

个人训军总结 (合集4篇)

篇1：个人训军总结

在这个夏天，我有幸参加了军训社会实践活动。通过这次活动，我不仅锻炼了自己的意志，还学到了许多宝贵的知识和经验。现在，我想就这次军训社会实践的经历进行一次全面的个人总结。

一、活动背景与目的

军训社会实践活动是一次旨在锻炼学生意志增强团队协作能力的活动。通过参与军事训练团队协作游戏以及相关的社会服务活动，我们不仅能够提升身体素质，还能培养责任感和奉献精神。

二、军训内容与体会

在军训过程中，我们接受了严格的军事训练，包括列队、正步体能训练等。虽然训练过程十分辛苦，但正是这种挑战让我体会到了坚持与毅力的力量。在训练中，我学会了如何更好地与队友沟通协作，如何在困难面前保持冷静，如何调整自己的心态以应对各种挑战。

三、团队协作与沟通

军训社会实践活动也强调了团队协作的重要性。通过参与各种团队协作游戏和任务，我深刻认识到有效的沟通与合作对于达成目标是至关重要的。在面对困难时，我们需要互相支持、鼓励和信任，共同寻找解决问题的方法。这次活动让我明白了，一个团结的团队可以战胜任何困难。

四、社会服务与奉献

此外，我们还参与了各种社会服务活动。通过为社区提供帮助，我深刻体会到了奉献精神的意义。这次活动让我意识到，作为社会的一员，我们有责任为社会做出贡献，为他人提供帮助。这不仅是一种责任，也是一种快乐。

五、反思与展望

回顾这次军训社会实践活动，我认为自己取得了很大的进步。我学会了如何面对挑战如何与他人合作、如何为社会做出贡献。但同时，我也意识到自己在沟通技巧和时间管理方面还有待提高。在未来的学习和生活中，我将努力改进这些方面，使自己成为一个更加优秀的人。

六、结语

军训社会实践活动是一次非常有意义的经历。通过这次活动，我不仅提高了自己的身体素质和心理素质。还结交了许多志同道合的朋友。我相信，这次经历将对我未来的成长产生积极的影响。再次感谢组织者给我们提供了这样一个宝贵的机会。

篇2：个人训军总结

大学的第一堂课就是军训，现在这一堂课圆满结束了。就此次军训作如下总结：

对这些一直生活在父母羽翼下的孩子们来说，军训无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，她们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，这些都体现了他们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。但是，虽然训练场上，骄阳烈日，但他们并没有畏惧，处处展示出了军人的飒爽英姿。在五天的军训中，同学们吃苦耐劳，严于律己，顽强拼搏，表现出色。比如倪莉同学晕倒了，稍作休息，立即归队，罗啸晨带病坚持训练，拉练过程中没有一个退缩。队伍集合，动作敏捷；站立军姿，满身大汗，纹丝不动；队列操练，步伐规范；训练场外，又能互相帮助，关心照顾，团结友爱。

二十天的时间说长不长，说短不短，纵然不足以使我们变得与教官们一样拥有军人的素质与气质，但从某种程度上而言，这7天的熏陶，或多或少改掉了我们身上的坏习惯!!!二十天不过是人生的一个瞬间，与以往虚度的那些日子相比，也显得那样的微不足道，但这二十天却让我学会很多很多，超过以往的几倍都不止。

这二十天我所学会的，感受的，收获的，会是我人生中一笔很大的财富，陪伴我走过以后的人生漫漫路。虽然在最后我们在会操中落败，但我还是想对我们的教官说：“你是最好的，你尽职了；我们七团二十二连也是最好的，我们尽力了。”感谢熊教官，谢谢你始终陪我们在烈日下一遍遍地走着三大步伐，走着方阵。总而言之，这次的军训让我受益良多，感触良多。军训中教官对我们的教诲，我会永远铭记!!!人生是一条河，承载着一些回忆，一些经历，我会永远记住这段日子。这就是我的军训感言：累并收获着，喜悦着!

篇3：个人训军总结

炎炎夏日，炎热、流汗或许是最常见的事，可对于我们这些祖国的花朵来说可就很少见了，暑期每天坐在26度空调中享受着人类智慧所带来的凉爽与网络虚拟世界所带来的快感，渐渐的我们在这纸醉金迷的生活中忘记了吃苦耐劳的精神，直到这5天的到来，让我们又回到了暑假前那坚强的我们。

人们常说：光阴、岁月、知识、锻炼是人类成长的见证，而这短短的5天可能只是漫长人生中的千万分之一，但它却会磨练我们的意志，影响我们今后成长的步伐。

也许那些依旧吹着空调的人会嘲笑我们自讨苦吃，可他们并不知道，军训能带给我们平时学不到的知识和平常得不到的锻炼。

刚来到基地的我们是如此的娇生惯养，我们害怕甚至畏惧灼热的阳光，而且现在正值高温时段，让我们对即将来到的训练有些担心。

不久训练就开始了，我本以为训练会像以前一样的简单，可第一次的训练就让我打消了这个念头，教官比以前的更加严厉了：“两眼目视前方！不得低头！不得东张西望！军姿必须站标准！”这些是我们经常听到的话语，一旦做不到就得惩罚，我还深刻记得我们的珉珉同志的悲惨历史啊。

随着时间的流逝我们与教官的关系渐渐相容，我们开始慢慢发现了教官的幽默，但即使如此，训练时他依旧那么严肃，记得在训练正步时他让我们单脚抬起站5分钟，那时的我们个个叫苦可他依旧让我们如此训练，知道会操的那一天，我终于认识到了只有艰苦的训练，严明的纪律加上吃苦耐劳的作风，才能结出结实的果实，更使我感悟出学习生活中只有吃的苦中苦，才能做人上人的道理。

篇4：个人训军总结

不知不觉间为期六天的军训生活结束了，在这六天的训练中教官向我们诠释了什么是责任，什么是团结。这六天的军训生活把我们这一群十五六岁的孩子锻炼成了真正的高中生。我们深入地懂得了如何面对生活，如何面对困难，如何坚持不懈，如何承担责任...

军训让我学会了坚持，在军训的几天里我一直在担忧本人能否能够坚持下去，那炙热的阳光总是追随着我们，那脚底的伤痛总是挥之不去，那讨厌的汗水总是四处流动，然而我并没有向它们屈从，这些困难不仅没有成功的阻碍我前进的步伐，反而使我愈加坚强，使我时刻提醒着本人要坚持下去。

军训让我学会了团结，还记得我们在训练完休息的时候，教官带着我们拉歌，拉歌给我们的影响很深入，看着别的班向我们挑衅，一股无名的怒火竟在心中升起，我们同样扯开嗓子与他们对峙，那个时候每个人都很卖力，似乎忘记了四肢的胀痛，喉咙的疼痛，只想着保护这个集体，不希望这个集体遭到一点损伤。

军训让我学会了担当，这种担当不仅仅是要对本人的所作所为而付出代价，更是对这个集体负责。在六天的训练中我们每个人都犯过错误，一开场我们都不愿承认，然而换来的却是大家一起受罚，记得最清楚的就是有一次，在喝完水摆放瓶子的时候，有一个同学没有摆放整洁，在教官屡次的提醒下并没有一个人出来担当。在我们集体受罚的时候，有一个同学忽然站了出来，他告诉教官那个瓶子是他的，他甘愿本人受罚，可是我们心里都清楚那不是他的，

那时我们都感到很惭愧，我们班22个男生却只要他一个站了出来，就在这时，又有好几个同学站出来一起担当，最后全班都站出来替那位同学受罚。这时候我们都觉得担当不仅仅是一种惩罚，而是一种凝聚一种团结。