# 大学军训总结汇报10篇

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2025-03-11

*大学军训总结汇报大全10篇军训不仅是一次有组织性的活动，军训更是一种考验、磨练、成熟性的活动。一分耕耘，一分收获，军训后才能真正感觉到它的内涵。下面小编给大家带来关于大学军训总结汇报，希望会对大家的工作与学习有所帮助。>大学军训总结汇报篇1...*

大学军训总结汇报大全10篇

军训不仅是一次有组织性的活动，军训更是一种考验、磨练、成熟性的活动。一分耕耘，一分收获，军训后才能真正感觉到它的内涵。下面小编给大家带来关于大学军训总结汇报，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

>大学军训总结汇报篇1

这几天训练的确辛苦，让人觉得“只过一日，如过三秋”。让我感到最累的内容是正步和齐步走的分解训练。正步分解训练需要进行单独踢腿训练，齐步分解训练需要额外地摆正手型，胳膊的位置。这两项训练耗费的时间都很长，我的手臂大腿经常酸痛，还会让我经常回忆起高中军训时正步分解训练坚持不住倒地的“黑历史”。

但同时，军训的苦和累也带给我新的成长。在军训中的苦与累比不上革命先辈与真正的军人受到的苦与累的百分之一。这让我更加敬畏革命先辈，更让我尊重真正的军人。另外，军训的苦与累让我更加乐观地面对生活中大大小小的困难，努力做到“世人笑我我自强，不负年少”。

在这次军训中，我也有一些特别的经历——那就是，我“糊里糊涂”地被选进了精英连，然后接受了更高强度的训练。在精英连中我印象比较深刻的训练项目是十分钟的军姿训练。教官要求脚跟向上，双腿并拢，臀部夹紧，收腹挺胸，脖子向后贴，下巴微抬，目光向上，肩膀自然下沉，五指并拢紧贴裤子。这十分钟里，我几乎每一刻都在脑子里捋这些要求，同时调动身体各种器官，努力达到要求。十分钟就像一个世纪一样长，当教官说“停”的时候，我整个身体都僵在那里了，但心里非常激动。

**大学军训总结汇报篇2**

“十一连的都有，听口令，向右看齐！军姿拔起来，要有一种天下第一我最牛的自信和挺拔的气质！”熟悉的指令声在耳边响起，走齐站好，这是我们与教官之间最基本的默契。

十一连，这个温暖的集体，就是我所在的连队。我们有一位可爱的教官，笑起来有种治愈人心的温暖力量，有一位认真的教官，她依靠含片润嗓，用尽管早已嘶哑的喉咙，发出一声声干脆响亮的号令，我们还有一位“爱变脸”的教官，休息时他总是幽默风趣，逗得我们捧腹大笑，但在训练时又一丝不苟，纠正每个人的动作细节。在短短几天我们和连队中的一百多个人已经产生一种凝聚力，我们都为了同一个目标竭尽全力。我们的动力就是集体荣誉感，这是我们的信条，也是我们心照不宣的默契。

我记得教官今天对我们说过的一句话，军训是培养和提升自己的气质和精神，不是为了谁。这句话令我印象深刻，也让我坚定意志，要认真对待生活中的每一件事情，期待更好的自己，向光而生。

**大学军训总结汇报篇3**

有位哲人说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感觉真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道，就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的韵味。然后才能和有同样经历的人相视一笑，让美妙的感觉在彼此之间传递，就如同多少个读者就有多少个哈姆雷特一样。

军训，在某种程度上已经超越了其本身单纯的意义，它已经成为一种难能可贵的经历，写进我的记忆里，而成为不可磨灭的一部分，它已经化为了一种力量，成为了一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支持着我走过人生旅途中的各种风雨，安抚着我敏感脆弱的内心。在此之中，军训留给我的回忆是同学们和学长学姐之间那浓浓的人情味。无论是炎炎天光下的一份清凉，又或是不识方位时的指点迷航。细小而见微，感念而识真情。

在莞工，我看到了蓬勃的青春；看见了坚持的力量；看见了更好的自己。当风翩起安详的绿叶，当燕唤起惺忪的天空，训练场上回荡着的，是我们嘹亮的口号！

这，就是我们的军训。这其中有苦也有甜，也有人说它就是个炼钢炉，练出来的都是铁骨铮铮的男子汉，是不让须眉的巾帼英雄。

**大学军训总结汇报篇4**

军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑和辛苦这两个概念。而伴随着军训日子一天天过去的经历中，我似乎又收获到了一些不一样的东西。

这个秋天的太阳比哪一年都热烈，即便校园内绿树成荫，却总也挡不住烈阳的照射。阳光不偏不倚地透过树叶洒在我们的脸庞，稚嫩的我们身着蓝色迷彩服，头戴蓝色帽子，整装待发，走着整齐的步伐，准备开始新的一天训练。

操场上是整齐一致的步伐，阵阵秋风拂过发梢，汗水顺着脸颊滴落，炽热的阳光烘烤着我们。在教官一遍又一遍的悉心教导下，我们从最开始站军姿摇摇晃晃到昂首挺胸，从蹲姿歪歪扭扭到坚直挺拔，从互不相识到团结一心。在这一训练过程中，我们被罚过，奖励过，痛苦过，也开心过，心中有着说不出的酸甜苦辣，有着道不尽的无可奈何，但却慢慢懂得了这就是人生最难得的体验。

这一次军训，让我懂得了何为“无规矩不成方圆”。教官教我们文明用语，礼仪礼貌，教我们整理内务，也许这对于他们而言并不难，但对于我们却不易。

于我而言，在这场军训中，艰苦难熬。许多连都在练踢正步，走齐步以及踏步，整齐划一，每个连的口号声一声比一声大。反观我们连，歪歪扭扭的齐步，劈里啪啦的正步，似乎我们连永远都走不齐。但是二营三连的同学们丝毫不松懈，不放弃，调整好队伍又重新训练起来。即使练到腿脚酸痛，喉咙喊破，我们连也从来不会低头，而是一直勇往直前。

在周五的会操表演上，我们一定能以最严肃，最认真的态度完成此次分列式的表演。

**大学军训总结汇报篇5**

随着时间的流逝，我们的军训时光也迎来了尾声。

军训期间也让我们成长了很多，当我们穿上一袭绿衣走到训练场时一切都变得严谨起来。我们的步伐由当初的懒懒散散到现在的整齐划一。由初入学时的娇生惯养变的独立坚强。由最初混乱的作息到每日的规律入睡。军训这几天带给我们的除了肌肉上的酸痛，更多的是对生活的认识。我们的教官在队伍待了四年，当了两次兵，当我们问他在哪当兵时他说：“当初入伍时就想去新疆或者西藏当兵”从他那坚定的眼神中我读出了太多太多的东西。突然就理解了：“人民有信仰，国家有力量，民族有希望”愿以吾辈之青春，捍卫盛世之华夏。

渐渐地，在这十多天的军训期间，我发现我也悄然的改变着，走路时开始自然而然的昂首挺胸了，站立时习惯性地挺直了腰杆，会在嘴边时常哼起：“听吧新征程号角吹响，强军目标招呼在前方”漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，都使我们更加坚强与快乐，也是我们美好青春的一段证明。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。教官说：“感觉军训不是我训你们是你们在训练我们教官的耐心”对啊，这段日子我们何尝不是在共同进步呢。一个动作因为一颗老鼠屎我们得反反复复的练习，教官也在不断的纠正我们步伐的错误，全连一起陪练，“一人生病，全家吃药”培养了我们的责任心与集体荣誉感。我们踏出的每一个脚步，喊的每一句口号，在十多天的反复磨合下终于做到了整齐有序。

在这十多天里我们远离了繁杂的学业，每天体能训练，培养礼节礼貌，拉歌成了我们生活的主旋律，军训即将结束，但我们的生活还在继续，少年不惧岁月长，彼方尚有荣光在。让我们一起加油吧!

**大学军训总结汇报篇6**

不知不觉军训已经即将到底尾声，在这最后的几天里，更应该坚持下去。

军训教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

我在表演方队的花样方队中，学习到了许多，为了表演的好，每一位同学都尽心尽力地配合教官的指挥，经历了几天的训练，我们也变得更加的熟练。的确，练习的过程中十分辛苦，但这份辛苦却令人难忘，在军训的时候我们全体学员在烈日下同甘共苦，教官对我们也十分严格，时不时，会被教官训斥。

但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累是在磨练我们像树一样坚挺向上，是在磨练不屈不挠的意志，它带给了我们尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正因为人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。

军训真的很累，却即将与我们告别。留在我们心底的，有痛苦，有欢乐，而更多的是感激。感谢学校给与锻炼的机会，感谢教官不知疲倦的教导，感谢老师同学的关怀，感谢五彩斑斓的跌宕人生。

**大学军训总结汇报篇7**

今天早上，天下起了大雨。我走出门外，心想，军训终于可以暂停一天了。我兴高采烈的来到了学校，可是却令人大失所望，军训照常进行。

雨虽然想瓢泼一样下着，但教官仍然十分严肃，他今天要我们站军姿，稍息，立正，挎立。站军姿时，稍微一动就得跑五圈，我们只能贴紧手，蹬直腿，挺起胸，一动不动。雨一滴一滴地往我们身上打着，额头上的雨滴顺着脸颊流下来，那种滋味，我心里像刀割一样。我们皱着眉头，在心里默数着时间。一分钟，二分钟……时间慢慢地过去了，雨水都浸湿了衣服，它紧紧的贴在我的身上，真是难受极了。这时有同学支持不住了。一个，两个……，一共有x人被罚跑，我的心跳也开始加快，全身不敢有半些松懈，都要喘不过气来了。过了一会儿，我们开始稍息，立正，挎立。教官严格要求我们，不能违反纪律。

一会儿，我的胃开始疼了，就像一只虫不停地迂回着，难受极了。我正想喊声“报告”坐下来休息时，却又想：我们参加军训目的就是要培养我们顽强的意志，增强我们的体质。将来才能做一个对祖国和人民有用的人。越是觉得困难，证明自己差的越远，就越要坚持下来。于是，我挺住了，我战胜了雨水和胃痛，坚持了下来。

我今天真正体会到了：坚持就是胜利，这个硬道理！

**大学军训总结汇报篇8**

终于，在大学结束之前，我参加了\_\_大学的军训，与想象中不同的是，在第一天伴随着我的不是烈日而是大雨。

渗着雨水和汗水，透着深呼吸，我们就这样揭开了军训的序幕。首先，教官教我们的是站军姿：双脚分开60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，双肩后张，收腹，下巴微收……我觉得军姿是一种很美好的姿态，它展现了军人的风采，还有一种从容的美。如果青春是首动人的歌，那么军姿就是其中最铿锵的旋律。

接下来教官教了我们转身以及齐步走，这些看起来似乎没什么难度的动作其实正考验着我们的思维反应。不积小流，无以成江海。如果不是每个同学都认真、整齐、有力度地做动作，就不可能有一个高质量、整齐划一的队伍。这些锻炼让我体会到了团结的力量，也让我意识到团队精神的重要性，这将会让我终身受益。

在今天的训练中，有一点特别让我感动——无论雨下得多大，所有教官都没有撑伞，而是选择淋雨。我们的顾教官很照顾我们，几次提醒我们撑伞，自己淋透却全然不顾。我对这种行为由衷地敬佩，但也希望在接下来的日子里教官能照顾好自己的身体。为你们点赞！我们一起加油！

**大学军训总结汇报篇9**

今天是军训地第x天，一大早雨已经开始下了起来，这正是参加军训孩子们的起床时间。一大早，集合哨一响，孩子们迅速集合完毕开始出操，小雨淅淅沥沥的下着。几天来雨点不断，空气中弥漫着水汽，雨点落到身上略有些凉意。孩子们喊着嘹亮的口号：“1-2-3-4，1——2——3——4。”脚步统一，步伐整齐。跑步的声和口号声响彻整个校园，穿过空气，回荡在卫辉七中的上空。早训过后，开饭时间到了，集合哨一响，孩子们又迅速集合完毕，雨突然大了起来，瞬间淋湿了孩子们的衣服，可是没有一个人动一下。

在教官的指挥下，孩子们排队来到餐厅前。餐前一歌《团结就是力量》，歌声嘹亮，铿锵有力，大雨丝毫没有动摇孩子们的斗志。看到这一幕幕，我的眼睛潮湿了。我敬佩教官：在短短的x天内，竟训练出这么高素质的娃娃军，可见教官们付出了很多很多。我更赞扬这群孩子，从刚军训时叽叽喳喳到鸦雀无声，从混乱不堪到整齐有序，从稀稀拉拉到步调一致。x天来孩子们克服一切来自生理心理的困难，少了一份家长的唠叨，多了一份教官的严厉口令；少了一份家长的溺爱，多了一份教官的吁吁教导；少了一份温床，多了一份成长的土壤；少了一份懒惰，多了一份勤奋；少了一份无为，多了一份辛勤。今天的少年拥有的很多，失去的也很多。

优越的生活环境，滋生了懒惰，毁灭了勤奋。安于现状，目光短浅，胸无大志。看到今天参训的孩子，我的感受也很多很多。环境决定将来，没有人生来就是栋梁，钢是要经过烈火的煅烧才能坚韧，人要经过磨练才能成才，苦点累点算什么？孟子曰：“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，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。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，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能”。梁启超曾说：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。”

**大学军训总结汇报篇10**

今天又是崭新的一天。刚开始训练，天空不作美，稀稀拉拉地下起了连绵的细雨。慢慢地，雨越下越大。只觉得巨大的雨滴向自己砸来，一滴，两滴，三滴……一滴滴雨与一滴滴汗交融在一起，刹那间“飞流直下三千尺”，只看见一团团白色的东西顺着军帽迅速地滑落。逐渐，视线已成为雨帘。原以为会唉声叹气的自己竟没有发出一点抱怨的声音，依旧挺拔、挺拔的站着。不久后便回到了教室，伴随着教官的一声声叫喊，终于体会到了军人的利索与干脆。还记得在一个德国的军营中，这里的军人只能对上级的说三句话，依次是“是，长官”“不是，长官”“没有借口，长官”。

那时的我还没有真正的意识到，而现在，我已经完全体会到了其中的内涵。窗外的雨依旧淋淋沥沥地下着。猛然抬头，却发现外边的几颗树们仍旧挺拔不屈的站着，它们任凭一滴滴雨水敲击自己的身体，却依旧没有放弃，没有退缩，因为它们知道“风雨过后必定是彩虹”，因为它们始终明白——正是有了这种艰苦的磨炼，它们才能站得更直，挺的更高。

我不禁被它们所震撼了，使我明白：军训中必定会有挫折，而学习也是一样，自己失败一次不要紧，关键是怎样才能使下一次不失败，怎样对待一次又一次的挫折，怎样乐观的对待，要拿出军人的耐挫能力来对待学习中的任何挫折及困难……其实觉得自己蛮幸运的，在二天中就经历了晴天、雨天、阴天，经历了酸甜苦辣，经历学习中所没有的事物，我觉得我收获了很多！

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！