# 2024年高中军训自我总结与收获(十篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-08-04

*总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总...*

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

**高中军训自我总结与收获篇1**

作为一名高一年级的新生，我迎接了我人生中第二次军训，虽然目前为止军训只有两天，但我感触颇深。首先，站军姿的确很累，但是它却能磨练我们的意志，让我们变得更坚韧，更有毅力。教官的一句话很触动我心，他说过坚持不住的时候就再坚持一下，是啊，再坚持一下，其实就是在不断突破自己的极限，不断的超越以前的自己，更是在不断的成长。其次，通过训练站军姿以及其他动作，我明白了打好基础是一切的前提，只有打好基础，以后的事做起来才不会困难，不论是生活还是学习基础都隔外重要。最后，军训让我明白许多道理，譬如尊重他人、团结集体、关心他人等。

军训是我们人生中宝贵的一课，我们可以在军训过程中学到不少东西，这些对我们以后的生活及学习都是很有帮助的，我相信经历过军训，我们以后就会更有毅力，不会放弃，不会屈服，更不会被通往成功道路上的困难所打败。

**高中军训自我总结与收获篇2**

我的军训生活也过去了大半，在这段时间内，我的人，我的心里都有了很大的升华。

在刚开始军训的时候，我还是那个一身稚气的少年，没有经历过磨难。但是现在，我穿上这身军装，也颇有几分军人的骨气。虽然过程对我而言是艰辛的，有汗水的流淌，甚至还有眼泪的悄然滴下，好在没有放弃。有时候坚持并不是因为看到了希望，而是因为坚持才能看到希望。我知道坚持过后，迎接我的必定是一片光明。所以我不能放弃，说实话，军训真的很苦很累，训练之后路都走不动，饭吃的也没有胃口，早晨起床时浑身酸软疼痛。可越是这样，我就越不能放弃，大家都是一样的，别人都能坚持，我也不比别人差。

“钢铁七连”，我要对得起“钢铁”二字，磨练钢铁般的意志，不曲折、不畏难，有磨练才有挑战，有挑战才有收获，我收获了一群并肩作战的战友，一个团结上进班集体。一个不轻言放弃的自己，教官的悉心教导，他与我们一同训练，一荣俱荣，一损俱损。不管是酷暑天气，烈日当空，还是小雨淅沥，大雨倾盆，我们不曾畏惧，勇往直前，你不努力拼一把，怎么会知道自己潜能有多大，正是因为教官的严格要求和刚性的纪律，我才能够磨练自己的意志。

温室里细心照料的花朵与外界风吹雨淋生长的野草是有差距的，经不起波澜，那么我现在也在像野草一般生长，迸发少年所有的生机与活力。

我很感谢这几天的军训，让我明白何为“钢铁”，一个人可以被击倒，但你却打败不了他的心和意志，我在经历成长，我也感谢其中的艰难，我更庆幸于没有放弃，加油，少年的肩应负起草长莺飞与明月清风！

**高中军训自我总结与收获篇3**

四天的军训已经过去，绝大部分人都坚持了下来，我们的意志得到了磨炼，身体素质得到提高，心灵得到了滋养。

仅仅四天的时间，我就有了很大的变化。第一天时，我感到特别累，甚至想放弃，想休息。但是到了第四天，我和同学一起训练时就没有感到特别累了，而且比以前更能坚持，我相信所有同学都是这样，变得更加吃苦耐劳，更加有意志力了。这让我想起冷面教官所说的一句话：当你难受的时候，就是你成长的时候。确实，我们都在难受中得到了成长。

我们所经历的一切磨难，都让我们的行为举止更加规范。军训这几天确实很累，但坚持就是胜利，只要我们这几天坚持下来，那么我相信，在以后高中生活的三年里，我们一定能够坚持下来。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”这四天里，我们既经历了烈日炎炎，又经历了倾盆大雨。但是不管多么困难，我们一路走了下来，咬牙挺了下来。

今天是军训的第五天，可能同学们因为太累有些松懈了，所以大集合时冷面教官重重地罚了我们，很多同学都哭了，在被罚时，我的泪水不自觉的就跑到了眼眶里，但我清楚，我不能哭，所以我又生生的将泪水憋了回去，相信也有不少同学是与我一样的，并且，遇到事情我们要坚强，而不是轻易掉眼泪。但当我们实在控制不住时，我们可以放声大哭一场，再收拾好情绪，擦干泪水，继续坚持走下去。只要咬紧牙关，再坚持一下，一切困难都会过去的。

我希望在接下来的两天半的军训时间里，所有人都能够挺下去，完美结束这七天的军训生活。

**高中军训自我总结与收获篇4**

盛夏时节风景好，不思量，自难忘。日日训练乐事多，常欢笑，多动情。五日眨眼间，此刻回忆多。初遇，在军营。

月下“搏斗”，我们不孤单。

深夜，窗外的月已熟睡，但我却辗转反侧。耳边蚊子们的“嗡嗡”声萦绕着，仿佛永远也无法甩掉。从床边掏出一瓶花露水，四处喷洒，但蚊子依旧猖狂。“嘿，大家都没睡啊？”一人突然轻声问道。“嗯，这谁能睡着啊？”另一人道，“我一根手指就被咬了五个包，嘴唇都肿得跟猪一样了！”我们听了后，一阵大笑。原来还有比我们都惨的呢！

曾是陌生的同龄人，但在这与众不同的“欢迎仪式”中，我们近了，不再孤单。

日中拉歌，我们不言败。

坐在阴凉的树荫下，我们望着对面的一班，目中带着喜悦，斗志昂扬。“一班的，来一个！来一个，一班的！叫你唱，你就唱！扭扭捏捏，不像样！像什么？大—姑—娘！”我们扯着脖子喊，望着一班原来嚣张的气焰渐渐熄了火，他们扭过头去，生怕再招惹我们这帮“牛鬼蛇神”。我们相视欢笑。那一张张见见熟悉的脸庞，在阳光下晶石那样灿烂。集体的力量，有时足以让他人臣服。

沙上阅兵，我们最闪亮。

浩浩荡荡的阅兵仪式中，终于到了我们走方队。“正步走！”“一！二！”“团结互助，自律自强！扬我附中，振我中华！一！二！三！四！”整齐的步伐铿锵有力，洪亮的口号响遏行云！我们每一个人，都服从于整个集体，都力争做到！青春路上，我们华美绽放，我们最闪亮！

明媚而灿烂的日子，我们初遇，渐渐熟悉。努力而奋斗的今后，我们凝聚一心，带着军训中学会的坚毅与顽强，继续做最闪亮的自己！

**高中军训自我总结与收获篇5**

今天是军训第四天。

今天仍像往常一样，我们练习无数次没有做到完美的动作，我们便在一次次练习中探寻更加完美的自己，虽然很累，即使很苦，但我们从未放弃奔跑。

我们今天还观看了高一九班的会操展示，着实令人眼前一亮，那整齐划一的步伐，脚步声似乎将地面震碎，没有一丝别的声音，那歇斯底里的口号声中，让我听到了不屈，顽强的意志，和昂扬的斗志。

更让我沉思的是冷面教官说的话，你们都是一样的尖子生，你们难道比他们差吗？如果你想着我永远不可能超越他们，那你放弃吧，因为你的意志已经倒了。

是的，就像部队的人中的旗帜一样，旗帜是一个团队的标志，人倒了，旗帜都不能倒，即使我们累趴下了，心里仍然要坚信自己可以。对自己说：我能行！我要做的比别人更好，想到这里，我麻木不仁的腿又再一次挺立，挺直，好似在发烧的脚板仍丝毫不动，军姿站立，抬头向前看，我能站好，我的心中再次充满力量，即使我的身体已经疼痛难忍。

现在开始，我记住了一句话：意志不到，信念不倒，它将陪着我度过高中这艰苦的三年，哪怕再苦再累，我绝不倒下！

**高中军训自我总结与收获篇6**

八月秋，学子欣。今年八月二十三日，我与新同学们一起迈入校园，开始高中生活，开启军训之旅。想像中，像初中军训一样站、跑、坐，并不十分严格，可现实却截然不同。大清早，顶着寒风奔跑；中午，与太阳一起站军姿；晚上，一遍遍整理内务。腰酸背痛，全身晒得通红，齐步、跑步、正步接连轰炸，一刻的休息，一顿饭都是期盼，一个字，苦；但同时，我也深深感受到军人生活的辛苦与条理，汗水是付出，有序、标准是态度。正视自己，要学会对自己严格，速度、标准、吃苦耐劳、内务整齐、军姿笔直是努力的果实。

一遍遍，不辞辛苦；一次次，磨练。感谢军训让我蜕变，开启属于我的高中新征程。

**高中军训自我总结与收获篇7**

红绿交错的土地上，自下而上蒸起腾腾热气，刻薄的紫外线向毒针一般扎在娇嫩的皮肤上。操场上一块块整齐的方队分布在各个地方，纹丝不动，唯有听见汗水滴落草地的声音，土地凝固了，空气也凝固了。

我是这几千名中并不起眼的一个，尽力让自己的每一部位都做到教官要求的那样标准，却往往力不从心：双手手指总是合不拢，脚跟刚贴不一会儿又分开了，下意识的想低头……我总觉得我的军姿还不够标准，肘、膝盖和脚踝上的酸痛感就如潮水般涌来，一开始还能吃力地坚持下来，渐渐的我就咬牙切齿的撑着，终于忍到了下令休息的那一刻，下一轮又继续疼痛……一种想法从心底出现：站军姿真不是一般人能坚持下来的！

这句话令我回想起军训开营典礼时敬爱的郭校长说的话“军训是为了磨练学生的意志，让同学们养成遇到困难坚持克服，善于忍耐的习惯”，这时迟钝的我才真正体会到了这句话的深层含义。

傍晚的我拖着满身疲惫的身体走进班，好像身后的阴影也拉长了，老师在晚自习上播放了年庆祝建军90周年的阅兵式。黄沙漫漫，朱日和训练基地在晴空下透露着庄严的气息，军人们站姿飒飒，机车装甲凯凯，主持人雄浑气势的朗诵，仿佛将我们带入了辛弃疾沙场秋点兵的情境中。严肃的检阅三军战士，将士们洪亮威严的声音像随风飞舞的黄沙传向远方……我深深地感受到了军人随时投入战场的紧张和严肃，原本疲软无力的身体早已拦不住激动不已的心。他们在如此恶劣的环境下训练，被赋予着保家卫国的使命，相比只站了一天就喊累喊苦的我，他们坚韧不拔的优秀品质值得我们每一个人去学习。

想起刚过去不久的暑假生活，我好吃懒做，不求上进，一遇到难题，便撒手不做了，真是虚度了大把时光，真真懊悔不已！我们头顶着广阔的蓝天，军人们也在空旷的一片蓝色下挥汗如雨，但他们能够坚毅地正立在地上，承受着自天而下的责任，而我们正在坚持着不在蓝天下弯背驼背，捶胸顿足。

**高中军训自我总结与收获篇8**

高中开学的第一天就迎来了为期一周的军训课程，经历过初中军训的我们原本认为高中的军训也不会难到哪里，可真正经历之后才体会到其中的艰辛。高中的军训在各方面要求都极为严格，最基本的站军姿要求细致入微，顶着烈日纹丝不动的站军姿，那燥热的天气让人汗流浃背，汗水浸透衣服粘着衣服十分不舒服，对我们的身体也施加负担，让我们苦不堪言，不断有人因坚持不住而晕倒。

军训虽然严厉，但对我们有极大的益处，锻炼我们的身体，磨练我们的意志，让我们体会到军人的辛苦。许多的同学带病带伤，坚持军训，体现他们不屈的精神与顽强的斗志。正如那句话，不经历风雨，怎么见彩虹，正如学习，学习是一份苦差事，枯燥乏味，若是没有强大的毅力，如何在繁重的学业中坚持下来，所以请记住，坚持，坚持就是胜利。

**高中军训自我总结与收获篇9**

作为一名资深二中老学生，高中又能回到母校上课，我感到异常的激动。踏着轻快的步子我昂首挺胸的走进熟悉的校园，承德二中，我又回来了，虽说是熟悉的校园，但坐在陌生的班级，面对着陌生的同学，我感到有那么些许尴尬，正在我惴惴不安之时，一声哨响，打破了此时的宁静，顾不了那么多，我飞快跑到操场上，匆匆的开完开营仪式之后，一位面容严肃身材矮小的“巾帼英雄”走上前来，虽然是位大学生姐姐，但绝对自带气场，响亮的嗓音给我们下一激灵后，军训正式开始。

刚开始就是站军姿，我望着蔚蓝的天空，心中苦不堪言，站了大约半个多小时，这位教官依然尽职尽责，胳膊夹紧，头抬高，身体微微前倾，她不厌其烦地重复了一遍又一遍，就是没让我们休息。不知过了多久，一声长哨吹下，我们如释重负的瘫在地上，也不管认不认识，都开始了开心的交流。汗水悄悄从额头流下，友谊也悄悄在心中萌芽。第二天，军姿练的差不多了，我们仿佛被下了咒，一听到军姿，腿就发软，教官似乎知道我们的心思，教了我们好几个动作。一开始我们就像一盘散沙，听到口令会迟钝，会做错，或许是因为太累了，想休息，或许是因为我们是一个集体，下午的训练真的非常完美，有那么一刻，我真感觉自己是个军人，看着教官满意的微笑，我们似乎就不那么累了，有种被认可的成就感，接下来的几天希望自己能撑住，加油吧，专注、坚持、征服！

**高中军训自我总结与收获篇10**

好一阵滂沱大雨!

望着屋外骤然而下的雨点，听着“滴嗒哗啦”的雨声。我的心情似这天气般，烂透了。由于左腿上一个鹅卵大的疖子，我似乎不得不取消我的军训了。

手握病假单，班主任问我:“你是不参加军训还是去试试?”我轻微地晃动左腿，疼痛感如潮水般向我涌来。不知是出于我好斗好胜的心理还是怎地，我逞强地回答道:“我去试试吧。”

清晨，云霄雨霁，彩彻区明，空气透着一股草木之清香。简单的开营仪式过后，教官便带着我们来到操场，开始首日的训练。

“稍息、立正、站军姿，向右看齐”这几个简易的动作后，我感觉蛮轻松的。可当教官一声“蹲下”令下，我应声而蹲左腿疖子处一阵撕裂感扎入我的心，白教官看到我蹲慢了，走过来训了我几句。而班主任似乎察觉到了异样，问我是否坚持得住。我小声说没事，既是疼痛后的无力，也是我刻意不想让别人分神——同学们身着迷彩上衣长裤，目光直视前方，炯炯地要把前路望穿。挺直的腰杆，飒爽的风姿，威风凛凛。我一面想着“虽不能至，心向往之”，一面咬着牙挺直了身躯。后面的训练我几次“报告”好似要脱口而出，但终究还是被我埋在了内心深处。

天色黯淡，彤云密布，我知道我挺过了这一天，摸摸疖子处，还是锥心般的痛楚。我思考，几乎没有受过磨砺的我是如何撑这一天的?因为我是堂堂中华男儿!训练场上我是一个兵!

军人，绝不能轻言放弃!

有云:“男儿蔚为万夫雄!”我或许做不了国家、民族英雄，但我可以做自己的英雄!

迎难而上，不言放弃。或许军训不仅是磨烁体魄更是磨砺意志。男儿当为万夫雄!男儿，需要“一夫当关，万夫莫开”的气魄与信念!

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