# 大一的军训总结笔记10篇

来源：网友投稿 作者：海棠云影 更新时间：2024-08-30

*大一的军训总结笔记大全10篇通过军训，还可以帮助我们掌握现代军事基本知识，增强国防观念，培养我们良好的作风和严格的组织纪律观念，下面小编给大家带来关于大一军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。大一的军训总结笔记篇1“一二一，一二一...*

大一的军训总结笔记大全10篇

通过军训，还可以帮助我们掌握现代军事基本知识，增强国防观念，培养我们良好的作风和严格的组织纪律观念，下面小编给大家带来关于大一军训总结笔记，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**大一的军训总结笔记篇1**

“一二一，一二一”，听这声音嘹亮的口号，看这整齐划一的动作。是的，我们正如火如荼地进行着军训。绿茵场上都是同学们矫健的身姿步伐，这是我们正在发光的青春。

军训是痛苦的，太阳的无情炙烤，能清晰地感受到帽檐变得湿润，汗如豆粒一般从脸庞滴落，身子在不停地颤抖。但我们知道军训不仅是对身体的考验，更是对精神的历练。

军训是快乐的，操场上嘹亮的军歌，是我们连队之间在拉歌。几个方队围成圈，“春风吹，战鼓擂，我们六连怕过谁……”是同学为自己加油助威。“团结就是力量！这力量是铁，这力量是钢！”唱出我们集体的团结。就这样，歌声激昂，留在我们心中的是快乐、是幸福，是同学们之间联系更紧密的情结。

军训是充满收获的，一次次整齐的摆臂，一声声洪亮的口号，一句句优美的歌声……我们的收获，远远不止这些，更多的是团结的情谊。

决不放弃！继续加油！

**大一的军训总结笔记篇2**

大学是一道崭新的门坎，如今我已踏入其中已一月之久，马上便要军训了，军训的话，在现代人的一生中一般只有高中和大学才有，总体来说，这对我都是一次值得期待的经历。

我对军训是充满期待的，我想，于大学中我经历的生活中，军训都能名列前茅。来到大学的这段时间，我确实学会了很多，尤其是院运动的举办，我能明显感到我自己的成长。所以我对军训带给我的经历以及成长亦是无比期待。

在高中的时候我便参加了一次军训，只不过时间比较短暂。虽然过程比较辛苦，但与同学们相互了解，一起训练的过程却是异常有趣的。我想既然高中便已如此，那么大学应该会给我留下更加有趣的记忆。无论是辛苦的，炙热的，劳累的，这些曾没有过的经历总是让人觉得有趣，大脑便会记下这令人难忘的片刻。军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活；让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨；让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

这是会让人感到劳累却又怀念的经历，虽如此，我仍然会为即将到来的军训做好充足的准备。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”，“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”。我相信它会教会我们如何关爱别人，它会加深我们理解保卫祖国的责任，它会告诉我们面对困难应有的态度。至少会让我知道我不再是娇滴滴的孩子，我会知道面对高峰，须自己去搭造阶梯遇。

**大一的军训总结笔记篇3**

清晨，温柔的风儿会追逐着我们匆匆忙忙的歩伐，包裹着来不及吃的早餐的香甜，与叽叽喳喳的鸟雀来个亲切的拥抱。阴雨绵绵的天气也没能阻挡同学们训练的热情。据说没有下雨的军训是不完整的军训，同学们很有幸地体验到了完整的军训。

军训进行到今天也没有刚开始那么累了，大家分成了不同的方队，学习不同的内容，有手语操、健美操、军体拳等种类，让同学们在训练中收获了轻松欢乐。虽然训练内容不一样，但是他们都有相同的目标——锻炼体魄、锻炼意志。在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？吃得了军训的苦，以后才能吃得了生活的苦。

动作繁琐的手语操、难学的舞蹈、青春洋溢的健美操、气势磅礴的拳操。同学们目不转睛地看着教官的示范，一点一点地消化动作。其中最繁琐的是手语操和舞蹈的队形，每个队形都代表了它独特的意义，都是为了军训最后一天完美的演出做准备。操场上“sasasa”的声音不绝于耳，向我们展现了青春活力和磅礴气势。教官所下发的口令，同学们都尽职尽责地完成。雨水顺着汗水的痕迹缓缓流淌，但这丝毫不影响同学们坚稳的内心，他们咬紧牙关挺了过来。

晚上和往常一样，教官组织同学们训练了一遍分列式入场，在一遍遍练习中，大家都有所进步，相信在最后一天大家能拿出的状态向校领导、教官展示他们训练的成果。与往常不同的是，我们今天有了新内容——学习唱“三峡学院之歌”。四千多人站在操场齐声歌唱，唱出了我们三峡学院的气魄。歌词写道：我们三峡学院矗立在三峡库区的心上。啊，你是智慧的宝库，啊，你是知识的殿堂……歌声飘荡在整个三峡学院，歌颂着这个教会我们知识，教育我们为人的地方。在歌声中我们感悟到了军训给予我们的意义，校园给予我们的意义！

**大一的军训总结笔记篇4**

夏末秋初，我怀揣着一颗崇敬的心来到了吉林大学，迎来了为期半个月的军训。没有夏日炎炎，也没有暴雨肆虐，完成了大学中的第一课。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。人是在不断磨砺中长大的，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深的印象，感受到了军人的豪迈气概，体会到了他们肩负的保卫国家的责任。军人的奉献精神和大公无私深深的打动我们每一个人。

回想这次军训，我收获了一张张友善而可爱的笑脸，一个整洁独立的自己。我感到无限的快乐和轻松。军训使我们以坚强为信念，努力成为生活中的强者！

**大一的军训总结笔记篇5**

为期两周的军训，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形，还是磨练我们的意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多，足以让我们一生享用。

军训这两周给我留下的最美好的记忆，是同学们和教官之间纯洁淳朴充满人情味的关系。教官对我们正如大哥哥一般的亲切，关照我们的点点滴滴，对我们的关怀无微不至。军训结束，新一轮的艰苦学习生活又要开始了，我们又走上了新的道路。昨天的痛苦与失落先不管他，明天，仍有灿烂骄阳。

**大一的军训总结笔记篇6**

这几天训练的确辛苦，让人觉得“只过一日，如过三秋”。让我感到最累的内容是正步和齐步走的分解训练。正步分解训练需要进行单独踢腿训练，齐步分解训练需要额外地摆正手型，胳膊的位置。这两项训练耗费的时间都很长，我的手臂大腿经常酸痛，还会让我经常回忆起高中军训时正步分解训练坚持不住倒地的“黑历史”。

但同时，军训的苦和累也带给我新的成长。在军训中的苦与累比不上革命先辈与真正的军人受到的苦与累的百分之一。这让我更加敬畏革命先辈，更让我尊重真正的军人。另外，军训的苦与累让我更加乐观地面对生活中大大小小的困难，努力做到“世人笑我我自强，不负年少”。

在这次军训中，我也有一些特别的经历——那就是，我“糊里糊涂”地被选进了精英连，然后接受了更高强度的训练。在精英连中我印象比较深刻的训练项目是十分钟的军姿训练。教官要求脚跟向上，双腿并拢，臀部夹紧，收腹挺胸，脖子向后贴，下巴微抬，目光向上，肩膀自然下沉，五指并拢紧贴裤子。这十分钟里，我几乎每一刻都在脑子里捋这些要求，同时调动身体各种器官，努力达到要求。十分钟就像一个世纪一样长，当教官说“停”的时候，我整个身体都僵在那里了，但心里非常激动。

**大一的军训总结笔记篇7**

“十一连的都有，听口令，向右看齐！军姿拔起来，要有一种天下第一我最牛的自信和挺拔的气质！”熟悉的指令声在耳边响起，走齐站好，这是我们与教官之间最基本的默契。

十一连，这个温暖的集体，就是我所在的连队。我们有一位可爱的教官，笑起来有种治愈人心的温暖力量，有一位认真的教官，她依靠含片润嗓，用尽管早已嘶哑的喉咙，发出一声声干脆响亮的号令，我们还有一位“爱变脸”的教官，休息时他总是幽默风趣，逗得我们捧腹大笑，但在训练时又一丝不苟，纠正每个人的动作细节。在短短几天我们和连队中的一百多个人已经产生一种凝聚力，我们都为了同一个目标竭尽全力。我们的动力就是集体荣誉感，这是我们的信条，也是我们心照不宣的默契。

我记得教官今天对我们说过的一句话，军训是培养和提升自己的气质和精神，不是为了谁。这句话令我印象深刻，也让我坚定意志，要认真对待生活中的每一件事情，期待更好的自己，向光而生。

**大一的军训总结笔记篇8**

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，有些感觉真的不能言传，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韵味。然后才能和有同样经历的人相视一笑，让美妙的感觉在彼此之间传递，就如同多少个读者就有多少个哈姆雷特一样。

军训，在某种程度上已经超越了其本身单纯的意义，它已经成为一种难能可贵的经历，写进我的记忆里，而成为不可磨灭的一部分，它已经化为了一种力量，成为了一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支持着我走过人生旅途中的各种风雨，安抚着我敏感脆弱的内心。在此之中，军训留给我的回忆是同学们和学长学姐之间那浓浓的人情味。无论是炎炎天光下的一份清凉，又或是不识方位时的指点迷航。细小而见微，感念而识真情。

在莞工，我看到了蓬勃的青春；看见了坚持的力量；看见了更好的自己。当风翩起安详的绿叶，当燕唤起惺忪的天空，训练场上回荡着的，是我们嘹亮的口号！

这，就是我们的军训。这其中有苦也有甜，也有人说它就是个炼钢炉，练出来的都是铁骨铮铮的男子汉，是不让须眉的巾帼英雄。

**大一的军训总结笔记篇9**

军训，在还没开始之前，恐怕对我来说就只有晒黑和辛苦这两个概念。而伴随着军训日子一天天过去的经历中，我似乎又收获到了一些不一样的东西。

这个秋天的太阳比哪一年都热烈，即便校园内绿树成荫，却总也挡不住烈阳的照射。阳光不偏不倚地透过树叶洒在我们的脸庞，稚嫩的我们身着蓝色迷彩服，头戴蓝色帽子，整装待发，走着整齐的步伐，准备开始新的一天训练。

操场上是整齐一致的步伐，阵阵秋风拂过发梢，汗水顺着脸颊滴落，炽热的阳光烘烤着我们。在教官一遍又一遍的悉心教导下，我们从最开始站军姿摇摇晃晃到昂首挺胸，从蹲姿歪歪扭扭到坚直挺拔，从互不相识到团结一心。在这一训练过程中，我们被罚过，奖励过，痛苦过，也开心过，心中有着说不出的酸甜苦辣，有着道不尽的无可奈何，但却慢慢懂得了这就是人生最难得的体验。

这一次军训，让我懂得了何为“无规矩不成方圆”。教官教我们文明用语，礼仪礼貌，教我们整理内务，也许这对于他们而言并不难，但对于我们却不易。

于我而言，在这场军训中，艰苦难熬。许多连都在练踢正步，走齐步以及踏步，整齐划一，每个连的口号声一声比一声大。反观我们连，歪歪扭扭的齐步，劈里啪啦的正步，似乎我们连永远都走不齐。但是二营三连的同学们丝毫不松懈，不放弃，调整好队伍又重新训练起来。即使练到腿脚酸痛，喉咙喊破，我们连也从来不会低头，而是一直勇往直前。

在周五的会操表演上，我们一定能以最严肃，最认真的态度完成此次分列式的表演。

**大一的军训总结笔记篇10**

随着时间的流逝，我们的军训时光也迎来了尾声。

军训期间也让我们成长了很多，当我们穿上一袭绿衣走到训练场时一切都变得严谨起来。我们的步伐由当初的懒懒散散到现在的整齐划一。由初入学时的娇生惯养变的独立坚强。由最初混乱的作息到每日的规律入睡。军训这几天带给我们的除了肌肉上的酸痛，更多的是对生活的认识。我们的教官在队伍待了四年，当了两次兵，当我们问他在哪当兵时他说：“当初入伍时就想去新疆或者西藏当兵”从他那坚定的眼神中我读出了太多太多的东西。突然就理解了：“人民有信仰，国家有力量，民族有希望”愿以吾辈之青春，捍卫盛世之华夏。

渐渐地，在这十多天的军训期间，我发现我也悄然的改变着，走路时开始自然而然的昂首挺胸了，站立时习惯性地挺直了腰杆，会在嘴边时常哼起：“听吧新征程号角吹响，强军目标招呼在前方”漫长的军姿，踢不完的正步，挨不完的训斥，都使我们更加坚强与快乐，也是我们美好青春的一段证明。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。教官说：“感觉军训不是我训你们是你们在训练我们教官的耐心”对啊，这段日子我们何尝不是在共同进步呢。一个动作因为一颗老鼠屎我们得反反复复的练习，教官也在不断的纠正我们步伐的错误，全连一起陪练，“一人生病，全家吃药”培养了我们的责任心与集体荣誉感。我们踏出的每一个脚步，喊的每一句口号，在十多天的反复磨合下终于做到了整齐有序。

在这十多天里我们远离了繁杂的学业，每天体能训练，培养礼节礼貌，拉歌成了我们生活的主旋律，军训即将结束，但我们的生活还在继续，少年不惧岁月长，彼方尚有荣光在。让我们一起加油吧!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找