

# 2023年实用军训总结报告(优质8篇)

开题报告是对所研究问题的一种初步解答，可以为后续的研究提供基础和参考。这些竞聘报告范文涵盖了不同行业和职位的要求和特点，为我们提供了广泛的参考材料。

## 实用军训总结报告篇一

因为脚有一点瘸，不能跑步和打弯，所以这次的军训就不能参加了，妈妈就和谢老师请了个假，在此之前，我还想我们第一次军训时的样子，全都是回忆。

再第一次军训的时候，首先是“站军姿”。“两脚分开，45度左右，手指并拢手心向内，两手自然下垂贴紧。收腹、挺胸、抬头、目视前方，两肩向后张”只听教官大声说着要领。我心想：这有何难？可刚站了一会儿，我就受不了，腰酸背痛，热汗直流，心想这要是下场大雨多好，我偷偷看我旁边的同学也如此。此时此刻我心想：这算是初中生活磨练意志的开始，我一定能行的，加油！

在中午十点多快11点的时候，我忍不住到学校操场外面的栏杆旁边去“偷窥”，不费吹灰之力就找到了我的班级，看了一会就感觉没兴趣了，在周围溜达了两圈就回去了。

在第一次军训的'最后一天，那就是考验我们的时候了，下午的军训比赛，经过全班同学的能力我们班得到了特等奖，也不知道这次是否还可以得个特等奖。

## 实用军训总结报告篇二

从小学到大学，我先后经历了三次军训，这次是为期最长、影响最大的。为何这样说？因为，虽然这次军训为期九天，但它教会我的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它

让我的意志得到了淋浴，精神得到了洗礼。

在这次军训中，我体会到了往次没体会到的东西。比如说军人的气势，教官们整齐有序的步伐，让我想到了远在边疆地区千千万万个保家卫国的战士和哨兵。正是他们不怕风吹雨打日晒、年复一日的工作，才有了我们现在的天伦之乐，想到这些，我们的头抬得更高了，胸也挺得更直了。

军训期间，我还体会到了团结的力量，你听，那一首首军歌是那样的动听，那样的悦耳；你看，那豪迈而整齐的步伐伴着那一二一嘹亮的口号，一排排、一列列，是那样的赏心悦目，那样的振奋人心。这便是团结的力量，他让我在训练中坚持了下来，更让我懂得了集体的荣誉感。

### 实用军训总结报告篇三

上个星期一，我们学校五年级的同学一起去海滨基地，去维持一周的军训生活。

这一天一早，我们每一个人都怀着愉悦的心情来到了学校，来到了学校，校长一发话完，我们便各自上了车，向着海滨基地出发。一到那里，大家分好了值日地区、宿舍后，便到自己的宿舍里热火朝天地干了起来，有的铺枕巾、有的铺床套、有的套被套……大家干得不亦乐乎，时间在大家的愉悦中一分一秒的过去了。

我们的教官是丁教官，他平时对我们十分的严厉，我们的动作一有什么地方不对，他便立刻给我们指出来。他在平时的严厉中，他也分长的幽默和关心我们。平时在训练时，我们一吃东西，他总是会在训练时提醒我们不要吃东西。然后他总是接着说：“谁再吃就粘在谁的头上！”

此时大家不由得捧腹大笑。每天晚上，他总是让我们早点睡觉，怕我们困了；每天训练，他总是让我们提前解放，怕我

们累坏了；下雨是吃饭，他总是让我们先去饭堂，怕我们被雨淋坏了。我认为我们的丁教官是最好的教官。我们在这次的军训中学会了许多，也长大了许多。我认为军训是一种娱乐，也是一种学习。

我希望，以后可以多多的参加这种活动来开阔自己的眼界。

## 实用军训总结报告篇四

啊，今天的训练又结束了，结束了，意味着我又坚持了一天，意味着我离教官规定的终点越来越近了，意味着我又挺过了一关，意味着……哎，总之千言万语只有一句：我又进步了。但不是我们每一个人都能够进步，我的进步是由汗水一滴一滴换来的，虽然我们的训练很辛苦，但是我的苦中带甜，甜中带有我辛勤的劳动，所以，就算是再艰难的动作，教官叫我做我也不会皱一下眉头，说一个“不”字的。

虽然我的心里很不是滋味，但是我们一定要以教官为学习的楷模，学习他们那坚持不懈，不怕苦，不怕累的精神，因为教官也是从我们这样做起来的，不可能一下子就成为教官的。俗话说：不经风雨怎能见彩虹？因此，我们如果不训练，长大后就不会成为一个有修养的人，也许，这次的训练是为我们以后的发展打下一个良好的基础吧！所以，我们一定要好好训练。

“台下十年功，台上十分钟”这句话说得一点也不假，因为今天，我也相当于体验了一次吧。那是下午的时候，我们五连被带到了正校门训练正步，大概训练了两个小时吧，我们又被带到操场，原来，我们五连要表演，在表演的.那一刻，我感觉到我们七年级五班的荣誉，同时也为我是七年级五班的同学而骄傲、自豪和心中无数的喜悦。

## 实用军训总结报告篇五

在这个金色而且充满收获的季节里，我告别了高中时代，踏入了彩虹门，成为了广东白云学院的一份子，我感到无比的骄傲很荣幸。前天开始我们开始了为期十天的军训生活，从开始到现在，已经过去了三天了，这两天的时间说长不长，但是说短也不短。这三天的军训生活，我们学习了站军姿、齐步走以及踢正步等军事训练科目，这几个训练科目看起来是非常简单的，但是我们真正去做的时候是十分困难，也是十分难做到的。使得我从中明白了在日常生活中应该去坚持，去忍耐，不应该去轻易地放弃。同时，这两天的训练也是对我们自身耐力的一种考验以及是对自己身体素质的考验。

在这四天的军训中，可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气们需要团队精神，但是通过每一个步伐，每一个口号们需要团队精神，每一个步伐，每一个口号，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，让我们班之前的团队意识越来越浓厚。同时使得我们班之间的团结程度有了很大地进步，也加深了同学之间的友谊。为了日后的学习与生活打下坚实的基础，团队精神让它们发出一个单一的声音——整齐。虽然我们的军训没有部队里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正内涵，真正感受到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。

不知不觉地军训已经过去了整整4天。从一开始的惧怕变成了现在的乐在其中。身为白云新学生，身为大一新生，身为祖国的花朵，我们每个人确实应该通过这十天的军训实现对自己的提升。

四天中，我们每个人一定受益匪浅。第一天中，在动员大会完成后我们迎来了第一个任务——站军姿。教官对我们非常严格，除了要我们的动作必须动位外，还要求我们目视前方，表情严肃以别表现出一个军人应该有的“站如松”。在白云

飘飘而太阳十分温暖的蓝天下，我们一站就是半小时，已然感到汗流浹背。再想想几天前的天安门大阅兵，那些令人内心感动，令人欢呼，令人自豪成为中国人的画面，他们，军人们是经过了多么久的训练才能如此整齐漂亮，我们不禁表示满满地敬意。后面二天中，我们学习了齐步，正步及跑步，在烈日下进行训练的我，没有一丝一毫的感觉累，而觉得这是一种光荣，一种当兵的光荣，一种身为白云人的光荣。

强我国防，神采飞扬。能进行军训，学习一些国防知识，我们内心感到光荣，自豪。相信在未来的七天中，我会坚强、会认真、会努力地面对这一切训练，服从教官对的命令，与班级拧成一股绳。同时，希望在19号对的阅兵中，我和我的同学们能交上一份令人满意的答卷。

此外，长达10天的军训能够让我尽快的适应白云学院的生活和大学的相关要求。我军训，我光荣。军训是对每一位大学新生的考验，我们应该努力完成它！

## 实用军训总结报告篇六

我们开始适应的训练了。第一项是“站立”，站立不就是立正吗？可是，站立要求非常的多：比如挺胸抬头，两眼正视前方，嘴巴紧闭，中指紧贴裤缝线……开始站立，夏日的太阳虽然即将踏上“回家”的路上，但仍不甘心就这样放过我们，在炙烤着大地，周围一丝风都没有，汗水顺着我的脸慢慢地往下流，背上全湿了，就像有无数只小虫子在爬，非常的想抓。我的脖子挺得直发酸，两条腿也酸溜溜的。那滋味可真不好受呀！时间是那么漫长，教官说：“休息了”。同学们伸胳膊的伸胳膊，活动腿的活动腿，我抹了额头上的汗，适应了，我想以后的站立会更苦，没关系我非常的坚持，从前不是有这么一句话“坚持就是胜利”。

睡觉

哦！终于训练完了，可以回去安心睡觉了。咦，怎么我还没睡着，我想肯定是太累了，突然教官来检查了，我假装睡着了，教官悄悄地走了。我睁开眼睛看着外面美丽的景色，咪咪的睡着了。

第一天，就感到非常的痛苦。下次会这么痛苦吗？这次军训是为了培养我们的能耐。

## 实用军训总结报告篇七

尊敬的各位领导、教官、各位班主任、全体同学：

军训工作今天就要胜利结束了，这次军训工作所以获得了圆满成功，是与常州国防园的领导大力支持、全体教官的精心指导、军训营所有指导员认真负责、以及同学们自身的努力分不开的。在此，我代表常州国际学校全体指导员向常州国防园的领导和全体教官表示衷心的感谢，并祝贺积极参加军训并胜利完成任务的全体同学！

们全体师生树立了良好的榜样；你们在军训中所表现出来的严明的纪律、娴熟的技术动作、顽强的军人意志，给老师和同学以深远的影响。

我在训练场上，看到同学们直立挺拔的身姿，表明了你们日趋强壮的体魄；认真到位的动作，严肃的表情，表明了你们投入军训实践的态度，珍惜体验军旅人生的机会；快静齐的集合，一切行动听指挥的态度都表明了同学们日渐增强的集体意识和组织观念，这可是一笔宝贵的精神财富啊！你们的口号响彻我们军营里，振奋了士气，鼓舞了自己；你们的军歌穿过了秋日的云霄，蓝天白云也为我们激越的豪情而陶醉不已；你们的足迹印在了嫩绿的草坪里，草坪记录了你们成长的印记；你们整齐昂扬的军姿辉映过秋日的白云，训练场上的欢笑装点了年轻的梦想……这是我们体验军旅人生的轨迹，凝结为我们永恒的记忆，成为我们拼搏进取，迈出辉煌人生的推动力。

同学们，军训就要结束了，可我们高中的学习生活才刚刚开始，我们要把在军训中培养出来的好作风在今后的学习生活中发扬光大。“无限风光在险峰”，我们在攀登人生顶峰的道路上，难免会碰到困难，这时我要告诉大家的是：训练场上严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神，同样也是你们获取知识的法宝，是你们赢得成功的武器。希望同学们把军训中养成的优良作风保持下去，高标准，严要求，努力拼搏，奋发进取，在更丰富、更广阔的学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己。把自己培养成为一名品德高尚、知识广博、作风过硬的新世纪高素质人才。

我这里有一首小诗，与同学们共勉。

路漫漫，学海无边，奔前程，勇气做帆。

搏风浪，意志弥坚，看彼岸，风光无限。

最后，我代表我们常州国际学校20\_\_级全体高一新生再次向国防园的首长们，学校的领导们，两位优秀的教官和默默无闻工作的教师们再次表达衷心的感谢并致以崇高的敬意！

谢谢大家！

## 实用军训总结报告篇八

这是我第一次真正的接触军人。体验军人的酸甜苦辣。我为我这不会成为真正军人的青春有一段这样的烙印而骄傲。那段溢满风雨，溢满汗水和笑声的日子真让人怀念，说起来，军训的痛苦。军事化的站军姿，走队，踢正步。跑步；离开了父母，过起军营式的集体生活确实艰难。

印象最深的也是被公认为是最“苦”的一次训练——站军姿40分钟。那天，正是唯一烈日当头的一天，穿着鞋站在被

太阳火辣辣烤着的操场上，还感到脚下好像踩了块烧红的铁板。可听到要站军姿40分钟却没有一个人抱怨，立刻在教官的命令下阔整军姿。汗珠从额角一滴滴往下淌，如尊尊雕像，没有人去擦。脚跟又热又麻，但绝对不能弯一弯腿。漫长的40分钟，有几次，我问自己：“还能站多久？”耳畔想起老师的话：“坚持就是胜利。”我终于挺起来了。当结束的哨声吹响的时候，真觉得跟打了场大胜仗一般，心中一阵自豪的喜悦。奇怪，这回并不十分累，更怪的是，平时在家吃饭精挑细拣的我，在食堂里连馒头也嚼得有滋有味。

人们常说，想起部队就想起发号“一，二，三，四”。其实，部队的歌比喊的发号还多。他们唱歌也开展竞赛，竞赛的方式十分特别，叫“拉歌”。这“拉歌”虽然不是像刘三姐那样空灵悠远的甩腔调子，却也音韵十足，别有风味。因此。我们说。部队不光有齐刷刷的脚步，还有齐整整的歌；部队不全是苦，部队也有乐。

军训的最后一天，我们和教官一星期来所付出的所有的努力与艰辛都得到了回报，教官要走了，不管我们多么盼望这个时刻来临，还是多么不希望它临近。它，终究到了。也许很久以后，那洪亮的，浸透雨水和汗水却不失军人的刚毅与自信的口令还会常常回荡在我们心中。

我回顾，我思考，军训让我得到了一次极好的锻炼，在这期间，我努力做到最好，一切行动听指挥，自己做得不够的地方，进行自行调整，我相信只要认真对待每件事，尽全力，那就一定能够做好。因而我严格遵守军事化的铁的纪律，要求自己打起十一分得精神，投入到严酷的军训中，同时，我得到了老师，教官和同学们对我的信任，被光荣的选为“五好战士”。艰苦而有意义的军训，对我今后的生活和学习都产生了很大的影响。

军训生活使我了解了“骄必败”的真正的含义，对我们的学习生活也十分适用，我们常常看到有的人在学业上有了一点



进步，便沾沾自喜，以为自己的学识已经很丰富了，这样的心态也绝对是学业上的绊脚石，我们应在取得成绩之后，依然寻找自己的不足，抓住一切机会，孜孜不倦地学习，不断开拓自己的知识领域。

我们今天所处的时代是科学技术飞速发展的时代，是所谓“知识爆炸”的时代，科学的发展是个加速的运动。如果我们不随时看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。“学然后知不足”，这是前人的经验总结，也应该作为我们不断前进，奋发努力的座右铭。

不论是孟夫子得“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解；学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

“流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队”。我们以实际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接学业上更大的挑战，争取做得更好！

再见了，同甘共苦的教官！

再见了，潇洒难忘的军训