

2023年高一年级军训总结 新生军训个人总结高一(实用7篇)

军训总结是对我们在军训期间所取得的成绩和进步进行评价和总结的一种方式。以下是一些考试总结的模板，大家可以根据自己的实际情况进行参考和修改。

高一年级军训总结篇一

漫长而又愉快的暑假生活终于悄无声息的走了，这意味着我即将要踏上高中的门槛，心里有种莫名的喜悦单。想到自己就要成为独当一面的大人，想到自己终于可以摆脱过去九年的“群居”生活，走向自己的“独居”生活，十分开心。

一直以为，能够实现“独居”生活的人才是一个长大了的人，但，接下来十天特殊的课程却完全否定了我曾经幼稚的想法。

来到学校的第三天便开始了我们xx新生为期十天的军训生涯。不可否认，当听到我们军训的时间只每天四五个小时，而且都避开了太阳的猛烈之时时，我在心中窃喜了良久，轻叹一口气，“侥幸逃过一劫，真好啊！”以为这十天可以轻松玩过去，良不知，这一劫，我仍旧没逃过。

军训所教的动作与高中时相仿，唯一不同的就是气氛。对，就是气氛。高中时，大家都抱着一种玩耍的心态去参加军训，那时的教官也是对我们温柔有加，想到这里，我只能用“魔鬼”来形容如今的教官。教官对我们真的很严格。我记得教官常说的一句话是：你们要记住，这就是一个整体，所以别在里面搞个人的小动作，只要有一个人犯错，你们就得全体受罚……自此，“集体”这个词就在不知不觉中走入了我的内心。

不是不知道集体荣誉感，而是很少把它当作一回事。以前，

搞得最多的就是个人主义。可是现在，当总是因为个人犯错而集体被受罚时，就不得不把它当作一回事了。因为被罚可不是一件好玩的事。

别以为站着累，蹲着就舒服了，蹲了以后，你就会后悔的。真的，蹲着的时候整个身体的重量都落到了右腿上，短时间还可以，要是时间长了，腿都麻了。不过，在蹲下时，耳朵倒是接收到了很有益的信息，听到一个教官再说：“你们要忘记你们的右腿，你们的右脚不是你们自己的！”这句话真的很有用，我试着忘记右腿，效果真的不错，慢慢地，就忘记了累。其实，这也是一门不错的课，也就是说，很多东西，看起来似乎很难，永远都不能达到目标，但真正实践了，就会发现，其实再难的事做起来也会变简单，即：凡是都要有勇气走出第一步。俗语都有说：“车到山前必有路，人到桥头自然直”。因此，今后不管是在学习上，还是已踏入社会，我们在面对困难时都不能退缩，只要踏出了第一步，也就等于成功了一半。

也许对于真正的训练来说，我们的军训是微不足道的，但这十天我们的收获也是不少的。十天，让我知道集体的感念，知道团结的重要性。当然，今后，我们也要记得要有吃苦耐劳的精神，不怕苦，不怕累……军训已经结束了，但我们的高中生活才刚刚开始，今后，还有很多挫折在等着我们，我将牢记这十天的课，并将所学运用到生活的每个细节，勇往直前！

高一年级军训总结篇二

带着幻想与兴奋，我步入了中学的殿堂。最先迎接我们的便是为期6天的军训。我知道，军训不仅仅是锻炼体力，更是对我意志与毅力的磨练。

教官那黝黑的皮肤，更加衬托出了他的阳刚之气。炯炯有神的眼睛，仿佛看透了这人世间的一切；那身绿色的军装，昭

示着军人保家卫国的职责。

刺眼的阳光、酷热的天气、咸咸的汗水完全打破了我对军训的设想。一遍又一遍地重复规定动作，听从一声又一声枯燥无味的口令这彻底击垮了我对军训抱有的最后一丝希望。

这个胯立的动作要领就是要收腹挺胸，两脚平行张开与肩同宽。用左手握住右手，右手握成一个空心拳，就像我这样……教官说着，给我们做起了示范，然后把手放在身后腰带上方。“双眼平视前方，记住，你现在不是学生而是军人！你的眼神一定要庄严……”教官仔细地说教着。

那么细心，认真地纠正我们每个同学的错误。我再说一遍，右手握成一个空心拳，不能太紧，也不能太松懈。里面能放进一个乒乓球就是的。我们的错误动作并没有使教官反感，而是更加耐心地指导，直到我们每个人都学会为止，无数次的口令让教官的嗓音沙哑，重复的动作示范让教官的额头渗出汗滴。但是，沙哑的声音磨灭不了教官的严谨，大滴的汗珠冲洗不了教官的尽职！

一身橄榄绿，两片红肩章，三尺岗台写春秋，四季巡逻忙闲暇时，教官还会教我们唱几首团结有爱，积极励志的歌曲。看着教官教我们歌曲时的认真样儿，我眼前便浮现出了军人是怎样执着地保家卫国，怎样严谨地忠于职守，怎样肩负着他们的使命。

六天军训时间如流水般匆匆离去，接下来便是检验学习成果的时刻了。

十四个班级的学生头戴军帽，身着军装，抬头挺胸地站在操场上，俨然一副小军人的模样。看来这六天的军训时间对我们的确是一种历练与磨练啊！各个班级要按照次序上台表演，向大家证明他们这六天时间里努力与刻苦练习的成果。

听着他们那有着阵阵回音的口号和洪亮有力的脚步声，看着他们标准的动作、整齐步伐，我开始在心里打退堂鼓了：他们这么强，我们怕是碰到劲敌了，我们能有信心和能力战胜他们么？正在我思考之际，教官走过来，然后对xx班的同学们说：等会儿不要紧张，就把它当成是平常的练习就好了。教官叮嘱着我们，耐心地安抚着我们的情绪。我觉得此时的他更像是一个哥哥。我们要上考场了，教官哥哥用温柔的言语安慰着内心波澜起伏的我们。

稍息、立正、向左转、胯立、齐步走听着教官的指挥，我们完成了军体操表演。七（11）班没有一个人在这么关键的时刻掉了链子，出了差错。每个人都是神情严肃，目视前方，动作步伐整齐划一。

军体操表演的结束，就是军训的结束。这就意味着与我们朝夕共处了六天的教官即将与我们说再见了。可是，同学们都是那样的不舍。

六天，我们坚持下来了，不退缩、不放弃，我做到了！可是，我们与教官告别的那一刻，泪，却模糊了我的双眼真的舍不得，真的不忍心分别！今天的离别，就意味着今后不知何时才能相见。军训的日子，凝聚着同学们的多少情、多少泪、多少苦、多少乐！这为期六天的军训时间我们将会终身难忘！

军训生活，培养了我们团结一心，风雨同舟的深情厚谊；造就了我们百折不挠、勇往直前的军人精神！军人精神，激励着我们继续拼搏、不断超越；军人精神，激励着我们乘风破浪，迎风远航！

高一年级军训总结篇三

六天，在漫漫的人生中只不过是匆匆的一瞬间。但在军训中度过的六天，绝对是不平凡的六天。结束并不意味着句号，而是漫长的高中生活中的一个逗号。需要我们努力的日子还

很长，路漫漫其修远兮，吾将上下求索。

漫长的暑假，把我们温养成了懒散的蠕虫。这样的我们，是无法迎接即将到来的三年高中学习生涯的。于是乎，我们便于今日早晨开始了军训。

一遍又一遍枯燥乏味的动作，一句又一句不得违抗的命令，一套又一套令人生畏的纪律……一天的军训终于把同学们原本种种美好的设想一一击碎，取而代之的是眩目的阳光、咸咸的汗水、酸痛的四肢，这就是军训对我们身体素质、意志信念、组织纪律的考验。“不经一番烈日烤，哪得钢铁意志成”。

我感觉军训已把我们这一群十六七岁的人锻炼成了真正的高中生，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责任。进入高中，对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战，一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。

今天的训练很简单，除了站军姿仅仅只学了几个基本动作的动作要领。虽然说起来简单，但如果不时时刻刻用心的话，根本就无法体现军人的简洁、阳刚之美。教官对我们的要求非常细致：有问题时先打报告，没收到命令不行动，坐时背不能靠着且双手不过膝，双眼不能四处乱看。说实话，要想把这些要求全部做到，很累，很难。因为这和我们平时所做的完全不同，我们必须时刻注意这些。但是，我们的这些和真正的军人需要做到的相比，不过冰山一角。我们所经历的，不过是军营生活的九牛一毛罢了。

军训，象征着苦与累；军人，意味着刚毅与顽强。当把这两个名词加到一群新入高中的学生身上，产生的会是什么？是蜕变，不仅使身体上的，更是心灵上的。

在之后的几天训练里，更大的挑战在等着我们，更严厉的训练在等着我们。再难，我们也要迎难而上，誓死不做逃兵，誓死不为班级荣誉抹黑。

高一年级军训总结篇四

按照市委的安排，__年__月__日至__月__日，我在__省预备役步兵师炮兵团进行了军事训练。这期间，我认真按照市委的要求，端正态度，转换主角，遵守纪律，勤学苦练，认真锤炼自己的思想和作风，较好地完成了军训任务。

一端正态度，摆正位置，当好普通一兵

这次军训，是市委为了加强后备干部的国防教育、增强国防观念，对我们锤炼作风、磨练意志、增强体魄、提高综合素质、培养大局意识、团队精神、提高办事效率而进行的一次训练。在整个训练期间，我按照任务要求，始终把自己当作一名普通战士，严格要求，进行了认真的学习和刻苦的训练。

在纪律方面，严格执行了军训纪律和训练条例。做到了不缺席、不迟到、不早退，坚持上好每一天的训练课，完成好每一堂的训练任务。

在训练中，始终端正态度，坚持刻苦训练。在站姿的训练中，严格按照动作要领，做到痒了不挠，汗流不揩，纹丝不动；在动作训练上，从一个迈步、一个转身、一个臂弯、一个踢腿开始，认真体会动作要领，反复训练规范每一个动作。军体拳打了一遍不行，就再打一遍，直到自己满意为止，最终进入了64人军体拳汇报表演方阵的行列；在轻武器的训练上，认真按照射击要求，反复体会动作要领，在实弹射击中，取得

了5发子弹全部命中总环数37环的好成绩。

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，一个很多人都向往的字眼。看，一个个英姿飒爽，昂首挺胸的站在操场上，是青松，是大海，是寒梅当然，军训也是辛苦的，看那严明的纪律，那雷令风行的作风，还有那铁一般的体魄，刚一般的意志，无不给人以一种肃然起敬的威严。苏轼曰：立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。

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神焕发，队伍整整齐齐。军姿一站就是一个小时，虽然每个人的衣服都被汗湿了，但是同学们都坚持了下来，坚决服从军令。几个小时下来，许多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学干脆就席地而坐。军训累不累？累！军训苦不苦？苦！军训甜不甜？甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

透过军训，我学会了如何去应对挫折，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，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

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。

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，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也就应印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

高一年级军训总结篇五

经历了人生第一次大考，也就是我的中考。我成功的怀揣着我的抱负和理想踏进了这所县城一流的高中，大家都说一个好的高中很重要，它一定程度上决定着你的未来的高度。我满怀期待着和愿望，踏进了这个开始实现梦想的地方。

最开始迎接我们的是开学的军训，学校正在整改中，于是我们都是田径场进行军训，没有树荫也没有任何的阴处，我们每日都暴晒在太阳下，皮肤已经黝黑。中场休息的时候和几个刚认识的朋友喝个牛奶，聊聊天，仿佛这样的日子也十分静好。但是这一切只是个开始，迎接我们的是我们想不到的艰难和难题。

第一次站军姿是最痛苦的，脸上全是汗水，导致我的眼镜不

一会就滑下去，不一会就滑下去，我又不能用手去扶，一名军人要求视力好的原因也就在这里了，戴上一副厚重的眼镜真是一个麻烦。太阳暴晒着大地，我站军姿站久了就感觉有些发晕，有几个同学撑不住之后直接倒在了地上，班主任赶紧过来扶住她们，让他们休息一会喝一口水。我们的班主任也是十分的关心我们，会守着我们，生怕出现一些小事故。

最让人印象深刻的是，下午有了一些风，大家和教官坐在篮球场上，和另外一个班对唱军歌，教官们也会即兴来一首，大家都兴奋的手舞足蹈，连连拍手。这是军训中最欢乐的时刻了，也是能够被我们铭记一生的瞬间。我们的青春，就这样谱写在了时光的记忆册上，翻开一看，有笑有泪，五味杂陈。

教官走的时候，我们班的一个女孩子带着大家跑到了教官住的楼下，大声喊他们，叫他们不要走。可是教官由于纪律问题，不能出来，大家急了便想冲上去，但是学校纪律不可以违抗，许多女孩们小声地抽泣了起来。相处了这些天，让我们和教官的感情越来越深，之所以这么浓厚，也许是因为我们第一次见面，第一次共进退吧！这一种战友情，是什么感情也无法代替的。

班长代替全班买了花送给了教官，面对他们的离开，我们不能追跑。我们要冷静下来，做足准备，做一次对人生的思考，对未来的安排，只有不断的向前，我们才有理由对过去微笑。而不是忏悔和失望。这是我对自己的忠告，也是对自己的期盼。

这次军训让我了解到，做好一件事是有多么的难，任何一件事都是要在很多层面上的攻破。唯独你做好了准备，做足了准备，你赢下它的机会才会更大。你也会因此在这件事情上赢得更多的尊重和自豪。

感谢军训，成为了我追梦的起点，给我力量，给我带来了不

一样的感受。在今后的学习中让我更加的自信。我会树立好目标和理想，为自己的青春做一次搏斗，不留下任何遗憾！

高一年级军训总结篇六

高中军训很苦，但是我们还是挺了下来！同时感悟了很多很多，在这里写一篇高中军训总结。

这次军训和以往小学时候的军训截然不同，比小学军训时更苦更累，流的汗更多，当然少不了心得。

其时教官不是同学说的那么坏拉，有时候我也感觉他挺不错的，至少他长得虽然很……可以说是严肃，但是散发出来的就是一种任何人都学不出来的军人气质，什么是军人气质？想了想：严肃、认真、又亲切这大概就是他们特有的招牌吧！有些军人，就算是不穿军装，有些人一眼就能看穿的，教官严肃中散发出来的亲切感，让我们不知不觉就靠近了他一步。

班主任x老师我还是蛮喜欢她的，太阳这么大，我们在这里刻苦的训练，其实她完全可以避开这炎热的太阳光的，去办公室吹风扇吹空调，可是她没有，她一直；陪着我们坚持到最后那一刻，从来没有停过！别的班主任也是，我想，班主任为什么有权限能当上班主任，一定有其中的道理：有责任心、甘心付出、不怕苦累。嗯！我心目中所有的班主任，都是这样的！

军人就是要有毅力！像我以前教官说过的，他们以前训练的时候，站军姿一站就是几个小时，只给我们站五分钟算是跟我们大打折扣了！不得不佩服！

我在□xx□这部电视剧里面看过，他们军人每天天不是很亮就起床，教官一吹哨，不管怎么样，他们都快速的叠被子穿好衣服，整整齐齐的下去集合。他们每一个动作都做的十分到

位，有些人就是想打哈欠都不敢在队伍里动一下，因为那里的教官比x教官严多了啊，哈哈，没有想到，我也会来像军人一样的训练场地。

因为我有以前的训练，两次军训！我站军姿站十到十五分钟都是没有问题的，可是，这么久都没有训练过了，突破十五分钟什么的，脚就会开始好麻，动都动不了了，想想看，原来我有这么久都没有锻炼了呀！

这次高中军训，我有很大很大的收获！团结、友谊、奋进、毅力、勇气！团结是我们会操时得了第x名，友谊是我们和教官，我从来不认识的同学交上了朋友，奋进是我们不断努力，毅力是我们这x天都停了下来，勇气是我们已经学会面对一切！这次军训，我永远都不会忘记！

高一年级军训总结篇七

两年前第一次吃苦瓜，那情形至今仍记忆犹新，一片苦瓜还没咽下，眉头就蹙的跟核桃似的，但是瞬间另一种挂那觉又油然而生——口齿生香，回味无穷。现在，我又一次尝到了苦瓜特有的味道，那就是军训。

进入大学之前我就听学长们讲那能让脱掉半条命的军训。一开始很不以为然，高中时我们也进行过军训，不是很轻松吗？可是，当我把那向往已久的迷彩服穿上后，就已经感觉到了大学军训的严酷和艰苦正向我们一步步走来。

白天按照“阅兵式”的训练；稍息，立正，齐步走，站军姿，走正步再加上整理着装，简单的动作重复几十遍，上百遍。虽然我们早已做好了胶鞋磨穿，衣服被汗水浸透的思想准备，但当炎炎烈日灼烧着我们的脸庞，寒冷的秋雨打在我们身上时，我们才真正领略了军训的苦。

如果把白天的训练比作军人打仗，那么夜晚的整理内务就是

姑娘绣花，一丝不苟。那可恶的被子在我们的反复捶打，按压，整理下终于从“花卷”变成了“豆腐块”。窗户要一遍一遍地洗，直到“纳米级”的灰尘被清除了才算完成任务，真的比姑娘绣花还要认真啊！

的确，军训是一道“苦瓜菜”，从军训中我学到了一种十分珍惜的东西，那就是坚持。站军姿是军训的重要内容，一开始，还没站十分钟，我们就已经坚持不住了，吵着“累死了”，“不能活了”……但是在教官的严格要求下，我们只能坚持，十分钟，十五分钟，二十五分钟……现在我们已经能坚持一个小时了。原先我们缺乏的不是体质，而是坚持的力量，而这种能够坚持对于我们今后的学习生活将是一笔宝贵的财富。大学生活很短暂，很多人缺乏坚持，蹉跎了四年，到头来只能在无尽的懊悔中独自叹息。而有些人一开始就为自己定下目标，并且坚持不懈地努力下去，最终实现了人生的价值。我想说，坚持对于大学生活极其重要，坚持我们的目标，坚持我们的努力，成功属于坚持的人，这是我从军训这道“苦瓜菜”中品到的另一种味道。

军训时一道“苦瓜菜”，慢慢尝，细细品，你会发现其中无穷的味道。

高一学生军训工作总结范文2020