# 班会主题军训总结

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-03-23

*最新班会主题军训总结5篇军训的主要目的是增加身体力量和提高意志力。在严格的训练中，可以让学生培养锤炼毅力和耐力等品质，塑造发育良好的体型。下面是小编整理的军训总结，希望大家喜欢。1班会主题军训总结九月一日那天，我们到了昌平的盛华培训基地进行...*

最新班会主题军训总结5篇

军训的主要目的是增加身体力量和提高意志力。在严格的训练中，可以让学生培养锤炼毅力和耐力等品质，塑造发育良好的体型。下面是小编整理的军训总结，希望大家喜欢。

**1班会主题军训总结**

九月一日那天，我们到了昌平的盛华培训基地进行为期8天的军训，这八天是我们最难忘的，是因为我们都很累，但是我们也不能半途上就离开。我们忍着，流血流汗不流泪。但是军训也培养了我们的自主性。

军训是对你身体的考验，也是对你的身体体格的一个加强。在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃。八天的军训是漫长也是简短的。说漫长，因为我们非常苦也非常累；说简短，是因为我们已经坚持到最后，并且有能力去克服它。其实，这八天对于我们的人生历程并不算什么，甚至连个插曲都算不上，我们觉得苦，觉得累，只是因为我们没有胆量！现在我们可以自豪的说：我做到了！

需要我们努力的日子还很长，这次军训无非只是我们对初中的一个记忆。严格的训练、炽热的阳光什么的我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。我们为什么要吃苦？就是为了以后我们能自己养活自己，让我们自己变得更强壮，激励我们，鼓励我们，让我们有更多的勇气来挑战一切。所以，即使军训再苦再累，也是有价值的，这都是为了我们好啊！

一眨眼，为期八天的军训结束了，我们最应该感谢那些训练我们的教官，留给我们的是辛、酸、苦、辣和我们永恒的记忆。我相信，这次军训一定会对以后的我有所帮助，受益匪浅。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

**2班会主题军训总结**

为期七天的军训已经结束了。总体来说我完成得不错，每天都完成了当天的训练，并且学会了在学校和家中学不到的东西。

在军训的过程中，我学会了军姿、停止间的转换、齐步、正步、齐正步之间的转化、稍息立正等等一系列军队的规范动作，不过我在训练的过程中偷懒了，比如在军姿训练时就因为嫌累而不好好站军姿，每次教官检查时都会被发现站得不好，还有就是在抬腿的练习中，常常不能根据教官的要求完成相应的动作，经常在教官看不见的时候用脚尖点地，这些都是我在军训过程中所表现的不足。

在军训的过程中，我们吃了很多的苦，饭菜不好吃、没办法洗澡、训练时不是下雨就是有阳光、没有电扇空调??这些我都克服了，我并没有在这些困难面前倒下，而是挺身打到了它们，虽然我曾抱怨过艰苦的条件、抱怨过因为女生而洗不上澡，但是我战胜了它们，因为我知道“吃得苦中苦，方为人上人”的道理，我并没有想同我一同军训的某些人一样坚持不住，在中途退缩，我坚持了下来。

军训是苦的，它并不如在家里看着电视、吃着鸡翅舒服，也不如在健身房锻炼轻松，但它锻炼了我的身体、磨练了我的意志、改变了我的思想。虽然那里的饭不是很好，但对于劳累的我来说饭菜是可口的；虽然那里的住宿条件不好，到对于疲惫的我来说睡觉是幸福的：虽然那里的训练是辛苦的，但对于娇生惯养的我来说是必须的。

军训使我明白了军营中充满了酸甜苦辣。当我们在训练场上训练时，汗水会浸透我们的衣衫、模糊我们的双眼，那时的我们是痛苦的；当我们在训练过后的休息时间时，欢笑声绘响彻整个世界，那时的我们是快乐的；但离别的时刻到来时，我们是心酸的。

七天的时间，说长就长，说短就短，要看你是以什么样的心态去面对这七天，开始的几天我认为军训就是一种煎熬，谁都不可能受得了这种苦，但渐渐的我发现了每天都绷着脸的教官也有他们的小可爱，慢慢的我喜欢上了这里，喜欢上了和教官们一起训练，一起嬉戏玩耍，在不知不觉中，最后一天来临了，当我坐上了回校的汽车，看到和我一同生活了七天的教官在车下向我们敬礼时，我是那么的不舍，我多希望可以和他们多呆一会，但我明白这是不可能的，军训已经结束了，我在军队的时间也已经没有了，我终究是要回到学校的，生活还将继续。也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动，我将成长为一个像军人一样的顶天立地的汉子！

**3班会主题军训总结**

从\_\_日开始为期两周的高中新生军训活动在足球场顺利地拉开了帷幕。自此掀开了军训生活的新篇章。

回想那短短两周军训的日子，一种潜藏在心中已久的感受便由然而生。的确，军训是辛苦的，但切辛苦的美丽，辛苦的动人，辛苦的让人难以忘怀。在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每一个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每一个动作做好。尤其是在站军姿时我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。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，不屈不挠的意志，它带给了我们一种尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。

俗语说：“不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。”它教会了我们怎样去面对今后的挫折。休息时，我们方队的男女生面对面的坐着，在训练员队长的引领下，我们每一个人的脸上都微笑着，这微笑的力量，感动了周围的一切，细细想想，幸福，快乐时常酿造着并荡漾在我们的心中，只要我们用心去体会，用心去发觉，便能找到瞬间的幸福与快乐。

此外，在军训的活动中，还增添可许多丰富多彩的活动，如组织我们看电影，听讲座等等。这些活动，既磨练可我们坚强的意志，吃苦耐劳的精神，培养了我们的团队意识，增进了我们之间的关系，提高了我们学生干部队伍的沟通能力和凝聚力，又改善可我们的精神风貌，提高可我们的综合素质，团队精神，为交院的人才发展奠定可坚定的文化基础和扎实的能力。白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的工夫，两周的军训生活就到可眼皮底下。回首丰富多彩的军训生活，我更多的是感慨——“几朝夕，数风流人物，还看今朝”。我们的明天会更加辉煌灿烂。

**4班会主题军训总结**

这个星期，我们进行了军训。最开始，我印象中的军训只要在太阳底下站着就行了，还不用写作业，简直就是开学礼物一般的存在。现在，我对军训的看法改变了：军训是可以加强我们的国防意识的重要事件。

第一天先举行了开营仪式，然后才开始军训。陈教官先教我们站军姿，军姿是这样站的：首先要身体挺直，手像握着东西似的贴紧裤子。两脚分开，呈八字状。下午，教官教我们稍息，立正。稍息时，教官要求我们稍息迈左脚，迈出去的距离是大概是脚掌的三分之二左右。

第二天，教官教了我们跨令，立正。跨令是左脚迈出去一些，然后左手抓着右手，右手的大拇指贴着食指，食指后面的几个手指弯着。还教了蹲下，还教我们唱强军战歌。

第三天，教官教了我们向左转和向右转和向后转。还教了齐步走……

最后一天文艺汇演，我们上场时，迈着整齐的步伐来到了操场，把我们学过的东西展现给老师们看。正当我们在绿地站军姿时，下起了雨。但我们还是得站军姿，不能动。这时，叶老师也站了过来，跟我们一起站，让我很感动。

文艺汇演完后，我们回班了，教官走了，而我们的眼睛里泛起了泪水。

**5班会主题军训总结**

告别了教育我们六年的小学母校，我们踏入了新的大门——初中，迎接我们的不再是以往熟悉的笑脸，而是陌生的面孔和艰苦的军训。

军训对我们这些家中的“小皇帝”来说是非常辛苦的。军训的第一天，教官就命令我们反复做立正、稍息，我心想：立正，稍息这么简单的动作我们小学时每次体育课都要做上三四遍，没想到军训这么简单啊，可是，我错了。立正、稍息时五指间要并拢，并且双手要紧贴大腿，头要抬高，而我们做这些动作时既不标准还很懒散。教官指出，我们不是脚放的位置不对就是头太低了，教官为了惩罚我们连这些都做不好，让我们在太阳下蹲着。

当然，蹲的姿势也要规范，一只脚蹲着，另一只脚脚尖踮起膝盖向下，双手不准离开膝盖。刚开始还没什么，可是慢慢地，我感觉双腿发麻发酸，豆大的汗珠从我脸上滑落，此时好像整个世界都安静了下来，终于，有一位女同学受不了了，向教官报了告到一旁休息去了。而我们继续蹲着直到双脚发麻，教官这才让我们起来。我刚一站起来腿就突然没了力差点摔了下去。这时教官告诉我们刚才只蹲了十来分钟，而我却感觉过了几个小时。真是度日如年啊！

军训中，除了苦也有乐，有时军训完了，教官也会让我们做些小游戏，让我们觉得平时一些无聊乏味的游戏，也会如此有趣。

转眼之间五天的军训就过去了，而这五天却让我们受益匪浅，让我们懂得了我们是多么的“娇弱”，让我们明白了什么是“苦”，曾经的我们认为被太阳晒黑了就是苦，被小小的雨点打湿了衣服就是苦……

而五天的军训告诉了我们：我们那些根本算不了什么！在我们未来漫长的学业中无论遇到什么困难、什么挫折，我们都将勇敢而自信地面对。

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！