

## 中学生入学军训个人总结 (精选3篇)

### 篇1：中学生入学军训个人总结

我不想对军训做太多评价，我只想说：“我，挺过来了！”不管这七天如何如何，我已经经受住了考验。当然，还没有完，还有最重要的一件事，那就是汇报表演。七天的心血，七天的汗水，决不能让他付诸东流。向领导展示这几天我们训练的最好一面，就是对自己最好的答卷。

因为我们是第一方阵，所以我们更要以最佳的精神面貌，给后面的方阵打一个好头。开始了，教官在前引领前进，七乘九的方队向前整齐迈进。还有二十米，还有十米……我的内心愈加忐忑，心跳也似乎越来越激烈，我不希望因为自己一个人，一个排头，影响到整个集体。只听得教官用坚定的声音喊出：“向右看！”我们随即也用自己最大的声音向主席台上的领导证明我们是最棒的“一、二！”没有犹豫，也不能有犹豫，六十三的人齐刷刷的踢起了正步，摆臂，摆头，砸地声音，个个英姿飒爽，我们是最棒的。主席台上响起了掌声，老师为我们骄傲，我们明白，每个人的表现都可以让自己自豪。

随后就是打军体拳了，就像教官所说，打军体拳，打的就是气势，声音喊响了，就打好了一半。我一边回想每一个动作，一边听教官命令，散开成军体拳队形。教官的嗓子已经因为为我们喊口令哑了，我们当然不能辜负教官。四百人的“哈”声荡气回肠，十六个动作也都干干净净，绝不拖泥带水。在第二次连贯动作之后，我们又一次赢得了掌声，我清楚的看到，教官脸上露出了笑容。

七天的军训，犹如咖啡，苦中带甜；七天的辛苦，犹如彩虹，美而短暂。仅仅七天，我们从弱不禁风的小草成长成一个个挺立的青松。晒得黝黑的皮肤里，我们学会的是坚韧；浑身的伤痕累累中，我们懂得的是执着。所谓“硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪”，这就是军人。以后的挑战，谁都不知会是怎样，可我已学会乘风破浪，就算比这次还大的困难，我也会像钢铁一样，勇敢面对。

### 篇2：中学生入学军训个人总结

又是一个骄阳似火的日子，太阳毫不保留的散发所有光芒。就连盼了1个小时的喝水时间还要用全劲跑步，才能不是最后一名，避免所谓“跑圈圈”的噩运。军训不光是磨练了我们个人的意志品质，也培养了我们的集体荣誉感。

军训内容方面，我做得尚可。军姿方面比较突出，因为自己平时生活习惯较好，做得直走得正；齐正步互换方面，操作不难，做得可以；对于分列式，自己的节奏感还算行，在阅兵的音乐下能够跟着节奏踏出较准确的步伐。不足之处在于，动作的细节还不够完善，不能做到完全的到位与一致，这可能和训练时间的长短有关系吧。

军训生活方面，我做得符合要求。生活很规律，时间的把握比较好。保证日

志保证三餐保证午休与睡眠，与同学相处也非常融洽。

军训管理方面，我做得比较到位。由于小班长长时间发烧减训，很多时候，作为副班长的我就担负起了小班长的责任。召集大家起床与集合、管理班级的秩序、对军训日志的收集与发送、甚至组织大家训练，一个都不能马虎。这段时间确实磨练了我不少——除军训内容之外的能力。

### 篇3：中学生入学军训个人总结

初中入学军训让我感受到了体能训练的重要性。在体能训练中，我学会了如何跑步、做俯卧撑、仰卧起坐等训练动作，以及正确的呼吸方法。在训练中，我感到了疲惫和痛苦，但是坚持下来后，我感到了成就感和自豪，也更加意识到了身体锻炼的重要性。通过这次军训，我明白了健康是要靠自己来维护，只有拥有健康的体魄，才能更好地面对挑战和未来的人生。

军训中还学习了一些军事理论，包括防空警报信号、各种军事动作及口令、军营规矩等。在了解这些知识的过程中，我明白了军事知识的实用性和必要性。学习这些知识对于我们的安全是非常有帮助的，如果不了解这些知识，就无法正确地做出应对，给个人和集体带来威胁。此外，学习军事理论也能够培养我们的纪律意识和团队精神，让我们更好地适应以后的生活和学习。

在军训中，我们还学习了卫生管理方面的知识。我们学会了如何正确地洗手、刷牙等日常卫生习惯，学会了如何防范传染病的预防，了解了一些基本的急救知识。通过这次军训，我发现自己以前有不少不良的生活习惯，比如洗手不彻底、不按时刷牙等。但是，现在我已经养成了正确的生活习惯，不仅可以更好地保护自己，也可以为周围的人做出榜样。

军训期间，我们班级进行了很多团队合作的训练，例如集体跑步、集体拖沙包等。通过这些活动，我学会了如何合理分配任务，如何相互协作，如何相互帮助，让我们班级的团队合作能力得到了提升。同时，这些活动也让我明白了一个道理：一个人的力量是有限的，只有团队才能发挥无穷的力量，只有团队的协作才能实现一个共同的目标。

军训中很多活动都需要我们克服极限，包括极速短跑、绳索攀爬等。在这些活动中，我们需要发挥自己的极限潜能，但对于一些同学来说，这些活动可能会让他们感到恐惧和压力。在这种情况下，我们接受了心理疏导的训练。通过这种方式，我们可以克服心理上的困难，保持良好的心态，使自己更好地面对挑战和压力。

综上所述，初中入学军训让我获得了很多收获和成长。在军训期间，我学会了如何保护自己、如何团队合作、如何克服心理困扰等技能，这些都是对我未来生活、学习、工作有着非常重要的意义和影响。

