

2023年大学个人军训总结(通用10篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学个人军训总结篇一

那一排排的队伍犹如大树般伫立在塑胶跑道上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。而大学军训，让我明白太多太多的人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。我想只有军训才能真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北京七月的太阳，晒在皮肤上是烫烫的，就连从小学运动出身的我们也受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。

军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不

被挫折压垮。

中国男孩洪战辉面对巨大困难说过：“只要我的脊梁不弯我就能扛起一座山，只要我的体魄还健在，我就能阻挡风雨雪霜，只要我还有一口气在，我就要勇敢的活下去。”是的，相信今日的我们卧薪尝胆，明日必将攀月折桂，成功都是血汗的洗染，无悔走完希望每一天。如今，国家的希望，改革的命运交到了我们手中，既然老师说我们是国家的希望，国家说我们是祖国的栋梁，那么我想，我们就应该也一定能撑起祖国的希望，使这希望灿烂闪光。

白驹过隙的，时光像一条潺潺的小河，仿佛一眨眼的功夫，就已经过去两天了，回忆者丰富多彩的军训生活，军训不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们吃苦耐劳的精神，激励了我们心中的信念，磨练了我们的意志，军训让我们体会到了军人的价值，军人的精神，让我们悟到了“阳光下做人，风雨做事，脚踏实地做事”，让我们学到了军姿、国防……更让我们了解到了世界上最可爱的人，纯粹的人，脱离了低级的人，有益于人民的人——中国人民战士。

走过风雨中的我们，在即将跨入新世纪的门槛时，应该再加大对人生的启迪，家电对人生的感悟——21世纪的精神是一种军人的精神，坚毅刚强，不畏艰难，坚持不懈，永不言弃的精神。国之兴亡，匹夫有责，祖国的希望很大掌握在我们的手中，让我们携起双手，迈出步伐，以坚定的脚步向着创造之路前进吧！

大学个人军训总结篇二

踏进大学的校门后，我无法想象面临我的第一件事就是军训。这让我感到万分的恐惧，军训是怎么样的？我不知道，教官呢？是否很严肃、很吓人，我都不清楚，这让我害怕。

军训是从十号开始的，在这之前我曾想象过军训时有可能的

各种情况。也曾想过军训是否会让我们身心都疲惫，这让我变得有点不敢正视军训，也害怕了军训，军训的踏步、齐步、正步，以及什么齐步换踏步，踏步换齐步再换正步。这些都应该如何、如何做，我开始担心了，担心我一个不标准的动作惹得教官在旁不停的呵斥我或骂我之类的。因为在这之前我没有军训过，对于军训也是陌生的。

半个月的军训，现在已经过了一大半，在这十几天的军训中，让我懂得了很多，也知道了很多。军训时很累，甚至有的时候我都感觉自己有点喘气喘不过来，胸口特别的闷，特别压抑，但是至少我从中学到日常生活中所学不到的东西。军训前，教官汤我们做的不仅仅是那一些什么踏步啊齐步以及正步该怎么走，其最重要的是在训练过程中我们应该要有纪律，要规范自己各种不好的坏习惯。在做小动作之前我们需要打报告，虽说你的动作可能真的很小，它或许只是你轻轻地抚摸了一下你的头发，稍微摸了一下自己的脸或小声的和旁边的同学说了一句话等等，这些小小的动作都在不经意间体现了你是否有纪律观念。

如今我们的军训已经接近尾声了，二十五号就要阅兵了，它将诉说着我们在校的军训生活已经结束，半个月的军训生活说长也长，说短也短。只是要看我们是以一颗怎样的心来看待这次军训。

活，可是呢？我们却是如此的散乱，给人的感觉都不像是一个集体，看看，回想一下我们今天上午的军训，当我们在教官的带领下一步一步的走向主席台的时候，我们的队伍却不整齐，只是特别稳而已，还需要加强，是啊，军训已接近尾声了，我们要加快我们的步伐更加紧张的训练起来了。不然最后的我们不知会变成什么样？让教官无比失望还是很自豪、很骄傲，感到无比的欣慰。让他们觉得这十几天的训练是值得的，是安慰人心的。

总之，在军训过程中我学到很多知识，也明白了很多道理。

未来的路是漫长的，我们要勇敢的面对，也要更加坚强，我坚信这十几天的军训刻骨铭心、让人难以忘记的，因为它不仅是一次军训，也是实实在在的在的一场教育课！

大学个人军训总结篇三

我们背起行囊，远离家乡，告别父母，奔向远方。骄阳下的军训，大学生生活最终如此真实地站在了我们的面前。过去的一切，无论好的坏的都成了风景，在身后渐渐缩成了一个点。

本以为初来乍到的我会感到陌生和各种不适应，但在军训中来自远处各地的朋友却让我莫名生出一丝暖意，大家都说着彼此不一样的方言，谈论着家乡的风俗人情，这样稚嫩而又淳朴的感觉每每让人陶醉其中，一种归属感迎面扑来，这是我们的团体，那里有属于我们的青春。

当我们穿上军装，深觉自身多了一份职责感。

白昼，口号声时不时还回响在耳边，仿佛从未停歇。瞧，是哪连的士兵依旧目视前方；听，是哪连的口号声在空中回荡，他们在风中英姿飒爽，展现了华外的光芒，不畏烈日，不惧骄阳。

当夕阳余晖渐起，我们深知一天的军训时光将以最欢乐唯美的方式收场，我们围团簇拥，当繁灯打碎漆黑的夜、当歌声放逐到天界，嘹亮的声音，在耳边咆哮、在空中嘶吼，我们卸下白昼的疲惫，留下每个人的放肆和骄傲，那里是属于我们的青春。

此时，距离军训还有军训结束还有13天，而我并不期盼日子的溜走，反而更期望时光在手的缝隙中穿梭，一分一秒，让我慢慢感受，那些和同学、教官一齐度过的时光，那些日子如蜜糖也如纯黑的巧克力香浓淳朴，使人反复咀嚼只为品尝

其滋味。

再回首，我不会忘记那时军训的时光，不会忘记我们背起行囊，一心历练自我的模样，不会再去抱怨那些风雨与骄阳，而恰巧是这些促成了我们的成长。

最终，每个不曾起舞的日子，都是对生命的一种辜负。

军训个人总结大学

【推荐】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【精】**

【热】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【热门】**

【热门】 大学个人军训总结

【荐】 大学个人军训总结

【精】 大学个人军训总结

大学个人军训总结 **【推荐】**

大学个人军训总结 **【热】**

大学个人军训总结篇四

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非常简单的，而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，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，并符合标准。

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。当我们把自己融在一个大集体时，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。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，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，要有责任感，对自己所做的事负责任；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，让自己拥有良好的习惯。

大学个人军训总结篇五

梦想是美好的，现实是残酷的。当我站在训练场地上的时候，才发现一切都没有我想象的那么美好。有烈日当头，有蚊虫叮咬，也有来自身体各部位的酸痛，此时的我，别说飒爽英姿了，连站军姿都坚持不下去了。

站军姿，稍息，立正，向左转，向右转，走步……。平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。我的身体开始不听指挥，原来那么整齐的队伍是需要付出汗水才能换来的，只有认真听指挥，专心做动作，掌握好技巧后，与队友之间线条协作才能有一个整齐有序的纪律严明的队伍。

军训训练了我吃苦耐劳的精神，磨练了我的意志，使我变得更加坚强和自我。更使我明白了团结的重要性，一个人的动作做好是不够的，只有一个团体做的好才是胜利。

大学个人军训总结篇六

军训是以后繁忙的学习生活的起点，通过军训，我觉得自己增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。我相信我们会继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后四年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的母校增光，为个人的生命历程添彩！

大学个人军训总结篇七

从到了驻地的那一刻开始，我就告诉我自己，我现在是一个兵了，我的心里暗暗发誓：就是再苦再累，我也要坚强地做一个好兵，做一个经得起考验的优兵。军训内容包括队列训练，战术训练，射击训练和理论讲座。队列训练是作为一个军人必须要做好的。在其中的军姿应该是队列训练中最基本的一项，两脚分开约60度，两腿挺直夹紧，收臀，小腹微收，挺胸抬头，收下颚，挺颈，两眼平视远方；两手自然下垂，五指并拢，食指贴于裤缝。这个动作看似简单，但是要做的标准而且要能坚持很长时间就不是容易的事情了。站的时间一长就会觉得异常的累和苦。再加上天气，头上顶着白花花的太阳，脚下是滚烫的水泥地，不一会就汗流颊背，时间一长，颈，腰，膝，脚就受不了了。有好几次，我感觉自己快站不住了，可是我咬咬牙还是挺过去了。

有位哲人说过：无法回味的感觉才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那

味道、就如品一味很浓郁的茶，只有尝过的人才知晓其中的蕴味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感受在彼此之间传递。就如有多少个读者就有多少个哈姆雷特一样，军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。而对于我，军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。而军训给我最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。这些年，这种人与人之间的关系已经很少见，很令人怀念和留恋，向往啊！

大学个人军训总结篇八

军训是以后繁忙的学习生活的起点，通过军训，我觉得自己增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。我相信我们会继续保持和发扬军训中焕发出来的好精神，好的作风，把军训成果转化为优良的校风学风和学习上必备素质，在今后四年的学校生活中，刻苦钻研，努力拼搏，学好技能，把自己培养成为一名思想成熟、品德优良、知识丰富、作风过硬的高素质人才。将来走向工作岗位后，为培养自己的'母校增光，为个人的生命历程添彩！

大学个人军训总结篇九

白天，在高温的训练场上，对于我们这些平时只穿短裤，还吹电风扇的大学生来说，那厚厚的迷彩服就像一条棉被。虽然汗如雨下，衣服已湿透，但我们现在是一名军人，得注意形象，所以不但不能随便脱，而且还得着装整齐。说句实话，真的很热。于是不由得敬佩起那些士兵来，他们比我们训练要艰苦的多，但是他们却没有一个叫苦叫累的。在部队里，给我感触最深的是严明的纪律性，和说一不二的作风。

晚上，穿上军装，就意味着纪律，橄榄绿中露出尊严。我们在军训中都感觉到我们身上的责任，我们军训时是军人，我们要的是军人的作风，我们代表的是学校和全团的形象。都说是“铁打的硬盘，流水的兵”，当我们的军训即将的时候，我还是有些舍不得。就想自己是一名要退伍的兵，要离开这绿色军营，就要脱下这身军装，虽说回到学校，我们就又是一名大学生，可以像以前一样，无拘无束，可以睡懒觉，可以不整理内务……但却有一种深深的失落感。就让我们深深的祝愿亲爱的教官们：你们一路走好！军训，把我们这一群十八九岁的人锻炼成了真正的男子汉，让我们知道了什么是汗水，什么是真正的快乐，以及让我们学会怎样独立，怎样面对生活，面对困难，怎样去承担那份光荣而艰巨的任务！

军训是一次提高国防知识和增强自身素质的好机会。通过军训，我们的精神面貌焕然一新，我们的爱国热情为之振奋，我们的意志倍加顽强。军训就像一条鞭子，时刻鞭策着我们前进，军训又像一把尺子，时刻规范着我们的行为，军训更像一盆火炬，时刻照耀着我们的前方。自军训以来，我深刻地感受到军队生活的快乐与艰辛，意识到军事训练的重要性，认识到国防力量对国家安全和社会稳定的重要性，这次军训锻炼了我的意志和毅力。

通过这次军训我们认识到集体的整体素质，靠的不仅仅是个人的素质，而且更重要的是个人的整体意识，需要我们团结协作。就像走方阵时，当其中有人走的不好时给人的整体感觉就是全方阵都不整齐。

军训给人的普遍感觉是：苦中有乐，累中有笑，学到了许多课堂上学不到的知识。有的同学身体不好仍带病坚持训练，不拖后腿；同学为了不影响班里的荣誉、系里的荣誉，自己加班加点训练，这种训练劲头，在军训中处处可见，蔚然成风，一直坚持到最后。就是由于这种精神，这种风气，的责这种激情，大大地激发了全体同学的军训积极性，为安全、胜利、圆满完成军训任务奠定了坚实的基础。

领导的重视与关心，给予了军训师生强大的精神鼓舞。领导在整个军训过程中对学生表现出极大的爱心和责任心，认真履行自己的职责，和学生相互配合，深入到学生中间了解学生思想动态关怀参训学生生活，主动做好参训学生的思想政治工作，热情为学生服务。这些都在很大的程度上给了我们精神上的动力。

在军训后我们要继续发扬军训中焕发出来的好的精神，好的作风，把军训成果转化为优良的学风、校风，争取更大荣誉和成绩。军训虽然就要了，但我们相信军训留给我们的当是一生的！

从我上学开始到现在已经军训过5次了。前4次都是在上学的时候，而第5次也就是这一次是我刚刚跨入中青旅公司大门时培训所上的第一课。公司把军训作为第一课有着其目的：

- 一、可以使我们彼此了解增进感情；
- 二、可以培养我们的集体荣誉感；
- 三、可以使我们适应公司的军事化管理。

这一次军训同前几次有着本质的区别，最突出的就是表现在前4次我是以学生的身份参与的，而这一次我则是以一个公司职员的身份参与的，对我来说，这是从学校这个小圈子走向社会这个大家庭的转变。

这次军训给我的感觉与前几次截然不同：

- 1、这次军训参加的人数不多，只有40多人，分为4个班，不像在学校的人数那么多。此次军训又让我认识了许多朋友，也就是以后公司的同事，通过军训我们彼此都有了一些了解。这使我们在工作前相互沟通、相互信任，并可以使我们在工作中相互帮助、相互团结。这有助于以后我们各方面工作的开

展。

2、军训培养了我们的集体荣誉感，因为在以后的生活工作中不可能是真空的，一个人的成长离不开集体，集体也可以说是一个群体，他的力量是无穷的。生活在集体中的任何人自觉或不自觉的都会互相影响着，因此我们就应该关心集体、热爱集体，现在说就是关心中青旅、热爱中青旅。对中青旅我们应该只讲付出，不讲私念，从小的事情做起，要做到公司的利益高于个人的利益。只有中青旅发展了，我们的个人利益才能得到实现。现在中青旅连锁刚起步还不完善，处于建设的初期，也就是最苦最累的时期，我们更应该以公司的发展为己任，先公司后个人。

3、军训不仅使我们相互了解，还让我们认识到了集体荣誉感的重要，更重要的是他还让我们认识到了军事化管理的必要性，没有规矩不成方圆吗。公司也有公司的制度我们应该坚决服从。这次军训使我深刻认识到作为一名公司职员必须严格执行各项规章制度，加强组织性和纪律性。我们是企业的门面，又是来宾进入企业的第一接触者，我们的业务水平和精神风貌直接关系到企业的形象。而且此次军训还提高了我们的凝聚力和战斗力。

这次军训包括三大步伐，停止间转法，跨立等，强度不是太大，但每一个人都很认真的对待。我们当中小的18岁，大的40多岁，从职员到经理，在军训中我们相互配合，协调的都很好，统一安排，统一行动。有了困难大家都相互帮助真像是老同事了，可以说达到了预定的目的，圆满完成了军训。这就是我这次军训的一些感受。

大学个人军训总结篇十

为期十四天的'军训终于结束了，在这十四里，我们有喜、有泪、有欢、有苦，真是五味俱全了。军训让我们洗涤掉许多稚嫩，这些军训中的生活将是我生命中的“美好”回忆。

撑过了十四天现在回忆起来可以说是美好了，在军训中的每一天都可以用绝望来形容，每天都在数着日子，都在期盼着后天的到来，想着还有几天能逃离这魔鬼般的日子。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先没想过自己能坚持下来，甚至想好了各种理由去偷懒。在军训的每一天中，它都考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。

每次的坚持到底都会让我有超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有浇灭我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。

如果没有这种训练，我都不会感到片刻的休息会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心。每天早操的军姿站立会让你感到自己更加挺拔，在清爽的早晨也确实是一个认真思考自己的时间，让自己的大脑放空，准备迎接一天的魔鬼训练。你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

在整个军训生活中我体会最深的就是感觉回到了小时候，回到那最质朴的生活，那时还没有手机，在买东西的时候要数着几张纸币，夜晚抬头还可以看到星星。

这样的生活真的还挺美好的，现在我们生活在信息时代，没了手机就感觉失去了所有，这十四天让我回归了自然，应该以后也不会有这样的机会能好好享受生活了。

当每天晚上排队站在服务社的窗口等候，买好东西数好钱递出去的一刹那，像是回到小时候偷偷攒了好久的钱只为买个自己喜欢的零食的喜悦，吃起来也更加有滋有味。

每天晚上拿着小凳子坐在院子里和大家一起唱歌是一天中最轻松的时刻了，没有了白天的闷热和疲惫，静静地坐在院子里，抬头还能看到稀稀疏疏的星星，很久没有过这样放松的生活了，唱着歌看着星星，现在想想也是很惬意。

军训过程中不得不提的就是我们的教官了，一个比我们还小的弟弟。可能因为当兵经历的太多，会显得比同龄的我们成熟的太多，看他脸上太阳留下的痕迹也是他成长的痕迹。

他总会看到我们很害羞，也许是因为年龄小的缘故吧，不知道该怎么和这么多_处，还要照顾到每个人的情绪。到最后一起做游戏的时候他唱歌给我们听，每个人都流下了不舍的泪水，我后悔的是没有好好和他说声谢谢，这么多天他也真的很辛苦。

还有一个父亲般慈爱的男人，是我们的连长，我们亲切地叫他连长爸爸，他当兵有十几年了，为我们操的心也是最多的，每次都会被连长感动到哭。

因为一直是阴雨天气，所以地上一直都有坑坑洼洼的积水，每次在我们准备踢正步之前，连长都会默默地拿起扫帚把地上的积水扫开，不让我们每个人踩到水。

还有最感动的一件事是在倒数第几天的时候，教官们的嗓子都已经哑了，在走向宿舍的路上连长带着我们喊口号，开始大家都不以为然，觉得快到宿舍了没必要好好喊，可是连长喊得每个数字都破了音，我还清楚的记得内天晚上我们每个人都用尽了自己的所有力量喊了一二三四，内个声音好听的现在还在我耳边回响。

军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，

熠熠闪耀在我们上空的云层之上。

我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。经过军训我更加热爱生活，也感谢军训让我挑战了自我，战胜了自我。

军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，使我的精神随之焕然一新！

军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的想家情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。而且通过军训也让我们增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。