们以为不用练了，可以回教室了，个个都在拍手，欢呼雨来的及时，没想到教官让我们在雨里继续练，真倒霉!

这还不算什么，在这么多练习里，最令我刻苦铭心的还是做深蹲跳和俯卧撑。先说说深蹲跳吧，教官让我们双手交叉放在后面，他说一个，我们就做一个，做到20多个的时候，我们已经吃不消了，教官说快了，我们以为只要做30个，没想到一做就是50个，我们全班的双腿都麻木了，到第2天，腿还痛呢!再说俯卧撑吧，大家应该都知道操场跑道是什么样吧，我们的教官有够狠，让我们在那上面做俯卧撑，那地不仅烫，还很痛，教官让我们做了大约30个，还不让我们起来，让我们手就这样撑着，谁撑得好谁就起来，我还不错，教官让我起来了，可手痛的要命，真辛苦……

通过这1天半的时间，我们也见识了不少：教官用手劈砖头，单手俯卧撑，单杠转圈等。虽然我们在锻炼中吃了不少苦，可能也受了点伤，不过我总算知道当一个军人是多么辛苦了，以后可不会为了一点疼痛而喊叫，因为我们要勇敢，要坚强，我们才刚刚开始，以后的路还很长，你们说是不?

>初中军训总结优秀作文3

军训的一天结束后，什么感觉都有，回想一下，其实还是值得的，它严肃了我们的纪律，让我们明白了苦和累，磨炼了咱们的意志，激发起了我们的斗志。这样的苦都受过了，我们还会害怕什么呢?

最后，我强烈希望自己能一直站到最后，做一朵不倒花。

换上军服，带上军帽，看看镜中雄纠纠气昂昂的自己，心中欢欣无比。迎着早上习习的凉风来到学校，对军训，有一种莫明的向往。

军训终于开始了!

我的天!!!淋漓的汗水洗去了曾经的兴奋，疲软的手脚，谋划着酸痛的阴谋。懒惰的后羿呀!当初为什么不把这第十个太阳一并射下?现在它正得意洋洋地狞笑在我们的头顶上，用它恶毒的热量，将我们晾成新鲜的木乃伊。

头晕目眩!迷迷糊糊地做着一个个动作，又隐约听说要跑步。跑就跑吧，往常并不很多的两圈的路程，如今却比孙悟空的十个跟头还要远，双脚踩在跑道上却像是踩在棉花上，也不知是怎么回事只觉脚下一软，脑中一片空白……

接下来发生的事我知道却又不知道，经历过又像没有经历过，到现在写本文时，摸着摔伤的手才猛然醒悟：噢，原来我有了有生以来第一次晕倒!

军训苦不苦?苦!军训累不累?累!不军训好吗?好!

如今的我们都是一把把雏剑，只有用军训的磨刀石才能将我们磨成锋利的宝剑。

砂石刺痛河蚌，河蚌将它变为明珠，只要我们努力，军训的艰苦生活也会大放异彩。

>初中军训总结优秀作文4

今天又是一个晴空万里，阳光灿烂的一天。今天是我军训的第三天了，可说苦可说轻松。轻松时老师认为的，苦是我认为的。

我们抱着不满的心情来到宿舍楼下集合训练，又要训练，真是苦呀。可又能怎样呀，这是规定的，我不能违反呀，要不就会显得我很没用的。今天我们要训练的是军步，军步还要训练吗?真是笑话，不就是走路而已嘛。我们开始练习了，我们都安着教官的要求，把队伍走直，还要脚步一致。可我们没走两步，队伍就变得歪歪斜斜了，就别说脚步要一致了，就连自己都站不稳呢，这比刚学走路还难啊!教官严肃的看着我们，可没过多久，他终于忍不住笑了起来了。他边笑边对我们说：“你们走得好差啊!”说完就示范了我们刚才怎么走路，不看不知道，一看笑死人，居然是同手脚。怪不得刚才走不稳，原来是手脚不协调。教官又安慰我们：“其实刚开始是这样的，过几天就会适应的。”教官教我们一个办法，那就是互相扣着手，排成一横，走时谁走快了也就知道了。我们试了一下，果然比刚才好很多了。姜还是老的辣呀，教官果然有办法。走了一个上午，我脚都走痛了，不过走的还不错，我们的努力没白费。可以到下午，我们又打回原形了。走了几十次都走不好，连教官都会变脸，一时青一时红。可我已经尽力了，脚跟都走红了。

这是我想起了一句明句：世上无难事，只怕有心人。只要我们不停的努力，一定会成功的。

>初中军训总结优秀作文5

今天可是一个好天气，阳光明媚，可我们要军训，就无法享受这“大好时光”。哎!悲惨啊!

早上8点，先依照以往的惯例，站了十几分钟的军姿。此时的我们，十分不吝啬自己的汗水，让它直往下“淌”。这滋味，难受啊!军姿站完了，脚后跟已经完全“麻痹”了。可是对了，你猜对了。继续训练。

今天我们学习的是行进的两大步伐之一的跑步的行进与立定。

这可不简单哦!它不是要一个人完成，而是要一排的人共同完成。其排面要如同一条水平线，直直的。

听完教官说的注意事项，我们的“跑步进行曲”开始了。

刚开始，情况不容乐观。排面，四步立定都不是很齐。不过经过我们的努力努力再努力，教官脸上浮现出了满意的笑容!不过还是要继续Come on!

一天的训练下来，被累得腰都直不起来。真是不敢想象啊，教官们在比这还“恶劣”的情况下是怎样“生存”下来的!

到了晚上，应该好受一点了吧。哎!也不爽，要学习军体拳。这可真让我头痛啊。我本来就对这种东东不感冒，可还要学它，倒啊!

可能不是练武之才吧，怎样都不能练好，一点力还杀气都没。看来我学这种东东也是几招花拳秀腿罢了。

终于，在我漫长的等待中，晚上的训练结束了。OH，good!回宿舍睡大觉去咯!

一天的军训生活就这样过了，紧张，辛苦而又充实!真实爽歪歪啊!

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！