

最新幼儿园反恐演练应急预案(汇总8篇)

总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

军训工作总结篇一

大学生活从军训开始，今天是军训第一天，最开始是总教官带着我们训练，总教官老把“幸福是靠自己取的”这句话挂在嘴边，这也让我们懂得了有努力就会有回报，有付出就会有收获。

我们从最基础的军姿开始，后来又练了小碎步，在我看来，那只是一个再普通不过的小踪步，可是当我们门连的同学都在整齐认真快速地做这个踩脚的运动时，脚下传来的声音出乎意料的大，这让我懂得了团结就是力量。

军训是一种苦，却是“苦口良药”，一口气喝下去，一时的苦能让我们终生受益。

苦中作乐乃人生的一大境界，军训虽苦且累，但调整好心态，我们也可以品出其中的甘甜醇香。

“阳光总在风雨后”，我们军训所历经的风风雨雨，也是为今后的大学生活和学习做的铺垫。开启更加美好健康的大学生活。军训的步伐从未停歇，我们将会与您继续同行！

军训工作总结篇二

回忆，是心酸的。“最美好的回忆往往是在最苦最累的时候留下的”。一句话，一段情。这句话让我认识了这个美丽的军事

训练营。

神气的军装，着在自己身上。用美丽的橄榄绿，展示着它的威严。永远铭记，烈日下训练站姿；永远铭记，一遍遍的走齐步；永远铭记，三伏天下漫长的徒步行军；永远铭记，酷热难耐的一个又一个不眠之夜……军训是苦与累的象征，整齐的队伍背后是顽强与拼搏。

军训的第一课是练站姿。挺直腰板，五指并拢，中指贴于裤缝线处，身体稍稍向前倾斜，双脚分开六十度。这一站就是一早上，皮肤晒得生疼，却也不能动。好不容易熬到中午了，早已是双脚酸痛，两腿无力。因为站军姿要全身绷紧，不能放松，所以肌肉也是酸疼得很。吃过午饭，回到宿舍，一上床，就像散架了一样，再也不想动了。不过，这也只是军训的开始，更苦更累的还在后头呢。

第二天，练的是齐步。一个班了六十个人，要想统一并不是件易事。摆臂、步伐都要一致，立定跺脚要响，口号也要喊起来。就这样走来走去了一个多小时，好不容易休息会，坐却也要练坐姿。刚刚因跺脚而发麻的小腿要垂直于地面，指尖不能超过膝盖，腰挺直，目视前方。虽说是坐，却也不轻松。

第三课，是跑步。跑步与齐步是一样的，不同的是齐步立定时是两步，跑步是四步。最后是练军体拳，在烈日下，一练就是一天。很苦很累。

最令人头疼的，还是内务卫生。一床被子，在教官手下就变成了有棱有角的“豆腐块”，可我一叠，它就塌了。真是头疼。但是，军营就是锻炼、挑战自我的地方。一床被子，也算一个挑战，最终我还是叠出了“豆腐块”的效果。不过，代价就是一个中午未午休。虽然，中午没休息，但却掌握了叠被子的窍门，还是值得的。

军训，苦于累是必然的。犹记得，训练营雪白的墙壁上，用鲜血的颜色，写上了“流汗流血不流泪，掉皮掉肉不掉队”的字样。炫目的火红色，代表了军队的意志、军队的顽强。他有打不垮的精神，无私奉献的力量。这，才是军队，一支永恒的力量。

军训工作总结篇三

今天是我来到训练基地的第一天，教官并不凶，但我们酸、甜、苦、辣各个味道都尝遍了。

我们的教官姓秦，秦教官，他是一位年轻的帅气小伙如同一位大哥哥似的，穿着整齐的制服，精神抖擞的样子看，很挺拔，又很平易近人，很爱笑，稚气的脸上露出了他的严，肃和认真。同学们都很喜欢他，这是我第一次与军人接触。（）

军训的第一课就是站军姿，抬头，挺胸，服从命令。训练前沈校长特地对这次的军训做了一次隆重的演讲活动，也许，同学们都和我一样对于这次的军训充满了幻想和好奇的心理吧！但是当然，我们明白这次军训的目的并不是来玩的，而是来锻炼身体，磨练一下的吧！所以我一定好好地把握住这次千载难逢的机会，以一个新的面貌回去，我就是带着这样的一个新来“少年军校”的。

开始了第一天的训练，我们的秦教官带我来到了一片空旷的场地训练。我们全班拍成了四列，我心想：“对于我们这种生活在父母羽翼下的人五一不是一种挑战吗？”然而汗水浸湿了衣裳，却无法打败大家的坚持，教官不发话整个脸就像一只整齐的队伍，没有丝毫的动摇。

我们首先练立正，要点有很多，五指并拢，双手贴紧裤缝，双脚60°分开。不一会儿，同学们也有些东倒西歪了，从队伍里传来了，陆陆续续的嘈杂声，有的正在窃窃私语，我们再望望教官，之间他还稳当当的站在那儿，我不禁佩服他

的体力与耐力啊，顿时无限的敬佩之情缓缓流上心头。今天的训练让我们明白了阳光总在风雨后，胜利是属于我们的，胜利总要苦尽甘来。

第一天我们不仅学会了服从还学会了坚忍不拔。

军训工作总结篇四

军训的号哨早已随着燥热的风飘扬远去，不知不觉的，来这所学校已有二年之久。

军训，好像就是用来磨练人的忍耐性和意志力的。这传说中的. 开学第一课真是又心酸又有趣。

太阳仿佛是一个一意孤行的暴君，以蒸干土地为己任，视军训的人儿为天敌。清晨，太阳也正迷迷糊糊地探出脑袋，寝室里勤奋的人儿早早地起床，穿上整齐的军装，迎接清晨第一抹阳光。

太阳快热得把人融化了，一天的热浪交织可算结束了，傍晚，几丝夹杂着热气的风缓缓吹来，我们在操场上集合。夜幕降临，星光点点，同学们团团围坐，银幕上开始放上电影《南京大屠杀》，好一段令人揪心的历史。

带着四天的疲劳和惊喜，迎来最后一天的拉练。阳光好像不再那么刺眼，温度也调到了最适温度，大部队豪迈地踏出了校门，一路上，欢歌笑语，一边唱着军歌，一边整齐有力地踏步行走，好像这就是高中生涯那条漫漫长路，有坎坷，有疲惫，更有喜悦时心中的悸动。

不远处传来哨响声，新一届的学生们参加着这开学第一课，一个人的鳌峰亭显得另类的宁静。励志的话语在一个人的时候好像格外的多。当阳光穿过树梢洒在这片天地时，我愿取下一片新叶，未来将它夹进我的大学录取通知书中。

军训工作总结篇五

军训第一天，我们兴致勃勃的来到军校，开始了5天军训。

教官给我们发了军服和脸盆，然后我们便跑进宿舍，换了军服，开始军训。

第一节课是内务课，教官教了我们怎样叠被子和书包怎么放，然后放我们回宿舍整理内务。

中午，我们吃好了饭，便在小商店门口排起了长龙似的队伍。

下午，我们在休息课上，掌握时间，将自己的零食拿出来吃，吃完一包还去同学拿抢。

下午，我们吃好了饭，便又在小商店门口排起了长龙似的队伍。

晚上，我们集体集合，在多功能厅一边看电影一边写作文。

9：00，响起了第一声就寝号，我们换好睡衣，准备睡觉。

9：20，响起了第二声就寝号，我们熄灯睡觉。

12：15，我们在宿舍吵闹，被教官拉了起来，在寒冷的操场做了500个蹲站，还站了二个小时的马步，到15：00才睡觉。