

最新大学军训总结大学(模板7篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

大学军训总结大学篇一

8月末，火热的太阳吸取着我们的.精华。往日暑假在家美美的一觉到午饭的待遇算是say goodbye[]多少有些可惜。每天依旧是（7点30）的到校时间在我眼里真的是相当的折磨。老师却说这是百年不遇，想想到也是这么一回事。

原本应该在高一年级就来承受的痛苦军训，因为震惊中外，举世无双的北京奥运会而一再推迟。今年。今年这个夏天，中国60年大庆，作为志愿者，学校就把国庆训练的体能训练和军训结合在了一起，这个创意好了，一举两得。

哈哈。内容还是简单了些嘛。正中我这身体不协调的人下怀。立正。稍息。左右转法。跨立。正步走。就这么几样。内容少却不失精悍。

教官也是有很可爱的时候。

拉歌大赛在绿色的“草地”上开展得有声有色。教官的那什么口号好有古典风范啊……好古老啊……比如说[]“x教官，来一个。来一个[]x教官。让你唱，你就唱。扭扭捏捏不像样。像什么，像姑娘……”（这个口号叫我此生难忘啊！）

快结束的时候，所谓的成果展示，选出个一二三来，搞个评比。这一比，热爱团集体的我们都鼓足了干劲。欣赏着“”

教官的精彩摔跤表演，女生们尖叫连连，此起彼伏。校长不忍失去展示自己的机会，小试牛刀，同样引来阵阵口哨声。

大学军训总结大学篇二

第一段：引入军训的重要性的目的（150字）

大学军训作为大学生活中不可或缺的一环，旨在通过培养学生的纪律意识、团队合作精神和身体素质，提高学生的整体素质。在军训中，我们不仅接受了军事训练，也体验了军人的严格要求和精神，对于我们的成长和发展有着重要的意义。

第二段：回顾军训过程中的困难和挑战（250字）

在军训的过程中，我们经历了一系列的困难和挑战。首先，严格的纪律要求让我们适应起来并不容易，起早贪黑、服从命令成为了我们日常生活的一部分。其次，体力训练的强度也让我们感到不堪重负，每天的长时间操练让我们精疲力尽。此外，团队合作也是一项必要的能力，而通过军训，我们学会了与他人合作，互相鼓励，共同面对困难和挑战。

第三段：总结军训中取得的成就和收获（300字）

尽管军训过程中充满了困难和挑战，但我们也取得了一定的成就。首先，通过军训，我们培养了坚强的意志力和毅力，学会了不轻言放弃。其次，我们的团队合作能力得到了极大的提高，我们学会了倾听他人的意见，并协同合作解决问题。此外，我们的身体素质也得到了很大的提升，通过每天的操练和运动，我们感到更加健康和有活力。最重要的是，我们还树立了正确的价值观和人生观，懂得了如何面对困难和挫折，如何在压力下保持积极的心态。

第四段：军训对个人成长的影响（300字）

军训对个人成长起到了积极的影响。首先，我们在军训中养成了严格遵守纪律的习惯，这在今后的学习和生活中将会使我们更加自律，为自己设立明确的目标并保持坚持。其次，通过团队合作和交流，在军训中我们增强了集体荣誉感和集体责任感，这将对以后工作中的团队合作和管理能力有所帮助。此外，军训中锻炼出来的顽强不屈精神也将使我们在遇到困难和挫折时能够保持积极向上的心态，并且以乐观的态度面对挑战。

第五段：军训的意义和感悟（200字）

通过军训，我们不仅增强了纪律和团队合作意识，提高了身体素质，更重要的是，我们明白了什么是坚持和拼搏，什么是真正的团队和集体。我们学到了如何自我管理，如何相互帮助，如何在压力下保持冷静和自信。军训是我们人生中的一次锻炼，也是一次难忘的经历，通过这段经历我们体验到了身边那些伟大的军人们所经历的一切，对军人职业和国家的辛勤付出有了更深刻的理解和感悟。

总结：通过军训，我们不仅收获了纪律、团队合作、坚持等方面的经验，也受到了军人精神的激励，成长为更加自律和坚强的人。军训给我们的大学生活增添了一份特殊的经历和回忆，也让我们更加珍惜自己所拥有的一切。我们应该将军训中的收获和经验应用到今后的学习和生活中，不断提升自己的素质，为实现自己的理想和目标奋斗。

大学军训总结大学篇三

成都大学军训作为大学生活的重要环节，对我们来说意义非凡。在即将开始军训的时候，我对这段经历充满了期待和好奇。我希望通过这段时间的磨练，能够锻炼自己的意志力和毅力，培养团队合作意识，并且提升个人修养和综合素质。我相信军训是一个机会，是一个成长的平台，也是一个了解自我和他人的机缘。

第二段：团队合作，共同进步

在军训的过程中，我体会到了团队合作的重要性。我们分为若干个小组，每个小组都有自己的组长，要完成一系列的训练任务。这种组织形式让我们更加密切地配合，从而在训练中顺利完成任务。团队合作不仅需要每个人的积极参与，更需要我们能正确地分工合作，互相支持和帮助。通过与队友的配合和沟通，我学会了倾听他人的意见，学会了适应不同角色和背景的人，也深感在一个团队中，每个人的作用都是不可或缺的。

第三段：军训收获，个人成长

在军训中，我们接受了一系列严格的训练。从早起晨练到障碍训练，每一项任务都考验了我们的耐力和毅力。经历了体能训练、军事素养训练以及其他各种训练后，我感到自己在身体素质、思维意识和自律能力方面都有了明显的提高。通过坚持不懈的努力和对比试练，我深刻意识到要想获得真正的成长，需要付出艰辛和汗水。

第四段：军训反思，改变的机遇

在军训结束之际，我不禁反思这段经历给了我哪些机遇和改变。首先，军训给了我一个了解军队的机会，让我明白了军人的辛苦和付出。其次，通过军训，我学会了感恩，由衷地感谢教官和工作人员的辛勤付出。最后，军训也教会了我如何更好地规划自己的时间，提高自己的效率。这些机遇和改变的体验，对我个人的成长有着积极的影响。

第五段：军训心得，砥砺前行

总结一段时日的军训经历，我深感此次军训是我大学生活中的一次宝贵记忆。在这段时间里，我体验到了身体的极限，也明白了团队合作的重要性，更感受到了自己的潜力和成长。

回想这段时光，我心中充满了感慨和骄傲。军训不只是一种经历，更是一种精神的磨砺。我将会继续保持这份对困难的勇气和拼搏的精神，不断砥砺前行，成长为一个更好的自己。

总结：

通过这次成都大学的军训，我不仅丰富了自己的大学生活，也获得了宝贵的成长和体验。军训让我明白了团队合作的重要性和个人的潜力，也教会了我如何成为更好的自己。我会把这一段军训经历当做一种宝贵的财富，继续努力前行，追求更高的目标和更好的未来。

大学军训总结大学篇四

军训已经过去了将近一个星期的时间，在这段时间里，细细回想我在八达岭军训基地的十四天，感慨颇多。因为在那十四天里，我的身体得到了军事化的训练，我相公重要的是，我的意志得到了磨砺，我的耐性得到了考验，我的心灵得到了历练。另外，军训所带给我的记忆，除了紧张、严格，还有温馨的一幕幕，还有泪洒的时刻。我们遇见了最最可爱的人，碰到了各种不一的事儿，一件件历历在目，记忆犹新。

这也许就是我军训记忆力的苦吧！其实我知道这苦和真正军人们所吃的苦相比算不了什么，而且自己还是能过吃苦的。军训只有短短的十四天，或许给我们带来不了什么实质的改变，但是在军训之后作总结，就是要告诉自己，经历了军训，在以后的生活中就要努力的培养一种军人的作风，即使不必事事苛刻，也应该做事要雷厉风行，办事要迅速紧张，为人要肯吃苦下功夫，我想这是今后无论做什么事都应该发扬的可贵品质吧！我希望自己以后能够做到，用心实践。

我想，回想起这段军训的时光，我会有与大家不同的情感体验吧！也许就是这一段段小小的破折和坎坷，给我在这段军训的记忆了增添了不一样的感受，我也是其为一笔精神财富。

但是有些道理是自己给自己讲明白的。从主观的分析，我齐步正步走还有待进步，从客观方面讲，有凑巧的因素，有别人评价的因素。所以慢慢也想明白了，自己的确努力过争取过，勇于放弃何不是需要更大的勇气？所以我又投入了军体拳的方阵中，我依旧会认真的对待，我的确这样做了。

所以，我想军训又给了我这样一种人生体验，一如既往的追求更

高的目标是积极的人生态度，我们应该时刻保持，但是当自己确实努力后没有达到是，徒留伤心和忧郁给自己吗，不是！勇于放弃也是一种智慧，去开辟一条更加属于自己的道路。

大学军训总结大学篇五

军训是每一个大学新生必须经历的一段时期，它不仅是对大学生活的开端，更是对个人意志力、团队协作能力和自律能力的考验。成都大学军训结束之际，我不禁回首这段时光，心中涌起一股感慨万千的情绪。通过这次军训，我收获了很多，不仅是对自己的成长和进步的认识，更是对团队合作和时刻保持积极心态的理解。以下是我对这次军训的总结心得体会。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。在军训中，我们被要求统一着装、整齐步伐、严守规章制度，这不仅能够展现军人的形象，更能培养我们的责任心和纪律意识。每天的早操、队列训练、操场跑等都要求我们严格遵守规定，如果稍有疏忽就会受到批评和惩罚。通过层层训练，我意识到只有保持良好的纪律，才能使整个团队更加团结，不至于出现混乱和松散的局面。长此以往，我已经养成了讲究纪律的习惯，不仅对自己要求严格，也希望身边的人也能自觉遵守规章制度。

其次，军训锻炼了我的意志力和体能。军训期间，我们每天

都要进行一定时间的体能训练，包括仰卧起坐、俯卧撑、跑步等项目。一开始我觉得很吃力，但通过坚持不懈的努力，我渐渐感受到了身体的变化。我能做的俯卧撑越来越多，跑步的持久力也有了极大的提高。同时，这段时期也考验了我的意志力。军训中的“极限训练”让我多次感到体力和意志的极限，但我始终没有放弃，一直坚持下来。这种坚持不懈的品质在日后的学习和生活中也同样重要，只有有了坚强的意志力，才能战胜困难，取得成功。

再次，军训培养了我的团队合作精神。在军训中，我们不是一个人在战斗，而是一个整体，每个人的动作都要与队友保持一致，体现出团队的力量和战斗力。在集体训练中，我们要求默契配合，队列整齐，动作统一。我们要时刻保持相互扶持、相互鼓励的精神，因为只有整个团队的努力和配合，才能顺利完成任务。通过与队友的相互帮助，我深刻地体会到了团队合作的重要性。这种精神对于日后的学习、工作和生活中都是至关重要的，因为只有团结一致，才能达到更好的效果。

最后，军训使我认识到了积极心态的重要性。军训中，我们不仅要严格要求自己，同时也要积极面对各种困难和挑战。当遇到训练中的困难和痛苦时，我不放弃，而是选择积极面对和努力克服。因为我明白，只有抱着积极的心态去面对困难，才能更好地调动自己的潜能，取得更好的成绩。这种积极心态也在日后的学习和生活中发挥着重要的作用，帮助我更好地面对挑战，克服困难。

通过这次军训，我对自己的成长有了更深刻的认识，也对团队合作和积极心态有了更深入的理解。军训让我们不仅变得更加坚强和自律，也为我们的大学生活打下了坚实的基础。相信在未来的日子里，我们仍将继续以饱满的热情和坚定的信念去追求更高的目标，展现出成都大学学子的风采。

大学军训总结大学篇六

20xx年7月16日，军训终于开始了，一向憧憬军营生活的我，现在总算可以亲身体会一下了。

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个许多人都憧憬的字眼。观，同学们一个个英姿飒爽，举头挺胸站在操场上，是青松，是大海，是寒梅.....当然，军训也是费力的，观那严明的规律，那雷令盛行的风格，还有那铁一般的体魄，钢一般的意志，无不给人以一种寂然起敬的威严。苏轼曰：立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚持不懈之志。

赤日炎炎，没有一丝风，树叶也无精打采的，可训练场上的同学们个个精力充沛，步队整划一齐。军姿一站便是半个小时，固然每个人的衣服都湿了，然则同学们都坚持了下来，果断屈服军令。几个小时下来，很多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学爽性就席地而坐。军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们观到了军官的风度，体会到了军官的气质，同时军训也检验了我们的意志。

当然，我也有累了想打退堂鼓的时候，也想找个托言不参加了，就在这个时候我观见了陪我们一起流汗的教官和指点员，“他们不曾退缩，我又怎敢退却，我要成为最优秀的学员”，我在心中不绝地默念，终于做到了坚持。坚持便是成功，我是一个意志刚强的男孩，坚持让我走到了本日，我可以自满地说，我没有流过一滴泪，没有请过一分钟的假。世界不相信眼泪，只有强的魂魄能力毅力不倒，只要我们坚持下去，就会观到成功在向我们招手。

连合便是力量。通过军训，我对“连合”和“大局”的认识加倍深了一层。军官崇尚集体主义，思考问题总是从整体的角度出发，这既是传统，也是必要。比如队列训练考究划一

整齐，步调一致，一人失足，影响全局。一个人的力量是渺小的，一个连的人凝聚在一起，便如大海一样壮阔，一样高远。当我们连以划一的方式，响亮的口号在操场中训练时，领导、教官都被我们连合的力量所震撼。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条本身的阳光大道，创始一片本身的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，观成是人生的宝物，让它的精神贯穿我的整个一生。

大学军训总结大学篇七

第一段：引言（100字）

今年暑假，我在成都大学参加了为期一个月的军训。在这一个月的时间里，我经历了很多，体会了很多，并从中获得了很多宝贵的经验和教训。在这篇文章中，我将结合自身的军训经历，总结一下关于“成都大学军训”的心得体会。

第二段：军训的重要性（200字）

军训是大学生生活中一项非常重要的活动。通过军训，可以提高自己的纪律性和集体意识，培养自律能力和团队合作精神。此外，军训还可以锻炼体格，增强身体素质，提高心理素质和适应能力。军训是大学生走出校园，适应社会生活的一个重要过程，也是成长为独立自主的人的关键一步。

第三段：多样化的训练内容（300字）

成都大学的军训不仅着重加强体育锻炼，还注重学生的思想政治教育和自信心培养。在体育锻炼方面，我们进行了晨跑、拔河、长跑等各种项目。这些锻炼使我们的体力得到了明显的提升，同时增强了我们的团队合作和集体意识。在思想政

治教育方面，军训期间进行了丰富多彩的主题教育活动，包括军事历史知识培训、国防教育讲座等。这些活动加强了我们对国家、军队的认识，也提高了我们的国家意识和民族自豪感。此外，在军营生活中，我们还学会了整理内务、医疗急救等基本技能，增强了自信心和独立能力。

第四段：收获与感悟（300字）

在军训中，我不仅学到了很多专业知识，更重要的是学到了团结协作、互助友爱的精神。在整个军训过程中，我们互相帮助、感受到了集体的力量。当我成功战胜困难时，我深深地感受到了团队的力量。在团队合作中，我们分担了彼此的压力，共同完成了一个又一个的任务。军训期间，我还经历了很多困苦和困难，但这些都不是问题。我学会了如何面对困难和挫折，如何在不放弃的情况下坚持下去。这个过程让我更加坚强，也更加自信。

第五段：展望与建议（200字）

军训是大学生生活中的重要环节，通过军训可以使我们受益终生。因此，我希望每一个新生都能全力以赴地参与军训活动，并从中汲取宝贵的经验和教训。同时，我建议学校可以加大对军训的宣传力度，让更多的学生认识到军训的重要性。在训练内容上，更应该注重培养学生的思想政治素质，加强旗帜意识和爱国主义教育。只有这样，军训才能真正起到培养大学生德智体美劳全面发展的目标。

总结：这次军训的经历对我来说意义非凡。在这一个月的时间里，我不仅获得了体力和技能上的锻炼，还学会了团队合作和心理素质的培养。我相信这些宝贵的经验将对我的大学生活和未来的发展起到积极的影响。希望，我能将这些经验应用到以后的学习和生活中，成为一个真正有能力、有素质的人。