# 500字军训总结体会

来源：网友投稿 作者：落花成痕 更新时间：2024-06-24

*500字军训总结体会精选9篇学生在入学后一般都会进行军训，有的学校训练强度很大，有的学校军训很轻松。下面小编为大家带来关于军训心得体会、总结500字范文，欢迎大家参考阅读，希望大家喜欢!1500字军训总结体会精选不知不觉，为期三天的军训就这...*

500字军训总结体会精选9篇

学生在入学后一般都会进行军训，有的学校训练强度很大，有的学校军训很轻松。下面小编为大家带来关于军训心得体会、总结500字范文，欢迎大家参考阅读，希望大家喜欢!

**1500字军训总结体会精选**

不知不觉，为期三天的军训就这样结束了!这次军训让我学到了很多!

第一天，我们学习了立正、稍息、急行军、踏步、左右转弯等基本队列动作。学这个不觉得累，但是站在烈日下一动不动就觉得累。太阳让我出汗，我的脸像橄榄油。现在我知道我累了。那一刻，我心里打了一个小鼓：我还不如装晕，这样就不需要军训了。哈哈!正当我得意的时候，突然想起了一句话：只有吃了苦，才能做大师。突然，我立刻打消了这个坏主意。

最后，在最后一天，我们六个班开了一个会。我们先演习一下，然后开会。操，是时候了。我们班开始第一轮，其他班继续。三十分钟过去了，练习的结果出来了。这是激动人心的时刻。\'第六节课是3班，第五节课是1班，第四节课是5班，完全出乎我的意料。我以为我们班是第一，但我很失望，因为我们尽力了，我认为我们班是最好的。

经过三天的军训，我学到了很多东西。我相信坚持就是胜利!团结就是力量!经过这三天的军训，我的抵抗力和耐力都增强了，这让我对自己的要求比以前更严格了。我要感谢这次军训!

**2500字军训总结体会精选**

开学的时候，我生平第一次接受军训。虽然只有短短的五天，但我体会到了军人的苦与乐。这短短的五天，只是我生命中的一个插曲，却让我未来的成长受益匪浅。

周一早上，所有的学生都换上了崭新的迷彩服，一个个都变成了英姿飒爽的小战士，兴奋地跳了起来。但是我们高兴的太早了，辛苦的工作已经过去了!

我们排队去训练场。首先，指导老师告诉我们要正确看待。这个动作看似简单，但很难达到标准和规范。当你站起来时，你必须看右边同学的脸颊。以军人的姿态站着更难。它需要站直，要求很多。太阳在我们头顶上燃烧，仅仅过了几分钟，就感觉好像过了几个小时。汗水顺着我们的脸颊流下来，浸湿了我们的衣服。我想伸手去擦。对不起，我不能。时间还没到!军训虽然很紧张很辛苦，但是我们班的同学都坚持，有的感觉不太好，只有短暂休息后才开始训练，因为我们相信坚持就是胜利。在为期五天的训练中，我们互相鼓励，互相团结，出色地完成了军训任务。

五天的军训磨掉了假期带给我的骄傲和惰性，锻炼了我的意志和勇气，教会了我在困难面前永不低头。五天的军训也让我更加意识到军人的伟大!

**3500字军训总结体会精选**

军训，顾名思义就是一种对军人的训练。而从今天，我们很荣幸能够参加这一场对于我们人生来说是一场重要的，每个人都必须经历的，锻炼我们毅力的洗礼。

战士我人生中的第一次军训，我的心情特别兴奋，对与这些我们没有做过的事情，没有任何事比这更令我们激动。今天，我们穿上了军服，我们个个都成了绿色的小士兵，我们还有了一个新教官，那个教官很年轻，是一位海军：上身白色制服，下着黑色西裤，脚上一双黑色皮鞋，戴上了一顶海军军帽。教官神情严肃，仿佛在告诉我们：我是一名军人，我是一个海军!我也是你们的教官!立正!

今天，我们学习了如何立正，这可不是一个简单的立正，是一位军人所有的站姿，学的很辛苦，但却又非常自豪!还学习了如何行走，虽说我们走的还不够好，但是我们会坚持，会努力!这也说明了做一名军人，也不是那么容易的!这就可以是刚入队伍人说的，做军人苦，但这也是一种自豪、骄傲!

军训中，我们要在这期间好好锻炼自己，把自己培养成一个能吃苦耐劳的高中生!为我们的高考做好革命本钱。所有我们要好好的把握这次来之不易的军训，好好表现自我吧!

**4500字军训总结体会精选**

盼星星，盼月亮。我终于体验到了军训的滋味，而且是和我想象中天差地别的。

度过了一个兴奋地夜晚，一大清早就背上行李向学校溜去。只见同学们个个都磨拳擦痒，跃跃欲试，不久，开往军训基地的车和教官们抵达了学校。带领我们进入多姿多彩的军训生活。

本想着在途中可以欢声笑语的额聊天，可现实却是即使在车上也不能说话，要遵守“纪律”这让大家有一丁点失望。终于到达了目的地，打开寝室门，发现居然被子枕头什么的已经很久没有清洗，上面有很多污渍。唉，没法子，就凑合着用吧。“滴……”集合!外面传来了哨声。这代表着我们的军训真正开始了……

“一二一!一二一!”每天复习着一个有一个相同的动作，让我的心和身体走就疲惫不堪、没有享受、没有轻松，有的只是磨练和坚持。整齐的步伐让我们昂首挺胸，持久的锻炼让我们体魄强健，高昂的口号让我们神采飞扬!aKU贵阳市第一实验中学

经过了4天半的训练，我们从容不迫的登上会操台，以我们最好的一面来展示给评委以及全校师生。最终有付出就有回报，虽然我们没有得名次，但我们无怨无悔。而此时，也该到了分别的时刻了，同学们泪流满面的坐上了大巴车、依依不舍的向教官挥手告别。

通过本次军训，我学习到了许多一个人独立生活的方法，以及改善了对生活的积极性。也让我体会到了自立的重要性和成为一名军人的不容易。想要成为一名军人，就要有钢一般的毅力，铁一样的耐性。想做一个合格的学生也是如此，若学生没有了纪律，没有了学习动力，则不会成为一名优秀的学生。这些军训收获将会伴我一路成长。

**5500字军训总结体会精选**

军训是我上高中的第一课，我以前听说过不少关于军训的可怖传言，比如军训是多么的苦，教官是多么的严，条件是多么的差，还有就是无处不在的被神化了的蚊子。

当我揣着一颗忐忑不安的心走进军训基地时，却发现一切并没有象听到的那么糟糕。军训的确十分苦，但是苦中有乐;教官的确是十分的严，但却并非毫无人性;虽然是16个人一个大寝室，但却生活得其乐融融。只有那无处不在的蚊子却让我的军训生活心有余悸。

这8天的军训生活我学到了很多，学到了远比军训本身更加重要的东西。我学会了坚持不懈，学会了感恩父母，学会了独立自理，学会了团结一致……

在军训的第三天，我病了，但是我并未因此而倒下，来自同学的照顾，老师的关怀，让我倍感温暖，也让我学会了坚强，无论有什么困难，坚持到底就是胜利!

为了我的健康成长，无论什么时候，父母都不会对我弃之不顾，不会让我吃不饱穿不暖，他们总是为我默默奉献。在军训基地，我尝试一个人洗碗，洗衣服时，深深感到父母的不易，刺骨的水，难除的油渍无，论做哪一件，我都会汗如雨下，可父母每天都是重复着相同的劳动却从未抱怨过水冷油腻，一直为我默默做着这一切，8天的军训生活使我更加懂得要感恩父母，孝敬父母。

8天脱离父母的照顾，使我渐渐的独立起来。自己洗衣，收拾床，自己的事自己独立承担。虽然脱离父母的照顾做这些事很困难，但是这么做对我却十分的有意义，培养了我的独立自主的意识，对我的成长大大的有益。

在这八天的军训中，要说收获最大的，要数最后几天踢正步了。我当真的体会到了团队的重要，团结的效果。一支纪律散乱的军队即使有再优秀的将军，也不会敌过一支纪律严明团结的军队，人心齐泰山移。在一个团队中不会由于一个人的优秀而优秀，必须是每一个人都十分优秀，才能使这个团队凝聚在一起。踢正步时，一个人踢好没有用，大家都踢好才可以，必须每一个人都尽力才能踢得齐，踢得有力。

总之，这八天的军训，为我高中生活开启了一扇通向成功的窗户，使我受益匪浅，我会将这八天中所学到的本事运用到高中三年的学习中，好好学习，实现理想!

**6500字军训总结体会精选**

有人说，生命中绝大部分的所遇、所思不过像蒲公英一样，飘然而来，飘然而去，全然不留一丝痕迹，但生命中却有些真挚的东西值得收藏，短短的军训日子，使我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记取这最难忘刻骨的记忆。使他牢牢的占据我的心。这些记忆将是我生命中的珍宝。

带着新奇、幻想与迷茫，我们走进了高一。迎接我们的是为期6天的军训。它对于我们，不仅仅是对身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺。穿上军衣，戴上军帽，看起来可真有点军人的样子。

在这七天中，有欢笑，有泪水;有病痛，有坚持。

我相信，军训的每一个脚印都深深地印在我们每一个人心中。操场的地面知道我们流下了多少的汗;脚下的小草知道我们使了多大的劲;路边的树木知道我们走过多少的路;树上的鸟儿知道我们吃了多少的苦……

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却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超越自己的感受。

有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，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，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”.

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，更体现了集体主义的伟大。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。

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，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。

**7500字军训总结体会精选**

军训的第一课是站军姿，抬头、挺胸、十指夹紧贴于裤缝，脚后跟并拢，脚尖分开60度，不能动。在教官的指导下，我们动作标准，整齐划一，纹丝不动。哪怕是只飞虫落在脸上，也不敢移动早已僵硬的身体。因为害怕影响队列的整齐度。调皮的汗珠从我的脸上划过，可我没有被汗珠影响，犹如一座屹立的小山。虽不巍峨，但也挺拔。听教官说，这看似没有用的站军姿其实是一种意志力的锻炼，一个星期后，我的意志力得到了提高。

后来是转体训练，开始，因为大家的动作都不太标准，教官让我们连续转了好多次，在大家被转的晕晕乎乎的时候，教官伸出了一根手指。“这是几?”教官问道。就在大家齐刷刷喊“一!”的时候，我诧异了，心想：那不是二么?“连续转动”好几次之后，我们的动作开始标准。

然后就是训练走步，为汇报表演做准备。有几天太阳像是跟我们作对一般，朝着我们的方向发出耀眼的光芒。烈日下刺眼的阳光，晒得眼睛只能微微睁开，汗珠顺着发梢，慢慢流下，淌过脸庞。额头上的汗水在阳光的照耀下，闪着晶莹的光彩。偶尔有微风催过，带来些丝丝凉爽。炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，几天过去，我们的脸晒红了，晒黑了。却收获到了坚强。

最后一天是军训汇报表演。起先是领导检阅，然后是阅兵，经过了一周的训练，每个班都走得十分整齐，响亮的口号一次次荡漾在操场上空。

我在军训中体会到了一个个甜美的劳动成果：军训不但锻炼了我的意志品质，还增强了我的爱国精神……参加这次军训，真是受益匪浅啊!着我们的脸颊流下来，浸湿了我们的衣服。我想伸手去擦。对不起，我不能。时间还没到!军训虽然很紧张很辛苦，但是我们班的同学都坚持，有的感觉不太好，只有短暂休息后才开始训练，因为我们相信坚持就是胜利。在为期五天的训练中，我们互相鼓励，互相团结，出色地完成了军训任务。

五天的军训磨掉了假期带给我的骄傲和惰性，锻炼了我的意志和勇气，教会了我在困难面前永不低头。五天的军训也让我更加意识到军人的伟大!

**8500字军训总结体会精选**

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。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。我丝毫不能放松，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，一种更好地朝人生前进的，更增添了一份完善自我的信心吗?

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，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我中小学教育网们每个人的，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的力量，的力量，以及团队精神的重要。

这次军训使我学会很多学校学不到的知识。我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

**9500字军训总结体会精选**

军训开始，我就感觉非常疲惫。之前在初高中的时候，我的军训并不像大学的军训一样，以前的军训就是走走方队，齐步跑什么的简单的训练任务。而大学的军训任务则不同了，大学的军训任务明显的更加难，比如之前说过的走方队，齐步跑，现在还有踢正步什么的更难得任务，并且现在的任务要求明显比以往经历过的都还要严格。

在完成训练任务的时候，教官对我们严厉，但是在中途休息的时候，也会和我们开开玩笑什么的。时刻贯彻该严厉的时候严厉，该放松的时候放松这一标准。军训任务，不能说有趣，甚至可以用枯燥来形容，不过，我相信我能坚持下去!

吃得苦中苦，方为人上人。这句话就很符合我们现在的状态。当别的连在休息的时候，我们连在训练，我看到也很羡慕别的连可以休息，不过，教官对我们说了一句话，我觉得很有道理，那就是“先苦后甜”。提早练习好军训任务，那么我们在后面的日子里就可以更加轻松。

我还没军训的时候，向往的军训是在凉快的树荫下或者没有阳光的操场上训练，而天公不作美，从军训开始，太阳就一直悬在天空上，没有丝毫的懈怠。上午的时候，天气凉爽，吹过来的风还有一丝冷意，而下午的时候，太阳高高的挂在头顶，偶尔有风吹过来，十分的难受。但是，即使难受我们也不能喊苦叫累，因为在军训的第一天，教官就对我们说了，只能说不累，不能说累!

经过这两天半的训练，我觉得，一个人的意志坚不坚定，可以从军训中体验出来。比如说，站军姿，意志坚定的人可以一直维持着标准的军姿直到教官喊停，而意志没有那么坚定的人，则会东张西望。

这两天的军训，让我明白了做人要坚强，不能遇事就退缩，坚持下去，则会发现没有什么是不可能的!我们要相信自己!

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