# 2024高中军训总结10篇

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2025-03-04

*20\_高中军训总结范文10篇通过紧张而有序的高中生军训生活，学生能够学会有效的利用宝贵的时间，来安排日常的学习生活，提高学习效率及效果。下面小编给大家带来关于20\_高中军训总结，希望会对大家的工作与学习有所帮助。20\_高中军训总结篇1严酷的...*

20\_高中军训总结范文10篇

通过紧张而有序的高中生军训生活，学生能够学会有效的利用宝贵的时间，来安排日常的学习生活，提高学习效率及效果。下面小编给大家带来关于20\_高中军训总结，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**20\_高中军训总结篇1**

严酷的军训已进行到第三天，疲劳酷暑竞相折磨我们的身体，磨炼我们的意志，种种不适频发。但是，作为班级的一份子，每个人都克服了困难，战胜了自己。这，就是军训的意义所在。

记得在20号的那天晚上，每个人都很兴奋，都迫不及待地想看到教官们，幻想着以后的军训生活，那时候整个人充满活力，准备接受教官的“摧残”。虽然早已做好了准备，做出了相应的应对方法，但没想到真正军训起来，力度如此之大，强度如此之强。

还记得第一次一起站军姿时，全身紧绷，一动也不敢动，生怕被教官揪出来。酷阳射在脸上，汗珠落在地里，随着时间的推移，晕倒的同学也在渐渐增加……站军姿过程中，教官要求我们不断的挺胸、抬头、收腹、双手夹紧，无数次的重复过后，我虽然完成了动作，但第一次感觉到什么叫酸爽。7月21日的夜里，教官在寝室里教我们整理内务。被子被强制要求叠了好几遍，才有了雏形，但仍不合格。反复的训练下，我们才把被子折成了豆腐块。

军训的要求总是那么枯燥无味且严格，耐得住寂寞才是赢家。“令必行，禁必止”，听从命令，服从指挥，这是军人的本职。我们穿上了迷彩服，就是“军人”，就要对自己严格要求，凡事要力争做到。

军训的过程中有欢笑有泪水，军训传授的知识让人受益终身。所以，军训中，我们要享受过程，团结合作，听从指挥敢于担当。我相信：7天的军训，我们一定能圆满完成！

**20\_高中军训总结篇2**

走入军训，才深刻体会到到军营中严明的纪律和军人的风格，才了解到那应用挺拔的身姿是在这点点的汗水中磨练出来的。操场上教官严肃的口号声，同学的整齐的走步声和嘹亮的军歌声，不正式在演绎我们如梦的青春么？都说，保剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。吃的苦中苦，方为人上人。是军训，让我们拥有战胜困难的勇气；是军训，让我们懂得团结互助；是军训，开启了我们辉煌的青春。

一周的时间就这样匆匆的过去了，一个星期的时间说长不长说短不短。在这个星期里我经历了许多许多。一个星期生活让我觉得是如此的刻苦铭心，从一开始的懒散到今天的纪律严明，我们为此不知道抛下来多少无烟的汗水，无论是在烈日的照射之下，还是在萧瑟的季风中，我们都坚强的挺了过来。为此我感到无限的自豪。

一个星期的军训，让我们感受到了许多，也让我更加的领悟到了集体的重要性。无论个人表现怎么优秀，如果没有一个好的队友配合，那么始终无法获得最后的成功，从我们来到这个学校的第一天，在我们刚开始穿上军服的那一刻，在我们刚踏入广场的那一刻，在我们刚踏进广场的那一刹，那……这一切的一切都预示着我们将要被紧紧的联系在一起，直到今天，直到此刻，我们还依旧不断的努力着，配合着，适应着，将我们从这一开始的个人世界观里发展到了今天的集体之中。

世人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌，可真正能够做到集体团结的又有多少呢？早我的脑海之中，依稀清楚的记得早我刚刚开始军训的时候，那个各自为营的景象，那些散漫的态度，可如今再看看，操场上那些一排排的身影。那一声声充满斗志的怒吼，很难得想象这样一个星期之前连站队都站不齐的身影不会有如今相为吻合。而这一切都是大家不断努力后的成功。看看如今这一切，心里一中满足充满了脑腔，我知道我们的努力成就了现在的成果。

军训的生活匆匆的闯进了我的生活，而如今也即将离我而去，从一开始的抗拒，到最后的服从。这样之间的转变，不知在何时已悄悄的进行，虽然又是短暂的一个星期。但是我明白，这一个星期的时光已经牢牢的占据了我记忆的一角。或许在未来的某一天里，这一个星期的回忆起现在的时光，我想，那将不会在另外一番滋味吧！没有绝对的痛苦，也没有什么绝对的快乐，细细的咀嚼生活的点点滴滴，你会发现，原来人生的道路是如此多彩。

**20\_高中军训总结篇3**

一眨眼为期七天的军训结束了，留给我们的是辛，酸，苦，辣和我们永恒的记忆。结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还很长，路漫漫其修远兮，吾将上下求索。

灼热的大地，火辣辣的阳光，汗流浃背的学生，构成了一道特别的“吃苦风景线”，若大的体育场在阳光下一点一点的熔化，缩小，直到把我们吞噬。飞舞的蝇虫流淌的汗水，酸痛的四肢，我们并不在乎，在乎的是我们学到了什么，学会了什么。吃苦不是时尚，需要用汗水和毅力去交换，吃苦给我们留下无尽的财富，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气！

我感觉军训已把我们这一群十六七岁的人锻炼成了真正的高中生，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的责任。记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。

教官的勇气是我们的荣幸。正是在教官的指导下，我们才能获得优秀班集体、优秀内务的荣誉。这里有我们的功劳，也有教官的功劳和所有关心我们的人的功劳。

对手是的朋友，在比赛中我们是对手，在赛后我们是朋友，互相激励着前进，让军训变得更精彩，更充实更有意义。

其实军训也并非是常人心目中的.魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙般的，时光像一条潺潺流淌的小河。仿佛一眨眼的工夫，军训生活的句号就来到了眼皮底下。回首丰富多姿的军训生活，我更多的还是感慨——“忆往昔，数风流人物，还在今朝。”

**20\_高中军训总结篇4**

这段时间以来在军训当中也是得到了，这段时间以来我也觉得自己得到了很大的提高，这对我也是很有意义的，所以我也应该要合理的去规划好自身成绩，通过这次军训大家也得到了很多的锻炼，我也通过这次军训有一番心得。

在这段时间以来的工作当中，我还是感触良多的，我认真的在做好了相关的本职工作，这次军训期间我确实还是感触良多，这对我而言也是需要认真去维持下去的，步入高中的第一件事情就是认真的搞好学习，用这样的方式我也得到了很多的锻炼，我也会继续的努力，提高自身成绩，努力维持好的状态，军训虽然比价吃力，但是我愿意去接触更多的知识，这是我应该要坚持去做好的，感激周围同事对我的认可，也相信用这样的方式，可以得到更多的锻炼，未来也一定会继续去做的更加去坚持做好。

高中开始的第一件事情，就是军训，通过军训也能够让大家得到足够多的锻炼，军训期间我也确实是需要好好坚持下去，这是我应该要坚持去做好的，这次军训经历，将成为我人生当中重要的一部分，我也受益匪浅，在这方面得到了非常多的提高，做一件事情就应该要坚持到最后，不要轻言放弃，这是非常关键的，也是应该对学习需要有的态度，作为一名高中学生，我也按时的做好自己分内的事情，在这样的环境下面，我也合理的安排好自己的本职工作，做事情就应该要有始有终，军训的第一天起我就下定了决心一定要坚持搞完军训。

一直到现在我也还是感觉很有意义，在这方面我还是感觉很有意义的，做出了很多提高，这段时间我也得到了很多进步，我也愿意去坚持做好相关的职责，作为一名高中学生，我认为这是我应该要坚持去做好的，高中阶段的学习还是非常的充实的，通过这次的军训，我进步了很多，未来我也一定会继续去做好自己的事情，以后也会更加努力的提高自身能力，养成好的习惯，用军训的精神对待接下来的生活，这次军训期间教官也是非常耐心的在教导我们，每一个动作都是非常耐心，直到每一个人都能够掌握，这让我感觉非常的好，我也会继续去做好自己的事情，以后成为一名优秀的高中学生，感激这次军训经历。

**20\_高中军训总结篇5**

军训中虽然很艰苦，也有让我们快乐的事。当老师过来对我们说下午要出去参观，我们是神采飞扬，高兴的跳了起来。

下午乘车来到海滨乘游轮观海。排了很长时间的队，终于轮到我们啦。踏上甲板，船启动了，离岸越来越远，大有一种壮士不回头的气概。轮船慢悠悠地在海面上晃着，发出“轰轰”的声响。船身与海面激起白白的水花，向远处蔓延，变成一层层涟漪。靠着围栏，看着不远处的码头，高高的架子，不断来往的集装箱，左右移动的吊车，看起来是那么的宏伟。回去的途中飞来了几只海鸥，它们一会儿扑打着海面，一会飞向空中，那么的自由。淡淡的，含着咸味的海风拂过，吹去了我们心中的烦躁。

时光如白驹过隙，短短的四天时间结束了。夕阳懒懒地挂在天边，我的心情也逐渐放松。坐在车里，这里的一切，也随着车子的行驶而消失在我的眼中。

军训犹如一股清泉，在炎炎夏日中，滋润着我的心房；军训犹如一绺清风，在炎炎夏日中拂去我心中的焦躁；军训犹如一抹彩虹，在炎炎夏日中，给人种种不一样的滋味

**20\_高中军训总结篇6**

秋风微凉，雨滴落在我脸颊上，我却不以为然，我已经快要记不得这是军训的第几天了。

我们都以自己该有的姿势站着。可总有一些同学体弱多病，以至于没有那么标准。我也似乎有一个声音在告诉我，我快要坚持不住了。

我恍惚感觉眼睛里多了好多星星，即便如此，我也忍着浑身的疼痛告诉着自己，不可以倒下。但身体却不受我的控制，已然开始晃动。“你在干什么？”一个声音从背后传出来，在我耳边环绕着，久久不能消散。那时的我，仿佛刚从睡梦中醒来，变得分外清醒，我刚要张嘴解释，紧接着来的又是一个问句，“你在晃什么？”他从背后走到我的面前，我欲言又止。觉得心中抱有委屈却又不敢多说。就这样，我胆怯的心被教官狠狠的压了一块大石头。

我又不敢再去多想，只知道现在应该站好，毕竟不是每个人都能理解你，他们都只是看自己努力的结果罢了，雨顺势的下着。“你们要想象着自己是一个军人”“只有几分钟了你们要坚持下去”，我的心如释重负。我们每一个人都带着军人的这份信念坚持了下来。

尽管我觉得教官很严苛，但也教会了我很多。他让我明白，坚持就是胜利，虽然路途很艰辛但总有开花结果的那一天，就像我永远不会忘记一句话一样：吃得苦中苦，方为人上人。

**20\_高中军训总结篇7**

世界上最伟大的职业只有军人，而最坚挺的是军人的肩膀，最浩瀚的是军人的心胸，最豪迈的是军人的的情怀，最有力的是军人的步伐，最可爱的是军人的形象。

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了高一。迎接我们的是为期七天的军训。它对于我们，不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。穿上军衣，戴上军帽，看起来可真有点军人的样子。高中军训仿佛就是一次沐浴，它让我们脱胎洗礼，变得成熟了，变得懂事了。它是对自我的一次考验，同时也是对自己能力的一种提高。

军训，意味着我们已经不再是懵懂的小学生，而是一名富有活力的高中生，它让我们在今后面对困难时，多了一份耐心，与坚强。使我们在今后的生活中能够更好的面对挫折。在这七天中，有欢笑，有泪水；有病痛，有坚持。我相信，军训的每一个脚印都深深地印在我们每一个人心中。操场的地面知道我们流下了多少的汗；脚下的小草知道我们使了多大的劲；路边的树木知道我们走过多少的路；树上的鸟儿知道我们吃了多少的苦。

通过这几天的军训生活，他教会我们什么是坚强的意志。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，那支持着沉重的身躯的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。军官年纪20多岁，中等身材，腰身匀称，四肢健壮，结实得钢桩铁柱一般。姿势英姿飒爽显出一副英武逼人的气概—何教官何教官让我们了解了守纪律的重要性。教官的细心耐心我们看在眼中，在此我为我军训中的不足表最城真的歉意，同时希望教官温柔带队。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。

温室的花朵，永远都经不起风雨的考验。平静的湖面，永远都训练不出精悍的水手。我们要懂得吃苦，更要经得起磨练，这样我们才经得起大风大浪，才不会被社会淘汰。军人的肩膀壮，肩负着祖国和人民的期望；军人的胸怀最宽广，容纳着山川大河和人民的安康；军人的情怀最豪迈，为国为民不为自己来思量，在此表示对全体教官表示感谢和致敬！

**20\_高中军训总结篇8**

“全体成员，大家都把军姿给我战好了！”

教官一声令下，所有的成员都以最标准的姿态战好，气都不敢喘一下，生怕被发现了会受罚。天气不算太热，出教室之前还有一丝凉意，每个人都缩在自己外套里，但是现在就不一样了，豆大的汗珠开始从头顶一颗一颗的滑落，连手心的汉都能清楚的感觉到，如果此时能吹来一阵细小的微风，那也觉得是上天对我们的恩赐。

“动什么动，谁让你们动的，站着不舒服是想蹲下吗？”

教官这些话中的每一个字都像针在戳我们的心，难受的很。我看着前面的同学双腿忍不住在发抖，却努力保持着，想把军姿站好，我看着她脖子后的汗珠一颗颗滴在衣领上，直到透湿怎个后背，清晰可见汗水滑过的痕迹，而我的双腿已经麻木了，脚底的痛从下一直遍布到全身，想倒又不能倒下去，因为不能丢脸啊，腿也不能弯曲，痛到不敢动一下。

“后面的，怎么又开始动了，都给我蹲下”

话一出所有的成员都露出痛苦的表情，蹲下比站着更难受。时间一久，便有人忍不住叫出了声，大多数女生因双腿带来的疼痛开始左摇右晃，保持不住平衡，教官还大声吼着“动什么动”我一时没忍住就倒下去了，可后来又撑着地倔强的爬起来继续的蹲着。我看向教官时，他看着陆陆续续倒下又重新蹲着的队员，表情变得凝重，原来很好看的眉间就挤在了一起，是在对我们生气，但又有点于心不忍。

“你们长记性了吗？下次还能不能走好？”

“长记性了！”我们强忍着的疼痛吼叫到，之前一直憋着的泪水，似乎控制不住了，但还要使劲忍着。教官并不满意“声音这么小，到底长没长记性？”“长了！”我们拼命的喊道，眼里的泪水止不住了，与汗水混杂在一起，顺势往下落，分不清了。可教官还不满意，用他浑厚的声音大声的吼着：“你们到底长没长记性”“长了！”“长了！”这两声几乎用尽了我们所有的力气，身体也快支撑不住了，好多队友向左右两边倒下，喘着粗气，随后，一直试着站起来。

“好，全体成员休息十分钟。”

人生中最期待的就是这句话，所有人不管地上有没有水了，都坐在地上，有的甚至直接躺了下去，比蹲着舒服。我看看对面黄角树的树叶被风吹得左摇右晃，而树还屹立着，风看样子很大，可我已经感觉不到了。

或许我们应该更加坚持，不能被眼前的困难打败，如果现在倒了还有好几天的训练我们怎么撑的住。所以我看着那颗黄角树，想着“我要像那树一样，不动分毫，稳住就能赢！”

**20\_高中军训总结篇9**

时间说快不快，说慢也不慢的带我走过了“黑色的六”之后，那漫长的假期，我第一次对“虚度年华”这次有了深切的感受，我巴望着，憧憬着心中的校园生活，当然，随之而来的首先先是第一次的军训—就是让我感觉到后怕的军训。

军训的时间只有短暂的五天，说多也不多，说少也不少。我们迎来的是一位年轻的教官，那炯炯有神的眼神，盯着我们都不敢动。那一声声的号令私下的那一时声声打心底的不高兴。

“动什么动，谁让你们动了，站着还晃，是想蹲着，蹲不好就给我趴下”哎听到这声，腰背都挺直了，头都正了，眼睛都目视前方了，脚站着真的就是在发麻，但是不止有我痛苦，全年级都一样，但全都在咬牙坚持，也没有半点消极对待军训。

通过站军姿和蹲下以及一些列活动时，让我看到了一道不一样的风景线，在军训期间没有一个故意不去军训的，反而都站着咬牙坚持，就算生了病也要默默坚持着，就算眼泪刷刷落下时也要坚持着，犹如松柏一样的毅力和永不屈服的态度，我从中意识到不坚定是我们的敌人，一定要挑战自我，并且一次次战胜自我才行，俗话说坚持才是胜利嘛。

军训的时间也接近尾声，那一个个“魔鬼教练”也要离我们而去，想着他们部队时他训练比我们还苦，比我们还累他们也坚持下来了，之所以才有相识的机会，也干着保卫国家的大事，他们其实也只想提高我们的思想政治觉悟，激发我们的爱国之情，增强了组织和纪律的观念，提高我们的综合素质。才对我们那么凶，要求严格，因为我们是祖国的花朵和希望啊！其实他也有和蔼可亲的一面，只是不想在我们面前表现出来罢了。

军训真的很苦，真的很累，但“不经历风雨，怎能见彩虹，没有一份寒彻骨，哪有梅花扑鼻香”军训让我们从幼稚走向成熟，让我们能正式困难，敢于挑战，而这一段经历会让我们终生受益。

**20\_高中军训总结篇10**

送走夏日的烈日炎炎，脱去总也洗不净的层层汗衣，张开怀抱，拥抱秋日的清凉，迈出矫健的步伐，踏进秋里的校园，在这里我们将谱写新的篇章，开启高中生涯的第一课——军训。

对于军训我早有耳闻，早在小学和初中时代也军训过，并且感觉一切轻松自如，所以当听到“军训”二字时，我没有任何反应，只是在脑中幻想，不就是像木偶一样，直挺挺的站着，再由教官们的语音模式控制着做甩臂抬腿动作，再踏步几下嘛？有什么大不了的。然而仅仅半天的训练，别让我的三观颠倒，大吃一惊。

简单的开营仪式后，我们班的教练便带领我们到达训练场地，开始军训之旅了。虽已至秋日，然而夏日的暖阳却依依不舍，在朗朗乾坤上凝成一团耀眼白光，散发融化空间的热量。刚刚告别暑假的孩子多多少少还有点未退却的慵懒，然而那白衣教官，震耳欲聋的哨声像火炮突击在耳边炸响，余波将混沌的慵懒顿时炸得灰飞烟灭，猛然间，心头一颤，冷汗四起。

也许是为了洗去冥顽不固的嚣张气焰，刚开始教官就上来给我们一个下马威——十分钟站立军姿。不错，这没问题，我的身板站得笔直，像一尊挺立的蜡像，一动也不动。但是随着时间缓慢的流逝，我感觉我身上的肌肉像是在僵化，一点点失去它原本的柔软，十分钟恍若三秋，给人那种难耐不安。我面色坦然，依旧仰首挺胸紧贴在裤缝间微微颤抖的拇指却不识时务得出卖了我坦然背后的紧张和压抑，无妨，我微微皱紧眉头，有缓缓舒展，一个字在心头冒出：忍。

也许是心中这一丝信念，我在这枯燥乏味的练习中一次次克制住自己，我感觉自己像是那蒙古草原上的野狼，一次次嘶吼着，坚持着最初的信念。忍，可以让我忽略疲惫，逃出困乏的诱惑，暑热的烘烤。这也许是这次军训非凡的意义吧，坚定的意志，不屈的精神，终究会使我们学有所获。

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！