# 大学军训总结有感10篇

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-05-16

*大学军训总结有感范本10篇军训，不但锻炼了我们的体质和意志，而且，对我们的思想教育有了不少的影响。下面小编给大家带来关于大学军训总结有感，希望会对大家的工作与学习有所帮助。大学军训总结有感篇1要知道，对学生实施军事训练，是全面贯彻党的教育方...*

大学军训总结有感范本10篇

军训，不但锻炼了我们的体质和意志，而且，对我们的思想教育有了不少的影响。下面小编给大家带来关于大学军训总结有感，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**大学军训总结有感篇1**

要知道，对学生实施军事训练，是全面贯彻党的教育方针，改革教育内容，加强学生思想政治教育，全面提高学生素质，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的建设型人才的重要措施。历史经验表明，一个国家、一个民族的强弱兴衰与国防意识的强弱密切相关。而军训的目的就是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟、激发爱国热情、发扬革命英雄主义精神、增强国防观念和组织纪律性、养成良好的学风和生活作风，掌握基本的军事知识和技能，为成为中国人民解放军后备兵员和预备军官、为成为国家社会主义事业建设者和接班人而奠基。

今天上午编好队后，各位教官给学员们设置的主要训练任务有站军姿、队列训练立正、稍息、停止间转法以及脱帽、戴帽、敬礼的动作规范。这不禁让学员们一改以往对这些平平无奇的动作的初印象，从而领会到其中的诸多要领所在。下午的训练则以一些基本的体能训练为主。同学们均排列得整齐有序，口号声也响亮清澈，不难看出，每一个人都在积极地听从教官指挥并完成相应的训练任务。军训有条不紊地进行着，完美展示出了三院学子不轻易言败、积极进取的风采和自强不息、顽强拼搏的精神。运动场上，不仅有认真参训的大一新生，还有在各个院系服务点默默守候的高年级学生干部及站岗的志愿者们，他们都在默默贡献自己的力量来为这场盛大的仪式保驾护航。后来，鉴于雨势愈来愈大及对学生们身体状况的考虑，军训被迫终止。

军训，对于踏进大学殿堂的莘莘学子而言，既是大学生活的一个起点，又是一个新的生活挑战。《孟子》有云：“天将降大任于斯人也，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，增益其所不能。”虽然第一天的训练因为雨势戛然而止，但我相信我们仍将以更加饱满的热情去迎接接下来的相应挑战。

**大学军训总结有感篇2**

金秋送爽，秋雨始停，连绵不断地下了一整天的秋雨收敛了她的娇纵，取而代之的则是傍晚路灯下的一丝温暖的灯光，也许是心疼我们在寒风冷雨依旧坚持训练吧。

每天重复着之前的训练内容，军姿，蹲姿，正步，齐步，等等等等。可能是我们训练久了，腰板比以前硬了，身体也直了，虽然依旧是那么累，但相比刚开始训练的时候，已经适应了许多。或许是船到桥头自然直吧，亦或许是量变引起了质变？

“嗒嗒嗒嗒嗒”，“一，二，一”，“听吧新征程”在训练场中，每个连队的训练声此起彼伏，每一脚正步都要掷地有声，每一声报告都要铿锵有力，每一句军歌都要清晰洪亮。“整齐”是教官说过最多的话，“立正站好”是教官下过最多的命令。虽然军训时的鞋并不舒服，但同学们仍然站得笔直，也许腰酸背痛，肌肉酸痛难耐，但在所有参与军训的同学眼里，都充满了坚持和无畏。

军训是苦的，但更是塑造人格自信的一次重要机会。军训，正如我在漆黑的夜中为我们照亮道路，让我们摸索前行的一盏明灯；是我们筑建万丈高楼的重要基底；是能使我们在天空自由翱翔，飞出无尽深渊的圣洁翅膀。军训，让我们新迎来的大一生活丰富而充实，同时也帮助我们调理我们的休息作息和日常行为规范以及生活习惯，反观那些每日浑浑噩噩，糜烂潦倒的人们，他们才是沉陷自己的漆黑，混沌深远的可悲之人。这也便是军训的必要性，它能将我们托向更高更远的精神境地和梦想所在的彼岸。

军训是累的，但更是一次重塑健康体质和强身健体的一次重要机会。虽然它或许会让我们颈椎酸痛难耐，但会使我们长期低下的头颅又重新抬起来；虽然，它或许会让我们汗流浃背，但会使我们长期僵硬的身体又再次生动有力。因为俗话说得好：那些打不败我们的，都将会使我们变得更加强大！

青年正得路，扶桑日初升。正是风华正茂，意气风发之时，为何不去拼搏展翅？正是年轻气盛，气血方刚之时，为何不去磨练意志？

**大学军训总结有感篇3**

青春，犹如一首诗，反起平落，合辙押韵；还如一场电影，娓娓道来，触动心灵；更如一个故事，慢慢诉说，刻骨铭心，在我们的青春岁月中，正是因军训而增添了一道独特的色彩。在我们的大学生活里，正因为军训而添加了一些军人的精神与感触。

都说军训是我们进入大学的第一堂课，的确如此，它教会了我许多，尤其是坚持。我们的军训并没有想象中的在大太阳底下训练，相反，更多的天气是寒风冷雨。可是那又怎样，军训在寒风冷雨中进行着，也像是一场没有硝烟的斗争。心中“放弃”与“坚持”的恶想一直在我的脑海里不停的争吵，但是我最终仍然是坚持了下来，我以坚强的意志去战胜了软弱的心，这令我非常高兴。它也让我知道尽管阴雨连连，但是它浇不息我们新一代大学生的热烈气焰年，挡不住我们一飞冲天的坚定决心。

其次，在军训中我更多的是感受到了教官的风采。教官确实很严厉，尝一丝不苟的讲究我们的着装：军帽顶上要抚平，外腰带要紧紧扣在最多一个手掌的空间，衣裤上的扣子要扣住…，他们也会细致入微的抠我们的动作：头要正要直，嘴要闭，收腹，挺胸.站直；但是他们也有柔情的一面：时刻关心着我们的身体健康状况，告诉我们不要逞强。作为学长学姐，给予我们所需的帮助与提醒。这样的教官能让我们遇见实是幸运。教官，着一身迷彩，立如松，于风雨中挺立练人修德，可爱十分。

我们的生活因军折而更加精神。“我”们”的未来为也因军训而宽阔。

**大学军训总结有感篇4**

“逆袭需不断奔跑，才能使你保持在原地。”这是红皇后假说中的一句话。我觉得用在此时的军训很合适，军训的每个人都很努力，而大家都在努力，你又有什么理由可放弃呢？我记得高中的一位老师曾经说过：“努力的人并不可怕，可怕的是比你优秀的人更加比你努力。”那我还有什么理由去推辞这军训呢？

今天的军训内容依旧是齐步与正步的行进练习，这也是我们所面临的一大难题，所以我们也一直都在攻克它。但作为体育学院的一份子，我们也绝不畏惧！

风雨过后，黎明将至。今天的气温有所回升，我们的军训也不像之前那样蜷缩，我们对军训的热情犹如着回升的气温一样，热情高涨。但十多天的军训仍然在消耗我们的意志和毅力，磨灭我们的热情，但我们不能停下，因为其他学院还在努力军训。父母不是你玩乐的资本，大学也不是你放松的天堂，你并没有资本去豪横，现在也不是你吃喝玩乐的时候。青春不负少年，少年不枉拼搏。

放眼未来，你的未来有无限可能。有时间去看看湖理的日出与日落吧！去领略南湖美景，去创造属于我们的无限可能！

**大学军训总结有感篇5**

今天是军训的六天了。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”这也算是我这几天来的体会吧。

原本，我以为在军训中站军姿是很“痛苦”的一件事了，后来才发现真正让人“痛苦”的是——踢正步。我们的教官对动作的要求十分严格，对我们也抱有极高的期望。今天我们踢了一整天的正步，踢得我整条腿都很酸痛，但很开心的是，我的正步算是勉强达到标准了。在这之前，我看阅兵仪式，我以为踢正步会十分轻松，但当我真正学起来才知道，这些动作看起来非常简单，却没那么容易学好，很难做到极致。但教官也让我们乏味的训练里有一些欢乐，就好比今天我们体院同外国语学院一起拉歌，我们院的一位小哥哥跳了一小段鬼步舞，引得全场躁动，所以在我看来，军训是一段痛并快乐着的时光。

晚上，我们体院一起观看了有关核防教育的视频。除此之外，教官和助班们还带着我们在田径场训练了一圈，这也让我们体验了汇操的场地。今天收获良多，这也让我意识到了，军训的确是我们人生中的一次难得的考验和磨砺，不但培养我们吃苦耐劳的精神，而且能磨炼我们的坚强意志。

一份耕耘，一份收获，希望在后面的日子里，我会有很多收获，同时我也会努力的。加油！

**大学军训总结有感篇6**

军训已经结束了，这半个月的军训生活，让我产生了很多的感触。在军训的过程中，我收获了很多，也成长了很多。我感觉这半个月的时间是过得很快的，虽然每天的训练时间都是一样的，但是因为训练的内容不一样，所以也没有觉得很枯燥。再加上我们一起训练的都是同龄人，所以有很多的话题可以聊，在休息的时候觉得非常的愉快。

在军训的过程中，我学会了遵守纪律，学会了团结，学会了很多的军事知识，也学会了坚持。我也成长了很多，提高了思想，磨练了意志，锻炼了身体。我们这一代人，大多数都是独生子女，生活在最幸福的时代，从小就是在家人的宠爱下长大的，没吃过什么苦，要什么有什么。军训对我们来说，是比较的困难和艰苦的。因为我们之前没有进行过这样强度的训练，也没有在纪律这样严格的队伍中训练过。我本以为会有人坚持不住放弃，但意外的是同学们都坚持下来了，并且做的很好，我们也得到了教官的夸奖。

回顾军训的这半个月，我觉得我的表现还是很不错的。从一开始我就抱着一个好的态度面对军训，因为在高中的时候已经经历过一次军训了，也懂得了军训的意义。所以这次再面对军训，已经可以调整好自己的状态和心态，积极的面对每一天的训练。在军训期间，我严格遵守军训的纪律，服从教官的命令，听从教官的指挥，与同学们团结一致，齐心协力进行训练。我不迟到、不早退，不做任何违反纪律的事，认真的对待每一天的军训。正是因为我这样的态度，所以我在军训中成长了许多，感觉自己整个人有了不小的变化。

有些事情就是要敢于尝试，如果从一开始就因为困难而不去尝试，那么从一开始就失败了。就像军训，如果从一开始就因为艰苦而想办法逃避，什么都学不到。在完成一个个训练的时候，在得到教官的表扬的时候，心里的那种高兴和自豪感觉，只有切身体会的人才能够感受到。只要肯努力，没有什么事是做不到的，也没有什么任务是不可以完成的。就像军训，开始的时候没有人觉得轻松，但大家都很努力，所以最后有一个好的结果。

在之后的四年的学习中，我一定会更加的努力，学习更多的知识，不断的提高自己，让自己多几项技能，成为一个优秀的大学生，毕业之后能够更好的在社会上立足，为社会的发展做出自己的贡献。

**大学军训总结有感篇7**

这十几天的军训落下帷幕了，此刻我内心是空荡荡的，意识到以后没有这样的训练了，这让我感觉很不舍，教官也要离开学校，我感觉这一切来的很快，确实让我感觉很有意义，近期在军训当中我明白了很多道理，在这个过程当中让我觉得自己的有很大的提高，作为一名大学生还是要做好这方面的准备，这确实还是让我觉得很有意义的事情，军训结合了，我也有一些感想。

第一天军训的时候大家都是非常的努力，让我感觉很有意义，军训是比较严格的，也让我明白了自己有很大的提高，军训给我的感觉是严肃的，这一点是毋庸置疑的，军训期间所面临的挑战比较多，前面几天的训练我一直都在抱怨，但是我也对自己各方面有了一个清晰的认识，军训期间确实还是有很大变化，从一开始自己我就感觉自己坚持不下去，可是大家都非常的努力，都在坚持，这让我觉得自己是有很大的变化的，在这方面我是比较认真的，我能够清楚的意识到这一点，军训期间大家的努力让我感觉很有意义，步入大学的第一课就是军训，这给我感觉是很好的，我也一直都在持续发挥好自己各方面的能力。

虽然每天的训练是比较幸苦的，但是我还是认真的，我能够清楚认识到这一点，这次的事情给我的映象是很大的，顶着烈日，在操场上面训练着，一遍又一遍的训练，这确实是让我有很大的提高，确实让我觉得很有意义，在这一点上面我是有很多的提高，近期在工作当中这让我对自己这方面很有意义，以后的大学阶段学习当中需要有这样的经历去维持，每天最轻松的时候是在站军训站了很久之后，教官让我们休息，那一刻是感觉最轻松的，浑身的紧绷一下放松确实是让我映象深刻，这次军训我没有放弃，虽然有过这样的念头，但是我还是坚持下来了，我对自己更加有信心了，我也希望能够在以后的学习当中做的更好，做一名更加优秀的大学生，通过军训这是能够让我有很大的转变的，我也会坚持好心态认真的去提高自己能力，军训这十几天是一段的美好的回忆，尽管在这样的环境下面每天比较劳累，但是回过头来想想都是值得的，特别感激教官的耐心指导，让我掌握了那么多的动作，我相信以后我一定能够做的更好，感激这次的军训。

**大学军训总结有感篇8**

虽然在军训的时候我们都在跟教官喊苦，想让教官降低一点训练的难度，也想让时间快一点过去，军训早一点结束。但当军训真的结束了，教官离开的时候，还是很舍不得的。这半个月的军训，让我的心里产生了很多的情绪，也有许多的感触。在军训的时候，我觉得自己收获了很多，身体变好了，变得更加的坚毅了，也感觉自己成长了很多。

这半个月的时间其实是过的很快的，当你认真的在做一件事情的时候，是感觉不到时间的流逝的。训练的内容也比较的有趣，所以也不会觉得枯燥无味。一起训练的都是同龄人，教官的年纪跟我们也差不多，所以训练的时候就不会那么的难熬。军训是为了让我们养成很好的纪律意识，锻炼我们的身体，对我们进行磨练。虽然教官的要求比较的严格，但只要不做出扰乱秩序、违反纪律的行为，在训练的时候小打小闹，调节训练的气氛的行为都是被默许的，只要没有影响到军训，如果影响到了自己或其他人的训练，是会受到处罚的，比如做下蹲和俯卧撑，一百个起步。

我觉得自己这半个月在训练中的表现还是非常的不错的，我非常认真的对待每一天的训练，从不违反纪律。这半个月，我没有迟到过一次，每次的训练都准时参与，从不缺席。我在训练的时候，听从教官的指挥和命令，不该做的事情从来都不会做，努力的把自己的动作做到标准，再苦再累也不会放弃，这也让我学会了坚持。我学会了要遵守纪律，学会了与队友团结，学会了很多国防知识，这些是在其他的地方很难学到的。

我们现在的学生，都是没有吃过苦的，可能最苦的经历就是军训了吧。其实这样的锻炼对我们是很有好处的，能够让我们学到一些军人身上的优秀品质。在军训结束之后，我感觉自己有了很大的改变，我相信同学们也是。虽然军训非常的苦和累，但我们整个训练的过程中没有一个人选择放弃，有些同学身体不适才会休息，这就是坚持。很多以为自己做不到的事情，其实只要努力就能够做到。

在以后四年的学习中，我也一定会敢于尝试。就算自己最后没有成功也没关系，至少在这个过程中，我学到了很多的东西。如果一开始就不去尝试，不论做什么，有没有难度，绝对是什么都做不好的。我一定会更加努力的学习，不断的丰富自己，提高自己，把自己培养成一个对社会有用的人。

**大学军训总结有感篇9**

进入了期待已久的大学，我的内心却是十分的沉重，在来大学之前，我已经通过网上的一些相关资料对大学有了一定的了解，大学入学后的第一件事，不是上课，而是为期二十一天的军训。

我不禁想起了我高中的军训，那时只不过短短七天，但已经让我感到非常的难熬，这次居然要二十一天，我从未觉得人生是如此的漫长。到了第二天开始军训的时候，认命的我换上了军装，凭借着高中军训残留的那一丁点的印象，把我当被子叠成了一个豆腐块。这个被子稍微有点薄，因为是一年里最为炎热的时候，所以我晚上只盖了一层薄薄的空调被，这就导致了我在把被子叠成豆腐块时，它的中间总是很容易塌陷下去，花了不少时间在被子上，于是我军训第一天就差一点点迟到。

在操场上，教官站在我们面前，等到我们安静下来，教官才开口，他一开口我们班上的不少女生就发出了“哇”的声音。好像是因为教官的声音很好听，对此我有些不能理解，她们不知道在几分钟后，这个磁性的声音会说出多么残忍的话。

第一件事就是跑圈，几圈下来，体力本就不好的我已经完全撑不住了，嘴里大口大口的喘着粗气，可还没等我休息完，下一轮训练就来了。第二个是站军姿，我们正好是面对着太阳，汗水顺着我的脸颊流下，可是我丝毫都不敢动，稍微动一下，说不定我们站军姿的时间又要延长了。站完军姿之后就让我们蹲下，右腿半跪，左手放在膝盖上，挺直腰杆，这个姿势最为累人，可我还是坚持下来，这个时候大概是我最有毅力的时刻了。

学校的新生经过了第一天的军训肚子里都早已空空如也，刚刚下训，这些人就如同没有缰绳的野马一般，疯狂的奔向食堂，这个场景看的我完全不敢插进去。等到大部分人吃完了的时候，我们才进去，那顿饭的饭量很足，大概是食堂的阿姨也知道我们军训很辛苦，吃得我格外的香。

吃完晚饭后休息了一段时间，然后我们又得回去继续军训，晚上还是稍微轻松了一些，至少不会有猛烈的太阳再盯着我们，训练了两个多小时这一天的军训才算是结束，我们陆陆续续回到了宿舍。

躺在床上，我久久不愿起来，但这才是第一天，不过第一天坚持下来了，相必之后的二十天我也能坚持下来。

**大学军训总结有感篇10**

我们来到学校开始军训，让我们我们基本上适应了军营的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严明的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是辛苦的，是能够锻炼毅力的…他告诉我们要仔细作好每件事情不能马虎，部队里最重要地是服从，不能由自己的性格做，一切必须听从教官、领导的指令。刻苦认真，实事求是的锻炼。太阳炙热地烧烤着大地，大地像甲壳一样开裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们吸着闷热的空气，吐出更炙热的浑浊气体。虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站着军姿，练着跑步，一遍又一遍，幸运的是我们中间还可以休息一会。教官说他们以前不论天气多么恶劣，都会为一个动作练上几个小时，并且不休息。刻苦认真地训练，实事求是，不弄虚作假，可想而知那种情况比我们要辛苦百倍!真是理解了“从来好事天生俭，自古瓜儿苦后甜”的意思。

团结互助，讲究集体荣誉感。在家过惯独女生活的我，从没尝试和他人同住一个屋檐下，这次部队里一个房间有几十人，每个人都会友好地伸出热心的手去帮助别人，大家训练时相互改正步姿，我们一起进步，共同为班集体争光!

激发亲情，培养爱国情感。越是珍贵的东西越是在失去之后充分显示出它的价值。亲情，这个曾被我们无数次吟诵，无数次咏叹，无数次自作多情哼哼的美丽字眼，当我们拥有它时，总不免出奇的慷慨，犹如百万富翁一掷千金般地挥霍如度。一俟意识到很快就要挥手作别时，我们才蓦然醒悟：一个多么凝重而悲凉的时刻降临了。现离开父母，我们真的好想家的感觉，越是这样，我们对于美好情感就越发渴望，真正理解了爱国之情多么重要。

总之，通过这次军训，我更加增强纪律观念，集体观念，团结观念;提高了自身的技术能力，丰富了自己的知识，锻炼了自身的素质!

军训生活让我们成熟了不少。我们会记住这几天的军训生活让它成为我们生命中最值得怀念的日子，因为时间无法停住它前进的脚步，过去的就让它过去吧，未来正等着我们去开拓，只要我们从过去中得到提高，就是我们的收获，让我们一起向逝去的时光说声bye-bye，勇敢地走向前方，去创造新的生活。

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！