# 七年级军训总结作文

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-04-28

*七年级军训总结作文参考5篇军训锻炼了每一位军训参与者的身体，更是增强了体质的自觉意识。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“七年级军训总结作文”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！>七年...*

七年级军训总结作文参考5篇

军训锻炼了每一位军训参与者的身体，更是增强了体质的自觉意识。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“七年级军训总结作文”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

>七年级军训总结作文1

少年时代是无忧无虑的吧，也许是时代的进步吧“愁”推给了我，我是一个极为讨厌军训的人，想到九月一日的到来，我愁上加愁，否认的是这次军训我的到了很多。

为期七天的军训眼看即将结束，脱下那厚重的军装，不久我们的军人生涯也会伴随着一声一声洪亮的口号暂时拉下帷幕，拖着疲惫的身体，痛楚竟有时让我在这漆黑的夜晚久久不能入睡。

还记得那晚接到老师送上军服的兴奋，还记得和教官初次见面的激动，从那一刻起，我总算明白我并不是讨厌军训的人只是心中的畏惧感满满的，一直没有放下而已。

第一次站军姿，我都快哭了，然而我很自豪，因为我学会了坚持和忍耐，在炎炎烈日下，我必须身着军装头戴军帽，昂首挺胸站在队列中，虽然我很累，但我告诉自己我是一个兵，作为一个兵最基本的一条就是坚持。

细苗不经历风霜洗礼怎能长成参天大树，邹鹰不经历狂风骤雨怎能飞上万里苍穹，溪流不经历颠簸流离怎能交汇于浩瀚大海，而年少的我们不经历艰苦磨练又怎能成为国家的有用之材。

在这里，军训教会我什么是坚强的意志，教会我什么是团结的力量，在这里，我也尝到了种.种滋味，我们磨炼了意志，品尝到了难咽的苦涩，我们锻造了身心，品尝了失败的痛楚……也许这七天是那么的微不足道，然而我很感谢它，它让我稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我走出父母精心编织的暖巢，勇敢的站出来同风雨挑战。

感谢军训，感谢这次意志的沐浴，灵魂的升华，我赞美你——军训!

>七年级军训总结作文2

我们的生活中，有许许多多的第一次，第一次动手做饭，第一次走夜路。第一次生病，第一次掉牙……我最难忘的第一次是在军训中度过的。

在军训里，吃饭是一件很有规矩的行动。在艰难的军训过后，每一位同学都是肌肠膔膔的。可是尽管很饿，很多同学都是互相谦让。有的同学夹不到菜，另一名同学把自己那夹到的少的可怜的菜分给了他。一个不起眼的馒头，同学们都可以把它分开来吃。这些平凡的食物。我们在平时可以说从来不吃，可是现在同学们把它当作燕窝鱼翅般地吃光了。我第一次和同学们吃饭感受到了食物的珍贵，还有友谊之情的可贵。

在“军训领导人与责任感训”中，我非常内疚和惭愧。每队要选一位领袖，要为同学奔跑……我不明白，明明错的是我们，为什么要她跑呢?这是要她对我们负责吗?当她流汗夹背地从我面前跑过的时候，当我听着她那沉重的呼吸时，当我听见她还在为我们加油时，泪水就不听使唤的夺眶而出了。那时侯我心里想的，只想快点结束活动，想让领袖停下来，别再跑了。

许许多多的第一次，每一次就想一个脚印，印在我们成长的道路上。从这次春游中，我领悟到了：每一次错过，都有人要负责。父母身后的辛酸，我们永远也体会不到;父母为我们付出的，我们永远也还不清。这次春游是多么的意义，我将永远也不会忘记……

>七年级军训总结作文3

随着一声嘹亮的哨响，为期12天的济南大学20\_级新生军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们感受到了一股莫名的感动。离别稍瞬即逝，眼里装满的是割舍不下的情谊。

教官渐行渐远，在掌声当中变得看不清，我看到了一些泪光在同学们的眼里闪烁，心中甚是感动过和说不出的滋味，回想那时候刚刚军训的时候。

训练场上异常齐整的队伍，熟悉的步伐和形体。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线;嘹亮的口号化作一道唯美的歌;整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅，不再摆高材生的架子，不再只顾考虑自己。军训告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切;曾经的12天里的点点滴滴都定格为生命中的永恒。原来在苦累与欢乐并存的12天里，无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训虽然只有短暂的十几天，但是我们在看，学，练中受到了教育，锻炼了身体，增强了意志力。提高了军事素质，强化了国防观念。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望;用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

>七年级军训总结作文4

期待已久的军训终于开始了!我们一走出教室就受到了教官的训练，当然，我们的教官是非常严格和恐怖的，他就是谢教官。

我们坐车来到了军营，教官带着我们认识了整个训练基地：基地一共分为两个部分，上操场和下操场，上操场是宿舍、厕所、冲凉房和洗衣台;下操场有小卖铺、饭堂和我们往常训练的操场。

我们每天早上六点二十分起床，先穿好军服、整理好衣物出去排队，教官再组织去刷牙、整理好床单和被子，然后去吃早餐，再进行早上的训练;中午十二点四十五睡觉，睡到两点二十，两点二十八集合，教官带去进行训练;晚上六点半吃晚饭，进行每天的轻松活动，九点二十八睡觉。

早餐就是一碗粥、一个鸡蛋和几个馒头，味道很淡，而且吃不饱。中餐和晚餐都比早餐好很多，有西红柿炒鸡蛋、猪肉加萝卜，粉丝加鸡肉等等，还有紫菜汤、冬瓜汤……在吃饭时一定要有秩序，你帮我打饭，我帮他打饭，假如大家都争着先打饭，整个饭堂就会很吵，教官就会把我们赶出去，不让我们吃饭，我们就不能吃饭了。总之，干什么都要有秩序。

令我最开心的时刻就是星期三的活动——烧烤。烧烤炉都摆在了平时训练的草坪上，我们十个同学围一个烧烤炉，拿着教官发给我们的鸡翅在烧烤炉的铁网上转，铁网下面放着一些煤炭。教官说：“鸡翅在烧烤时要离铁网一个拳头的距离。鸡翅被火烧的时候会不停地滴油，油滴到煤炭上，火就会更大，随着时间，鸡翅要越转越快。鸡翅烧烤的时间是二十五分钟;馒头烧烤的时间是一分钟左右;火腿肠烧烤的时间是三分钟左右。我们围着烧烤炉，拿着叉住鸡翅的烧烤叉，在铁网上转，每个人脸上都红扑扑的，显然很兴奋，有的甚至闻着鸡翅的香味，不由自主地流口水了。大家都互相帮助，我帮你烤鸡翅，你帮他烤馒头，他再帮别人烤火腿肠，大家都高兴极了!

这次的军训，大家学会了团结和互相帮助，因为所有人都知道团结就是力量!

>七年级军训总结作文5

带着希望，带着梦想，我来到了大学—这个我憧憬了12年的地方。而上大学的第一项挑战就是军训。过惯了衣来伸手，饭来张口的日子，军训对于大一新生来说的确是一个挑战。

心里有些激动，有些害怕，我们出发了。还记得当时我们军训的地点是棋盘山。到达目的地了，不由的心生一股恐惧。因为周围都是山，向远处望去，连城市的影子都看不到。我心想，这回我不是完蛋了么?果不出我所料，第一天我就叫苦连天。住的是30多人的宿舍，窗户前面是一群大猪圈，一个挨着一个。晚上屋里潮呼呼的，还不时的传来猪先生和猪小姐身上的”香水味儿”。好不容易睡着了，又被蚊子给咬醒了，才发现自己没有放蚊帐。免免强强的挨到了第二天。早上醒了，眼睛却睁不开了—被蚊子亲肿了，只能睁成一条小缝，当时我连哭的心都有了。我心想我可能见不到明天的太阳了。吃饭的时候我们一桌子人围着咸菜和馒头发呆，这苦啊，可真是苦到心里了。

今天军训正式开始了。

头顶上是炎炎烈日，脚底下是沙石操场。就那么一遍一遍的练，我是四连的兵，我们的教官才20岁，对此我们佩服的五体投地。教官说我们站十分钟的军姿要比他们站几个小时的军姿轻松的多。

毕竟是20岁的人了，长大了。所以，所有的苦，所有的累，所有的不情愿，能让让别人看见，都要往肚子里咽。这条路是我自己选的，再苦再累都要勇敢的承担。那种感觉就像是吃了最爱的麻辣烫，放了许多喜欢吃的辣椒，辣的张不开嘴，掉眼泪儿，却什么都不能说。不知道当时哪来的壮志豪情，我不断的对自己说，你要坚强，要勇敢，战胜自己，做个强者。莎士比亚说，信念是指引人类前进的灯。就是拥有这样的信念，所以我一直坚持。

累了，就咬咬牙，实在不行，我就想，投胎做人我都挺过来了，这点困难算得了什么呢?别人看来，这样的想法很可笑，但是对于一个出门在外的没离开过父母的孩子来说，确是莫大的精神支柱。

就这样第三天的军训生活结束了。

教官说，军训第四天是疲劳期。这一点我深深的体会到了，全身像是散架子了似的。碰哪都像针扎的一样。本来就不白的皮肤晒的更黑了，变的粗糙了。细细嫩嫩的手出了茧子。生病感冒了，虽然有辅导员老师关心，但是还是很想家，想妈妈。这几天受的苦和心里的委屈冲破了我心底自认为很坚强的防线。想到父母无微不至的照顾，想到躺在沙发上吃零食看电视的滋润的小日子，心里的那种酸酸的感觉就像是跌宕起伏的海浪一样在喉头徘徊。眼睛红红的，使尽力气把眼泪憋回去，脑袋中最后的理智告诉我，我可以自己瞧不起自己，但是我不允许别人消笑话我。可是，我还是坚持不住了。第四天军训结束的那天晚上，同学们都在操场上围坐着聊天，我终于忍不住一个人跑到一边，拨通了爸爸的电话。本想和爸爸聊聊天，抚慰一下自己那颗不安的心。结果电话拨通了，我却哭的淅沥哗啦的一句话都说不出来。挂断电话，才发现自己旁边不知道什么时候多了好几个同学，她们拍着我的肩膀说，想家了吧，怕什么啊，你还有我们啊。几句话让我泣不成声，这一次是感动的眼泪，欣慰的眼泪。突然间觉得自己不是孤独的一个人。

晚上躺在床上，我想，我是幸福的。

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！