

秋季军训个人总结 (精选5篇)

篇1：秋季军训个人总结

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至能够说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮此刻我的脑海，闪此刻我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了群众主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，让我在今后的铁路行业岗位上更好地履行自我的职责。

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来十分简单的，而此刻做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的十分严格，对学员们也充满很高的期望。不积滴水，无以成江海。在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并贴合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。当我们把自我融在一个大群众时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。我想如果没有这种群众意识和群众荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

宝剑锋从磨砺来，梅花香自苦寒来。这次军训就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。难忘的军训，教会了我太多、太多。自信、奉献，尊重、感恩……这些都是财富，一笔宝贵的财富。首先，我进一步明确了解遵守纪律的重要性，不单单是以前的听话就好，而是要把纪律放在心上，要有职责感，对自我所做的事负职责；其次，在这几天里我感受到军人那良好的生活习惯，我会朝着那个标准努力，让自我拥有良好的习惯。最后，要努力训练专业技能提高

个人综合素质同样能够成为大家的工作榜样。在以后的工作中，我要时时刻刻持续军训时候的那份坚韧不拔的毅力、坚强的意志，遇到挫折时，要勇敢地应对，用心寻求解决办法，迎接更大的挑战。

原先，军训带给我们的实质上是一份磨砺，一份经验，一份人生中不可缺少的能少。不畏艰辛地向前才能够战胜工作上的挫折，战胜人生的困难；团结合作才能够成就一番大的事业；群众生活的拥堵教会我们谦让与互助，才能有未来更好的秩序。

篇2：秋季军训个人总结

背景介绍

2023年夏季，我所在的高校举行了为期10天的军训活动。这是我生命中第一次体验到军训的感受。作为一名大一新生，我心里充满着期待和紧张。在这段时间里，我收获了很多，经历了很多，也学到了很多。

军训过程

在军训的第一天，我们进行了开营仪式和安全知识的讲解。紧接着，训练开始。我们受到了来自军官教练的教育和训练。起初，训练的内容还比较简单，如需正步、立正敬礼等等，但是后来随着时间的推移，训练的内容变得越来越复杂，涉及到了步操、擒敌拳、枪械使用等更高难度的训练。在训练中，我深刻感受到了军队训练的严格和艰苦。每天一早起来就是一整天的体能训练，午休后会进行枪械、战术等军事训练，可说是身心俱疲。但是，这些没有让我感到抵触，反而加强了 my 意志，让我有信心应对一切艰苦困难。

收获和总结

在这次军训中，我受益匪浅。首先，我明确了作为一名中国公民的责任和义务，增加了爱国情感。军训中的教育宣传和军队精神教育给我留下了深刻的印象。我们的祖国需要我们以正确的态度和方法来爱护、保护，这点让我意识到了人生的重要，更让我感到自己在祖国和人民面前肩负着沉甸甸的责任。

其次，在军训中，我不仅收获了纪律、礼仪、协作等方面的知识，还提升自己的身体素质。10天的军训让我习惯了早起，学会了好的作息时间和身体保健，更训练了我的判断力和反应能力。这些都是我平时不易感知和提升的能力，但在军训中得到了锻炼，所以我认为军训这样的体验非常难得。

第三，军训让我结识了很多新的朋友。在一起训练、吃饭、生活和游戏，让我们彼此之间的感情得到了升华。同样是风吹日晒，我们不惜相互的提醒和帮助。这些日子，我们相互扶持，生活也变得更有趣和有意义。这些朋友将成为我人生中不可或缺的好兄弟。

最后，军训也有让我反思的问题。在军训期间，我也遇到了一些不适应的环

境和规律。有一段时间，我没能适应连续的训练和生活节奏。但最后，我还是顺利通过了训练。这让我发现自己的懒惰，也让我认识到自己需要有一颗强大的心理去克服困难和挑战。

总结

2023年的军训让我收获满满，也让我不断成长。从家里到军训营地，又从训练到回家，整个过程让我深深地感受到了军事生活的艰苦和珍贵。在这段时间里，我改变了许多想法和态度。我知道，在未来的学习和生活中，这些教训会成为我成长的宝贵财富和助力。

篇3：秋季军训个人总结

八月xx日，至八月二十日我们到学校开始为期六天的军训。

我们在学校一共军训了六天，有酸、有甜、有苦、有辣、有咸。这个地方给我留下了许多回忆，不管是好的，还是坏的，这个地方让我学会了很多，懂得了很多我在这里学会了打军训拳、踢正步、唱军歌等等。也在这里懂得了坚强，吃苦。

军训的内容或许是枯燥的，每天要早起，迅速洗漱完毕，睡眼朦胧的来到操场。每天都做着相同的动作：立正稍息，向右看齐，起步中，正步走心里抱怨自己的汗水白流了好几尺，无时无刻不想着能休息一会儿。以前总是“时光飞逝”，可现在却“度日如年”。在教官的正确指导下，许多平时看似简单而又习惯的动作，如今却如此难看别扭。在操场上练习，最期盼的就是可以多休息一会儿。

直到结束后，我已经改掉了身上的恶习，习惯了军营的生活。在这六天的练习中，我们最应该感谢的就是我们的教官，是他让我们学会了许多东西，是他让我们懂得了很多道理。感谢您教官，是您陪我们度过了六天的艰苦训练，是您一点不厌其烦地一点一点教着我们，流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。这种坚持不懈，勇往直前的精神，我想，我会把它用到我今后的学习和生活中，我会以这句话为动力。

军训结束了，那漫长而又短暂的六天过去了，六天的训练，六天的难忘，六天的回忆我永远永远也不会忘记!

篇4：秋季军训个人总结

大一生活已经开始了，回想我在过去半个月的军训，实在是令人终身难忘的经历。在我刚刚收到大学录取通知书的时候，简直是欣喜若狂。不过在开学之后，我们的第一件事情便是参加军训。由于我在初中和高中的时候都参加过军训，所以对军训并不陌生，不过现在看来，我有很多的现实情况都不能达到军训的要求，我就是这样一直过来的，回想起来，还是挺遗憾的。不过自己经历过了，就足够了。

远离喧嚣的城市，离开舒适的温床，我们4000多号大一新生来到了省军区教导大队，身披象征生命与希望的绿色，我们完成了七天紧张、严格、艰苦的军训。

半个月，在漫漫的人生中只不过是匆匆的一瞬间。但在军营中度过的半个月，绝对是不平凡的半个月。半个月的军训中，包含着我们的酸甜苦辣。站军姿，起步走，跑步，正步走，蹲坐。我们一遍又一遍地重复着枯燥的动作；唱歌喊口令，我们用全身的力气吼叫，却总不能让教官满意。腰酸了，必须撑着；背疼了，还要挺直；喊哑了嗓子，喉咙还依然忍痛嘶叫。无论是滂沱的大雨，还是火热的烈日，我们的训练依旧；不管是流汗还是流泪，我们的步伐不能停止。铁一样的纪律无时不刻地约束着我们。在严格的要求下，有我们疲惫的身躯挺立，有我们酸痛的手脚重复着动作。严肃的教官，艰苦的生活……所有的一切，我们必须坚强地面对。因为我们身披军装，因为我们身在这绿色的军营。

半个月中，我们饱尝了从所未有的痛苦。但军训中也有许许多多的甜。教官优美嘹亮的歌声写照了真实的军营生活，唱出了军人的顽强意志和对亲人的挂念，打动了我们中的每一个人；篮球比赛的精彩激烈，拔河比赛的咬牙拼命，耳边仍然回荡着震天动地的加油声，欢呼声；野外行军时欣赏到了日出时分的田园别致的美景，享受到了新鲜的空气给身心带来的清新的快感，沁人心脾；实弹射击的紧张与兴奋，震耳欲聋的枪声中的火药味还能依稀嗅到；还有文艺汇演随着优美的旋律，动人的舞姿而跳动的细胞。更有老师、同学的无微不至的关心与体贴，教官的善解人意和幽默感。艰苦中我们深深地体会到了集体的温暖，滋味是特别的甜美。

半个月，是苦与累的半个月，是付出更是收获的半个月。我们的腰板挺直了，面孔刚毅了，精神抖擞了。在站立与蹲坐之间，军训给了我们军人的气质：挺拔、刚直。艰苦的训练中，我们学会了忍受疼痛，学会了坚持，再坚持。军营赋予了我们坚强的品质，顽强的作风。我们少了份骄气，多了份拼搏到底的精神和奋斗、永往直前的意志。同甘共苦中，看看周围不言放弃的同学，我怎能轻易低头；互相帮助中，我们成长了，从骄生惯养到独立生活。军营教会了我们——团结就是力量：这力量是铁、是钢，比铁还硬比钢还强，只要万众一心，就没有战胜不了的敌人，克服不了的困难。军营教会我们——严守纪律，服从命令是天职，条令要牢记，令行禁止，自觉凝聚成战斗集体。人民军队正是有了铁的纪律，才会有无穷的战斗力的。我们也更深刻地理解了军人的内涵。它是严肃、威信，纪律的代名词。军人战士永远是最可爱的人。我们每一个人都以军人的标准严格要求自己。军训的七天虽然很短，但我们学到了许许多多的别处无法获得的东西——是知识，是品质，是精神，更是一笔宝贵的财富。

半个月的军训，一个又一个的考验。我们只有经历它，才能够磨砺自己，使自己更加坚韧。我们只有战胜困难，承受风雨，才能更加从容地面对今后的人生。军训是我们成长所必需的；更是通往成功的必经之路。军训的滋味如同五味瓶夹杂在一起，我们品尝了；但它不能够只是一刻的味觉。我们要保留着其中的精华，让军营中学到的优秀品质伴随着我们，以军人的姿态迎接即将到来的高中生活，以至于整个人生。

现在的我已经回到学校，回到了一个新的学习环境。大学有四年，可是现在的我只不过是开始罢了，以后还有四年的大学时光让我去珍惜，让我去感触。在我军训结束之后，我对自己说，我可以做的更好了，我想在以后的不断努力中，我相信自己可以做的更好。四年里，我可以进步很多，是我从一名懵懂小孩到成年人过渡的过程，我相信自己的大学四年一定是精彩、难忘！

篇5：秋季军训个人总结

八月xx日，至八月二十日我们到学校开始为期六天的军训。

我们在学校一共军训了六天，有酸、有甜、有苦、有辣、有咸。这个地方给我留下了许多回忆，不管是好的，还是坏的，这个地方让我学会了很多，懂得了很多我在这里学会了打军训拳、踢正步、唱军歌等等。也在这里懂得了坚强，吃苦。

军训的内容或许是枯燥的，每天要早起，迅速洗漱完毕，睡眼朦胧的来到操场。每天都做着相同的动作：立正稍息，向右看齐，起步中，正步走……心里抱怨自己的汗水白流了好几尺，无时无刻不想着能休息一会儿。以前总是“时光飞逝”，可现在却“度日如年”。在教官的正确指导下，许多平时看似简单而又习惯的动作，如今却如此难看别扭。在操场上练习，最期盼的就是可以多休息一会儿

直到结束后，我已经改掉了身上的恶习，习惯了军营的生活。在这六天的练习中，我们最应该感谢的就是我们的教官，是他让我们学会了许多东西，是他让我们懂得了很多道理。感谢您教官，是您陪我们度过了六天的艰苦训练，是您一点不厌其烦地一点一点教着我们

流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。这种坚持不懈，勇往直前的精神，我想，我会把它用到我今后的学习和生活中，我会以这句话为动力。军训结束了，那漫长而又短暂的六天过去了，六天的训练，六天的难忘，六天的回忆我永远永远也不会忘记!